

# TISCHFEIN



4 901601 339369  
WF-3343 1002 / 1002 T 10K1

# TISCHFEIN

ティッシュフェン圧力鍋  
(すのこ・三脚なし)  
取扱説明書



Made in Germany

# ティッシュフェンの仕組みと使い方

## HOW TO USE

時間のかかる料理も圧力鍋があれば、簡単・スピーディー。  
 まずは、その仕組みと使い方をマスターすることが大切です。  
 このページでは、基本的な仕組みと使い方をご紹介します。

SGマーク制度は、家庭用の圧力鍋または圧力がまの  
 欠陥によって発生した人身事故に対する保証制度です。

TISCHFEIN

### 各部の名称と役割

#### 1 圧力表示ビン

鍋の内部の圧力が上がってくると、徐々にせり上がってきます。調理するときは、銀色のリングが圧力の目安になります。上のリングが第1リング、下のリングが第2リングです。ビンがふたの表面から少しでも出ていたら、鍋内部にまだ蒸気が残っていることを示します。



#### 2 自動調理スタートバルブ

空気を自動的に排出する装置です。加熱後、自動調理スタートバルブから、蒸気か水滴が出て、鍋の内部の余分な空気を追い出します。蒸気が十分に発生すると、内圧で鍋が密閉されます。万一、圧力が高くなりすぎると、ここから自動的に圧力(蒸気)が排出され、安全弁としての機能も果たします。



#### 3 圧力(蒸気)放出口

鍋の中の圧力を調節する際、余分な圧力が蒸気とともに放出される部分です。また調理が終わり、内部にまだ圧力(蒸気)が残っている場合に、

クッキングスライドを「圧力鍋のふたが  
 あいている絵」に合わせると、内部の  
 圧力(蒸気)が放出されます。



4 クッキングスライド(ロック装置)  
 ふたの開閉時や圧力(蒸気)を放  
 出するとき用います。



#### 5 ふた取っ手バルブ

圧力が常に一定に保たれるよう、  
 圧力を調節するためのバルブです。



#### 6 補助取っ手

圧力鍋を移動させるとき、持ち  
 運びが便利なようになっています。

#### 7 ゴムパッキン

シリコン樹脂系のゴムの輪で、  
 ふたの内側についていて、ふたと  
 本体を密着させ、安全に密閉しま  
 す。取りはずしできます。



#### 8 安全スリット

自動調理スタートバルブと圧力  
 (蒸気) 放出口が、どちらも動か  
 なくなったときに作動します。鍋  
 の内部の圧力が、自動的にふたの  
 端のスリットから放出され、圧力  
 が調整されます。





### 9 開閉用目印(ふた側)

### 10 開閉用目印となる突起(本体側)

ふたを開閉する際の目印。ふた側にある目印と本体の取っ手にある突起を合わせます。



### 8 安全スリット

### 2 自動調理スタートバルブ

### 1 圧力表示ビン

### 3 圧力(蒸気)放出口

### 5 ふた取っ手バルブ(内側)

### 4 クッキングスライド(ロック装置)

### 7 ゴムパッキン(内側)

### 11 本体

丈夫でさびない18-10ステンレスを使用しています。厚さは1mm、鍋底は、ステンレス、アルミ、ステンレスの三重構造になっています。底からの熱の伝わりがたいへん早く、効率よく調理できます。

### 12 すのこ(別売)

2段調理や蒸しものに利用します。豆を煮るときは、すのこを裏返して落としふたとしてのせ、圧力放出口などに豆のかすが詰まるのを防ぎます。

### 13 14 三脚(別売)

すのこを使うときの浮かせ台になります。すのこに材料をのせるとき、高さがあってふたが閉まらない場合はすのこを直接入れます。



## 圧力鍋を使う前に

### 1 取扱方法についての説明を必ず読みましょう

圧力鍋は、高温高压で材料に火を通します。そのため調理時間が大幅に短縮され、光熱費もぐっと抑えられます。取り扱いを誤ると火傷などの傷害を負うことがあり、大変危険です。ティッシュフェン

圧力鍋をお使いになる前に、必ず本書9～16頁の「ティッシュフェン圧力鍋の仕組みと使い方」のすべてをお読みください。また、読んだ後、必ず保管してください。

### 2 鍋の使い方を覚えましょう

【ふたのあげ方、閉め方】 ふたをあげるときは、必ず鍋をゆすってください。片手で取っ手の下を支え、もう片方の手でクッキングスライド(ロック装置)を手前に引き(写真①)、クッキングスライド上にある突起が、取っ手横の「ハンドル手前のふたが

【洗い方】 はじめて使うときは、使う前に圧力鍋の本体、ふた、ゴムパッキンをばらばらにはずし、台所用洗剤を薄めたぬるま湯でよく洗ってください。

また、鍋を使い終わったあとは、本体などを、お湯にしばらくつけて、こびりついた材料を柔らかくしてから、台所用洗剤で洗います。汚れが取れにくい場合は、酢を混ぜて洗うときれいになります。ふたは、ゴムパッキンをはずし、こびりついた材料をお湯で洗います。特に、圧力表示ビンや自動調理スタートバルブ、圧力放出口、ゴムパッキンには材料のかすがつきやすいので、念入りに洗いましょう。



この時、少しでも残圧があると、ふたの取っ手を右に回すことができません。その際はもう一度クッキングスライドを前後させてください。残圧が排出されます。ふたの丸いマーク(開閉用目印)と、本体の取っ手にある突起部(開閉用目印)が直線上にくるようにすると(写真②)、ふたがあきます。

ふたを閉めるときは、本体の取っ手にある突起部とふたのマークが直線上に重なり合うように、ふたを本体の上に置き、ふたの取っ手を左に回して、本体の取っ手と合わせます。クッキングスライド(ロック装置)を奥に押し、取っ手横「ハンドル奥のふたがしまっている絵」から横にのびる白い線に合わせると、ふたはぴったりと密閉されます。



### 【圧力表示ビンの着脱】

使用後は必ずはずして分解し、掃除をしてください。ナットを反時計回りにまわすとはずれます。部品をなくさないようにご注意ください。



## 調理前に注意すること

### ① 圧力表示ピンは動きますか？

圧力表示ピンを裏側から、はしのような細いもので押し、ピンが動くかどうか確かめます。ピンが動かない場合は絶対に使用せず、本書裏面に記載の「お問い合わせ先」までご連絡ください。



### ③ ゴムパッキンはきちんと納まっていますか？

材料を鍋に入れ、ふたを閉める前に、ふたを裏返しで確認しましょう。ゴムパッキンが内側に納まっているか、またゴムパッキンが触れる鍋の緑が汚れていないかどうかともみてください。きちんと納まっていない

### ② おもりは見えていますか？

自動調理スタートバルブ（安全バルブ）の中には、おもりが入っています。ふたを裏返し、銀色のおもりが見えているかどうかを確認します。

見えないときは、ふたの上のほうにおもりが上がってしまっています。自動調理スタートバルブの上から、指でゆっくりと押し下げます。



かったり、緑が汚れていたりすると密閉できず、蒸気が逃げて、圧力がかりにくくなります。

## 圧力鍋で調理します

### ① 鍋はから炊きをせず、容量を守りましょう

圧力鍋は、鍋の中の水分が沸騰して発生した蒸気を、鍋の中に閉じ込めて材料を調理します。したがって、過熱加熱やから炊きは危険なので絶対にしないでください。材料から出る水分もありますが、本書のレシピに記載した水分量をお守りください。また、材料は煮汁も含めて鍋の深さの $\frac{2}{3}$ までです。それ以上入れると、圧力放出口や自動調理スタートバルブの目詰まり、吹きこぼれの原因となります。豆類、麺類など加熱で量が増えるもの、カレーやシチュー、おかゆなど、加熱時に泡立つものは、煮汁を含めて深さの $\frac{1}{3}$ までにしてください。豆類、麺類などを多量に入れて調理した場合、豆の皮や麺などが圧力調整装置のノズルなどに入り込み、圧力調節ができなくなる可能性があります。特にカレーやシチューのルーのように、とろみの強いものを加えるときは、ふたをとって調理ください。圧力を加えることで、ルーが圧力調整装置のノズルなどに入り込み、圧力調節ができなくなる可能性があります。

### ② ふたをきちんと閉めましょう

ふたを閉めたら、必ずロックをしましょう。クッキングスライド（ロック装置）を「ハンドル手前のふたがあいている絵」の位置から「ハンドル奥のふたがしまっている絵」へずらしします（写真①、②）。ただふたをしただけで、ロックをせずに火にかけると蒸気がもれ、吹きこぼれの原因にもなります。



### ③ 火にかけます

圧力鍋を火にかけてしばらくすると、自動調理スタートバルブから蒸気と水滴が出、さらに加熱が続くと鍋の内部の圧力が上がってきます。自動調理スタートバルブからの蒸気の放出がびたりとやむと、圧力表示ピンが徐々に上がります。

各料理に指定された銀色のリングが見えたらすぐに、リングが下がらない程度の弱火にします。ここからが加圧時間となります。料理ごとに時間が指示されているので、キッチンタイマーをその時間にセットします。第2リングで加圧する場合、火力が強すぎると第2リングの下の方の赤色が多く出て、危

険を知らせる音が出ることがあります。そのときはいったん火を止め、適正の状態にまでリングが下がったら、ごく弱火にします。火が弱すぎてリングが下がってしまったときは、リングが見えるまでやや火を強め、調理時間を少しのばします。



\*お手持ちのコンロの火力が特に大きい場合、強火にしたときに炎が鍋底からはみ出すようなら、火を少し弱めます。

## 冷却方法は3とおりあります

### a 自然冷却

指定の時間がきたら火を止め、そのまま圧力表示ピンが自然に下がるまでおきます。火を止めても、鍋の中は高温高圧が保たれています。その余熱も調理に利用するのが、自然冷却です。圧力表示ピンが完全に下がるまでは、まだ鍋の中に圧力が残っていることを示しているので、完全に下がるまで待ちます。もし、まだピンが下がりがきらない状態でふたをあけるときは、クッキングスライドを手前に引き、「ハンドル中央のふたがあいている絵」に合わせて残っている蒸気を逃がします。



### b 急冷

余熱の調理がいらないときはすぐに蒸気を抜いて急冷します。かたく絞ったぬれ布巾をふたの上に広げ、取っ手を片手でしっかり押えます。もう一方の手でクッキングスライド（ロック装置）を手前に引き、スライドを「ふたがあいている絵」に合わせます。シューッという音とともに、鍋の中の圧力（蒸気）が勢いよく出ます（放出口を人に向けてないこと）。圧力表示ピンが完全に下がったら、ふたをあけます。

この冷却方法は、豆類などのかさがふえる料理、カレーやおかゆなどの沸騰すると泡が立つ料理には、吹きこぼれる心配があるので行いません。



### c 水冷（急冷）

余熱の調理がいらず、しかもできるだけ早く圧力を抜きたいときの冷却方法です。指定の加圧時間が終わって火を止めたあと、鍋を静かに水道の蛇口の下へ移動します（鍋を必要以上に揺らしたり、振ったりしないこと）。ぬれ布巾をふたに広げ、上から水を静かに流して鍋を冷やします。圧力表示ピンが完全に下がったら、クッキングスライド（ロック装置）を手前に引き、「ハンドル手前のふたがあいている絵」に合わせ、ふたをあけます。鍋は水の中に直接つけないでください。鍋底がいたむことがあります。





## その他の注意点

### 【使用前に必ず点検しましょう】

13頁にある「調理前に注意すること」の項目を、使用前に毎回必ずチェックしましょう。前回の調理の際についた材料のかすが残っていないか、圧力表示ビンなどの部品はスムーズに動くかを確認します。

### 【重曹、多量の油は使えません】

圧力鍋は、重曹など急激に泡の出るものや、多量の油を使う料理には使用できません。

### 【加熱中は手を触れないでください】

火にかけた状態でふたをあけたり、加熱中に鍋に水をかけたりしないでください。また、鍋を揺らすなどの衝撃を与えないでください。

### 【使用後は毎回きれいに洗ってからしまします】

鍋を使ったあとは部品をはずし、それぞれを洗い、乾かしてからしまします。洗い方については12頁を参照してください。

### 【オープンで使用しないでください】

### 【蒸しものには、別売のすのこを使います】

ティッシュフェン圧力鍋は、蒸しもの用のすのこを別売しています。鍋には最低250mlの水を注ぎ、材

料のかさが低いものは、三脚をすえて材料を入れたすのこのをせます。材料のかさが高く、ふたが閉まらないものは、三脚をすえずに、すのこを水を張った鍋に直接入れます。10分間で約200mlの水分が蒸発しますので、長時間蒸すものはその割合で水分をふやします。※すのこ、三脚は別売です。

### 【蒸気を完全に抜いてからふたをあけます】

調理が終わっても、鍋の中にはまだ圧力があります。ティッシュフェン圧力鍋では安全性を考慮し、鍋の中の圧力（蒸気）が完全に抜けてからでないと、ふたがあかない構造になっています。圧力鍋は蒸気を閉じ込め高温高压で調理しますので、必ず完全に蒸気を抜いてからふたをあけてください。ふたをあけると、鍋の中に少しでも圧力が残っていると、ふたが飛んだり、高温の内容物が噴き出し、その内容物が手・腕にかかり、火傷を負う場合があります。非常に危険です。冷却後にもふたがあかない際、もしくはクッキングスライドを「ハンドル手前のふたがいている絵」にあわせて、強制的に蒸気を抜いた際には、もう一度、クッキングスライドを前後させていただくと、ふたがあきます。

## 圧力鍋で料理のバリエーションを広げましょう

圧力鍋はふたと本体を密着させて加熱し、鍋の中に蒸気を閉じ込め、圧力を上げて沸騰点を高めるしくみになっています。このように高温高压で調理するので、材料に早く火が通り、調理時間は通常の約1/3～1/6、光熱費も約1/4節約できます。

長時間かけて加熱しなくてはならない肉や、玄米、豆類も短時間で柔らかく煮え、加圧時間を調節することで魚は骨まで食べられるようになります。

短時間で調理できるので、素材のうまみを逃がさず、ビタミン、ミネラルの損失も抑えることができます。

これらの特色を生かして、圧力鍋は離乳食からお年寄りのための食事まで、あらゆる世代の食のニーズを満たしてくれます。環境の保全、高齢化社会に対応し、今後ますますキッチンで活躍する調理器具といえましょう。本書の料理で、食卓を彩ってごらんになりませんか。

## ティッシュフェン圧力鍋 Q&A

もし、こんなときには・・・ おかしいな、と感じたらまず火を止めてください。力まかせにふたを開けたりしないように。

### 使い始めの火力は？

基本的に中火です。中火とは鍋の底が厚くなっている部分いっぱいあたる火加減です。熱効率がいいのでコンロの小さいほうの火口のご使用をおすすめいたします。

### 加熱時間が長く、いつまでたっても圧力表示が上がってこない

#### ① 火力が弱すぎませんか？

基本的に圧力表示ビンが上がるまでは中火ビンが上がるまでは弱火のご使用ですがガス台によって差がありますので、調節してください。

#### ② ふたがきちんとしまっていますか？

ふたをする際に、本体としっかりと噛み合っていないと、ふた用のパッキンにすきまができてきちんと密閉されません。水平にしっかりとふたをしてください。

#### ③ 安全バルブのバルブ球が元（下室）に戻されていますか？

バルブ球が安全バルブの上室に行ってしまうと、そこから蒸気が放出され、いつまでたっても圧力がかかりません。ふたの内側から安全バルブを見て、バルブ球が見えないようなら、ふたの上側から指で下室に押し戻してください。

※バルブ球が安全バルブの上室に行ってしまう原因としては、次の事が考えられます。

- (1) 火力が強すぎ、安全機能が働いて、バルブ球が上室へ押し出された。
- (2) 洗っている時などに、指やスポンジで間違えて押ししまった。

#### ④ 水や煮汁が少なすぎませんか？

すくなくとも250mlの水または、煮汁が必要です。

#### ⑤ クッキングスライドが「ハンドル奥のふたがしまっている絵」になっていますか？

取手のクッキングスライドが「ハンドル奥のふたがしまっている絵」の位置にならないと、鍋が密閉されず、圧力が上がりません。

#### ⑥ ゴムパッキンはきちんとふたにはまっていますか？

ゴムパッキンがふたから一部分でもはずれていると、密閉状態になりません。ふたのフチにしっかりと納まっているか確認してください。

#### ⑦ 長期間の使用でゴムパッキンが硬化していませんか？

頻繁にご使用になる方で半年に1回、そうではない方も年に1回のパッキンの交換をお勧めします。ゴムパッキンは何度も使用することによって、弾力がなくなり、密閉力が弱くなります。（裂け目、ひび割れがないかも確認してください）

### 蒸気がふたのフチから出てくる

#### ① ゴムパッキンと鍋のふたのフチがきれいですか？

料理のカス等小さな物がついていても、そこにすきまができて蒸気モレの原因になります。

#### ② ゴムパッキンはきちんとふたにはまっていますか？

ゴムパッキンがふたから一部分でもはずれていると、密閉状態になりません。ふたのフチにしっかりと納まっているか確認してください。

#### ③ 長期間の使用でゴムパッキンが硬化していませんか？

何度も使用することによって、弾力がなくなり、密閉力が弱くなります。ふたのフチから、蒸気がもれたり、水滴が多く落ちるようになったら、お取替えのサインです。（裂け目、ひび割れがないかも確認してください。）毎日使用する方で約1年、使用しなくても経時劣化が起こりますので、使用頻度の低い方でも3年を目安に交換されることをお勧めします。

### 自動調理スタートバルブ（安全バルブ）から蒸気が激しく吹き出てくる

※加圧のしすぎにより、ティッシュフェン圧力鍋の安全機能が働き、蒸気を逃がしている状態です。火から鍋を下ろして、蒸気が出なくなるまでまててください。

### 激しく吹きこぼれる

材料を規定の分量より、たくさん入れすぎていませんか？ 圧力鍋に入れる材料は、煮汁も含めて鍋の深さの2/3までです。また、豆類など、加熱して量が増える物は煮汁を含めて、鍋の深さの1/3までです。ジャムなど砂糖を大量に使うものは全体をよく混ぜてからふたをしてください。

### もし、カラ吹きをしてしまったら

火をすぐ消し、鍋が完全に冷えるまで、そのままにしておいてください。上から水をかけたり、水につけたりしないでください。（底のハガキ等、なべの傷みの原因になります）

### お米が灰色に炊き上がった

白米を炊くと少々灰色がかって見えることがあります。これは圧力鍋の特徴のひとつでデンプン質が急にα化するからです。だからこそ粘りのある炊き上がりとなります。人体には全く無害です。

### ふたが固くて開閉しづらい

ゴムパッキンの油分を完全に取ると、ゴムパッキンと本体のすべりが悪くなり、ふたが固くなります。ゴムパッキンを洗剤等で洗浄された後、ふたが固くなった場合はパッキンに薄く食用油等を塗ってください。



本紙は大変重要な情報が記載されています。ご使用前に必ずお読みいただき、その後は取扱説明書と一緒に保管してください。

## 「圧力表示ピン」は使用後に必ず 分解して洗ってください。

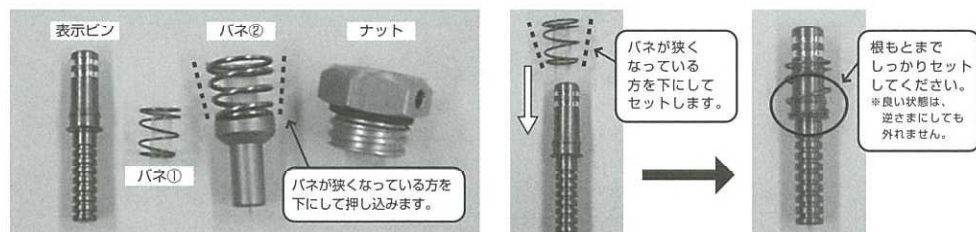
圧力表示ピンに調理物が付着するとピンの動きが悪くなり、圧力がかからなかったり、表示ピンのところから蒸気が漏れたりする場合があります。

使用後は必ず、分解して（取扱説明書 P12 参照）付着した調理物や汚れを洗い落とし、下に記載した「圧力表示ピン取り付け方法」に従い、正しく組み立ててください。

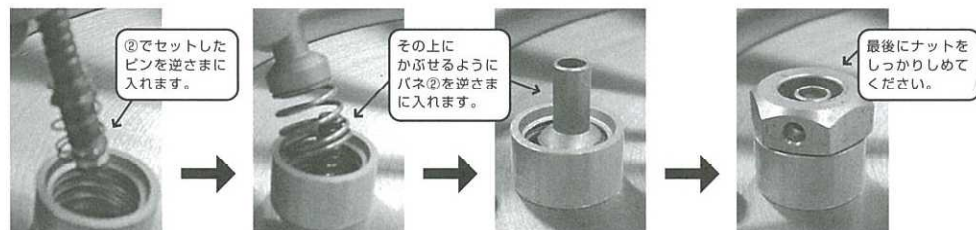
組立が間違っていると圧力表示ピンが正しく作動しません。  
また、外した部品は紛失しないように注意してください。

### 圧力表示ピン取り付け方法

- ① 部品がすべて揃っているか確認してください(4種)。 ② 表示ピンにバネ①をセットします。



- ③ 蓋の裏からセットします。



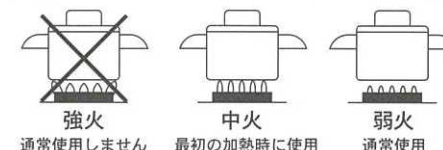
## マークティッシュフェン圧力鍋をお買い求めのお客様へ

この度は、マークティッシュフェン圧力鍋をお買い求めくださいます。誠に有難うございます。

ご使用の際には、下記の注意事項をよくお読みのうえ正しくご使用ください。

### 火力調整について

- 「ティッシュフェン圧力鍋取扱説明書」の中に強火で調理するレシピが掲載されていますが、ティッシュフェン圧力鍋は熱の伝導性に大変優れた商品ですので、強火で長時間ご使用頂くと、空焚き・焦げ付きの原因となる恐れがあります。調理の際はレシピ通り、圧力表示ピンが上がったら、必ず弱火に調節してご使用ください。



### ゴムパッキンと本体縁部の油について

- ゴムパッキン類には表面に白い粉が付着しています。これは表面の滑りを良くして耐久性を持たせる為に塗ってあるもので、人体には無害な滑石が原料です。効果は残りますので、ご使用前に水洗いをしてください。
- 本体の緑部分に油が塗布してあります。これは食品用の植物油です。ふたとのすり合わせを滑らかにする為に塗布してあります。人体には無害なものです。ご使用前に他の部分と同様に台所用洗剤を薄めたぬるま湯で洗って頂ければ落とすことが出来ます。
- ふたのゴムパッキンは、密閉性を保つために特殊な合成ゴムで作られています。表面を洗剤で強く洗われたり、長くご使用になって表面の滑らかさがなくなると、ふたの開閉が固くなることがあります。本体と擦れ合う表面部分に軽く小麦粉等の粉か植物油を塗布して頂ければ軽くなる場合がありますのでお試しください。