

# T-fal®

ティファール

## オール・イン・ワン セット

### 取扱説明書

ご使用前に必ず取扱説明書をお読みいただき、  
読んだあと、必ず保管してください。



ガス



電気プレート  
コイル



セラミック  
ヒーター



ハロゲン  
ヒーター



IH  
(電磁調理器)

100V-  
200V

100V-200V  
対応



- IH (電磁調理器) を含む  
上記の熱源に使えます。

この度は、ティファール鍋／圧力鍋をお買い上げいただきまして、誠にありがとうございます。ティファール鍋／圧力鍋は、万全の品質管理のもとに製造され、高い安全性と耐久性が世界各国で広く認められています。

安全にご使用いただくために 必ずお守りください	2	取っ手のとれるフライパン・鍋の お料理中のポイント	32
お使いいただける熱源	7	お手入れの仕方	33
各部の名称	8	セクター(圧力調整おもり)の お手入れ	34
ふたについて	9	安全弁のお手入れ	35
ふたの開け方、閉め方	9	取っ手のとれるフライパン・鍋の お手入れ	36
セクター(圧力調整おもり)の 取り付け、取りはずし方	11	取っ手のとれるフライパン・鍋の 買い替えのタイミング	37
セクター(圧力調整おもり) マークの意味	12	より永くお使いいただくために	37
お知らせマーク (取っ手のとれるフライパン・鍋のみ)	13	こんなときは・・・Q&A	38
初めて本製品をお使いになる場合	13	アフターサービス	41
鍋として使う(加熱調理)	14	別売オプション品	42
鍋として加熱調理をする (ふたを閉じる場合)	14	製品仕様	42
加熱調理中に ふたが開かなくなった場合	15		
加熱調理中や調理後に ふたが閉じにくい場合	15		
圧力鍋として使う(加圧調理)	16		
安全に圧力をかけるためのシステム	16		
万一、圧力がかかりすぎた際の 安全システム	16		
加圧調理を始める前に	17		
初めて加圧調理する場合	20		
鍋の調理量	21		
最低調理量	22		
加圧調理をする	23		
取っ手のとれるフライパン・鍋 取っ手のセットの仕方	29		



## 安全にご使用いただくために必ずお守りください

ご使用前に必ずこの取扱説明書をお読みいただき、必ず保管してください。圧力鍋は、加熱すると高温・高圧になるため、取り扱いを誤るとやけど等の傷害を負うことがあり大変危険です。調理される際は下記の点に十分ご注意ください。

### 圧力鍋の加熱・加圧調理において

- 調理量を守ってください。最大量は鍋の深さの2/3までにしてください。
- 空だきは絶対にしないでください。鍋やパッキングを傷め、蒸気もれが生じたり、安全装置等の故障の原因になります。
- ガスの炎は鍋底からはみださないようにしてください。火が鍋側面にまわり、取っ手が損傷する恐れがあります。
- 加熱・加圧している間はそばを離れないでください。またお子様を近づけないようにしてください。
- 加熱・加圧中および直後は、鍋、圧力ふた、取っ手、セクターが非常に熱くなっています。やけどをする恐れがありますので十分にご注意ください。取っ手の部分も熱くなっている場合があるのでミトン等をお使いください。
- 調理物の吹きこぼれにより、ガスの火が消える場合がありますので、火加減や調理物の量にご注意ください。
- 金属製のフライ返し等の調理器具は、コーティング面に傷をつけないよう、角の丸い物をご使用ください。より長くお使いいただくために、ナイロン樹脂製、シリコン製または木製のものをおすすめします。
- 鍋を移動する際は、ふたのハンドルやレバーを持たず、必ず鍋本体の取っ手を持って移動してください。
- やけどをする恐れがありますので、圧力調整おもりのノズルや蒸気に、顔や手を近づけないでください。
- 調理後は、腐食防止のため料理を長時間(目安として一昼夜以上)本製品に入れたままにしないでください。
- 取っ手のがたつきがでた場合には、取っ手に熱変形、亀裂等の損傷がないことを確認してから、トルクスドライバー(T30)でネジをしめ直してください。
- 鍋本体、セクター(圧力調整おもり)、パッキングは、食器洗い乾燥機でお使いいただけません。食器洗い乾燥機で使われることの多いアルカリ性洗剤は表面を傷つけ、変色・腐食の原因になります。

### 製品の使い方・お手入れ動画はこちら!

#### 圧力鍋


<使いかた> <お手入れ>



#### 取っ手のとれるフライパン・鍋

<使いかた> <お手入れ>



- コーティングは食品衛生法の規格に適合しており、長時間の使用において、万一傷ついてはがれ、体内に入っても、自然に排出されますのでご安心ください。
  - 分解・改造等は絶対にしないでください。ご使用後は「取扱説明書」に従ってお手入れをしてください。
  - 電子レンジ、およびオープンではお使いになれません。
  - ストープの上では絶対に使用しないでください。ストープの上で使用すると、調理物の入った鍋本体の転倒、異常過熱等によるやけどの恐れがあります。また、長時間の連続使用となり、空だきになりやすく、鍋本体や樹脂部分の損傷の原因になったり、腐食や黒変化など、製品の品質低下の原因になります。
  - 本製品は一般家庭用でご使用いただくためのものです。業務用としてはお使いにならないでください。
  - ふたについている「取扱い上の注意」（銀色のシール）は、大切な注意書きですので、はがさずにご利用ください。
  - ご使用中に故障やひび割れに気づいたときは、どのような状況でもふたを開けないでください。動かす前に完全に冷まし、当社修理センターに修理をご依頼ください。
  - 加熱調理でふたを閉める際は、セレクトアー（圧力調整おもり）のマークを目印位置に戻してください。
  - 加熱中、ふたと鍋本体のすきまから、ふたの内側に溜まった水滴が鍋側面をつたって落ちることがあります。
  - 圧力ふたを使わず、通常の鍋として天ぷら等の料理をする際は、油温200度以上に上昇させないでください。
  - 加圧調理ではなく、温めなおし等の加熱調理の際、味噌汁、カレー、スープ、牛乳、油分の多いもの等、調理物によっては一気に強火で煮立てると突沸（噴き出し）を起こすことがあり、やけどや物品破損の恐れがあります。火加減は中火以下でご利用いただき、下記の点にもご注意ください。
    - 強火での急速・急激な加熱は絶対にしないでください。
    - かき混ぜながら加熱してください。
  - ご購入時、鍋本体側面にラベルが貼ってある場合ははがしてからお使いください。
- 重曹等、急激に熱反応して発泡するものや、多量の油・酒は危険なので加圧調理に使用しないでください。
  - 加圧調理で、油を使つての揚げ物は絶対にしないでください。
  - ローストビーフ等の一部料理を除き、加圧調理する際は水やスープ、だし汁等を最低250ml入れてください。目安として中火10分間で約200mlの水分が蒸発します。
  - 蒸し物をするときは、空だきを防止するため、レシピもしくは前述の水分量を守り、耐熱性の容器は蒸しすのこを入れて調理ください。なお、金属製の蒸しすのこは、コーティング面に傷をつける恐れがあるため、使用しないでください。
  - パスタ等の麺類を加圧調理する際は、お湯が沸いてから麺を入れ、麺と麺がくっつかないようにほぐしてからふたを閉めてください。加圧時間は、麺の種類によって異なりますが、表示時間の1/3を目安にしてください。加圧調理後は必ず急冷（25ページ「すぐに圧力を下げる」を参照）してふたを開けてください。
  - カレーやシチューのルー等粘性が強く糊状になるものは、具のみを加圧調理してからふたを開け、圧力をかけない状態で入れてください。ルー等を入れて加圧調理すると、ルーがノズルや安全弁等に入り込み、適切な圧力調整ができなくなる可能性があります。また、あん、きんとん、オートミール等は、泡立ったり、跳ね上がったりにしてノズル等の目詰まりの原因になりますので、加圧調理は避けてください。
  - おでんは、具材が跳ね上がる場合がありますので、加圧調理後にふたを開ける際は充分ご注意ください。
  - 牛タンのような表皮に覆われたものは、必ず金串・竹串等でよく穴を開けてから加圧調理してください。
  - 加圧調理中、蒸らし中に鍋に強い衝撃を与えないでください。また、蒸らし時間に鍋を移動させるときは、静かに取り扱ってください。
  - 加圧調理後にふたを開ける場合は必ず、鍋の中の圧力を完全に下げてからおこなってください。

### 圧力鍋の加圧調理において

- ご使用前にノズルが目詰まりしていないか、必ず点検してください。目詰まりしたまま使用すると適切な圧力調整が出来なくなる可能性があります。
- 豆類やパスタ等の麺類、調理によって分量が増えるものは、食材と水分等を合わせた量を鍋の深さの1/3以下にし、豆類には必ず落としぶたを使用してください。これらを多量に入れて加圧調理すると、豆の皮や食材の一部等がノズルや安全弁等に入り込み、適切な圧力調整ができなくなる可能性があります。

## お知らせマークに関するご注意（取っ手のとれるフライパン・鍋のみ）

- 炒め物や焼き物の場合、鍋を火にかけ、すぐに食用油を入れます。「お知らせマーク」の模様が消えたらすぐに調理を始めてください。調理中の火加減はレシピに合わせて調節してください。
- 「お知らせマーク」の模様が消えるまで、中火の使用で約1分～1分半程かかります。
- 「お知らせマーク」の模様が消えたら、調理を始めてください。そのまま放置すると空だき状態になり、マークが赤黒く見えることがあります。
- 「お知らせマーク」の模様が消えた後の空だきは絶対におやめください。内側のコーティングを傷め、本体変形、取っ手破損の原因になります。
- 多量の油・水分を使用した際は「お知らせマーク」の模様が消えるまで時間がかかり調理開始の目安になりませんので、ご注意ください。
- バター等は、「お知らせマーク」の模様が消えるまで待つと焦げる場合がありますので、模様が消える前に材料を入れてください。
- キッチンの照明が暗い場合は、模様の変化が見えづらいことがあります。

## 取っ手のとれるフライパン・鍋に関するご注意

## 取り扱い上の注意

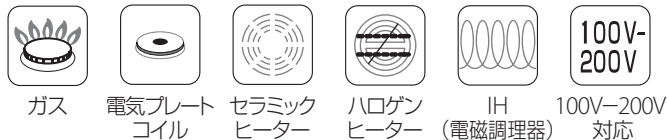
- 強火でのご使用は避けてください。  
底面が変形したり、取っ手が焼損する恐れがあります。  
取っ手が焼損すると、正常に使用できなくなることがあります。また、フライパン・鍋が取っ手からはずれて落下し、やけどにつながる恐れがあります。
- コンロにのせるとき、のせ方や五徳の形状によっては転倒する場合がありますので、安定した状態でご使用ください。
- 調理中・調理直後は、取っ手が熱くなる場合がありますので、ご注意ください。また、取っ手をつけっぱなしにしたまま長時間使用しないでください。
- フチまで水等を満たした状態で使用しないでください。
- 直径16cm以下の鍋は、天ぶら等の揚げ物で使用しないでください。  
引火する恐れがあります。
- 温め直しの際、調理物によっては突沸（噴き出し）を起こすことがありますので、ご注意ください。  
やけどや、取っ手の破損の恐れがあります。
- 調理器具の中に、長時間（目安として一昼夜以上）料理を保存しないでください。
- 使用後は、スポンジに中性洗剤をつけてよく洗い、完全に汚れを落として、乾燥させてください。

- 金属たわし、研磨剤の入った洗剤・スポンジ等はコーティング面を傷つけますのでご使用にならないでください。
- 漂白剤および塩素系洗剤は、ご使用にならないでください。
- こげつき等を落とす際は、金属製の固いものを使用しないでください。
- 酢・重曹等の酸性またはアルカリ性のもののご使用は避けてください。
- 急激な衝撃を与えたり、空だきをした直後に水等をかけて急冷しないでください。
- ストープの上で使用しないでください。
- 電子レンジではご使用になれません。
- オープンでご使用の際は、取っ手・ふた類をはずしてください。
- 食器洗い機をご利用される場合は、食器洗い機および洗剤の取扱説明書や使用上の注意をご確認のうえ、従ってください。  
IH（電磁調理器）対応製品の場合、アルカリ性の洗剤をお使いになられると、アルミニウム合金が腐食して、はり底がはがれることがあります。
- まれに一部のIH（電磁調理器）で使えない場合があります。

## 使用についてのお願い

- 「取っ手のとれるティファール」には、必ずティファール専用取っ手をご使用ください。ティファール専用取っ手以外を使用されると、フライパン・鍋が落下し、思わぬ事故やけがをされる恐れがあります。また、ティファール専用取っ手は「取っ手のとれるティファール」以外にはご使用にならないでください。
- この取っ手は、取っ手のとれるフライパン・鍋専用です。  
圧力鍋には使用できません。

## お使いいただける熱源



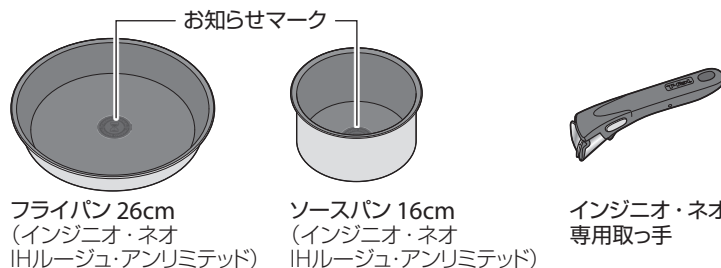
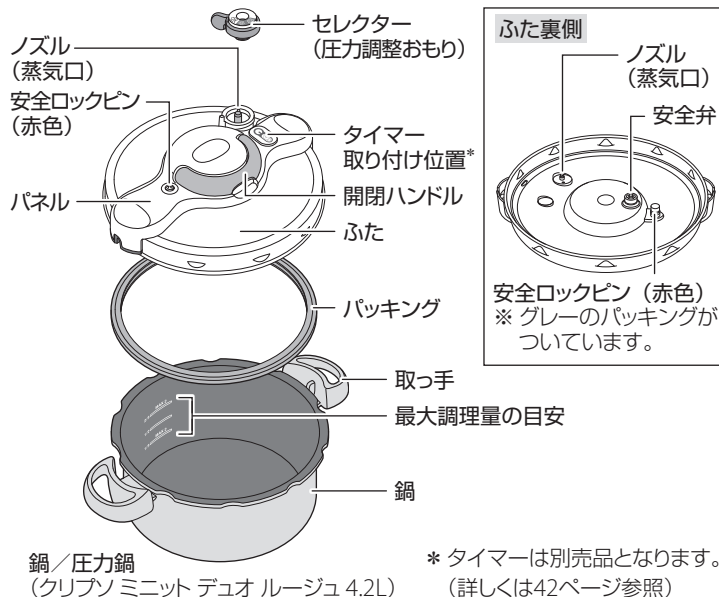
● IH (電磁調理器) を含む上記の熱源に使用できます。

- ガスの場合、炎が鍋類の側面までまわらないようにご注意ください。
- IH (電磁調理器) でお使いになる場合
  - ・ メーカーや機種により出力や火力が異なりますので、お使いのIH (電磁調理器) の取扱説明書をお読みのうえ、適切な出力でご使用ください。
  - ・ ガスに比べ熱量出力が非常に高く、急激に底面が加熱されます。出力 (火力) の調整をおこない、空だきにご注意ください。
  - ・ 効率よく加熱するために、鍋類の底に付着している水滴はきれいに拭きとってからご使用ください。
  - ・ まれに一部のIH (電磁調理器) で使えない場合があります。
  - ・ 熱源部が鍋類の底の直径と同じか、直径以内のものをご使用ください。
- 電気プレートでお使いになる場合は、熱源部が鍋類の底の直径と同じか、直径以内のものをご使用ください。
- 表面がセラミックプレートの調理器を使用される場合、鍋類の底面が濡れていたり、汚れていたりしないよう、きれいに拭きとってからご使用ください。

**!** 注意

## 各部の名称

※ ふたについている「取扱い上の注意」(銀色のシール) は大切な注意書きですので、はがさずにご使用ください。



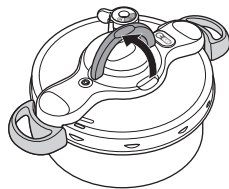
● 品質向上のため、製品の仕様を変更する場合がございますので、ご了承ください。

## ふたの開け方、閉め方

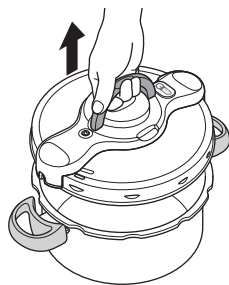
### 開けるとき

- 1 開閉ハンドルをふたに対して垂直になる位置まで起こします。

ふたが回転し、ふたのロックがはずれます。



- 2 開閉ハンドルを握ったまま、ふたを持ち上げます。

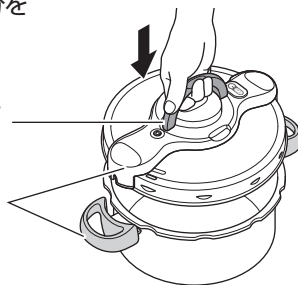


### 閉めるとき

- 1 ふたのパネル部分と鍋の取っ手部分を合わせて、ふたを置きます。

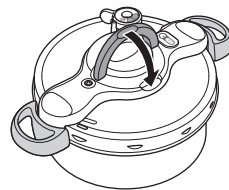
開閉ハンドルはふたに対して垂直の状態にする

この部分を合わせて置く



- 2 開閉ハンドルを倒してロックします。

ふたが回転し、ロックがしっかり閉まっているか確認してください。



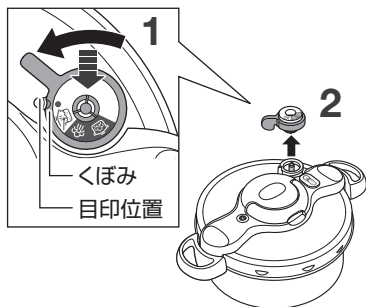
### ふたが閉まらない場合

- 開閉ハンドルがふたに対して垂直の位置にあり、ロックされていない状態で鍋に置いてください。
- パッキングが正しく装着されているか確認してください。
- パッキングを取りはずして水で濡らし、濡れたままの状態再度パッキングを取り付け位置にはめたあと（18ページ「パッキングの取り付け方」参照）、ふたを閉めてください。
- 本体の縁に油を薄く塗ることで改善される場合もあります。

## セクター（圧力調整おもり）の取り付け、取りはずし方

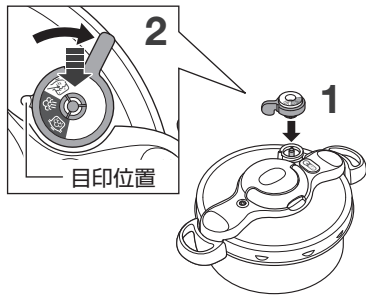
### 取りはずし方

- 1 セクターの中央部分を押しながら、反時計回りに回し、セクターのくぼみをふたの目印位置に合わせます。
- 2 セクターを垂直に持ち上げて取りはずします。



### 取り付け方

- 1 セクターのくぼみをふたの目印位置に合わせて取り付けます。
- 2 セクターの中央部分を押しながら、時計回りに回し、☁ マークをふたの目印位置に合わせます。




❗ 注意 セクターは取りはずし可能ですが、分解しないでください。


## セクター（圧力調整おもり）マークの意味


### くぼみ（●印）

セクターを取り付けるときや取りはずすときに合わせます。  
くぼみに合わせるときは、セクター中央部を押しながら回します。

 加熱調理  
ふつうの鍋として加熱調理するときに合わせて。

目印位置  
この位置にセクターのマークを合わせます。

 蒸気の排出  
蒸気を排出するときに合わせて。

 加圧調理（65kPa）  
圧力鍋として加圧調理をするときに合わせます。

## お知らせマーク(取っ手のとれるフライパン・鍋のみ) —

適温になると図のように模様が消えて、食材を入れるタイミングをお知らせします。



※ イメージです。火加減・照明等により見え方が異なる場合があります。

## 初めて本製品をお使いになる場合 —

- 取っ手にぐらつきやひび割れなどの不具合がないことをご確認ください。
- 鍋類の本体側面にラベル等が貼られている場合は、はがしてください。
- 初めてご使用になる前は、スポンジに中性洗剤をつけて洗い、流水でよくすすいでください。パッキングも白い粉を洗い流してからご使用ください。白い粉が落ちにくいことがございますが、食用に適したものを使用しており、万一、料理と一緒に口にしても問題ありませんのでご安心ください。
- 品質には万全を期しておりますが、万一不具合があった場合には、ご使用前にお買い求めのお店またはお客様相談センターにご相談ください。

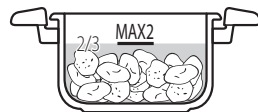
## 鍋として使う(加熱調理) —

本製品は、煮る、焼く、炒める、ゆでるといった加熱調理にお使いいただけます。

### 鍋として加熱調理をする(ふたを閉じる場合)

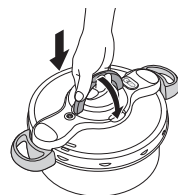
『レシピブック』のレシピを参考にクッキングをお楽しみください。

- 1 鍋に材料を入れます。  
材料+水分が鍋の深さの2/3までとなるようにしてください。

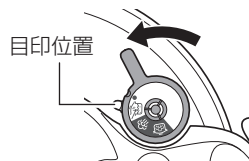


- 2 開閉ハンドルがふたに対して垂直に起きた状態であることを確認します。  
ふたにはパッキングを取り付けてください。パッキングの取り付け方は18ページを参照してください。

- 3 鍋の上にふたを水平に置き、開閉ハンドルを倒します。  
ふたのロックがしっかり閉まっていることを確認してください。



- 4 セレクターを回し、マークをふたの目印位置に合わせます。



- 5 お好みの火加減で加熱します。  
加熱調理中はいつでもふたを開けることができます。



### 加熱調理中にふたが開かなくなった場合

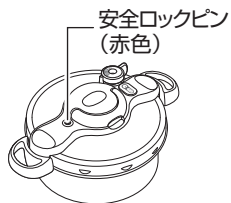
火力が強すぎて鍋内部の圧力が上がると、安全のため安全ロックピンが働き、ふたが開かなくなることがあります。

安全ロックピンがカタカタと音をたてたら、火力を弱めてください。

また、ふたが開かなくなった場合には、いったん火を消して、鍋の圧力を下げてください。(25ページ「自然に圧力が下がるのを待つ」「すぐに圧力を下げる」を参照)

圧力が下がり、安全ロックピンが下がったら、ふたを開けることができます。

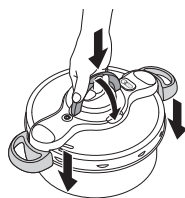
火を消しても熱が残る熱源をお使いの場合には、鍋を熱源から下ろしてください。



### 加熱調理中や調理後にふたが閉じにくい場合

加熱して鍋が温まっていると、ふたが閉めにくくなる場合があります。

開閉ハンドルがふたに対して垂直に起きた状態で鍋の上に水平に置き、パッキングを押しつぶすようにハンドルを上から押しながら倒してください。



圧力鍋は、安心して加圧調理いただけるよう設計されています。

### 安全に圧力をかけるためのシステム

- 加圧調理中は、安全ロックピンの働きでふたが開かない仕組みになっています。もし圧力がかかっているときに無理に開閉ハンドルを垂直に起こしても、ふたのロックがかかっているので、ふたは開きません。再度開閉ハンドルを倒して、安全ロックピンが下がるまでお待ちください。
- ふたが正しく閉まっていないと、安全ロックピン部分等から蒸気が逃げ、圧力がかからないようになっています。



**注意** 加圧調理中は、無理にふたを開けようとしたり、安全ロックピンを押し下げようとししないでください。

### 万一、圧力がかかりすぎた際の安全システム

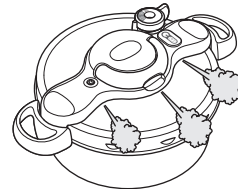
ご使用中、圧力が基準値以上になった場合、安全システムが作動するようになっています。

#### 安全弁



蒸気は安全弁を通り、ふたの白いパネル下から外に排出されます。

#### 特別設計のパッキング



万一、安全弁が作動しなかった場合は、パッキングの働きによって蒸気がふたの白いパネル下から排出されます。

## ！安全システムが作動した場合は

- まず火を止めて、鍋が自然に冷めるのを待ってください。
- ふたを開け、ノズル、安全弁、パッキングを点検し、汚れがあれば取り除いてください。(17～19ページ参照)
- 点検、汚れをとりぞいた後、製品が正しく作動しない場合は、当社修理センターへお問い合わせください。
- 何度も安全システムが作動する場合は、当社修理センターへお問い合わせください。

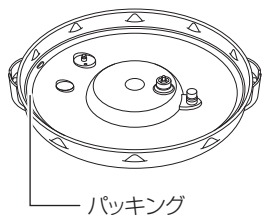
## 加圧調理を始める前に

加圧調理を始める前に以下のポイントを必ず毎回チェックしましょう。

## ！注意

点検は必ずおこなってください。ノズルが目詰まりしていると適切な圧力調整ができず、突然、内容物が噴出したり、安全弁が作動してノズル以外の箇所から蒸気が噴出する可能性があります。危険です。

## パッキングを点検する

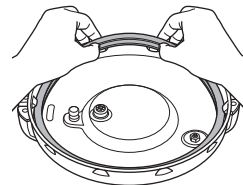


亀裂等の傷みや縮みがないか確認します。傷みがある場合は、蒸気もれの原因になりますので、パッキングを交換してください。

### <パッキングの交換について>

- 専用のパッキングをご購入ください。(41ページ参照)
- ご使用の頻度にもよりますが、パッキングは1年に1度を目安に交換してください。

## パッキングの取り付け方



**1** ふたをはずし、開閉ハンドルを垂直に起こした状態で、左図のようにふたを裏返します。

**2** ふた側面の穴の下にパッキングをはめ込みます。

パッキングには表裏はありません。

**3** ふたのへりに向かってしっかりと指で押し、一周させます。

- パッキングはきちんとセットされていないと、蒸気もれの原因になります。

良い例(○)のようにパッキングが正しくセットされているか確認してください。

### パッキングの取り付け例



良い例



悪い例

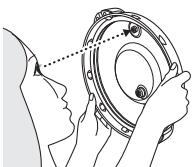


## ノズル・セレクター(圧力調整おもり)の点検

セレクターを取りはずし、ノズルを明るい方向へかざして目盛りしていないか確認します。

### ● ノズル

完全な円に見えることを確認します。



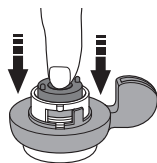
### ● セレクター(圧力調整おもり)

汚れがないことを確認します。

また、割れ・欠けなどがないこと、セレクター下部の黒い部分を押し試みてバネが動くこと、中心部をかざして目詰まりしていないか確認してください。

汚れている場合は、流水で洗い流すか、綿棒などで掃除してください。

(セレクターの取りはずし方法は11ページを参照してください)

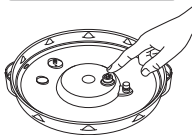


**!** 注意 先のとがったものは使用しないでください。

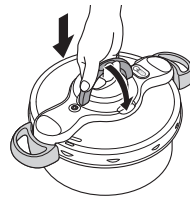
## 安全弁の点検

安全弁の中央部分を強めに押し試みて、バネが押し戻すような動き(感触)があるか確認してください。

**!** 注意 先のとがったものは使用しないでください。



## ふたを点検する



**1** ふたのパネル部分と鍋の取っ手部分を合わせて、ふたを置きます。

**2** 開閉ハンドルを倒します。  
ふたが回転してしっかりとロックされていることを確認してください。

加圧調理する際は、取扱説明書をすべてお読みになってから調理してください。

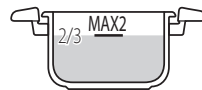
## 初めて加圧調理する場合

**!** 初めて加圧調理する際は、必ずおこなってください。

お買い上げいただいた鍋で初めて加圧調理を行うときは、きちんと作動していることを確認するため、そして加圧調理方法に慣れるため、下記手順に従って、必ず水を使って加圧調理をお試しください。

**1** 中性洗剤を使ってスポンジで鍋をよく洗い、乾かします。

**2** 鍋の深さの2/3まで水を入れ、23ページ「加圧調理をする」の2から7の手順に従い加圧してください。(加圧時間:10分)



加圧時間: 10分

● ふたについている銀色のステッカーは、はがさないでください。

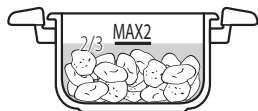
● この取扱説明書をすべてお読みいただいてから、調理を始めてください。

# 圧力鍋として使う(加圧調理) (続き)

## 鍋の調理量

### 最大調理量

加圧調理するときには以下の最大調理量を守ってください。



#### 通常のお料理

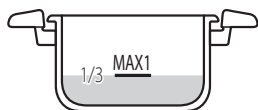
材料+水分が **鍋の深さの2/3**



#### カレーやシチュー等

材料+水分が **鍋の深さの1/2**

- ※ どんぶんが多い野菜で、とろみがつきやすいものも鍋の深さの1/2までとしてください。
- ※ カレーやシチュー等のルーは、加圧調理後に入れてください。



#### 麺類や分量が増えるもの(おでん等)

材料+水分が **鍋の深さの1/3**

- ※ パスタ等の麺類をゆでる場合は、加圧調理後に、必ず急冷(25ページ「すぐに圧力を下げる」を参照)してからふたを開けてください。



#### 豆類

豆+水分が **鍋の深さの1/3**

- ※ 豆類を調理するときには必ず落としぶたを使用してください。

使い方動画はこちら!



白米/玄米

4合(約4カップ)

### 落としぶたの使用について

- 加圧調理によって量が増える練り物(はんぺん、ちくわ等)を使用したおでん等を調理するときは、絶対に落としぶたを使用しないでください。
- 紙や、アルミホイル等は、落としぶたとしてはご使用にしないでください。ノズルや安全弁等をふさいでしまう恐れがあります。



注意

### 豆類や麺類を調理するとき

- 豆類や麺類等は加圧調理によって分量が増えます。最大調理量を超えた量を調理すると、豆の皮や麺等がノズルや安全弁等に入り込み、適切な圧力調整ができなくなる可能性があります。危険です。

## 最低調理量

以下の最低調理量を守ってください。



加圧調理する際は、最低250ml以上の水やスープ、だし汁等の水分を入れてください。(詳しくはレシピをご参照ください)

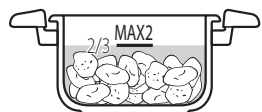
目安として中火10分間で約200ml(1カップ)の水が蒸発します。必ず、加圧調理時間に合わせた分量の水分を入れてください。

空だきは絶対にしないでください。

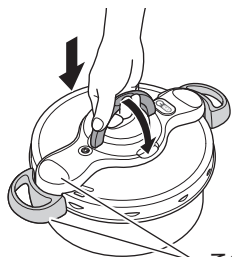
圧力鍋として使う(加圧調理)

## 加圧調理をする

「レシピブック」のレシピを参考にクッキングをお楽しみください。



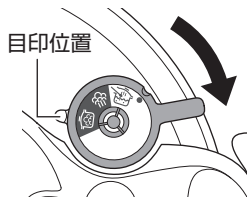
- 1** 鍋に材料を入れます。  
21・22ページ「鍋の調理量」を必ず守ってください。



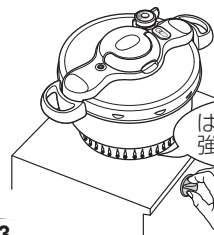
- 2** ふたを閉めます。  
ふたのパネル部分を鍋の取手部分に合わせて置き、開閉ハンドルを倒します。

ふたが回転し、しっかりとロックされていることを確認してください。

この部分を合わせる

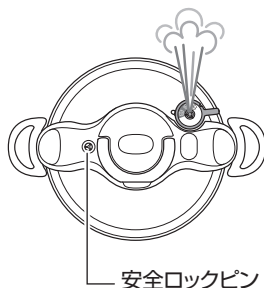


- 3** セレクターを回し、 マークをふたの目印位置に合わせてます。



- 4** 鍋を強めの中火で加熱します。  
炎は鍋の底面から出ないようにしてください。

はじめは強めの中火で



はじめに安全ロックピン(赤色)が上がり  
ます。

この時点からふたを開けることはできません。  
無理に開けようとしないでください。

しばらくするとセレクター中央のノズルから蒸  
気が出始めます。

「シュー」という音とともに、蒸気が絶えず出  
始めたら、火を弱火にします。

ここから加圧時間が始まります。

一度圧力がかければ弱火でも十分に調理でき  
ます。

- レシピに従って、タイマーで加圧時間を  
はかって調理してください。
- セレクター中央のノズルから蒸気が出始め  
るまでは、パネルとふたの間から多少蒸気  
が出ることがありますが、異常ではありません。



注意

- 蒸気が見えにくい場合があります。やけど等しないようご  
注意ください。
- 加圧中は、ノズルから蒸気がほど良く出ている状態を保  
ってください。蒸気がまったく出なくなったら、火を少し強  
くしてください。
- 本体取手の樹脂にガス火の熱が直接当たると樹脂がは  
じけ飛び、思わぬ怪我をすることがありますので、ご注意  
ください。
- 蓋をスライドして開閉しますので、本体縁に傷がつくこ  
とがございましたが、ご使用に問題はございません。
- 加圧調理から加熱調理への切り替えが固い場合があります。

- 5** 加圧時間が終わったら火を止めます。



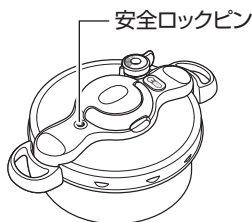
注意

火を止めた後も、鍋の中にはまだ圧力が残っています。その  
ため、ノズルから高温の蒸気が勢いよく排出されますので、  
十分にご注意ください。

- 6** 鍋の圧力を下げます。  
仕上がりや調理方法により、圧力の下げ方が異なります。

## 自然に圧力が下がるのを待つ

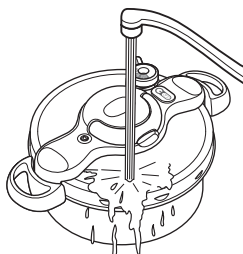
こんなときに：余熱を利用して味をふくませたいとき



火を止めたあと、そのまましておきます。安全ロックピンが完全に下がったら、セレクターを回し、☼マークをふたの目印位置にゆっくり合わせ、ふたを開けます。蒸らし時間の指定がある場合は、蒸らし時間が終了したら、セレクターを回し☼マークをふたの目印位置に合わせるか、ふたに水をかけて、内部の蒸気を完全に抜いてから、ふたを開けてください。

## すぐに圧力を下げる

こんなときに：パスタ等の麺類をゆでるとき、再加圧をするときなど



次のいずれかの方法で圧力を下げます。

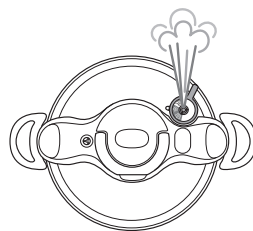
**方法1** ふたに流水をかけて圧力を下げる。  
(麺類の場合は必ずこの方法で圧力を下げてください)

ふたの金属部に中くらいの水量で流水を1分程度かけて、圧力を下げます。ノズルや安全ロックピンに水が入らないようにご注意ください。安全ロックピンが完全に下がったら、セレクターを回し☼マークをふたの目印位置にゆっくり合わせます。



注意

- 取っ手が熱くなっていることがありますので、ミトン等をお使いください。
- 鍋を移動する際は、両方の取っ手を持ってください。ふたの開閉ハンドルを持って移動することは、危険ですので絶対にしないでください。
- 移動中に鍋を傾けると、蒸気とともに調理物が噴き出す恐れがあります。移動する際は、鍋を傾けないよう水平に持って移動してください。



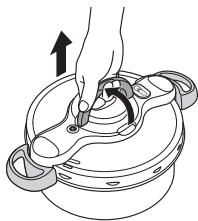
**方法2** セレクターを回し、☼マークをふたの目印位置にゆっくり合わせて蒸気を排出し、圧力を下げる。

ノズルから高温の蒸気が勢いよく排出されますので十分にご注意ください。蒸気排出の際、ノズルに固くしぼったぬれぶきを軽くかぶせると、万一、煮汁が吹きだ出した場合にも安心です。



注意

調理内容や場合によっては、調理物がノズルから排出されることがあります。そのときは、「すぐに圧力を下げる」の方法1で圧力を下げてください。



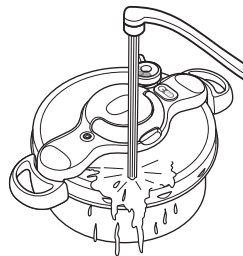
- 7** 開閉ハンドルを垂直に起こしてロックをはずし、ふたを持ち上げて開けます。  
ふたを開けるときは、ノズルからまったく蒸気が出ていないこと、安全ロックピンが完全に下がっていることを確認してください。



## 注意

- ふたを開ける際、鍋の中に少しでも圧力が残っていると、ふたが飛んだり、調理物が噴き出しやけどをする場合があります、大変危険です。
- はし等で無理に安全ロックピン（赤色）を押し下げないでください。
- 安全ロックピン（赤色）、セクター（圧力調整おもり）周辺は熱くなっていることがありますので、ふたを開ける際はご注意ください。
- ふたを開けた後、ふたを裏返すと、湯滴が垂れてやけどする危険がありますので、ご注意ください。ふたは裏返さないで水平に置くことをおすすめします。

## 再加圧する場合



もう一度加圧する場合、1回目の加圧調理終了後、次の方法で再加圧することができます。

- 1** ふたの金属部分に、中くらいの水量で流水を1分以上かけます。  
このとき、ノズルや安全ロックピンに水が入らないようにご注意ください。
- 2** ふたが十分に冷めたら、よく水気を拭き取り、23ページ「加圧調理をする」の手順3から再度調理します。  
ノズルに水が残っていると、再加圧したときに残った水が噴き出すことがありますので、ご注意ください。

## 取っ手のセットの仕方

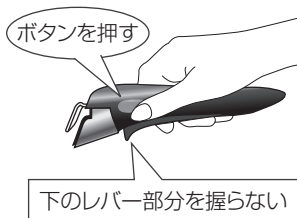
この取っ手は、取っ手のとれるフライパン・鍋専用です。  
圧力鍋には使用できません。

### 取り付け方

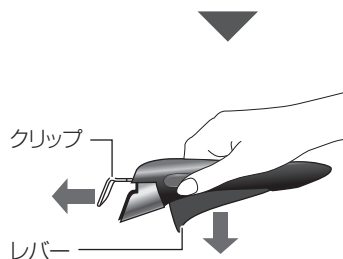
- 1** 取っ手の左右にあるボタンを、  
人差し指と親指で押します。

ご使用はじめはボタンが固い場合  
があります。

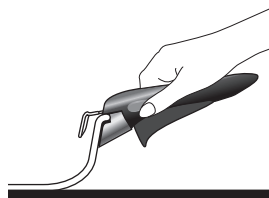
そのときは、ボタンを強く両手で  
押し込んでください。(その際、取っ  
手下部のレバーを握らないように  
してください)



レバーが下がって、クリップが  
開きます。

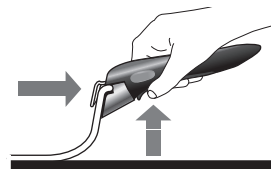


- 2** 取っ手の先端のクリップでフライパン・  
鍋本体のフチを挟むようにセットします。



- 3** 取っ手下部のレバーを、取っ手  
中に押し込みます。

レバーが取っ手に押し込まれると、取っ  
手が固定されます。



※ 調理中、あるいは取っ手を持ってフライパン・鍋を持ち運びする際は、取っ手が本体に固定されていることを確認してから、レバーをしっかり握って持ちあげてください。

レバーをしっかり握らないと、フライパン・鍋が突然はずれ、やけどやキッチン設備等が損傷する可能性があります。その際、両サイドのボタンには絶対に触れないようにご注意ください。

※ ご使用の際は、クリップ等に指を挟まれないようご注意ください。

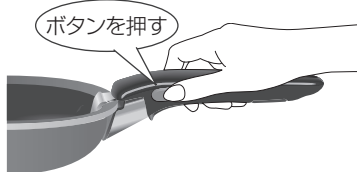
※ 落下、衝撃等により鍋やフライパン等本体に変形が生じた場合は、取っ手が正常に使用できなくなる恐れがありますので、ご使用を控え、新しい本体をご使用いただくことをおすすめします。



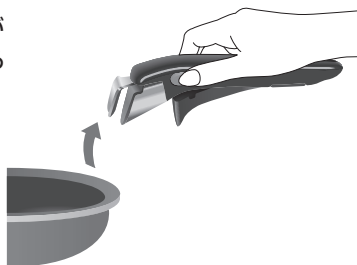
## 取っ手のセットの仕方 (続き)

### 取りはずし方

- 1** フライパン・鍋本体に取っ手がついている状態で、左右にあるボタンを、人差し指と親指で押します。



- 2** レバーが下がって、クリップが開くので、取っ手を本体からはずします。



- ※ 取っ手の着脱により、フライパン・鍋本体のフチのコーティング面に傷がつくことがあります。製品の機能には影響ありません。
- ※ 取っ手ははずすときは、必ず平らな場所で行ってください。
- ※ フライパン・鍋本体に取っ手を取り付ける前に、状態を確認し、火・熱・落下等により取っ手に損傷（ひび、割れ、欠損、溶解）がある場合はご使用を中止し、新しい取っ手をご使用ください。
- ※ ご使用後にフライパン・鍋から正常に取っ手がはずれない、またははずしにくい場合は、ご使用を控え、お客様相談センターにご連絡ください。

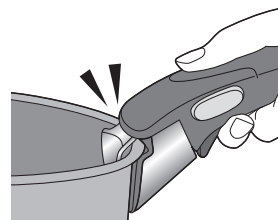
## 取っ手のとれるフライパン・鍋のお料理中のポイント

### 取っ手の破損がないか確認する

安全に使用するため、取っ手を使う前には必ず破損や故障がないか確認しましょう。破損した状態で使用すると、調理中の事故につながる恐れがあり、大変危険です。

### 取っ手が固定されているか、しっかり確認する

取っ手をフライパン・鍋に取り付ける際は、カチッと音がするのを確認してください。しっかり取り付けられたことを確認してから持ち上げるようにしましょう。また、移動中は取っ手の両側にあるボタンに触れないように、しっかりレバーを握りこんで持ってください。



### 必ず、少量の油をひいてから使う

コーティングを保護して長持ちさせるためにも少量の油をひいて使いましょう。空だきは、ノンスティック効果の劣化や剥がれの原因になるので厳禁です。

### 火加減は弱～中でOK

熱伝導と蓄熱性に優れているので、弱～中火が最適です。強火はコーティングを傷める恐れがあります。長持ちさせるためにも、適正な火加減での調理を心がけましょう。

### お知らせマークの色が変わったらすぐ調理

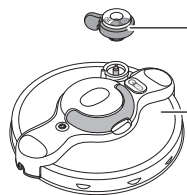
お知らせマークが消えたら、調理の適温です。加熱しすぎると、コーティングの劣化につながります。お知らせマークが消える適正な予熱時間は、約1分～1分半位が目安です。

### 調理器具は角が丸く柔らかいものを

強靭なコーティングですが、より長持ちさせるには柔らかいツールをつかいましょう。ナイロン樹脂製やシリコン製、木製のへらが特におすすめです。

# お手入れの仕方

ご使用後は毎回下記のお手入れをしてください

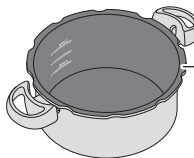


セレクター（圧力調整おもり）  
食器洗い乾燥機は使えません。

ふた  
ぬるま湯で中性洗剤をつけたスポンジで洗います。  
食器洗い乾燥機も使えます（セレクター、パッキングは  
はずしてください）。  
※ふたのふちや、ノズルなどの部品でけがをしないよう  
にご注意ください。  
※水につけたまま放置しないでください。



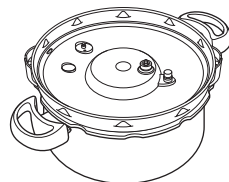
パッキング  
毎回使用後にぬるま湯で中性洗剤を使い溝まで洗い、よ  
く乾燥させてください。  
乾燥後は、パッキングをふたに取り付けてください。（取  
り付け方は18ページ参照）  
食器洗い乾燥機は使えません。



鍋  
ぬるま湯で中性洗剤をつけたスポンジで洗います。（傷が  
つく場合がありますのでご注意ください）  
食器洗い乾燥機は使えません。

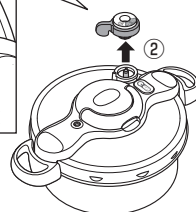
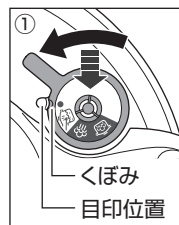
● 食器洗い乾燥機を使用する場合は、食器洗い乾燥機  
機、および使用する洗剤の取扱説明書や使用上の  
注意をご確認の上、従ってください。

お手入れ動画は  
こちら！



● お手入れが終わったらよく乾燥させて、ふ  
たを裏返した状態にして、鍋にのせて収納  
します。

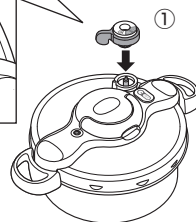
## セレクター（圧力調整おもり）のお手入れ




セレクターは流水で汚れを洗い流し  
ます。

### 取りはずし方

- ① セレクターの中央部分を押しなが  
ら、反時計回りに回し、セレクター  
のくぼみをふたの目印位置に合  
わせませう。
- ② セレクターを取りはずします。

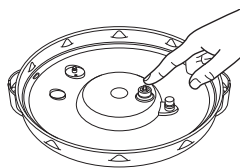


### 取り付け方

- ① セレクターのくぼみをふたの目印  
位置に合わせて取り付けます。
- ② セレクターの中央部分を押しなが  
ら、時計回りに回し、マークを  
ふたの目印位置に合わせませう。

！ 注意 漂白剤や塩素系洗剤を絶対に使用しないでください。鍋の品質  
を損なう場合があります。

## 安全弁のお手入れ



食べ物のカス等で汚れている場合は、汚れを取りのぞいてください。

**!** 注意 先のとがったものは使用しないでください。

## 取っ手のとれるフライパン・鍋のお手入れ

### 1. フライパン・鍋は冷めてから洗う

布巾の上などに置いて、しっかり冷めてから洗いましょう。

熱いまま水をかけるような急激な温度変化は、コーティングを傷めてしまいます。

### 2. 柔らかいスポンジに洗剤をつけて洗う

汚れは水洗いでもつると落ちますが、洗剤と柔らかいスポンジでしっかり洗って清潔にしてください。

水だけでは落としきれず表面に残った塩分や油分は、コーティングが剥がれる原因になります。

### 3. 取っ手は吊るして保管

衛生的にお使いいただくため、洗った取っ手は挟む方を下に向けて乾かしましょう。フックに吊るして保管、乾燥させるのがおすすめです。

- 使用後は、スポンジに中性洗剤をつけてよく洗い、完全に汚れを落として、乾燥させてください。
- 金属たわしや、研磨剤の入った洗剤・スポンジ等はご使用にならないでください。  
コーティング面が損傷する原因になります。
- 漂白剤および塩素系洗剤は、ご使用にならないでください。
- こげつき等を落とす際は、金属製の固いものを使用しないでください。
- 酢・重曹等の酸性またはアルカリ性のもののご使用は避けてください。
- 急激な衝撃を与えたり、空だきをした直後に水等をかけて急冷しないでください。
- 食器洗い機をご使用される場合は、食器洗い機、およびご使用される洗剤の取扱説明書や使用上の注意をご確認のうえ、従ってください。IH（電磁調理器）対応製品の場合、アルカリ性の洗剤をお使いになられるとアルミニウム合金が腐食し、はり底がはがれることがあります。
- 専用取っ手は食器洗い機で洗浄できません。

## 取っ手のとれるフライパン・鍋の買い替えのタイミング

- 食材がこびりつくようになったら  
油をひいて調理をしても、こびりつきがひどく気になりだしたら買い替えどきです。こびりつきはノンスティック加工の性能が落ちてきているサインです。
- 本体の金属が見えてきたら  
中面に傷がついてコーティング下の本体金属が見えたら、買い替えをご検討ください。金属が見えても、食材がこびりつかなければ安全にお使いいただけます。
- 取っ手が破損したら  
破損した取っ手を使用すると、事故につながる恐れがあります。火・熱等により取っ手に破損（ひび・割れ・欠損・溶解）がある場合は使用を中止し、新しい取っ手をご使用ください。

## より長くお使いいただくために

- パッキングは1年に1度を目安に交換してください。

10年くらいご使用になられた鍋は、販売店または当社「修理センター」へ点検に出されることをおすすめします。



注意

**空だきは絶対にしないでください。**

万一、空だきをした場合はQ&A「空だきをしてしまった」(38ページ)を参照の上、当社修理センターまでお問い合わせください。

**安全と品質を保証するPSCマーク・SGマークがついています。**



PSCマーク

「消費生活用製品安全法」に定める安全基準に適合していることを証明する表示です。



SGマーク

SGマーク制度は、家庭用の鍋または圧力がまの欠陥によって発生した人身事故に対する補償制度です。

調理中おかしいと感じたらまず火を消してください。

## 圧力鍋の加熱・加圧調理時


ふたが  
閉まらない

- パッキングは正しくセットしていますか？(18ページ参照)
- ふたは正しい位置に置いていますか？(10ページ参照)
- パッキングと鍋が密着しすぎていると閉めにくいことがあります。いったんパッキングを取りはずして水で濡らし、濡れたままの状態でも再度パッキングを取り付け位置にはめたあと(18ページ「パッキングの取り付け方」参照)、ふたを開めてください。
- 加熱して鍋が温まっているときは、開閉ハンドルがふたに対して垂直に起きた状態でふたを鍋の上に水平に置き、パッキングを押しつぶすようにハンドルを上から押しながら倒してください。
- 本体の縁に油を薄く塗ることで改善される場合もあります。

空だきをしてし  
まった

- 絶対に急冷はしないでください。火を止めて自然に冷ましてください。
- 冷めた後、20ページ「初めて加圧調理する場合」の項目をおこなってみて、問題がないか確認してください。
- 問題がある場合は、当社修理センターへお問い合わせください。

ふたが  
開かない

- 安全のため、開閉ハンドルを「閉める」の位置(倒した状態)に戻してください。(10ページ参照)
- 安全ロックピンは完全に下がっていますか？  
上がっている場合は、鍋の圧力をさげてください。(25ページ「すぐに圧力を下げる」「自然に圧力が下がるのを待つ」参照)安全ロックピンが完全に下がっていることを確認してから、セクターのマークをふたの目印位置に合わせてください。

焦げついて  
しまった

- すぐに洗わずに、鍋にぬるま湯を張ってしばらく置いてください。
- 漂白剤および塩素系洗剤を使用しないでください。

取っ手ががたつく

- 取っ手に熱変形、亀裂等の損傷がないことを確認してから、トルクスドライバー(T30)でネジをしめ直してください。それでもがたつきが直らない場合は、当社修理センターへお問い合わせください。


調理中おかしいと感じたらまず火を消してください。

購入時にパッキングに白い粉が付着している	● 白い粉は、輸送時にパッキングとふたの固着を防ぐためについているものです。食用に適したものですが、洗い流してからご使用ください。
----------------------	---

## 圧力鍋の加圧調理時

材料の量によって加圧時間は変わるの？	最大調理量を守ったうえで、材料の大きさをそろえれば、量が増えても減っても、加圧時間、蒸らし時間は変わりません。鍋の容量が変わっても同じです。
--------------------	--

ふたの周りから蒸気もれる	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ふたは正しく閉まっていますか？ (10ページ参照)</li> <li>● パッキングは正しくセットされていますか？ (17・18ページ参照)</li> <li>● パッキングに亀裂や縮み、ふたのふち部分にゆがみ等の損傷はありませんか？</li> <li>● パッキングが古くなっている場合は交換してください。(目安として1年に1回程度)</li> <li>● 調理内容量が最大調理量を超えていますか？ (21・22ページ参照)</li> </ul>
--------------	---

調理中、安全ロックピンが上がらない	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ふたの周りから蒸気もれていませんか？ →本ページ「ふたの周りから蒸気もれる」参照</li> <li>● ふたは正しく閉まっていますか？ (10ページ参照)</li> <li>● セレクターの  マークがふたの目印位置にセットされていますか？</li> <li>● 強めの中火（炎が鍋の底面より出ない程度）で立ち上げていますか？ そうでない場合は強めの中火にしてください。</li> <li>● 十分な水分量が入っていますか？</li> </ul>
-------------------	---

調理中、ノズルから蒸気が出てこない	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 蒸気が出てくるまで数分かります。</li> <li>● ふたの周りから蒸気もれていませんか？ →39ページ「ふたの周りから蒸気もれる」参照</li> <li>● ノズルや安全弁が汚れていませんか？ 火を止め、水道水をかけて急冷し圧力を下げてください (25ページ「すぐに圧力を下げる」参照)。 安全ロックピンが下がったら、ふたを開けて汚れを除去してください。</li> </ul>
-------------------	---

いつから加圧時間なの？	● ノズルから絶え間なく蒸気が出始めたときからです。火を弱めてください。(24ページ参照)
-------------	---

うまく調理できなかった 焦げついた	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ふたの周りから蒸気もれていませんか？ (39ページ「ふたの周りから蒸気もれる」参照)</li> <li>● セレクターのセット位置は合っていますか？ (12ページ「セレクター（圧力調整おもり）マークの意味」参照)</li> <li>● 加圧時間（調理時間）は合っていますか？</li> <li>● 加圧時の火加減は強すぎませんか？</li> <li>● 水分の量は足りていますか？</li> </ul>
----------------------	--

ごはんを炊いたら灰色がかってしまった	● 米のように、タンパク質と炭水化物を同時に含んでいる食品は高温高压で調理すると、アミノ酸と糖質が分解し灰色っぽく見えることがあります。これは無害で、味にも影響はありません。
--------------------	---

安全システムが1つでも作動した	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 火を止めて、鍋が自然に冷えるまで待ってください。</li> <li>● 安全ロックピンが下がったことを確認してからふたを開け、安全弁やノズル、パッキングに汚れがあれば除去してください。</li> </ul>
-----------------	--

## 取っ手のとれるフライパン・鍋の使用時

調理の適温がわからない	お知らせマークが消えたら調理の適温です。加熱しすぎるとコーティングの劣化につながります。
-------------	--

食材がこびりつく	油をひいて調理をしても、こびりつきがひどく気になりだしたら買い替えどきです。 こびりつきはノンスティック加工の性能が落ちてきているサインです。
----------	--

その他、ご不明な点は、当社「お客様相談センター」までお問い合わせください。

## アフターサービス

### 修理

- 故障のときは有償にて修理いたします。修理のご依頼やお問い合わせの際には、製品名、容量を必ずお申し出ください。容量は底面の刻印などをご覧ください。
- \* ご家庭での修理・改造などは大変危険です。絶対にしないでください。

### 交換部品

- パッキング等のご家庭で簡単に取り替えられる部品は、販売店または当社「部品注文センター（ナビダイヤルサービス）」でお買い求めいただけます。販売店にて品切れの場合は直接下記部品注文センターへお問い合わせください。
- \* 交換部品は必ず、純正部品をご使用ください。他社の部品では代用できません。

### お問い合わせ

- 商品に関するお問い合わせは、当社「お客様相談センター」、修理に関するお問い合わせは、販売店または「修理センター」へご連絡ください。

#### 株式会社 グループセブ ジャパン

本社：〒107-0062 東京都港区南青山 1-1-1 新青山ビル東館 4F

お客様  
相談センター



**0570-077772**

受付時間：9:00～18:00(土・日・祝日・弊社休業日を除く)

部品注文  
センター



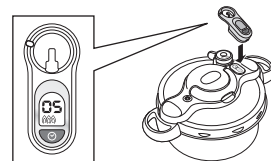
**0570-086072**

受付時間：9:00～18:00(土・日・祝日・弊社休業日を除く)

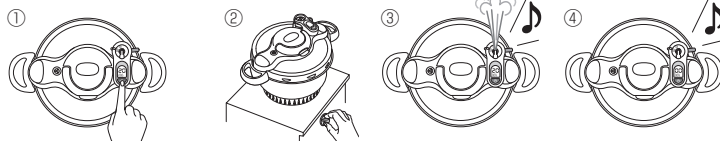
- ※ 全国各地より市内通話料金にてご利用いただけます。  
※ 商品により部品としての取り扱いのないものがございます。

## 別売オプション品

クリプソミニットシリーズ専用タイマー  
加圧状況をモニターし、火加減調節のタイミ  
ングをお知らせ。加圧調理がカンタンに。  
※ 本製品は防水仕様ではありません。



### 【使い方】



① タイマーをふたに取り付  
け、ボタンを押して圧力  
調理時間をセットします。

② 鍋を強めの中火  
で加熱します。

③ タイマーのアラ  
ームが鳴ったら、弱火  
にします。

④ 2回目のアラ  
ームが鳴ったら、火を  
止めます。

### 【ご購入について】

当社部品注文センターまたは販売店でお買い求めいただけます。

## 製品仕様

	圧力鍋	フライパン	ソースパン	
内部の表面加工	ふっ素樹脂塗膜加工			
材料の 種類	本体	アルミニウム合金		
	はり底	ステンレス鋼 (クロム16%)		
	ふた	ステンレス鋼 (クロム 18%、ニッケル8%)	-	-
	取っ手	-	フェノール樹脂	
	底の厚さ(合計)	4.5mm	4.5mm	3.4mm
満水容量	4.2L	2.3L	1.8L	
寸法 (内径)	22cm	26cm	16cm	

### おいしいレシピをご紹介します！

ティファール公式サイトでは本製品向けオリジナルレシピ  
のほか、200以上の圧力鍋レシピを公開しています。

<https://www.t-fal.co.jp/recipe/>

