

ビタビット プレミアム
vitavit[®] premium


取扱説明書



ご使用前に必ずこの取扱説明書をよくお読みの上、
正しくお使いください。
また、本書は必ずお手元に保管してください。

フィスラージャパン株式会社

カスタマーサービス ナビダイヤル

 0570-00-6171

平日9:00~17:00 土日祝休

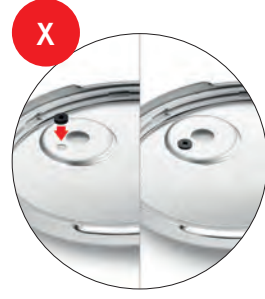
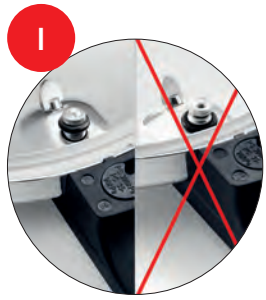
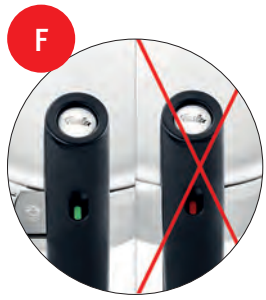
www.fissler.com/jp/



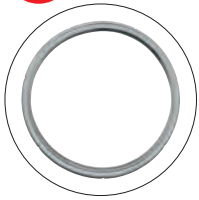
Fissler

Fissler





Y-1



Y-2



Y-3



Y-4



Y-5



Y-6



Y-7



Y-8



Y-9



Y-10



Y-11



Y-12



Z-1



Z-2



Z-3



Z-4



お買い上げいただきありがとうございます

1953年に世界で初めてスプリング式圧力鍋を開発して以来、フィスラーは常に圧力鍋のトップブランドとして走り続けています。

高圧・高温で調理するため、素材への火の通りが早くなり、調理時間を大幅に短縮することができるという圧力鍋の利点に加え、フィスラー独自のスプリング式は蒸気を逃さず音も静かで、素材の香りや栄養素を保ち、仕上がりの鮮やかさ、美味しさを引き立たせます。

ドイツで丁寧に製造された圧力鍋を長くお使いいただくため、ご使用前に必ずこの取扱説明書をよくお読みの上、正しくお使いください。

表示ラベルは、安全な製品の証

フィスラーの圧力鍋には、安全であると認められた製品にだけ提供される二つのマークがついています。皆様に安心してお使いいただくための目印です。



PSC マーク

消費生活用製品安全法で指定された特定製品の安全基準に適合したことを示すマークです。



SG マーク

このマークは、家庭用圧力鍋の欠陥によって発生した人身事故に対する補償制度です。

1. 使用目的	2	7. 圧力の下げ方	11
2. ご使用上の注意	2	8. ご使用の後は	12
3. 各部の名称と働き	4	洗淨	
4. はじめてお使いになる前に	6	9. メンテナンス	13
フタのあけ方		消耗部品の交換方法	
フタのしめ方		交換部品について	
安全レバーの表示		アクセサリーについて	
洗淨		10. 保証	15
5. 基本の使い方	7	無料修理規定について	
フィスラー圧力鍋の安全設計		11. 製品の廃棄	16
エネルギー節約のヒント		12. トラブルシューティング	17
6. 調理のしかた	9	故障かなと思ったら	
		よくあるご質問	

ご使用前に必ずこの取扱説明書をよくお読みの上、正しくお使いください。
また、本書は必ずお手元に保管してください。

1.使用目的

- フィスラー圧力鍋は調理器具です。調理以外の目的で使用しないでください。用途以外の使用、不適切な使用は危険ですとおやめください。
- この製品は家庭用製品です。業務用としてご使用にならないでください。



2. ご使用上の注意

圧力鍋は、加熱されると極めて高温・高圧になる器具です。取り扱いを誤ると火傷などの傷害を負うことがあり危険です。この取扱説明書を最後まで必ずよくお読みのうえ、安全に注意してご使用ください。また、本書と保証書は必ずお手元に保管の上、お使いください。さらに圧力鍋を他人に譲渡する場合には、必ず取扱説明書も合わせてお渡しください。

記号の意味について

- 禁止：してはいけない行為（禁止行為）を示しています 注意：必ず注意・確認を行っていただきたい事項を示しています

- 調理以外には使用しないでください
- 電子レンジでは使用しないでください
- 電気・ガス・IH以外の熱源では使用しないでください
- 圧力鍋のフタに貼ってあるシールは、はがさないでください
- 取っ手がゆるんでいませんか？
取っ手がゆるんでいると脱落してやけどの危険があります。ネジを締めなおし、メインバルブのゆるみもチェックしてください。
メインバルブ、アロマビー、ゴムパッキンの点検をしてください
圧力表示やアロマビー、ゴムパッキンなどを点検（作動、付着物の有無、劣化）してください。ご使用前に、メインバルブの圧力表示を下から指で押し上げて、目詰まりしていたり、ひっかかったりしていないか確かめてください。目詰まりを起している、メインバルブが正常に作動せず事故につながる危険性があります。目詰まりを起している場合は、分解清掃（第8章および巻頭の図R参照）してください。
- フタが完全にしまり、取っ手の表示が緑になっていることを確認してから加熱してください
- 空焚きはしないでください
空焚きをすると、火災や本体の変形、底はがれ、取っ手やパーツの破損の原因になります。必ず火にかける前に確認をしてください。万一空焚きした場合は、水などで急冷せず自然冷却し、部屋の換気をおこなってください。
- およ様の近くで調理をしないでください
調理中や調理の直後は、鍋が熱くなっています。幼児の手に触れないようにしてください。
- 圧力鍋をご使用中には、その場を離れないでください
- 取っ手の部分が熱くなる場合があります
- 洗浄の際に金属製の固いものは使用しないでください
- ストープの上で使用しないでください

- 鍋に衝撃を与えないでください
調理中に、鍋を落としたり、ぶつけたりしないでください。
- 最低200～300mlの水を入れてください
蒸気を発生させるためには、蒸し器の使用有無にかかわらず、圧力鍋の直径に応じて最低200～300mlの水分が必要となります。下記の最低水分量を厳守してください。
直径 18cm：200ml 直径 22cm：250ml
- 重曹や多量の油、カレーやシチューのルーなどは使わないでください
重曹など急激に発泡するものや、多量の油は危険であるため調理に使用しないでください。また、粘性が強く糊状になるもの（カレーやシチューのルー、果物のソースなど）は、圧力を加えることでルーがメインバルブに入り込み、メインバルブが正常に作動できなくなります。お使いになる場合は、圧力鍋のフタをはずし、普通のフタをのせて加圧しないでご使用ください。
- 調理量を守ってください
縁まで水等を満たした状態で使用しないでください。圧力鍋として使用する場合は、1回の調理量を鍋の容量の2/3以下にしてください。なお、豆類・麺類のように、煮炊きによって分量が増えるものは、1/3以下で使用してください。限度量を超すと圧力がかからなかったり、中身が吹き出す原因になります。また、豆類は豆の皮がメインバルブに入り込み、メインバルブが正常に作動しなくなる場合があります。豆と水を入れた上には、蒸し器あるいは落としフタを必ず置いてください。調理量は材料、調味料、水分のすべてを含みます。
- ゴムパッキン、シリコンゴムキャップ等のゴム製部品は、消耗品です
硬くなっていたり、劣化が見られるようであれば交換してください。また、時間の経過とともに劣化していきます。未使用であっても約1～2年での交換をおすすめします。
- 調理中は蒸気をもらさないようにしてください
メインバルブから蒸気が絶えずもれる状態で使用しないでください。焦げつきの原因になります。蒸気もれは火力が強すぎて安全装置が働いているためです。火力を下げてください。
- 炎は鍋底からはみ出さないようにしてください
●ガスの場合
炎がなべの底面からはみ出さないように使用してください。取っ手などが熱くなったり、焦げたりして破損の原因になります。
●IHの場合
立ち上がりの火力は1400～1500Wが適当です。（お使いのIHメーカーの取扱説明書でご確認ください。）コンロの中央に置いてご使用ください。適正火力より強い火力で使用した場合、高温になりすぎて底面の変形や焦げの原因になります。鍋底のサイズはコンロと同じか、それ以上の物を使用してください。それ以下の物を使用した場合、熱源が作動しないことがあります。
- 蒸気放出口からの蒸気に気をつけてください
蒸気放出口（メインバルブやアロマビー付近）を人に向けてください。やけどの危険があります。
- フタは圧力を抜いてからあげてください
フタをあげる時は、必ず自然放置もしくは急冷で鍋内の圧力を下げてください。鍋の中の圧力が完全に抜けていることを確認して、軽くゆすってからあげてください。調理が終わっても、鍋の中にはまだ圧力が残った状態です。蒸気が完全に抜けきらないうちに無理にフタをあげようとすると、フタが飛んだり、内容物が噴出したりして危険です。絶対にしないでください。
- 圧力設定は火にかける前に行ってください
圧力がかかっているときは、メインバルブを回さないでください。
- 長時間食材を入れたままにしないでください
- 圧力をかけての揚げ物はしないでください
揚げ物をする場合は、フタをせずにご使用ください。油の分量は容量の半分にしてください。油の温度が200℃以上にならないようにしてください。
- 加圧すると膨張する可能性のある素材を調理する際は、やけどにご注意ください
皮つきの鶏肉や腸づめの肉などは、皮が膨張している間は皮に穴をあけないでください。やけどをする危険があります。
- 加圧中に圧力鍋を動かす際には鍋つかみ等を使用し、やけどにご注意ください
熱くなった表面には手を触れないように本体取っ手と補助取っ手を持ち、必要に応じ鍋つかみ等を使用してください。フタの取っ手を持って移動しないでください。
- 圧力鍋をテーブル等の上に置く際には、鍋敷きをご利用ください
木材やガラスなどの上に直接置いた場合、傷がつくことがあります。
- 圧力鍋は医療目的で使用しないでください
殺菌消毒に必要な温度まで上昇する設計にはなっていないため、医療目的の消毒には適していません。

❌ 圧力鍋を改造しないでください
特にメインバルブについては、取扱説明書に記載されたお手入れの作業以外、手を加えないでください。またメインバルブに油をささないでください。

⚠️ フィスラー純正交換部品をお使いください
違う機種の本体とフタを合わせて使用しないでください。また、交換用部品についても、お使いの機種専用の純正部品をお選びください（第9章参照）。

❌ 圧力鍋本体または部品が破損、変形している場合は、使用を中止してください
破損、変形以外にもこの取扱説明書に記載された通りに作動しない場合には、使用を中止し、ただちにお近くのフィスラー取扱店、またはフィスラー・ジャパン カスタマーサービスまでご連絡ください。

⚠️ 部品交換・洗浄の際にケガをしないようご注意ください
ネジが固く開けにくい場合は、布や工具をお使いください。特に、水で手が濡れてふやけていると、鋭利な箇所を手をケガする恐れがあります。

⚠️ IH調理器は1400ワット以上の電力の製品をご使用ください
1400ワット未満の場合、調理内容により圧力がかからない場合がございます。あらかじめご了承ください。

❌ スキレット（1.8Lもしくは2.5L）では、フィスラーの蒸し器は使用しないでください
スキレット型製品は、浅型のため、蒸し器をセットしてフタを開めると、フタがあかなくなる場合がございます。

3. 各部の名称と働き

巻頭の図Aを参照ください。

1. 蒸し器・三脚（製品によって異なります）

- 蒸し料理・二段調理に使います。下の段でスープや煮物を、上の段で蒸し物を組み合わせて調理することもできます。また、蒸し器は豆料理のときに落としフタとして使用できます。
- ステンレス製。
- スキレット型製品（1.8Lもしくは2.5L）にはご使用いただけません。

2. 補助用取っ手

- 持ちやすい形に窪みがついた安全設計。

3. メインバルブ

- 圧力設定をします。
- わかりやすい圧力表示付き。
- 設定以上の圧力がかかった際、余分な圧力を自動的に放出し、圧力を一定に保つ圧力調整装置としての働きをします。

4. 圧力表示

- 鍋の中の圧力状態を表示します。黄・緑・赤の目印があり、調理中は緑のラインが見える状態になったら火力を弱め、緑色を維持します。

5. 蒸気放出口（メインバルブ内）

- 選択した圧力設定より圧力が高くなった場合や、スチーム調理時に蒸気が放出されます。

6. 蒸気放出口（アロマピー付近）

- 加圧中やアロマピー作動時、安全レバーを用いた減圧時に、蒸気が放出されます。

7.8. 安全レバーと表示

- 安全レバーを押さないとフタがあかない構造です。残圧がある場合は、レバーを押すことで蒸気が抜けるしくみになっています。圧力が残っている場合はレバーを押し続け、蒸気を完全に抜いて安全レバーの表示が赤になってからフタをあけてください。蒸気は蒸気放出口より左右に抜けます。やけどにご注意ください。

9. フタ用取っ手

- 取り外し可能でお手入れが簡単です。

10. 容量表示

- min：最低必要な水分量
- 1/2：膨張したり灰汁の出る食材の最大容量
- 1/3：豆類の最大容量
- max：通常の食材の最大容量

11. 本体用取っ手

- 滑り止め付き。

12. 「CLOSE」タブ差し込み用溝

- 「CLOSE」タブをはめ込むための溝です。

13. ヒートガード

- 圧力鍋をガスコンロで使用する際に、火元から取っ手を保護します。

14. 「CLOSE」タブ

- フタの取り付けを助けるガイドです。

15. フタ・鍋本体

- 酸・アルカリ性に強く丈夫なステンレス製。
- さびにくく、いつまでも美しい光沢と高級感を保ちます。
- 直径が同じ鍋なら、キズをつけずに重ねられ、収納に便利です。

16. cookstar®（クックスター）サーミックベース

- アルミニウムをステンレスで包んだ底厚三層カプセル構造の鍋底。
- 熱を均一に伝え、焦げつきにくく保温性に優れています。
- IHを含むすべての熱源で使用できます。

17. シリコンゴムキャップ

- メインバルブ密閉用のゴムキャップです。

18. メインバルブシール

- メインバルブ密閉用のシールです。

19. 安全バルブゴム

- メインバルブ密閉用のゴムです。

20. 安全突起

- フタが正しく閉まっていない場合、圧力がかからない仕組みになっています。

21. アロマピー（Oリング付き）

- 食品の味、香り、色を保存する独特の装置です。
- 内部に圧力がかかる直前に中の空気を逃がし、蒸気力で押し上げられて自動的に空気孔を閉じます。
- ビタミンや香りを壊す空気を逃がして、密閉状態で調理するため、味、香り、色、栄養を生かした調理ができます。
- 付着物があると、圧力がかからなくなるので、擦らずにきれいに取り除いてください。

22. ゴムリング付きフタ用取っ手ネジ

- フタに固定されたフラットガスケット。手で簡単にネジを回すことができるので、取り付け道具は不要です。

23. ゴムパッキン

- 密着性のあるゴムパッキンで鍋を密閉します。
- 取り付けが簡単で密閉性は抜群です。異物がつかないように、よく拭いてからセットします。
- ゴムパッキンは消耗品です。約400回(約1~2年)のご使用を目安に、交換してください。

24. ナット

- メインバルブをフタに取り付けるための固定器具。

巻頭の図Bを参照ください。

- 容量(調理可能な容量とは異なります)
- CEマーク:EUの圧力機器指令に適合していることを示すマーク
- 最大作動圧力(メインバルブの最大許容圧力)
- 製造日
- PC:調理圧力の範囲
- PS:最大許容圧力

4. はじめてお使いになる前に

ご使用を開始する前に、巻頭の図Aおよび3章を参照し、圧力鍋の各部名称、同梱品の確認を行ってください。

フタのあけ方

巻頭の図Cを参照ください。

- フタ用取っ手の安全レバーを矢印の方向に押し、停止するまで右に回すと、フタがあきます。

フタのしめ方

巻頭の図D、Eを参照ください。

- フタを斜めに持ち、フタの「CLOSE」タブを本体用取っ手の溝に合わせてはめ込んでください。
- 「CLOSE」タブと本体用取っ手にそれぞれ付いている赤い○を目印にすることもできます。二つの赤い○がぴったり合う場所が正しいフタの取り付け位置です。
- カチッと音がするまでフタを左に回すとしまります。

安全レバーの表示

巻頭の図Fを参照ください。

- 安全レバーの表示で、フタがきちんとしまり、調理が開始できるかどうかわかります。
- 緑:フタが正しく取り付けられ、調理開始可能な状態です。
- 赤:フタが正しく閉まっていないため、加圧できません。

洗浄

新しい圧力鍋は製造上の磨き油などが付着していますので、まず最初に必ず洗ってください。ゴムパッキンを外して、鍋とフタに酢を2~3滴つけ水で薄めて洗い、その後台所用中性洗剤で鍋の内外をよく洗います。

いつまでもきれいに保つため、柔らかいスポンジで洗ってください。鍋のフタについているシールははがさないでください。ゴムパッキンはお湯で洗い、よくひっぱってからお使いください。

5. 基本の使い方

フィスラー圧力鍋の安全設計

フィスラーの圧力鍋は、安心してお使いいただけるよう何重もの安全装置を備えています。毎回のご使用の前に必ず各部の点検を行ってください。

メインバルブ (巻頭の図A-3、G参照)

圧力設定のほか、設定以上の圧力がかかった際、余分な圧力を放出し、鍋の内圧を一定に保つ圧力調整装置としての働きをします。点検の際はフタから取り外し、圧力設定を「3」にした状態で(1)(2)の部分を押して動きを確認します。指を離れた際に元の位置に戻ることを確認してください。

アロマピー (巻頭の図A-21、H、I参照)

鍋内が沸騰すると蒸気力で押しあげられ、鍋内を密閉状態にして圧力がかかるようにします。圧力がかり過ぎた場合の安全弁の役目も果たします。点検の際は目詰まりや付着物の有無を確認してください。

ゴムパッキン (巻頭の図A-23、K参照)

ゴムパッキンの安全ポケットで圧力を制限します。また、ゴムパッキンは最終的に安全装置として作動し圧力を逃がすため、蒸気が出ます。点検の際はゴムパッキンがゆがみなくフタの縁に収まっていること、フタの内側のフチが汚れていないことを確認してください。

調理量を守ってご使用ください



注意:

水分が十分でない状態で調理しないでください。鍋内の水分が完全に蒸発することのないようにしてください。圧力鍋本体、安全装置およびコンロが損傷する恐れがあります。

巻頭の図L参照

下記の最低水分量を厳守してください。

直径18cm:200ml

直径22cm:250ml

蒸気が発生させるためには、蒸し器の使用有無にかかわらず、圧力鍋の直径に応じて最低200~300mlの水分が必要となります。鍋の内側に容量表示(min/max)があります。

圧力鍋を安全にお使いいただくために、1回の調理量は鍋の容量の2/3以下(max表示を参照)にしてください。限度量を超すと圧力がかからなかったり、中身が吹き出す原因になります。調理量は材料、調味料、水分のすべてを含みます。

米、スープ、乾燥野菜など、調理中に泡立ったり膨張したりする食品の場合は1/2以下にしてください。豆類・麺類のように、煮炊きによって分量が増えるものは、1/3以下で使用してください。また、豆類は豆の皮がメインバルブに入り込み、メインバルブが正常に作動しなくなる場合があります。豆と水を入れた上には、蒸し器あるいは落としフタを必ず置いてください。

IHを含むすべての熱源でご使用できます

電子レンジ、オープン、ストーブの上などでは使用しないでください。



火力の調節について

空焚きはしないでください

空焚きをすると、火災や本体の変形、底はがれ、取っ手やパーツの破損の原因になります。必ず火にかける前に確認をしてください。万一空焚きした場合は、水などで急冷せず自然冷却し、部屋の換気をおこなってください。

炎は鍋底からはみ出さないようにしてください

ガスの場合:

炎がなべの底面からはみ出さないように使用してください。取っ手などが熱くなったり、焦げたりして破損の原因になります。

IHの場合:

コンロの中央に置いてご使用ください。立ち上がりの火力は1400~1500Wが適当です(お使いのIHメーカーの取扱説明書でご確認ください)。適正火力より強い火力で使用した場合、高温になりすぎて底面の変形や焦げの原因になります。鍋底のサイズはコンロと同じか、それ以上の物を使用してください。それ以下の物を使用した場合、熱源が作動しないことがあります。

エネルギー節約のヒント

- 調理中に圧力表示が赤になったり、メインバルブから蒸気を排出したりしないように火力を調節してください。
- スチーム調理中には、蒸気放出口からわずかな蒸気が排出される程度に火力を調節してください。
- ご使用の圧力鍋に合った適切なサイズのコンロをご使用ください。
- 調理量に適したサイズの圧力鍋をご使用ください。鍋底に蓄積された熱を利用してください。加熱時間終了前でも、火を止め、余熱を利用して調理することができます。

6. 調理のしかた



注意:

水分が十分でない状態で調理しないでください。
鍋内の水分が完全に蒸発することのないようにしてください。

圧力鍋を使用すると、さまざまな方法で調理できます。

- 肉料理
- 魚料理
- 煮込み料理
- 野菜・根菜調理
- 白米・玄米・もち米の調理
- 蒸し料理
- 焼き物・揚げ物料理
- 冷凍食品の調理
- 保存食
- ジュース
- 滅菌

準備

レシピに従って圧力鍋に材料を入れ、フタをセットします。フタの縁の「CLOSE」タブを鍋本体の取っ手の溝に引っ掛け、フタを水平にかぶせてフタと本体を合わせます。フタ用取っ手を本体用取っ手に合わせるよう、カチッと音がするまでスライドさせます。安全レバーの表示が完全に緑になっているか確認してください。ロックしてからも多少あそびがありますが、問題ありません。

圧力をセットします

巻頭の図Mを参照ください。

料理の種類に応じてメインバルブを回して圧力を設定します(図A-3)。

設定1: 低圧 調理温度約110°C (調理圧力:45kPa)

魚などの非常にデリケートな料理に。

設定2: 中圧 調理温度約113°C (調理圧力:60kPa)

野菜などのデリケートな料理に。

設定3: 高圧 調理温度約116°C (調理圧力:75kPa)

肉料理やシチューなど、すべての料理に。

普通の鍋を使用する場合と比べ、調理時間が約1/2から1/3に短縮できます。

スチーム設定

食材を約100°Cの温度で蒸す調理法です。

スチーム調理では、付属の蒸し器と三脚(図A-1)をお使いください。

強火にかけます

火にかけます。IHの場合は1400～1500W※で加熱してください。
ガスの場合は炎が底面からはみ出さないように、圧力がかかるまで強火を保ちます。
本体用取っ手や補助取っ手に直接火が当たると、変形やひび割れのもとになりますので、ご注意ください。
※お使いのIHメーカーの取扱説明書でご確認ください。

アロマピーから蒸気が出始めます

しばらく加熱すると、アロマピーから蒸気が勢いよく出始め、やがて自動的にアロマピーが上がり、蒸気の放出が止まります。このときが圧力のかかり始めた状態です。しばらくしてもアロマピーが上がらず蒸気が止まらない場合は、火を止めて水分や各部品の点検をしてください。

圧力表示が上がり始めます

メインバルブから黄・緑・赤の圧力表示が少しずつ上がります。緑色が見えてくるのを待ちます。

圧力表示が緑色まで上がったなら、火を弱めます

圧力表示が上がり緑のラインが見えるようになったら、火を弱火(IHの場合は「弱」)にして、緑の状態を保ちます(火力調節をしないと、圧力表示が上がり、安全装置が作動し蒸気を放出します。その場合、鍋の中の水分が完全に飛んでしまう可能性がありますので、ご注意ください)。

加圧時間を計ります

加圧時間は、圧力表示の緑のラインが見えたときから計ります(圧力鍋のレシピブックの加圧時間は、すべてこの計り方です)。調理中は常に圧力表示の緑が見える状態にします。圧力表示が赤まで上がり蒸気もれ続けるときには火が強すぎるので、火を弱めてください。また、黄まで下がってしまった場合は、火が弱すぎるので火を強めてください。

火をとめて蒸らします

所定の調理時間が経過したら火をとめます。火をとめたあとも、圧力表示が上がっている間、調理は続いています。これを蒸らし時間といいます。

フィスラー・ジャパン公式ホームページでは、様々なレシピを検索できます。
[/www.fissler.com/jp](http://www.fissler.com/jp)

7. 圧力の下げ方



注意:
圧力鍋を無理に開けないでください。
メインバルブの圧力表示が完全に元の位置に戻り、安全レバーを押しても
フタ用取っ手の前面から蒸気が出なくなり完全に減圧してから、フタを開けてください。

フタをあける前に圧力を下げます。下げ方は2種類ありますので、調理方法によって適した方をお選びください。

自然放置:

火を止めた後、そのまま放置し、鍋内部の圧力をゆっくりと下げる方法です。穀類や豆類など、余熱で調理をするのに向いている食材や料理に使います。温度が下がり、中の圧力も下がると、メインバルブの圧力表示とアロマピーが下がります。

急冷:

火を止めた後、鍋内部の圧力を急いで下げる方法です。圧力鍋をシンクの中に水平に置き、メインバルブの圧力表示がもとの位置に下がりきるまで、フタのステンレス部分に少量ずつ水をかけます。シンクに圧力鍋本体を移動するときは、落としたり傾けたりしないでください。このときメインバルブとアロマピーに直接水がかかると、鍋の中に水が入ったり、メインバルブや取っ手のひび割れの原因になりますのでご注意ください。

また安全レバーやメインバルブを使っでの減圧は、食材が飛び出したり、食材の皮が破裂する危険がありますので避けてください。

8. ご使用のあとは

洗浄

使用後には必ず、速やかに台所用中性洗剤を使って圧力鍋を洗い、汚れを落としてから乾いた布巾でふいて完全に乾かしてください。洗浄用具はスポンジまたはナイロン製ブラシなど、柔らかいものをご使用ください。

- フタからゴムパッキンを取り外し、手で洗います。
- メインバルブを取り外し、洗ってください。
- 汚れが目立つ場合は、フタ用取っ手を取り外し、水で洗い流してください。
- 食器洗浄機をご使用の場合は、ゴムパッキン、メインバルブ、フタ用取っ手は取り外してください。
- 食材の取り残しが鍋についたまま乾燥させてしまったり、食材を鍋の中に入れてそのまま長時間保存したりしないようご注意ください。ステンレスに汚れが残り、表面が変色・変質するおそれがあります。

※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、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の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。

お手入れ

メインバルブ (巻頭 図R、S参照)

メインバルブは、ナットをはずして分解し、ぬるま湯の中でよくすすぎます。

なお、ご飯や豆類のように煮汁が噴き上がってくる材料や肉類(豚バラ肉、鶏肉の丸ゆでなど)脂の多く出る調理の後など汚れのひどいときはその都度、メインバルブを取り外して掃除してください。

取り外し方：ナットを反時計回りに回してゆるめ、メインバルブとナットを取り外します。

取り付け方：メインバルブをフタの外側から穴の形※に合わせて差し込みます。内側からナットを差し込み、時計回りに回してきつく締めます。

ゴムパッキン

ゴムパッキンは毎回フタからはずして洗います。傷つけたり、火で焦がしたりしないようにしてください。

また、保管の際には、ゴムパッキンは直射日光の当たらない乾燥した清潔な冷暗所に置いてください。

アロマピー(巻頭 図J、T、U参照)

通常は流水をかけて洗ってください。アロマピーがひどく汚れた場合には、フタ用取っ手を外してアロマピーOリングを外し、ぬるま湯で洗います。Oリングは定期的に交換してください。

フタ用取っ手 (巻頭 図T、U参照)

取り外し方：フタの内側にあるフタ用ネジを反時計回りに回して、フタ用取っ手を取り外します。

取り付け方：片手でフタ用取っ手を支え、溝に正しく合わせた後、フタ用ネジを時計回りに回してきつく締めます。

9. メンテナンス



注意:

ゴムパッキン、シリコンゴムキャップ等のゴム製部品は、消耗品です。かたくなっていたり、劣化が見られるようであれば交換してください。また、時間の経過とともに劣化していきます。未使用であっても約1～2年での交換をおすすめします。

消耗部品の交換方法

メインバルブシール (巻頭 図A-18)

巻頭の図Wを参照ください。

取り付けの際、メインバルブの圧力設定を「3」の合わせておくとメインバルブシールが取り付けやすくなります。

安全バルブゴム (巻頭 図A-19)

巻頭の図Xを参照ください。

シリコンゴムキャップ (巻頭 図A-17)

巻頭の図Vを参照ください。

ゴムパッキン (巻頭 図A-23)

ゴムパッキンは加熱調理を繰り返すと劣化するため、約400回の使用(約1～2年)を目安に新しいものと交換してください。

アロマピー用Oリング(巻頭 図A-21)

巻頭の図Iを参照ください。

アロマピー用Oリングはゴム製です。定期的に交換してください。Oリングがアロマピーの溝にしっかりとハマるように取り付けてください。

アロマピー (巻頭 図A-21)

アロマピーが破損した場合は交換してください。通常は流水をかけて洗ってください。

[交換方法]

- 1 手で取っ手をとめているビスをはずし、フタ用取っ手も取り外します。
- 2 アロマピーのOリングをはずし、アロマピーを抜きます。
- 3 新しいアロマピーを差し込み、Oリングを装着します。
- 4 取っ手とゴムパッキンを取り付けアロマピーを点検します。

交換部品について

ゴムパッキンやアロマピー、Oリング等は消耗品です。適宜お取り替えください。

部品類は、お買い求めの販売店でご注文頂くか、当社へ直接ご注文いただくことも可能です。

※品番、仕様等は予告なく変更する事があります。あらかじめご了承ください。

部品名	直径	品番
ゴムパッキン(巻頭 図Y-1)	18 cm	600-000-18-795
.....	22 cm	600-000-22-795
スキレット本体用取っ手(巻頭 図Y-2)	18 cm	620-100-01-850
.....	22 cm	620-300-02-850
本体用取っ手(巻頭 図Y-2)	18 cm	620-100-02-850
.....	22 cm	620-300-04-850
スキレット本体用補助取っ手(巻頭 図Y-3)	18 cm	610-110-01-840
.....	22 cm	610-310-02-840
本体用補助取っ手(巻頭 図Y-3)	18 cm	610-110-02-840
.....	22 cm	610-310-04-840
フタ用取っ手(巻頭 図Y-4)	共通	620-000-11-770
メインバルブ(巻頭 図Y-5)	共通	610-010-00-700
ナット(巻頭 図Y-6)	共通	610-000-00-734
シリコンゴムキャップ(巻頭 図Y-7)	共通	610-000-00-711
メインバルブシール(巻頭 図Y-8)	共通	610-000-00-706
安全バルブゴム(巻頭 図Y-9)	共通	610-000-00-733
シリコンゴムキャップ/メインバルブシール/安全バルブゴム	3点セット(巻頭 図Y-7、Y-8、Y-9)
.....	共通	610-000-01-706
アロマピー(アロマピー用Oリング付属)(巻頭 図Y-10)	共通	011-631-00-750
アロマピー用Oリング(巻頭 図Y-11)	共通	011-631-00-760
ゴムリング付フタ用取っ手ネジ(巻頭 図Y-12)	共通	600-000-00-712

アクセサリについて

部品名	直径	品番
穴あき蒸し器(三脚付き)(巻頭 図Z-1)	18 cm	610-100-00-800
.....	22 cm	610-300-00-800
※スキレット型製品(1.8Lもしくは2.5L)にはご使用いただけません。		
穴なし蒸し器(三脚付き)(巻頭 図Z-2)	22 cm	610-300-00-820
※スキレット型製品(1.8Lもしくは2.5L)にはご使用いただけません。		
ガラスフタ(巻頭 図Z-3)	22 cm	021-641-22-600
専用無水フタ(巻頭 図Z-4)	22 cm	623-000-22-700

※穴あき蒸し器(三脚付き)は標準装備品です(スキレット型製品を除く)。

そのほかのアクセサリは別売のオプションアクセサリです。

各部品・アクセサリはオンラインショップでもお買い求めいただけます。

www.fssler.com/jp/

10. 保証

- 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。
- ご購入・ご購入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。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。

無料修理規定について

- 取扱説明書・本体注意ラベルなどの注意書にしたがって正常な使用状態で保証期間内に故障した場合には、当社が無料修理いたします。
- 保証期間内でも、次の場合は保証いたしません。
 - (イ)保証書のご提示がない場合。
 - (ロ)保証書にお買い上げ年月日・お客様名・販売店名の記載がない場合、または字句を書き換えられた場合。
 - (ハ)使用上の誤り、または不当な修理や改造による故障及び損傷。
 - (ニ)お買い上げ後の衝撃・落下・空焚きなどによる故障及び損傷。
 - (ホ)火災・地震・落雷・風水害その他の天災、地変・公害など外部に原因がある故障及び損傷。
 - (ヘ)消耗部品(ゴムパッキン・シリコンゴムキャップ等のゴム製部品・アロマピー・メインバルブ・取っ手・取っ手ネジ)等が損耗し取り替えを要する場合。消耗部品は有償にて交換いたします。
- 何らかの事情で部品等が手当てできない場合には、当該品と同等の部品または商品と交換いたします。
- 保証書は日本国内においてのみ有効です。

通信販売などで製品をご購入のお客様へ

保証については、お買い上げ年月日・お客様名・販売店名を保証書に記載していただくことが条件となっております。インターネットやテレビショッピングの通信販売などで製品をご購入の場合に限り、販売店からの保証書への記載・捺印がない場合には、ご購入年月日・ご購入品目が証明される、納品書等の書類を保証書と一緒に必ず保管してください。

フィスラージャパン株式会社
〒101-0054
東京都千代田区神田錦町2-2-1
KANDA SQUARE 11F
0570-00-6171
www.fissler.com/jp



11. 製品の廃棄

本製品を適切に処分することは環境の保護につながります。本製品を廃棄する場合には、お住まいの地域の分別方法に従って廃棄して下さい。

12. トラブルシューティング



注意:

異常を感じた際は、直ちに火を止め、使用を中止してください。圧力鍋本体が完全に冷却され、鍋内の圧力が減圧されていることを確認してから対処してください。

故障かな、と思ったら

現象	原因	処置
アロマピー周辺から蒸気が出続け、圧力がかからない	スチーム設定、あるいは低圧(1)とスチームの間に設定している	スチーム調理中に多少の蒸気が出るのは正常な状態です。圧力調理をする場合は、低圧(1)または中圧(2)、高圧(3)を選択してください
	フタが正しく閉まっていない(安全レバーの表示が赤になっている)	フタを正しくしめてください。(安全レバーの表示を完全に緑にします)
	火力が弱い	強火にしてください
	火力が強すぎる(IHの場合)	弱火にしてください。圧力がかかるまでは1400~1500Wを目安にしてください
	熱源の大きさが圧力鍋の大きさと合っていない	圧力鍋の大きさに適したサイズの熱源をお使いください
	フタ用取っ手がゆるんでいる	フタ内側の取っ手ネジをきつく締めてください
	アロマピーまたはOリングが汚れているか、破損している	部品を洗浄するか、交換してください
加熱中に蒸気が排出されない	水を入れ忘れている	火を止めて鍋を点検してください
	鍋の中の水分量が少なすぎる	最低必要水分量(200~300ml)を加えてください
	火力が弱い	強火にしてください

現象	原因	処置
フタの縁から蒸気もれる/取っ手の下から水滴がたれる	ゴムパッキンが正しく装着されていない	ゴムパッキンを正しく取り付けてください
	ゴムパッキンが汚れているか、破損している	ゴムパッキンを洗浄するか、交換してください
	ゴムパッキンが劣化している	ゴムパッキンを交換してください
	フタが正しく閉まっていない(安全レバーの表示が赤になっている)	フタを正しくしめてください(安全レバーの表示を完全に緑にします)
圧力表示がいつになっても上がらない	アロマピーに付着物がある	付着物を取り除いてください
	メインバルブが目詰まりしている	メインバルブの分解掃除をしてください
	水を入れ忘れている	火を止めて鍋を点検してください
	鍋の中の水分量が少なすぎる	最低必要水分量(200~300ml)を加えてください
	火力が弱すぎる	強火にしてください
	メインバルブが正しく取り付けられていない	メインバルブを正しく取り付け、ナットをきつく締めてください
	メインバルブシール、安全バルブゴム、あるいはシリコンゴムキャップが取り付けられていないか、劣化している。または正しく取り付けられていない	劣化部品を交換するか、正しく取り付け直してください
圧力表示が上がっているのに、フタの縁から大量の蒸気もれる	ゴムパッキンが劣化している	ゴムパッキンを交換してください
	アロマピーやメインバルブが汚れているなど問題がある際の安全装置として作動している可能性がある	フィスラージャパン カスタマーサービスに点検をご依頼ください

現象	原因	処置
メインバルブ周辺から蒸気もれる	火力が強すぎる(圧力表示が赤色になっている)	火力を弱め、加圧時間終了まで圧力表示を緑色に保ってください
	スチーム設定、あるいは低圧(1)とスチームの間に設定している	スチーム調理中に多少の蒸気もれるのは正常な状態です。圧力調理をする場合は、低圧(1)または中圧(2)、高圧(3)を選択してください
	メインバルブが正しくしっかりと取り付けられていない	メインバルブを正しく取り付け、ナットをきつく締めてください
	メインバルブシール、安全バルブゴム、あるいはシリコンゴムキャップが取り付けられていないか、劣化している。または正しく取り付けられていない	劣化部分を交換するか、正しく取り付け直してください
	火力が強すぎるため安全弁として作動している	弱火にしてください
圧力表示が上がっているのに、アロマピー周辺から蒸気もれる	組み立て方法が間違っている	巻頭の図R~Wを参考にメインバルブを組み立てなおしてください
	フタ用取っ手がゆるんでいる	フタ内側の取っ手ネジをきつく締めてください
	フタ用取っ手のネジ用ゴムリング、あるいはアロマピー用Oリングが取り付けられていないか、劣化している。または正しく装着されていない	Oリングを交換するか、正しく取り付け直してください
	メインバルブが汚れているなど問題がある際の安全装置として作動している可能性がある	メインバルブを取り外し、洗浄するか、交換してください
組み立て方法が間違っている	組み立て方法が間違っている	巻頭の図J、T、Uを参考にアロマピーを組み立てなおしてください

現象	原因	処置
フタ用取っ手が緩んでいる	フタ用取っ手ネジがきつく締められていない	フタ内側の取っ手ネジをきつく締めてください
本体用取っ手・補助取っ手が緩んでいる	取っ手用ネジがきつく締められていない	ネジ回しでネジをきつく締めてください
フタ用取っ手の丸いロゴマークや安全レバー周辺から蒸気もれる	フタ用取っ手ネジが緩んでいる フタ用取っ手のネジ用ゴムリングなどが劣化している	ネジをきつく締めてください フタ用取っ手を交換するか、フィスラー・ジャパン カスタマーサービスに点検をご依頼ください
フタがしまりにくい/フタをしめても安全レバーが飛び出さない	フタ用取っ手や本体用取っ手が正しく取り付けられていない フタ用取っ手が劣化している ゴムパッキンが正しく装着されていない フタが正しく閉まっていない(安全レバーの表示が赤になっている)	取っ手がしっかりと取り付けられているか確認し、必要に応じてネジをきつく締めてください フタ用取っ手を交換してください ゴムパッキンを正しく取り付けてください フタを正しくしめてください(安全レバーの表示を完全に緑にします)
フタがあかない	鍋の中に圧力が残っている アロマピーがひっかかっている	圧力を抜いてください(第7章圧力の下げ方の項参照) フタ用取っ手を少しだけ左へ動かしてください
フタの開閉がかたい	フタ用取っ手ネジが緩んでいる ゴムパッキンがかたい	取っ手がしっかりと取りつけられているか確認し、ネジをきつく締めてください ゴムパッキンを縁にはめこみ直すか、または交換してください

よくあるご質問

- Q 1** いつまでたってもアロマピーが上がリません。
アロマピーやアロマピー-O リングに付着物はありませんか？ フタ用取っ手の安全レバーは正常ですか？ 火は弱くありませんか？ チェックしてみてください。
- Q 2** 圧力表示がいつになっても上がりません。
最初に強火にすることが大切です。このときに火が弱いと圧力がかからず、圧力表示が上がリません。強火にしているのになかなか圧力表示が上がらないときは、①水をいれていない、②各部品が正常に取り付けられていない、などの原因が考えられます。焦げる前に火を止めてください。取扱説明書に従ってこれらの点をチェックしてから、もう一度強火で加圧してみましょう。
- Q 3** 低圧(1)で、圧力表示の緑色を維持できません。
圧力鍋は火にかけて圧力がかかると、鍋の中の温度が下がりにくくなります。ですから、低圧で圧力表示を維持させたいときは、圧力表示が緑色になる前に弱火にし、緑色になったらすぐに小さなトロ火にします。こうすると5～10分の低圧を維持できます。プリンなど低圧で維持したいときは、この方法で維持するとムラなくきれいに仕上がります。
- Q 4** 中圧(2)や高圧(3)で、圧力表示の緑色を維持できません。
圧力表示が上がったのを確認して弱火にしたところ、またすぐに下がってしまうという場合は、①換気扇や窓からの風の吹き込みが強い、②部品のどこから蒸気もれている、などの理由が考えられます。この場合は窓をしめる、各部品をチェックするなど、原因を取り除いてからもう一度強火にして圧力表示を確かめ、表示が黄色にならない程度の弱火にして、維持しましょう。逆に上がりすぎは、火が強すぎますので弱めましょう。
- Q 5** メインバルブから蒸気が吹き出してしまうのはなぜ？
圧力表示の赤いラインが見えている状態で蒸気もれている場合、安全装置の働きで過剰な圧力を逃しています。弱火にしましょう。圧力表示が最後まで上がっていないときは、煮汁などの付着が原因なので、火を止め圧力を下げたから各部の点検を。または材料の入れすぎかもしれません。少し減らしてください。
- Q 6** フタが硬くて開閉が困難。どうしたらいい？
フタ用取っ手の取り付けネジがゆるんでいませんか？ その場合は、フタの内側にある取っ手ネジをしっかりと締め直してください。ドライバーを使わなくてもしめることができます。ゴムパッキンの滑りが悪い場合は、水で濡らすとスムーズになります。
- Q 7** フタが開かなくなりました。どうやってあけたらいい？
安全レバーが操作不能になっているか、フタのかみあわせが悪いまま無理にしまったのかもかもしれません。フタ用取っ手のフタ本体と接する部分を、スライドする方向に軽くたたきながら、少しずつフタをずらしていきましょう。
- Q 8** きちんと手入れをしているのに周りから蒸気が出てしまいます。
ゴムパッキンが歪んで入っているか、劣化しているのかもかもしれません。点検して、古いようなら新しいものに交換しましょう。約400回のご使用で交換をしてください。また、ゴムパッキンは時間とともに劣化していきます。未使用であっても、約1～2年での交換をおすすめしています。
- Q 9** 空焚きをしてしまいました。どうしたら、また使えますか？
空焚きは水分がなくなったまま火にかけていた状態。200～300mlの水で加圧テストをして、ゴムパッキン、アロマピー、メインバルブ、取っ手類などを点検し、壊れたものがあれば交換してください。ただし、鍋本体に支障をきたした場合は、お使い頂けなくなる場合があります。

調理時間の目安ー加圧調理

info: この調理時間は、圧力表示の緑のラインが見えたときから計る加圧時間の目安です。豆類・麺類などのように、煮炊きによって分量が増えるものは、鍋の1/3以下の調理量で使用してください。また、豆類は豆の皮がメインバルブに入り込み、メインバルブが正常に作動しなくなる場合があります。豆と水を入れた上には、蒸し器あるいは落とシブタを必ず置いてください。

表の見方: 料理名・素材名/ 重さ /調理時間(分) / 蒸し器の使用の有無(E=有) / 圧力設定

ヒント: より重く、密度の高い食材ほど調理時間が長めにかかります。

豚肉

ポークシャンク 500 g.....	35-40.....	3
ミートボール 500 g.....	5-6.....	3
ポークロースト 500 g.....	30-35.....	3
グヤーシュ 500 g.....	10-15.....	3

牛肉

グヤーシュ 500 g.....	20-25.....	3
仔牛肉のシャンク 500 g.....	20-25.....	3
仔牛のサドル肉の			
ルーラード 500 g.....	25-30.....	3
フィレ肉のロースト 500 g.....	20-25.....	3
牛肉のポイル 500 g.....	30-40.....	3

羊肉・ジビエ

鹿肉のシチュー 500 g.....	15-20.....	3
ラムロースト 500 g.....	20-25.....	3

猪肉

グヤーシュ 500 g.....	15-20.....	3
-------	------------------	------------	---

シーフード

サーモン(切り身)...	1,000 g ...	6-8.....	E.. 1
カレイ(切り身).....	1,000 g ...	3-4.....	E.. 1
白身魚(切り身).....	1,000 g ...	3-6.....	E.. 1

家禽 (ムネ肉 / モモ肉)

鴨肉.....	500 g.....	12-15.....	3
鶏肉.....	500 g.....	15-20.....	3
七面鳥.....	500 g.....	18-20.....	3

スープ・シチュー

野菜スープ 1ℓ.....	4-6.....	3
グヤーシュ 1ℓ.....	15-20.....	3
チキンスープ 1ℓ.....	40-45.....	3
トマトスープ 1ℓ.....	5-6.....	3

野菜

カリフラワー/ ブロッコリー 500 g.....	2-4.....	E.. 2
青豆.....	500 g.....	3-5.....	E.. 2
かぼちゃ.....	500 g.....	5-7.....	3
人参.....	500 g.....	4-6.....	E.. 2
芽キャベツ.....	500 g.....	2-3.....	E.. 2
紫キャベツ.....	500 g.....	4-6.....	3
アスパラ(ホール).. キャベツ.....	500 g.....	3-6.....	E.. 2
500 g.....	3-5.....		
チリメンキャベツ... ズッキーニ.....	500 g.....	2-3.....	E.. 2
500 g.....	1-2.....		E.. 2

豆類・穀物類

豆 (事前に浸水させる) 400 g.....	16.....	3
エンドウ豆(浸水なし) 400 g.....	15-18.....	3
レンズ豆(浸水なし) 400 g.....	10-15.....	3
小豆.....	400 g.....	15.....	3

副菜

トウモロコシ/ ポレンタ 500 g.....	6-10.....	3
じゃがいも.....	500 g.....	6-8.....	E.. 2
白米.....	500 g.....	5-7.....	3

調理時間の目安ースチーム調理

info: スチーム調理の場合、蒸気が出始めた時点からの調理時間です。

表の見方: 料理名・素材名/ 重さ /調理時間(分)

肉類

鶏肉(切り身).....	500 g.....	8-10
七面鳥(ムネ肉/モモ肉).....	500 g.....	15-20
ゆで牛(スライス).....	500 g.....	45-50

魚介類

マス(切り身).....	500 g.....	6
カワカマス(切り身).....	500 g.....	6-7
ホタテ.....	500 g.....	4-5
サーモン(切り身).....	500 g.....	8-10
クルマエビ(殻付き).....	500 g.....	9
クルマエビ(殻なし).....	500 g.....	3
イワナ(切り身).....	500 g.....	6-7
パイクパーチ(切り身).....	500 g.....	6-7

野菜

アーティチョーク(ホール) 500 g.....	35-40
カリフラワー(ホール) 500 g.....	10-12
ブロッコリー.....	500 g.....	5-6
フィノッキオ(カット).....	500 g.....	4-5
フィノッキオ(ハーフカット).....	500 g.....	11-13
青豆.....	500 g.....	6-8
グリーンアスパラ.....	500 g.....	8-9
ニンジン(スライス).....	500 g.....	7-10
ニンジン(ホール).....	500 g.....	10-11
コールラビ(カット).....	500 g.....	4
リーキ(カット).....	500 g.....	2-3
リーキ(輪切り).....	500 g.....	4-5
ピーマン(カット).....	500 g.....	3-4
パースニップ(カット).....	500 g.....	7
ビーツ (ホール、直径6cm程度).....	500 g.....	50-65
芽キャベツ.....	500 g.....	8-10

ロマネスコ(カット) 500 g.....	5
セロリ(スティック).....	500 g.....	3
ほうれん草/フダンソウ.....	500 g.....	1
セロリ(カット).....	500 g.....	5-6
さつまいも(スライス).....	500 g.....	5
ホワイトアスパラ.....	500 g.....	9-10
ズッキーニ.....	500 g.....	2-3

副菜

中華まん.....	500 g.....	20-25
じゃがいも (固めの仕上げり、スライス).....	500 g.....	15-16

調理時間は目安です。その他のレシピはフィスラー公式サイトをご覧ください。

調理時間は目安です。その他のレシピはフィスラー公式サイトをご覧ください。

DE Fissler Schnellkochgeräte sind nach EU Druckgeräterichtlinie 2014/68/EU geprüft. Die Konformitätserklärung können Sie auf unserer Webseite einsehen.

<https://www.fissler.com/de/service/konformitaetserklaerungen/>

EN Fissler pressure cookers are tested in accordance with the Pressure Equipment Directive 2014/68/EU of the EU. You can view the declaration of conformity on our website.

<https://www.fissler.com/gb/service/declaration-of-conformity/>

