

HARIO



電子レンジ用



直火不可



注意

●オープン・直火は
使用できません

ガラスの レンジ蒸し器

Heatproof glass steamer
for microwave oven

微波炉用耐热玻璃蒸锅

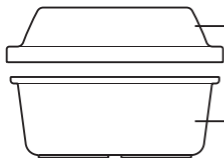
取扱説明書 / Instruction Manual / 使用说明书

お買いあげ誠にありがとうございます。正しくご使用していただくため、この取扱説明書を必ずお読みください。また、お読みになりましたら、大切に保管してください。

Thank you for purchasing this HARIO product. Please be sure to read this instruction manual thoroughly prior to use. After reading the manual, store it in a safe place for future reference.

非常感谢您购买本产品。请务必阅读本说明书，确保正确使用。另外，阅读后，请慎重保管。

材質のご案内/ Material guide / 材質介紹



フタ・ザル：ポリプロピレン
耐熱温度 140°C
Lid・Colander : Polypropylene
Heat resistance temperature : 120°C
盖子・滤锅：聚丙烯
耐热温度 140°C



ガラス本体：耐熱ガラス製(耐熱温度差120°C)
Body: Heatproof glass
(Heat resistance temperature difference 120°C/248°F)
主体：耐热玻璃(耐热温差120°C)

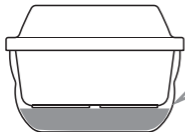
●MADE IN JAPAN

特長/Features / 特征

電子レンジで使用する蒸し器です。耐熱ガラス製のボウル付きで、食材を加熱した後、ボウルを使用して調理もできます。

This is a microwave steamer. It comes with a heatproof glass bowl, and the bowl can also be used for cooking after the food has been heated.

这是微波用蒸锅。它配有一个耐热的玻璃碗，在食物加热后也可以用来烹饪。



Approx. 270mL

水を入れて使用する場合、水の量はこのラインを超えないようにしてください。

If you are going to use water, the amount of water should not exceed this line.

如果你要用水，则须注意水量不能超过这条线。

お取り扱い上の注意

- △ 電子レンジ以外の加熱器具は使用しないでください。
- △ ガラスは割れるものです。洗浄やご使用時はていねいにお取扱いください。
- △ お子様に使用させないでください。また、幼児のそばで使用したり、幼児の手の届く所に置かないでください。

- ご使用前には洗浄をしてください。
- ケガ防止の為、お取り扱い前にはヒビや欠けが無いかご確認ください。
- ヒビ、欠け、強いすり傷の入ったものは、思わぬときに破損することがありますので、使用しないでください。
- ガラス器の内面を、金属スプーンなどで強くたたいたり、強くこすったりしないでください。破損の原因になります。
- ガラス本体が熱いうちにぬれた布でふれたり、ぬれた台の上に置くと、急激な温度変化により破損する場合があります。おやめください。
- フタをつかんで持ち運ぶことは、絶対にしないでください。ガラスが抜け落ちる場合があります。
- フタは完全密閉できるものではありませんので、液体は倒すとこぼれることがあります。ご注意ください。
- フタ、ザルは色素の濃いものや匂いの強いものを入れて保存することで、色素沈着や匂い残りする場合があります。ご使用後は早めに洗浄してください。
- 樹脂製の部品は火のそばに置かないでください。
- 破損した際のお取扱いは、ケガをしないよう十分ご注意ください。
- 廃棄する際は、各自治体の指示に従い分別してください。

電子レンジでのご使用上の注意

- △ 突然一気に沸騰して液体が激しく吹き出す恐れがあります(突沸現象)。
電子レンジから取り出す際は顔などを近づけないでください。

- 突沸現象については、弊社ホームページwww.harrio.comをご参照ください。
- 外側の水滴は拭き取ってから電子レンジに入れてください。
- 空だきや中身が少ない状態で使用しないでください。



電子レンジ



直火

- ご使用の際は、お手持ちの電子レンジの取扱説明書をよくお読みください。
- 加熱の際は、庫内の中心又はターンテーブルの中心に置いてください。効率よく加熱できます。
- 電子レンジ加熱後は熱くなりますので、持ち運びの際は、なべつかみなどを使って器全体を持ってください。また、ビニール製のテーブルクロスなど、熱に弱いものの上には置かないでください。台に置く際は必ずなべしきなどをご使用ください。
- 電子レンジ加熱後、フタを開ける際に熱い蒸気が出ますので、特にご注意ください。
- ガラスボールの下に、球面状のトレーなどを敷いて使用しないでください。容器底部とトレーの間に負圧が生じ、ガラスが割れる場合があります。
- 多機能レンジ(オープン機能・スチーム機能・トースター、グリル機能などのついた電子レンジ)で加熱する場合は、必ず電子レンジ機能のみで加熱してください。電子レンジ以外のモードまたは、自動モードで加熱すると、高温になりプラスチックがとける危険があります。
- 殻・皮や膜があるもの(栗・鶏肉・ナスなど)や卵(黄身に必ず穴を開けてください)は電子レンジで加熱の際、破裂する恐れがございます。ご使用を控える、もしくは様子を見ながら加熱してください。

お手入れの方法

- △洗浄する場合は、やわらかいスポンジに中性洗剤を使用してください。
- △やわらかいスポンジでも、下図のようにクレンザーやガラスに傷のつく研磨材、または研磨粒子がついているスポンジなどは使用しないでください。思わぬときに破損する原因となります。



- 本製品は食器洗い乾燥機のご使用ができます。ご使用の際は、お手持ちの食器洗い乾燥機の取扱説明書をよくお読みください。
- ガラスの汚れのひどいときは「家庭用漂白剤」を薄めてご使用ください。その際「家庭用漂白剤」の取扱注意事項を必ずお守りください。漂白後は十分に水洗いしてください。
- ガラスの内面を洗う際、十分ご注意ください。内側から力を入れてタオルを絞る様にヒネリ洗いをしますと、破損し思わぬケガをする危険があります。

Precautions for Use

- ⚠ Do not use with any heating device other than a microwave oven.
- ⚠ Glass is fragile and may break. Handle carefully during normal use and cleaning.
- ⚠ Do not allow children to use this product. Do not use near children, and store out of reach of children.
- Wash the product before using for the first time.
- To prevent injury, make sure there are no cracks or chips prior to use.
- Do not use the product if it is cracked, broken, or heavily scratched as it may break unexpectedly.
- Do not strike or scrape the inside of the glass container with a metal spoon. Doing so may damage the product.
- Do not touch the glass container with a wet cloth or place on a wet surface while hot, as doing so may damage the glass related to sudden temperature change.
- Never carry the bowl simply by holding the lid. Doing so may result in the glass section separating and falling.
- The lid is not airtight. Liquids may spill if the container is not stored vertically.
- Due to the properties of the materials, colors or odors from food that has a strong color or odor may transfer to the item if stored for a long period of time. Be sure to wash immediately after use.
- Do not place resin components near open flames.
- If the product becomes damaged, please handle any broken pieces with care.
- Follow local rules on garbage disposal when disposing of this product.



Precautions for Use in a Microwave

- ⚠ Liquid may boil rapidly, causing the liquid to suddenly be expelled from the container (known as the bumping phenomenon). Keep your face away from the product when removing from a microwave.
- Wipe off any water droplets from the outside of the product before placing in a microwave.
- Do not heat when empty or with very little inside.
- Consult the instruction manual of your microwave before use.

- To heat effectively, place the product in the center of the microwave or on the center of the turntable.
- The entire product will become hot after heating in a microwave. Use oven gloves to hold the body when carrying. Do not place directly onto items that are not heat resistant such as a vinyl tablecloth. Always place on a pot stand.
- Be especially careful when opening the lid after microwaving, as hot steam will come out.
- Do not place the glass bowl on a curved tray. Doing so may cause negative pressure to occur between the base of the container and tray, causing the glass to break.
- When heating in a combination microwave (a microwave that can also be used as an oven, steamer, toaster and grill, etc.), be sure to use the microwave function only. Using in a mode other than microwave mode or heating in automatic mode is dangerous as the high temperature may cause parts to melt.
- When heating in a microwave, make sure to first cut open anything with a shell, skin, or peel (Japanese chestnuts, chicken, eggplant, etc.), and puncture egg yolks in order to minimize risk of explosion. Do not leave the microwave unattended while heating.

Product care

- ⚠ Use a soft sponge and neutral detergent to clean this product.
- ⚠ Do not use cleansers or sponges that contain abrasives, as doing so may scratch the glass.

 <p>Sponge Neutral detergent</p>	 <p>Cleanser Nylon abrasive scrubbing brush Abrasive sponge Nylon abrasive scrubbing brush</p>
Compatible	Incompatible

- This product is dishwasher safe. Be sure to read the instruction manual provided with your dishwasher before use.

- If the glass is particularly dirty, use a diluted household bleach. Be sure to read the handling precautions of the household bleach thoroughly. Rinse thoroughly with water after bleaching.
 - Please take extra care when cleaning the inner side of the glass. Washing the inner side forcefully with a twisting motion as if wringing a towel can cause breakage and unexpected injury.
-

使用注意事项

⚠ 请勿使用微波炉以外的加热装置。

⚠ 玻璃为易碎品。请于清洗及使用时特别注意。

⚠ 请勿让孩童使用。另外，请不要在幼儿旁边使用，不要放在幼儿的手可以够到的地方。

- 初次使用产品前请清洗干净。
- 为防止受伤，请在使用前检查并确保没有裂纹或小缺口。
- 一旦发现玻璃上有裂痕、断裂及严重刮伤，请勿继续使用，可能会带来意想不到的破损。
- 请不要用金属勺等用力敲打、摩擦玻璃器的内表面。否则可能导致损坏。
- 在玻璃壶本体尚未冷却前请勿使用湿布擦拭、或将其放置在打湿的台面上，以免因剧烈的温度变化导致破损。
- 请不要只握盖子移动，玻璃瓶身会因此松脱掉落。
- 盖子并非完全密封设计，倾斜或翻倒可能导致内装物品溢出。敬请注意。
- 保存色素较浓或气味较重的物品时，盖子和滤锅可能出现色素沉淀、残留气味的情况。请在使用后尽快清洗干净。
- 请不要将塑料部件放近火源。● 如有破损，处理时请小心避免受伤。
- 废弃时，请按照当地政府的要求分类。

在微波炉上使用时的注意事项

⚠ 可能出现突然沸腾、液体溅洒的情况（突沸现象）。从微波炉中取出时请勿靠近脸部等。

- 请擦干容器外侧水滴后，放入微波炉加热。
- 请勿干烧、或在内装物品较少的状态下使用。

- 使用时，请仔细阅读微波炉使用说明书。
- 加热时，请将产品置于微波炉中心或转盘中心位置，以提高加热效率。
- 微波炉加热后容器会发热，移动时请使用防烫手套等扶稳容器整体。此外，请勿将容器放置在塑料桌布等不耐热的物体上。放置在台面上时，请使用隔热垫等。
- 用完微波后，因热蒸汽会出来，所以在打开盖子时要特别小心。
- 请勿在玻璃碗下使用球面状托盘。以免容器底部与托盘间产生负压，导致玻璃破损。
- 使用多功能微波炉（附带烤箱功能、蒸箱功能、多士炉功能、烧烤功能等的微波炉）加热时，请仅使用微波炉功能进行加热。使用微波炉以外的模式、或自动模式加热可能产生高温，导致塑料等部分融化。
- 使用微波炉加热带壳、带皮、带膜的食品（栗子、鸡肉、茄子等）或鸡蛋（请务必在蛋黄上开孔）时可能出现破裂情况。请避免使用或在加热过程中随时观察加热情况。

保养方法

清洗时，请使用柔软海绵和中性洗涤剂。

即使是柔软的海绵，如果使用如下图所示会对玻璃造成损伤的去污粉或者带有研磨粒子的海绵也会造成伤害，有可能导致重大破损，请勿使用。

 <p>海绵 中性洗涤剂</p>	 <p>去污粉 含研磨材料的 尼龙刷</p> <p>含研磨材料的 海绵 钢刷</p>
<p>可放心使用</p>	<p>请勿使用</p>

- 本制品可在洗碗机或干燥机内使用。在使用时，请仔细阅读洗碗机或干燥机的使用说明书。
- 如果玻璃壶很脏，请将“家用漂白剂”稀释后再清洗。这种情况时，请务必遵守“家用漂白剂”的使用注意事项。漂白后请用水充分清洗。
- 清洁玻璃内壁时，请格外小心。像拧毛巾一样用力扭转清洗内壁可能会导致破损和意外受伤。

Recipe 1. 蒸し鶏のサラダ

<材料>1～2人分

鶏むね肉	250g
塩	小さじ 1/2
砂糖	小さじ 1/2
酒	小さじ 1

お好みのサラダ 適量
お好みのドレッシング 適量

<作り方>

1. 鶏むね肉の両面をフォークでまんべんなく刺し、塩、砂糖をすり込み、酒をふりかける。
2. 1の鶏むね肉を1cm幅に切る。
3. ガラス本体に水を100mL程度入れ、ザルに2を入れ、フタをして600Wの電子レンジで7分加熱する。
4. 加熱後、電子レンジ庫内に3分置き、出来上がり。
5. お好みのサラダと合わせてお召し上がりください。

※火が通っていない場合は1分～追加で加熱してください。



+Recipe 蒸し鶏に合うおすすめドレッシング

1. エスニックドレッシング

ナンプラー	大さじ 1	すべての 材料を 混ぜ合わ せる
レモン汁	大さじ 1	
唐辛子 (輪切り)	小さじ 1	
砂糖	小さじ 1	
ごま油	小さじ 1	
煎りごま	小さじ 1	
しょうが	チューブ 1cm	

2. ヤンニョム風ドレッシング

醤油	大さじ 1	すべての 材料を 混ぜ合わ せる
ごま油	小さじ 1	
すりごま	小さじ 1	
一味唐辛子	小さじ 1/2	
砂糖	小さじ 1/2	
にんにく	チューブ 2cm	

Recipe 2. ヘルシー花焼売

鶏ひき肉+えのきを使ったヘルシーな焼売です。

<材料>1～2人分

◎鶏ひき肉	100g
◎えのき	50g
◎干しエビ	小さじ1
◎玉ねぎみじん切り	1/8 個分
◎片栗粉	大さじ1
◎ごま油	大さじ1
◎醤油	小さじ2
◎砂糖	小さじ1
◎しょうが	チューブ1cm
焼売の皮	18～20枚
(お好みで)	クコの実、むきエビなど適量



タレ：酢 大さじ1 醤油 大さじ1
(お好みで) 練りからし 適量

<作り方>

- ◎の材料を別のボウルに入れ、よく混ぜ合わせる。
- 焼売の皮は、包丁で細く切る。
- 1を6等分にし、丸める。
- 2をまぶして、再度丸める。
- ガラス本体に水を100mL程度入れ、ザルに4を並べ、お好みでクコの実、むきエビを乗せる。
- フタをして600Wの電子レンジで6分加熱してできあがり。
- タレにつけてお召し上がりください。

※切ってみて、火が通っていない場合は1分～追加で加熱してください。

Recipe 3. 水切りヨーグルト

<材料> ヨーグルト 1パック (400 ~ 450g)

<作り方>

1. ザルにキッチンペーパーを敷く。
2. ヨーグルトを1のザルに入れ、フタをして冷蔵庫で3時間程置いてできあがり。

Recipe 4. 温野菜

加熱時間の目安 (電子レンジ 600W で使用)

ブロッコリー	100g	2分
ほうれん草	100g	2分
アスパラガス	100g	2分
キャベツ	150g	3分
かぼちゃ	200g	4分
じゃがいも	200g	4分
大根	200g	4分
にんじん	200g	5分

※ガラス本体に水を 100mL 程度入れてください。

※火が通りやすいように野菜を適当な大きさに切って加熱した際の目安時間です。

※野菜の大きさや水分量等で加熱時間は異なります。左記の加熱時間を目安に加熱し、火が通っていない場合は 30 秒~追加で加熱してください。

他にもいろいろ!

製品を使用したレシピはこちら→

<https://www.hario.com/product/XMK-recipe.pdf>



家庭用品品質表示法による表示

品名	耐熱ガラス製器具
使用区分	電子レンジ用
耐熱温度差	120℃

取扱い上の注意

- 調理の時は外側の水滴をぬぐい、途中で差し水をする時は冷水をさけ、またガラスの部分が熱くなっている時はぬれた布でふれたり、ぬれた所に置かないで下さい。
- 空だきをしないで下さい。
- 洗う時は、研磨材入りたわし、金属たわしやクレンザーなどを使用しないで下さい。
- 使用区分以外には使用しないで下さい。

HARIO株式会社

〒103-0006東京都中央区日本橋富沢町9-3

90229000 XMK-120^レシ° 説明書 2201

Glass made with

HARIO Glass™

MADE IN JAPAN

Sustainable materials

製品についてのお問い合わせ先

HARIO株式会社

〒103-0006東京都中央区日本橋富沢町9-3

フリーダイヤル:0120-39-8208

<https://www.hario.com>

HARIO CO., LTD.

9-3 Nihonbashi Tomizawa-Cho,
Chuo-ku, Tokyo 103-0006 Japan

<https://global.hario.com>