

自動ホームベーカリー（家庭用）
HBS-100

ふっくらパン屋さん

取扱説明書 / 料理集

お買い上げまことにありがとうございます。
この取扱説明書を必ずお読みのうえ正しく
お使いください。

お読みになった後はお使いになる方がいつ
でも見られる所に大切に保管してください。



◆ もくじ ◆

お使いになる前に

安全のために必ずお守りください…	1～3
使用上の注意とお願い…	4
各部のなまえ…	5
操作部のなまえとはたらき…	6
パンを焼く前に…	7～9
メニューの種類と調理時間…	10～11
タイマー予約の使用方法…	12

パンづくり

焼き上げまでの使用方法…	13～14
山形パンメニュー…	15～21
パン生地づくりの使用方法…	22
パン生地づくりメニュー…	23～36
中華まん生地づくりの使用方法…	37
ねり・発酵・焼きの使用方法…	38
ねり・発酵・焼きメニュー…	39～42

パン以外のメニュー

ジャムの使用方法…	43
ヨーグルトの使用方法…	44
ほっくり焼き芋の使用方法…	45
蜜甘焼き芋の使用方法…	46
うどん・パスタ生地づくりの使用方法…	47～48

ご愛用の手引き

お手入れのしかたと保管…	49
パンづくりのQ & A…	50
パンのできばえがおかしいときは…	51～52
修理を依頼する前に…	53
こんな表示がでたときは…	53
仕様…	54
アフターサービスについて…	54
保証書…	裏表紙



安全のために必ずお守りください

ここに示した注意事項は製品を安全にお使いいただき、あなたや他の人々への危害や損害を未然に防止するための重要事項を警告・注意に分けて示します。必ずお守りください。



警告

取り扱いを誤ると、死亡または重傷などを負う可能性があります。



注意

取り扱いを誤ると、傷害または物的損害が発生する可能性があります。

お守りいただく内容を次の絵表示で区別しています。



してはいけないこと（禁止）を示します。



必ずすること（強制）を示します。



警告

電源プラグや電源コードについて



必ず実施

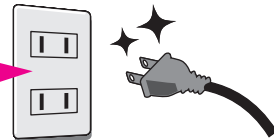
●交流 100V のコンセントを使う。

交流 200V の電源で使うと感電・火災の原因になります。

●電源プラグはほこりが付着していないか確認し、刃の根元まで確実に差し込む。

感電・ショートによる火災の原因になります。

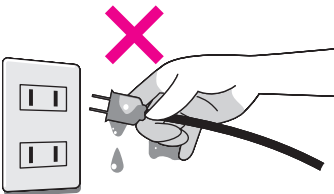
100V



ぬれ手禁止

●ぬれた手で電源プラグの抜き差しはしない。

感電の原因になります。



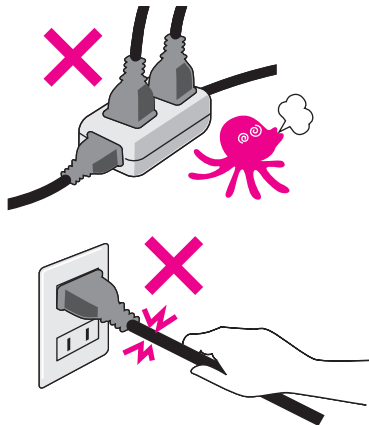
禁止

●電源はタコ足配線にしない。

発熱による火災の原因になります。

●電源コードを持って電源プラグを抜かない。（必ず電源プラグを持つ）

電源コードが傷み感電・ショートによる火災の原因になります。



警告



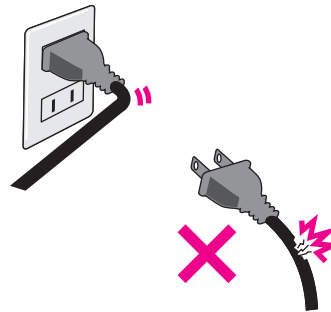
禁止

●電源コードを無理に曲げたり、ねじったり、強く束ねたり、ひっぱったり、重いものをのせたり、加工したり、足に引っ掛かるような状態にしない。

電源コードが傷み感電・火災の原因になります。

●電源コードや電源プラグは傷んだまま使わない。

感電・ショートによる火災の原因になります。



事故を避けるために



水ぬれ禁止

●本体の丸洗いや水につけたり、水をかけたりしない。

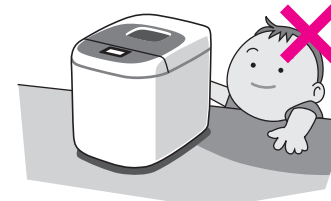
感電・ショートによる火災の原因になります。



禁止

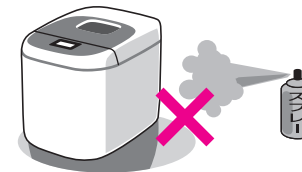
●子供だけで使わせたり、乳幼児の手の届く所で使わない。

感電・けがの原因になります。



●使用中に可燃性スプレー・シンナーなど可燃物を製品の近くで使わない。

爆発・火災・発火の原因になります。



分解禁止

●お客様ご自身で分解したり修理・改造はしない。

異常動作による、感電・火災・けがの原因になります。



※修理は販売店にご相談ください。

安全のために必ずお守りください

⚠ 注意

- テーブルクロス・じゅうたん・ぐらついた台の上など不安定な場所や、大理石などすべりやすい所で使わない。

- テーブルの端に近い所で使わない。

- テーブルなどの上で、本体の足が汚れたまま使わない。

落下してけがの原因になることがあります。
(本体の足が粉などで汚れている場合は、水にひたした布をかたくしぼってふき取ってください。)

- 調理開始後は蒸気口・ふた・本体・ガラス窓に顔や手を近づけない。

やけどの原因になることがあります。
特にお子様にはご注意ください。

- 使用中は本体を移動させない。

やけどの原因になることがあります。

- 回転している羽根にさわらない。

けがの原因になることがあります。

- 囲われた所で使わない。

熱がこもり、変形や変色の原因になることがあります。

- 使用中は、壁・カーテンなどから本体を5cm以上はなす。

変形・変色の原因になることがあります。

- パンを取り出すときは必ずミトンなどを使う。

やけどの原因になることがあります。
特にお子様にはご注意ください。

- お手入れするときは、必ず電源プラグを抜く。

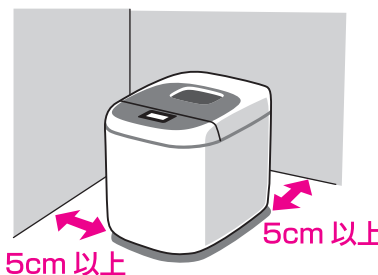
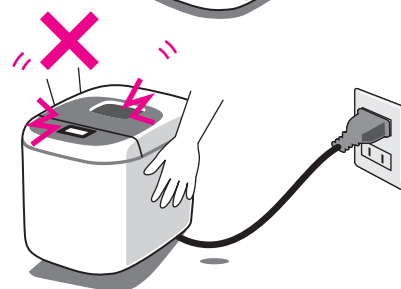
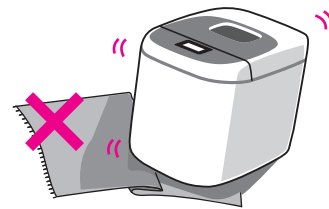
感電・けがの原因になることがあります。

- 使用時以外は、必ず電源プラグを抜く。

絶縁劣化による感電・火災・漏電の原因になることがあります。

- 異常時は、直ちに電源プラグを抜く。

異常のまま運転をつづけると感電・火災の原因になることがあります。



禁止



必ず実施

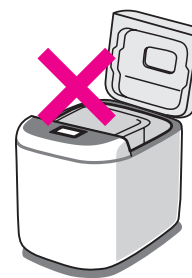


電源プラグを抜く

使用上の注意とお願い

- ふたを開けたまま使わない。

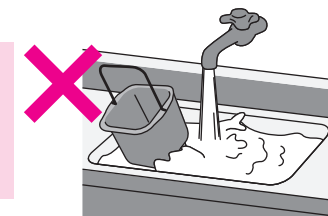
ふたを開けたまま使用するとパンがうまく焼き上がりません。



- パンケースを食器洗い機で洗ったり、底の部分を水につけたままにしない。

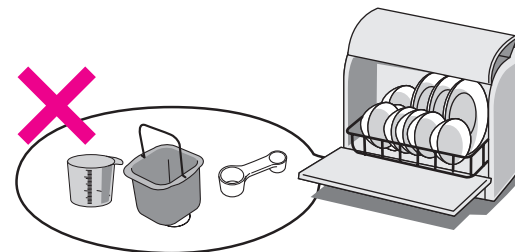
羽根取付軸部分に外側から水が入り、羽根取付軸が回らなくなるなどの故障の原因になります。

外側はぬれふきんでふく程度にして
水洗いは内側のみにしてください。



- 大小スプーン・計量カップ・パンケースを食器洗い機で洗わない。

変形・変色・故障の原因になります。



- 決められた容量以上で使わない。

焼き上がりが悪くなり、ふたの内側にパンが付いてしまうことがあります。



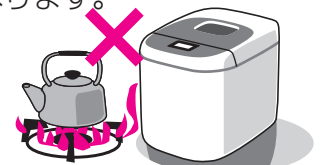
- グラニュー糖やパールシュガーなど、かたい材料は使用を控える。

パンケースのフッ素樹脂コーティングに傷が付く場合があります、消耗が早くなります。

- 食物アレルギーの方は、医師と相談のうえ使用する。

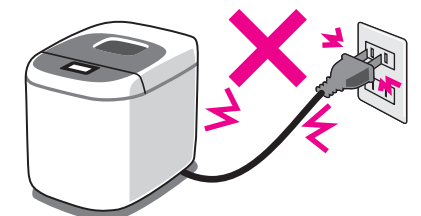
- 湿気のある所、火気の近くで使わない。

変形・故障の原因になります。



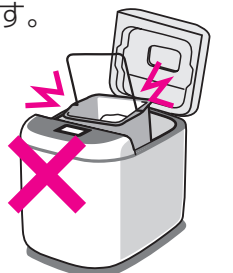
- 使用中に電源プラグは抜かない。

運転が止まってしまう、再スタートしても焼き上がりません。



- パンケースはていねいに扱う。

パンケースを変形させるとパンのできが悪くなる場合があります。



- ふきんなどをかけない。

蒸気が出なくなり、ふたの変形や変色の原因になります。

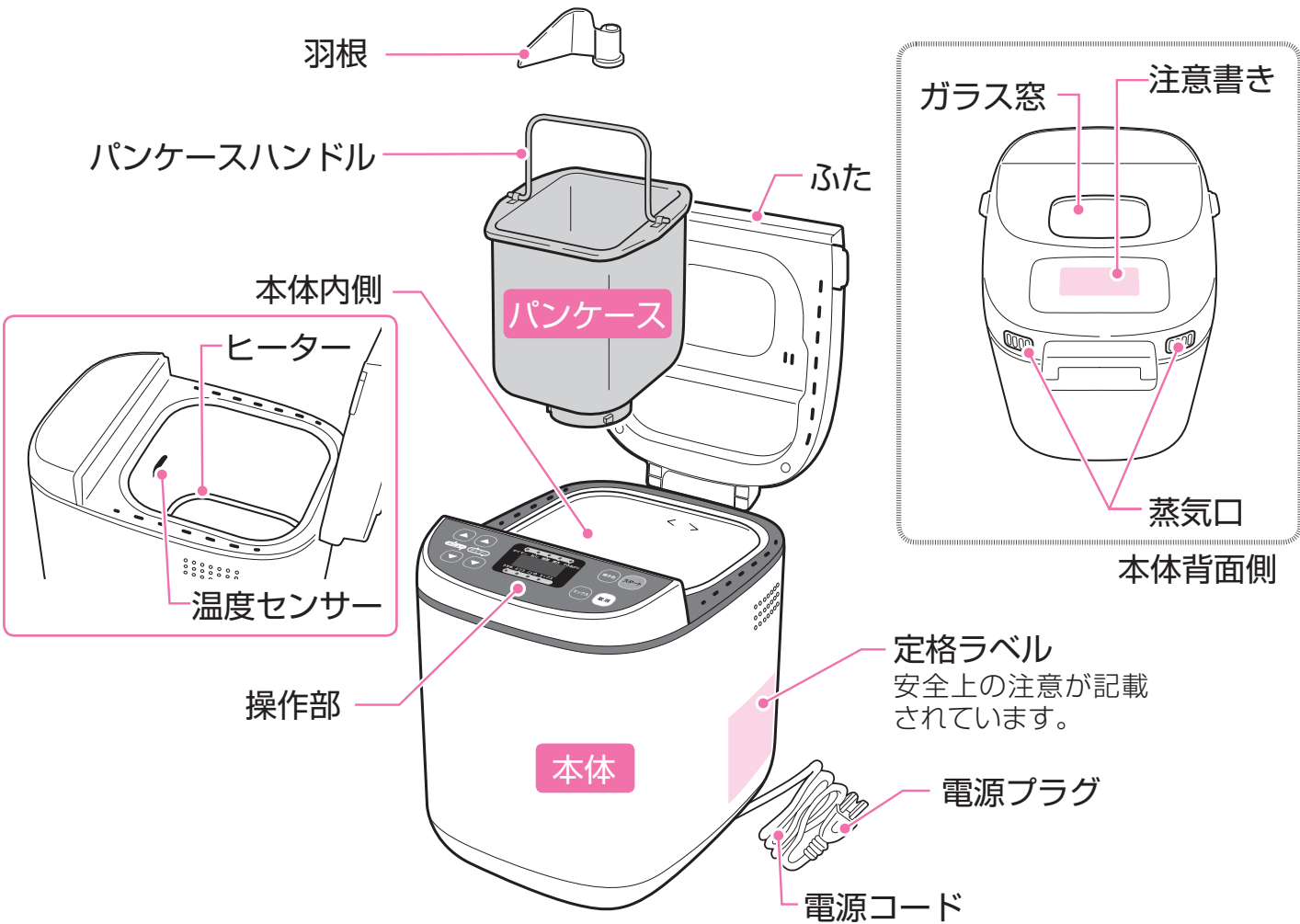


- パンづくりおよびこの取扱説明書のメニュー以外には使わない。

故障の原因になります。

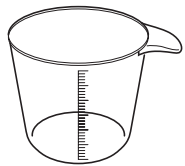
各部のなまえ

本体



付属品 (各 1 個)

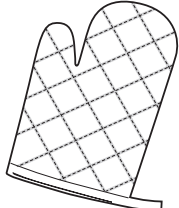
計量カップ
水などをはかります。
※粉ははかれません。



羽根取り出し金具
※パンから羽根を取り出す時に使います。

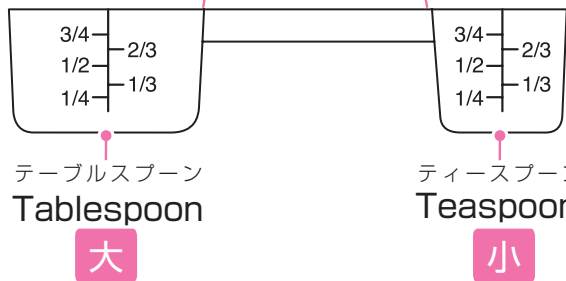
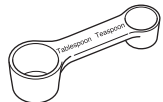


ミトン一枚
※パンケースを取り出す時に使います。



大小スプーン

砂糖などをはかります。



大小スプーン容量

		Tablespoon (大)		Teaspoon (小)		
		1 杯	1/2	1 杯	3/4	1/2
砂糖	g	8	4	-	-	-
スキムミルク	g	6	3	-	-	-
塩	g	-	-	5	4	2.5
ドライースト	g	-	-	3.2	-	1.6

材料の分量についてメニュー表の中では下記のように書かれています。

例

Tablespoon (大) 1 杯……………大 1
Teaspoon (小) 1/2 目盛り……………小 1/2

操作部のなまえとはたらき

操作部

※表示部は説明のため、すべての表示を点灯させております。

メニューキー

■メニューを選びます。

タイマーキー

■タイマー予約をします。
■ねり・発酵・焼き時間を設定します。

焼き色キー

■焼き色 (ふつう・こいめ・うすめ) を選びます。

スタートキー

■調理やタイマー予約をスタートさせます。



表示部

■選んだメニュー番号・焼き色・調理工程などが表示されます
■スタート後は「できあがり」までの残り時間表示に替わります。

ミックスキー

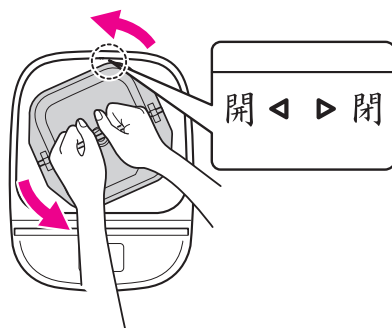
■ミックスコールをならなくしたり、なるようにしたり設定できます。詳しくは P.10 の「ミックスコールについて」をご覧ください。

取消キー

■操作をやり直すとき、スタート後に中止するとき使います。
※スタートさせたあとに取り消すときは、表示が消えるまで 2 秒以上押しつづけてください。

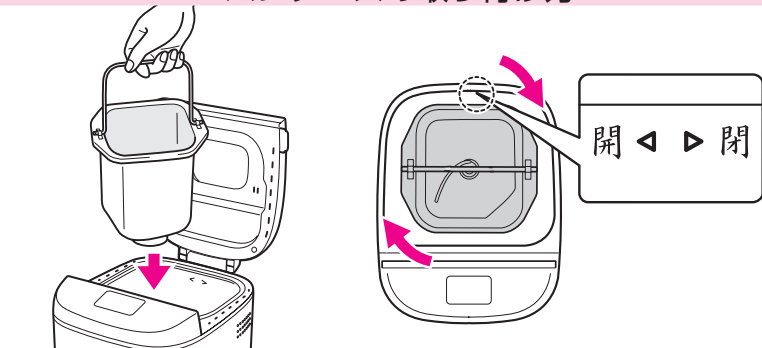
パンケース・羽根の取り出し方、取り付け方

パンケースの取り出し方



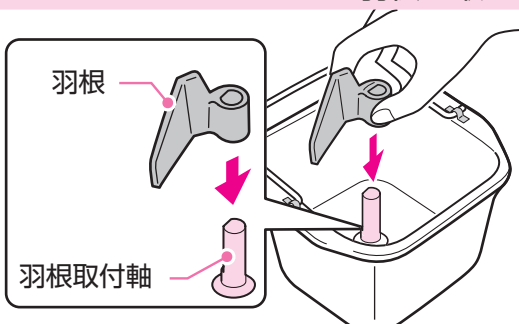
■パンケースハンドルを持って「開」の矢じるし方向に回して取り出します。

パンケースの取り付け方



①パンケースをゆっくり入れます。②「閉」の矢じるし方向に回し、確実に固定します。

羽根の取り付け方



■羽根取付軸と羽根の穴の形を合わせて奥まで確実に差し込みます。
※羽根が浮いていると生地をねるときに羽根がはずれ、パンができません。

パンを焼く前に

パンの材料

小麦粉



- パンづくりには一般的にタンパク質の多い強力粉を使います。パンの種類により薄力粉を混ぜて使うこともあります。
- 水を加えてねると「グルテン」というタンパク質が形成されて空気を包み込むのでふんわりとしたパンができます。
- 開封後は高温多湿、直射日光を避け、必ず賞味期限内に使い切ってください。古くなった小麦粉を使用するとパンが大きくふくらまない原因になります。
- 国産小麦粉は収穫時期・銘柄・産地でタンパク質の量が異なるため、パンのふくらみに差が出ます。
- 業務用のパン専用小麦粉は市販の強力粉とタンパク質の量が異なるため、パンのふくらみに差が出ます。

予備発酵のいらない ドライ イースト



- 適当な温度・水・糖分を与えると活動して炭酸ガスとパン特有の良い香りをつくり出します。
- ドライイーストメニューでは必ず**予備発酵のいらないドライイースト**を使います。予備発酵に必要なドライイースト・生イーストは使用できません。日清製粉の「**スーパーカメリヤ**」をおすすめします。
- 開封後は密封して冷蔵庫か冷凍庫で保存し、なるべく早く使い切ってください。古くなったドライイーストは発酵力が落ちパンが大きくなりません。

砂糖



- ドライイーストの栄養となり風味や色づきを良くします。また、パンに甘みをつけ、やわらかさを保ちます。

食塩



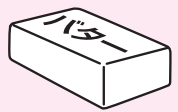
- パンの味をととのえ、グルテンを引き締めてパン生地を強くします。

水



- 小麦粉に加えてねると、グルテンがつくられます。水の温度を調節すると、パン生地を適切な温度にすることができます。
- ※アルカリイオン水や酸性水は使用しないでください。

バター（油脂）



- パンの風味を良くします。すだちが細かくやわらかいツヤのあるパンにします。また、パンがかたくなるのを遅らせる効果もあります。
- ※バターのかわりにマーガリンもお使いいただけます。

スキム ミルク



- パンの色づき・光沢・風味を良くし、栄養価を高めます。入れすぎるとパンの皮がかたくなります。

卵



- パンがおいしそうな黄色になり、光沢・風味を良くします。また、パンにボリュームが出ます。卵はよくときほぐしてからお使いください。

パンづくりの道具（付属品のほかに）

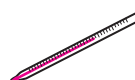
パンづくりに必要な道具

はかり

1g単位まではかるもの



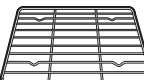
温度計



ミトン



アミ



パン切りナイフ

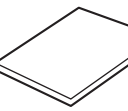


手づくりメニューに必要な道具

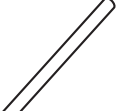
ボウル



こね板



めん棒



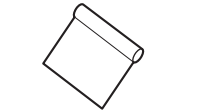
はけ



ふきん



スケッパー



霧吹き



ラップ



クッキングシート



はさみ



カミソリ



ドーナツ型

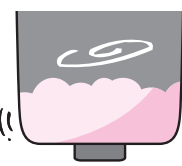


テグス



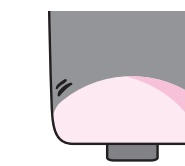
パンづくりのしくみ

① ねり



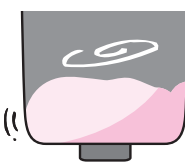
・パン生地材料をねり合わせます。

② 予備発酵



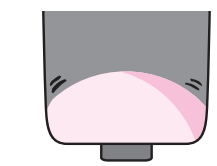
・生地を休ませます。

③ ねり



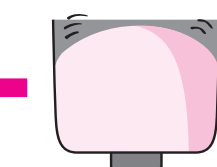
・もう一度ねります。

④ 一次発酵



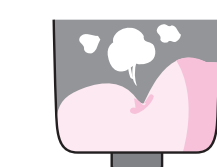
・生地を一定温度に保つことによりイーストの働きを促進させます。

⑧ 成形発酵



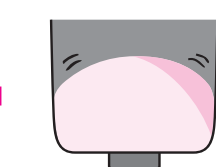
・パンの形にする仕上げの発酵です。

⑦ ガス抜き



・再びガスを抜き、酸素を供給して、成形発酵に備えます。

⑥ 二次発酵



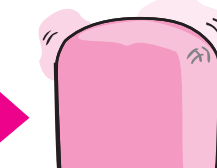
・再び生地を発酵熟成させます。

⑤ ガス抜き



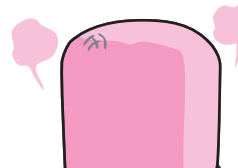
・一次発酵でたまったガスを抜き酸素を供給します。

⑨ 焼き上げ



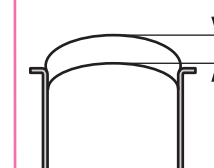
・焼いてパンの状態に仕上げます。

⑩ 取り出し



・蒸気を逃します。

パンはとってもデリケート



■いつも通り焼いても、室温・湿度・材料の種類など、条件がちがうとパンのふくらみ方や形に差が出ます。

特にパンの高さは3cm前後変化します。

パンを焼く前に

上手にパンを焼き上げるためには・・・

POINT 1 室温に合わせた温度の水を使う

- 水温はパンのふくらみに影響します。
下表のように室温に合わせて調節する。

室温	水温	アドバイス
10℃以下	約 30℃	本体をできるだけ温かい場所に置く
15℃前後	約 25℃	
20℃前後	約 20℃	
25℃前後	約 10℃	
28～31℃	約 5℃	本体をできるだけ涼しい場所に置く。粉などの材料は冷やしておく
32℃以上	約 5℃	食パンレシピの材料を使って「メニュー番号 2 早焼きパン」で焼く



POINT 2 新鮮な材料を使う

- 賞味期限切れの小麦粉・ドライイーストは使わない。



POINT 3 材料は正確にはかる

- 材料は、はかり(重さ)で正確にはかる。

小麦粉は計量カップではかからない!



1g単位まではかれるもの!

- 水・液体をはかるときは必ず付属の計量カップを使うか、はかりではかる。



- 砂糖・塩・スキムミルク・ドライイーストをはかるときは、必ず付属の専用スプーンを使うか、はかりではかる。

POINT 4 室温が高いとき(25℃以上)のタイマー予約時に注意すること

- 本体をできるだけ涼しい場所に置く。
- タイマー予約の時間を短くする。
- 材料の水を 10ml 減らす。

メニューの種類と調理時間

各メニューの種類と調理時間

♪ミックスコールについて

- レーズンなどくずれやすい材料の入れどきをお知らせします。(ピピピピッと 10 回なります)
- ミックスコールがなってから 1 分間だけ回転が停止するので、その間に材料を入れてください。1 分が過ぎてしまい回転が始まったときは、材料がとび出さないように少しずつ入れてください。
- ミックスコールがあるメニューはミックスランプが点灯します。ミックスコールがないメニューはミックスランプが消灯します。

※ミックスコールの消し方

ミックスキーを押すとミックスランプが消灯し、なくなります。
もう一度ミックスキーを押すとミックスランプが点灯し、なるように設定されます

その他のレシピはエムケー精工 HP に掲載しています。
URL <https://www.mkseiko.co.jp/seikatu/plus/>



メニュー番号・メニュー名	調理時間	調理工程	焼き色選択
	ミックスコールまでの時間 [ミックスコール時の残り時間]		
1 食パン P.15	4 時間 10 分	♪ミックスコール ↑ ねり 予備発酵 ねり 一次発酵 二次発酵 成形発酵 焼き上げ ↑ ↑ ↑ ガス抜き ガス抜き	ふっふっふっ こいめっ うすめ
	1 時間 4 分 [3 : 06]		
2 早焼きパン (食パン) P.15	2 時間 40 分	♪ミックスコール ↑ ねり 一次発酵 二次発酵 成形発酵 焼き上げ ↑ ↑ ガス抜き ガス抜き	ふっふっふっ こいめっ うすめ
	29 分 [2 : 11]		
3 塩糰パン P.17	4 時間	♪ミックスコール ↑ ねり 予備発酵 ねり 一次発酵 二次発酵 成形発酵 焼き上げ ↑ ↑ ↑ ガス抜き ガス抜き	ふっふっふっ こいめっ うすめ
	59 分 [3 : 01]		
4 ごはんのパン P.18	4 時間 30 分	♪ミックスコール ↑ ねり 予備発酵 ねり 一次発酵 二次発酵 成形発酵 焼き上げ ↑ ↑ ↑ ガス抜き ガス抜き	ふっふっふっ こいめっ うすめ
	1 時間 24 分 [3 : 06]		
5 やわらかパン P.19	4 時間 40 分	♪ミックスコール ↑ ねり 予備発酵 ねり 一次発酵 二次発酵 成形発酵 焼き上げ ↑ ↑ ↑ ガス抜き ガス抜き	ふっふっふっ こいめっ うすめ
	1 時間 29 分 [3 : 11]		
6 フランスパン P.19	5 時間 10 分	♪ミックスコール ↑ ねり 予備発酵 ねり 一次発酵 二次発酵 成形発酵 焼き上げ ↑ ↑ ↑ ガス抜き ガス抜き	ふっふっふっ こいめっ うすめ
	1 時間 19 分 [3 : 51]		

メニューの種類と調理時間

メニュー番号・メニュー名	調理時間 ミックスコールまでの時間 [ミックスコール時の残り時間]	調理工程	焼き色 選択
7 全粒粉パン P.20	4 時間 30 分 1 時間 19 分 [3 : 01]	ミックス コール ねり 予備 発酵 ねり 一次発酵 ガス 抜き 二次 発酵 ガス 抜き 成形発酵 焼き上げ	ふつ ふ う す め
8 スイートパン P.21	4 時間 10 分 1 時間 4 分 [3 : 06]	ミックス コール ねり 予備 発酵 ねり 一次発酵 ガス 抜き 二次 発酵 ガス 抜き 成形発酵 焼き上げ	ふつ ふ う す め
9 ジャム P.43	2 時間	加熱・かくはん	
10 ヨーグルト P.44	8 時間	発酵	
11 ほっくり焼き芋 P.45	1 時間 30 分～ 2 時間 30 分	焼き	
12 蜜甘焼き芋 P.46	2 時間 10 分～ 3 時間 10 分	焼き	
13 パン生地づくり P.22	50分～1時間50分 24 分 [調理時間で変わります]	ミックス コール ねり 一次発酵 ガス 抜き	
14 中華まん生地づくり P.37	12 分	ねり	
15 うどん・パスタ 生地づくり P.47	20 分	粉落し ねり	
16 ねり P.38	3 分～ 30 分	ねり	
17 発酵 P.38	5 分～ 5 時間	発酵	
18 焼き P.38	5 分～ 1 時間 40 分	焼き	

タイマー予約の使用方法

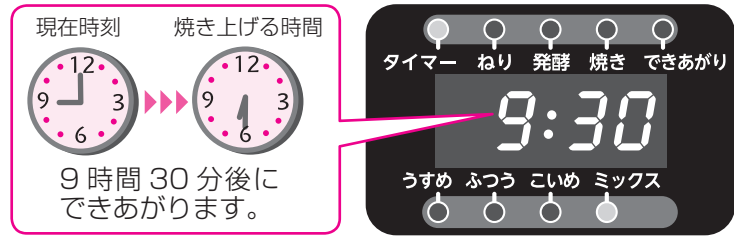
1 メニュー・焼き色を設定する
(P.13～P.14の1～5をご覧ください。)

2 「タイマーキー」で焼き上がり
までの時間を設定する



現在時刻が午後9時▶翌朝6時30分に焼き上げるとき

■現在時刻から翌朝6時30分までは9時間30分あります。
タイマー予約は9:30にセットします。



3 「スタートキー」を押す
(予約完了)

■タイマーランプが点滅します。



タイマー予約できる時間のめやす (焼き色：ふつう)		
メニュー名	最短	最長
食パン	4 時間 20 分	16 時間
早焼きパン	2 時間 50 分	
やわらかパン	4 時間 50 分	
フランスパン	5 時間 20 分	
全粒粉パン	4 時間 40 分	

■上記以外のメニューではタイマー予約できません。
■レーズン・野菜・卵・牛乳・バター・ミルクなどを入れるときは、タイマー予約を使わないでください。(P.50をご覧ください。)

■予約完了したあとは、できあがりまでの残り時間を1分単位で表示します。



焼き上げまでの使用方法

本体と材料の準備

基本の食パンをつくってみます

食パン

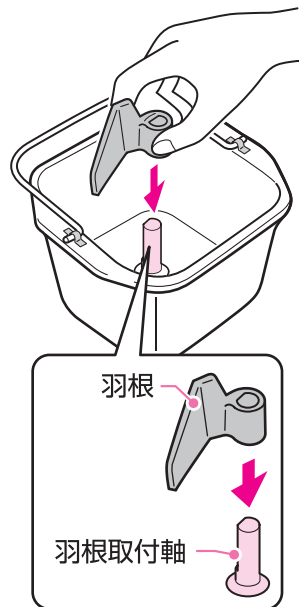
材 料	213kcal		
水	190ml		
強力粉	280g		
砂糖	20g	大 2½	
塩	4g	小 ¾	
バター	20g		
スキムミルク	6g	大 1	
ドライイースト	2.4g	小 ¾	

- 材料は正確にはかってください。
- 1斤の ¼ 切あたりのカロリーを表示しています。
- バターのかわりに同じ分量のマーガリンを使うことができます。

ドライイーストの入れ方について

- ドライイーストは水にふれないように入れてください。ドライイーストが水にふれると発酵過多などの原因になります。

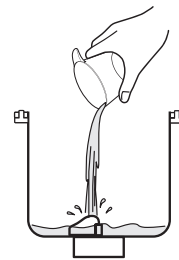
1 本体からパンケースを取り出し、羽根をセットする



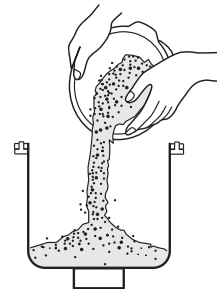
- 羽根取付軸と羽根の穴の形を合わせ、奥まで確実に差し込みます。

※羽根が浮いているとパンができません。

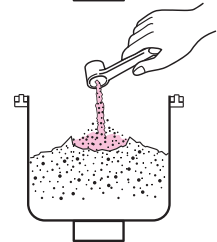
2 パンケースに材料を入れる



① 水を入れます。

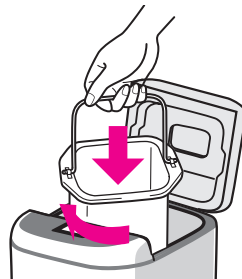


② ドライイースト以外の材料を入れます。

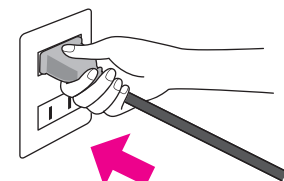


③ 材料の中央に小さくぼみをあけ、ドライイーストを水にふれないように入れます。

3 パンケースを本体に入れて本体のふたをする



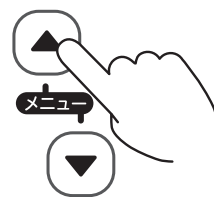
4 電源プラグをコンセントに差し込む



スタート

5 メニューを設定する

「食パン・焼き色：ふつう」を設定するとき

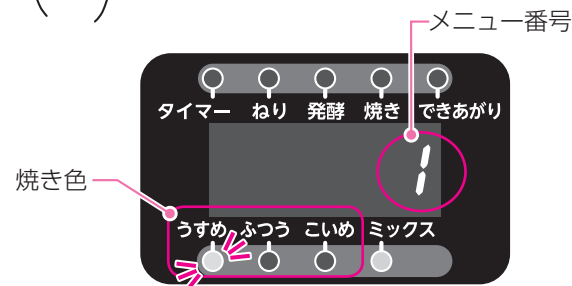


①メニュー番号：1を選ぶ



②焼き色を「ふつう」に設定する

■ふつう▶こいめ▶うすめ…の順で選択できます。



6 「スタートキー」を押す

- ねりのランプが点滅し、ねりが始まります。



※表示はできあがりまでの残り時間です。
ミックスコールドあり『ミックスランプ』点灯
ミックスコールドなし『ミックスランプ』消灯

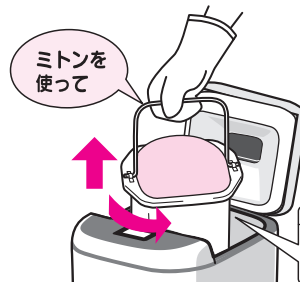
※ミックスコールドをならさないときは、ミックスキーを押し、ミックスランプを消します。
※使いはじめは煙やにおいが出ることがありますが、次第に出なくなります。

できあがり

7 ブザーがなったら「取消キー」を押し、パンケースをすぐ取り出す



- できあがりのランプが点滅します。

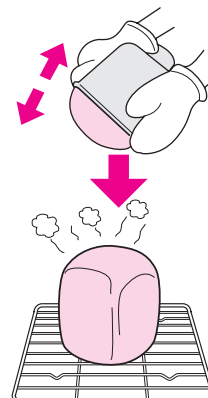


- ミトンを使って、パンケースを「開」方向に回して取り出します。

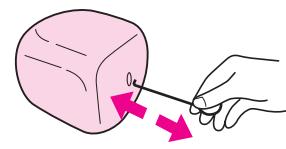
注意

- パンを取り出すときは必ずミトンなどを使う。やけどの原因になることがあります。特にお子様にはご注意ください。

8 パンを取り出す

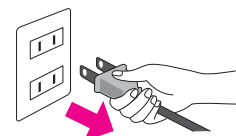


- ① パンケースを逆さに持ち上下に数回強くふり、パンを取り出します。
- ② パンの中に羽根が入った時は、羽根取り出し金具をつかってパンの中から羽根を取り出します。



- ③ しばらく網の上などにのせ、冷まします。

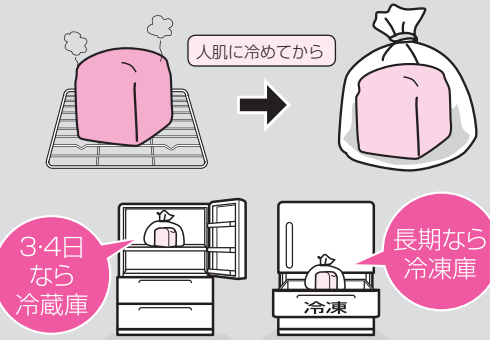
9 電源プラグを抜く



山形パンメニュー

焼き上がったパンの保存について

- すぐに取り出し、蒸気を逃してください。
- 人肌程度に冷めたらラップで包むか、ビニール袋に入れて乾燥を防いでください。
- パンを切るときは、人肌に冷めてからパン切りナイフを使って切ってください。
- 3～4日程度ならラップで包むか、ビニール袋に入れて冷蔵庫で保存してください。
- 長期保存のときは同じようにして冷凍庫で保存してください。



レシピの見かた ■ 材料は正確にはかってください。

タイマーOK! タイマー予約ができます。

★ ミックスコールで入れる材料。

カロリー表示

1斤の $\frac{1}{6}$ 切あたりのカロリーを表示しています。

■ バターのかわりに同じ分量のマーガリンを使うことができます。

食パン・早焼きパン

メニュー番号 1・2



■ 食パンと早焼きパンではドライイーストの分量がちがいます。

食パン（基本のレシピ）

タイマーOK!

材 料	213kcal		
水	190ml		
強力粉	280g		
砂糖	20g	大 $2\frac{1}{2}$	
塩	4g	小 $\frac{3}{4}$	
バター	20g		
スキムミルク	6g	大 1	
ドライイースト	2.4g	小 $\frac{3}{4}$	
早焼きパンの場合			
ドライイースト	4g	小 $1\frac{1}{4}$	

カレー粉パン

タイマーOK!

材 料	213kcal		
水	190ml		
強力粉	280g		
砂糖	20g	大 $2\frac{1}{2}$	
塩	4g	小 $\frac{3}{4}$	
バター	20g		
スキムミルク	6g	大 1	
カレー粉	9g	大 $1\frac{1}{2}$	
ドライイースト	2.4g	小 $\frac{3}{4}$	
早焼きパンの場合			
ドライイースト	4g	小 $1\frac{1}{4}$	

にんじんパン

材 料	216kcal		
水	150ml		
強力粉	280g		
砂糖	20g	大 $2\frac{1}{2}$	
塩	4g	小 $\frac{3}{4}$	
バター	20g		
スキムミルク	6g	大 1	
すりおろしたにんじん(軽く水気を切る)	50g		
ドライイースト	2.4g	小 $\frac{3}{4}$	
早焼きパンの場合			
ドライイースト	4g	小 $1\frac{1}{4}$	

レーズンパン

材 料	239kcal		
水	190ml		
強力粉	280g		
砂糖	20g	大 $2\frac{1}{2}$	
塩	4g	小 $\frac{3}{4}$	
バター	20g		
スキムミルク	6g	大 1	
★レーズン	50g		
ドライイースト	2.4g	小 $\frac{3}{4}$	
早焼きパンの場合			
ドライイースト	4g	小 $1\frac{1}{4}$	

オレンジパン

材 料	234kcal		
水	190ml		
強力粉	280g		
砂糖	16g	大 2	
塩	4g	小 $\frac{3}{4}$	
バター	20g		
スキムミルク	6g	大 1	
オレンジピール(細かくきざむ)	50g		
ドライイースト	2.4g	小 $\frac{3}{4}$	
早焼きパンの場合			
ドライイースト	4g	小 $1\frac{1}{4}$	

かぼちゃパン

材 料	216kcal		
水	160ml		
強力粉	280g		
砂糖	20g	大 $2\frac{1}{2}$	
塩	4g	小 $\frac{3}{4}$	
バター	20g		
スキムミルク	6g	大 1	
ゆでたかぼちゃ(つぶす)	50g		
ドライイースト	2.4g	小 $\frac{3}{4}$	
早焼きパンの場合			
ドライイースト	4g	小 $1\frac{1}{4}$	

コーヒージャワパン

材 料	263kcal		
水	190ml		
強力粉	280g		
砂糖	20g	大 $2\frac{1}{2}$	
塩	4g	小 $\frac{3}{4}$	
バター	15g		
スキムミルク	6g	大 1	
インスタントコーヒー	3g	大 1	
★くるみ(5mm 角にきざむ)	50g		
ドライイースト	2.4g	小 $\frac{3}{4}$	
早焼きパンの場合			
ドライイースト	4g	小 $1\frac{1}{4}$	

コーンパン

材 料	216kcal		
水	160ml		
強力粉	280g		
砂糖	12g	大 $1\frac{1}{2}$	
塩	4g	小 $\frac{3}{4}$	
バター	20g		
スキムミルク	6g	大 1	
水きりした缶詰めコーン(つぶ状)	50g		
ドライイースト	2.4g	小 $\frac{3}{4}$	
早焼きパンの場合			
ドライイースト	4g	小 $1\frac{1}{4}$	

野菜パン

材 料	222kcal		
水	50ml		
野菜ジュース	100ml		
強力粉	280g		
砂糖	12g	大 $1\frac{1}{2}$	
塩	4g	小 $\frac{3}{4}$	
バター	20g		
スキムミルク	6g	大 1	
冷凍ミックスベジタブル(解凍し水を切る)	60g		
ドライイースト	2.4g	小 $\frac{3}{4}$	
早焼きパンの場合			
ドライイースト	4g	小 $1\frac{1}{4}$	

ほうれんそう&ベーコンパン

材 料	227kcal		
水	160ml		
強力粉	280g		
砂糖	16g	大 2	
塩	4g	小 $\frac{3}{4}$	
バター	20g		
スキムミルク	6g	大 1	
ゆでたほうれんそう(細かくきざむ)	40g		
ベーコン	20g		
粗びきしょう	1g	小 $\frac{1}{2}$	
ドライイースト	2.4g	小 $\frac{3}{4}$	
早焼きパンの場合			
ドライイースト	4g	小 $1\frac{1}{4}$	

山形パンメニュー

食パン・早焼きパン

メニュー番号 1・2



■食パンと早焼きパンではドライイーストの分量がちがいます。

ミルクリッチパン

材 料	229kcal	
水	70ml	
牛乳（水と同じ温度にする）	110ml	
強力粉	280g	
塩	4g	小 ¾
バター	20g	
加糖練乳	40g	
ドライイースト	2.4g	小 ¾
早焼きパンの場合 ドライイースト	4g	小 1 ¼

ヨーグルトパン

材 料	216kcal	
水	140ml	
プレーンヨーグルト（水と同じ温度にする）	60g	
強力粉	280g	
はちみつ	20g	
塩	4g	小 ¾
バター	20g	
スキムミルク	6g	大 1
ドライイースト	2.4g	小 ¾
早焼きパンの場合 ドライイースト	4g	小 1 ¼

塩糰パン

メニュー番号：3



■塩糰はマルコメ株式会社「生塩糰」をおすすめします。その他の塩糰を使うときは塩分が 10 ～ 13% の塩糰をお選びください。

■塩糰を使うとパンがふっくらふくらみ、軽い食感になります。

※塩糰パンは予約
できません。



塩糰パン（基本のレシピ）

材 料	209kcal	1 斤
水	180ml	
塩糰	15g	
強力粉	280g	
砂糖	16g	大 2
塩	2g	小 ½
バター	15g	
スキムミルク	6g	大 1
ドライイースト	2.4g	小 ¾

黒糖くるみパン

材 料	264kcal	1 斤
水	180ml	
塩糰	15g	
強力粉	280g	
黒糖（水に加えて溶かす）	16g	大 2
塩	2g	小 ½
バター	15g	
スキムミルク	6g	大 1
ドライイースト	2.4g	小 ¾
★くるみ（5mm 角にきざむ）	50g	

ウィンナーパン

材 料	235kcal	1 斤
水	180ml	
塩糰	15g	
強力粉	280g	
砂糖	16g	大 2
塩	2g	小 ½
バター	15g	
スキムミルク	6g	大 1
ドライイースト	2.4g	小 ¾
★ウィンナー（5mm 幅に切る）※	50g	
★黒こしょう※	1g	小 ½

※炒めてさましておく。

抹茶ホワイトチョコパン

材 料	249kcal	1 斤
水	185ml	
塩糰	15g	
強力粉	280g	
抹茶	6g	大 1
砂糖	12g	大 1 ½
塩	2g	小 ½
バター	15g	
スキムミルク	6g	大 1
ドライイースト	2.4g	小 ¾
★ホワイトチョコチップ	40g	

ごはんのパンレシピ

メニュー番号：4



■ごはんは炊飯後、冷ましてからお使いください。冷凍、冷蔵したごはんは温め直してから室温まで冷ましてください。

■ごはんの水を加えた温度が、室温に適した温度であるか確認してください。（P.9 参照）
夏場など室温が高いときは、パンケースごと冷蔵庫で冷やしてください。

※ごはんのパンは
予約できません。



ごはんのパン（基本のレシピ）

材 料	220kcal	
ごはん	100g	
水	150ml	
強力粉	250g	
砂糖	20g	大 2 ½
塩	4g	小 ¾
バター	20g	
スキムミルク	6g	大 1
ドライイースト	2.4g	小 ¾

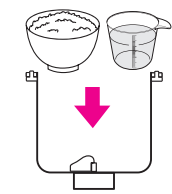
カロリー表示

1 斤の ¼ 切あたりのカロリーを表示しています。

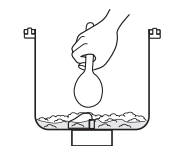
材料・本体の準備

1 本体からパンケースを取り出し羽根をセットする。

2 パンケースに材料を入れる。



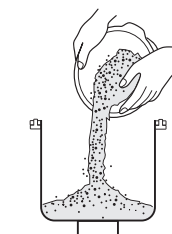
① ごはんと水をパンケースに入れます。



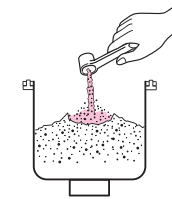
② しゃもじなどでごはんをよくほぐします。



■ 30 分～ 1 時間水に浸しておくと、ごはん粒が
つぶれやすくなり、粒残りの少ないできあがり
になります。
■ 金属スプーン、フォークはパンケースを傷める
ので使わないでください。



③ ドライイースト以外の材料を
入れます。



④ 材料の中央に小さなくぼみをあ
け、ドライイーストを水にふれ
ないように入れます。

3 パンケースを本体に入れて本体のふたをする。

4 電源プラグをコンセントに差し込む。

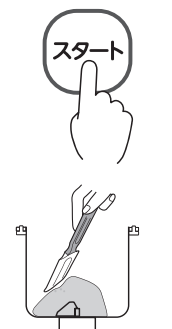
5 メニューを設定する。



1 メニュー番号：4 を選ぶ

2 焼き色を「ふつう」に設定する
■ ふつう ▶ こいめ ▶ うすめ…
の順で選択できます。

6 スタートキーを押す。



① スタートから 5 分後「お知らせ
ブザー」がなったら、ふた
を開けて粉落しをします。

② ゴムへらで材料を中央に寄
せ、パンケース側面に残った
粉を落とし、ふたをします。

■ お知らせブザーから 5 分後に再スタートの
ブザーがなり、ねりがはじまります。
5 分以内におこなってください。



■ ごはんの量によって粉っぽさが残りますが、水は加
えないでください。

7 ～ 9 までは『焼き上げまでの使用方法』
（P.14）と同じです。

山形パンメニュー

基本のレシピに追加して・・・

レーズン ごはんのパン

246kcal

★レーズン

50g

くるみ ごはんのパン

276kcal

★くるみ

50g

甘納豆 ごはんのパン

265kcal

★甘納豆

50g

ごま ごはんのパン

234kcal

いりごま

14g

大 2

※甘納豆はやわらかいため、粒のまま残りません。

※いりごまははじめから加えます。

混ぜるごはんをかえて・・・

玄米ごはんのパン

220kcal

100g

160ml

250g

20g

4g

20g

6g

2.4g

大 2½

小 ¾

雑穀ごはんのパン

222kcal

100g

150ml

250g

20g

4g

20g

6g

2.4g

大 2½

小 ¾

※玄米は炊飯後冷ましてお使いください。やわらかく炊けた玄米を使うときは水を 10ml 減らしてください。

※雑穀ごはんは白米 2 ～ 3 合に市販の雑穀ミックスを 25 ～ 30g 加えて炊飯します。

やわらかパンレシピ

メニュー番号：5

やわらかパン (基本のレシピ)

219kcal

180ml

280g

16g

4g

30g

2.4g

大 2

小 ¾

フルーツミックスパン

239kcal

180ml

280g

16g

4g

25g

50g

2.4g

大 2

小 ¾

フランスパンレシピ

メニュー番号：6

フランスパン (基本のレシピ)

181kcal

200ml

280g

4g

4g

5g

2.4g

大 ½

小 ¾

ライ麦パン

180kcal

200ml

260g

20g

4g

4g

5g

2.4g

大 ½

小 ¾

ごまパン

195kcal

200ml

280g

4g

4g

5g

14g

2.4g

大 ½

小 ¾

ビールパン

194kcal

200ml

180g

100g

4g

4g

5g

2.4g

大 ½

小 ¾

ふすまパン

184kcal

200ml

280g

4g

4g

5g

10g

2.4g

大 ½

小 ¾

胚芽パン

185kcal

200ml

280g

4g

4g

5g

10g

2.4g

大 ½

小 ¾

※ふすまは健康食品を扱っているお店などで購入することができます。

（ふすまは、小麦の種皮の部分をひいたものです。食物繊維）が豊富に含まれています。

※炒らないで使うとパンがつぶれます。

※小麦胚芽は必ず炒ります。

※小麦胚芽は健康食品を扱っているお店などで購入することができます。

全粒粉パンレシピ

メニュー番号：7

- 他のパンと比べて重く小さめのパンになります。
- 砂糖のかわりに同じ分量の黒糖（粉状）または三温糖を使うことができます。
- 苦味、エグ味、ふすま臭の少ない国産全粒粉がおすすめです。

全粒粉パン (基本のレシピ)

198kcal

200ml

140g

140g

16g

4g

15g

6g

2.4g

大 2

小 ¾

レーズン全粒粉パン

225kcal

200ml

140g

140g

16g

4g

15g

50g

6g

2.4g

大 2

小 ¾

山形パンメニュー

全粒粉パンレシピ

メニュー番号：7

ハニー全粒粉パン

タイマー
OK!

材 料	202kcal		
水	190ml		
全粒粉（パン用）	140g		
強力粉	140g		
はちみつ	30g		
塩	4g	小 ¼	
バター	15g		
スキムミルク	6g	大 1	
ドライイースト	2.4g	小 ¼	

30%全粒粉パン

タイマー
OK!

材 料	202kcal		
水	200ml		
全粒粉（パン用）	80g		
強力粉	200g		
砂糖	16g	大 2	
塩	4g	小 ¼	
バター	15g		
スキムミルク	6g	大 1	
ドライイースト	2.4g	小 ¼	

スイートパンレシピ

メニュー番号：8

スイートパン（基本のレシピ）

材 料	250kcal		
水	130ml		
卵（M サイズ）	50g	1 個	
強力粉	250g		
薄力粉	30g		
砂糖	36g	大 4 ½	
塩	4g	小 ¼	
バター	30g		
スキムミルク	6g	大 1	
ドライイースト	2.4g	小 ¼	

紅茶パン

材 料	250kcal		
紅茶（こいめに入れて冷ます）	130ml		
卵（M サイズ）	50g	1 個	
強力粉	250g		
薄力粉	30g		
砂糖	36g	大 4 ½	
塩	4g	小 ¼	
バター	30g		
スキムミルク	6g	大 1	
紅茶の葉（細かいもの）	1.5g	小 1	
ドライイースト	2.4g	小 ¼	

バナナパン

材 料	255kcal		
水	70ml		
卵（M サイズ）	50g	1 個	
強力粉	250g		
薄力粉	30g		
砂糖	24g	大 3	
塩	4g	小 ¼	
バター	30g		
スキムミルク	6g	大 1	
バナナ（つぶす）	90g		
シナモン	1g	小 1	
ドライイースト	2.4g	小 ¼	

ココアパン

材 料	272kcal		
水	150ml		
卵（M サイズ）	50g	1 個	
強力粉	250g		
薄力粉	30g		
ココア（無糖）	12g	大 2	
砂糖	24g	大 3	
塩	4g	小 ¼	
バター	20g		
スキムミルク	6g	大 1	
★チョコレートチップ	40g		
ドライイースト	2.4g	小 ¼	

パン生地づくりの使用法

■ フランスパンやバターロールなど、手づくりパンをつくときの生地づくりとして使います。

ねり	30 分（固定）
発酵	20 分～ 1 時間 20 分（初期設定 20 分）

※パン生地づくりはタイマー予約できません。

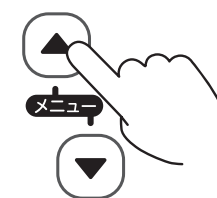
本体の準備

- 1 本体からパンケースを取り出し羽根をセットする。
- 2 パンケースに材料を入れる。
- 3 パンケースを本体に入れて本体のふたをする。
- 4 電源プラグをコンセントに差し込む。

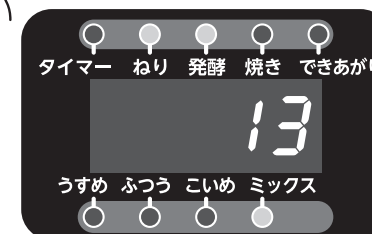
設定

「ねり + 発酵時間：1 時間」に設定するとき

1 メニューを設定する



■メニュー番号：13 を選びます。



2 ねり+発酵時間を設定する



- ▲ ▷ 5 分単位で進む
- ▼ ▷ 5 分単位で戻る

■タイマーキーで 1 時間に設定します。

※ねり + 発酵時間を 1 時間に設定する場合、ねり時間 30 分（固定）、発酵時間 30 分になります。



スタート

3 「スタートキー」を押す

■ねりのランプが点滅し、ねりが始まります。



※表示はできあがりまでの残り時間です。
ミックスコールあり『ミックスランプ』点灯

4 ブザーがなったら「取消キー」を押し、パンケースを取り出す

■できあがりのランプが点灯します。



■生地は取り出さないまま放置すると、発酵しすぎてパンがうまくできない場合があります。

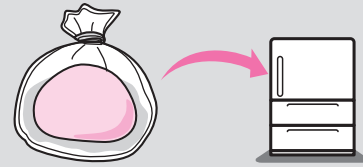
5 電源プラグを抜く

パン生地づくりメニュー

生地の保存について

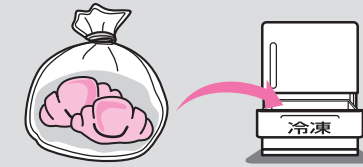
冷蔵保存の方法（12 時間まで）

- できあがった後、すぐに生地を軽く丸め直し 2 重のポリ袋に入れ、口をしっかりとしばって冷蔵庫に入れてください。使うときは手のひらで軽くつぶし、丸め直してから使います。



冷凍保存の方法（1 ヶ月くらいまで）

- 成形をした後、短め（20 ～ 30 分）に発酵させてからバットに並べ、ラップをして冷凍します。凍ったものはビニール袋にまとめて保存できます。焼くときは自然解凍または 30 ～ 35℃ で解凍してから、170 ～ 200℃ に予熱したオーブンで焼いてください。



レシピの見かた ■材料は正確にはかってください。

★ ミックスコールで入れる材料。

カロリー表示

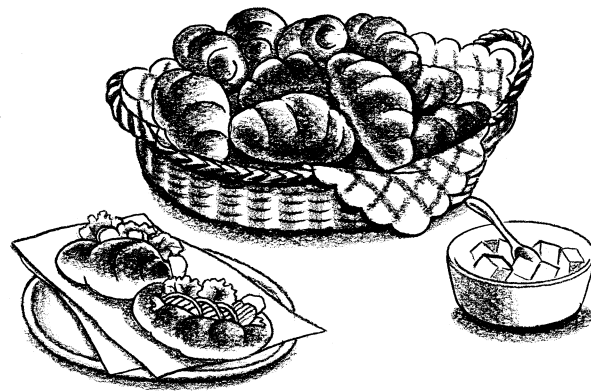
1 個あたりのカロリーを表示しています。

- バターのかわりに同じ分量のマーガリンを使うことができます。

バターロール

メニュー番号：13

設定時間：1 時間 15 分（発酵時間：45 分）

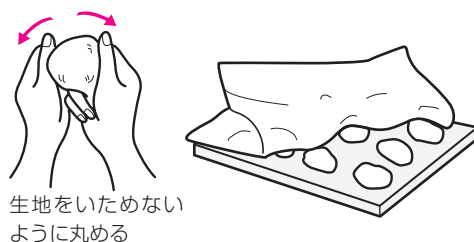


バターロール

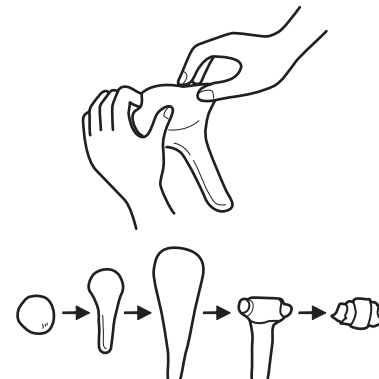
材 料	129kcal	12 個分
水		140ml
卵（M サイズ）		25g ½ 個
強力粉		280g
砂糖		28g 大 3½
塩		4g 小 ¾
バター		40g
スキムミルク		6g 大 1
ドライイースト		4.8g 小 1½
とき卵		25g ½ 個

※打ち粉は強力粉をお使いください。

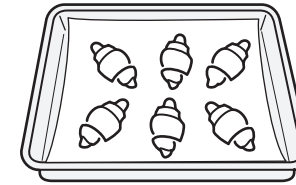
- 1 打ち粉を軽くふった台の上に生地を取り出します。生地をスクッパーで 12 等分して軽く丸め、かたくしぼったぬれふきんをかけて約 10 分休ませます。
- 2 丸い生地をころがして円すい形にします。約 5 分休ませたあと、めん棒でうすくのぼしてしずく形にします。
- 3 幅の広い方から巻きます。



生地をいためないように丸める

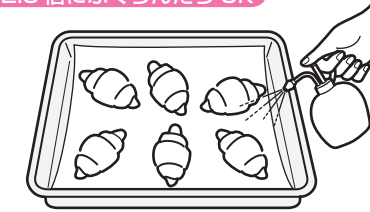


- 4 クッキングシートを敷いたオープン皿に、巻き終わりを下にして並べます。

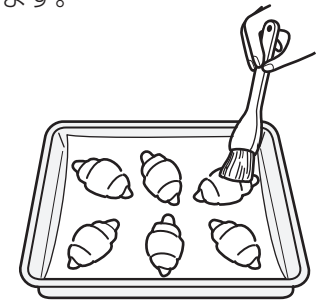


- 5 表面が乾かないように霧吹きをし、32 ～ 35℃ に保ったオーブンで 30 ～ 40 分発酵させます。

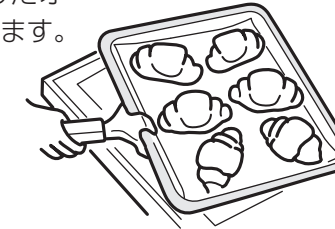
2～2.5 倍にふくらんだら OK



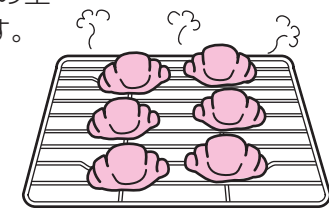
- 6 生地の表面にとき卵をぬります。



- 7 180 ～ 190℃ に予熱したオーブンで 10 ～ 15 分焼きます。



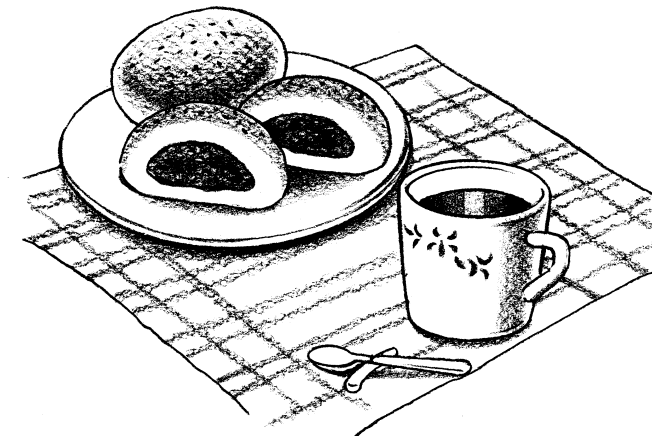
- 8 焼き上がったら網の上において冷まします。



あんパン

メニュー番号：13

設定時間：1 時間 15 分（発酵時間：45 分）



あんパン

材 料	168kcal	12 個分
水		140ml
卵（M サイズ）		25g ½ 個
強力粉		280g
砂糖		28g 大 3½
塩		4g 小 ¾
バター		40g
スキムミルク		6g 大 1
ドライイースト		4.8g 小 1½
あん		300g
けしの実		少々
とき卵		25g ½ 個

※打ち粉は強力粉をお使いください。

- 1 の手順はバターロールと同じですが生地は約 20 分休ませてください。
- 2 めん棒で丸くのぼし、あんを包みます。
- 3 クッキングシートを敷いたオープン皿に、閉じ口を下にして並べます。
- 4 とき卵をぬり、けしの実を付け、180 ～ 190℃ に予熱したオーブンで 10 ～ 15 分焼きます。

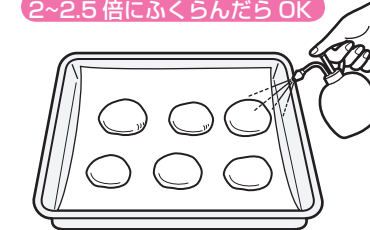


生地をしぼってあんを包んで丸める

つまみ終わりをしっかり閉じる

霧吹きをし、32 ～ 35℃ に保ったオーブンで 30 ～ 40 分発酵させます。

2～2.5 倍にふくらんだら OK



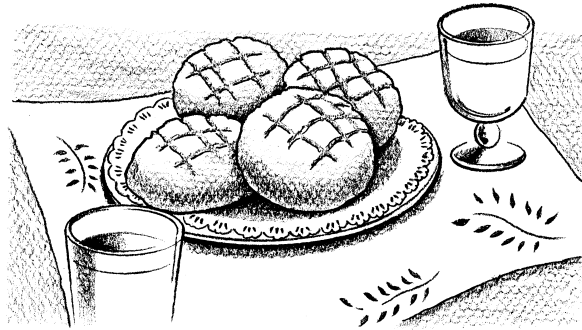
けしの実を付けてオープンへ



パン生地づくりメニュー

メロンパン

メニュー番号：13
設定時間：1 時間 15 分（発酵時間：45 分）



メロンパンの皮のつくり方

- ① バターをクリーム状にねり、砂糖を少しずつ加えながらよく混ぜます。
- ② 白っぽくなったら、卵・バニラエッセンスを加えてよく混ぜます。
- ③ 合わせてふるった薄力粉とベーキングパウダーを入れて混ぜます。ラップに包んで冷蔵庫で約 20 分休ませます。

メロンパン

材 料	302kcal	12 個分
水		140ml
卵 (M サイズ)		25g ½ 個
強力粉		280g
砂糖		28g 大 3½
塩		4g 小 ¾
バター		40g
スキムミルク		6g 大 1
ドライイースト		4.8g 小 1½

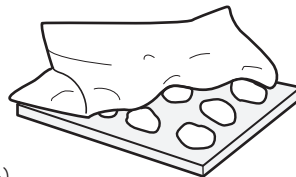
メロンパンの皮		
バター	100g	
砂糖	80g	
卵 (M サイズ)	50g	1 個
バニラエッセンス	少々	
薄力粉	230g	
ベーキングパウダー (合わせてふるう)	3g	
グラニュー糖	適量	

※打ち粉は強力粉をお使いください。

- ① 打ち粉を軽くふった台の上に生地を取り出します。生地をスクッパーで 12 等分して軽く丸め、かたくしぼったぬれふきんをかけて 10～15 分休ませます。
- ② メロンパンの皮を 12 等分して丸めます。ラップの上にのせ、手のひらで押し直径約 12cm の大きさにのばします。
- ③ ①の生地を軽く手のひらでつぶして丸め直します。丸め直した生地を②の皮で底の部分を残して包みます。ラップごと手に持って包むときれいに包めます。



生地をいためないように丸める



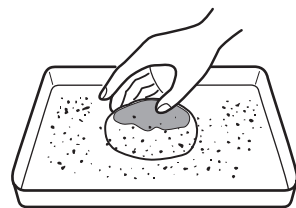
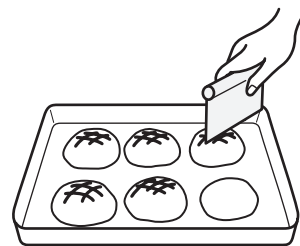
ラップ



手につくのでラップのままで

ラップのまま形をととのえて

- ④ スクッパーでスジをつけ、グラニュー糖をまぶします。

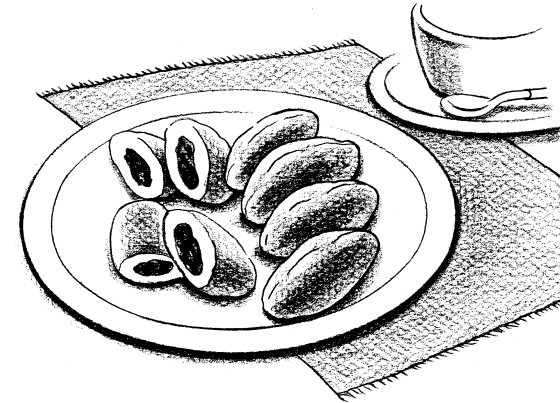


- ⑤ クッキングシートを敷いたオーブン皿に④を並べます。

霧吹きをし、32～35℃に保ったオーブンで、30～40 分発酵させます。180～190℃に予熱したオーブンで 10～15 分焼きます。

ピロシキ

メニュー番号：13
設定時間：1 時間 15 分（発酵時間：45 分）



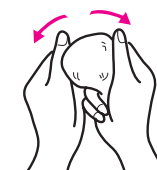
ピロシキ

材 料	294kcal	10 個分
水		180ml
強力粉		280g
砂糖		16g 大 2
塩		4g 小 ¾
バター		15g
スキムミルク		6g 大 1
ドライイースト		4.8g 小 1½

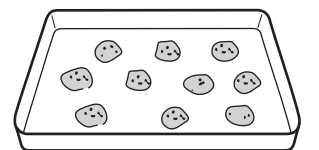
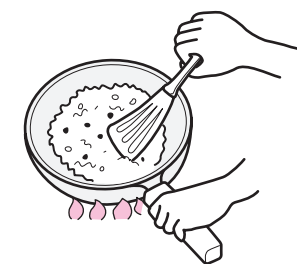
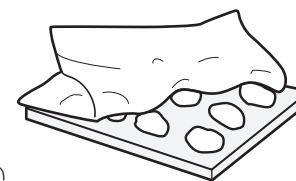
具		
ひき肉	100g	
玉ねぎ (みじん切り)	150g	小 1 個
ゆで卵 (みじん切り)	100g	2 個
春雨 (ゆでて短く切る)	30g	
グリーンピース	30g	
バター	25g	
塩・こしょう	適量	
揚げ油	適量	

※打ち粉は強力粉をお使いください。

- ① 打ち粉を軽くふった台の上に生地を取り出します。生地をスクッパーで 10 等分して軽く丸め、かたくしぼったぬれふきんをかけて約 15 分休ませます。
- ② 玉ねぎをバターで炒め、ひき肉・ゆで卵を加えます。春雨・グリーンピースを加えてさらに炒め、塩・こしょうで味をととのえます。
- ③ 具は冷めたら、10 等分して丸めておきます。



生地をいためないように丸める



- ④ 生地をめん棒で、だ円形にのばします。

③の具をのせ、ふちに水を付けてしっかり閉じます。

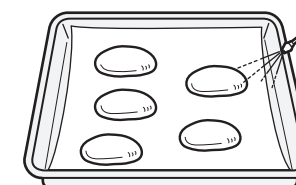


ふちはしっかり閉じる

- ⑤ クッキングシートを敷いたオーブン皿に④を並べます。

霧吹きをし、32～35℃に保ったオーブンで、30～40 分発酵させます。

2～2.5 倍にふくらんだら OK



- ⑥ 約 170℃に熱した油でキツネ色になるまで揚げます。



パン生地づくりメニュー

胚芽パン

メニュー番号：13
設定時間：1 時間 15 分（発酵時間：45 分）

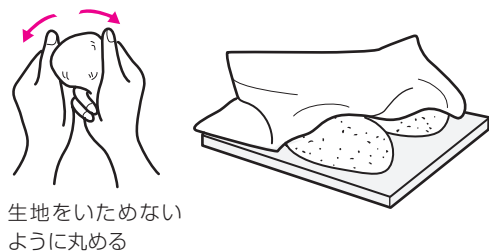


胚芽パン

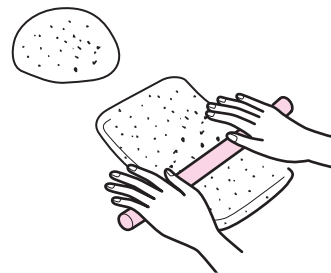
材 料	578kcal	2 本分
水		170ml
強力粉		260g
小麦胚芽（炒って冷ます）		20g
砂糖		8g 大 1
塩		4g 小 ¾
バター		12g
スキムミルク		6g 大 1
ドライイースト		4.8g 小 1½

※打ち粉は強力粉をお使いください。

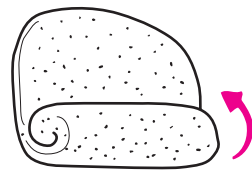
- 1 打ち粉を軽くふった台の上に生地を取り出します。生地をスクーパーで2等分して軽く丸め、かたくしぼったぬれふきんをかけて約15分休ませます。



- 2 生地をめん棒で細長くのばします。



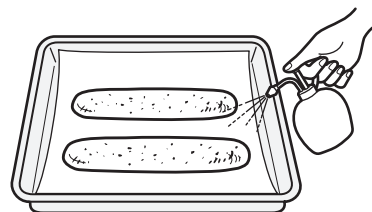
- 3 生地を縦長に置いて、手前から巻いていきます。巻き終わりをつまみます。



- 4 クッキングシートを敷いたオーブン皿に並べます。

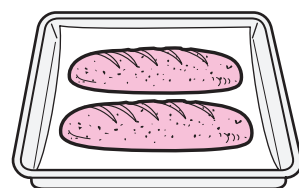
霧吹きをし、32～35℃に保ったオーブンで約40分発酵させます。

2～2.5 倍にふくらんだら OK



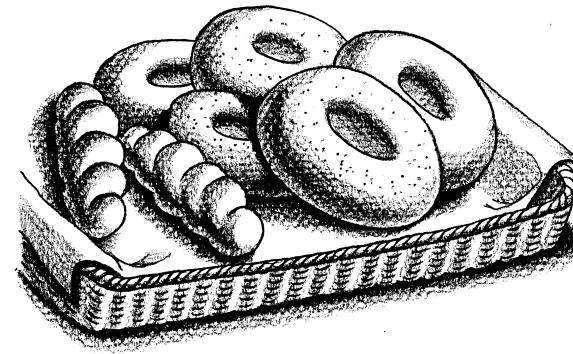
- 5 カミソリでななめの切れ目を5～6本入れます。

約220℃に予熱したオーブンで25～30分焼きます。



ドーナツ

メニュー番号：13
設定時間：1 時間 15 分（発酵時間：45 分）



ドーナツ

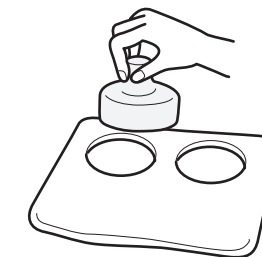
材 料	178kcal	
水	140ml	
卵（M サイズ）	25g	½ 個
強力粉	280g	
砂糖	28g	大 3½
塩	4g	小 ¾
バター	40g	
スキムミルク	6g	大 1
ドライイースト	4.8g	小 1½
粉砂糖	適量	
揚げ油	適量	

※打ち粉は強力粉をお使いください。

- 1 打ち粉を軽くふった台の上に生地を取り出します。生地をめん棒で約5mmの厚さになるまでのばします。

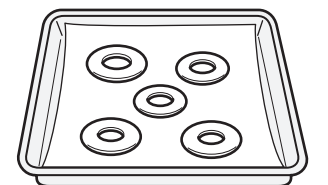


- 2 内側に軽く打ち粉をふったドーナツ形で型抜きします。

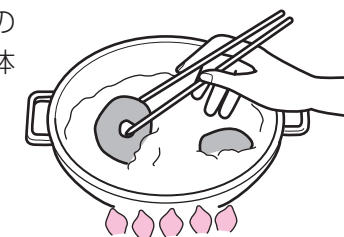


- 3 クッキングシートを敷いたオーブン皿に並べ32～35℃に保ったオーブンで30～40分発酵させます。

2～2.5 倍にふくらんだら OK



- 4 160～170℃に熱した揚げ油の中に1個ずつずかに入れて、全体がキツネ色になるまで揚げます。

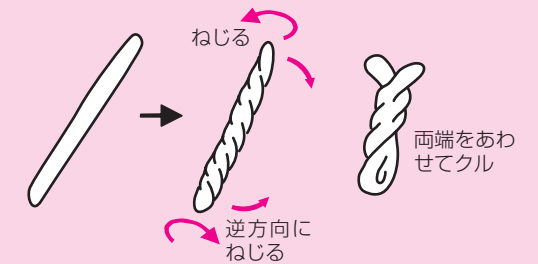
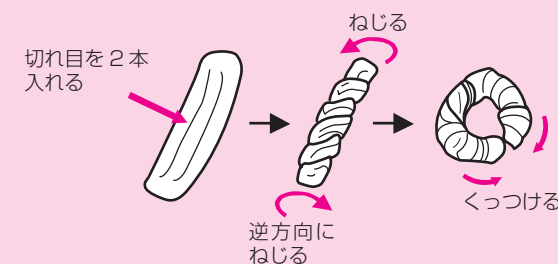


※油の温度は生地を残りを入れて、すぐ浮いてくるのが適温です。

- 5 油をよく切り、粉砂糖をふりかけて仕上げます。



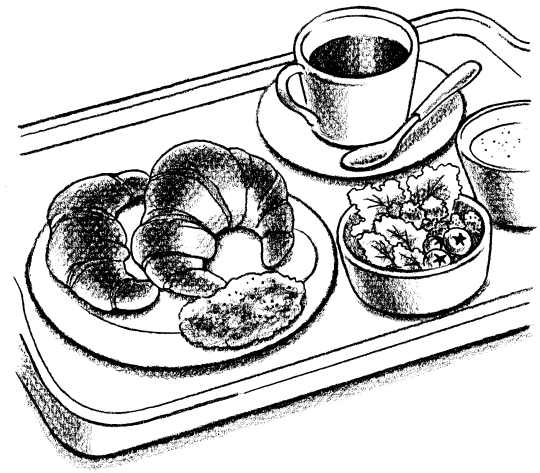
ドーナツのいろいろ



パン生地づくりメニュー

クロワッサン

メニュー番号：13
設定時間：1 時間 15 分（発酵時間：45 分）

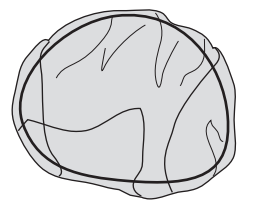


クロワッサン

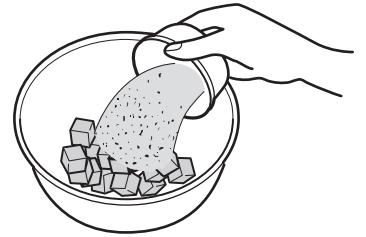
材 料	182kcal	12 個分
水		150ml
卵（M サイズ）		25g ½ 個
強力粉		180g
薄力粉		100g
砂糖		16g 大 2
塩		4g 小 ¾
バター		20g
スキムミルク		6g 大 1
ドライイースト		6.4g 小 2
折り込み用バター（1cm 角に切る）		100g
薄力粉		20g
とき卵		25g ½ 個

※打ち粉は強力粉をお使いください。

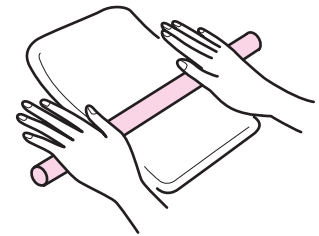
- 1** パンケースから取り出した生地を丸め直し、ラップをして冷蔵庫で約 30 分休ませます。
- 2** 折り込み用バターに薄力粉をふるって加え、よくもみ込み冷蔵庫に入れておきます。
- 3** **1** の生地を縦 35cm × 横 25cm の長方形にのばします。



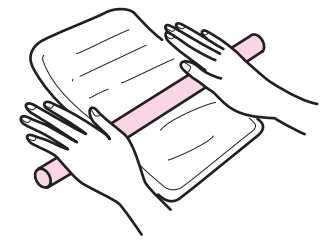
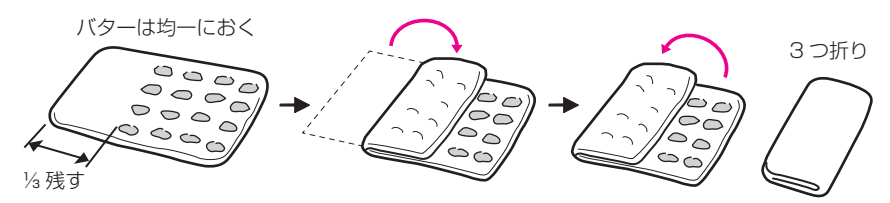
粉をよくもみ込みます。



生地がベタつくときは、打ち粉をします。

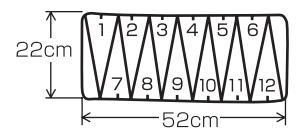
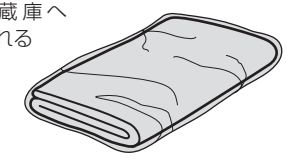


- 4** **2** のバターを親指大につまみ、のばした生地の $\frac{2}{3}$ の部分に等間隔にのせます。
- バターがのっていない $\frac{1}{3}$ の部分を折ります。次にバターがのっている $\frac{1}{3}$ の部分を折り重ね、3 つ折りにします。
- ラップに包み冷蔵庫で 30 分以上冷やします
- 5** 幅の狭い方が手前になるように置きます。めん棒で生地をのばし、縦 35cm × 横 25cm の長方形にのばします。

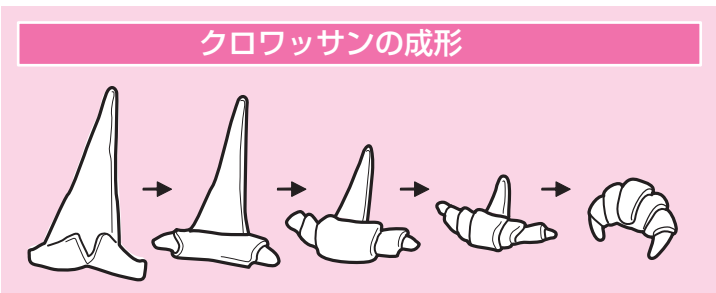


- 6** のばした生地を **4** と同様に 3 つ折りにし、ラップをして冷蔵庫で 30 分以上休ませます。
- 7** 十分に冷やした生地を 22cm × 52cm のできるだけきれいな長方形にのばします。
- 8** 長方形の長い辺に端から 4cm 間隔で切れ目を入れます。上下の辺の切れ目をひとつずつずらして結び二等辺三角形になるように分割します。
- 5～6** をもう一回くり返します。（生地をのばすときは、必ず幅の狭い方が手前になるように置きます。）
- 生地がやわらかくなりすぎた場合はラップをして冷蔵庫で 20 ～ 30 分休ませてから再びのばします。

冷蔵庫へ入れる

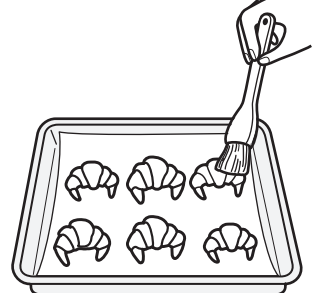
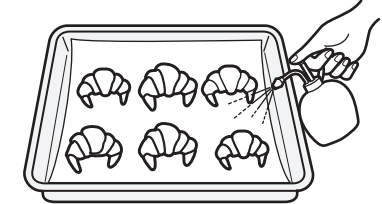


- 9** 三角形の底辺に 1cm の切り込みを入れ、両端を左右にひっぱりながら巻き始めます。
- 10** 細い方を軽くひっぱりながら巻きます。



- 11** クッキングシートを敷いたオープン皿に並べます。
- 12** とき卵をぬり、約 210℃ に予熱したオーブンで 10 ～ 15 分焼きます。
- 霧吹きをし、約 25℃ で約 1 時間発酵させます。

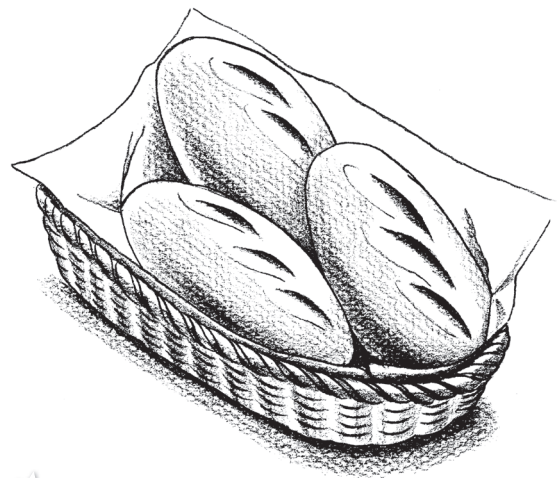
2～2.5 倍にふくらんだら OK



パン生地づくりメニュー

フランスパン

メニュー番号：13
設定時間：1 時間 30 分（発酵時間：1 時間）



フランスパン

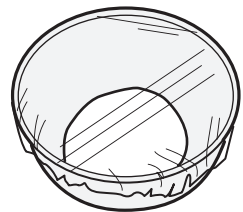
材 料	272kcal	4 個分
水		180ml
強力粉		200g
薄力粉		80g
砂糖		4g 大 ½
塩		4g 小 ¾
バター		5g
レモン汁		少々
ドライイースト		2.4g 小 ¾



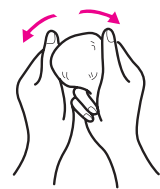
- フランスパンの生地は、砂糖や油脂が少なく傷みやすいので、できるだけやさしく扱います。
- ガス抜きは、手のひらでたたく程度にして抜きすぎないようにします。
- 時間をかけてゆっくり発酵させます。温度が高いと生地がだれて扱いにくくなります。

※打ち粉は強力粉をお使いください。

1 バターをぬったボウルに生地を取り出し、ラップをして約 28℃ の場所で約 30 分休ませます。

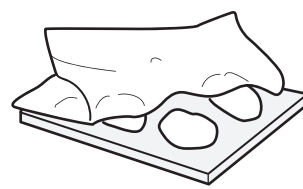


2 手のひらで軽くたたいてガス抜きをした生地をスクッパーで 4 等分します。生地を傷めないように手のひらでやさしく丸めます。

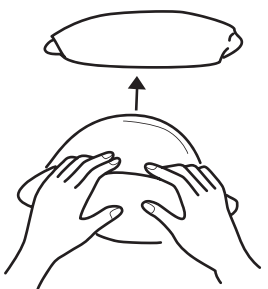


生地をいためないように丸める

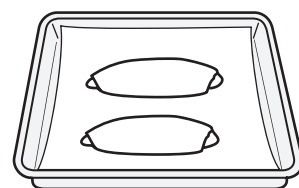
3 かたくしぼったぬれふきんをかけて 20 ～ 30 分休ませます。



4 生地を手のひらで軽くたたいてだ円形にのばします。手前から両手で少しずつ、くるくる巻いて巻き終わりをしっかりつまみます。

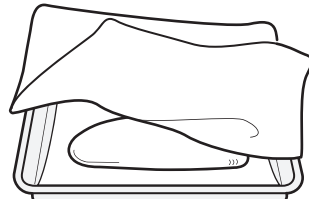


5 クッキングシートを敷いたオーブン皿に巻き終わりを下にして並べます。



6 かたくしぼったぬれふきんをかけて室温で約 1 時間ゆっくり発酵させます。寒い季節は約 28℃ を保てるように発酵させます。

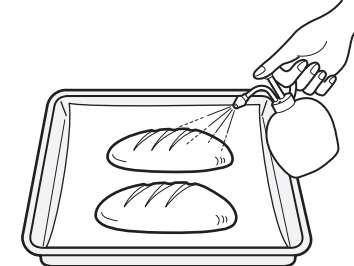
2～2.5 倍にふくらんだら OK



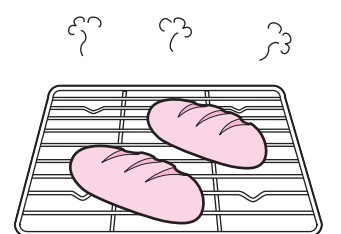
7 カミソリでななめに 3 ～ 4mm の深さの切れ目を 3 本入れます。



8 約 200℃ に予熱したオーブンに生地を入れ、オーブン内と生地にたっぷりと霧吹きをし、30 ～ 35 分焼きます。

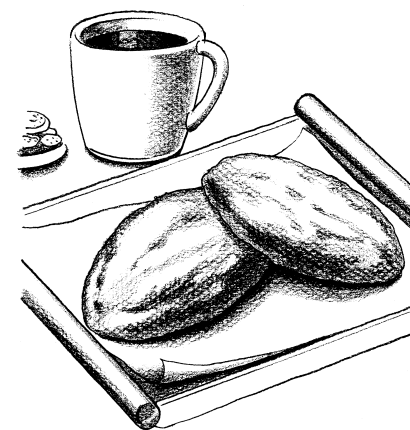


9 焼き上がったら網の上に置いて冷まします。



チーズフランス

メニュー番号：13
設定時間：1 時間 30 分（発酵時間：1 時間）

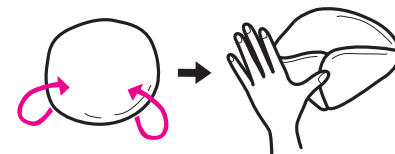


チーズフランス

材 料	249kcal	6 個分
水		180ml
強力粉		200g
薄力粉		80g
砂糖		4g 大 ½
塩		4g 小 ¾
バター		5g
レモン汁		少々
ドライイースト		2.4g 小 ¾
ピザ用チーズ		120g

※打ち粉は強力粉をお使いください。

1 ～ 6 までの手順はフランスパンと同じですが **2** では生地を 6 等分にし、**4** では下記のようにしてください。

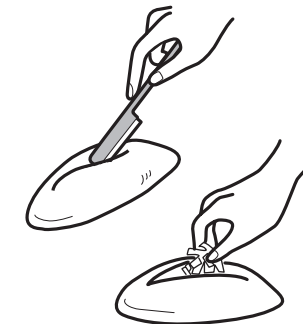


生地の左下と右下を中央に向けて折り

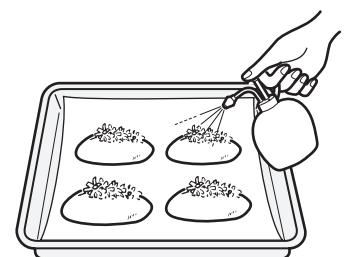


手前から巻き込み、両端をとがらせる

7 カミソリで中央に 5mm 程の深さの切れ目を入れ、チーズをのせます。



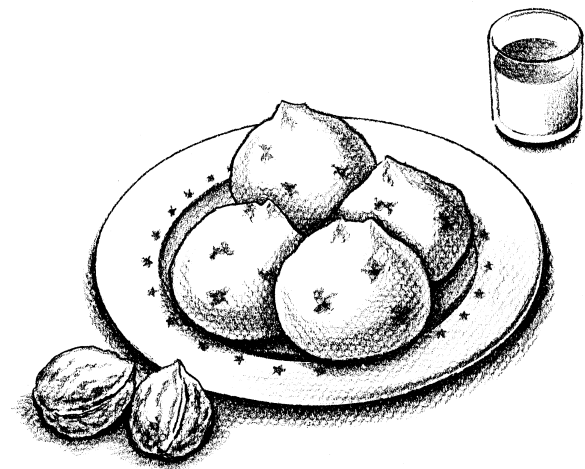
8 約 200℃ に予熱したオーブンに生地を入れ、オーブン内と生地にたっぷりと霧吹きをし、20 ～ 25 分焼きます。



パン生地づくりメニュー

くるみパン

メニュー番号：13
設定時間：1 時間 30 分（発酵時間：1 時間）

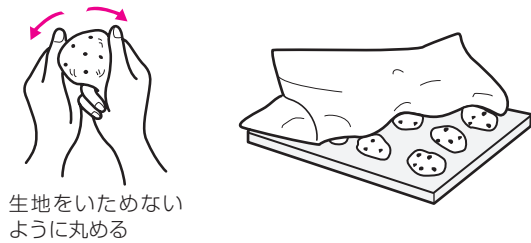


くるみパン

材 料	155kcal	10 個分
水		180ml
強力粉		280g
砂糖		12g 大 1½
塩		4g 小 ¾
バター		15g
スキムミルク		6g 大 1
★くるみ（5mm 角にきざむ）		50g
ドライイースト		4.8g 小 1½

※打ち粉は強力粉をお使いください。

- 1 打ち粉を軽くふった台の上に生地を取り出します。生地をスケッパーで 10 等分して軽く丸め、かたくしぼったぬれふきんをかけて約 20 分休ませます。

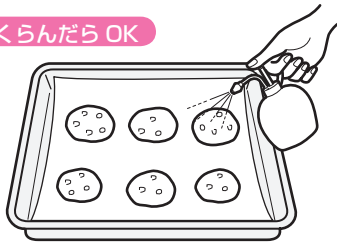


生地をいためないように丸める

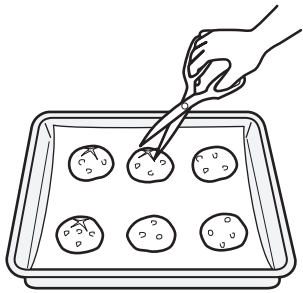
- 2 生地を軽く丸め直し、クッキングシートを敷いたオープン皿に閉じ口を下にして並べます。

霧吹きをし、32～35℃に保ったオーブンで 30～40 分発酵させます。

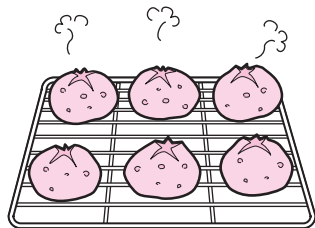
2～2.5 倍にふくらんだら OK



- 3 オープンから取り出し、はさみで十字に切り込みを入れます。

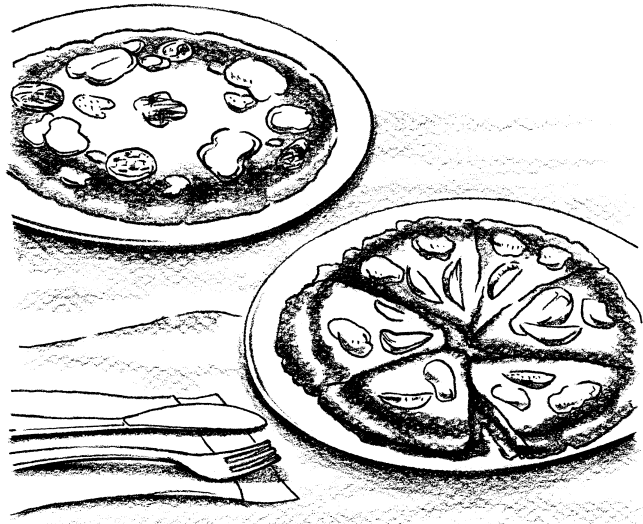


- 4 180～190℃に予熱したオーブンで 10～15 分焼きます。焼き上がったら網の上に置いて冷まします。



ピザ

メニュー番号：13
設定時間：1 時間（発酵時間：30 分）



ピザ

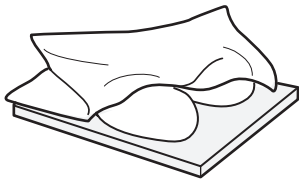
材 料	1 枚分：1½ 切あたり 214kcal	2 枚分
水		180ml
強力粉		280g
砂糖		8g 大 1
塩		4g 小 ¾
バター		15g
スキムミルク		6g 大 1
ドライイースト		4.8g 小 1½

具

ピザソース	140g	
玉ねぎ（薄切り）	200g	中 1 個
ピーマン（輪切り）	60g	2 個
マッシュルーム（薄切り）	60g	
サラミソーセージ（薄切り）	80g	
ピザ用チーズ	200g	

※打ち粉は強力粉をお使いください。

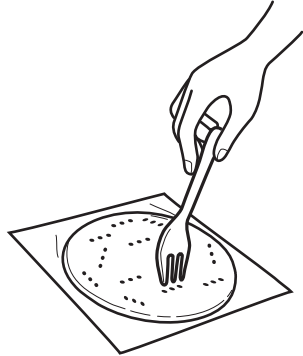
- 1 打ち粉を軽くふった台の上に生地を取り出します。生地をスケッパーで 2 等分して軽く丸め、かたくしぼったぬれふきんをかけて約 15 分休ませます。



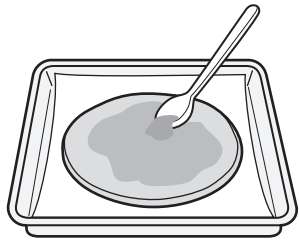
- 2 クッキングシートの上に生地をのせ、めん棒で直径 25cm にのばします。



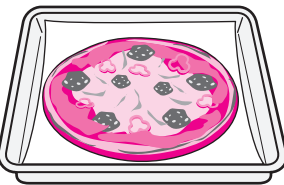
- 3 のばした生地にフォークで穴をあけます。



- 4 クッキングシートごとオープン皿に移します。ピザソースをぬり、具を均一にのせます。



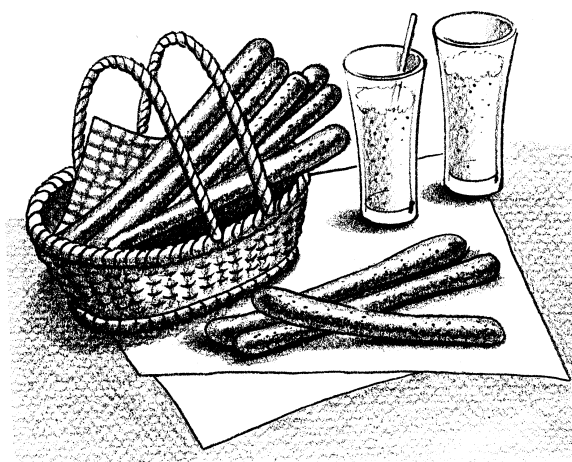
- 5 ピザ用チーズをのせます。190～200℃に予熱したオーブンで約 20 分、周囲がキツネ色になり、チーズがとけるまで焼きます。



パン生地づくりメニュー

チーズスティック

メニュー番号：13
設定時間：1 時間（発酵時間：30 分）

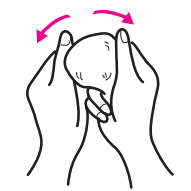


チーズスティック

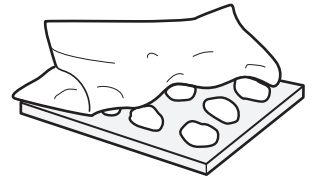
材 料	74kcal	16 本分
水		180ml
強力粉		280g
塩		4g 小 ¾
バター		5g
スキムミルク		6g 大 1
ドライイースト		4.8g 小 1½
粉チーズ		10g
とき卵		25g ½ 個

※打ち粉は強力粉をお使いください。

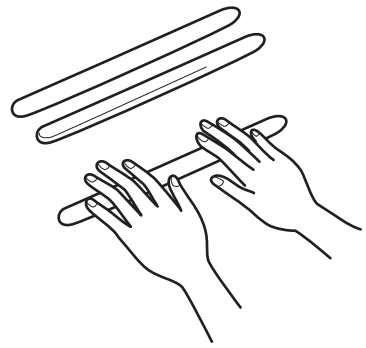
1 打ち粉を軽くふった台の上に生地を取り出します。生地をスケッパーで 16 等分して軽く丸め、かたくしぼったぬれふきんをかけて約 15 分休ませます。



生地をいためないように丸める

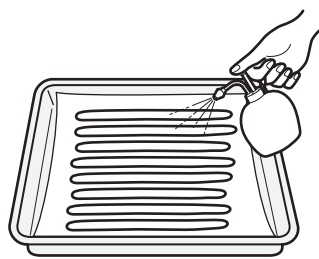


2 両手でころがしながら約 25cm の長さにのばします。



3 クッキングシートを敷いたオープン皿に並べます。

霧吹きをし、約 30℃ の場所で 30 ～ 40 分発酵させます。



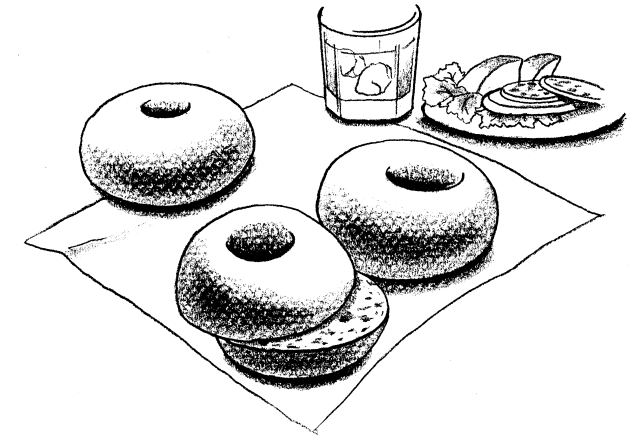
4 とき卵をぬり、粉チーズをふります。

200 ～ 210℃ に予熱したオーブンで 15 ～ 20 分焼きます。



ベーグル

メニュー番号：13
設定時間：1 時間（発酵時間：30 分）

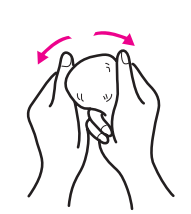
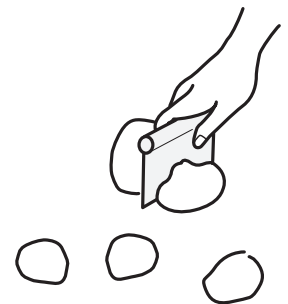


ベーグル

材 料	118kcal	10 個分
水		170ml
強力粉		280g
砂糖		12g 大 1½
塩		4g 小 ¾
サラダ油		10g
ドライイースト		4.8g 小 1½

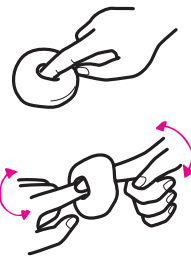
※打ち粉は強力粉をお使いください。

1 打ち粉を軽くふった台の上に生地を取り出します。生地をスケッパーで 10 等分して軽く丸めます。



生地をいためないように丸める

2 生地中央に指を差し込み、穴をあけます。



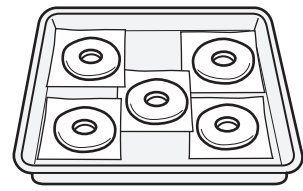
指を 2 本入れてくるくる回します。

発酵すると穴は小さくなるので大きめにあけます。

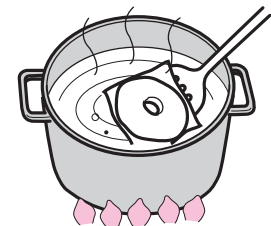


3 穴をあけた生地をそれぞれ、1 個分ずつ切ったクッキングシートの上にのせます。

かたくしぼったぬれふきんをかけ約 15 分休ませます。

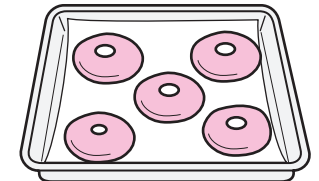


4 沸騰したお湯にクッキングシートごと生地を入れます。クッキングシートがはがれたらすくい出します。あまり長い時間ゆでると焼き上がったときに、しわしわになります。



5 クッキングシートを敷いたオープン皿に並べます。

約 210℃ に予熱したオーブンで約 10 分焼きます。



中華まん生地づくりの使用法

■中華まんの生地づくりとして使います。

ねり 12分 (固定)

※中華まん生地づくりは予約できません。

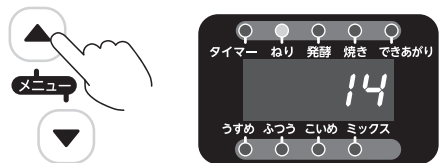


本体の準備

- 1 本体からパンケースを取り出し羽根をセットする。
- 2 パンケースに生地材料を入れる。
- 3 パンケースを本体に入れて本体のふたをする。
- 4 電源プラグをコンセントに差し込む。

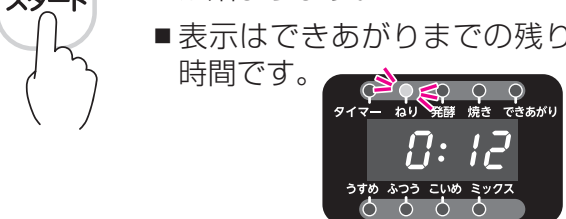
設定・スタート

1 メニュー番号：14 を選ぶ



2 「スタートキー」を押す

- ねりのランプが点滅し、ねりが始まります。
- 表示はできあがりまでの残り時間です。

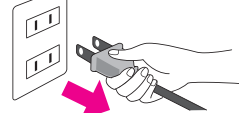


3 ブザーがなったら「取消キー」を押し、パンケースを取り出す

- できあがりのランプが点灯します。

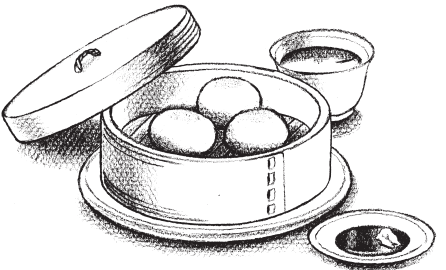


4 電源プラグを抜く



中華まんレシピ

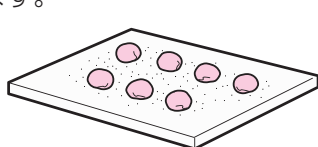
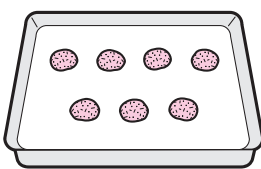
メニュー番号：14



※打ち粉は強力粉をお使いください。

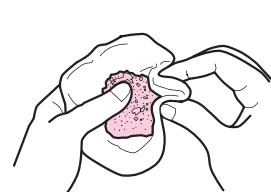
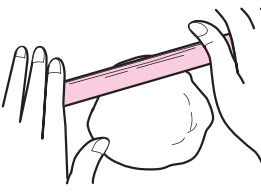
1 具はよく混ぜ合わせ、7等分しておきます。

2 打ち粉を軽くふった台の上に生地を取り出します。生地を包丁で7等分に軽く丸めておきます。

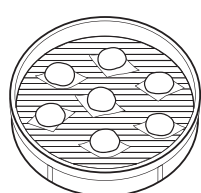


3 生地を直径10cmくらいにのばします。

4 のばした生地に具をのせて包みます。



5 5cm角に切ったクッキングシートの上に閉じ口を下にしてのせ、蒸気の上上がった蒸し器に入れ強火で約20分蒸します。



中華まん

材料 255kcal

7個分

温水	140ml	
薄力粉	280g	
砂糖	12g	大1½
ベーキングパウダー	10g	
サラダ油	18g	大1½

具

ひき肉	150g	
ねぎ (みじん切り)	15cm	
生しいたけ (みじん切り)	3枚	
ゆでたけのこ (みじん切り)	70g	
しょうが (みじん切り)	1かけ	
ごま油	18g	大1½
砂糖	4g	大½
片栗粉	15g	
こしょう	少々	
しょうゆ	適量	
塩	適量	

ねり・発酵・焼きの使用法

■各工程の時間が設定できるメニューです。
つくりたいパンの最適な条件が設定できるので、オリジナルのパンづくりが楽しめます。

粉の最少量～最大量 250g～280g

※「ねり」「発酵」「焼き」は、**タイマー予約できません。**

ねり

メニュー番号：16

ねり 設定時間 3分～30分 (初期設定3分)

「時間：10分」を設定するとき

1 メニュー番号：16 を選ぶ



2 時間を設定する

- ▲▷1分単位で進む
- ▼▷1分単位で戻る



スタート

3 スタートキーを押す

- 連続ねりで時間が30分を超えたときは、30分程度本体を休ませてから再スタートしてください。
- 粉に対して水の割合が50%未満のかたい生地はねらないでください。(強力粉280gに対して、水分の合計は140ml以上にしてください。)
- パン生地以外の生地はねらないでください。

発酵

メニュー番号：17

発酵 設定時間 5分～5時間 (初期設定30分)

■パン生地の発酵以外には使わないでください。

「時間：45分」を設定するとき

1 メニュー番号：17 を選ぶ



2 時間を設定する

- ▲▷5分単位で進む
- ▼▷5分単位で戻る



スタート

3 スタートキーを押す

焼き

メニュー番号：18

焼き 設定時間 5分～1時間40分 (初期設定5分)

- パン以外は焼かないでください。
- 空焼きはしないでください。

「時間：50分」を設定するとき

1 メニュー番号：18 を選ぶ



2 時間を設定する

- ▲▷5分単位で進む
- ▼▷5分単位で戻る

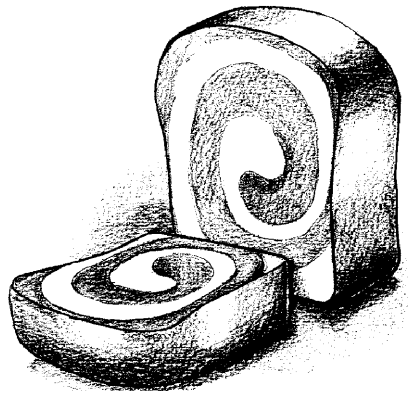


スタート

3 スタートキーを押す

ねり・発酵・焼きメニュー

うずまきパン



ココアペーストを抹茶ペーストに変更して・・・

抹茶うずまきパン

抹茶ペースト

抹茶	5g
お湯	12g

うずまきパン

材 料 221kcal

水	150ml	
強力粉	250g	
砂糖	36g	大 4 ½
塩	4g	小 ¾
バター	30g	
スキムミルク	6g	大 1
ドライイースト	4g	小 1 ¼

ココアペースト

ココア	6g	大 1
お湯	8g	

カロリー表示

1 斤の ¼ 切あたりのカロリーを表示しています。

※打ち粉は、強力粉をお使いください。

2 色の生地をねる

メニュー番号：16

1 生地をねる

- 材料をパンケースに入れます。
- メニューを設定します。

メニュー番号：16
ねり時間：25 分

- スタートキーを押します。

4 半分の生地をねる

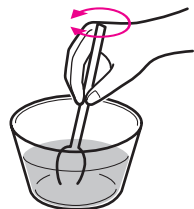
- メニューを設定します。

メニュー番号：16
ねり時間：5 分

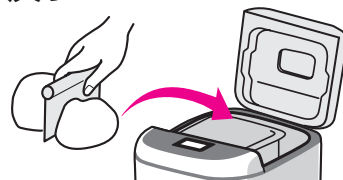
- スタートキーを押します。

2 ココアペーストを用意する

- 生地をねっている間にココアをお湯でときココアペーストを用意します。

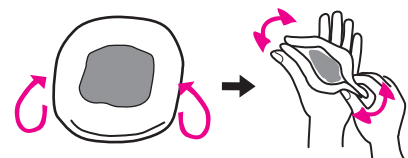


3 ねりが終了したら、取消キーを押し、生地を取り出して、2 分割し、片方のみパンケースに戻す



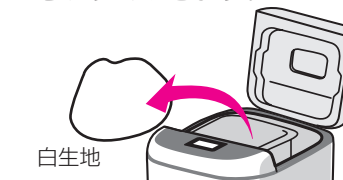
5 取り出したもう一方の生地でココアペーストを包む

- 生地を手で押し広げてココアペーストをはりつけ、両端をつまんでココアペーストを包みます。

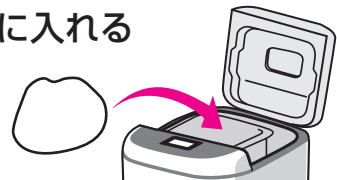


6 4 のねりが終了したら、取消キーを押し、生地を取り出す

- かたくしぼったぬれふきんをかけておきます。



7 5 で包んだココアペーストの生地をパンケースに入れる



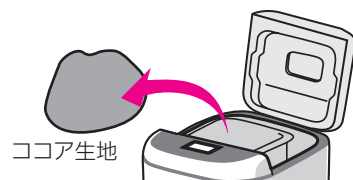
8 ココア生地をねる

- メニューを設定します。

メニュー番号：16
ねり時間：5 分

- スタートキーを押します。

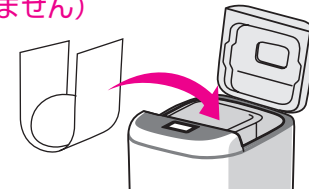
9 終了したら取消キーを押して生地を取り出す



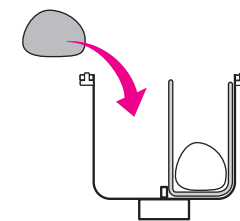
生地を発酵させる

メニュー番号：17

1 片方の生地を幅 10cm に切ったクッキングシートにはさんでパンケースに戻す (羽根は付けません)



2 となりにもう一方の生地を入れる



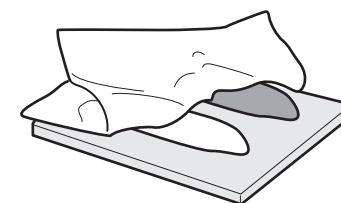
3 発酵させる

- メニューを設定します。

メニュー番号：17
発酵時間：50 分

- スタートキーを押します。

4 発酵が終了したら両方の生地を棒状にのばし、かたくしぼったぬれふきんをかけ、15 ～ 20 分休ませる



5 それぞれの生地を長方形にのばし、白生地とココア生地を重ねて巻く

- それぞれ縦 50cm × 横 12cm の長方形にのばします。
- 白生地の上にココア生地を重ねて手前から巻き込み、巻き終わりをしっかり閉じます。
- ころがして形をととのえます。



生地を巻き込むときに加えて・・・

ココア生地に・・・
くるみ (5mm 角にきざむ) 50g

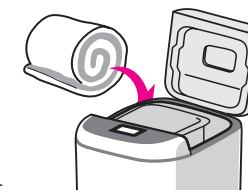
抹茶生地に・・・
甘納豆 70g

6 5 の生地をパンケースに戻し、再び発酵させる

- メニューを設定します。

メニュー番号：17
発酵時間：1 時間

- スタートキーを押します。



7 発酵が終了したら生地の高さを確認する

- 生地がパンケースのふちの高さまでふくらんでいるか確認します。不足の場合はもうしばらくそのまま発酵させます。

発酵した生地を焼く

メニュー番号：18

1 発酵した生地を焼く

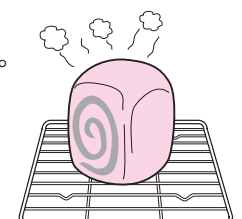
- メニューを設定します。

メニュー番号：18
焼き時間：45 分

- スタートキーを押します。

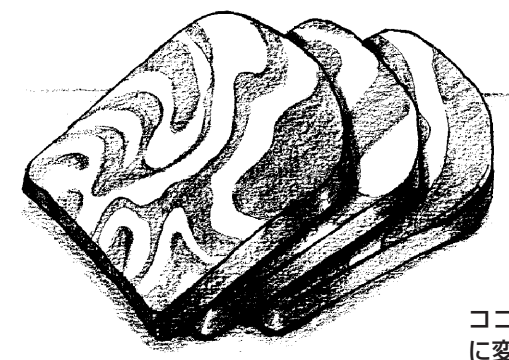
2 ブザーがなったら、取消キーを押してパンケースを取り出す

- パンを網の上に取り出し冷めます。



ねり・発酵・焼きメニュー

マーブルパン



ココアペーストを抹茶ペーストに変更して・・・

抹茶マーブルパン		
抹茶ペースト		
抹茶	5g	
お湯	12g	

マーブルパン		
材 料	221kcal	
水	150ml	
強力粉	250g	
砂糖	36g	大 4 ½
塩	4g	小 ¾
バター	30g	
スキムミルク	6g	大 1
ドライイースト	4g	小 1 ¼
ココアペースト		
ココア	6g	大 1
お湯	8g	

※打ち粉は、強力粉をお使いください。

2色の生地をねる メニュー番号：16

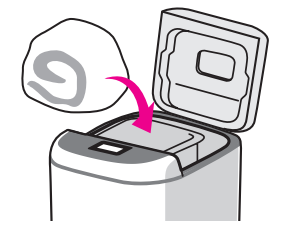
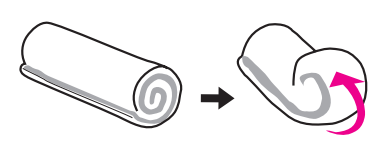
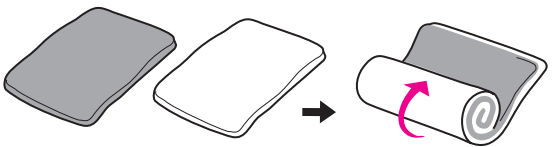
1～9 までは P.39 うずまきパンと同じです。

生地の発酵と短いねり（ガス抜き）をする メニュー番号：16・17

- 1 それぞれの生地を軽く丸め直してから、四角形にのばし、白生地とココア生地を重ねて巻く
- 2 棒状にした生地をさらに巻き、ひとかたまりにする
- 3 ひとかたまりにした生地を、羽根を付けたパンケースに戻す

- 1 それぞれ縦 25cm × 横 20cm の長方形にのばします。
- 2 白生地の上にココア生地を重ねて手前から巻き込みます。

- 棒状にした生地を縦長に置き、さらに巻きます。

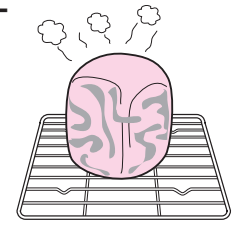


- 4 発酵させる
- 1 メニューを設定します。
メニュー番号：17
発酵時間：1 時間
- 2 スタートキーを押します。
- 5 発酵が終了したら 30 秒～1 分ねる（ガス抜き）
- 1 メニューを設定します。
メニュー番号：16
ねり時間：初期設定 3 分
- 2 スタートキーを押します。
- 3 30 秒～1 分たったら取消キーを 2 秒以上押しつづけて停止させます。
- 6 再び発酵させる
- 1 メニューを設定します。
メニュー番号：17
発酵時間：30 分
- 2 スタートキーを押します。

- 7 発酵が終了したら 20～30 秒ねる（ガス抜き）
- 1 メニューを設定します。
メニュー番号：16
ねり時間：初期設定 3 分
- 2 スタートキーを押します。
- 3 20～30 秒たったら取消キーを 2 秒以上押しつづけて停止させます。
- 8 パンケースから羽根をはずして再び発酵させる
- 1 メニューを設定します。
メニュー番号：17
発酵時間：50 分
- 2 スタートキーを押します。
- 9 発酵が終了したら生地の高さを確認する
- 生地がパンケースのふちの高さまでふくらんでいるか確認します。
不足の場合はもうしばらくそのまま発酵させます。

発酵した生地を焼く メニュー番号：18

- 1 発酵した生地を焼く
- 1 メニューを設定します。
メニュー番号：18
焼き時間：45 分
- 2 スタートキーを押します。
- 2 ブザーがなったら、取消キーを押してパンケースを取り出す
- パンを網の上に取り出し冷まします。

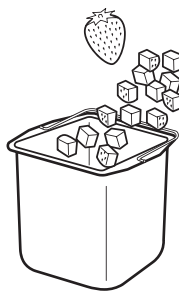


ジャムの使用方法

本体の準備・設定

1 本体からパンケースを取り出し羽根をセットする

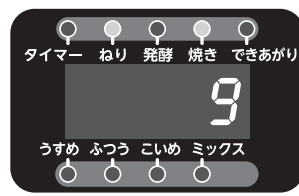
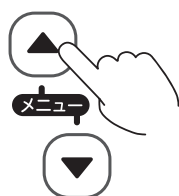
2 パンケースに材料を入れ、本体にセットして本体のふたをする



- ①材料と砂糖をパンケースの中に入れ、パンケースをふり、砂糖が材料全体にいわたるようにします。
- ② 30 分置き、果物から水分がでてくるのを待ちます。

3 電源プラグをコンセントに差し込む

4 メニュー番号：9 を選ぶ



スタート

5 「スタートキー」を押す

- ねり・焼きのランプが点滅し、かくはん加熱が始まります。



※表示はできあがりまでの残り時間です。

6 ブザーがなったら「取消キー」を押し、パンケースを取り出す

- できあがりのランプが点灯します。



7 電源プラグを抜く

カロリー表示
100g あたりのカロリーを表示しています。
※「ジャム」はタイマー予約できません。

ジャムの保存について

冷蔵保存の方法（保存期間のめやす：約 1 週間）

- できあがったジャムは殺菌した保存容器に移してください。



ジャムレシピ

メニュー番号：9

りんごジャム

材 料 169kcal

りんご（皮つきのまますりおろす）
砂糖
レモン汁

500g
200g
30ml 大2

- ①りんごはよく洗い、皮をむいて、塩水につけておきます。（皮はとっておきます）
- ②りんごをすりおろし、パンケースに入れ砂糖とレモン汁を加えます。
- ③りんごの皮を適量加え、一緒に加熱します。
- ④ジャムができあがったら、皮を取り出します。

いちごジャム

材 料 155kcal

いちご（1cm 角に切る）
砂糖
レモン汁

500g
200g
30ml 大2

キウイジャム

材 料 178kcal

キウイ（1cm 角に切る）
砂糖

500g
200g

ブルーベリージャム

材 料 172kcal

ブルーベリー
砂糖

500g
200g

ヨーグルトの使用方法



- 牛乳はできるだけ未開封のものをご用意ください。
- 市販のプレーンヨーグルトを種として使います。
- 発酵温度は室温以下にはなりません。

- 計量カップ・スプーンは汚れていると発酵がうまくおこなえません。ご使用前に熱湯消毒をおこなってください。

※「ヨーグルト」はタイマー予約できません。

【必要な道具】



ヨーグルト

材 料 59kcal
牛乳（無調整のもの）
プレーンヨーグルト

500ml 牛乳パック
50g

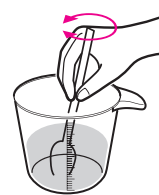
カロリー表示

100g あたりのカロリーを表示しています。

発酵時間 8 時間

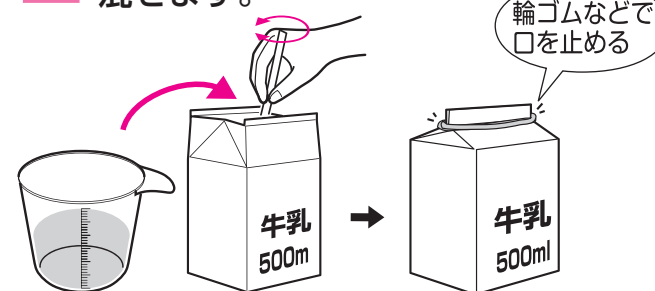
本体の準備

1 500ml の牛乳パックから、約 50ml の牛乳を計量カップに入れ、ヨーグルト 50g を加え、スプーンでよく混ぜとかします。



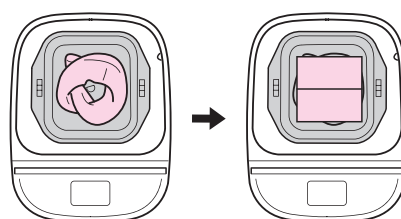
- 計量カップが温かいときは、先に牛乳を入れてからヨーグルトを入れてください。

2 1 を牛乳パックに戻し、スプーンで混ぜます。



3 パンケースを本体にセットし、羽根取付軸の周りに厚めのふきんを置き、パンケース内を平らにし、その上に 1 をパンケースの中心になるように置きます。

※羽根は取り付けません。

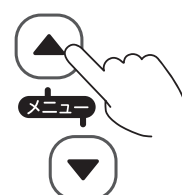


設定・スタート メニュー番号：10

4 電源プラグをコンセントに差し込む

5 メニューを設定する

- ①メニュー番号：10 を選ぶ。



6 「スタートキー」を押す

7 ブザーがなったら「取消キー」を押し、牛乳パックを取り出す

- できあがりのランプが点灯します。
- ブザーがなったらできるだけ早く牛乳パックを取り出してください。
- 材料によって固まり具合や味が変わります。
- できあがったヨーグルトは冷蔵庫で保存し、早目にお召し上がりください。

8 電源プラグを抜く

できあがったヨーグルトを種としてつかうとき

- 種つぎは 2 回ぐらいを目安にしてください。回数が進むと発酵の力が弱まりヨーグルトができにくくなります。
- 種として使うヨーグルトは食べる分とは別に清潔な容器に移してください。

ほっくり焼き芋の使用方法

■ほっくり焼き芋はホクホクとした焼き上がりになります。

※「焼き芋」はタイマー予約できません。

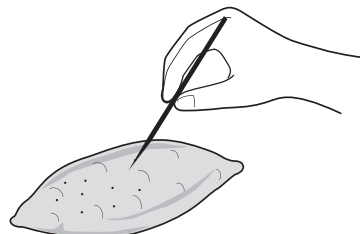


- パンケースからはみ出してさつま芋は入れないでください。(最大量の目安：約 700g)
- さつま芋の種類や状態によって焼き上がりは変わります。

本体の準備

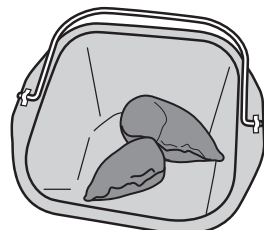
1 本体からパンケースを取り出す。
※羽根は取り付けません。

2 さつま芋の重さを計り、さつま芋全体に竹串などで均一に穴をあける。



[3cm 間隔]

3 さつま芋をアルミホイルで包み、パンケースに入れる。



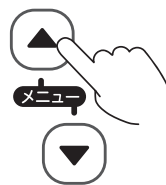
■さつま芋が大きいときはパンケースに入る大きさに切ってください。

4 パンケースを本体にセットし、本体のふたをする。

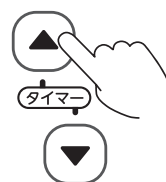
5 電源プラグをコンセントに差し込む。

設定・スタート メニュー番号：11

6 メニューを設定する。



①メニュー番号：11 を選ぶ。



②タイマーキーで焼き時間を設定します。

ほっくり焼き芋	
さつま芋 g	設定時間
150g まで	1 時間 30 分
250g まで	1 時間 50 分
350g まで	2 時間 10 分
500g まで	2 時間 20 分
700g まで	2 時間 30 分

7 「スタートキー」を押す

8 ブザーがなったら「取消キー」を押し、パンケースを取り出す

■できあがりのランプが点滅します。

注意



●パンケース・焼き芋を取り出すときは必ずミトンなどを使う。
やけどの原因になることがあります。
特にお子様にはご注意ください。

焼きが足りないとき

■「メニュー番号：18」で焼きを追加してください。

パンケースに茶色い汚れがついたときは

■さつま芋から出た液体が固まったものです。
お湯を入れると溶けますので、お湯を入れてしばらく置いたあと、スポンジで洗ってください。

蜜甘焼き芋の使用方法

■蜜甘焼き芋は蜜がたっぷりの甘くねっとりとした焼き上がりになります。

※「焼き芋」はタイマー予約できません。



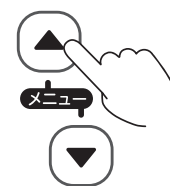
- パンケースからはみ出してさつま芋は入れないでください。(最大量の目安：約 700g)
- さつま芋の種類や状態によって焼き上がりは変わります。

本体の準備

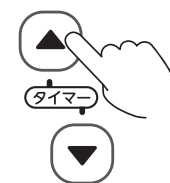
1 ~ 5 までは P.45 「ほっくり焼き芋」と同じです。

設定・スタート メニュー番号：12

6 メニューを設定する。



①メニュー番号：12 を選ぶ。



②タイマーキーで焼き時間を設定します。

蜜甘焼き芋	
さつま芋 g	設定時間
150g まで	2 時間 10 分
250g まで	2 時間 30 分
350g まで	2 時間 50 分
500g まで	3 時間 00 分
700g まで	3 時間 10 分

7 「スタートキー」を押す

8 ブザーがなったら「取消キー」を押し、パンケースを取り出す

■できあがりのランプが点滅します。

注意



●パンケース・焼き芋を取り出すときは必ずミトンなどを使う。
やけどの原因になることがあります。
特にお子様にはご注意ください。

焼きが足りないとき

■「メニュー番号：18」で焼きを追加してください。

パンケースに茶色い汚れがついたときは

■さつま芋から出た液体が固まったものです。
お湯を入れると溶けますので、お湯を入れてしばらく置いたあと、スポンジで洗ってください。

うどん・パスタ生地づくりの使用法

■うどん・パスタの生地づくりとして使います。

ねり 20分 (固定)

※うどん・パスタ生地づくりは予約
できません。

※そばやラーメン生地はつくれません。

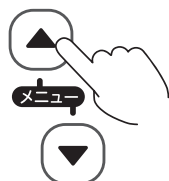


本体・材料の準備

- 1 本体からパンケースを取り出し羽根をセットする。
- 2 パンケースに生地材料を入れる。
 - ① **A** を混ぜ合わせ、パンケースに入れる。
 - ② **B** をよく混ぜ合わせ、Aの上に回しかける。
- 3 パンケースを本体に入れて本体のふたをする。
- 4 電源プラグをコンセントに差し込む。

設定・スタート

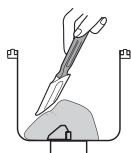
1 メニュー番号：15を選ぶ



■表示はできあがり時刻です。

2 「スタートキー」を押す

- ねりのランプが点滅し、ねりが始まります。
- 表示は残り時間にかわります。



- ① スタートから3分後「お知らせブザー」がなったら、ふたを開けて粉落しをします。
- ② ゴムへらで材料を中央に寄せ、パンケース側面に残った粉を落し、ふたをします。

■お知らせブザーから5分後に再スタートのブザーがなり、ねりがはじまります。5分以内におこなってください。

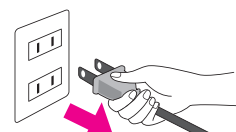
3 ブザーがなったら「取消キー」を押し、パンケースを取り出す



■できあがりのランプが点灯します。



4 電源プラグを抜く



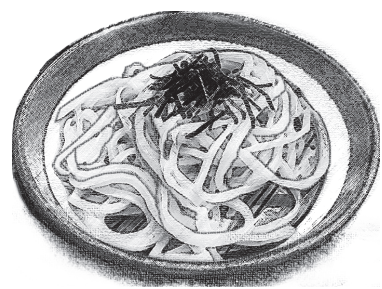
5 できあがった生地を取り出してひとまとめにし、ラップに包んで休ませます。

■1時間～1晩休ませます。



うどんレシピ

メニュー番号：15



うどん

材 料	2～3人分
A-中力粉またはうどん用粉	240g
塩 (ぬるま湯に溶かす)	8g 小2
B-ぬるま湯 (35～40℃)	120ml
打ち粉 (強力粉または片栗粉)	適量

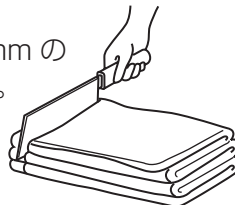
Aの中力粉はA[強力粉:120g 薄力粉:120g]でも使用できます。

- 1 休ませた生地を打ち粉をした台の上に置き、めん棒で2～3mmの厚さにのばします。



- 2 のばした生地を約10cm幅にたたみます。(生地の重なるところに、たっぷりと打ち粉をしてください。)

包丁で約3mmの幅に切ります。



- 3 なべにたっぷりの湯をわかし、めんをほぐしながら入れ、約10分ゆでます。

めんに透明感が出たらざるにあけ、流水で洗います。



パスタレシピ

メニュー番号：15



パスタ生地

材 料	2～3人分
デュラムセモリナ粉	100g
強力粉	140g
塩	2g 小1/2
卵 (Mサイズ)	50g 1個
水	80ml
オリーブオイル	10g
打ち粉(強力粉または片栗粉)	適量

- 1 休ませたパスタ生地を打ち粉をした台の上に置き、めん棒で約1mmの厚さにのばします。



- 2 のばしたパスタ生地をお好みの太さ、形に切ります。

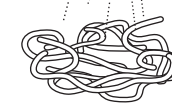
例：フィットチーネの切り方

のばしたパスタ生地の表面に打ち粉をし、端からロール状に巻きます。

包丁で約7mmの幅に切ります。



- 3 切ったパスタ生地は、くっつかないように打ち粉をふっておきます。



- 4 約2Lのお湯をわかし、15gの塩を入れます。

- 5 沸騰したお湯にパスタ生地を入れ、約1分ゆでます。目安：沈んだパスタ生地が浮かんできたら、ゆで上がりです。

- 6 ゆで上がったパスタ生地は用意したパスタソースと混ぜ合わせます。

※パスタソースはゆで上がりに合わせて用意しておきます。

きのこのクリームフィットチーネ

材 料	2～3人分
フィットチーネ	パスタ生地の分量
バター	30g
玉ねぎ (薄切り)	100g 中1/2個
ベーコン (1cm幅に切る)	2枚
きのこ (お好みのもの)	100g
薄力粉	20g
牛乳	200ml
お湯	200ml
コンソメ (キューブ型)	1個
ローリエ	1枚
塩・こしょう	適量

- 1 フライパンにバターの半分を入れて加熱し、玉ねぎとベーコンを炒めます。玉ねぎがしんなりしてきたらきのこを入れ、軽く炒めます。

- 2 弱火にして残りのバターを加え、薄力粉を全体に振り入れ、粉っぽさがなくなるまで炒めます。

- 3 2に牛乳、コンソメをとかしたお湯を入れます。

- 4 3にとろみがついてきたら、塩、こしょうで味をととのえ、ゆで上がったフィットチーネを入れ混ぜ合わせます。

※ゆでたほうれん草を加えると彩りがよくなります。

※コクを出したいときは、お好みで最後に生クリームを加えます。

お手入れのしかたと保管

⚠ 警告



●本体の丸洗いや水につけたり、水をかけたりしない。

水ぬれ禁止 感電・ショートによる火災の原因になります。

⚠ 注意



●お手入れするときは、必ず電源プラグを抜く。

電源プラグを抜く 感電・けがの原因になることがあります。

お手入れする前に

- 必ず電源プラグをコンセントから抜き、本体が冷めてからお手入れしてください。
- 台所用中性洗剤（食器用・調理器具用）をお使いください。

ベンジン、シンナー、クレンザー、金属製たわし、たわし、化学ぞうきんなどは表面を傷付けますので使用しないでください。



お手入れ ※1回使うごとに必ずおこなってください

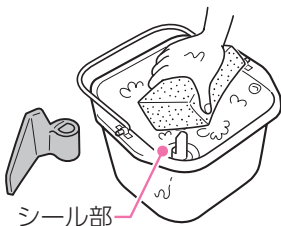
本体

- 洗剤をうすめた水かぬるま湯にやわらかいふきをひたし、よくしぼってからふき、よく乾かしてください。
- 本体内側のパンくずなどは、早めにふき取ってください。（異臭や故障の原因になります。）

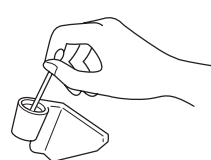


パンケース・羽根

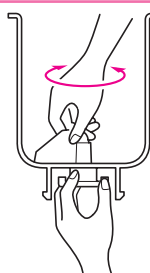
- パンケースの中に羽根がかくれる程度のお湯を入れます。生地がふやけたらお湯を捨て表面のフッ素樹脂加工や羽根取付軸のシール部を傷めないようにスポンジで洗ってください。



- 羽根の穴に詰まった生地は水を含ませてやわらかくしてからようじなどで取り除いてください。



※羽根がはずれにくいときは、羽根をひねりながら引っ張ってください。（手をはさまないようにご注意ください。）



保管するときは

- お子様の手の届く所や直射日光の当たる場所、温度が高くなる場所（火気や熱源の近くなど）に放置しないでください。
- 長期間保管するときは、本体・パンケース・羽根の汚れや水分をよくふき取り、充分乾燥させてから保管してください。

パンづくりの Q & A

材料について

Q 取扱説明書に書かれている分量より多い（少ない）量でパンはつくれないのでしょうか？

A 量が多いとパンがパンケースからあふれることがあります。量が少なくなるとうまく焼き上がらないことがあります。取扱説明書通りに作りましょう。



Q スkimミルクのかわりに牛乳を使ってもかまいませんか？

A 牛乳を入れた分量だけ水を減らしてください。ただし、牛乳が変質することがありますので、タイマー予約は使用しないでください。



Q 国内メーカーのドライイーストのかわりに、外国メーカーのドライイーストを使ってもかまいませんか？

A 外国メーカーのドライイーストは、国内メーカーのドライイーストとは性質が異なるためパンがうまくできない場合があります。必ず国内メーカーのドライイーストをお使いください。

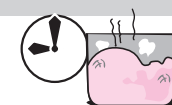
タイマーについて

Q なぜ16時間しかセットできないのですか？

A 材料が変質したり、パンのできあがりが悪くなることからです。特に夏場はタイマー予約の時間を短くセットしてください。

Q なぜ「ごはんパン」・「塩糰パン」・「スイートパン」・「ジャム」・「ヨーグルト」・「ほっくり焼き芋」・「蜜甘焼き芋」・「パン生地づくり」・「中華まん生地づくり」・「うどん・パスタ生地づくり」・「ねり」・「発酵」・「焼き」ではタイマー予約ができないのですか？

A 発酵しすぎたり、材料が変質する場合があるからです。



Q なぜレーズン・野菜・卵・牛乳・バターミルクを入れてタイマー予約ができないのですか？

A 野菜・卵・牛乳・バターミルクなどの入ったパンは腐敗する場合があります。レーズンの入ったパンは粒がつぶれて十分にふくらまない場合があります。

できあがりについて

Q パンに変なおいがあるのはなぜですか？

A ドライイーストの量が多すぎたり、古い小麦粉やにおいのする水を使うとパンに変なおいがある場合があります。



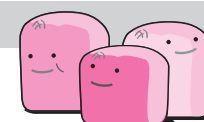
Q パンの内部に大きな穴があるのはなぜですか？

A ガス抜きの際に気泡が1カ所に集中してしまう場合があります。そのまま焼かれてしまったためです。ただし、味は変わりません。



Q パンの高さ、形、焼き色がつくるたびに異なるのはなぜですか？

A パンは生きものなので室温・水温・材料の質・計量誤差・タイマー予約設定時間・粉の種類・ドライイーストの種類や生種の発酵状態などで、高さ・形・焼き色が変わります。



Q パンの角に小麦粉などがついてるのは？

A パンケースの角に少し小麦粉や生地が混ざらないで残る場合があります。パンについた小麦粉はナイフなどで取り除いてください。

つくり方について

Q 材料を入れる順番があるのはなぜですか？

A タイマー予約を使うとき、運転する前にドライイーストが水にふれると発酵が進んでしまい、パンがうまくできない場合があります。



Q 夏場に冷水（約5℃）、冬場にぬるま湯（約30℃）を使うのはなぜですか？

A 生地の発酵温度は28℃前後が適しています。夏場は生地の温度が高くなるので冷水を入れ、冬場は生地の温度が低くなるのでぬるま湯を入れます。（詳しくはP.9をご覧ください。）



Q アルカリイオン水はパンづくりや生種おこしに使用できますか？

A パン生地は中性からやや酸性が適しています。アルカリイオン水を使うと生地がアルカリ性になり、ドライイーストや天然酵母の働きが抑えられてしまい、パンがうまくできないことがあります。

パンのできばえがおかしいときは

			パンがふくらみ過ぎている	パンのふくらみがたりない (焼き色がうすい) 発酵しすぎ	パンのふくらみがたりない (焼き色がこい) 発酵不足	粉の状態のまま焼けている	まったくふくらまない	パンの焼き色がこすぎる	パンの内側の気泡が大きい	パンの皮がべたつき、側面が大きくへこんでいる	パンを切ったとき、きれいに切れない	ここをたしかめて次から注意してください	参考ページ
材料の計量	小麦粉	多すぎたとき	●									材料は正確にはかってください。計量誤差はパンのできに大きく影響します。特にドライイーストをはかるときは、付属のイースト専用スプーンをたたいてはかると多めに入りますので注意してください。 ※粉ははかりではかってください。	59
		少なすぎたとき			●								
	ドライイースト	多すぎたとき	●	●					●				
		少なすぎたとき			●								
		入れ忘れたとき					●						
	砂糖	多すぎたとき	●					●	●				
		少なすぎたとき			●								
	水	多すぎたとき	●	●					●				
		少なすぎたとき			●								
室温	高すぎたとき（28℃以上）		●	●								冷水（約 5℃）を使います。	9
	低すぎたとき（10℃以下）				●							ぬるま湯（約 30℃）を使います。	
水温	高すぎたとき（25℃以上）		●	●								室温に適した温度の水をお使いください。	
	低すぎたとき（5℃以下）				●								
古いドライイースト・小麦粉を使ったとき					●							材料は新しいものをお使いください。	9
焼き上がったパンをパンケースの中に長時間放置したとき								●		●		焼き上がったらできるだけ早くパンを取り出してください。	14
パンが十分に冷めないうちに切ったとき											●	パンが冷めてから切ってください。	15
羽根が付いていなかったとき						●						羽根は確実に羽根取付軸に取り付けてください。	6

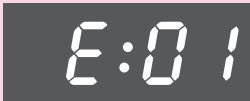
修理を依頼する前に

- 次の点検をしてもなお不具合が生じるときは、お買い上げの販売店でご相談・点検をご依頼ください。
- ご自分での分解や修理は危険ですから絶対にしないでください。

こんなときに							参考ページ
	スタートキーを押しても動かない	タイマー予約ができない	蒸気口や本体ふたの周囲からわずかに煙がでる	パン生地がねりができない	タイマー予約でパンができていない	途中で止まっていた	
お調べいただくこと							
電源プラグが抜けていませんか	●						13
本体内部が高温になっていませんか (E:01 を表示)	●						53
メニューを選びましたか	●						14
タイマー予約の方法をまちがえていませんか		●					12
「ごはんパン」「塩糰パン」「スイートパン」「ジャム」「ヨーグルト」「ほっくり焼き芋」「蜜甘焼き芋」「パン生地づくり」「中華まん生地づくり」「うどん・パスタ生地づくり」「ねり」「発酵」「焼き」のコースを選んでいませんか		●					12
材料がヒーターの上にこぼれていませんか			●				14
本体は新しいですか			●				14
羽根を付け忘れていませんか				●			13
水の量は適切でしたか				●			13
タイマー予約の時間をまちがえていませんか					●		12
電源プラグを抜いたり、取消キーをさわりませんでしたか					●	●	53
停電がありましたか					●	●	53

こんな表示がでたときは

- スタートキーを押したら



E:01 が点滅している

- 本体内部が高温 (38℃以上) になっている。
- 焼き上げ直後、再び使用すると表示されます。また「ねり」終了後に使用すると表示される場合があります。



取消キーを押して表示を消してください。ふたを開けてパンケースを取り出し、冷ましてから、再度スタートキーを押してください。

- 使用中に



表示が点灯している

- 使用中に停電があった。途中で電源プラグを抜いたり、ブレーカーが切れた場合も含まれます。



生地を取り出し、新しい材料で最初からやり直してください。

上記以外の表示が出たときは、お買い上げの販売店または裏表紙の問い合わせ先に点検・修理をご相談ください。

仕様

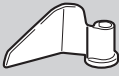
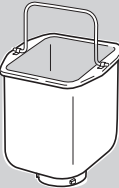
形式		HBS-100
電源		100V (50/60Hz)
消費電力	ヒーター	410W
	モーター (50/60Hz)	45W
定格消費電力		430W (ジャムメニュー時)
粉の容量 (強力粉)		280g
食パンの形		山形パン
タイマー予約		16 時間まで
安全装置		温度ヒューズ
電源コード		1.2m
製品寸法		幅 25 × 奥行 33 × 高さ 27.5cm
質量		約 3.8kg
付属品		大小スプーン・計量カップ・羽根取り出し金具・ミトン

アフターサービスについて

修理サービスについて

- ご使用中に異常が生じたときは、お使いになるのをやめ、電源プラグをコンセントから抜いてお買い上げの販売店または裏表紙のお問い合わせ先にご相談ください。
- この製品の補修用性能部品は、製造打ち切り後最低 6 年間保有しています。補修用性能部品とは、その製品の機能を維持するために必要な部品のことです。
- 保証期間経過後の修理については、販売店にご相談ください。修理によって機能が維持できる場合、お客様のご要望により有料で修理いたします。

消耗部品について

消耗部品	こんなときは部品交換 (有料) が必要です。お買い上げの販売店またはお客様相談窓口へご相談ください。	部品コード
■ 羽根 	■ フッ素樹脂がはがれた場合	HB-D460Z
■ パンケース 	■ フッ素樹脂がはがれた場合	HB-D461Z

自動ホームベーカリー 保証書

持込修理

製品名	自動ホームベーカリー	形式	HBS-100
保証期間	本体 1 年間（消耗部品を除く）	※お買い上げ日	年 月 日
※お客様	〒 TEL ご住所 お名前 様	※販売店	住所 店名 TEL 印

本書の※印欄に記入のない場合は無効となりますので、直ちに買い上げの販売店にお申し出になるか、またはお買い上げ年月日・販売店名を証明する領収書などを添付してください。本書にご記入いただいたお客様の個人情報は商品の修理対応のために使用し、それ以外に使用したり第三者に提供することは一切ございません。

本書は、本書記載内容で無料修理させていただくことをお約束するものです。

- 取扱説明書・本体貼付ラベルなどの注意書に従った正常な使用状態で、保証期間内（お買い上げ日から 1 年間）に故障した場合には、商品と本書をご持参、ご提示のうえ、お買い上げの販売店に修理をご依頼ください。無料修理をさせていただきます。
- ご転居・その他などで、本書に記入してあるお買い上げの販売店に修理を依頼できない場合には、下記の連絡先にお問い合わせください。
- 保証期間内でも、次の場合には有料修理となります。
 - (イ) ご使用上の誤り、および不当な修理や改造による故障および損傷。
 - (ロ) お買い上げ後に落とされた場合などによる故障および損傷。
 - (ハ) 火災・公害・異常電圧および地震・雷・風水害その他の天災地変など外部に原因がある故障および損傷。
 - (ニ) 業務用または一般家庭用以外にご使用の場合の故障および損傷。
 - (ホ) 本書のご提示がない場合。
 - (ヘ) 本書にお買い上げ年月日・お客様名・販売店名の記入のない場合、あるいは字句を書き換えられた場合または本書に記入がなくお買い上げ年月日・販売店名などを証明する領収書などがない場合。
 - (ト) 消耗部品（パンケース・羽根）が損傷し、取り替えを要する場合。
- 本書は日本国内においてのみ有効です。
This warranty is valid only in Japan.
- 本書は再発行致しませんので紛失しないように大切に保管してください。

★この保証書は、本書に明示した期間、条件のもとにおいて無料修理をお約束するものです。従ってこの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。保証期間経過後の修理、補修用性能部品の保有期間などについて、詳しくは P.54「アフターサービスについて」をご覧ください。なおご不明の場合はお買い上げの販売店、または当社（〒 387-8603 長野県千曲市雨宮 1825 TEL 026(272)4111(代)）にお問い合わせください。

修理メモ

こんな症状はありませんか

- 電源コード・プラグが異常に熱い。
- 本体が異常に熱かったり、こげくさい臭いがする。
- 製品にさわるとビリビリ電気を感じる。
- その他の異常や故障がある。

こんなときは

このような症状のときはコンセントから電源プラグを抜き、販売店に点検をご相談ください。

お客様相談窓口 この製品の使用方法、アフターサービス並びに品質に関するお問い合わせは、

■エムケー精工 お客様相談窓口

〒 387-8603 長野県千曲市雨宮 1825

■フリーダイヤル ☎ 0120-70-4040

■通常電話番号 026 (272) 4111 (代表)

■FAX 026 (274) 7089

■受付時間 月曜日～金曜日 午前 9 時～午後 5 時
(祝日および弊社休業日を除く)



エムケー精工株式会社

〒387-8603 長野県千曲市雨宮 1825
TEL 026 (272) 4111 (代)
FAX 026 (274) 7089 (代)

[支店]

札幌支店	〒004-0841	札幌市清田区清田一条1-9-21	TEL 011(881)7311
仙台支店	〒983-0023	仙台市宮城野区福田町4-14-22	TEL 022(258)3861
東京支店	〒125-0062	東京都葛飾区青戸8-3-5MK東京ビル3F	TEL 03(3604)6441
静岡支店	〒422-8035	静岡市駿河区宮竹1-13-5	TEL 054(238)0111
新潟支店	〒950-0923	新潟市中央区姥ヶ山2-18-15	TEL 025(287)0911
長野支店	〒387-0007	長野県千曲市大字屋代4299-1	TEL 026(272)8701
名古屋支店	〒453-0855	名古屋市中村区烏森町6-109	TEL 052(461)7261
金沢支店	〒920-0025	金沢市駅西本町2-8-8	TEL 076(264)1115
大阪支店	〒564-0043	大阪府吹田市南吹田3-6-4	TEL 06(6386)5800
四国支店	〒761-8062	高松市室新町3-5 B棟102	TEL 087(868)6781
広島支店	〒731-0138	広島市安佐南区祇園3-36-28	TEL 082(871)7355
福岡支店	〒812-0061	福岡市東区筥松1-2-31	TEL 092(612)1077