



フィッスラー
ステンレス鍋取扱説明書

UM-SUS

Fissler

保証 必ずお読みください

万が一商品に不具合があった際は、領収書もしくはレシート、保証書を商品に添えて販売店へお持ちいただくか、しっかりと梱包された上で、フィスラージャパンカスタマーサービスまでお送りください。

- 空焚き、汚れのしみ、キズ、落下やぶつけたことによる破損、使用中のコーティングのはがれ、間違ったご使用方法やお手入れ方法によるダメージ、食器洗浄機でのダメージは、保証対象外となります。
- 保証期間中に故障が発生した場合は、製品と保証書をご持参、ご掲示の上、お買い上げの販売店にご依頼いただくか、直接当社へご連絡ください。
- ご転居・ご贈答品などでお買い上げ販売店に修理をご依頼できない場合は、当社にお問い合わせください。
- 保証書は再発行いたしません。大切に保管してください。
- 保証書は、保証書内に明示した期間・条件のもとにおいて無料修理をお約束するものです。したがって、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。保証期間経過後の故障等につきまして、お分かりにならない場合はお買い上げの販売店、または当社にお問い合わせください。

お問い合わせ・ご注文

製品に関するご質問・ご相談・ご注文は、お買い上げの販売店、もしくはフィスラージャパンカスタマーサービスまでお問い合わせください。予告なくご連絡先等が変更される場合がございますので、あらかじめご了承ください。

フィスラージャパン カスタマーサービス

 **0570-00-6171** FAX 03-3523-6173

受付時間 平日 9:00～17:00 土日祝休

www.fissler.com/jp/

この度は、フィスラー ステンレス鍋をお買い上げいただきありがとうございます。本製品は料理をおいしくする機能がいっぱいの、普段使いにもおもてなしにも使えるキッチンウェアです。今後長い間ご愛用いただくために、この取扱説明書をよくお読みいただき、正しくお使いください。

目次

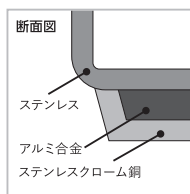
フィスラー ステンレス鍋の特徴	4
使用上のご注意	6
ご使用の手順	10
無水調理 基本とコツ	11
焼き物調理 基本とコツ	12
使用後のお手入れ	14
Q&A	15

お使いいただく前に

- 新しい鍋は製造上の油などが付着しています。ご使用前によく洗浄し、一度お湯を沸かしてから調理にお使いください。
- 品質には万全を期しておりますが、万が一不都合があった場合には、ご使用にならず、購入店または弊社までご連絡ください。ただし、本製品は使用後のキズや破損、変形、剥離、劣化等については保証をしておりません。

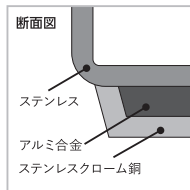
フィスラーステンレス鍋の特徴

鍋底による機能の差



クックスター・サーミックベース

フィスラー独自のクックスター・サーミックベース、底厚三層カプセル構造鍋底は、厚さ5～8mm。最高級ステンレスでアルミニウムをカプセルサンドしています。効率良く熱を伝え、しかも優れた保温性を誇ります。底面の星型のような形状は、ステンレスとアルミニウムの熱膨張率、収縮率の違いを考え、特に高い平坦度が要求される電磁調理器などで加熱使用されたときに、鍋底が平坦になるように計算して設計された、独自の模様です。電磁調理器はもちろん、ガスや電気、ハロゲンヒーター、また、ドイツをはじめとするヨーロッパでの200Vのハイパワーでの耐久性も実証済みです。



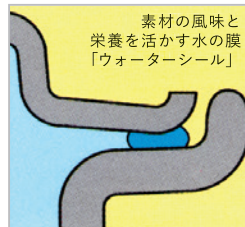
サーミックベース

底厚三層カプセル構造鍋底は、厚さ5～8mm。最高級ステンレスでアルミニウムをカプセルサンドします。効率良く熱を伝え、しかも優れた保温性を誇ります。電磁調理器はもちろん、ガスや電気、ハロゲンヒーター、また、ドイツをはじめとするヨーロッパでの200Vのハイパワーでの耐久性も実証済みです。

本体が重い理由



良いお鍋は、重量感があり、耐久性に優れているもの。高品質なステンレス製のものが理想的です。高品質ステンレスは、錆びることなく、洗浄も簡単で、衛生的。また、鍋底と鍋の側面が、隙間なくぴったりとくっついていることが重要です。



ウォーターシール

調理中に出る水分が、鍋のフタと本体の間にウォーターシール（膜）を作り、鍋が軽い密閉状態になります。この膜が無水調理を可能にします。鍋内の熱と水分が保たれ、野菜に多く含まれるビタミン、ミネラルなどの栄養分を逃さず、栄養たっぷりの料理に仕上がります。



液だれしない気配り設計

鍋のフチは本体に対して、45度の角度になるよう設計されています。そのためどの角度から、どの分量だけ注いでも、液だれしません。

使用上のご注意



この商品は調理以外にはご使用にならないでください。



取っ手やつまみの取り付けに破損やがたつき等がないか、安全を確認してから使用してください。



吹きこぼれ、煮こぼれ防止のため、適量にてご使用ください。ガスの火が消えたり、熱源故障の原因となります。



少量の油で揚げ物をする際は、熱源の揚げ物用温度調整機能は使用しないでください。



鍋をご使用中には、その場を離れないでください。空焚きでの使用は絶対におやめください。空焚きは火災や底剥がれ等の本体の変形、取っ手やつまみの破損の原因となります。使用される前に確認してください。



加熱した直後に鍋底を急冷しないでください。底が剥がれる原因となります。



電子レンジでは使用しないでください。電子レンジの故障や火災の原因になります。



取っ手やつまみは熱くなることがあります。火傷の危険がありますので鍋つかみや布巾等をご使用ください。



ストーブの上では、使用しないでください。



調理中や調理の直後は本体やフタが熱くなっています。火傷の危険がありますので幼児の手に触れないようにしてください。



鍋はコンロの中央に置いて安定させて使用してください。



炎が鍋の底辺からはみ出さないように使用してください。取っ手等が熱くなり、焦げて破損の原因となります。また、隣接するコンロの炎が取っ手に当たらないように向きを調整してください。



塩を加える際は、沸騰したお湯に入れかき混ぜながら完全に溶かしてください。鍋の中に塩や塩分の多い食品を入れたままにしておくとう腐食（白い斑点やピンホール）の原因となりますのでご注意ください。また、沸騰したお湯に塩を入れると再沸騰し、お湯が飛ぶことがあるので十分お気を付けてください。



汚れたまま長時間放っておくと汚れが落ちにくくなります。使用後はよく洗って乾燥させてください。



フタを置くときにはつまみを下にしてください。熱いフタを平らなところに伏せた状態で置きますと取れなくなることがあります。



余熱調理などフタをしたまま冷ます場合、鍋本体にフタがくっつき、フタが変形してしまうことがありますので、冷める前に鍋本体とフタの接触している部分をふき取って乾いた状態にしてください。万が一フタが離れない場合は、火にかけてください。鍋内が温まり圧力の上昇によりフタを開けることができます。



IH（電磁調理器）やハロゲンヒーターは、ガスと比較して熱源が強力で熱くなるのも早いため、製造元の取扱説明書の内容に従いご使用ください。鍋を使用中には、その場を絶対に離れないようにし、空焚きや、強火での使用は避けてください。IHを使用の際には鍋本体と共鳴することがありますが、これは技術的な理由で起こり得る現象で、鍋本体やIHに問題があるわけではありません。鍋は常にクッキングゾーン（トッププレート）の中央に置いて使用してください。クッキングゾーンと同じか、それより大きいサイズの鍋を使用してください。小さい鍋を使用すると、稀にIHが作動しない場合があります。



IHではスイッチを入れると最大の温度設定（「強」など）になる場合があります。このような「急加熱」「過加熱」は、鍋底面の変形を起こす可能性があり、底面の大きな変形によりIHでの使用ができなくなる場合があります。スイッチを入れた後、直ちに「弱」～「中」に切り替え、徐々に調理温度を上げ、中火以下でご使用いただくことで、鍋底の変形を最小限におさえ、長くお使いいただけます。



落下等、衝撃を与えないでください。フタや鍋口部が変形すると無水調理が出来なくなることがあります。鍋を移動させる際には、必ず鍋を持ち上げて移動させてください。鍋、コンロともに傷がつく可能性がありますので、鍋をコンロ上でひきずったりコンロに打ち付けたりしないでください。



長時間、鍋に食材を入れたままにしないでください。錆びや腐食の原因になります。誤った使い方や保管方法、または使う食材などにより、ステンレスでも錆びることがあります。調理後、材質に適したボウルや容器に移し替えてください。

温め直しの際に、突沸現象にご注意

みそ汁を温め直すなど、中に食材が入った状態で急速に加熱すると、その熱で局部的に沸騰し、発生した鍋内の気泡が沈殿し、たまった内容物を一気に押し上げ、その衝撃で鍋フタと共に中の具も一緒に飛び散る、突沸現象が発生する場合があります。この突沸現象は、常に発生する訳ではなく、内容物の種類、量、火力の大小等いくつかの条件の組み合わせが重なった場合にごく稀に発生する現象です。

1. 温め直しの時は、お玉などで、よくかき混ぜながらコンロを着火し、鍋を加熱してください。
2. 中火以下で加熱し、一気に強火で煮立てないでください。
3. 煮立てる際はお玉などでかき混ぜながら行ってください。



フィスラー専用強化ガラスフタのお取り扱い上のご注意

・ガラス破損の注意

ガラス製品はキズが付くと破損しやすくなります。ガラス同士あるいは硬いものとぶつからないように扱ってください。ガラスを落とすとキズがついたり、破損することもありますので、落とさないようにご注意ください。強化ガラスは破損すると細かく割れます。一般のガラスのように、鋭角ではありませんが、取り除く時に手を切らないように充分ご注意ください。

・フタ本体に炎がかからないようにしてください。

ガラスフタを鍋からずらしてご使用にならないでください。フタが部分的に加熱され破損の原因となります。

・急激な温度変化による破損の注意

ガラスが熱いうちに水に入れたり、水をかけたり、濡れた布で触れたりしないでください。

・使用開始時の洗浄（手洗い）

中性洗剤で洗ってからご使用を始めてください。ガラスを傷つける恐れのある研磨剤入りスポンジ、金属たわし、クレンザーなどご使用しないでください。

・取っ手部分の注意

ご使用前に取っ手部分に緩みやガタつきが無いか確認してください。取っ手が緩んだ場合、ネジを締め直してから使用してください。

ご使用の手順

①ご使用前にまず洗います

新品の鍋には製造時の磨き油などが付着していますので、まず、酢を2〜3滴付け、水に薄めて洗い、その後中性洗剤で鍋の内外をていねいに洗います。(油分が付着したまま火にかけると、油焼けにより黄色く変色し、取れにくくなります。)この時はスポンジの柔らかい部分をお使いください。金たわしやスチールウール系のタワシを使っても、性能には何の問題もありませんが、細かな傷をつけないようにスポンジの使用をおすすめします。

②さあ、調理です

フィスラーステンレス鍋は、熱まわりと保温性にとても優れていますので、火力は中火以下です。火加減に十分注意してください。電磁調理器 (IH) を使う場合でも「中」からのスタートで、沸騰後「弱」にしてください。

※強火は、取っ手が熱くなったり、鍋肌が黄ばんだり、吹きこぼれや焦げ付きの原因にもなります。

※「中火」「トロ火」とは鍋のサイズに応じた火力です。中火とは、炎の先端が鍋底全体に当たっており、かつ、鍋底よりはみ出さない程度の火加減。またトロ火とは、炎を一番小さくした火力です。

※フライパンを温める際も、必ず中火から始めてください。

※100Vの卓上IHでは火力が弱い場合があります。

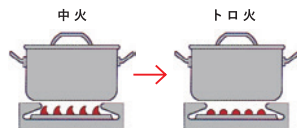
※お使いの電磁調理器の取り扱い説明書に従ってご使用ください。

中火 → トロ火

中火→トロ火という順序をマスターしましょう。

“こんなに小さい火でも大丈夫かしら?”というほど

小さな火でも大丈夫です。



余熱クッキング

火を止めた後、煮物、蒸し物、炊飯などの場合、しばらくこのままにしておくことで余熱(蒸らし)効果で、おいしく仕上がります。(火を止める時、一度フタをはずしてください。水の膜の密閉効果でフタが開かなくなる場合があります。)

フタをして調理することにより、沸騰が早く、素材への火の通りを早め、保温効果も高まります。また、調理中に鍋とフタの間に、「ウォーターシール」(p.5)をつくることにより、水分の蒸発を必要最小限に抑え、素材の旨みと栄養分を逃さない無水調理を可能にしてくれます。

無水調理 基本とコツ

無水調理とは、水をほとんど使わずに野菜などの食材に火を通す調理法。葉物から根菜や芋類まで、少量の水で調理するので水に溶けやすいビタミンなどの野菜の栄養分を逃がさずに色よく仕上がりが本来のうま味もしっかり味わえます。

調理前のご注意

1. 強火は使用しないでください
2. 無水調理中は、なるべくフタを開けないでください
3. 中火でスタートし、フタの縁から蒸気がでるか、フタを回してみてもクルクルと回るようになったら、必ずトロ火(極弱火)にしてください

※心配な方は始めからトロ火でもOKです

※保温性が高いので、早めに火を止めて、余熱調理を上手く利用しましょう

ほとんど水なしで調理できる素材

葉物(ほうれん草、小松菜、白菜)、もやしなど火が通りやすく柔らかい野菜

ほうれん草の茹で方

1. 洗いたての水気がついた状態のほうれん草を入れ、フタをし、中火にかける(ほうれん草の量が多い場合、鍋の直径が大きい場合は、大さじ3杯ぐらいの水を足す)。
2. 鍋の縁から蒸気が出るか、フタを回してみてもクルクルと回るようになったら、フタを開けて、素早くひっくり返し、すぐフタをする。
3. トロ火にして1〜2分加熱するか、火を止めて2〜3分蒸らす。
4. 水にさらす。



焼き物調理 基本とコツ 1

熱回りにムラがなく、保温性に優れたフィスラー底厚三層構造は、ステーキなど素材に脂があるものは、油を使わずに表面はカリッと中はジューシーに焼けます。また、玉子焼きやクレープは余熱調理でくつつかずにキレイに焼けます。



肉の焼き方

脂をもっている素材

- 1 何も入れない状態で中火にかける。
- 2 水を数滴落とし、落ちた水滴が鍋の上で玉のように転がる状態(写真 A)になるまで約3~4分ゆっくり熱する。
- 3 肉を入れて焼く(写真 B)。
- 4 フタがあれば、フタをし、すぐにひっくり返さずにしばらくしてから返す。焼き目がつけばきれいに返せます



- 皮つきの鶏もも肉や豚ロース、牛サーロインなど比較的脂の多い食材は焼くときに、ターナーなどで鍋に押しつけるようにしながら焼くと、脂が出て香りよくカリッと焼き上がります。
- 薄切り肉、薄力粉や片栗粉をまぶした肉はくつつきやすいので、2の後に油をなじませたペーパータオルで薄く油をひき、濡れ布巾の上に置くなどして少し温度を下げ、鍋の表面に油の膜をつくってから焼いてください。(しょうゆやみりんなどで味をつけて焼く場合も焦げつきやすくなるので同様に)
- 厚みがある場合は、まず両面を焼いてからフタをして焼くと、中まで火が通り、しかも外は香ばしく、内側はジューシーに仕上がります。

油なしで肉などを焼くと跡がのこりますが、それは焦げつきではなく素材からでた旨味成分です。ソースなどに上手く活用しましょう。

焼き物調理 基本とコツ 2

玉子焼き 作り方

フライパンで上手に焼けるレシピです。焼く前にひと手間加えると、くつつかずふわふわに仕上がります。



材料

卵	3個
A	だし 大さじ2
	砂糖 小さじ2
	塩 小さじ1/3弱
サラダ油	適宜

作り方

- 1 卵を割りほぐして、A 加えて混ぜる。
- 2 フライパンを中火にかけて4分ほど温める。
- 3 水滴を落とし、落ちた水滴が玉のように転がる状態になるまでゆっくり熱する(P12 写真 A)。火を止め、ペーパータオルに浸した油を全体に行き渡らせて、さらに小さじ1の油を回し入れ(写真 C)、濡れ布巾に10秒のせる。
- 4 1を3に回し入れ中火にかける。
- 5 スプーンで混ぜて半熟状にし(写真 D)、鍋肌を利用して(写真 E)横一文字にまとめ(写真 F)、三つ折りにする。
- 6 全体に焼き色をつけ、巻きすやアルミ箔に取り、しっかり巻いて形づくる。



使用後のお手入れ 長くご愛用いただくために

普段の調理後のお手入れ

使用後はスポンジを使用して、中性洗剤で洗い、水気を拭き取って乾燥させてください。特に鍋が温かいうちに洗うと汚れ落ちもスムーズです。

油焼け・黄ばみ・変色などのお手入れ

・丸めたラップやスチールワール系のたわしにステンレスクリーナーを少量つけます。表面が鏡面仕上げ（ミラー仕上げ）の鍋は、タオルや布巾など柔らかい素材で磨いてください。



フィスラー専用
ステンレスクリーナー

・乾いた状態の鍋肌に添って磨きます。（鍋底であれば円を描くように、側面であれば横に磨きます。）

・磨き終わりました鍋は、ステンレスクリーナーを水で洗い流した後、更に中性洗剤で洗い、水気を拭き取って乾燥させてください。

※専用ステンレスクリーナーをご使用の場合には、水を加えず、鍋も乾いた状態でお使いください。鍋のにおいが気になる場合も、お使いください。

※ご使用の際には炊事用手袋を着用してください。

焦げついたら 金属のへらなどで無理にこそぎ落とさないでください。

① 鍋が熱いうちに、焦げつきがひたる程度の水を沸騰させ、しばらく放置した後、磨いてください。

② 更にひどい焦げつきには、①に酢を混ぜ沸騰させ、焦げついた部分が柔らかくなるまで、しばらくの間煮立たせて、放置することを何度か繰り返します。それでも落ちない焦げつきのひどい場合は、フィスラー専用ステンレスクリーナーで鍋肌に添って円を描くように金たわしやスチールワールのたわしで磨いてください。（鏡面仕上げの部分は傷になりやすいのでお気を付けてください。）

※白い斑点や虹の模様について

はじめてご使用になった後に鍋の底に白い斑点や、虹の模様状の状態が発生することがあります。白い斑点は水道水中に含まれるカルキ分（カルシウム、マグネシウム等）が、白く変化したものです。また、虹の模様はステンレス表面の酸化被膜が変色したものです。これらの状態はフィスラー専用ステンレスクリーナー等 金属磨き剤を使用して拭き取ることで完全に除去することができます。

食器洗浄機による洗い方

食器洗浄機をご使用の際は取扱説明書に従って、正しくお使いください。洗浄時のアルカリ成分がすすぎきれずにガラスに残ると曇ることがあります。

Q & A

Q. 無水調理って何？

A. 無水調理とは、水をほとんど使わずに野菜などの素材に火を通す調理法です。少ない水分で調理することにより、水に溶けやすい野菜の栄養分を守り、素材本来の味をお楽しみいただけます。調理中は、鍋本体とフタの間に水蒸気が水の膜となって付着。この膜が無水調理を可能にします。その為、密閉性が高く、調理後フタが開かなくなることがあります。

Q. どうしてフタが開かなくなるの？

1. 鍋内の温度が下がるにつれて、鍋の内側へ圧力となり作用するためです。
2. 炊飯・でんぷんの多い材料（特に芋類）や粘りのある材料を使用した時に、または、煮汁が縁に付着し糊の役目をします。

Q. 開けるにはどうしたらいいの？

1. 温め直してください。中の空気が温まると開きます。
2. 鍋内の水分が少ない（無い）場合は、トロ火（極弱火）でゆっくり温めるか湯煎にかけてください。

Q. 予防法は？

1. 調理後火を止めてからすぐに、一度フタを開けて鍋内に空気を入れてください。余熱効果をご利用の場合は、それからフタをしていただいても十分効果があります ※炊飯の場合でも、蒸らしに入る前に、火を止めてから一度フタを開けてください。
2. ふきこぼさないでください。ふきこぼれるのは、火力が強すぎるか、煮汁が多すぎるためです。フィスラーの鍋は、中火で沸騰させ、後はトロ火（極弱火）で十分調理できます。また、密閉性が良く通常の鍋に比べ、水分の蒸発も少なく、今までの鍋より少ない煮汁（水分）で調理できます。