

# T-fal®

ティファール

## ニュートリクック／エクスペリエンス ／エクスペリエンス+

### 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



電磁調理器  
(IH)



100V-200V  
対応



- 電磁調理器 (IH) を含む  
上記の熱源に使えます。

この度は、ティファール圧力なべ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。  
ティファール圧力なべは、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
お使いいただける熱源	5
各部の名称	6
調理プログラムについて	7
圧力ぶたについて	8
圧力ぶたの開け方、閉め方	8
コントロールパネルの取りはずし方、取り付け方	9
タイマーの使い方	10
中かごの使い方	12
圧力なべの安全設計	12
ご使用上の注意	14
初めて本製品をお使いになる場合	14
加圧調理を始める前に	15
パッキングを点検する	15
ノズルの点検	16
安全弁、圧力調整弁などの点検	17
圧力ぶたを点検する	17
圧力なべの調理量	18
最大調理量	18
最低調理量	19
中かごを使う場合	20
加圧調理をする	21
急冷する場合	24
再加圧する場合	26
お手入れの仕方	27
コントロールパネルのお手入れ	28
タイマーの電池交換	29
より長くお使いいただくために	30
こんなときは・・・Q&A	31
アフターサービス	34
製品仕様	35
保証規定	37



## 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。圧力なべは、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。

- ご使用前にノズルが目詰まりをしていないか、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できなくなる可能性があります。危険です。
- 調理量を守ってください。最大量はなべの深さの2/3までにしてください。
- 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なべの深さの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。危険です。
- パスタ等の麺類は、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圧力ぶ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「急冷」を参照）して圧力ぶたを開けてください。
- 空だきは絶対にしないでください。なべ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となります。
- ガスの炎はなべ底からはみださないようにしてください。火がなべ側面にまわり、取っ手が損傷する恐れがあります。
- 加熱中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。
- 加熱中および直後は、なべや圧力ぶた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。
- なべを移動する際は、圧力ぶたのハンドルやレバーを持たず、必ずなべ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、ノズルや蒸気に、顔や手を近づけないでください。
- 調理中、蒸らし中になべに強い衝撃を与えないでください。また、蒸らし時間になべを移動させるときは、静かに取り扱ってください。

- 圧力ぶたを開ける場合は必ず、なべの中の圧力を完全に下げてからおこなってください。
- 重曹等、急激に熱反応して発泡するものや、多量の油・酒は危険なので調理に使用しないでください。
- ローストビーフ等の一部料理を除き、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必ず守ってください。
- カレーやシチューのルウ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圧力ぶたを開け、圧力をかけない状態で入れてください。  
ルウ等を入れて加圧調理すると、ルウ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、跳ね上がったりしてノズル等の目詰まりの原因になりますので、圧力なべでの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、圧力ぶたを開ける際は十分にご注意ください。
- 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調理してください。
- 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使用いただき、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。
- 加圧調理ではなく、温めなおし等の加熱調理の際、圧力ぶたをなべの上に置いた状態で使用しないでください。
- 圧力ぶたを使わず、通常のなべとして天ぷら等の料理をする際は、油温を200度以上に上昇させないでください。
- 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。
- 加圧調理で、油を使っの揚げ物は絶対にしないでください。
- 電子レンジ、およびオープンではお使いになれません。
- 料理を長時間なべの中に入れてそのままにしないでください。
- 取っ手のがたつきがでた場合は、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、マイナスドライバーでネジをしめ直してください。
- 製品の使用時やお手入れ時に、ふち等で手を切らないようご注意ください。

- 調理以外の目的にはご使用にならないでください。
- 本製品は一般家庭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。
- 圧力ぶたについている「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。
- 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圧力ぶたを開けないうでください。また、完全に冷めるまで動かさないでください。その後、当社修理センターに修理をご依頼ください。

### ガラスぶたの取り扱い上の注意

- 急激な衝撃や温度変化を与えないでください。
- 加熱調理中、調理直後はガラスぶたのつまみが熱くなることがあります。つまみを持つ際は、ミトン等をご使用ください。
- 洗浄の際に、研磨剤入りスポンジや金属たわし、クレンザーなどを使用すると、傷がつく場合がありますのでお止めください。
- ガラスぶたを圧力なべ本体からずらしてご使用にならないでください。ガラスぶたを部分的に加熱し破損の原因になります。
- 破損した場合、破片が鋭利なかけらまたは細片となって激しく飛散する恐れがありますので、ご注意ください。また、ガラスに傷がつくようなお取扱いは避けてください。
- 電子レンジまたはオープンでは使用しないでください。
- 冷凍庫または冷凍室では使用しないでください。
- ご使用中につまみが緩くなる場合があります。そのままでご使用になりますと、脱落によるやけどなどの事故の危険があります。ネジを締め直してご使用ください。
- ガラスぶたを使用する場合、圧力ぶたを開けて裏返すとつまみのノズルから湯滴が落ちることがありますのでご注意ください。

### 電池の取り扱い上の注意

電池の液漏れ、破裂、発熱の原因になりますので、以下のことにご注意ください。

- 電池の＋方向を間違えて入れないでください。
- 長期間使用しない場合は、電池を取りはずしてください。
- 電池を充電しないでください。
- 電池や製品を幼児の手の届くところに置かないでください。とくに電池を交換する際は、小さなお子様が電池や部品を口に入れたり飲み込んだりしないようご注意ください。万一、電池を飲み込んだ場合には直ちに医師に相談してください。

# お使いいただける熱源



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



電磁調理器  
(IH)



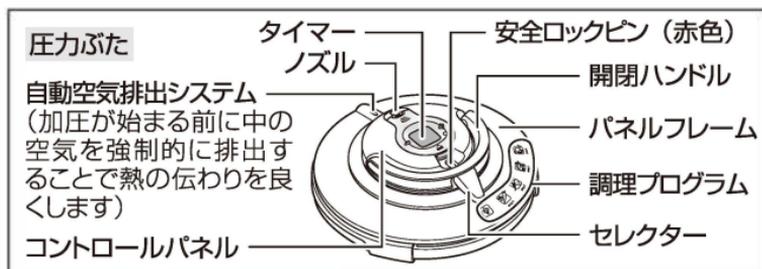
100V-200V  
対応

- 電磁調理器 (IH) を含む上記の熱源に使えます。

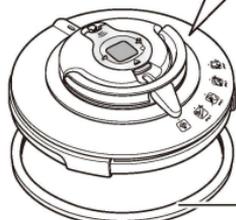
- ガスの場合、炎がなべ側面までまわらないようにご注意ください。
- 電磁調理器 (IH) でお使いになる場合
  - ・ メーカーや機種により出力や火力が異なりますので、お使いの電磁調理器 (IH) の取扱説明書をお読みのうえ、適切な出力でご利用ください。
  - ・ ガスに比べ熱量出力が非常に高く、急激に底面が加熱されます。出力 (火力) の調整をおこない、空だきにご注意ください。
  - ・ 効率よく加熱するために、なべの底に付着している水滴はきれいに拭きとってからご利用ください。
  - ・ まれに一部の電磁調理器 (IH) で使えない場合があります。
  - ・ 熱源部がなべの底の直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

## ! 注意

# 各部の名称



※ 圧力ぶたについている「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。



パッキング

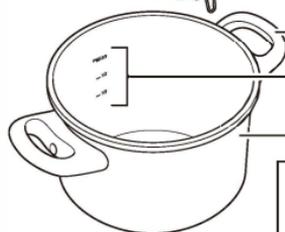


中かご\*



中かご\*

取っ手

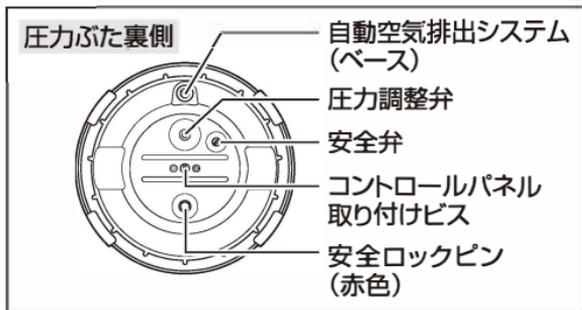


最大調理量の目安

なべ



ガラスぶた\*



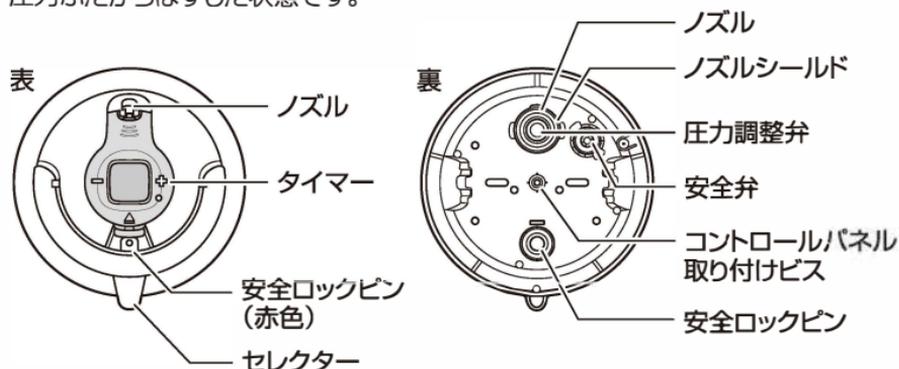
● 品質向上のため、製品の仕様を変更する場合がございますので、ご了承ください。

\*印はすべて付属品です。

## 各部の名称 (続き)

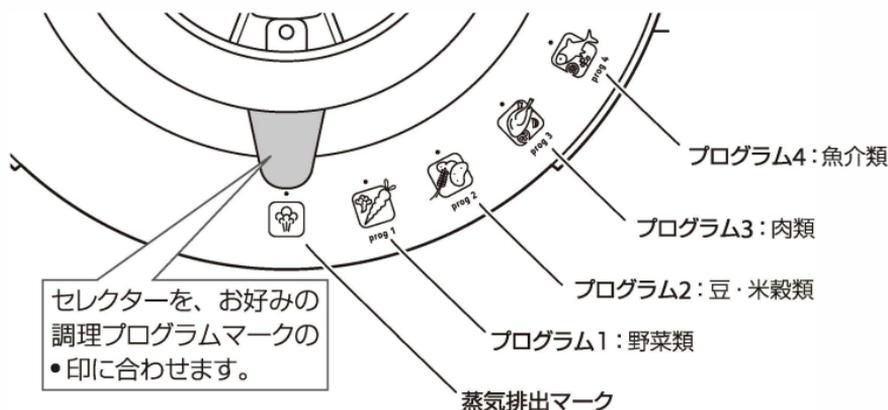
### コントロールパネルの名称

圧力ぶたからはずした状態です。



※ コントロールパネルそのものは絶対に分解しないでください。

## 調理プログラムについて



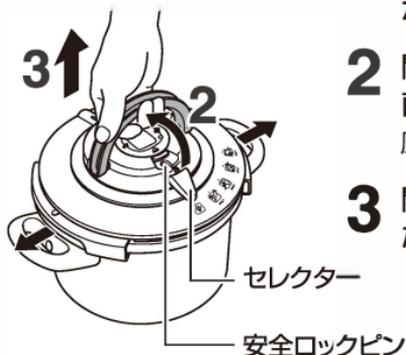
※ いも類を使った料理やスープの場合は、プログラム2にセットしてください。

※ 上記以外で、複数の食材を使う料理の場合、メインとなる食材が属するプログラムにセットしてください。

# 圧力ぶたについて

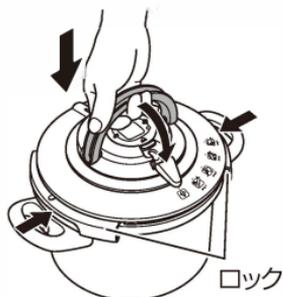
## 圧力ぶたの開け方、閉め方

### 開けるとき



- 1 セレクターが マークの・印にセットされ、安全ロックピンが完全に下がっていることを確認します。
- 2 開閉ハンドルを圧力ぶたに対して垂直になる位置まで起こします。  
圧力ぶたのロックがはずれます。
- 3 開閉ハンドルを握ったまま、圧力ぶたを持ち上げます。

### 閉めるとき



- 1 開閉ハンドルが圧力ぶたに対して垂直の位置にあることを確認します。
- 2 なべの上に圧力ぶたを水平に置き、開閉ハンドルを倒します。  
圧力ぶたのロックがしっかり閉まっているか確認してください。
  - ロックを閉めた状態でも圧力ぶたを回すことができるのは正常です。

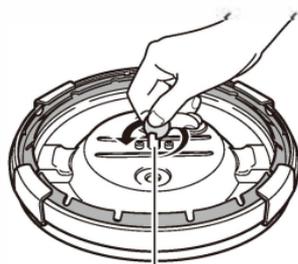
### 圧力ぶたが閉まらない場合

- 開閉ハンドルが圧力ぶ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なべに置いてください。
- 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。

# 圧力ぶたについて (続き)

## コントロールパネルの取りはずし方、取り付け方

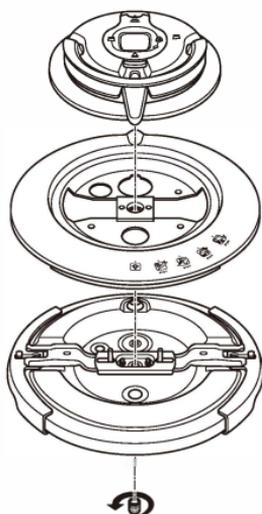
### 取りはずすとき



取り付けビス

- 1 セレクターが  マークの・印にセットされていることを確認します。
- 2 圧力ぶたを裏返し、コントロールパネルを持ちながら、取り付けビスを反時計回りに回します。  
必要であれば、コインやねじ回しをご使用ください。

### 取り付けるとき



- 1 セレクターが  マークの・印にあることを確認します。
- 2 コントロールパネルのセレクター部分が圧力ぶたのセレクターマーク側にくるようにセットします。
- 3 圧力ぶたを裏返して、コントロールパネル取り付けビスを時計回りにしっかり締めます。  
締め方が弱いと蒸気もれの原因となりますので、必要であれば、ゴム手袋やぬれびきん、コイン等を使用し固く締めてください。



注意

- コントロールパネルは決まった向きでないと、取り付けられません。フィットしないときは向きを逆にしてみましょう。
- コントロールパネルは、圧力なべを使うための機能が一体化されているものです。圧力ぶたに正しく取り付けてください。

# タイマーの使い方

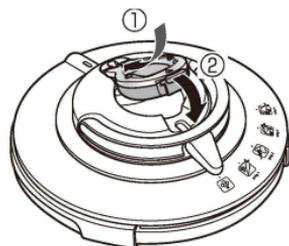
本製品のタイマーは、セレクトでセットした各調理プログラムの設定圧力（温度）に達すると、自動的にカウントダウンをスタートします。また、加圧調理後、調理プログラムごとに設定されたソフトスチーム時間も自動的にカウントダウンします。

圧力ぶたについて / タイマーの使い方

## 取り付け方、取りはずし方

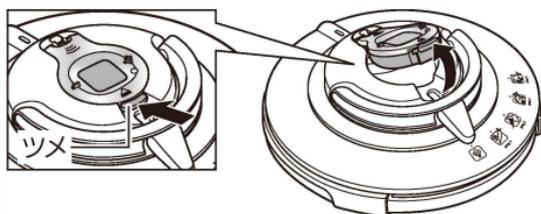
### 取り付け方

- ① タイマーの先端部分を図のようにコントロールパネルに差し込みます。
- ② 枠の部分をカチッとまで上から押し付けて取り付けます。

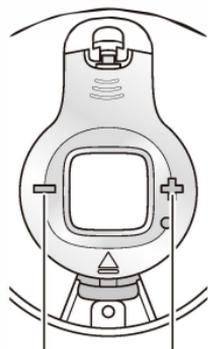


### 取りはずし方

ツメを押しながら取りはずします。



## 時間のセット方法

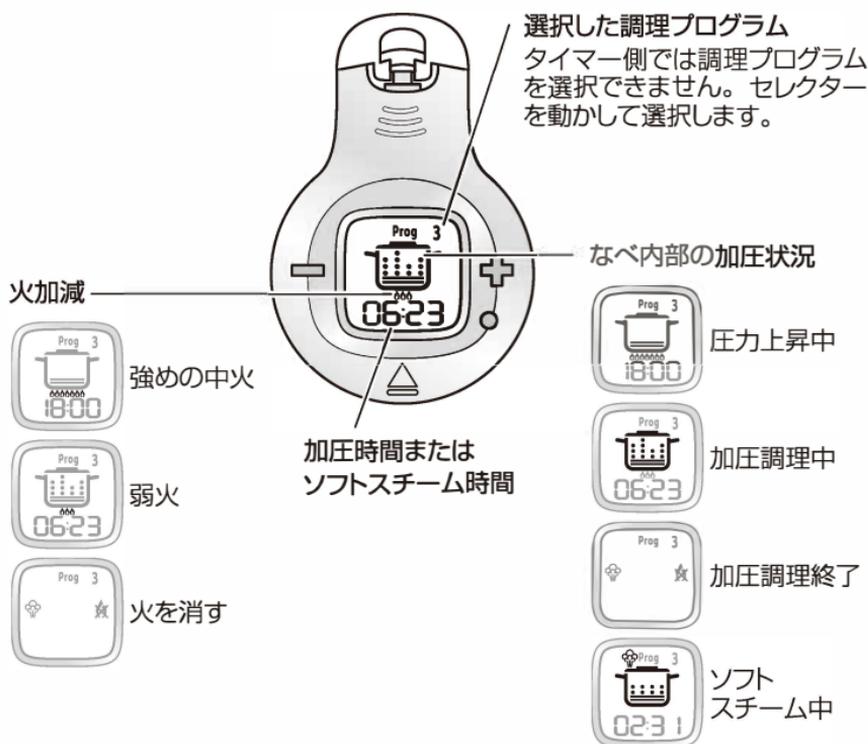


⊖ボタン ⊕ボタン

- ⊕ / ⊖ボタン を押して時間をセットします。
- タイマーは分単位でしかセットできません。  
(最小1分～最大59分まで)
- カウントを始めると、残りの調理時間は秒単位でも表示されます。
- 加圧調理中はカウントを始めたあとでも、ボタンを押して時間をセットし直すことができます。ただしソフトスチーム中は時間をセットし直すことができません。
- タイマーは⊕ ⊖を同時に押すと、リセットして止めることができます。

# タイマーの使い方 (続き)

## タイマー表示の見方



## アラームが鳴る場合

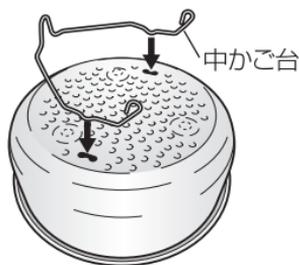
表示が点滅し、アラームが鳴る場合は、以下の点をご確認ください。

- タイマーが正しく圧力ぶたに装着されているか
- 調理プログラムが選択されているか
- 圧力ぶたをタイマーを下にして置いたときに、 $\oplus$   $\ominus$  ボタンが押されていないか

アラームは $\oplus$   $\ominus$ ボタンのどちらかを押すと止めることができます。



## 中かごの使い方



中かご台を中かごの底面にある穴（2か所）にセットします。

## 圧力なべの安全設計

ティファール圧力なべには安全のためのシステムがあります。

### 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圧力ぶ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しまっても、圧力ぶたのロックがかかっているため、圧力ぶたは開きません。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。
- 圧力ぶ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**

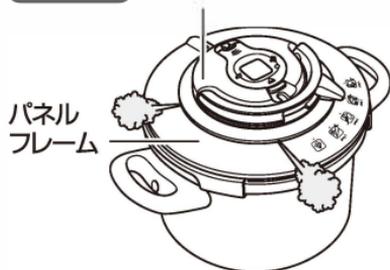
加圧調理中は、無理に圧力ぶたを開けようとしたり、安全ロックピンを押し下げようとししないでください。

# 圧力なべの安全設計 (続き)

## 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。

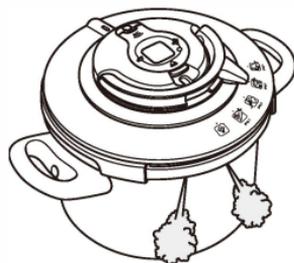
### 安全弁 コントロールパネル



圧力調整弁が正常に作動しない場合は、安全弁から蒸気が排出されます。

排出された蒸気は、コントロールパネルとパネルフレームの間から出るようになっています。

### 特別設計のパッキング



万一、圧力調整弁と安全弁がともに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圧力ぶたと圧力なべの間から出るようになっています。

## ! 安全システムが作動した場合は

- まず火を止めて、圧力なべが自然に冷めるのを待ってください。
- 圧力ぶたを開け、ノズル、安全弁、圧力調整弁、パッキングを点検し、汚れがあればとりのぞいてください。(15～17ページ参照)
- 点検、汚れをとりのぞいた後、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。

## ご使用上の注意

- 圧力なべからは非常に熱い蒸気がでます。やけどにご注意ください。必要であれば、ミトン等をご使用ください。
- 圧力ぶたを無理に開けようとしないでください。安全ロックピンが下がるのを確認してから圧力ぶたを開けてください。
- 小さなお子様が手を触れないように十分にご注意ください。
- 圧力なべを持ち運ぶときは、開閉ハンドルを持たないでください。必ず両手で取っ手を持ってください。
- 圧力なべに長時間食材を入れたままにしないでください。
- 漂白剤や塩素系洗剤を使用しないでください。ステンレスに悪影響を与えます。
- 圧力ぶたのつけ置き洗いはしないでください。
- パッキングは1年に1度を目安に交換してください。
- 10年間ご使用になった圧力なべは、販売店または当社修理センターへ点検にお出してください。

## 初めて本製品をお使いになる場合



初めてご使用の際は、必ずおこなってください。

お買い上げいただいた圧力なべを最初に使うときは、きちんと作動していることを確認するため、そして圧力なべの扱いに慣れるためにも、下記の手順に従って、まず水を使って圧力をかけてください。



加圧時間：10分

- 1 中性洗剤を使ってスポンジで圧力なべをよく洗い、乾かします。
- 2 圧力なべの深さの2/3まで水を入れ、21ページ「加圧調理をする」の2から10の手順に従い加圧してください。(加圧時間:10分)
  - 圧力ぶ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たから、調理を始めてください。

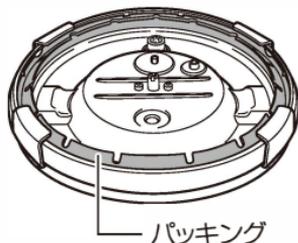
# 加圧調理を始める前に

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

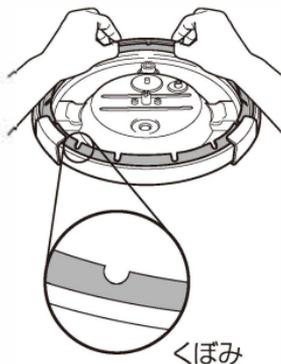


亀裂等の傷みや縮みがないか確認します。傷みがある場合は、蒸気もれの原因になりますので、パッキングを交換してください。

### <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。(34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** 圧力ぶたをはずし、開閉ハンドルを倒したあと、左図のように圧力ぶたを裏返します。
- 2** パッキングのくぼみのある面を上にして、しっかり圧力ぶたにはめ込みます。
- 3** 圧力ぶたのへりに向かってしっかりと指で押して、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、蒸気もれの原因となります。



注意

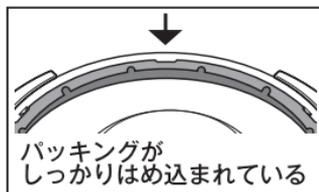
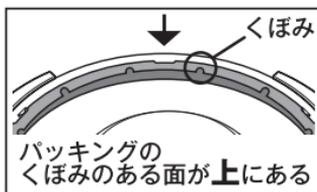
パッキングには表裏があります。

表裏を逆にセットすると圧力ぶたがしっかり閉められなかったり、蒸気がもれて正しく使用することができません。その際は、パッキングを裏返して再度セットし直してください。

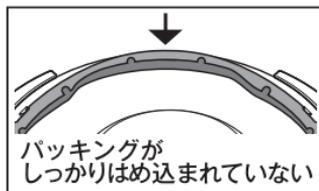
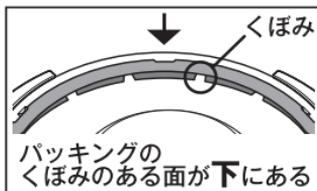
### パッキングの取り付け例



良い例

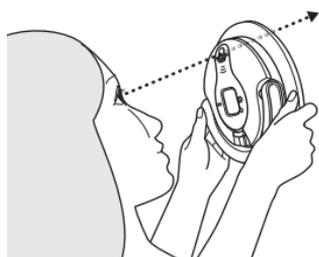


悪い例



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。

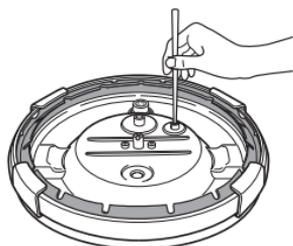
## ノズルの点検



- 1 コントロールパネルをはずします。  
→はずしかたは9ページを参照してください。
- 2 ノズルを明るい方向へかざして目詰りしていないか確認します。  
汚れている場合は、綿棒などで掃除してください。

# 加圧調理を始める前に (続き)

## 安全弁、圧力調整弁などの点検



- 1 コントロールパネルを圧力ぶたに取り付け、安全弁の中央の奥まった部分を、先の丸いはし等で強めに押してみ、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。

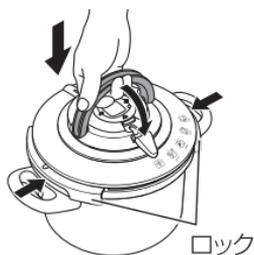
**!** 注意 先のとがったものは使用しないでください。



- 2 圧力ぶたを裏返した状態でセレクターを☞マークの・印に合わせると圧力調整弁が圧力ぶたに接していること、セレクターを調理プログラムのいずれかに合わせると圧力ぶたから少し離れることを確認してください。  
また、食べ物のカスなどで汚れていないかどうか確認してください。

- 3 コントロールパネルが正しく取り付けられ、コントロールパネル取り付けビスが確実に締まっているか確認します。  
→ 9ページ参照

## 圧力ぶたを点検する



- 1 開閉ハンドルが圧力ぶたに対して垂直に起きた状態で、圧力ぶたを圧力なべの上に置きます。
- 2 開閉ハンドルを倒し、圧力ぶたのロックがしっかりと閉まっているか確認してください。

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。

# 圧力なべの調理量

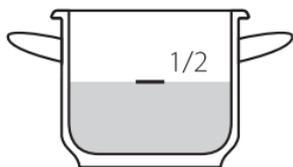
## 最大調理量

加圧調理するときは以下の最大調理量を守ってください。



### 通常のお料理

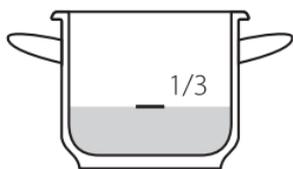
材料+水分が **なべの深さの2/3**



### カレーやシチュー等

材料+水分が **なべの深さの1/2**

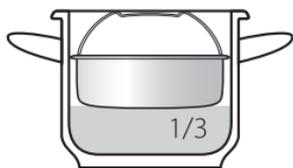
- ※ でんぷんが多い野菜で、とろみがつきやすいものもなべの深さの1/2までとしてください。
- ※ カレーやシチュー等のルウは、加圧調理後に入れてください。



### 麺類や分量が増えるもの（おでん等）

材料+水分が **なべの深さの1/3**

- ※ パスタ等の麺類をゆでる場合は、加圧調理後、ソフトスチームをおこなわず、必ず急冷（25ページ参照）してから圧力ぶたを開けてください。



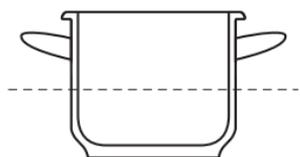
### 豆類

豆+水分が **なべの深さの1/3**

- ※ 付属の中かごを落としぶたとしてご使用ください。（中かご台はつけない）

加圧調理を始める前に／圧力なべの調理量

## 圧力なべの調理量 (続き)



### 白米／玄米

6リットルなべの場合： 6合（約5.4カップ）

### 落としぶたの使用について

- 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ならないでください。ノズルや安全弁等をふさいでしまう恐れがあります。



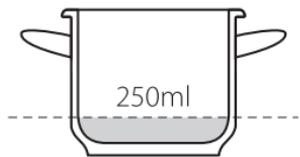
注意

### 豆類や麺類を調理するときは

- 豆類や麺類等は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。



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、調理時間に見合っ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。

## 中かごを使う場合



中かごに材料を入れ、水を250ml以上入れたなべに入れます。

- 蒸し料理の場合は、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、調理時間に見合った分量の水を入れてください。
- もち米や乾物等を蒸す場合は、必ず最低600mlの水を入れてください。水が少ないと、焦げつきの原因となります。



**注意**

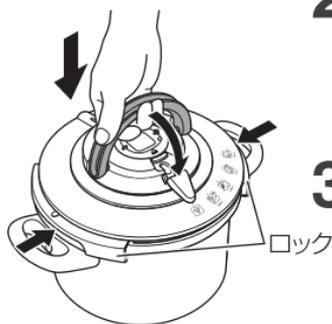
中かごを使用して調理する際は、調理物が圧力ぶたの内側に触れないよう、ご注意ください。

# 加圧調理をする

「レシピブック」のレシピを参考においしい圧力なべクッキングをお楽しみください。

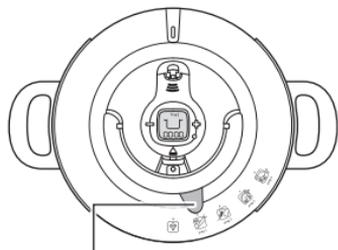


- 1** 圧力なべに材料を入れます。  
18～20ページ「圧力なべの調理量」を必ず守ってください。



- 2** セレクターがマークの・印の位置にあること、開閉ハンドルが圧力ぶたに対して垂直に起きた状態であることを確認します。

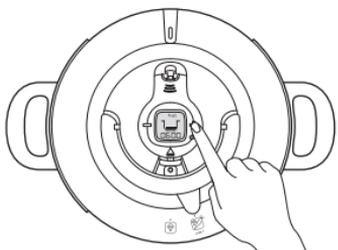
- 3** 圧力なべの上に圧力ぶたを水平に置き、開閉ハンドルを倒します。  
圧力ぶたのロックがしっかりと閉まっているか確認してください。



セレクター

- 4** セレクターを、お好みの調理プログラムマークの・印に合わせます。

 プログラム1: 野菜類 prog 1	 プログラム3: 肉類 prog 3
 プログラム2: 豆・米穀類 prog 2	 プログラム4: 魚介類 prog 4



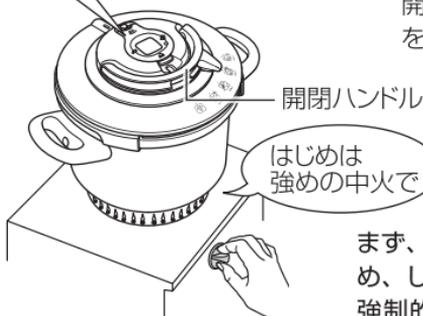
- 5** タイマーの⊕、⊖ ボタンを押して、加圧時間（分単位）をセットします。  
（最小1分～最大59分）

**!** 注意 調理中はタイマーを取りはずさないでください。



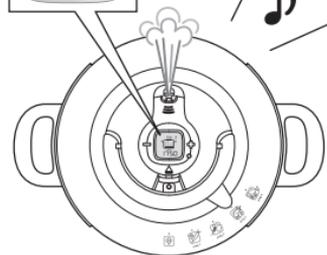
## 6 圧力なべを強めの中火（炎が圧力なべの底面から出ない程度）で加熱します。

開閉ハンドルが手前に来るように圧力なべを置いて調理してください。



まず、自動空気排出システムから蒸気が出始め、しばらくすると止まります。（中の空気を強制的に排出することで熱の伝わりを良くします。）

その後まもなく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、タイマーのアラームが鳴り、カウントダウンがスタートします。



アラームはしばらくすると自動で止まります。

## 7 ここから加圧調理が始まりますので、弱火にします。

一度圧力がかかれば弱火でも十分に調理できます。

加圧調理中は、タイマーを圧力ぶたから取りはずさないでください。

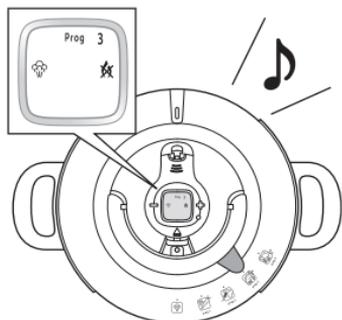
加圧調理中でもタイマーの時間を変更することができます。



### 注意

加圧調理中は、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。また、蒸気の状態が見えにくい場合がありますので、ご確認の際は、やけど等しないようご注意ください。

## 加圧調理をする (続き)



- 8** 加圧調理時間が終了すると、アラームが鳴りますので、火を止めます。

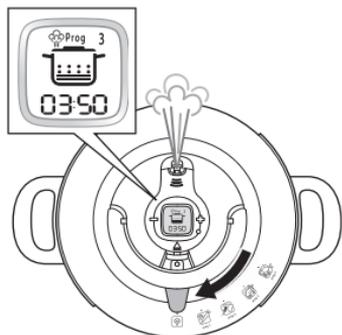
加圧調理後、ソフトスチームに進みます。

ソフトスチームは料理をよりおいしく仕上げるための、加圧調理後におこなう独自の蒸らし工程です。

タイマーにはプログラムごとに異なるソフトスチーム時間があらかじめ設定されています。



**注意** ソフトスチーム中にタイマーを圧力なべから取りはずさないでください。また、ソフトスチーム中はタイマーの時間を変更することはできません。



- 9** セレクターを  マークの・印に合わせると、アラームが止まり、ソフトスチームがスタートします。

選んだ調理プログラムに応じたソフトスチーム時間が自動でスタートします。

ソフトスチーム時間が終了すると、アラームが鳴ります。

アラームは、 または  ボタンを押すと止まります。



**注意** 火を止めた後も、なべ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排出されますので、十分にご注意ください。

**10** 安全ロックピンが完全に下がったのを確認したら、開閉ハンドルを垂直に起こしてロックをはずし、圧力ぶたを持ち上げて開けます。

**!** 注意

- 圧力ぶたを開ける際、なべの中に少しでも圧力が残っていると、圧力ぶたが飛んだり、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）、ノズル周辺は熱くなっていることがありますので、圧力ぶたを開ける際はご注意ください。
- 圧力ぶたを開けた後、圧力ぶたを裏返すと、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。圧力ぶたは裏返さないで水平に置くことをおすすめします。

加圧調理をする

## 急冷する場合

料理をよりおいしく仕上げるため、加圧調理後にはソフトスチームをおこなっていただくことをおすすめいたします。

ただし、状況や食材により、加圧調理後にソフトスチームをおこなわず、すぐに圧力ぶたを開けたいときは、タイマーの ⊕ と ⊖ ボタンを同時に押してタイマーを止めた後、タイマーを取り外し、圧力ぶたに流水をかけて急冷して中の圧力を下げてください。

その後、安全ロックピンが完全に下がったことを確認してから、圧力ぶたを開けてください。

（次ページに方法を記載しています）

※ 麺類の場合は、必ず「急冷」をおこなってから圧力ぶたを開けてください。

## 加圧調理をする (続き)

急冷：圧力ぶたに流水をかけて中の圧力を下げる

タイマーは  
必ずはずす



タイマーをはずし、圧力ぶたのパネルフレーム部分（調理プログラムマーク近く）に蛇口からの流水を1分程度かけて、内部の圧力を下げます。

このときノズルや安全ロックピンに水がはいらないようにご注意ください。

ノズルからまったく蒸気が出なくなったら、セレクターをゆっくり  マークの・印まで回します。



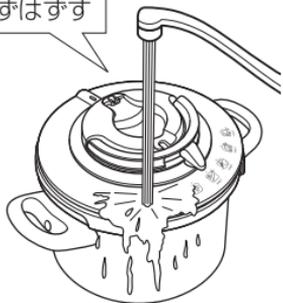
注意

- 取っ手が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。
- なべを移動する際は、両方の取っ手を持ってください。圧力ぶ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。
- 移動中になべを傾けると、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、なべを傾けないよう水平に持って移動してください。

## 再加圧する場合

ビーフシチューなどで連続して加圧する場合は、1回目の加圧調理が終わったら、次の方法で圧力ぶたを冷ましてください。

タイマーは  
必ずはずす



**1** 最初の加圧調理が終わったら、まずタイマーをコントロールパネルからはずします。

**2** 圧力ぶたのパネルフレーム部分（調理プログラムマーク近く）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はまらないようにご注意ください。

**3** 圧力ぶたが十分に冷めたら、よく水を切り、拭いてから、「加圧調理をする」の5からの手順（21ページ）で2回目の加圧をします。

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勢い良く飛び出ることがありますので、ご注意ください。

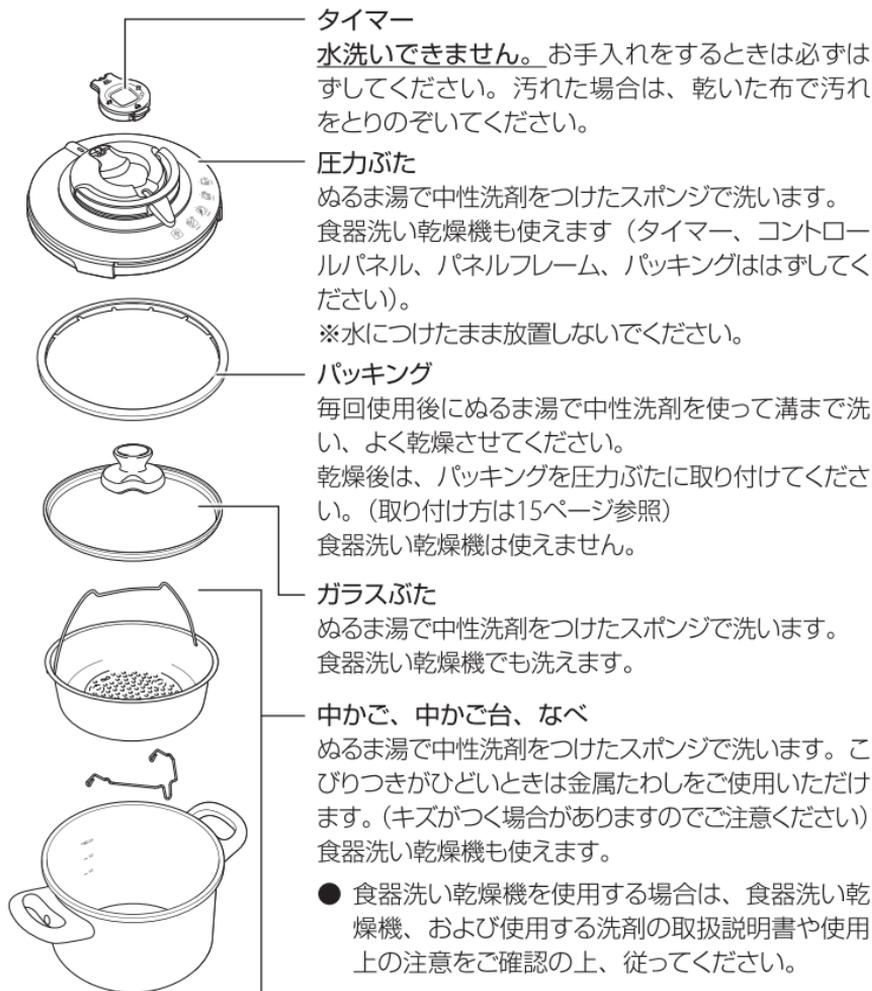
加圧調理をする

### ！ 注意

- タイマーは、温度変化を感知して、カウントをスタートします。そのため、繰り返し使用する際には、圧力ぶたを十分に冷まさないと、余熱や調理中の熱に反応したり、調理内容や熱源に影響を受けて、圧力がかかるタイミングとずれてスタートすることがあります。
- タイマーは防水加工されていません。水をかけたり、水に浸したりしないようにしてください。

# 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



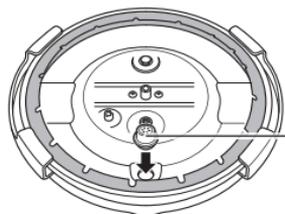
**!** 注意

漂白剤や塩素系洗剤を絶対に使用しないでください。ステンレスの品質を損なう場合があります。



- お手入れが終わったらよく乾燥させて、圧力ぶたを裏返した状態にして、なべにのせて収納します。
- 使用后、底面が虹色に変色または白い固着物が発生する場合がありますが、水に含まれるミネラルとステンレスの表面との反応によるものですので、安心してご使用ください。気になる場合は、少量のお酢を含ませた布で拭いた後、よくすすいで乾かしてください。

圧力ぶた裏面



自動空気排出システム（ベース）

- 誤って圧力ぶたの裏についている自動空気排出システムのベースがはずれてしまった場合は、しっかり押し込んでセットしなおしてください。

## コントロールパネルのお手入れ



流水ですすいでよく乾かしてください。

汚れが気になる時は中性洗剤を使いスポンジで洗い、水ですすいでください。金属たわしはご使用にならないでください。コントロールパネルは食器洗い乾燥機では洗えません。

※ コントロールパネルは絶対に分解しないでください。

# お手入れの仕方 (続き)

## タイマーの電池交換



タイマーの表示が暗くなったら、電池を交換してください。

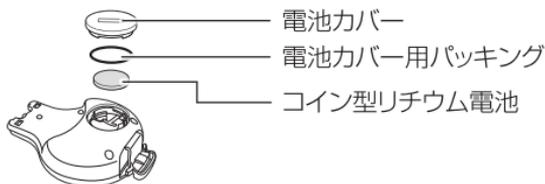
タイマーを裏返して、電池カバーをコインなどを使ってはずし、中の電池を交換します。

電池カバーを取り付けるときは、カバーの ◐ マークをタイマーの ◑ マークに合わせてセットし、コイン等を使って、押しながらタイマーの ● マークまで回します。

### 使用電池

CR2032型コイン型

リチウム電池



## より長くお使いいただくために

- 永くご使用いただくとなべの内側が黒くなってきたり、線が出てくる場合がありますが、品質には問題ございません。
- 圧力なべが黒くなってきた場合は、ステンレス専用洗剤または磨き粉で洗浄してください。
- 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圧力なべは、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。

### 空だきは絶対にしないでください。



**注意** 万一、空だきをした場合はQ&A「空だきをしてしまった」(31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、家庭用の圧力なべ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。

お手入れの仕方／より長くお使いいただくために

## こんなときは・・・Q&A

調理中おかしいと感じたらまず火を消してください。

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、加圧時間は変わりません。なべの容量が変わっても同じです。
圧力ぶたが閉まらない	<ul style="list-style-type: none"><li>● パッキングは正しくセットしていますか？（15ページ参照）</li><li>● 圧力ぶた横のロックははずれていますか？</li></ul>
空だきをしてしまった	<ul style="list-style-type: none"><li>● 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。</li><li>● 冷めた後、14ページ「初めて本製品をお使いになる場合」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。</li><li>● 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。</li></ul>
圧力ぶたの周りから蒸気がもれる	<ul style="list-style-type: none"><li>● 圧力ぶたは正しく閉まっていますか？（8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？（15ページ参照）</li><li>● パッキングに亀裂や縮み、圧力ぶ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せんか？（18～20ページ参照）</li></ul>
コントロールパネルの周りから蒸気がもれる	<ul style="list-style-type: none"><li>● コントロールパネルは正しく取り付けられていますか？（9ページ参照）</li><li>● コントロールパネルの取り付けビスはしっかりと締まっていますか？（9ページ参照）</li><li>● ノズルシールドや圧力調整弁はついていませんか？（7ページ参照）またはキズついていませんか？</li><li>● 一度圧力がかかった後は、弱火にしていますか？（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>● 圧力ぶたは正しく閉まっていますか？（8ページ参照）</li> <li>● セレクターは調理プログラムの●印にセットされていますか？</li> </ul>
加熱しているのに、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かります。</li> <li>● 圧力ぶたの周りから蒸気もれていませんか？ →31 ページ「圧力ぶたの周りから蒸気もれる」参照</li> <li>● ノズルや圧力調整弁、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「急冷」参照）。安全ロックピンが下がったら、圧力ぶたを開けて汚れを除去してください。</li> </ul>
いつから加圧調理なの？	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ノズルから絶え間なく蒸気が出始め、タイマーのアラームが鳴ったときからです。火を弱めてください。（22ページ参照）</li> </ul>
圧力ぶたが開かない	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 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。（8ページ参照）</li> <li>● セレクターが  マークの●印の位置にありますか？ そうでなければ、 マークの●印に合わせてください。 合わせても安全ロックピンが上がらない場合は、急冷して圧力を下げてください（25ページ「急冷」参照）。しばらくすると安全ロックピンが下がります。</li> </ul>
うまく調理できなかった 焦げついた	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 圧力ぶたの周りから蒸気もれていませんか？ →31 ページ「圧力ぶ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？（7ページ参照）</li> <li>● 加圧調理時間は合っていますか？</li> <li>● 加圧調理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>

## こんなときは・・・Q&A (続き)

調理中おかしいと感じたらまず火を消してください。

焦げついてしまった	<ul style="list-style-type: none"><li>● すぐに洗わずに、なべにぬるま湯を張ってしばらく置いてください。</li><li>● ステンレス専用洗剤やクレンザーで洗浄してください。</li><li>● 漂白剤および塩素系洗剤を使用しないでください。</li><li>● こびりつきがひどいときは金属たわしをお使いください。 (強くこするとキズがつく場合もありますので、ご注意ください)</li></ul>
ごはんを炊いたら灰色がかった	<ul style="list-style-type: none"><li>● 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。</li></ul>
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、圧力なべ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圧力ぶたを開け、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>
タイマーの表示が点滅し、アラームが鳴る	<p>以下のことを確認してください。</p> <ul style="list-style-type: none"><li>● タイマーが正しく圧力ぶたに装着されているか</li><li>● 調理プログラムが選択されているか</li><li>● 圧力ぶたをタイマーを下にして置いたときに、<b>+</b> <b>-</b> ボタンが押されていないか</li></ul> <p>アラームは<b>+</b> <b>-</b> ボタンを同時に押すと止めることができます。</p>
取っ手ががたつく	<ul style="list-style-type: none"><li>● 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、マイナスドライバーでネジをしめ直してください。 うまくしまらない場合は、トルクスドライバー (T20) をご使用ください。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。</li></ul>
購入時にパッキングに白い粉が付着している	<ul style="list-style-type: none"><li>● 白い粉は、輸送時にパッキングと圧力ぶたの固着を防ぐためについているものです。食用に適したのですが、洗い流してからご使用ください。</li></ul>

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

## 保証・修理

- 故障のときは保証規定・保証書（P38、39参照）の記載に従い修理いたします。
  - 保証期間を過ぎた場合、または保証期間中でも、保証に該当しない修理は、有料となります。修理やお問い合わせの際は、製品名、容量を必ずお申し出ください。容量は底面の刻印等をご覧ください。
  - 保証期間を過ぎた場合、修理できない場合がございます。
- \* ご家庭での修理・改造等は大変危険です。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、販売店または当社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**

ナビダイヤル® 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**

ナビダイヤル® 受付時間：9:00～18:00(土・日・祝日・弊社休業日を除く)

修理センター

- ※ 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。

# 製品仕様

## 圧力なべについて

品質表示	
材料の種類	ふた : ステンレス鋼 (クロム18%、ニッケル8%) 本体 : ステンレス鋼 (クロム18%、ニッケル8%) — (底の厚さ1.0mm) はり底 : アルミニウム — (厚さ2.9mm) ステンレス鋼 (クロム16%) — (厚さ0.6mm) 底の厚さ (合計) : 4.5mm
寸法	22cm (内径)
満水容量	6L

## ガラスふたについて

品質表示	
品名	強化ガラス製器具
強化の種類	全面物理強化

### おいしいレシピをご紹介します！

Club T-falでは多数の圧力なべレシピを公開しています。

おいしい圧力なべクッキングをお楽しみください。

<http://www.club.t-fal.co.jp/recipe/category/pressurecookers/>

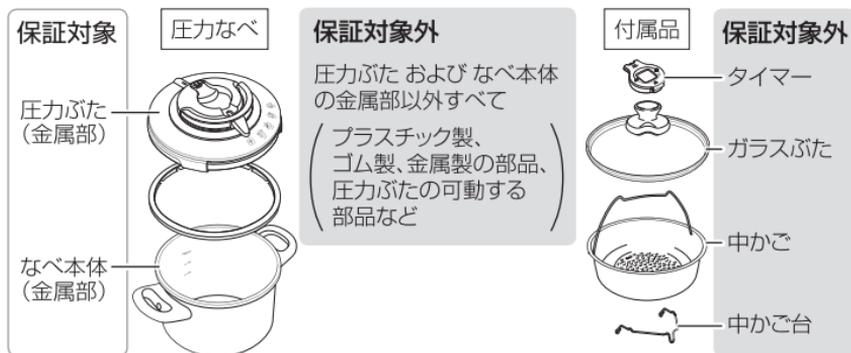






# ティファール圧力なべ 保証規定

本書は、正常な使用状態において、万一製造工程上の問題により製品に支障をきたした  
場合、本書記載内容で圧力なべ本体の無料修理をお約束するものです。  
ただし、正常なご使用でも消耗、摩耗や、消耗品、付属品等は保証の対象外となります  
のでご了承ください。



※上記はイメージです。実際とは形状が異なります。

- 保証期間内に、取扱説明書に従った正常な使用状態で故障した場合には、無料修理いたします。  
商品と本書、購入日を証明できるものをご持参ご提示の上、お買い上げの販売店、もしくは  
当社修理センターに依頼してください。
  - 保証期間内でも次のような場合には有料修理となります。
    - (イ) 使用上の誤り、または改造や不当な修理による故障および損傷。
    - (ロ) お買い上げ後の落下、輸送等による故障および損傷。
    - (ハ) 使用により発生した表面のしみ、変色、キズ等。
    - (ニ) 火災、地震、水害、落雷、その他天災地変公害による故障および損傷。
    - (ホ) 一般家庭用以外に使用された場合の故障および損傷。
    - (ヘ) 本書のご提示がない場合。
    - (ト) 本書にお買い上げ年月日、お客様名、販売店名の記入のない場合、  
あるいは字句を書き替えられた場合。
    - (チ) パッキングなどゴム製品や取っ手などプラスチック製の消耗品の交換。  
ガスの炎などによって焼けてしまった部品への交換。
    - (リ) 日本国外でのご使用。
  - ご贈答品等で本保証書に記入してあるお買い上げの販売店に修理をご依頼になれない場合に  
は、裏面に記載されている当社修理センターへご相談ください。
  - 本書は再発行いたしませんので紛失しないよう大切に保存ください。
- ※ この保証書は、本書に明示した期間、条件の基において無料修理をお約束するものです。従ってこの  
保証書によって、お客様の法律上の権利を制限するものではありませんので、保証期間経過後の修  
理についてご不明な場合は、お買い上げの販売店または当社修理センターへお問い合わせください。

本書は日本国内においてのみ有効です。

This warranty is valid only in Japan.

**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**

ナビセブヤル® 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**

ナビセブヤル® 受付時間：9:00～18:00(土・日・祝日・弊社休業日を除く)

修理センター

- ※ 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。