

SHARP

AX-XP10T(R) AX-XP10T(W)



HEALSIO

水波爐 **家庭用**
使用說明書

感謝您的惠顧。

請詳閱本使用說明書以達正確使用。

- 使用前，請務必詳閱“重要安全須知”。
 - 請務必將本使用說明書連同保證書放在可隨時取閱之處。
- ※請勿用於業務用途。
※關於洽詢和諮詢窗口，請參照封底。

請至以下網站下載線上食譜集
<https://tw.sharp/healsio/recipes>

智慧型手機可掃描條碼下載



目錄

	頁數		頁數
重要安全須知	3	手動加熱	32-39
安裝指示	5	微波	32
各部位名稱	6	蒸煮(一般蒸煮、慢蒸煮) / 低溫蒸煮	33
操作部位與畫面說明	8	發酵	34
加熱種類與組合	12	燉煮	34
調理時應注意事項	14	炙燒	35
關於器具和遮蓋物	15	水波烤箱、烤箱	36
操作步驟	16	水波燒烤、燒烤	38
請進行空燒	18	保養	40
自動加熱	20-31	除菌	42
白飯、菜餚加熱	20	清潔爐內	43
牛奶加熱、溫酒	22	清潔烤盤、網子	43
冷凍食品加熱	23	乾燥爐內	44
自訂溫度加熱	24	檸檬酸清洗	44
酥脆加熱	25	常見問題	45
大量蒸氣加熱 / 單點蒸氣加熱	26	是否故障?	48
麵包再加熱、烤吐司、披薩	28	加熱標準時間表	52
解凍	29	售後服務、規格	封底
事先備料	30		

 中的數字，表示主要說明所在的頁碼。

重要安全須知

重要安全須知：請細心閱讀，並保存作將來參考之用。

1. 按照設計，本水波爐只能在工作檯面上使用。本水波爐的設計不適宜嵌入牆壁或櫥櫃內。不要將水波爐設置在櫥櫃內。為了避免煮過頭，請勿將該水波爐安置於裝飾門後方。關於安裝詳情請參見第5頁。
烹調過程中，爐門會變熱。將水波爐放在爐底高出地面85cm或以上的高度。切勿讓兒童靠近爐門，以免燙傷。
2. 確保爐頂以上之空間應有最少13cm。
3. 本水波爐適用於家庭及以下類似場所：
 - 商店、辦公室和其他辦公場所的員工備餐區；
 - 農場屋舍；
 - 置於酒店、汽車旅館和其他居住環境中供顧客使用；
 - 食宿型旅館環境。
4. 本水波爐適用於加熱食物和飲料。若用於烘乾食物或衣服，以及加熱取暖墊、拖鞋、海綿、抹布等，可能會導致損壞、起火或火災。
5. 除非得到監護人或負責其安全人士的適當監督或指導，否則，此機器不適合身體官能或心智能力退化者，或缺乏操作經驗和知識的人士(包括兒童)使用。
6. 兒童應受到適當監管，確保不會以此機器作玩具。
7. **警告：**在無人監護的情況下，兒童只有在充分理解操作說明、能安全使用水波爐且知道不當使用會造成危害的情況下才能使用水波爐。
8. **警告：**當水波爐在烤箱、水波烤箱、燒烤、水波燒烤、蒸煮、低溫蒸煮、燉煮、炙燒模式下運作時會產生高溫，兒童應該只在家長監督下使用。
9. **警告：**可觸及的部件在使用期間可能會變熱。兒童應小心並遠離水波爐。
10. **警告：**如果爐門或爐門密封條受損，先請客戶服務中心的技術人員加以檢查修理後才繼續使用。
11. **警告：**切勿自行調整、維修或改裝水波爐。除了客戶服務中心的技術人員以外，如果由非技術人員進行任何服務或維修，則會存在危險。由於維修可能會涉及拆卸外殼，而外殼對電氣部件具有保護作用，以免接觸到微波，所以由專人維修是很重要的。
12. 如果水波爐電源線損壞，必須由客戶服務中心的技術人員更換，以避免危險。
13. **警告：**液體和其他食物不得在密封容器內加熱，否則可能引起爆炸。
14. 飲料經微波加熱後會出現沸騰爆濺，因此在烹調時及移動容器時必須格外小心。
15. 請勿使用微波烹調或加熱帶殼蛋類，而且不可使用微波加熱已煮熟的整個雞蛋，因為即使在微波烹調過程結束後，也有可能發生爆裂。對未經打散或混合的雞蛋進行在微波模式烹調或加熱時，應刺破蛋黃和蛋白，否則雞蛋可能會發生爆裂。在使用微波對煮熟的雞蛋進行在微波模式加熱之前，應對其去殼並切片。
16. 烹調時，應當檢查烹調器具，確保其適用於水波爐。請參見第15頁。在微波模式下只可使用微波爐適用容器及烹調器具。
17. 當水波爐在微波模式下運行時，請勿用金屬容器裝置食物和飲料。
18. 奶瓶和盛載嬰兒食品瓶罐內的食物必須先攪拌或搖一搖，然後檢查一下溫度才餵給嬰兒，以防燙傷嬰兒。
19. 設備在使用過程中會變熱。應特別小心，避免觸碰發熱元件和烤箱。為防止燙傷，通常要戴上較厚的市售烤箱手套。清洗前應確保這些區域已冷卻。
20. 將食物放在塑膠或紙質容器中加熱時，鑑於起火的可能性，應當密切關注爐內情況。
21. 如果發現煙霧，請立即關掉或拔下水波爐電源插頭並保持爐門關閉，以控制火焰蔓延。
22. 應定時清潔水波爐，並清除殘留食物。
23. 在無人監護的情況下，請勿讓兒童進行清潔和用戶維修的操作。
24. 如果未能保持水波爐處於潔淨狀態，則會導致水波爐表面變質，更大大減低水波爐的壽命，甚致會造成危險。
25. 請勿使用粗糙的洗滌劑或銳利的金屬刮刀來清潔爐門玻璃，因為其會刮花表面，而可能使玻璃碎裂。
26. 切勿使用蒸氣清洗裝置。
27. 清洗爐門密封條、爐腔及相鄰部件時，請參見第40頁的指南。
28. 使用附屬品的詳細內容，請參見第7頁的指南。

重要安全須知

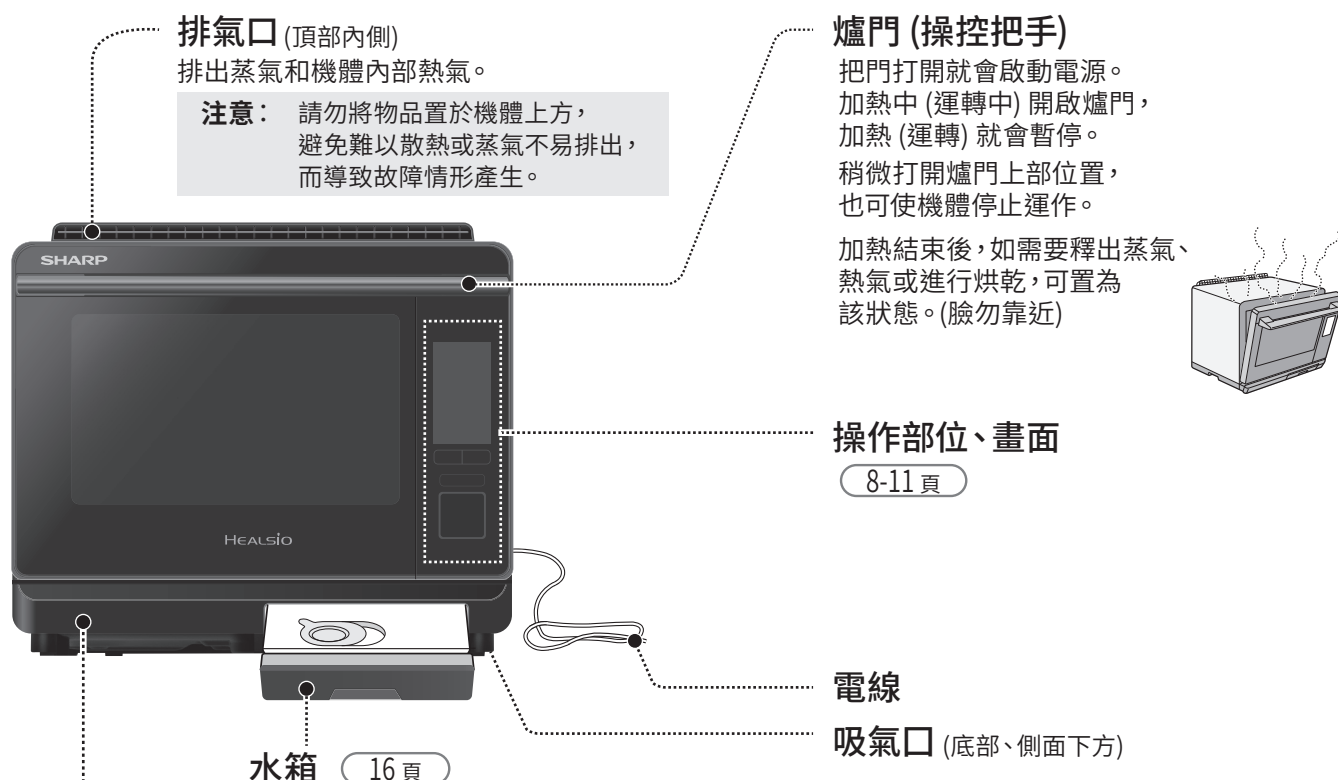
其他警告

- 為防止意外發生，請注意並遵守下列事項：
 - 除常溫的可飲用軟水之外，切勿將其他任何液體注入水箱。
 - 在水波爐操作過程中，請不要離開。水波爐溫度過高或烹調時間過長可能會使食物加熱過度，而導致起火。
 - 切勿讓食物烹調過度。
 - 烹調食物前，先拆去綁紮包裝袋的金屬線。
 - 切勿用微波來加熱食用油或油炸食物，因為油溫會變得很高而難以控制。
 - 切勿使用合成材料製成的容器用於烹調。否則，它們會在高溫下融化。
 - 如果水波爐仍然很熱，切勿使用塑料容器，否則它們可能會融化。除非生產廠商聲明塑料容器適用於高溫烤爐，否則切勿使用塑料容器。
 - 切勿在水波爐內儲存食物或任何其它物品。
 - 如果在烘烤或製作蛋糕和甜食時添加了酒精飲品，當酒精釋放出的蒸氣接觸到電熱元件時，可能會導致起火。請務必在烹調時密切注意爐內情況。
- 在使用微波烹調時應當小心，盡量避免食物爆裂或沸騰爆濺。使用微波能夠快速加熱食物和飲品，因此您在烹調食物時一定要根據食物的種類和重量選擇合適的烹調時間和微波功率。如果您無法確定烹調所需時間和微波功率，您可以先選擇低微波功率以及短時間烹調，再根據實際需要增加時間或功率加熱食物。請遵守下列事項：
 - 切勿用密封容器進行烹調。如帶有瓶蓋或奶嘴的奶瓶均屬密封容器。
 - 烹調時間切勿過長。
 - 加熱液體時，一定要用寬口容器。
 - 烹調後等待最少20秒才取出食物，以免煮滾的液體爆濺。
 - 烹調前及烹調中將液體攪拌，處理盛載食物的器皿，或放湯匙或其他器具於器皿內時，應特別小心處理。
- 本水波爐僅可作為家庭烹調使用，並僅應用於食物和飲料之加熱，烹調和解凍。本水波爐不適合作為商業或實驗室之用或用來加熱治療工具如：熱敷袋等。
- 水波爐的門夾有雜物或沒有關閉好時，切勿操作。
- 從爐內取出食物時，請小心不要讓器皿、衣服或飾物接觸到烤箱門門。
- 水波爐正在操作時切勿以物件，特別是金屬製品刺向爐門的網狀表面或爐門與水波爐之間的位置。
- 切勿改動或拆除門門。
- 烹調結束後欲取出爐內食物時，務請戴上市售烤箱手套，以免燙傷；並應小心揭蓋，以免蒸氣灼傷皮膚。
- 如果爐內庫內燈發生故障，請與經銷商或客戶服務中心聯絡。
- 避免熱蒸氣直接接觸臉部和雙手，對臉部或雙手造成灼傷。從碟子最邊緣的位置慢慢揭起覆蓋碟面的微波爐專用保鮮膜，小心開啟爆米花的袋子和其他微波烹飪袋。
- 切勿將電源線壓於水波爐之下，放置於熱源物件表面或掛於銳利的物品上，以免受損壞。
- 打開爐門時務必小心。為了避免冒出的熱氣和氣流造成灼傷，請在取出或重新放入食物之前使熱氣或氣流排出。
- 切勿將任何物件放在爐頂上，因為在運行過程中水波爐會變得很熱。
- 為了避免灼傷，食用之前務必測試食物和容器的溫度，並加以攪拌，尤其是在讓嬰兒、兒童或老人食用之前，務必特別注意容器、食物和飲品的溫度。在沒有檢查容器溫度之前，請不要飲用飲品或湯類。拿取容器時應當小心，因為容器已經變得很燙。
- 請確保烹調器皿於烹調時不會與爐箱內壁碰觸。
- 在烹調過程中，切勿接觸爐門、外殼、後殼、爐腔、通風口、附屬品和盤碟以及從通風蓋冒出的氣流，因為它們會變熱。
- 切勿直接觸摸庫內燈及其周圍。當庫內燈亮起時，此部分將會變熱。
- 使用水波爐時，請在裝設水波爐的房間進行通風，例如打開窗戶或打開廚房抽氣風扇裝置。通風口的蒸氣可能弄濕附近的牆壁或家具。
- 如果水箱破裂和漏水，切勿使用烤箱。請聯繫客戶服務中心。
- 切勿將手指或其他物件插入水波爐上的孔中（蒸氣口或通風口），否則可能會損壞水波爐以及導致觸電或其他危險。
- 潮濕雙手請勿觸摸電源插頭。牢固地插入牆上的電源插座。從插座中拔出插頭時，務必抓住插頭，切勿拉扯電源線，否則可能會損壞電源線和插頭內部的連接。
- 切勿故意將水灑到爐門或控制面板上。
- 如果水波爐翻倒或掉落到地板上，切勿繼續使用。請拔掉插頭並請聯繫客戶服務中心。
- 不要把重量超過4公斤的任何東西置於爐門上，以防止水波爐可能傾倒，或可能損害爐門和鉸鏈。不要攀附於把手上，也不要把手上懸掛重物。
- 結露可能腐蝕設備，水波爐內不要長時間遺留熟食。

安裝指示

1. 取出水波爐內部所有包裝材料，如果爐門外面有功能貼紙，也一併除去。檢查本機有無任何損壞，例如爐門是否對齊，爐門周圍封條是否損壞或水波爐內部或爐門是否凹陷。如果有任何損壞，請不要操作水波爐，須經由客戶服務中心檢查和進行必要的維修。
2. 檢查本產品是否帶有下列附屬品
1) 烤盤 (2片) 2) 網子 (2片) 3) 水箱 4) 集水盤 5) 保證書
3. 烹調期間由於爐門可能變熱，為了避免意外接觸，水波爐應放在距離地面至少85公分以上的地方。並讓孩子們遠離爐門，以防止他們燙傷。
4. 水波爐應放置在一個平面上，並設置在能充分支撐水波爐及所放入食材之最大重量的表面上。水波爐是設計用在櫃檯上。它不應該被安裝在過熱和產生蒸氣的任何區域；例如，傳統的瓦斯爐旁邊。它也不應該安裝於靠近易燃材料，例如窗簾。水波爐應安裝在不會堵塞通風口的地方。如果本裝置被覆蓋或接觸易燃材料，包括窗簾、布幔、牆壁等空間，可能會發生火災。水波爐頂部應至少有13公分空間以便空氣流通。本水波爐不能內建在牆壁或櫥櫃。
警告：蒸氣是從水波爐頂部後方通風。確保排出的蒸氣不會弄濕電源插座／其他電器。
5. 如果窗戶接近水波爐，通風口和窗戶之間請保持20公分以上的距離。窗戶可能會被通風口的熱風打破。
注意：水波爐排放的蒸氣可能弄濕或弄髒附近的家具或牆壁。請在水波爐和牆壁或家具之間保持足夠的空間。烹調期間或烹調後，蒸氣則來自通風口或爐門。蒸氣可能會在水波爐周圍的牆壁或家具結露。務必在通風良好的地方安裝水波爐。為了防止潮濕，我們建議使用鋁箔遮蓋牆壁或家具。
6. 不要使用轉接器插頭將其他設備連接到相同的插座。
7. 無論是製造商還是經銷商，對未能遵守正確的電氣連接程序致造成機器損害或人身傷害，不負任何賠償責任。交流電壓和頻率必須是單相110V，60Hz。
8. 不要使用受過損傷的電源線、插頭及鬆動的插座、以免引起短路、觸電和起火等事故。
9. 機身清潔時應先拔去電源插頭，不要用濕手、濕布去插、拔電源插頭，以防觸電。
10. 不要任意改變電源線原有狀態，電源線受到任何人為的損傷會造成觸電、漏電或其他故障。
11. 本設備必須正確接地，以防止由於短路或電線和零件的絕緣劣化而觸電。

各部位名稱



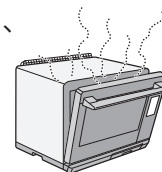
排氣口 (頂部內側)
排出蒸氣和機體內部熱氣。

注意： 請勿將物品置於機體上方，
避免難以散熱或蒸氣不易排出，
而導致故障情形產生。

爐門 (操控把手)

把門打開就會啟動電源。
加熱中 (運轉中) 開啟爐門，
加熱 (運轉) 就會暫停。
稍微打開爐門上部位置，
也可使機體停止運作。

加熱結束後，如需要釋出蒸氣、
熱氣或進行烘乾，可置為
該狀態。(臉勿靠近)



操作部位、畫面

8-11 頁

電線

吸氣口 (底部、側面下方)

水箱 (16 頁)

欲用水加熱時，請開啟水箱蓋，倒入可飲用軟水。

不使用水加熱時，可將水箱內的水取出使其乾燥，或
在水箱乾燥情況下安裝於主機內，隨時保持清潔。

表示的說明

MAX: 最高水位 (水不可超過“水位2 (MAX)”))

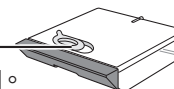
安裝方法，拆卸方法



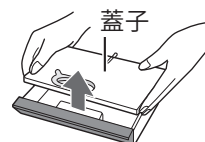
- 以水平角度握住後，
將其完全插入至最深處
- 向外拉出

水箱蓋

水箱蓋需裝上使用。



欲將水倒掉或進行保養時，請打開蓋子

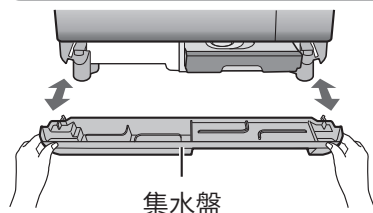


以手指勾住側面，
向上掀開。

集水盤

因烹飪過程中的蒸氣、爐門內側的水滴等，會產生積水。(約200mL)

安裝方法，拆卸方法

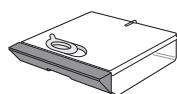


集水盤

- 水平放入機體內。
 - 兩手持著水盤，
水平往前方拉出。
- 以避免積水溢出的方式，
緩慢的拉出

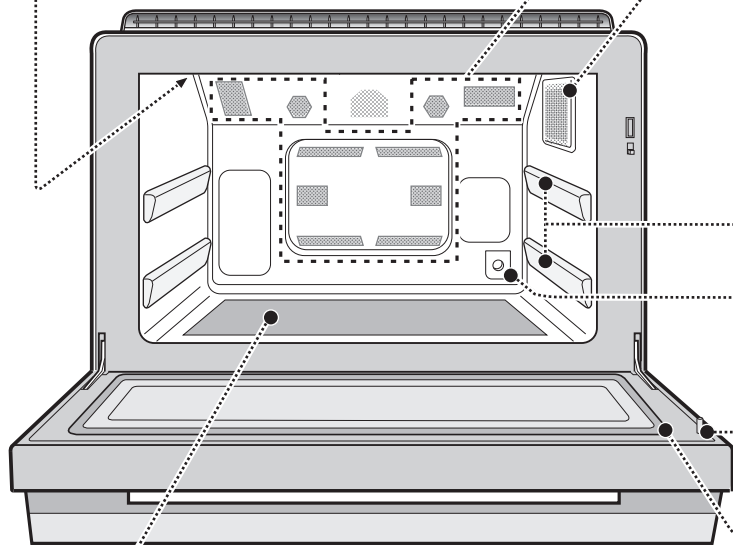
平時應保持安裝狀態，但在以下情形需
拆下

- 加熱前：
確認集水盤中淨空無物。
- 烹飪後：
將積存的水倒掉。
(如果不倒掉水而反復加熱，集水盤中的
水會溢出)



為達到顧客所要求的優良品質，在工廠均已使用水進行全面性的品質檢驗。
這時可能會有少數水殘留在爐內或是水箱內，對於衛生方面不會有任何不良的影響，
請安心使用。

紅外線感測器



蒸氣、熱氣排出口

爐內燈

打開爐門即會自動開燈 (最久3分鐘)。加熱期間將熄滅。希望在加熱期間讓爐內燈亮燈時，請按下畫面右下方的 [爐內燈]。(亮燈10秒) 可能會出現顯示 [發酵]、[檸檬酸清洗] 等內容，而非顯示 [爐內燈] 的情況。



烤盤架 (上層、下層)

排氣口 (爐內)

可能會出現蒸氣變為水滴，流入爐內的情況。

爐門突起部位

取放食物時請注意。

爐門玻璃墊

隨著高溫可能會產生短暫性的變形，不過一旦溫度下降就會回復原狀。爐門四周可能會產生少量蒸氣，這種情形並非故障。

水平底盤 (玻璃製)

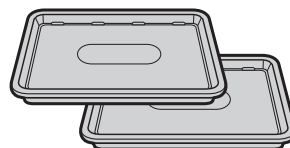
注意：● 微波加熱時，下方會產生電波，對食物進行加熱。如果誤用金屬類產品，則會產生火花，可能損壞本產品。

- 水波爐加熱中或加熱完成後會暫時呈現高溫現象。直接以手觸摸可能導致燙傷，如放置不耐熱之容器亦有融化之可能。
- 如果遇到驟冷或撞擊，可能會破裂。
- 如果附著的食物殘渣沒有除淨而繼續使用，可能會燒焦或引起火花。請勤於進行清潔保養。(40頁)
- 使用水加熱時，蒸氣形成的水滴可能會附著在爐內壁面上，或附著於底層。(約50mL) 故待爐內冷卻之後，請以乾布將裡面殘餘的水份擦拭乾淨。如果水份殘留，可能會導致加熱時間延長。

■ 附屬品 請勿用於本產品以外。

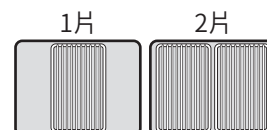
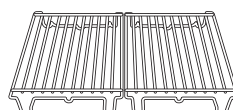
烤盤 (2片)

- 進行蒸煮、烤箱等加熱時，應置於烤盤架上使用。
- 不能用於微波加熱和解凍。會產生火花損壞本產品。
- 為了避免翹起，中央部位設計稍高。
- 請務必使用附屬的烤盤。

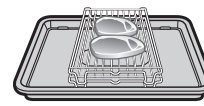
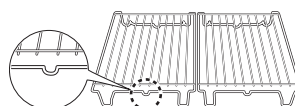


網子 (2片)

- 進行蒸煮、烤箱等加熱時，可放在烤盤上使用。(以插入烤盤邊緣溝槽內的方式，放入烤盤中)
- 不能用於微波加熱和解凍。會產生火花損壞本產品。
- 請務必使用附屬的網子。依據食譜與份量，使用1片或2片。



網子可2片堆疊使用。



例：炙燒牛排

使用說明書、保證書

* 本產品備有線上食譜集，請下載參閱。

封面，8頁

操作部位與畫面說明

顯示僅為示意。並且可能為了改良產品，而在未經公告的情況下進行變更。

液晶觸控螢幕

- 顯示操作按鈕、食譜、加熱時間、溫度、加熱的進度、使用的附屬品等。
- 開關爐門時電源啟動，會顯示 [初始畫面]。關閉爐門1分鐘後電源會自動切斷。電源切斷的時間點會因為使用狀況而改變。

17 頁

初始畫面為剛開啟電源時或按下 [取消] 按鈕時顯示的畫面。

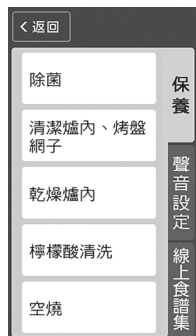
注意：請勿使用筷子等尖銳物體操作 (以免造成損壞)

畫面基本操作

- 按下
觸碰畫面上顯示的按鈕或項目，移開手指後即完成選擇並確定。
- 滑動
手指維持觸碰著畫面移動，即可捲動或切換畫面。



保養、希望變更聲音設定、下載線上食譜集時



- 欲設定聲音時，請按下 [聲音設定] 標籤。

9 頁

- 可按下 [線上食譜集] 按鈕，使用智慧型手機掃描條碼下載線上食譜集。

智慧烹調 9 頁

各種加熱、事先備料、

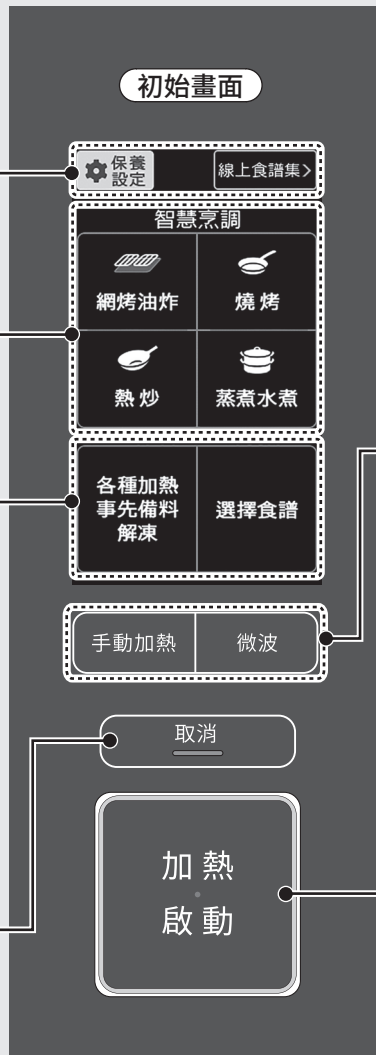
解凍 10 頁

選擇食譜 11 頁

取消

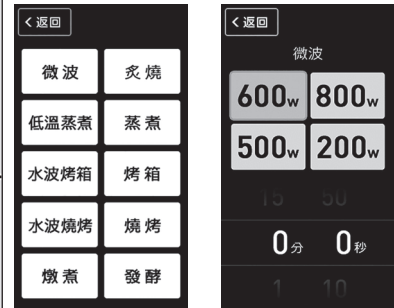
- 按下後即會取消設定內容，並返回初始畫面。
- 中途想要取消加熱指令時，進行取消指令的操作。

加熱過程中如需暫時停止，請打開爐門。再次啟動時，請關閉爐門，按下 [加熱/啟動] 按鈕。



設定手動加熱時

- 設定輸出功率、時間、溫度等時使用。微波加熱時，按下 [微波] 按鈕即會直接顯示設定畫面。



注意：僅可於顯示初始畫面時使用。

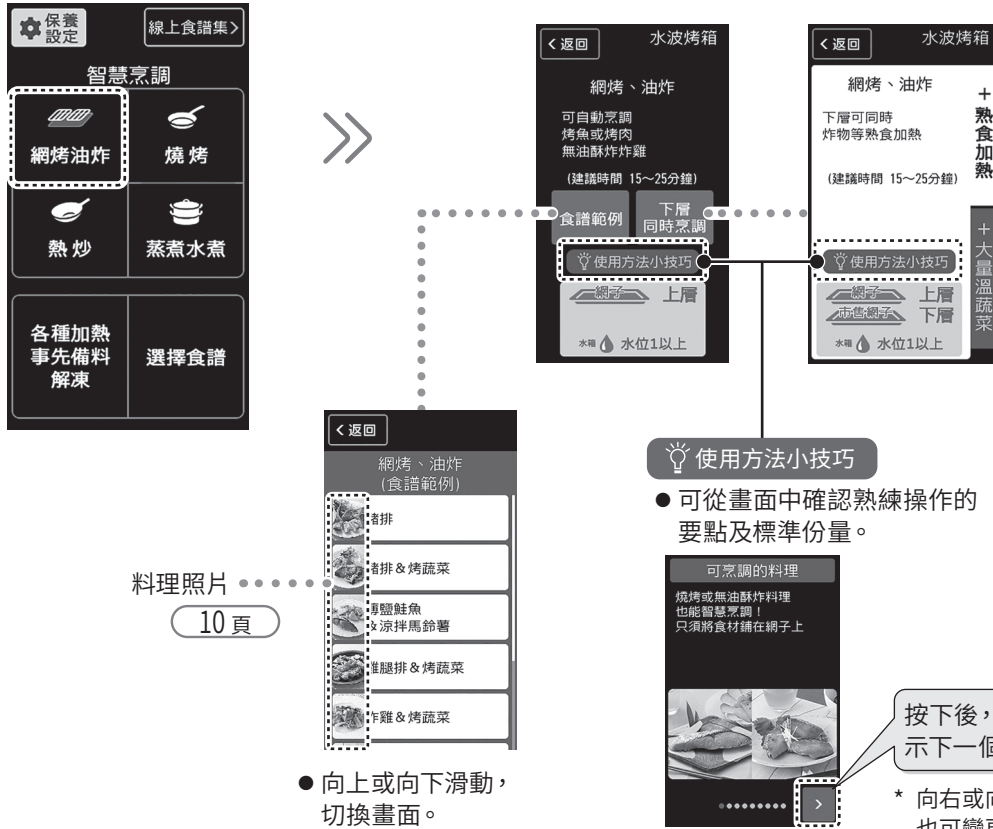
加熱/啟動

- 可作為自動微波加熱按鈕，於快速重新加熱白飯與菜餚時使用。
- 可作為其他操作的啟動按鈕使用。加熱/啟動的文字將會閃爍，提醒按下按鈕的時機。

智慧烹調時

- 只要在烤盤上擺好肉類、魚及蔬菜等欲烹調的食材及份量，再從4種加熱方法當中選擇1種，即可自動烹調1~4人份的料理。

例：網烤、油炸

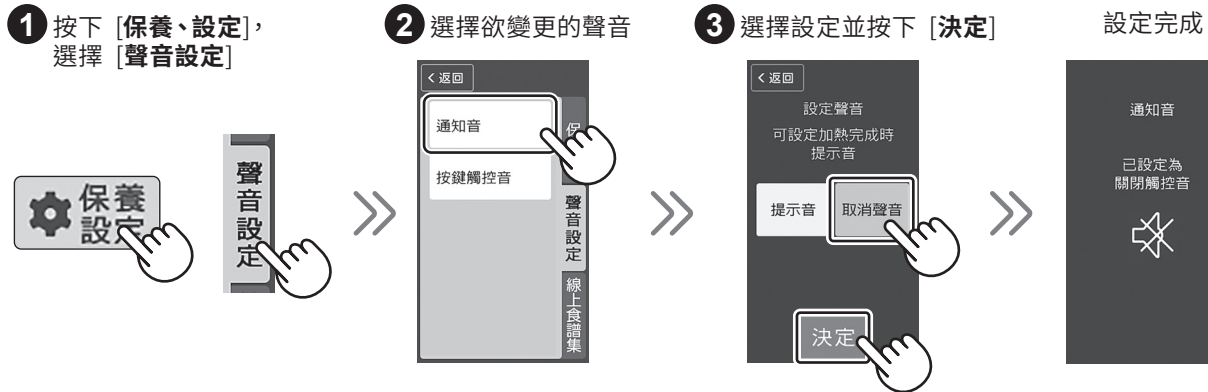


* 出爐效果會依食材的種類及形狀而有所不同。食材總重量請以1kg為標準。詳細請務必參閱各種加熱方法的食譜範例與 [使用方法小技巧]。

聲音的設定 (通知音、按鈕觸控音) 出廠值：開啟觸控音

通知音...加熱完成音等

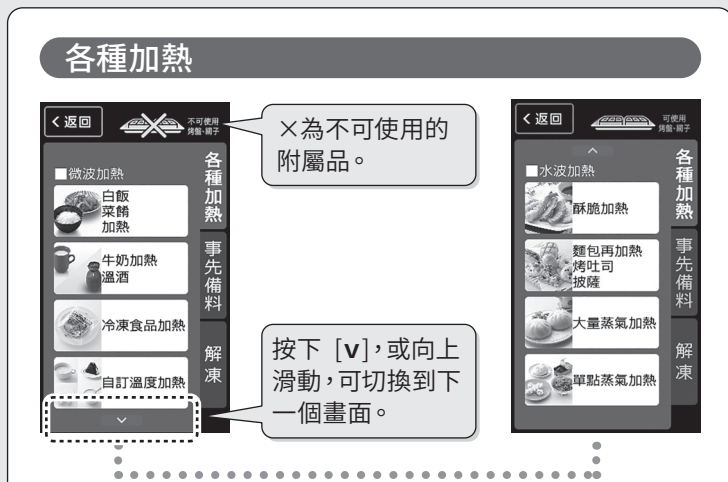
按鈕觸控音...操作按鈕時響起的“嗶”聲



- 即使顯示內容消失 (即使拔出電源插頭)，仍可保持之前已設定的狀態。
- 即使設定為 [取消聲音]，通知異常等時 (嗶嗶嗶嗶……)，或是當本產品運轉中按下 [取消] 停止運轉時，仍會響起聲音。

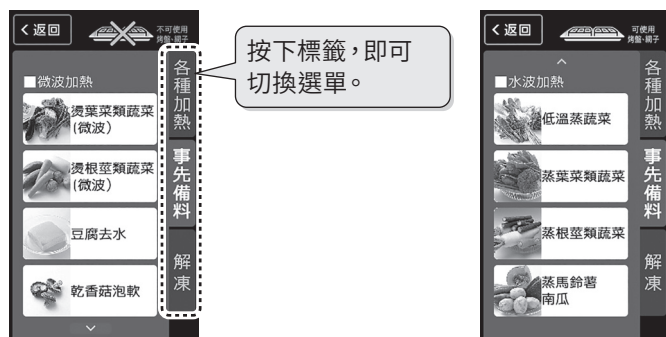
操作部位與畫面說明

各種加熱，
事先備料，
對冷凍肉類、冷凍魚類進行解凍時。



* 向上或向下滑動，切換畫面。

事先備料



* 向上或向下滑動，切換畫面。

解凍



依目的選擇。

顯示注意事項及水箱水位。

初始畫面



關於料理照片

選擇各種加熱、或選擇食譜範例等選單功能時，可透過放大照片確認示意。

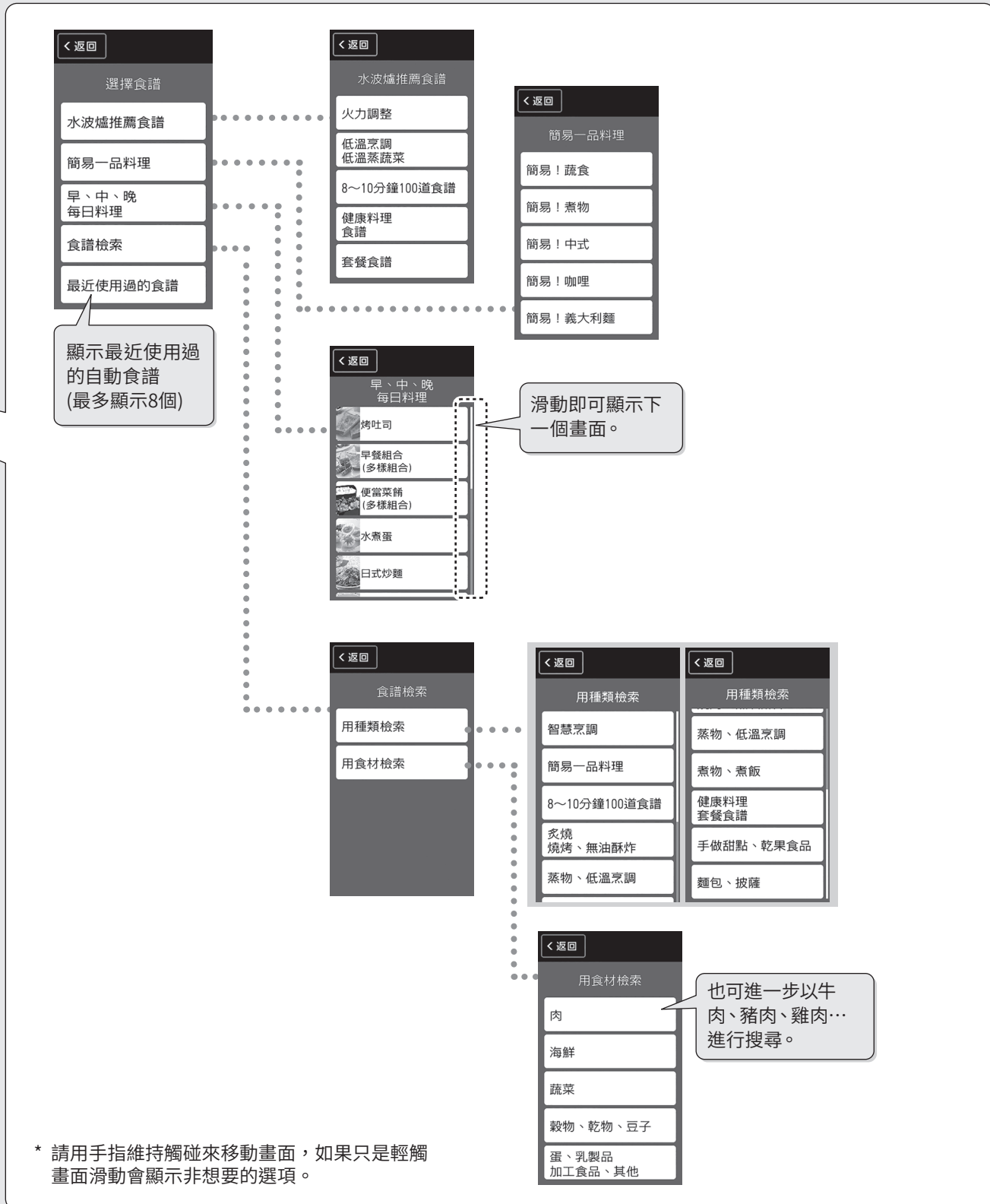
例：選擇 [麵包再加熱、烤吐司、披薩] → [麵包再加熱、可頌麵包、派塔] 時



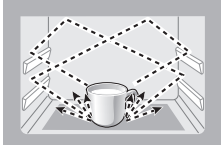

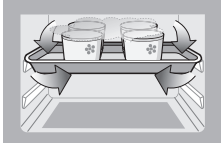
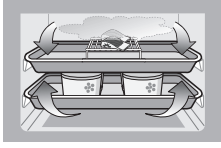
- 按下 [加熱]，進入加熱說明畫面。
- 按下 [x]，返回前一個畫面。

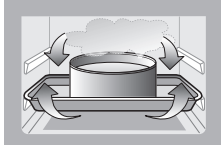
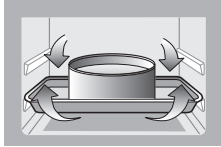
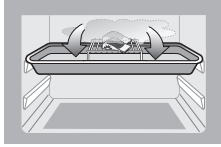
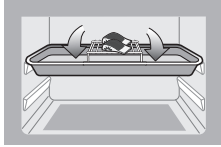
顯示僅為示意。並且可能為了改良產品，而在未經公告的情況下進行變更。

選擇食譜時



加熱種類與組合

加熱種類	加熱原理
<p>微波</p> <p>解凍</p>	 <p>與一般的微波爐一樣，通過從水平底盤下方發出的電磁波振動使食物中的水份產生摩擦熱，進行加熱。 可迅速地對食物進行重新加熱或解凍。 進行微波加熱時，無需向水箱中加水。 解凍係利用微波加熱與水蒸氣 (至100°C) 進行加熱。</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 加熱時間會根據食品種類、加熱前的溫度而異。 ● 食品份量增加為2倍時，加熱時間為將近2倍。 <p>[使用的附屬品]</p> <ul style="list-style-type: none"> ● [解凍] 時、水箱 (水位1以上) <p>注意： 切勿使用烤盤、網子。 因以電波進行加熱，所以使用金屬製品可能會產生火花。</p> 
<p>蒸煮</p> <p>低溫蒸煮</p> <p>發酵</p>	 <p>水蒸氣 (達100°C)，與蒸鍋是相同的料理方式。 與微波加熱相較會花費較多的時間，但可補充水份。</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 發酵是以45°C的水蒸氣加熱。 也可選擇不使用水的 [無蒸氣]。 <p>[使用的附屬品]</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 烤盤 ● 烤盤+網子 ● 水箱 (水位2) ● [發酵] 時、水箱 (水位1以上)
<p>同時蒸烤</p>	 <p>可同時利用上層進行水波燒烤或水波烤箱加熱，並利用下層進行蒸煮加熱。 在手動加熱方式下無法使用。</p> <p>[使用的附屬品]</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 烤盤 ● 烤盤+網子 ● 水箱 (水位2)

加熱種類	加熱原理
<p>水波烤箱</p> <p>燉 煮</p>	 <p>將爐內的溫度控制在一定溫度 (100~250°C)，以過熱水蒸氣 (100°C以上) 進行食物加熱。</p> <p>[使用的附屬品]</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 烤盤 ● 烤盤+網子 ● 水箱 (水位1以上) ● [燉煮] 時、加熱時間超過1小時時、水箱 (水位2)
<p>烤 箱</p>	 <p>將爐內的溫度控制在一定溫度 (100~250°C)，以熱氣進行食物加熱。不需使用水。</p> <p>[使用的附屬品]</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 烤盤 ● 烤盤+網子
<p>水波燒烤</p> <p>炙 燒</p>	 <p>以高溫的過熱水蒸氣 (100°C以上) 在食品表面燒烤上色，進行加熱。</p> <p>[使用的附屬品]</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 烤盤 ● 烤盤+網子 ● 水箱 (水位1以上)
<p>燒 烤</p>	 <p>以高溫的熱風在食品表面燒烤上色，進行加熱。不需使用水。</p> <p>[使用的附屬品]</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 烤盤 ● 烤盤+網子

水波烤箱與烤箱有什麼差別？

水波烤箱：因為使用水，所以溫度變更高，於欲逼出食物內油脂或使生食快速烤熟時使用。

(例：烤豬肉、烤肋排等)

烤箱：如餅乾和蘋果派等，不需特別注重酥脆加熱方式的，建議可採此調理方式。(例：餅乾、戚風蛋糕等)

水波燒烤與燒烤有什麼差別？

水波燒烤：因為使用水，所以溫度變更高，於欲逼出食物內油脂或使生食快速烤熟時使用。

(例：照燒雞、炸雞、春捲等)

燒烤：比起減少油脂及降低鹽份的功能，重視烤肉顏色及香氣時可使用此調理方法。(例：炸肉排、炸物等)

調理時應注意事項

1. 一面排氣邊進行調理 (會產生大量熱氣和水蒸氣)
2. 儘可能不要在加熱過程中開關爐門。熱氣和水蒸氣會向外逸出，無法獲得良好加熱效果。
● 確認加熱狀態，請在加熱完成時迅速打開爐門再關起。
3. 製作線上食譜集內未記載的料理時，請使用手動加熱功能，邊觀察情況邊加熱。
請參考線上食譜集內類似料理的溫度及加熱時間。
如果依照其他料理食譜記載的加熱方法，成果可能會不如預期。

■使用水進行加熱時

一定要使用常溫的可飲用軟水

- 可飲用的軟水：純水，煮過的開水
- 不可使用的水：蒸餾水、淨水器的水、礦泉水、R.O.水、鹼離子水、井水等容易繁殖黴菌和雜菌。
與使用可飲用軟水的情形相比，更需要勤於保養。
此外可飲用軟水以外的其他水質，可能會造成蒸氣不易噴出，而出現顯示 [水量不足] 的情況。

應緩慢、水平地搬動烤盤

盤中積存有肉汁，油或熱水，注意不要溢出。

■自動加熱時

需要重複持續製作時，請使用 [出爐溫控] 按鈕，一邊觀察情況，一邊進行加熱。

爐內或附屬品過熱時，可能會使得口味變得過於濃稠，使得完成品不夠美味。

遵照記載的材料及份量

記載搭配本產品的內容。

如材料或份量有變更時 46 頁

■烤箱、燒烤加熱時(加熱器加熱)

做好後，立即從爐內取出

- 先放入爐內，可能因殘留的溫度加熱過度。
- 使用水進行加熱時，如果溫度下降，水蒸氣可能會化為水滴，導致淋濕食物。

■以微波加熱時(電波加熱)

	可	不可
蛋類，水果，果仁，種子，蔬菜，香腸和牡蠣	<ul style="list-style-type: none"> * 烹調蛋類，蠔等食品時，需於蛋黃，蛋白或蠔表面刺數孔，以免烹調加熱時爆裂。 * 烹調馬鈴薯，蘋果，美國南瓜，熱狗，香腸及蠔等時，戳其皮數孔，讓烹調加熱時，部分水蒸氣能溢出。 	<ul style="list-style-type: none"> * 烹調或加熱帶殼蛋類。(若“爆裂”，可能損壞料理爐或造成危險。) * 為帶殼熟蛋類加熱。 * 過度加熱牡蠣。 * 為帶殼果仁或種子類加熱。
爆米花	<ul style="list-style-type: none"> * 用料理爐爆米花時，必須使用料理爐爆米花專用袋。 * 聽到爆米花聲已減慢到1~2秒時，應停止繼續烹調，以免過熱。 	<ul style="list-style-type: none"> * 用普通的爆米花袋或料理爐適用的玻璃器皿來爆米花。 * 用料理爐爆米花專用袋爆米花時，設定的烹調時間過於所需時間。
嬰兒食品	<ul style="list-style-type: none"> * 盛載嬰兒食品於料理爐烹調容器中，小心加熱之。必要時，均勻攪拌數次，直至加熱至適當的溫度為免燙傷。 * 加溫嬰兒奶瓶之前請移除螺旋蓋和奶嘴。加熱後，套上奶嘴，充份搖勻，達至適當溫度後，才餵嬰兒食用。 	<ul style="list-style-type: none"> * 加熱即棄式瓶罐。 * 對奶瓶加熱過度，只可加熱至微溫的程度。 * 將帶有奶嘴的奶瓶加熱。 * 直接將盛載嬰兒食品的瓶罐加熱。
一般食品	<ul style="list-style-type: none"> * 烹調有餡料的食品後，請分斷切開，讓蒸氣溢出，避免灼傷。 * 加熱湯類飲料時，須用深底容器，以防湯類飲料濺出。 * 進行切小切細、少量根菜類食物加熱時，請一定要加入約可浸泡食材的水。少量食物的加熱(100 g 以下)可能會產生火花或使食物燒焦，也可能導致機體故障。 	<ul style="list-style-type: none"> * 盛載食品於蓋上的玻璃瓶或密封容器來加熱烹調。 * 以料理爐來煎炸食品。 * 用料理爐烘乾木頭，藥草或沾濕的紙張，衣服或花類。 * 在水波爐內部空無一物時運作水波爐(即無吸收材料，例如食品或水。)
液體 (飲料)	<ul style="list-style-type: none"> * 如要煮沸或烹調液體，請見第3~4頁之重要安全須知，以免引起爆炸或爆濺。 	<ul style="list-style-type: none"> * 超過建議的烹調時間。
罐頭食品 調理包食物	<ul style="list-style-type: none"> * 調理包及罐頭請倒入可以用於微波加熱的容器內。調理包及罐頭如果是選擇智慧烹調的 [蒸煮、水煮] 或 [手動加熱] 的 [蒸煮] 時，則可直接加熱。 	<ul style="list-style-type: none"> * 加熱或烹調罐頭或調理包食物。
香腸捲，餡餅，聖誕布丁	<ul style="list-style-type: none"> * 必須按“烹調指南”中的設定時間加以烹調。(屬高糖份或高脂肪含量的食品。) 	<ul style="list-style-type: none"> * 烹調過度，以致冒煙起火。

關於器具和遮蓋物

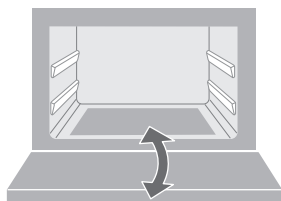
下表可以幫助您確定在每一種模式下應該使用何種器具和遮蓋物。

器具、遮蓋物	烹調模式	蒸煮/低溫蒸煮/發酵	烤箱/水波烤箱/燒烤/水波燒烤/燉煮/炙燒	微波/解凍
鋁箔紙/ 金屬/箔容器		是	是	否*
			把手為樹脂材質的製品容易熔化，因此不能使用。	* 但鋁箔紙盒如依照本食譜所記載之使用方法即可使用(溫酒、解凍等)
陶器/瓷器		是	是	是
		耐熱瓷器、陶器、瓷器、釉面陶器和骨瓷通常適用。如果容器上出現裂縫，切勿使用。否則，容器可能會破裂。		一般來說，瓷器適用於料理爐。在使用瓷器前請確保其不含任何金屬、黃金或銀質鍍層。請參見製造商推薦使用意見，確保產品可安全用於微波環境。切勿使用有裂縫的容器。
耐熱玻璃器具		是	是	是
		使用精製玻璃器具時應當小心，否則突然受熱會導致器具破裂。切勿使用非耐熱玻璃器具。		
耐熱140°C及以下的塑料容器、保鮮膜		是	否	是
		由於一些容器在高溫下會扭翹、熔化或褪色，所以使用時應特別小心。如果將食物包上保鮮膜，則會變得難以加熱。將容器或盤包上保鮮膜時，請與食物之間保留一定的空間，輕輕覆蓋。		使用可安全用於微波環境的塑膠容器進行加熱或解凍。某些可安全用於微波環境的塑膠並不適合於烹調高含糖量的食物。請遵循製造商的用法說明。取下不耐熱的蓋子進行加熱。
矽膠容器		是	是*	是
		耐熱140°C及以上的矽膠容器。	(不可以在水波燒烤、燒烤中使用) * 請使用耐熱溫度比所設置烤箱溫度高30°C以上的矽膠容器。蒸氣、熱氣排出口附近會達到高於設置溫度的溫度，因此根據容器形狀的不同，可能會導致容器發生變形。	耐熱140°C及以上的矽膠容器。
紙製品		否*	否*	否*
		* 如果按照本使用說明書、線上食譜集記載的使用方法，則可以使用下述物品(請勿使其接觸水波爐內壁，否則可能會烤焦。) • 天婦羅吸油紙 • 廚房紙巾 • 經耐熱加工的烤箱用料理紙和烤盤紙(請閱讀包裝上記載的耐熱溫度後再使用)		
漆器		否	否	否
竹、木製品		否*	否*	否*
		* 如果按照本使用說明書、線上食譜集記載的使用方法，則可以使用下述物品(請勿使其接觸水波爐內壁，否則可能會烤焦。) • 竹籤 • 市售的蒸煮專用蒸籠		
銀質器皿和在料理爐內可能會生鏽的器具或容器		否	否	否
烤盤		是	是	否
		不要把重量超過4公斤的任何東西置於烤盤上。		
網子		是	是	否

操作步驟

啟動電源—從加熱完成到切斷電源為止

1 插入電源插頭，開關爐門



顯示 **初始畫面**



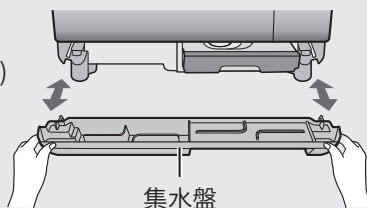
加熱或操作中途，如按下 **取消**，即會返回本顯示。

- 在初始畫面下閒置1分鐘後，將會自動切斷電源，顯示即會消失。但在爐門開啟的狀態下，即使顯示消失，電源也不會切斷。
切斷電源的機制 17頁

使用水進行加熱的準備

1 集水盤的確認

(如果有積存水份，則將其清除乾淨)
集水盤應提前裝好。



集水盤的 **安裝方法, 拆卸方法**

6頁

一定要使用常溫的可飲用軟水。

- *可飲用的軟水：純水、煮過的開水
- *不可使用的水：蒸餾水、淨水器的水、礦泉水、鹼離子水、R.O.水、井水等容易繁殖微和雜菌。與使用可飲用軟水的情形相比，更需要勤於保養。
- 此外可飲用軟水以外的其他水質，可能會造成蒸氣不易噴出，而出現顯示 **[水量不足]** 的情況。

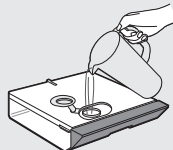
2 水箱的準備

取出水箱



水平拉出。

注入可飲用軟水



水位有2種
水位超過2 (MAX) 時，
水容易溢出。

水位1



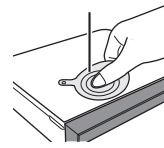
約450mL

水位2

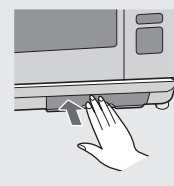


約700mL

記得蓋上水箱蓋。



安裝水箱



確實往內部壓入

2 放入食物，關閉爐門，選擇加熱種類後、開始加熱

- 加熱開始後，出現出爐溫控的顯示時，即可進行調節 (開始後的30秒以內)。

出爐溫控

弱 標準 強

- 加熱途中如果打開爐門則會暫停。如需重新啟動，請關閉爐門，按下 **加熱/啟動** (根據加熱的種類和時機，烹飪效果可能會受影響)。

- 如需在加熱途中放棄加熱，請按下 **取消**。



加熱

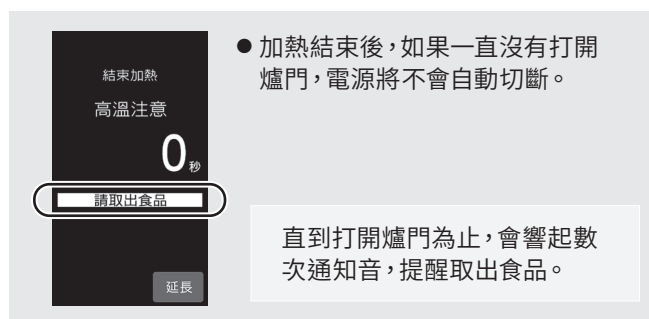
下一頁繼續

注意：加熱開始時，有時會響起風扇的轉動聲，有時則不會響起，並非異常。

3 打開爐門，取出爐內食物



- 想繼續進行其他加熱時、按下 **[取消]** 按鈕。出現初始畫面後，進行下一個加熱設定。
- 加熱不足時、按下 **[延長]**。



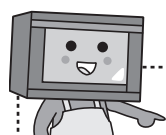
想要延長加熱時間時 加熱不足時

- 在結束加熱後的1分鐘內按下 **[延長]**，並調整時間後，按下 **[加熱/啟動]**。

[延長] 圖示消失時，請在手動加熱畫面中調整時間(溫度)後，按下 **[加熱/啟動]**。

例：延長1分鐘時

開始清潔爐內 **[延長]** 顯示消失後，有時會出現建議清潔爐內的顯示。爐內的氣味和髒汙令人在意時，請按下此按鈕清潔爐內。 **43頁**



切斷電源的機制

符合以下3個條件時，電源會自動切斷。切斷電源的時間，會依剛才進行調理的選單而異。(1~10分鐘)

- 1 爐門關閉 (加熱後，曾打開過爐門)
- 2 顯示初始畫面 (按下 **[取消]** 按鈕時，則顯示初始畫面)
- 3 **高溫** 圖示，**水滴** 圖示關閉

關於 高溫 圖示

爐內或水波爐內部呈現高溫。請注意避免燙傷。

關於 水滴 圖示 51頁

產品內部有水份殘留。顯示此圖示時，只需放置約1分鐘後，即會自動流回水箱內。

注意： ● 加熱後，為使產品內部冷卻，風扇最久約可運轉10分鐘左右。所以為使本產品使用時間更長久，在風扇運轉中，請切勿拔除電源。風扇會自動停止。

請進行空燒

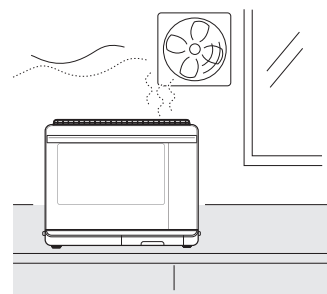
購買本產品後，正式使用前應操作事項
(所需時間：20分鐘左右)

為什麼需要空燒？ 這是為了將爐內殘留的油脂清除乾淨的緣故。

如果不空燒就直接進行調理，爐內達到高溫狀態時，吸氣口與排氣口就會有煙霧及味道冒出。因此，調理前進行空燒，就可以使煙霧及味道先行排出。此外，在本機使用好幾次之後，如果發覺有煙霧或其他味道產生時，請進行 [清潔爐內]。 [43頁](#)

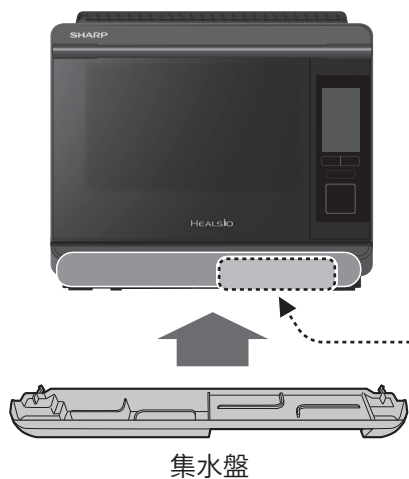
1 首先讓排氣變好吧！

請務必將房間內的窗戶全部打開，啟動風扇 **重點**



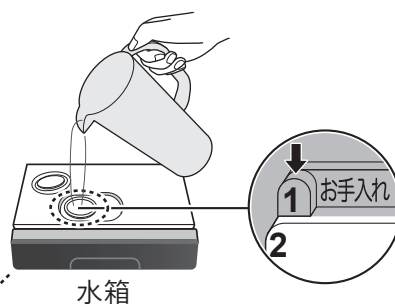
2 ① 安裝集水盤 [6頁](#)

- 爐內不放入任何物品。

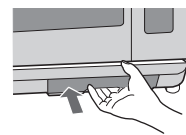


② 將可飲用軟水倒入水箱內至超過“水位1”之後，將其安裝至機身上

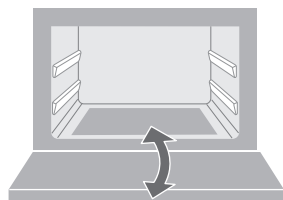
超過水位2 (MAX) 過多，會較容易溢出。



水平的將其
確實完全推入



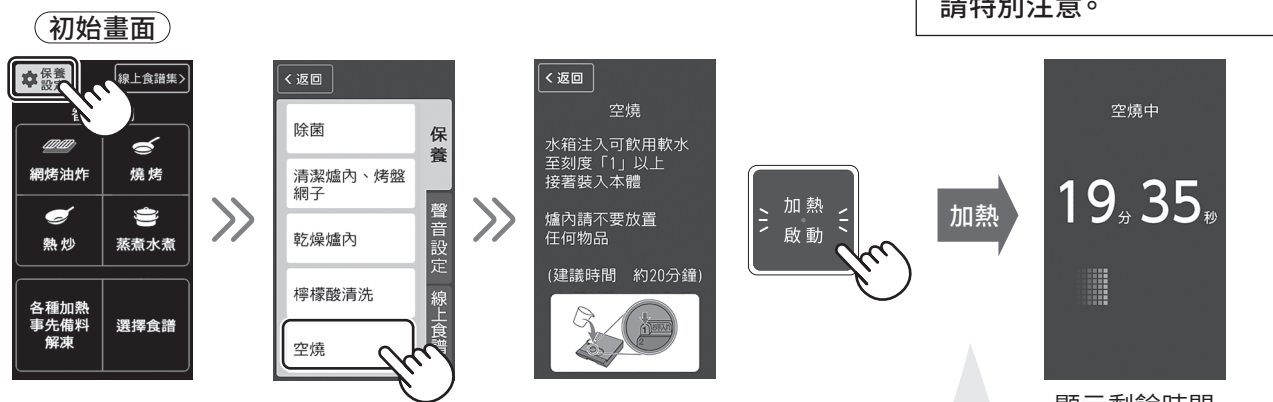
3 插入電源插頭，開關爐門 (顯示初始畫面)



初始畫面

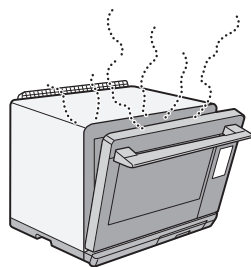
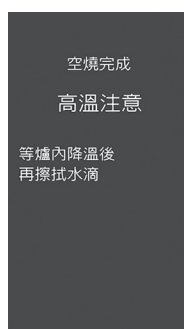


4 按下 [保養、設定] → [空燒] → [啟動]



- 加熱中、加熱後，因高溫使爐壁產生膨脹時，會聽到“碰”的響聲。冷卻時也會發生聲響。此外加熱即將結束時，排氣口將冒出蒸氣。

加熱完成後，稍微打開爐門，讓水蒸氣散去



開爐門時請勿將臉靠近，否則會因水蒸氣而燙傷。

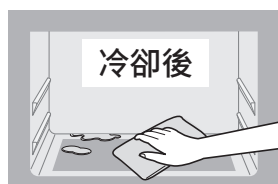
- 為冷卻產品內部，加熱完成後，風扇還會轉動產生聲音 (10分鐘左右)。

切斷電源的機制 (17頁)

使用水箱的加熱結束後

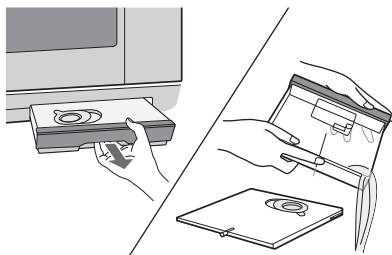
務必清理爐內、水箱與集水盤。

① 擦乾爐內的水滴



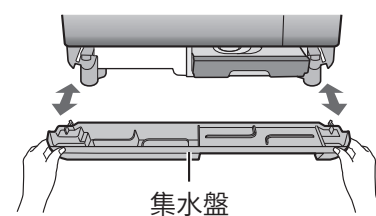
- 水平底盤會變得熱燙。加熱一結束立刻放入不耐熱的容器，可能導致容器融化或變形。

② 倒掉水箱裡的水



- 加熱即將結束時，殘留在產品內部的水份，將自動流回水箱內。建議平時保持水箱為空的狀態。

③ 倒掉集水盤裡的水

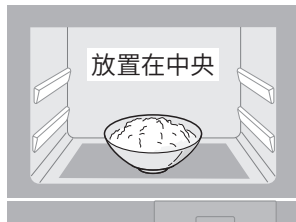


- 倒掉水後，請立即重新安裝集水盤。

注意： ● 爐內處於高溫狀態時，不能使用以下加熱選項。
[解凍]、[自訂溫度加熱]、[低溫蒸煮] (一些食譜)、[發酵]、[除菌] 顯示部位會顯示 [U-04]，並有通知音響起。 (51頁)

白飯、菜餚加熱

放入食物



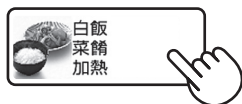
放置在中央

1 於初始畫面中選擇
[各種加熱、事先備料、解凍]



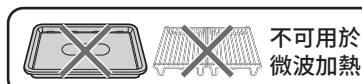
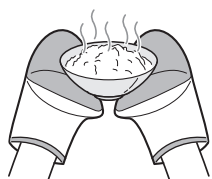
即使只是按下
[加熱/啟動] 按鈕，
同樣能進行加熱。

2 選擇 [白飯、菜餚加熱]



取出食品時

由於機體會呈現高溫，切勿直接以手觸摸
要小心不要燙傷。



不可用於
微波加熱

可使用之容器

微波

15 頁



不可用於飲料的加熱。
若是沸騰會非常危險

加熱飲料時，請使用 [牛奶加熱、溫酒]。

- 食物量大時，分為2部分，並排放置在中央。
- 使用保鮮膜時，請與食物之間保留一定的空間，輕輕覆蓋。密封容器請務必把蓋子打開。(不可為密封狀態)
- 是否須使用保鮮膜，請參閱 21 頁。
- 請勿直接使用密封的容器或袋子。
- 加熱後的保鮮膜，要小心接觸燙傷。(食物、容器變形的原因)
- 水分少、乾燥或有添加易爆食材的食品，請使用 [微波 [200W]] 邊觀察情況邊加熱。(乾貨、花生、香芹、青紫蘇與花枝等，如果加熱過度，可能會冒煙或起火)
- 當水滴留在水波爐內裡，請擦去後使用。(爐內很熱時，請小心燙傷)
如果有水留在水波爐內裡，有可能會需要比原來更長的加熱時間。

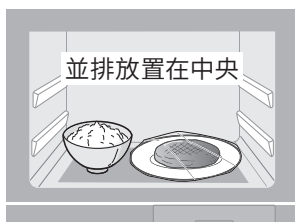
● 同時加熱2道食品時 21 頁

重點 視食品而異，有些一定得進行出爐溫控。 21 頁
調節完成強度時，請在按下
[加熱/啟動] 按鈕後30秒內按下
[出爐溫控] 按鈕。



- 加熱中途想要加入其他東西時，只要打開爐門就會暫時停止加熱。如想繼續加熱，就必須再按一次 [加熱/啟動]。
- 如需在加熱途中放棄加熱，請按下 [取消]。

可同時加熱2道食品(白飯和菜餚) (冷藏/常溫)



- 可組合常溫或冷藏的食品一起加熱 (冷凍的食品不可)。
- 2道食品的份量請盡量相同 (每道約為100~200g)。
- 務必在加熱開始後的30秒以內，按下出爐溫控的 [強]。
- 根據食品的種類和組合，有時可能會無法順利加熱。
- 下列食品將無法順利加熱。
湯品、已淋上湯汁或醬汁的食品、無法使用 [白飯、菜餚加熱] 加熱的食品。

可使用 [白飯、菜餚加熱] 加熱的食品和訣竅

○ 為可覆蓋保鮮膜。

(mL=cc)

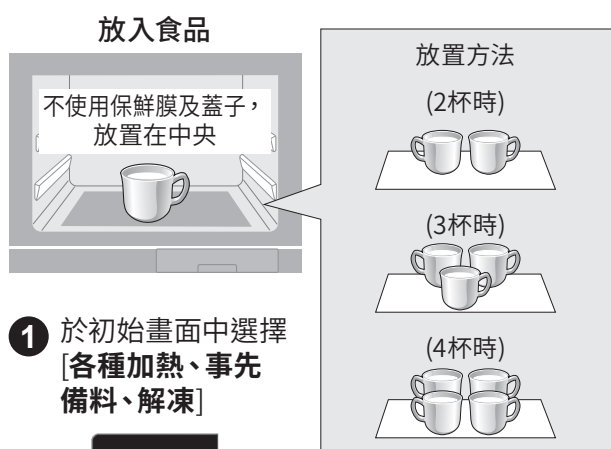
食物	份量	狀態	保鮮膜	出爐溫控	訣竅
白飯	1~4杯 (1杯150g)	常溫、冷藏	—	—	● 太硬時，請灑水。
冷凍白飯	1~2個 (1個100~150g)	冷凍	○	—	● 請使用厚度為2~3cm， 冷凍成平坦狀的米飯。必須放在盤子上。
燒賣	5~12個 (160g為止)	常溫、冷藏	○	[強]	● 兩面都撒上水。
漢堡肉	1~4個 (1個90g)	常溫、冷藏	○	[強]	—
炸天婦羅	100~400g	常溫、冷藏	—	—	● 在器皿上鋪蓋廚房用紙巾或油炸物專用紙， 不要重疊地並列排放。 ● 加熱墨魚時可能會發生飛濺的情況，請在 [微波] 模式下選擇 [200W]，進行輕度加熱。 32 頁
烤雞串	2~6本(150g)	常溫、冷藏	—	—	—
燉飯	100~400g	常溫、冷藏	—	—	● 加熱後攪拌。
炒麵	100~200g	常溫、冷藏	—	—	● 飯粒黏結成塊時，可加入少許沙拉油或奶油 混合。加熱後充分攪拌。
咖哩、濃湯	200~400g	常溫、冷藏	○	[強]	● 加熱前並加熱後攪拌。
煮物	100~400g	常溫、冷藏	—	—	● 容易裂開的食物，請覆蓋保鮮膜。
味噌湯	1~2杯 (1杯150mL)	常溫、冷藏	○	[強]	● 加熱前並加熱後攪拌。

- 手動加熱時，請使用 [微波] 32 頁。

警告

- 由於液狀食品、濃稠食品 (咖哩、濃湯、煮物、味噌湯等有配料的食品) 於加熱中或加熱後，有時會突然沸騰 (突沸) 噴濺開來，因此加熱前、加熱後要攪拌取出時，請小心避免燙傷

牛奶加熱、溫酒



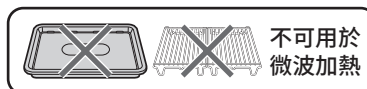
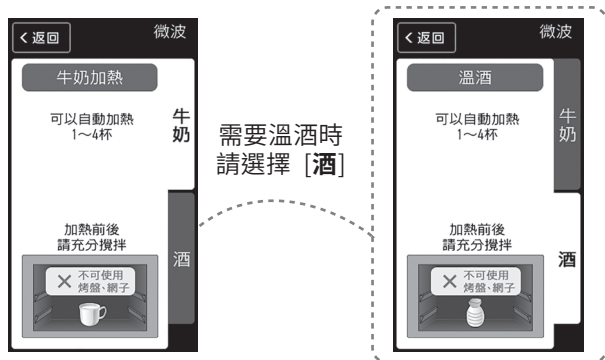
1 於初始畫面中選擇 [各種加熱、事先備料、解凍]



2 選擇 [牛奶加熱、溫酒]



3 選擇飲料種類



可使用之容器

微波 15頁

● 標準份量 1~4杯

基準分量 每1杯	(mL=cc)		
	牛奶 200mL	珈琲 150mL	酒 200mL
加熱前 標準溫度	冷藏保存 約8°C	常溫保存 約20°C	

- 在容器內放入標準份量即8分滿左右。
- 根據飲料的種類，飲料的份量、容器的形狀以及材質等、加熱不同。
- 溫酒時請使用低矮較寬的容器。(以杯子溫酒時，請使用廣口杯)
- 裝在瓶子中的食品，請務必移入其它容器。否則可能會溢出。
- 加熱杯數超過2杯以上時，請將份量調整為一致。
- 加熱前、加熱後，務必進行攪拌。
- 當水滴留在水波爐內裡，請擦去後使用。(爐內很熱時，請小心燙傷)
如果有水留在水波爐內裡，有可能會需要比原來更長的加熱時間。



重點 溫咖啡時，請先選擇 [牛奶]，並在按下開始後選擇 [強]。

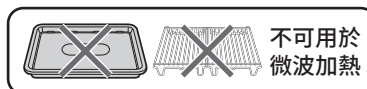
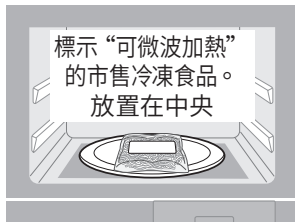
調節完成強度時，請在按下 [加熱/啟動] 按鈕後30秒內按下 [出爐溫控] 按鈕。



- 手動加熱時，請使用 **微波** 32頁。
- 加熱過度時，請務必在爐內冷卻1~2分鐘後再取出。

冷凍食品加熱

放入食物



可使用之容器

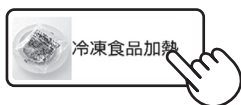
微波

15 頁

1 於初始畫面中選擇 [各種加熱、事先備料、解凍]



2 選擇 [冷凍食品加熱]



3



適合對1人份的冷凍義大利麵或1人份組合的冷凍便當等食物進行加熱。

- 商品包裝上標示“須放置於盤內加熱”的食品，請將其放置於具有耐熱性的扁平盤子內。
- 使用保鮮膜時，請與食物之間保留一定的空間，輕輕覆蓋。密封容器請務必把蓋子打開。(不可為密封狀態)
- 包覆保鮮膜或是連同袋子一起加熱時，加熱後請以注意避免燙傷的方式，立即將其拆下。(否則恐造成食品或容器變形)
- 請由冷凍室取出後立即加熱。此外已結霜的食品可能無法順利加熱。
- 需取下袋子或保鮮膜加熱的食品 (焗烤或大阪燒等)，或是需加水並開蓋加熱型的食品，以 **微波** 加熱。
- 包子請用 [大量蒸氣加熱] 或 **微波** 加熱。
- 當水滴留在水波爐內裡，請擦去後使用。(爐內很熱時，請小心燙傷)

重點 ▶ 視食品而異，有些一定得進行出爐溫控。 (下表參照)

調節完成強度時，請在按下 **加熱/啟動** 按鈕後30秒內按下 **出爐溫控** 按鈕。



- 加熱的程度會因為內容物而改變，加熱程度不足時，請利用 **微波** [600W]，以邊觀察情況邊加熱的方式，追加加熱。 (32 頁)

可使用 冷凍食品加熱 加熱的食品和訣竅

○為可覆蓋保鮮膜。標示*的食品請依照包裝上記載的內容處理

食物	份量	保鮮膜	出爐溫控	訣竅等
義大利麵	180~360g	*	—	● 加熱後請立即攪拌。
炒麵	200~300g	*	—	
蓋飯餡料	100~200g	*	—	
便當 (附白飯或是只有菜餚)	1人份 200~300g	*	[強]	● 濃稠的菜餚時，加熱後請攪拌。 ● 完成品溫度會依容器形狀、菜餚種類、盛盤方式及保存狀態等而有所不同。 一邊觀察情況，一邊進行加熱。
蛋包飯	200~300g	*	[強]	—
燉飯、炒飯	200~450g	○	—	● 事先充分鋪平。
燒賣	5~12個 (160g為止)	○	—	● 於兩面灑水。 ● 使用 [大量蒸氣加熱]，可使成品口感濕潤、不過乾。 (26 頁)
芋頭、南瓜 綜合蔬菜	100~400g 100~300g	○	—	● 含有綠花椰菜或花椰菜的食品容易烤焦，請以 微波 加熱。 注意 ：在份量較少的情況下過度加熱時，可能會冒煙、起火、產生火花。

- 手動加熱時，請使用 **微波** (32 頁)。

自訂溫度加熱

例：融化奶油 設定溫度：20°C時

放入食物



1 於初始畫面中選擇
[各種加熱、事先備料、解凍]



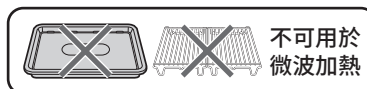
2 選擇 [自訂溫度加熱]



3 左右滑動設定 [溫度]



4 加熱 啟動



可使用之容器

微波

15 頁

設定喜好的溫度 (食品表面溫度)，軟化奶油、冰淇淋，或加熱白飯、湯品。

請使用深度較淺的廣口耐熱容器 (湯盤、湯碗等)。不可使用馬克杯。

- 用燒烤或烤箱模式加熱後，水平底盤會變熱，請充分冷卻後再使用。
- 爐內高溫時，不能使用。顯示 [U-04]。待冷卻後 [U-04] 消失，即可使用。 [51 頁](#)
- 當水滴留在水波爐內裡，請擦去後使用。(爐內很熱時，請小心燙傷)
如果有水留在水波爐內裡，有可能會需要比原來更長的加熱時間。
- 咖哩、濃湯等，容易飛散的食品須包覆保鮮膜。
- 加熱飲料時，請使用 [牛奶加熱、溫酒]。
- 食品請倒入至容器約8分滿左右。
根據容器的大小、形狀、材質、食物份量等的不同，完成品的溫度會有所變化。此外，綜合麵包 (熱狗等) 表面與配料的完成品溫度會有所不同。
- 請勿對加入了巧克力、奶油的麵包進行加熱。否則可能會融化。
- 一開始會顯示 [70°C]
- 溫度設定範圍 -10°C・20~90°C (以5°C單位)

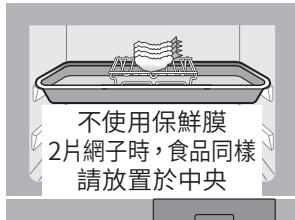
參考溫度設定

湯品	80~90°C
白飯	60~70°C
綜合麵包	50~60°C
御飯糰	40~50°C
奶油	20°C
冰淇淋	-10°C

溫度是指食品的表面溫度，份量以1~2人份 (約200g以下) 為標準。

酥脆加熱

放入食物



- 烤盤、網子 上層
- 水箱 水位1以上

可使用之容器

水波烤箱

15 頁

各種食品的訣竅，

請參閱 27 頁。

- 1 於初始畫面中選擇 [各種加熱、事先備料、解凍]



- 2 向上滑動畫面，選擇 [酥脆加熱]



- 3 加熱 啟動



取出食品時

由於機體會呈現高溫，切勿直接以手觸摸烤盤上可能會有水或油脂滴落，要小心不要燙傷。

用過熱水蒸氣去除多餘的油脂，進行酥脆加熱。

油炸前的炸肉排、炸可樂餅等麵包粉仍處於白色狀態的食物，不能進行烹調。

- 根據食物的種類與狀態，某些食物完全不能脫油。

重點 視食品而異，有些一定得進行出爐溫控。 27 頁
調節完成強度時，請在按下 **加熱/啟動** 按鈕後30秒內
按下 **[出爐溫控]** 按鈕。

出爐溫控

弱

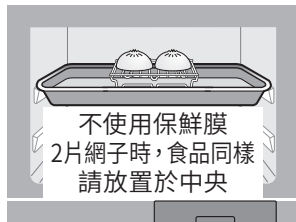
標準

強

- 依食物的種類及形狀，完成的方式有差別。請善用出爐溫控或延長來完成加熱。
- 使用完後，請將水箱或集水盤裡面的水倒掉。請記得清理爐內。 40-41 頁

大量蒸氣加熱 / 單點蒸氣加熱 (少份量時使用)

放入食物



- 烤盤、網子 上層 (有些食品不需使用網子)
- 水箱 水位2 (MAX)

可使用之容器

蒸煮

15 頁

各種食品的訣竅，請參閱

27 頁

- 1 於初始畫面中選擇 [各種加熱、事先備料、解凍]



- 2 向上滑動畫面，選擇 [大量蒸氣加熱]



- 3 加熱 啟動



取出食品時

由於機體會呈現高溫，切勿直接以手觸摸烤盤上可能有水滴落，要小心不要燙傷。

通過大量的蒸氣補充水份，進行保濕加熱。

- 依食物的種類及形狀，完成的方式有差別。請善用出爐溫控或延長來完成加熱。特別是市售的食物，請一邊觀察情況，一邊進行加熱。

重點 視食品而異，有些一定得進行出爐溫控。 27 頁 調節完成強度時，請在按下 [加熱/啟動] 按鈕後 30秒內按下 [出爐溫控] 按鈕。

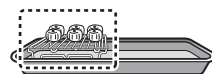
出爐溫控

弱

標準

強

份量較少時，請使用 [單點蒸氣加熱] 加熱。



2



- 將食品放置於左後側。

- 使用完後，請將水箱或集水盤裡面的水倒掉。請記得清理爐內。 40-41 頁

可使用 **酥脆加熱** 加熱的食品和訣竅

食物	份量	狀態	出爐溫控
炸天婦羅 ● 什錦炸物容易燒焦，請用 [水波烤箱] 進行加熱。 (36 頁)	100~600g	常溫、冷藏	400g以上 [強]
炸雞、炸肉排、炸可樂餅	100~600g	常溫、冷藏	[弱]
市售已調理便當用油炸物品	80~300g(1個20~35g)	冷凍	[弱]
市售炸薯條	100~200g	常溫、冷藏	[弱]
市售帶骨炸雞	100~400g	常溫、冷藏	—
烤魚、烤雞串	100~300g	常溫、冷藏	—
漢堡肉	1~4個(1個90g)	常溫、冷藏、冷凍	—
章魚燒	80~300g	常溫、冷藏、冷凍	—
市售鯛魚燒、今川燒	1~4個(1個80g)	常溫、冷藏	—
		冷凍	4個時 [強]
市售大阪燒	1個(200g)	常溫、冷藏、冷凍	[強]
冷凍市售烤飯糰	80~300g	冷凍	—

● 手動加熱時，請使用 [水波烤箱] (36 頁) 或 [微波] (32 頁)。

可使用 **大量蒸氣加熱**、**單點蒸氣加熱** 的食品和訣竅

食物	份量	狀態	放置方法與出爐溫控
大量蒸氣加熱	包子 (1個70~120g)	常溫、冷藏 冷凍	● 直接鋪上網子，放在烤盤上。 ● 1個為120g時，出爐溫控→ [強]
	燒賣 (160g為止)	常溫、冷藏 冷凍	● 直接鋪上網子，放在烤盤上。 ● 出爐溫控→ [弱]
	白飯 糯米飯	100~600g	常溫 ● 裝入茶碗或較淺的耐熱容器中，放置於烤盤上。(不使用網子) ● 300g以下時，出爐溫控→ [弱]
	茶碗蒸 (1個150g)	常溫、冷藏	● 放在烤盤上。(不使用網子) ● 手工製茶碗蒸可以使用共蓋或保鮮膜加熱。 ● 市售之冷藏茶碗蒸，不需將膠蓋拆下即可直接進行加熱。 ● 出爐溫控→ [強]
單點蒸氣加熱	白飯 糯米飯	1人份 (100~150g)	常溫 常溫、冷藏 ● 裝入碗中，放置於烤盤的左後側。 ● 出爐溫控→ [強]
	包子 燒賣	1個(70~80g) 6個(80g)	常溫、冷藏 ● 將網子放置於烤盤左側，食品放置於後側。 ● 包子時、出爐溫控→ [強]
	罐頭食品 (烤秋刀魚、 烤雞等)	1罐(80~100g)	常溫、冷藏 ● 打開罐頭蓋子，將網子放置於烤盤左側，食品放置於後側。 * 儘管不須開蓋也可加熱，但加熱後開啟蓋子時，可能會造成灼傷等意外，故請開蓋後再加熱。
	饅頭	1個(50~100g)	常溫、冷藏 ● 將網子放置於烤盤左側，食品放置於後側。 出爐溫控→ [弱] ● 麻糬(例如：大福等)不能進行加熱。

● 罐頭食品、豆沙包等加熱至與體溫相近的合適溫度。

● 手動加熱時，請使用 [蒸煮] (33 頁) 或 [微波] (32 頁)。

麵包再加熱、烤吐司、披薩

例：加熱可頌麵包

放入食物



- 烤盤、網子 上層
- 水箱 水位1以上

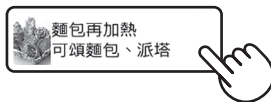
1 於初始畫面中選擇
[各種加熱、事先備料、解凍]



2 向上滑動畫面，選擇
[麵包再加熱、烤吐司、披薩]



3 選擇加熱的菜單，
按下 [加熱] 按鈕



加熱冷凍可頌麵包時，
按下 [冷凍]



4 加熱
啟動

取出食品時

由於機體會呈現高溫，切勿直接以手觸摸
要小心不要燙傷。

可使用之容器 15頁

麵包再加熱、烤吐司 水波烤箱
披薩 水波燒烤

麵包再加熱

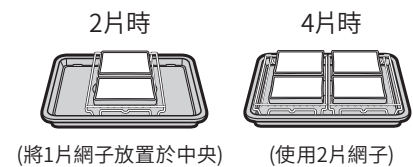
- 花捲麵包、蔥花麵包
- 法國麵包
- 可頌麵包、派塔

- 請依據種類選擇按鈕。
依據含餡麵包 (披薩及添加香腸、葡萄乾、玉米粒等餡料的麵包) 及份量，設定出爐溫控。
- 詳細使用方法請參閱畫面中的
💡 使用方法小技巧。

烤吐司

- 份量：1~4片 (4~6片切)
- 底面烤出的顏色會較表面淺。
欲追加燒烤上色時，請在加熱結束後立刻翻面，並使用 [延長] 燒烤2~3分鐘。

● 網子使用範例



披薩

- 完成品會依食品的製造廠商和尺寸而異。請邊觀察情況邊加熱。
- 標準份量請參閱畫面中的
💡 使用方法小技巧。

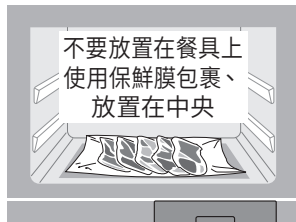
- 調節完成強度時，請在按下
[加熱/啟動] 按鈕後30秒內按下
[出爐溫控] 按鈕。



- 加熱不足時，請延長加熱時間。
- 進行手動加熱時，請參考加熱標準時間表。
- 使用完後，請將水箱或集水盤裡面的水倒掉。
請記得清理爐內。 40-41頁

解凍

放入食物



- 水箱 水位1以上
不須加水亦可解凍，
但食物會較硬。

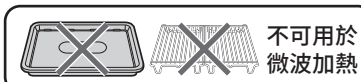
- 1 於初始畫面中選擇
[各種加熱、事先備料、解凍]，
按下 [解凍]



希望半解凍時，
按下 [半解凍]



- 2 加熱
啟動



不可用於
微波加熱

可使用之容器

解凍

15頁

全解凍…解凍至易於立即烹調的狀態
半解凍…只想解凍所需份量時。
解凍成可用菜刀切開的狀態

- 用燒烤或烤箱模式加熱後，水平底盤會變熱，請充分冷卻後再使用。(保鮮膜可能會融化)
- 爐內高溫時，不能使用。顯示 [U-04]。
待冷卻後 [U-04] 消失，即可使用。 (51頁)
- 可以一次加熱的份量 100~500g
- 不要用保鮮膜包裹。
- 放置時如果過於靠邊，則無法達到良好效果。
- 較細小的部分(魚尾等)，則纏上鋁箔紙。
使用鋁箔紙時，請不要碰觸到爐內壁面或爐門。
否則，可能會產生火花，或者導致爐門玻璃破裂。
- 要解凍的時候，請先使用放入冷凍室的食物。
解凍時，在微波模式下選擇 [200W]，調好時間，
一邊觀察情況，一邊進行解凍。

重點 如為以下食材時，請務必進行出爐溫控。
調節完成強度時，請在按下 [加熱/啟動] 按鈕後
30秒內按下 [出爐溫控] 按鈕。

- 整塊肉排 → [強]
- 鮭魚、花枝、蝦子、
將魚進行全解凍時 → [弱]



- 使用完後，請將水箱或集水盤裡面的水倒掉。
請記得清理爐內。 (40-41頁)

可以順利解凍的方法

- 將新鮮食物平整、分薄，並務必排出空氣，用保鮮膜等進行密封。
- 分成一次次(200~300g)的份量。(厚度在2cm以內)
過厚的食物會變得不易解凍。
進行半解凍時無需分為小塊。

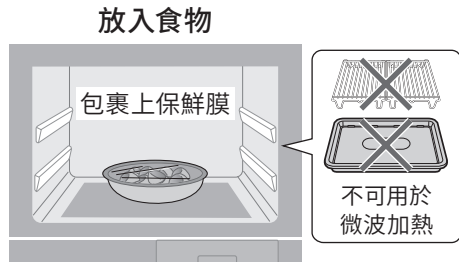
事先備料

- 使用微波進行加熱，可迅速加熱。
- 蒸煮、低溫蒸煮可使完成品達到均勻的濕潤口感。
可同時加熱出爐溫控設定相同的多種蔬菜。
- 可使用的容器和附屬品會依加熱的種類而異，請多加留意。
- 完成品會依季節和蔬菜的種類而異。

● 詳細使用方法請參閱畫面中的  使用方法小技巧。

按鈕	加熱種類	材料	份量	訣竅
 燙葉菜類蔬菜 (微波)	微波	菠菜、小松菜 花椰菜 蘆筍 高麗菜 茄子、南瓜等	100~400g 菠菜、小松菜到 300g為止	<ul style="list-style-type: none"> ● 請使用耐熱的盤子、容器與保鮮膜。 ● 請先切成相同大小後再加熱。 菠菜等可以不必切，直接加熱。 ● 不同種類的蔬菜無法同時加熱。
 燙根莖類蔬菜 (微波)	微波	馬鈴薯 地瓜、芋頭 紅蘿蔔 白蘿蔔 牛蒡等	100g~1kg 紅蘿蔔、牛蒡到 400g為止	<ul style="list-style-type: none"> ● 請使用耐熱的盤子、容器與保鮮膜。 ● 請先切成相同大小後再加熱。 ● 不同種類的蔬菜無法同時加熱。 ● 馬鈴薯、地瓜也可以不必切，整顆加熱。 在加熱程度調整中，選擇 [強]。
 豆腐去水	微波	可去除豆腐水分。	1/2~2塊	<ul style="list-style-type: none"> ● 將一塊豆腐對半切後，以耐熱容器裝盛， 容器中央請留空。 某些種類的豆腐，可能會形成蜂巢組織。
 乾香菇泡軟	微波	乾香菇泡軟。	1~4片	<ul style="list-style-type: none"> ● 加熱後仍未完全軟化時，請再擱置浸泡 一會兒。
 低溫蒸蔬菜	低溫蒸煮	菠菜、小松菜 青江菜、水菜 蘆筍 鮮菇等	100~300g	<ul style="list-style-type: none"> ● 由於是使用低溫 (80°C) 蒸煮，加熱後仍可 保留清脆口感。
 蒸葉菜類蔬菜	蒸煮	菠菜、小松菜 花椰菜 高麗菜 蘆筍等	100~400g	<ul style="list-style-type: none"> ● 不易放入網子上時、請直接放在烤盤上。 ● 加熱後即、浸泡在水中。
 蒸根莖類蔬菜	蒸煮	紅蘿蔔、牛蒡 白蘿蔔、蕪菁 蓮藕等	100~400g	<ul style="list-style-type: none"> ● 厚度切成1cm以上的食材，請勿重疊， 平鋪於網子上。
 蒸馬鈴薯 南瓜	蒸煮	馬鈴薯 地瓜 南瓜等	150g~1kg 南瓜到 400g為止	<ul style="list-style-type: none"> ● 請勿重疊，平鋪於網子上。 ● 進行加熱南瓜時、在加熱程度調整中 選擇 [弱]。

例：使用微波加熱根莖菜時

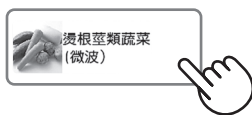


可使用之容器
微波 15頁

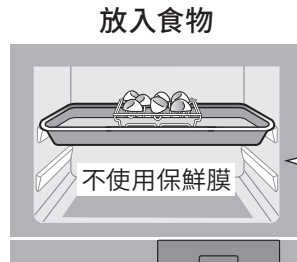
1 於初始畫面中選擇 [各種加熱、事先備料、解凍]，按下 [事先備料]



2 選擇 [燙根莖類蔬菜 (微波)]



例：使用蒸煮加熱根莖菜時



可使用之容器
蒸煮、低溫蒸煮 15頁

1 於初始畫面中選擇 [各種加熱、事先備料、解凍]，按下 [事先備料]



2 向上滑動畫面，選擇 [蒸根莖類蔬菜]



- 烤盤、網子 上層
(不易放入網子或食物超出網子的範圍時，請直接放在烤盤上)
- 水箱 水位2 (MAX)

● 少量的根莖菜 (100g以下) 請使用 **微波 [600W]** 加熱。
請用大容器裝入約可浸泡住蔬菜的水，再以鬆鬆的裹上保鮮膜的後加熱。(可能會產生火花或燒焦食物，造成產品故障)
例：紅蘿蔔50g (水25mL) 時，約2分鐘

● 左頁表格中記載的加熱種類為 **微波** 時，若爐內有殘留水滴，請務必擦乾後再使用。(爐內很熱時，請小心燙傷) 如果有水留在水波爐內裡，有可能會需要比原來更長的加熱時間。

● 請依據食材與目的選擇菜單，但有些食材請務必進行出爐溫控。
請按下畫面中的 **💡 使用方法小技巧**，詳閱內容。

● 調節完成強度時，請在按下 **加熱/啟動** 按鈕後30秒內按下 **[出爐溫控]** 按鈕。



● 進行手動加熱時，請參考加熱標準時間表。
● 如為使用水的加熱時，使用後請將水箱和集水盤裡的水倒掉。請記得清理爐內。

40-41頁

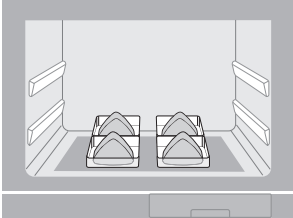
取出食品時

由於機體會呈現高溫，切勿直接以手觸摸烤盤上可能有水滴落，要小心不要燙傷。

手動

微波

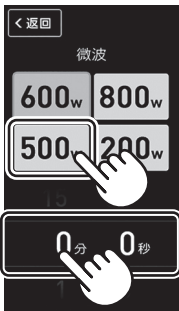
放入食品



1 按下 **微波** 按鈕



2 設定 [輸出功率 (W)]，
上下滑動設定 [時間]



3 加熱
啟動



不可用於
微波加熱



可使用之容器

微波

15頁

● 冷凍食品請務必裝入耐熱容器或盤子裡，如為市售冷凍食品，則以包裝上的記載內容為準。

● 放置方法、輸出功率 (W)、加熱時間須符合記載內容。



● 時間設定範圍

- 800W.....0~10分鐘
- 600W.....0~15分鐘
- 500W..... 0~30分鐘
- 200W 0~1小時35分鐘

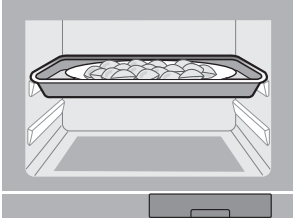
● 亦可透過 **手動加熱** 的方式選擇。



手動

蒸煮(一般蒸煮、慢蒸煮) / 低溫蒸煮

放入食物



- 烤盤 上層
部分食譜可能必須將烤盤放置於下層，並使用網子。
- 水箱 水位2 (MAX)

可使用之容器

蒸煮・低溫蒸煮

15頁

蒸煮時

1 按下 **手動加熱** 按鈕



2 選擇 **[蒸煮]**



3 選擇 **[一般蒸煮]** 或 **[慢蒸煮]**，上下滑動設定 **[時間]**



4



低溫蒸煮時

1 按下 **手動加熱** 按鈕



2 選擇 **[低溫蒸煮]**



3 左右滑動設定 **[溫度]**，上下滑動設定 **[時間]**



4



取出食品時

由於機體會呈現高溫，切勿直接以手觸摸烤盤上可能有水滴落，要小心不要燙傷。

● 請先確認集水盤是否為淨空狀態。

蒸煮時

● **[一般蒸煮]** 為希望短時間蒸煮時使用，**[慢蒸煮]** 為希望慢火蒸煮時使用。

- 時間設定範圍
 - ・一般蒸煮 0~30分鐘
 - ・慢蒸煮 30~60分鐘

● 無法設定溫度。

低溫蒸煮時

● 爐內高溫時，不能使用。顯示 **[U-04]**。待冷卻後 **[U-04]** 消失，即可使用。

● 一開始會顯示 **[70°C]**

● 溫度設定範圍
65~95°C (以5°C單位)

- 時間設定範圍
 - ・65~70°C 0~2小時30分鐘
 - ・75~95°C 0~45分鐘

● 加熱的所需時間請參考線上食譜集內加熱標準時間表。

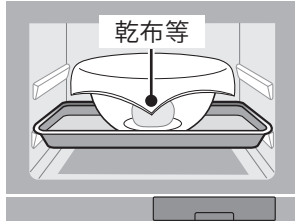
● 使用完後，請將水箱或集水盤裡面的水倒掉。請記得清理爐內。 (40-41頁)

● 加熱2小時以上後，如欲再延長時，請先將集水盤裡的水倒掉，並加水至水箱後再延長。

手動

發酵

放入食物



可使用之容器

發酵 15 頁

- 烤盤 下層
- 水箱 水位1以上

1 按下 [手動加熱] 按鈕



2 選擇 [發酵]



3 選擇 [有蒸氣] 或 [無蒸氣]，按下 [決定]



4 左右滑動設定 [溫度]，上下滑動設定 [時間]



5



- 爐內高溫時，不能使用。顯示 [U-04]。待冷卻後 [U-04] 消失，即可使用。

51 頁

有蒸氣

使用於麵包麵糰的1次發酵時，請加蓋一塊布。

無蒸氣

使用於菠蘿麵包(加上酥皮麵糰進行發酵的麵包時)。由於麵包麵糰很容易乾燥，因此使用於1次發酵時，請加蓋保鮮膜使用。進行2次發酵前，請於麵糰上噴水。

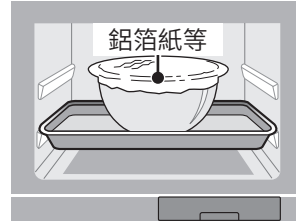
- 一開始會顯示 [40°C]
- 溫度設定範圍 30~45°C (以5°C單位)
- 時間設定範圍 0~8小時00分鐘
- [爐內燈] 未顯示。
- 使用完後，請將水箱或集水盤裡面的水倒掉。請記得清理爐內。

40-41 頁

手動

燉煮

放入食物



可使用之容器

燉煮 15 頁

- 烤盤 下層
- 水箱 水位1以上
加熱時間超過1小時時，水位請加至2。

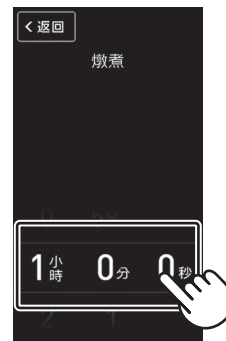
1 按下 [手動加熱] 按鈕



2 選擇 [燉煮]



3 上下滑動設定 [時間]



4



取出食品時

由於機體會呈現高溫，切勿直接以手觸摸要小心不要燙傷。

- 請使用深度較深，不易溢出的耐熱性容器。
- 時間設定範圍 0~2小時30分鐘
- 打開加熱後的蓋子(鋁箔紙等)時請特別注意。(可能會導致燙傷)
- 使用完後，請將水箱或集水盤裡面的水倒掉。請記得清理爐內。

40-41 頁

手動

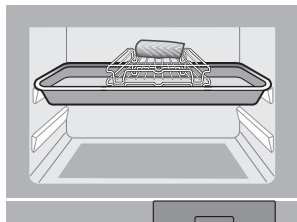
炙燒

可使用之容器

炙燒

15頁

放入食物



- 烤盤、網子 上層
- 水箱 水位1以上
把2片網子堆疊使用。

從爐頂噴出強勁火力，在表面烤出金黃焦色。

- 注意：**
- 具有高度的食材，或是調理過程中可能會因為膨脹而接觸爐頂的食材，網子請單層使用，切勿堆疊。年糕等調理過程中會膨脹的食材，請邊觀察情況邊加熱。
 - 取出或放入烤盤時，請小心別讓食材從網子滑落。

- 即使同樣的加熱時間，燒烤上色區域越小時，越容易上色。
- 請把食材欲烤出燒烤色澤的那一面，與爐頂保持水平，放置於網子上。
- 時間設定範圍 0~15分鐘
- 使用完後，請將水箱或集水盤裡面的水倒掉。請記得清理爐內。 (40-41頁)

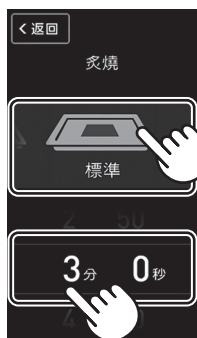
1 按下 **手動加熱** 按鈕



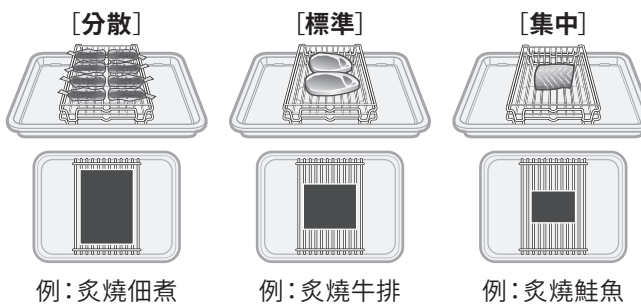
2 選擇 **炙燒**



3 左右滑動選擇燒烤上色區域，上下滑動設定 **時間**



燒烤上色區域的選擇範例



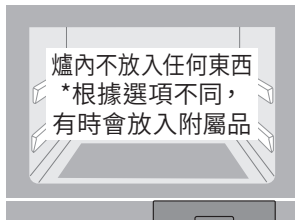
4 加熱
啟動

取出食品時

由於機體會呈現高溫，切勿直接以手觸摸烤盤上可能有水或油脂滴落，要小心不要燙傷。

水波烤箱、烤箱

這是作為烤箱使用時的說明。(進行預熱後烘烤時)



使用 [水波烤箱] 加熱功能時
●水箱 水位1以上

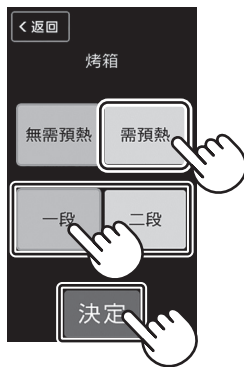
1 按下 [手動加熱] 按鈕



2 選擇 [烤箱]



3 按下 [需預熱]，選擇烤盤 [一段] 或 [二段]，
按下 [決定]



4 左右滑動設定 [溫度]



下一頁繼續

可使用之容器

水波烤箱、烤箱

15 頁

關於預熱 常見問題

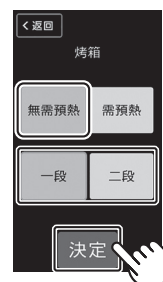
47 頁

不預熱直接烘烤時

放入符合食譜的附屬品和食物。

1 → 2 →

確認 [無需預熱]，
選擇烤盤 [一段]
或 [二段]，按下
[決定]



之後，

參考操作 4 設定 [溫度]

參考操作 7 設定 [時間] 後

前往操作 8。

注意：

- 根據室溫、食物的份量、形狀、加熱前的溫度以及電源電壓，烹飪方式各不相同。
- 以市售的食譜或瓦斯爐、其他電器烤箱的菜單來操作時，可以一邊參考本食譜相類似選項的加熱時間、溫度或附屬品一面進行加熱。如果沒有類似的食譜時，或是要連續燒烤時，建議縮短加熱時間，使用 [手動加熱] → [烤箱] → [需預熱]。

● 一開始會顯示 [170°C]

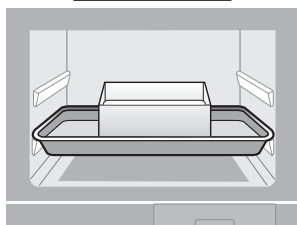
● 溫度設定範圍

100~250°C (以10°C單位)



6 完成預熱後
放入食品，關閉爐門

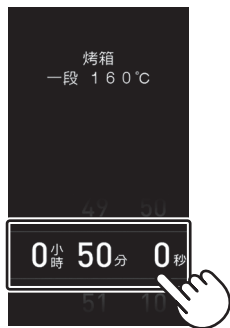
小心不要燙傷



● 烤盤 下層



7 上下滑動設定 [時間]



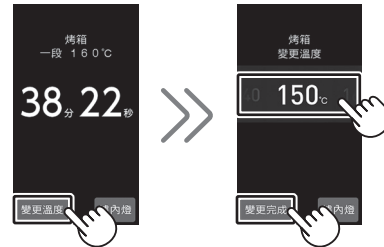
取出食品時

由於機體會呈現高溫，切勿直接以手觸摸
烤盤上可能會有水或油脂滴落，
要小心不要燙傷。

- 顯示開始預熱後，到預熱完成為止的標準時間。
(最多18分鐘左右。每2分鐘會變更一次顯示)
- 預熱所需的時間根據室溫、有無附屬品而各不相同。
水波烤箱會比烤箱花費較多的時間。
- 如果在預熱後不打開爐門，將維持約20分鐘保溫狀態。
約20分鐘過後，將顯示初始畫面，需要從操作 1 開始重新進行操作。
- 爐內溫度會下降，因此開關爐門時的動作應迅速。

加熱 (預熱) 過程中變更溫度時

請按下畫面左下方的 [變更溫度]，
變更完溫度後請按下 [變更完成]。

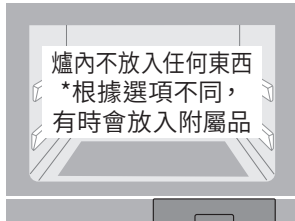


- 時間設定範圍 0~1小時35分鐘
- 使用完後，請將水箱或集水盤裡面的水倒掉。
請記得清理爐內。 (40-41 頁)

手動

水波燒烤、燒烤

這是作為水波燒烤使用時的說明。(進行預熱後烤製時)



- 水箱 水位1以上
(用作燒烤加熱時, 不使用水)

1 按下 **手動加熱** 按鈕



2 選擇 **[水波燒烤]**



3 選擇 **[需預熱]**,
按下 **[決定]**



4



下一頁繼續

可使用之容器

水波燒烤、燒烤

15 頁

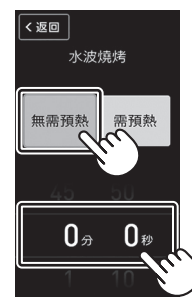
● 關於預熱 常見問題

47 頁

不預熱直接烘烤時

放入符合食譜的附屬品和食物。

1 → 2 →



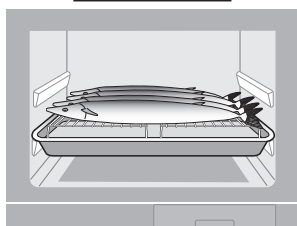
確認 **[無需預熱]**,
設定 **[時間]**

之後,
前往操作 **7**。

- 顯示開始預熱後, 到預熱完成為止的標準時間。
(最多10分鐘左右。每2分鐘會變更一次顯示)
- 預熱所需的時間根據室溫、有無附屬品而各不相同。
水波燒烤會比燒烤花費較多的時間。

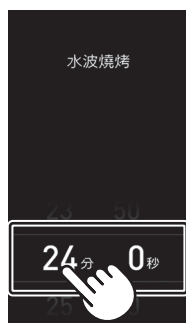
5 完成預熱後
放入食品，關閉爐門

小心不要燙傷



● 烤盤、網子 下層

6 上下滑動設定 [時間]



7



取出食品時

由於機體會呈現高溫，切勿直接以手觸摸
烤盤上可能會有水或油脂滴落，
要小心不要燙傷。

- 如果在預熱後不打開爐門，將維持約20分鐘保溫狀態。約20分鐘過後，將顯示初始畫面，需要從操作 **1** 開始重新進行操作。
- 爐內溫度會下降，因此開關爐門時的動作應迅速。
- 基本上將烤盤置於下層。詳情，請閱覽線上食譜集。

- 時間設定範圍
 - 水波燒烤 0~45分鐘
 - 燒烤 0~35分鐘

- 使用完後，請將水箱或集水盤裡面的水倒掉。請記得清理爐內。 **40-41 頁**

保養

注意即時及定期清潔水波爐
電源插頭上的灰塵也請擦拭乾淨

清洗要點 - 及時清洗！

每次使用水波爐後如不及時清洗，殘留在水波爐內壁的食物殘渣和油膩肉汁會堵塞水波爐且難以清除。蒸煮功能可在清洗過程中起到輔助作用。

務必從插座中拔出電源，並待產品冷卻後再進行操作。

保持水波爐清潔，清除任何食物的殘渣，因它可能導致爐內塗層表面的劣化。這可能對設備的壽命產生不利影響，並可能導致危險情況。請不要使用蒸氣清洗機。

請不要使用下述物品

(否則可能會導致塗層脫落、劃傷、變色、內部滲液，從而造成故障)



稀釋劑
汽油
酒精

烤箱清潔劑
去污粉
漂白劑

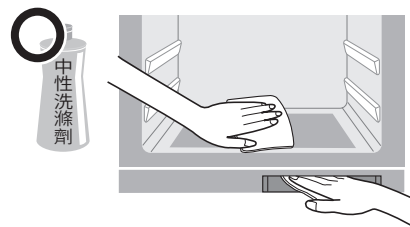
住宅、傢俱、
換氣扇用合成洗滌劑
酸性、鹼性洗滌劑

噴霧式洗滌劑
棕刷
硬質海綿

使用注意

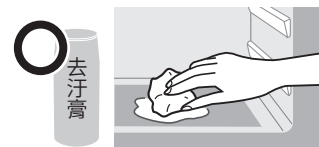
機體 (內側、外側)、爐門玻璃

- 立即用擰乾後的抹布將水擦拭乾淨。
汗漬和水份可能會引起生鏽及烤箱庫內的塗料剝落。
- 鋪上沾有溫水的抹布，等一段時間再擦拭，更容易去除汗漬。
- 汗漬難以去除時，可使用稀釋後的廚房用合成洗滌劑 (中性)，最後將水擦拭乾淨。
* 操作部位請勿使用清潔劑 (請用擰乾後的抹布輕輕濕擦)
- 根據不同的調理方法，食物中滲出的油、水份、結露後的水、白色物體 (水裡含有的礦物質成分) 等可能會從右側面的孔中流出。請將其擦拭乾淨。
- 水箱收納部位可能會附著水滴。請將其擦拭乾淨。
* 切勿使用粗糙的研磨清潔劑或尖銳的金屬刮刀清理水波爐門玻璃，因為它們可能刮傷表面，這可能導致玻璃破裂。



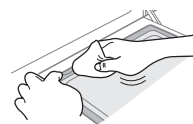
水平底盤

- 若遇頑強污垢不易清洗時，請使用圓狀軟布沾上乳狀清潔劑後輕微擦拭。
* 僅水平底盤可以使用去汗膏。



爐門玻璃墊

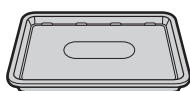
- 蒸氣變成水滴後將積存在縫隙間，請使用軟布擦拭乾淨。
* 可能導致蒸氣外漏，切勿拉扯以防鬆脫。



烤盤 (陶瓷)、網子

切勿對烤盤與網子使用磨砂清潔乳或較硬的海綿

烤盤



- 為避免刮傷，請使用柔軟的海綿進行清洗，然後充分乾燥。
髒汙難以清除時，請先浸泡後，再以高科技海綿 (不須使用清潔劑型的白色海棉) 擦拭，並充分沖洗乾淨。
* 高科技海綿僅限使用於烤盤上。

網子



請勿浸泡擱置 (以免導致生鏽)

- 請使用柔軟的海綿與廚房用合成洗滌劑 (中性) 進行清洗後，充分乾燥。

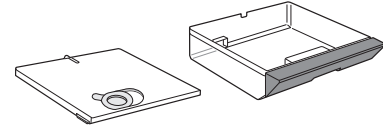
烤盤和網子的污垢不易去除時，可以用 [清潔烤盤、網子] 使其比較容易脫落之後，再以廚房用合成清潔劑 (中性) 清洗。

43 頁

仔細清潔

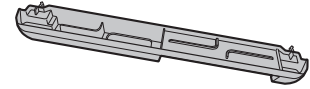
水箱 切勿使用洗碗機清洗。

- 若有水漬或黏膜附著，請使用海綿菜瓜布和廚房合成清潔劑(中性)清潔。清潔後請充分拭乾水份。請每天清除一次水，保持衛生。



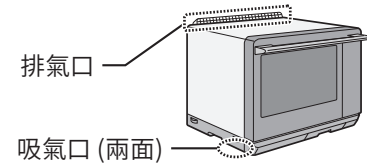
集水盤 切勿使用洗碗機清洗。

- 每次烹飪完畢後請倒掉積水並安裝好。如果污垢令人在意，請使用柔軟的海綿菜瓜布和廚房合成清潔劑(中性)清洗。



吸氣口·排氣口

- 灰塵要擦拭乾淨。(否則可能會導致無法換氣，造成故障)



產生異味或汙垢

- 使用 [清潔爐內] (44 頁)，以高溫燒掉附著在爐內的油脂。

<當感覺殘留氣味特別明顯時>

準備物品：沾濕後的綠茶葉渣。(約可鋪滿整塊烤盤的量)

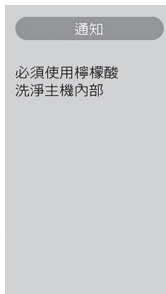
加熱方法：

1. 將綠茶葉渣鋪滿在烤盤上，放入上層。
2. **手動加熱** → [烤箱] → [無需預熱] → [一段] → [決定] → [200°C] → [20分] → **加熱/啟動**
3. 加熱完畢後，請靜放於爐內一晚。
* 乾燥的茶渣粘在烤盤等上面時，請用水浸泡，待其柔軟後將其去除。(並非所有氣味都可減輕)

<為能更容易清除汙漬>

1. 將水注入水箱中，達到2 (MAX) 水位。
2. **手動加熱** → [蒸煮] → [一般蒸煮] → [10分] → **加熱/啟動**
3. 加熱結束後，請用乾燥的抹布等進行擦拭，並注意避免燙傷。

如果出現該顯示



- 需要使用檸檬酸，清洗機體內部。請使用市售的檸檬酸(無添加、或含量99.5%以上)。

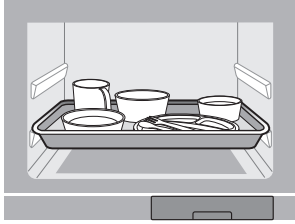
檸檬酸清洗 (44 頁)

注意： ● 請不要對塗層表面施加撞擊或堵塞爐內側面的孔。
(否則可能會導致塗層脫落、劃傷造成生鏽或裂紋，從而造成故障)

除菌

爐內溫度很高時，不能使用。顯示 [U-04]。 51頁

放入餐具等



- 餐具類行程**
- 烤盤 下層
 - 水箱 水位2 (MAX)
- 廚房用品類行程**
- 烤盤、網子 上層
 - 水箱 水位2 (MAX)

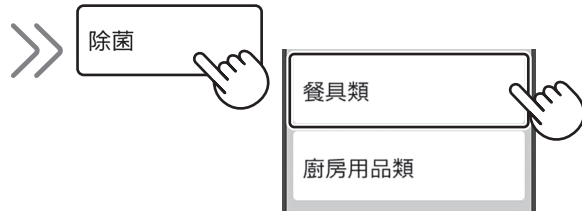
- 請先確認集水盤是否為淨空狀態。
- 如果調理後的氣味殘留在爐內，氣味可能會附著於餐具等。感覺爐內氣味明顯時，請在除菌前進行 [爐內清潔]。
- 水不夠時，運轉中途會顯示異常。請確認顯示內容。

51頁

1 於初始畫面中
按下 [保養、設定]



2 選擇 [除菌]，選擇 [餐具類]
或 [廚房用品類]



3 按下 [加熱/啟動]



加熱完成後，
使用市售厚隔熱手
套以水平角度緩慢
的將烤盤取出。

- 使用完後，請將水箱或集水盤裡面的水倒掉。

6頁

設有2種類別	餐具類	廚房用品類
	<p>所需時間：最大45分鐘 (除菌時間：約20分鐘)</p> <p>耐熱120°C以上</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 塑膠餐具 ● 玻璃奶瓶 ● 飯匙 ● 純鋼菜刀 ● 廚房用剪刀等 ● 陶瓷器具 碗、碟子、小鉢 ● 玻璃餐具 ● 金屬湯匙、叉子、餐刀 <p>便當飯盒及奶瓶等，但聚碳酸酯 (PC) 材料的除外。</p> <p>強化玻璃、水晶玻璃、雕花玻璃等，可能會產生破裂現象。</p> <p>對於耐熱溫度低的蓋子之類的物件，應注意。</p> <p>把手等部位如為樹脂材料製，會發生融解，請勿使用。</p>	<p>所需時間：23分鐘左右 (除菌時間：約20分鐘)</p> <p>耐熱90°C以上</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 塑脂砧板 29cmX39cm以下規格 1個 ● 手巾、熱毛巾 40cmX40cm以下規格的手巾：6條以內 ● 36cmX90cm以下規格的擦臉毛巾：3條以內
可除菌的物品	<p>● 餐具疊在一起時不能超過2個。</p> <p>● 開口部分向上。</p> <p>● 在烤盤上鋪料理紙不會影響除菌。</p> <p>● 奶瓶應橫放，奶嘴和瓶帽也一起排放在內。</p>	<p>● 將毛巾打濕後充分擰乾。</p> <p>● 手巾可鋪開後疊在一起或對折後卷起，排成一列。</p> <p>● 擦臉毛巾則3折後疊放在一起。(疊放條數不超過10條)</p>
放置方法	<p>● 烤盤設置位置 下層</p>	<p>● 烤盤設置位置 上層</p>
不可除菌的物品	<ul style="list-style-type: none"> ● 不耐熱的產品 (矽膠以外的橡膠產品) ● 漆器、竹製品、木、紙 (可能會導致變色和裂痕) ● 鐵製產品 (結露可能會導致生銹) ● 髒汙的餐具 (不容易洗乾淨) 	<ul style="list-style-type: none"> ● 聚碳酸酯產品 (奶瓶、餐具等) ● 餐具及廚房用品以外的物品

* 檢測機構名稱：(一社)京都微生物研究所
 檢測方法：活菌數檢測法
 除菌方法：採用水蒸氣加熱除去的方法

檢測結果：除菌率達99.0%以上
 檢測對象：餐具類：碗
 廚房用品類：手巾

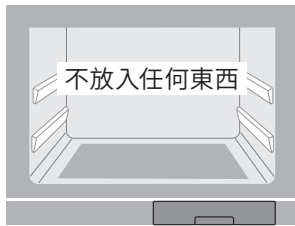
並不能除去所有細菌。

- 注意：**
- 請務必事前確認容器等的耐熱溫度，不清楚耐熱溫度時，請勿進行除菌。即使耐熱溫度達到要求，厚度較薄的樹脂產品也可能會發生變形。
 - 除菌過程中，請勿打開爐門或繼續放入餐具及廚房用品。
 - 顯示 [冷卻中] 時，請勿取出。否則可能會燙傷。
 - 取出餐具時，應水平緩慢移動。金屬材料製品的物件如果滑落，可能會導致危險。

清潔爐內

查覺爐內有異味或髒污時 (所需時間: 15分鐘左右)

以高溫 (250°C) 將爐內的油漬除盡，之後再以蒸氣蒸，使怪味及髒汙容易清除。



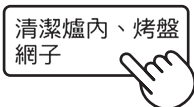
- 水箱 水位1以上

- 一定要將房間的窗戶全部打開，啟動風扇。
- 請先確認集水盤是否為淨空狀態。
- 水箱僅能加入清水 (請勿加入檸檬酸等)。

1 於初始畫面中
按下 [保養、設定]



2 選擇 [清潔爐內、烤盤、網子]，
[清潔爐內]



清潔爐內

3 按下 [加熱/啟動]



加熱結束後，
開啟爐門，要
小心不要燙傷。
請以擰乾的毛
巾將爐內髒污的
地方擦拭乾淨。

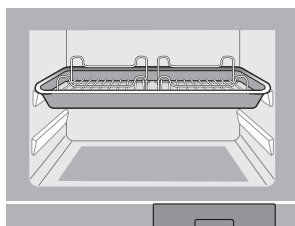
- 加熱完成並返回 [初始畫面] 後，將在約1分鐘後自動開始將機身內的水分排出。請勿將水箱拉出。
- 使用完後，請將水箱或集水盤裡面的水倒掉。 6頁

注意：● 加熱結束後，因為此時主機溫度相當高，請特別注意。開啟爐門時，臉請勿靠近。會有蒸氣燙傷。
● 水平底盤會發熱。所以放置耐熱性不高的容器可能會導致融化或變形。

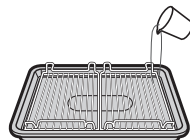
清潔烤盤、網子

烤盤與網子的髒汙非常嚴重時 (所需時間: 10分鐘左右)

以蒸氣蒸煮，讓汙垢變得更容易脫落。



- 烤盤、網子 上層
(將網子以反面朝上的
方式放置於烤盤上。
於烤盤中倒入100mL
左右的清水。)
- 水箱 水位1以上

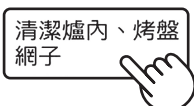


- 請先確認集水盤是否為淨空狀態。

1 於初始畫面中
按下 [保養、設定]



2 選擇 [清潔爐內、烤盤、網子]，
[清潔烤盤、網子]



清潔烤盤、網子

3 按下 [加熱/啟動]



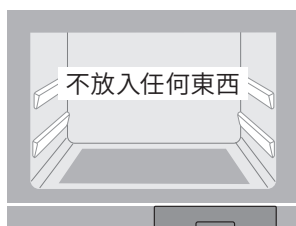
加熱結束後，機體
會呈現高溫，切勿直
接以手觸摸，取出烤
盤、網子時，請保持
水平慢慢取出。
以清潔劑清洗烤盤
與網子。

- 加熱完成並返回 [初始畫面] 後，將在約1分鐘後自動開始將機身內的水分排出。請勿將水箱拉出。
- 使用完後，請將水箱或集水盤裡面的水倒掉。 6頁

乾燥爐內

對殘留在爐內的水分感覺不適時 (所需時間: 25分鐘左右)

將殘留在爐內的水分烘乾。



1 於初始畫面中
按下 [保養、設定]



2 選擇 [乾燥爐內]



3 按下 [加熱/啟動]

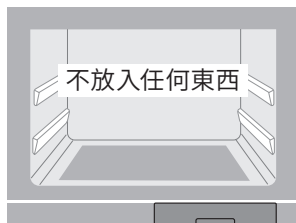


- 注意:**
- 因為此時主機溫度高。開啟爐門時，臉請勿靠近。會有蒸氣燙傷。
 - 水平底盤會發熱。所以放置耐熱性不高的容器可能會導致融化或變形。
 - 殘留在爐內的水質汙濁時，爐內烘乾後可能會留下水痕。
 - 若爐內殘留的水分過多，可能無法完全烘乾。

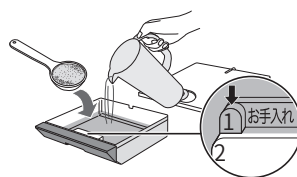
檸檬酸清洗

顯示 [必須使用檸檬酸清洗主機內部] 時 (所需時間: 60分鐘左右)

為了在使用水進行烹調時獲取更佳效果，請使用檸檬酸對供水路進行清洗。



- **水箱 水位1以上**
將可飲用軟水倒入至水位1以上的高度(約450mL)。倒入市售的檸檬酸2大匙(約28g)，將其溶解於其中。
(無添加、或含量99.5%以上)



- 請先確認集水盤是否為淨空狀態。

1 於初始畫面中
按下 [保養、設定]



2 選擇 [檸檬酸清洗]



3 按下 [加熱/啟動]



清潔完成後，
開啟爐門，
將爐內的水分擦乾。
將水箱內的水倒掉，
重新裝入可飲用軟水
至水位1以上的高度。



4 按下 [加熱/啟動]



開始供給新的水，
進行洗滌。

- 清洗結束後，請務必擦拭爐內的水。
請將水箱或集水盤裡面的水倒掉。

6 頁

- 注意:**
- 蒸氣引擎內部經檸檬酸洗淨後，污物及髒水，會有回流到水箱的情況。烹調料理後，所剩的水，會回流到水箱，此是正常現象。

常見問題

	這種情形時？	參考處理方式	參照頁
水、水箱	水箱內加的水，可以使用礦泉水或是鹼性水嗎？	<ul style="list-style-type: none"> ● 請勿使用可飲用軟水以外的水。蒸餾水、淨水器的水、礦泉水、鹼離子水、R.O.水、井水等容易繁殖黴和雜菌。與使用可飲用軟水的情形相比，更需要勤於保養。此外，可飲用軟水以外的水可能無法正確驗知水箱內的水量。(有時會顯示 [水量不足] 的字樣) 	—
	可以使用熱水嗎？	<ul style="list-style-type: none"> ● 會使得加熱時間縮短。可能因此導致容器變形，所以請勿使用熱水。 	—
	水箱內水量，每次需要完全配合食譜中記載的水位嗎？	<ul style="list-style-type: none"> ● 食譜中記載的水位是近似的。為了避免水的腐敗現象，每一次使用之前，請注入新的可飲用軟水。超過水位2 (MAX) 注水時，容易洩漏。當水量不夠時，顯示 [水量不足]。 ● 本機的構造上，加熱後也在水箱內有殘留水。由於烹調環境，同樣的選項也殘留水量可能會變化。 	—
	調理完成後，加入水的水箱可以持續放在水波爐內不處理嗎？	<ul style="list-style-type: none"> ● 調理完成後，請將水箱內的水丟棄。在持續不使用的情形下，可能會因為氣溫變化，使得水箱內的水容易腐化，所以不使用水加熱時，請務必將水箱內的水淨空。調理時，請加入新的可飲用軟水使用。 	—
	不用水進行加熱時，是否可以在裝有水箱的狀態下進行？水箱中的水是否無需進行任何處理？	<ul style="list-style-type: none"> ● 即使在主機內安裝水箱，對於調理過程也不會產生任何的影響。請將放入水箱內的水丟棄。 	—
容器	在煮飯或煮紅豆飯、燉煮時，要使用怎麼樣的容器比較好呢？	<ul style="list-style-type: none"> ● 請參考關於器具和遮蓋物。 ● 請參考線上食譜集內記載的類似食譜，進行加熱。 	15 —
	微波加熱究竟要不要蓋上保鮮膜的標準為何？	<ul style="list-style-type: none"> ● 請參考加熱標準時間表。根據不同食材，記載了是否使用保鮮膜。 	52 5 55
調理方法	哪些食品可同時加熱？	<ul style="list-style-type: none"> ● 熱度完全穿透所需的時間大致相同的食材，即可同時加熱。 ● 可參考套餐組合的食材，將相似的食材組合加熱。 ● 在同時蒸烤二段式食譜中，可在上層烤食物，在下層蒸食物。 	— — —

常見問題

這種情形時？	參考處理方式	參照頁
<p>如果不想因過熱水蒸氣達到脫油、減鹽效果，那該使用何種燒烤方法呢？</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 使用不用水的 [手動加熱] → [烤箱] 或、 [手動加熱] → [燒烤] 模式進行加熱。 	<p>36 39</p>
<p>蒸煮蔬菜時，怎樣加熱好呢？</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 請參考線上食譜集內加熱標準時間表。對於沒有記載於加熱一覽表中的蒸煮食材，雖然會因種類而異，但可以在 [手動加熱] → [蒸煮] 模式下以 [10分] 為標準，一邊觀察情況一邊加熱。 	<p>—</p>
<p>蔬菜是蒸煮好了，但太花時間。有沒更快速的方法？</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● [低溫蒸蔬菜]、[蒸葉菜類蔬菜]、[蒸根莖類蔬菜]、[蒸馬鈴薯、南瓜] 會比微波加熱費時。趕時間時，或是為了便當配色等，需要加熱少量蔬菜時，使用 [微波]、[燙葉菜類蔬菜 (微波)]、[燙根莖類蔬菜 (微波)] 會很方便。 ● 與直接加熱整個食物相比，切開後加熱的所需時間較短。在採用傳統烹飪方法 (用鍋煮等) 時，對於比加熱馬鈴薯需要更長時間才能煮好的食材 (竹筍等)，可以用 [微波] 或 [手動加熱] → [燉煮] 模式，一邊觀察一邊加熱。 * 使用蒸煮功能調理時，可以保留食物的新鮮甜美，此外即使份量有所變化，也是使用相同的料理方式，所以燉煮大量蔬菜對於健康會有很大的幫助，可以多加利用。 	<p>30 32 32, 34</p>
<p>可以連續使用同樣的選項重複進行調理嗎？</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 爐內或是附屬品過熱，可能導致加熱完成品過於濃稠，無法順利完成調理。有需要調節時，可以在開始加熱後按下 [出爐溫控]，一面觀察爐內的情形一面加熱。 	<p>—</p>
<p>食品包裝上記載“微波xxxWx分鐘加熱”，到底要怎麼加熱好呢？</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 使用 [微波]，選擇功率 [800W]、[600W]、[500W]、[200W]，調好時間進行加熱。 	<p>32</p>
<p>對於線上食譜集未記載的菜單的加熱方法？</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 請參考線上食譜集內相類似的料理方法。一面觀察情形一面加熱。 * 一般來說烤箱料理的加熱時間或溫度，會因爐內的大小或構造而有所不同，所以即使市售食譜或其他產品所附菜單同樣的條件，也有可能無法順利完成的情形。 	<p>—</p>
<p>如果想變更料線上食譜集的份量進行料理時？</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 選用自動加熱的情形時，請根據食譜所記載的基本份量進行調理。 ● 變更份量，在進行蒸煮料理時、不管是自動加熱、手動加熱，只要是可置放於附屬網子 (或烤盤) 上的份量，加熱時間都不會有太大的差別。亦可先依食譜所記載的內容進行加熱，之後再依加熱後的情形慢慢延長加熱時間即可。 ● 燒烤料理與蒸煮料理一樣，但使用食譜記載份量倍數以上的量加熱時，請將加熱時間設定為“增加2~3成”時間，然後再依加熱的情形調整加熱時間。 	<p>— — —</p>

調理方法

	這種情形時？	參考處理方式	參照頁
加熱強度調解	關於完成出爐溫控按鈕的操作。	<ul style="list-style-type: none"> ● 開始後的30秒內，會顯示出爐溫控畫面。初始設定為 [標準]，請依照需要進行調節。(部分菜單無法進行調節) 	—
預熱	區分需要預熱的選項、不需要預熱的選項的標準是什麼？	<ul style="list-style-type: none"> ● 需要預熱的選項 <ul style="list-style-type: none"> • 蛋糕、麵包等出爐溫控不易處理的情形。 • 加熱烤蔬菜，並希望加強“保存維他命”的效果時。 ● 不需預熱的選項 <ul style="list-style-type: none"> • 漢堡肉、焗烤、鹽鮭魚等烤物熟食等。 	—
預熱	完成調理後，在繼續進行相同的加熱時，是否還需要預熱？ 爐內如果保持高溫狀態，不進行預熱是否亦可？	<ul style="list-style-type: none"> ● 加熱後如果繼續使用，那不進行預熱也不會有什麼影響，但一旦溫度已下降，可能會影響成品的完成。建議使用預熱。(從爐內高溫的狀態開始預熱，短時間就可以完成預熱) 	—
顯示	顯示 [必須使用檸檬酸清洗主機內部] 。 如果不用檸檬酸清洗並繼續使用，會產生什麼後果？	<ul style="list-style-type: none"> ● 產生蒸氣的部分可能會損傷，從而導致故障。產品內部有水流經的部分，會被水中含有的礦物質成分及黏液弄髒，收到提示後，請儘早用檸檬酸進行 [檸檬酸清洗]。檸檬酸(無添加，或含量99.5%以上)可在藥房等處購得。 	44
操作	<p>液晶觸控螢幕</p> 滑動畫面選擇後，顯示非想要的選項。	<ul style="list-style-type: none"> ● 請用手指維持觸碰來移動畫面，如果只是輕觸畫面滑動會容易誤觸。 	—
操作	<p>加熱不足時</p> [延長] 顯示消失後，想進行延長加熱時要怎麼辦才好？	<ul style="list-style-type: none"> ● 請參考線上食譜集的“採用手動時”一面注意爐內情形一面加熱。 	—
停電時	加熱中途如遇停電時要怎麼辦才好？	<ul style="list-style-type: none"> ● 請參考線上食譜集的“採用手動時”，設定手動加熱，一面注意爐內情形一面加熱。 	—

是否故障？

	狀況	非故障	參照頁
聲音	明明啟動加熱了，卻沒有聽見任何聲音。	● 根據產品內部的溫度條件等，有時加熱開始後，風扇也不會轉動。因此才會沒有聲音，並非異常。	—
	加熱過程中或完成後， • 發出巨大聲響。 • 發出“嘖”、“吭”的聲音或停止。	● 那是冷卻主機的風扇聲。 由於是將蒸氣鎖在爐內進行烹調，設計上必須提高密閉性。因此將風扇的運轉設定為稍強，運轉時間較長。 ● 這是為了配合加熱種類，控制冷卻水波爐內部的風扇轉動。加熱結束後，最久會轉動10分鐘左右，加熱仍可繼續使用。	—
	烤箱加熱時， 機器運作聲可能會停止。	● 以控制熱風風扇的轉動。	—
	微波加熱中產生“啪噠”的聲音。	● 這是附著在玻璃門和機器接連處的水滴，因蒸發彈起所產生的聲音。	—
	烤箱或燒烤進行加熱時產生“碰”或“噠”的聲音。	● 因高溫爐內壁膨脹所產生的聲音。或是冷卻時也可能產生聲音。	—
	加熱中爐內有時變暗或產生“喀噠喀噠”的聲音。	● 這是由於對加熱狀態進行控制而致。	—
電源、表示	開啟電源時，會發出“咔茲”或“沙”等聲響。	● 本產品正在進行加熱準備中。	—
	按鈕觸控音，加熱結束後沒發出聲音。	● 確認是否設定為關閉通報音的功能？ 可利用 [保養、設定] → [聲音設定] → [通知音] 或 [按鍵觸控音] 變更。	9
	電源插頭已插入卻無任何顯示。	● 開關爐門時，接通電源，顯示 [初始畫面]。 關閉爐門1分鐘後，顯示內容將會關閉。 (電源自動關閉功能)	16
	加熱中電源斷電。 (總電源斷電)	● 電器容量是否超過電壓？ 請聯繫客戶服務中心。	—
	電源無法關閉。	● 面板是否顯示 [高溫] 或  ？ 最多經過10分鐘後將關閉電源。(切斷電源的機制)	17
	顯示的預熱剩餘時間與實際完成預熱的時間不同。	● 預熱完成時間可能會因為爐內溫度、室溫、以及使用環境等因素，而變短或變長。	—
動作	按下觸控螢幕時沒有反應。	● 是否在戴著隔熱手套、一般手套、或是貼著OK繃等手指被覆蓋的狀態下進行操作？ ● 觸控螢幕上是否有水分或污垢？ ● 有無在觸控螢幕上貼上市售的保護貼？ ● 是否同時以2支以上的手指按住螢幕？	— — — —

狀況	非故障	參照頁
加熱過程中，庫內燈不點亮。	● 由於採用節能設計，故加熱期間爐內燈將會熄滅。希望亮燈時，可在加熱期間按下畫面右下方的 [爐內燈]，爐內燈將亮燈10秒。但在 [發酵]、[檸檬酸清洗] 等模式下，不會顯示 [爐內燈]。	7
加熱後，爐門內側起霧，爐內和爐門內側附著水滴。 打開玻璃門蒸氣噴出。	● 為提高調理性能，特別提高密閉性之設計。不使用水加熱(微波、烤箱、燒烤)時也相同。 爐內沾有水時，請等爐內冷卻後，用乾抹布等擦乾。	—
從玻璃門中蒸氣外漏。	● 將產生少量蒸氣，但並非異常。	—
冒煙或產生異味。	● 請確認購買後是否空燒過？ ● 請檢查爐內或玻璃門是否有食物殘渣附著？ 是否有湯汁或油脂等液體滲出？	18 40
會發出火花。 (使用微波加熱時)	● 是否使用了烤盤、網子、金屬籤、鋁箔、帶有金銀花紋的器具或金屬容器？ ● 是否有食物的殘渣附著？	15 40
水從產品下方漏出。	● 集水盤是否確實裝置？即使未使用水箱，水波爐內附著的水氣仍有可能滴落，因上除此保養時以外，請隨時裝上集水盤。 ● 確認機器是否傾斜？	6 —
水箱的水變得混濁。	● 回流至水箱內的水，可能會因為烹煮的食譜或使用頻率而變混濁。儘管無衛生上的問題，但每次使用時仍請更換用水後再烹煮。	—
爐內 (水平底盤上) 有積水。	● 使用水加熱時，加熱時的蒸氣將變成水滴，導致積水。(50mL左右。累積的水量會依菜單而異) 防止燙傷，請待冷卻後使用乾布擦拭。	—
集水盤內的積水呈現咖啡色。	● 這是因附著在爐內的油脂等污垢，隨著烹煮期間的蒸氣由爐內流出所致。髒汙情況非常嚴重時，請進行保養。	40
使用 [牛奶加熱]、[溫酒] 加熱功能，完成後只有微溫。	● 是否放置於水平底盤的邊邊？(請放置於中央) ● 機器是否會依據飲料的種類，調整加熱程度？ ● 加熱程度會因為飲料的種類、份量、容器大小、形狀、厚度而改變。請使用延長功能邊觀察情況邊進行加熱。 ● 是否倒入至容器的8分滿？標準份量為8分滿。	22
過熱加熱。	● 是否用了 [牛奶加熱]、[溫酒] 模式進行加熱？ ● 加熱程度會因為飲料的種類、份量、容器大小、形狀、厚度而改變。請使用延長功能邊觀察情況邊進行加熱。請嘗試進行出爐溫控。 ● 是否倒入至容器的8分滿？標準份量為8分滿。	22
無法順利加熱至以 [自訂溫度加熱] 設定的溫度。	● 加熱溫度可能會因為容器的種類、大小、形狀等因素而改變。 ● 在使用馬克杯對湯品加熱等情況下，可能會出現過熱的情況。請盡量使用廣口容器。	— —

爐內

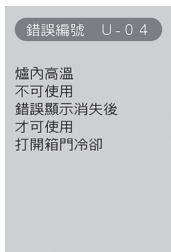
完成

是否故障？

狀況	非故障	參照頁
難以獲得良好的燒烤色調。無法順利完成。	<ul style="list-style-type: none"> ● 是否使用單獨的插座？使用延長線會導致電壓下降，無法獲取最佳效果。而且也存在危險。 	—
<ul style="list-style-type: none"> ● 使用水波燒烤時。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 想獲得明顯的燒烤色澤時，請使用 [手動加熱] → [炙燒] 模式進行加熱。 	35
<ul style="list-style-type: none"> ● 使用 [烤箱] 或 [燒烤] 時。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 是否有依照步驟操作，確實置於上層或下層？ ● 是否有依照步驟指示，使用網子？ 	— —
使用 [解凍] 時	<ul style="list-style-type: none"> ● 有無包裹保鮮膜？(不使用保鮮膜) ● 請在水平底盤鋪上一層保鮮膜，將食品置於中央位置。 ● 有無配合食材調整加熱程度？ 	29
<ul style="list-style-type: none"> ● 過度加熱。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 加熱時是否將食物盛放在餐具上，或者直接帶著泡沫容器進行加熱？或是在未加水的情況下進行加熱？如有此類情況，將會造成加熱後的食物過熱。 	29
<ul style="list-style-type: none"> ● 加熱不足。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 使用蒸氣加熱，產生於食物上的水蒸氣。 	—
以用水方式加熱時，有水分殘留在食品表面。		—
燒烤效果不均。	<ul style="list-style-type: none"> ● 將烤盤裝到烤盤架後，是否有確實推到底？ ● 在意燒烤不均勻時，請在加熱中途，將整片烤盤前後翻轉，或上下層更換位置。 	— —
在 [微波] → [800W] 加熱，但加熱效果不均。	<ul style="list-style-type: none"> ● 食品是否直接置於水平底盤上？特別是冷凍食品，更容易出現加熱不均的情形，所以請置於耐熱性器皿或容器上。在 [微波] → [500W] 或 [600W]，一邊觀察情況，一邊加熱。 	32
參照市售食譜或其他產品的烤箱加熱選項，卻無法輕鬆完成料理加熱時。	<ul style="list-style-type: none"> ● 請參考線上食譜集中相類似選項的加熱方法。從手動預熱開始，一面觀察爐內的情況一面燒烤。但是，由於爐內尺寸和構造等有所不同，因此即使加熱條件和市售食譜等相同，有時仍可能無法順利加熱。 	—
進行微波加熱時食物裂開。	<ul style="list-style-type: none"> ● 可能是因加熱而有收縮特質的食物(花枝或肉等)，以微波加熱時，食物中的水份會氣化，所以才會產生爆裂的情況。在 [微波] → [200W]，一邊觀察情況，一邊加熱。 	32
使用水加熱無法確實完成料理。	<ul style="list-style-type: none"> ● 加熱途中是否有將水箱取出？到加熱完成為止，請勿隨意取出水箱。 	—

完成

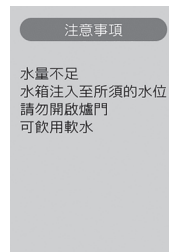
如果出現這樣的顯示時 通知音(嗶嗶嗶嗶……)響起



爐內溫度過高所以不能使用。溫度下降後，左圖的顯示消失之後就可以使用。

按下 **[取消]** 按鈕，即可使用下述以外的加熱方式。

[解凍]、**[自訂溫度加熱]**、**[低溫蒸煮]** (一些食譜)、**[發酵]**、**[除菌]**

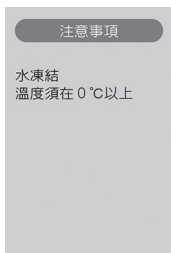


水箱中的水量過少。

注水至所需水位，**[加熱/啟動]** 按鈕。

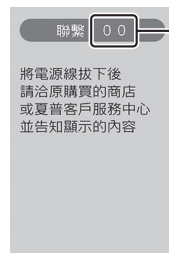
- 是否使用了可飲用軟水以外的水？

16 頁



產品內部的水結凍，無法使用水加熱。為了讓凍結的水溶解，請在 **[手動加熱]** → **[烤箱]** → **[無需預熱]** → **[一段]** → **[決定]** → **[200°C]** 模式下，加熱一段時間。

36 頁



表示產品故障時
將電線從插座拔起，
請聯繫客戶服務中心。

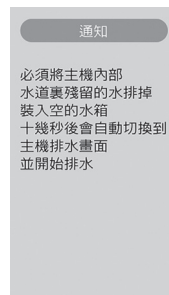
如果出現這樣的顯示 通知音不響起



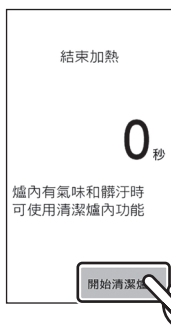
水波爐內部殘留的水分回流至水箱。明明按下 **[取消]**，卻沒有反應。

按下 **[取消]** 後，響起通知聲(嗶嗶嗶嗶……)。

* 也請搭配參閱以下的“關於 顯示”。



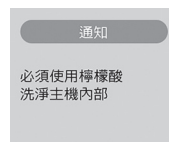
在水波爐內部有水分殘留的狀態下切斷電源。
殘留的水分会回流至水箱，因此請裝上空的水箱。



燒烤、炸物、煮物的加熱結束，延長顯示消失後，會出現建議進行清潔爐內的顯示。

爐內的氣味和髒汙令人在意時，請按下 **[開始清潔爐內]**，清潔爐內。

43 頁



產品內部有水流經的部分，會被水中含有的礦物質成分或黏液弄髒。
請使用檸檬酸進行 **[檸檬酸清洗]**。

44 頁

按下 **[取消]** 按鈕即可使用，請務必儘早用檸檬酸進行清洗。否則可能會導致蒸氣難以排出，影響烹飪效果。

檸檬酸(無添加，或含量99.5%以上)可在藥房等處購得。



關於 圖示

在用水食譜的操作過程中，進行了“中途停止或取消”等操作，未確實加熱至最後時，顯示的內容。

由於可能仍有水分殘留在本產品內部，故在此狀態下閒置約1分鐘後，水分將自動回流至水箱內。(顯示 **[排水中]**)。可能會因為時間點的因素出現水分未回流至水箱的情況，此為正常現象，並非異常。 顯示期間仍可使用。

以上的標示僅為範例。請詳閱並確認實際的畫面顯示。



處於演示模式狀態，需要進行以下操作。在該狀態下無法進行加熱。

持續按下 **[取消]** 按鈕4秒直至發出“嗶”聲，然後再按4次。**[D]** 消失後即可使用。

* 演示模式是指在店鋪等地方，為介紹商品特點和功能而設的顯示。

初始畫面顯示 **[D]** 時，烹調中的加熱時間顯示會跳得較快，此時將無法進行加熱。

加熱標準時間表

● 會依食品種類、加熱前的溫度、食材鮮度、容器形狀與材質等而異，因此請觀察情況再進行加熱。
 ● 關於操作方法，請確認 使用說明書 目錄 和參照符合加熱方法頁次。
 ● 有些食譜可能會記載多種加熱方法。請依喜好區分使用。

加熱

※①有無裹上保鮮膜請如食品包裝記載所示。
 ※②食品包裝上有“放在盤上後進行加熱。”的記載食品，可放在耐熱平盤上。
 ※③設定為水波烤箱→無需預熱、一段後的溫度。

食譜名稱	份量	加熱前狀態	加熱方法	建議時間	附屬品，層架位置	有無裹上保鮮膜或水位	小訣竅等
飲料	牛奶	1杯(200mL)	冷藏				
	咖啡	1杯(150mL)	常溫	微波→600W	約1分30秒	—	● 加熱前後務必攪拌均勻。
	酒	1杯(180mL)	常溫		約1分鐘	—	
白飯、糯米飯	1杯(150g)	常溫、冷藏	蒸煮→一般蒸煮	約8分鐘	將烤盤放入上層	水位2	● 放入碗內或淺口耐熱容器，再放在烤盤上。
			微波→600W	約1分鐘	—	—	● 口感硬時灑水。
	150g	冷凍	蒸煮→一般蒸煮	約18分鐘	烤盤+1片網子放入上層	水位2	● 卸除包裝膜(若放入容器內則先取出)，再放入金屬製濾鍋。
			微波→600W	約2分30秒	—	有裹上保鮮膜	● 使用2~3cm厚度，平坦冷凍物。務必放在盤子上。
市售之包裝飯品	1個(200g)	常溫	蒸煮→一般蒸煮	約11分鐘	烤盤+1片網子放入上層	水位2	● 撕除包裝蓋膜。
			微波→600W	約1分鐘	—	—	● 稍微撕除包裝蓋膜，放入爐內中央。
白飯、便當、麵包類	1人份(250g)	常溫、冷藏		約1分50秒	—	—	● 加熱後攪拌均勻。
		冷凍	微波→600W	4~5分鐘	—	有裹上保鮮膜	※② ● 加熱後攪拌均勻。
蛋包飯	1人份(250g)	冷凍	微波→600W	4~5分鐘	—	※①	※②
便利超商便當	1人份(400g)	常溫、冷藏	微波→600W	約1分40秒	—	—	● 卸除包裝膜或護蓋、調味料容器、水煮蛋(含鴨鵝蛋在內)、鋁盒。
冷凍便當(附白飯或是只有菜餚)	1人份(250g)	冷凍	微波→600W	4~5分鐘	—	※①	※② ● 完成溫度會依容器形狀、菜餚種類、裝填方式和保存狀態而異。請邊檢視情況邊進行加熱。
花捲麵包、披薩、蔥花麵包	花捲麵包 2個	常溫、冷藏	※③150°C	7~8分鐘	烤盤+1片網子放入下層	水位1以上	● 加熱法國麵包時，請先切成厚度約小於4cm的大小後，再放置成切口朝上的狀態。 ● 加熱含餡麵包時，加熱時間會依餡料種類而異，因此請邊觀察情況邊加熱。 ● 趕時間時，請使用微波600W，邊觀察情況邊加熱10~20秒。會隨著時間經過而變硬，因此請於食用前加熱。
	法國麵包 2切片(60g)	冷凍		8~9分鐘			
法國麵包	2切片(60g)	常溫、冷藏		8~9分鐘			
		冷凍		9~10分鐘			
可頌麵包、派塔	可頌麵包 2個(80g)	常溫、冷藏		8~9分鐘			
		冷凍		9~10分鐘			
咖哩麵包	1個(100g)	常溫、冷藏		10~11分鐘			
		冷凍		17~18分鐘			
蒸煮、燉煮	1個(70~80g)	常溫、冷藏	蒸煮→一般蒸煮	約11分鐘	烤盤+1片網子放入上層	水位2	—
			微波→600W	40~50秒	—	有裹上保鮮膜	● 取出底紙，立即放入水中，再用保鮮膜包住。 ※ 如果是豆沙包，豆餡會先熟，若過度加熱有可能會冒煙、起火，因此請減少加熱時間。
	冷凍	蒸煮→一般蒸煮	約18分鐘	烤盤+1片網子放入上層	水位2	—	
		微波→600W	1分10秒~1分20秒	—	有裹上保鮮膜	※ 請參照上述「常溫、冷藏」的「小訣竅等」。	
燒賣	12個(160g)	常溫、冷藏	蒸煮→一般蒸煮	約8分鐘	烤盤+1片網子放入上層	水位2	—
			微波→600W	約2分鐘	—	有裹上保鮮膜	● 對兩面同時灑水。
	冷凍	蒸煮→一般蒸煮	約9分鐘	烤盤+1片網子放入上層	水位2	—	
		微波→600W	約3分30秒	—	有裹上保鮮膜	● 對兩面同時灑水。	

加熱

※①有無裹上保鮮膜請如食品包裝記載所示。
 ※②食品包裝上有“放在盤上後進行加熱。”的記載食品，可放在耐熱平盤上。
 ※③設定為水波烤箱→無需預熱、一段後的溫度。

食譜名稱	份量	加熱前狀態	加熱方法	建議時間	附屬品，層架位置	有無裹上保鮮膜或水位	小訣竅等	
饅頭	1個 (50~100g)	常溫、冷藏	微波→600W	10~20秒	—	—	●由於餡料會變熱，因此請降低溫度加熱。	
蒸煮、燉煮	茶碗蒸 1個 (150g)	常溫、冷藏	蒸煮→一般蒸煮	約18分鐘	將烤盤放入上層	水位2 皆有蓋上護蓋 或有裹上保鮮膜	●手製茶碗蒸皆有蓋上護蓋或有裹上保鮮膜。 ●市售茶碗蒸，無需撕下膠膜蓋直接加熱。	
			微波→200W	3~4分鐘	—	有裹上保鮮膜	●熱時間會因配料種類而異，因此請依情況加熱。	
煮物	1人份 (200g)	常溫、冷藏	微波→600W	約1分20秒	—	—	●加熱前與加熱後攪拌均勻。 ●燉魚等加熱時會爆開的肉類食物需裹上保鮮膜。	
炸天婦羅	200g	常溫、冷藏	※③200°C	約13分鐘	烤盤+1片網子放入下層	水位1以上	—	
			微波→600W	約1分20秒	—	—	●在盤子上鋪上廚房紙巾或天婦羅吸油紙，再以不重疊的方式進行排列。※花枝會裂開，因此用手工動加熱方式，以200W微波溫度低溫加熱。	
	冷凍	※③200°C	約14分鐘	烤盤+1片網子放入下層	水位1以上	—		
	150g		微波→600W	約1分50秒	—	—	※請參照上述「常溫、冷藏」的「小訣竅等」。	
炸物、炸天婦羅 已油炸過	炸什錦	2個(140g)	常溫、冷藏	※③200°C	9~10分鐘	烤盤+1片網子放入下層	水位1以上	●為避免燒焦，因此低溫加熱。
	炸物	200g	常溫、冷藏	※③200°C	約11分鐘	烤盤+1片網子放入下層	水位1以上	—
				微波→600W	約1分20秒	—	—	●在盤子上鋪上廚房紙巾或天婦羅吸油紙，再以不重疊的方式進行排列。
炸肉排、炸可樂餅	200g	常溫、冷藏	常溫、冷藏	※③200°C	約11分鐘	烤盤+1片網子放入下層	水位1以上	※不可使用未油炸的炸肉排或油炸物等，未經處理的白色狀態麵包粉。
			微波→600W	約50秒	—	—	—	
市售已調理便當用油炸物品	120g (1個20~35g)	冷凍	※③220°C	約14分鐘	烤盤+1片網子放入下層	水位1以上	—	
			微波→600W	約1分40秒	—	—	—	
市售炸薯條	100g	常溫、冷藏	※③200°C	約9分鐘	烤盤+1片網子放入下層	水位1以上	—	
			微波→600W	約50秒	—	—	●攤開放在耐熱盤上。	
市售帶骨炸雞	2個 (200g)	常溫、冷藏	※③200°C	約13分鐘	烤盤+1片網子放入下層	水位1以上	—	
			微波→600W	約1分40秒	—	—	—	
烤魚	2切片 (200g)	常溫、冷藏	※③200°C	約11分鐘	烤盤+1片網子放入下層	水位1以上	—	
			微波→600W	約50秒	—	—	—	
蒲燒鰻(加熱)	200g	常溫、冷藏	※③200°C	8~10分鐘	烤盤+1片網子放入下層	水位1以上	●將蒲燒皮朝上，放在網子上排列。	
燒烤烹調、義大利麵	烤雞串 6本 (150g)	常溫、冷藏	※③200°C	約11分鐘	烤盤+1片網子放入下層	水位1以上	—	
			微波→600W	約50秒	—	—	—	
漢堡肉 (已經煎熟的漢堡肉)	2個 (180g)	常溫、冷藏	※③200°C	約11分鐘	烤盤+1片網子放入下層	水位1以上	—	
			微波→600W	約1分20秒	—	有裹上保鮮膜	—	
		冷凍	※③220°C	約14分鐘	烤盤+1片網子放入下層	水位1以上	—	
			微波→600W	約3分20秒	—	有裹上保鮮膜	●加熱後，在裹上保鮮膜的狀態下燜2~3分鐘。	
義大利麵、炒麵	1人份 (200g)	常溫、冷藏	微波→600W	約1分20秒	—	—	●太乾時，可混入些許沙拉油或奶油。加熱後攪拌均勻。	
	1人份 (300g)	冷凍		4~5分鐘	—	※①	※② ●加熱後立即攪拌均勻。	

加熱標準時間表

●會依食品種類、加熱前的溫度、食材鮮度、容器形狀與材質等而異，因此請觀察情況再進行加熱。
●關於操作方法，請確認 使用說明書 目錄 和參照符合加熱方法頁次。
●有些食譜可能會記載多種加熱方法。請依喜好區分使用。

加熱

※①有無裹上保鮮膜請如食品包裝記載所示。
※②食品包裝上有“放在盤上後進行加熱。”的記載食品，可放在耐熱平盤上。
※③設定為水波烤箱→無需預熱、一段後的溫度。

食譜名稱	份量	加熱前狀態	加熱方法	建議時間	附屬品，層架位置	有無裹上保鮮膜或水位	小訣竅等		
湯類、咖哩、濃湯、井	味噌湯	1杯 (150mL)	常溫、冷藏	微波→600W	約1分10秒	—	有裹上保鮮膜 ● 加熱前後務必攪拌均勻。		
	咖哩、濃湯	1人份 (200g)	常溫、冷藏 冷凍	微波→600W	約1分50秒 約5分鐘	—	有裹上保鮮膜 ● 加熱前後務必攪拌均勻。 ● 放入非平底之淺口容器。 ● 加熱後攪拌均勻。		
	咖哩調理包	1袋 (200g)	常溫	蒸煮→一般蒸煮 微波→600W	約12分鐘 約1分50秒	烤盤+1片網子放入上層 —	水位2 有裹上保鮮膜 ※ 嚴禁將調理包，微波加熱。 ● 裝入耐熱容器。 ● 加熱前、加熱後攪拌均勻。		
蓋飯餡料	1人份 (200g)	冷凍	微波→600W	約4分鐘	—	※①	※② 加熱後立即攪拌均勻。		
調理完成之加工食品	市售章魚燒	8個 (160g)	常溫、冷藏	※③200°C 微波→600W	11~12分鐘 約1分20秒	烤盤+1片網子放入下層 —	水位1以上 —	— —	
			冷凍	※③220°C 微波→600W	14~15分鐘 約3分20秒	烤盤+1片網子放入下層 —	水位1以上 —	— —	
		市售鯛魚燒、今川燒	2個 (160g)	常溫、冷藏	※③200°C 微波→600W	11~12分鐘 30~40秒	烤盤+1片網子放入下層 —	水位1以上 —	— ● 由於餡料會變熱，因此請降低溫度加熱。
				冷凍	※③220°C 微波→600W	14~15分鐘 50秒~1分鐘	烤盤+1片網子放入下層 —	水位1以上 —	— ● 由於餡料會變熱，因此請降低溫度加熱。
市售大阪燒	1枚 (200g)	常溫、冷藏	※③200°C 微波→600W	13~15分鐘 約2分鐘	烤盤+1片網子放入下層 —	水位1以上 —	— —		
		冷凍	※③220°C 微波→600W	18~20分鐘 約5分30秒	烤盤+1片網子放入下層 —	水位1以上 —	— —		
市售烤飯糰	2個 (100g)	冷凍	※③220°C 微波→600W	14~16分鐘 約2分20秒	烤盤+1片網子放入下層 —	水位1以上 —	— —		
配菜罐頭 (蒲燒秋刀魚、照燒雞肉等)	1罐 (100g)	常溫	蒸煮→一般蒸煮	約8分鐘	烤盤+1片網子放入上層	水位2	● 打開罐頭蓋。 ※ 請嚴禁對罐頭微波加熱。		
芋頭、南瓜	400g	冷凍	微波→600W	約8分鐘	—	有裹上保鮮膜	● 務必放在盤子上。		
冷凍食品	綜合蔬菜	100g	冷凍	微波→600W	約2分40秒	—	有裹上保鮮膜 ● 務必放在盤子上。※ 含有花椰菜或菜花食材時因容易燒焦，因此邊檢視情況進行手動加熱。※ 加熱的食材量太少時，有可能冒煙、起火、發出火花。		

燒烤

食譜名稱	份量	加熱前狀態	加熱方法	建議時間	附屬品，層架位置	水位	小訣竅等
吐司(烤吐司)	2片	常溫	水波燒烤	9~11分鐘	烤盤+1片網子放入下層	水位1以上	● 在烤盤中央鋪上1片網子，再擺放吐司。
		冷凍	→無需預熱	10~12分鐘			
年糕	4個 (1個50g)	常溫	炙燒、標準	7~8分鐘	烤盤+1片網子放入上層	水位1以上	—
		冷凍		11~12分鐘			
披薩(市售品、尚未烤熟)	1片 (直徑約22cm)	冷藏	水波燒烤 →無需預熱	12~14分鐘	烤盤+1片網子放入下層	水位1以上	—
	1片 (直徑約15cm)	冷凍		13~15分鐘			
市售餃子	10個(180g)	冷藏	水波燒烤 →無需預熱	19~21分鐘	將烤盤放入下層	水位1以上	● 在鋪有烹飪紙的烤盤上注水後，並排放入餃子，蓋上鋁箔紙。 ※ 煎過之後的皺褶部位口感會略硬。
	12個(250g)	冷凍		23~25分鐘			

燒烤

食譜名稱	份量	加熱前狀態	加熱方法	建議時間	附屬品，層架位置	水位	小訣竅等
烤飯糰	4個 (1個100g)	常溫	燒烤→無需預熱	16~17分鐘	烤盤+1片網子放入下層	—	● 在飯糰表面均勻抹上醬油後加熱。
烤玉米	2條 (1條300g)	常溫	水波燒烤→ 無需預熱	約23分鐘	將烤盤放入下層	水位1以上	● 剝皮後放入塑膠袋，加入醬油、味醂各1大匙，大約醃漬30分鐘。將鋁箔紙鋪在烤盤上，再放在玉米。
蝾螺	4個 (1個100g)	冷藏	水波燒烤→ 無需預熱	約15分鐘	烤盤+1片網子放入下層	水位1以上	● 攪拌醬油、酒各1小匙，均等注入殼口。

事先備料

食譜名稱	份量	加熱方法	建議時間	附屬品，層架位置	有無裹上保鮮膜或水位	小訣竅等
菠菜	200g	蒸煮→一般蒸煮	約8分鐘	烤盤+1片網子放入上層	水位2	● 粗根則切十字花紋。 ● 進行微波加熱時，葉和莖交叉後，用保鮮膜包裹後，放在盤子上。
		低溫蒸煮、80°C	約12分鐘			
		微波→600W	約2分30秒	—	有裹上保鮮膜	
花椰菜	200g	蒸煮→一般蒸煮	約8分鐘	烤盤+1片網子放入上層	水位2	● 分成一小朵。 ● 進行微波加熱時，放在盤子上。
		微波→600W	約2分30秒	—	有裹上保鮮膜	
蘆筍	200g	蒸煮→一般蒸煮	約8分鐘	烤盤+1片網子放入上層	水位2	● 剔除根部硬皮。 ● 進行微波加熱時，讓穗芒與根部交叉再用保鮮膜包裹後，放在盤子上。
		低溫蒸煮、80°C	約12分鐘			
		微波→600W	約1分50秒	—	有裹上保鮮膜	
白蘿蔔	400g	蒸煮→一般蒸煮	約16分鐘	烤盤+1片網子放入上層	水位2	● 切成2~3cm厚度的圓片。
		微波→600W	約7分30秒	—	有裹上保鮮膜	● 切成相同大小，放在盤子上。
紅蘿蔔牛蒡	200g	蒸煮→一般蒸煮	約16分鐘	烤盤+1片網子放入上層	水位2	● 切成1cm厚度。
		微波→600W	約5分30秒	—	有裹上保鮮膜	● 可淹過蔬菜的水量(200g:100mL)，再以鬆鬆的裹上保鮮膜的方式包裹蔬菜。
馬鈴薯	1個 (150g)	蒸煮→一般蒸煮	約22分鐘	烤盤+1片網子放入上層	水位2	● 將1個切成4等。(由於不易完全加熱因此不可整個加熱)
		微波→600W	約4分鐘	—	有裹上保鮮膜	● 放在盤子上。 ● 整個直接加熱時，則在加熱後裹上保鮮膜的狀態下燜4~5分鐘。
地瓜	1顆 (250g)	蒸煮→一般蒸煮	約22分鐘	烤盤+1片網子放入上層	水位2	● 將1顆切成4等。 ● 整個直接加熱時，設定加熱時間30分鐘左右。
		微波→600W	約5分30秒	—	有裹上保鮮膜	● 放在盤子上。 ● 整個直接加熱時，則在加熱後裹上保鮮膜的狀態下燜4~5分鐘。
南瓜	400g	蒸煮→一般蒸煮	約16分鐘	烤盤+2片網子放入上層	水位2	● 切成3~4cm塊狀。
		微波→600W	約4分30秒	—	有裹上保鮮膜	● 切成相同大小，放在盤子上。
毛豆	1袋 (200g)	蒸煮→一般蒸煮	約18分鐘	將烤盤放入上層	水位2	● 作為下酒菜時，請多灑一點鹽，靜置一會兒後，避免重疊地平鋪於烤盤上。
		微波→600W	約5分30秒	—	有裹上保鮮膜	● 放入耐熱容器中，加入可以淹過食材面的水(約200mL)，再以接觸毛豆的程度輕輕裹上保鮮膜。
玉米	2條 (600g)	蒸煮→一般蒸煮	約14分鐘	烤盤+1片網子放入上層	水位2	● 剝皮。
		微波→600W	5分30秒~6分鐘	—	有裹上保鮮膜	● 剝皮後放在盤子上。加熱後，在裹上保鮮膜的狀態下燜2~3分鐘。

售後服務、規格

委託修理時

- 1 請確認常見問題?，是否故障。(45~51頁)
- 2 或者有異常狀況時，請即刻停止使用，並拔除電源。
- 3 請聯繫客戶服務中心。

額定電壓	單相 110V	外型尺寸	寬500×深465×高420 (mm)***	
頻率	60Hz	加熱室有效尺寸	寬400×深311×高240 (mm)	
微波	額定消耗電功率	1,400W	水波爐的容量	30L****
	額定微波輸出	800W* (IEC測試標準)	重量	約23kg
	振盪頻率	2,450MHz (乙類/第二組)**		
電熱	額定消耗電功率	1,410W		

•如長時間未使用，請將電源插頭從插座拔開收好。

•注意：如果您以800W烹調食物超過3分鐘，微波功率會自動降低至600W，以避免過熱。

* 此規格是以國際電工委員會 (IEC) 為標準。

** 此是以國際標準 (International Standard) CISPR11中對工業、科學及醫學 (ISM) 儀器的分類。

*** 深度尺寸不包括操控把手計算的。

**** 水波爐的內部容量是根據最大寬度、深度和高度而計算的。實際存放食物的容量稍少於此值。

售後服務

感謝您的愛護，本公司產品售後服務由台灣夏普客戶服務中心負責

消費者免費洽詢專線：0809-090-510

服務時間：星期一至星期日 09:00~21:00

設備名稱：水波爐，型號 (型式)：AX-XP10T (R) / AX-XP10T (W)						
單元	限用物質及其化學符號					
	鉛 (Pb)	汞 (Hg)	鎘 (Cd)	六價鉻 (Cr ⁺⁶)	多溴聯苯 (PBB)	多溴二苯醚 (PBDE)
外部部件	○	○	○	○	○	○
電器部件	○	○	○	○	○	○
內部部件	○	○	○	○	○	○
控制部件	○	○	○	○	○	○
附屬部件	○	○	○	○	○	○

備考1. “○” 係指該項限用物質之百分比含量未超出百分比含量基準值。

SHARP

進口商：台灣夏普股份有限公司
進口商地址：新北市土城區中山路16號7樓
客戶服務專線：0809-090-510

製造商：SHARP APPLIANCES (THAILAND) LIMITED
商品原產地：泰國

TINSCA096WRRZ-TW11