

## 炊き上がり具合が見える耐熱ガラスフタ

- 透明な耐熱ガラスフタなので、ご飯が炊けていく様子が見えます。
- フタを取らずに中の様子が見えるので、蒸気を逃がさず食べ頃を確認できます。

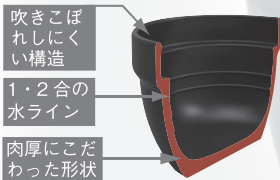


## 音で炊き上がりをお知らせ

- 炊き上がりをホイッスルでお知らせするので、消し忘れがなく安心。

## 火加減の調節は不要

- 「はじめちょろちょろ、中ぱっぱ」ご飯の炊き方の秘訣とされる言い回し。最初は弱火、中頃から強火とするのがよい、といった意味です。鍋の厚みを持たせることで火加減の調節をしなくてもゆっくり沸騰し、沸騰後は蓄熱された熱でご飯がおいしく炊ける温度に保ちます。



# フタがガラスの ご飯釜

1~2合用

取扱説明書

ご購入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。

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/>

910529

GNR-150 説明書1909

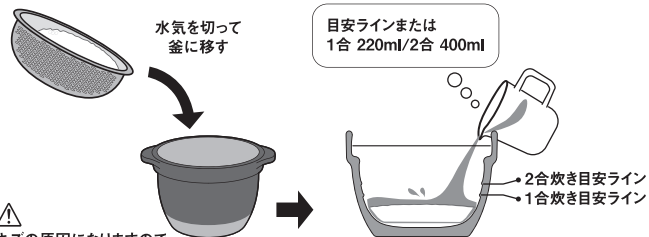
**HARIO**

# フタがガラスのご飯釜 基本の炊飯



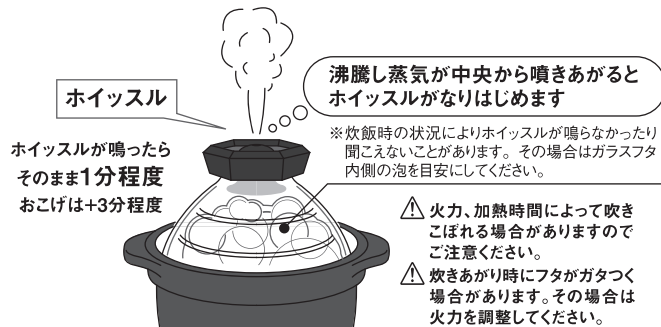
加熱時間は中火で7~10分程度。  
炊飯時に火加減の調整は必要ありません。

- 1 お米をとぎ(洗い)水気をザル等で切ってから、釜に移します。炊飯するお米の量に合わせて、目安ラインまで水を入れます。またはお米1合(150g)の時は水220ml、2合(300g)の時は400mlを入れてください。そのまま30分程度(冬場は1時間程度)水に浸します。  
※ラインは目安です。お米の種類・季節・お好みにより加減をしてください。



⚠️  
キズの原因になりますので  
お米を釜でとがないでください。

- 2 中火で加熱します(7分~10分程度)。沸騰しホイッスルが鳴りはじめたら(ガラスフタ内側に泡が上がってきたら)そのまま1分程度待ち、火を止めます。  
※火加減によって炊飯時間は前後します。  
※おこげをつけたいときはさらに3分程度火にかけます。



- ⚠️ 火力、加熱時間によって吹きこぼれる場合がありますのでご注意ください。
- ⚠️ 炊きあがり時にフタがガタつく場合があります。その場合は火力を調整してください。

- 3 15分ほど蒸らしたら出来上がり。

- ⚠️ お米の種類や季節、水の温度によって炊き上がりが変化しますので調整してください。
- ⚠️ 無洗米や玄米等は記載されている作り方に沿って炊飯してください。

## 火加減のポイント

- ⚠️ 調理時の火力が強すぎる場合、釜の内側に白米がこびりつく可能性があります。お使いのコンロに合わせて火加減の調整をおこなってください。  
※炊飯時間が7~10分程度になるように火加減調節をしてください。



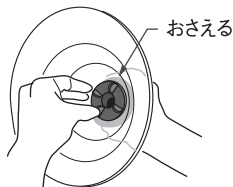
強火が鍋底から外側に  
大きく飛び出している



鍋底の平坦な部分に  
火が当たるように調整

## フタグリップの取り外し方法

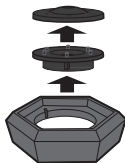
- ①右手でフタグリップを持ち、左手でガラスフタ裏側をおさえる。



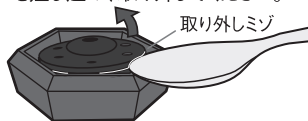
- ②右手で反時計回りにグリップを回し、はずしてください。



- ③ストッパーを外します。



- ※ホイッスルパーツを外して洗浄できます。下図の様にスプーン等を差し込み、取り外してください。



フタグリップはしっかりと閉めてご使用ください。フタグリップがゆるんだまま持つと落下の危険性があります。

※ホイッスルパーツは紛失しないよう、ご注意ください。  
※ホイッスルパーツ内に水が溜まっているとうまく鳴らない可能性があります。水気を切ってご使用ください。

## お取り扱い上の注意

- ⚠️ ガラス、陶器は割れるものです。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。
- ⚠️ 天ぷら、フライ等の揚げ物は絶対にしないでください。火災の原因になります。
- ⚠️ 空焚きは絶対にしないでください。必ずお米、食材や水分を入れた状態で調理してください。
- ⚠️ 調理中はガラスフタや釜が大変熱くなり、ガラスフタ中央の空気穴から蒸気が噴き出します。鍋つかみ等を必ず使用し、フタや釜に直接触れないでください。やけどの原因になります。また、調理後はテーブル等には直接置かず、鍋敷きを使用してください。

- ご使用前には洗浄してください。
- ヒビ、欠け、強いスリ傷の入ったものは、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。
- ガラスフタや釜の内面を、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。
- 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。
- ガラスフタや釜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。
- 樹脂製の部品は火のそばに置かないでください。
- フタグリップは匂いの強いものが付着した状態で放置することで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。

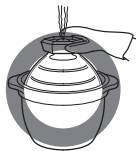
## 👉 調理時のお取り扱いの注意

### やけどに注意

調理中はガラスフタや釜が大変熱くなり、フタ中央の空気穴から蒸気が噴き出します。鍋つかみ等を必ず使用し、ガラスフタや釜に直接触れないでください。



フタ・鍋に  
直接さわらない



鍋つかみ等を使用する

### コゲ付きの原因になります。

炊飯中の加熱時間(加熱しすぎ)に注意してください。

コゲ付いてしまったら・・・

釜に水を適量入れ重曹を小さじ2杯程度加え、弱火で煮立たせしばらく置いてからスポンジでこすってください。

### カビやニオイが付く原因になります。

調理前後に鍋の中に食材を長時間放置するのはおやめください。また、使い始めより5回程度の間は、濃い味付けの調理は避けてください。



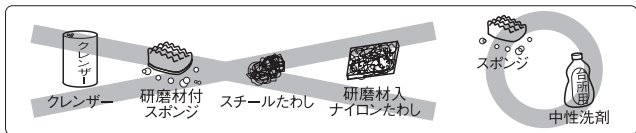
### 使用後の釜はよく乾燥させてください。

使用後の釜は長時間水や洗剤に浸したままにしないでください。カビや臭気の原因になります。汚れは早めに落とし、洗浄後、水気を拭き取ってください。収納するときは風通しの良いところで完全に乾燥させてから収納してください。

よく乾燥させる



## 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、上図のようにクレンザーや陶器、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。

**⚠** 使用後の釜は長時間水や洗剤に浸したままにしないでください。カビや臭気の原因になります。汚れは早めに落とし、洗浄後、水気を拭き取ってください。収納するときは風通しの良いところで完全に乾燥させてから収納してください。

● ガラスフタ、樹脂パーツ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。釜は食器洗い乾燥機のご使用はできません。

● ガラスフタ、樹脂パーツ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。釜に「家庭用漂白剤」等は使用しないでください。

● 樹脂パーツは、「家庭用漂白剤」に長時間浸け置きしますと耐久性が低下しますので、短時間の使用としてください。

## 材質のご案内

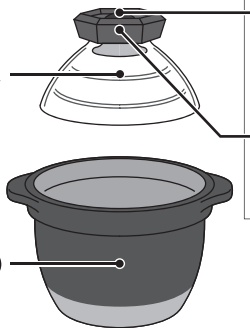
釜とセットで  
ご使用ください

ガラスフタ：耐熱ガラス  
(耐熱温度差120℃)



直火用

釜：耐熱陶器(萬古焼)  
(耐熱温度差350℃)



### 樹脂パーツ

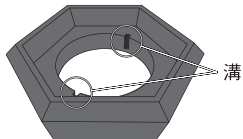
ホイッスルパーツ  
フタグリップストッパー：  
ポリプロピレン  
(耐熱温度140℃)

フタグリップ：  
シリコンゴム  
(耐熱温度180℃)

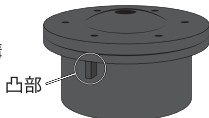
●MADE IN JAPAN

## ホイッスルの取り付け方

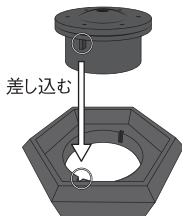
フタグリップの溝のある面を上にして、  
ストッパーの凸部を溝にはめて取り付けてください。



フタグリップ



ホイッスル/ストッパー



# おかゆの炊き方

## □材料

米 1合(150g)

水 600ml

## □作り方

1. お米をとぎ(洗い)水気をザル等で切ってから釜に移します。  
お米1合(150g)に対し水を600ml入れてください。
2. 30分程度(冬場は1時間程度)水に浸します。
3. 中火で加熱します(7~10分程度)。ホイッスルが鳴りはじめたら  
(ガラス蓋内側に泡が上がってきたら)火を止めます。
4. 15分程度蒸らしたら出来上がり。

※全粥より少しかために炊けます。



たけのご飯



とうもろこしと枝豆ご飯



きのこの炊き込みご飯



かきご飯

ご飯釜を使った

アレンジ料理のレシピが

webサイトにて閲覧できます。

[https://www.hario.com/manual\\_pdf/GNR-150.pdf](https://www.hario.com/manual_pdf/GNR-150.pdf)

