

注意須知事項

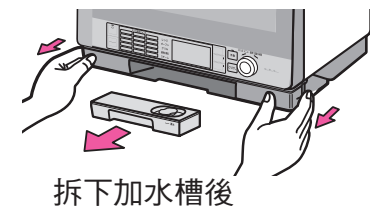
使用時，請充分留意下列內容。

水管排水 [P.67](#)

- 1 安裝白色底盤後，關閉爐門。
- 2 確認顯示部的「操作說明」後，從本體拉出加水槽。
- 3 按下 ，選擇 **清潔(水管排水)**。
- 4 按下  後開始進行清潔。
結束聲響起時，表示排水結束。

底座外殼的保養 [P.66](#)

- 底座外殼 是在蒸氣烹調等情況下，水蒸氣結露時，用來承接水珠的部位。請經常維護保養。
- 拆下加水槽之後，手指按住前方左右兩側的凹槽，一邊輕輕往上抬，一邊往前拉出。



拆下加水槽後

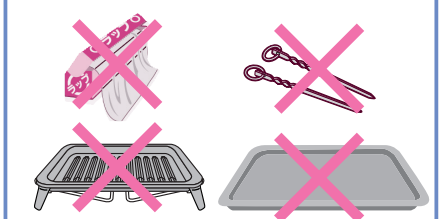
※安裝時，請確實向內推，直到聽見「喀嚓」的聲音。(如安裝不確實，會造成漏水或蒸氣不足的原因。)

要解凍肉類或魚類時，請直接連托盤一起放入。

- 取下包裝後，請直接將保麗龍托盤一起放入白色底盤中央。
- 完成時會呈現半解凍(已解凍七~八成)狀態。
(解凍後放置3~5分鐘，使其自然解凍)
- 份量的標準為100~1000g
- 加熱室在燒烤烹調、熱風烘烤烹調後會變得非常燙，請先打開爐門，待冷卻後再行使用。[P.45~46](#)

在微波加熱的情況下，請勿使用黑色烤盤或燒烤盤、燒烤盤上蓋等。

- 請勿使用產品內附的黑色烤盤、或金屬烹調用具(鋁箔紙、鐵籤等)。[P.31](#)
(產品內附的燒烤盤、燒烤盤上蓋，僅限以《料理入門》記載的方法使用。)[P.18~28](#)



容器的大小應配合食物份量

- 容器最適當的大小，是食物放入後占去容積的八成左右。
- 找不到適當的容器時，以「手動烹調」邊觀察情況邊進行加熱。[P.54~63](#)

同時溫熱2個以上的食品

- 已「自動烹調」同時溫熱2個相同的食品時，2個食品份量及容器的大小、重量應相等。
- 配菜要稍微取出距離，飲料則集中擺在靠近中央的位置。



以自動烹調同時溫熱保存溫度或種類不同的2道菜時

- 同時溫熱2道菜(常溫與常溫、常溫與冷藏、冷藏與冷藏)時，請按 **溫熱** [P.38](#)
- 同時溫熱2道菜(冷凍與冷藏)時，請按 **冷凍食品(左)與冷藏食品(右)** [P.39](#)
- 要溫熱上述以外的食物時，以「手動調理」邊觀察情況邊溫熱。[P.54~55](#)

⚠ 須注意突然沸騰的情況 [P.13](#)

- 飲料(水、牛奶、酒、咖啡、豆漿等)或咖哩、牛肉濃湯等較濃稠的食物，或油脂較多的鮮奶油、奶油等食物，可能會在加熱中或加熱後突然沸騰噴濺，而導致燒燙傷，需多加注意。

- 也需特別注意開口較窄的容器、或較小的杯子及馬克杯。
- 飲料請於加熱前及加熱後加以攪拌。



⚠ 注意燒燙傷

- 進行熱風烘烤烹調、燒烤烹調、蒸氣烹調以及保養部分的脫臭與清潔後，請勿碰觸本體(爐門、外殼、加熱室及其周圍)。

遇到這樣的情況時


遇到這樣的情況時並非故障，請再次確認下列事項。

委託維修前，請依下列要點及使用說明書，再次進行檢查。[P.68~73](#)

無法開啟電源 有時會無法開啟電源

- 請確認在開啟關閉爐門後，顯示部顯示出「操作說明」時，是否開始執行按鍵或旋鈕的動作。(當「待機時消耗電力OFF機能」運作時，顯示部的顯示內容將消失，且不會執行按鍵的動作。)

在熱風烘烤預熱中， 箱內燈會呈熄滅狀態。

- 預熱中，為了省電的關係，會將箱內燈熄滅。想在預熱中觀察加熱室的狀態時，按下 ，箱內燈將亮燈約5秒鐘。

已冷凍的白飯等 無法順利溫熱。

- 請務必將食物放在容器(平底盤)上加熱。不使用容器(平底盤)，而是直接以包著保鮮膜的狀態加熱時，食物無法獲得溫熱的效果。容器最適當的大小，是食物放入後占去容積的八成左右。
- 以「容器記憶」溫熱食物，可獲得理想的溫熱效果。[P.42~44](#)

微波時出現火花(閃光)

- 是否使用黑色烤盤(黑色琺瑯盤具)，以「溫熱」或「微波」進行加熱?
- 加熱時燒烤盤是否已鋪上鋁箔紙?
- 白色底盤或燒烤盤等是否附著食物碎屑?

看不到蒸氣

- 熱風烘烤模式在運轉時處於高溫狀態，因此可能看不到蒸氣。此外，自動烹調的蒸氣類型會因食譜選擇而有異。產生蒸氣時，將亮起「蒸氣」指示燈。


加熱中，顯示部和爐門 出現霧氣或滴下水珠。

- 部分食譜選擇會使食物的水分轉為水蒸氣，導致顯示部和爐門的內側起霧。當爐門內側等結露，滴到爐底時，請用布擦拭乾淨。

加熱室內有白色粉末 附著。

- 白色附著物的成分，是自來水中礦物質成分(鈣、鎂)蒸發後殘留的物質。礦物質成分不會造成危害。請以非常用力擰乾的溼布擦拭。

烹調結束後， 風扇仍發出風切聲。

- 按下  時或烹調結束後，為了讓電器零件降溫，風扇會運轉3分鐘，並非故障。冷卻結束後，風扇將自動停止。

已設定的溫度會中途 出現變化。

- 熱風烘烤**(預熱)時、300°C的運轉時間約為5分鐘。之後自動轉為250°C。

有時無法設定為300°C

- 在加熱室處於高溫狀態時、以及「不預熱」的情況下，設定溫度最高為250°C。

日立過熱水蒸氣熱風烘烤微波爐 型號 MRO-GV300

速成使用入門

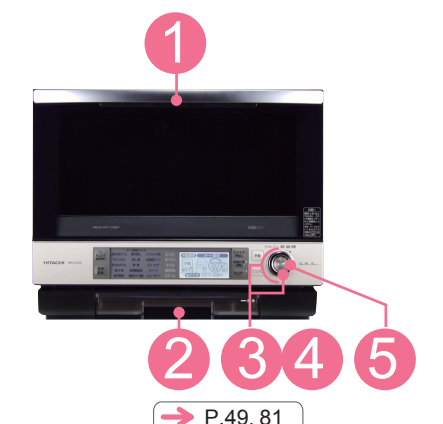
速成使用入門

[P.00](#) 左方標示代表「使用說明書」的記載頁面。

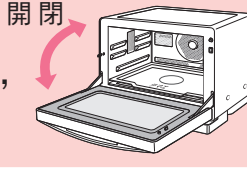
第一次使用時的準備工作

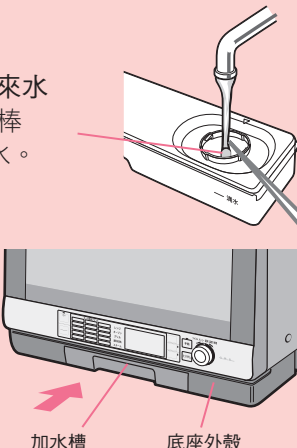
- 1 設置時，請將本產品與牆壁等之間保留一些距離，並裝上接地線。安全上應注意事項→請參閱 [P.10~15](#)，以正確方法設置本產品。

本體的兩側與背面，可緊貼牆壁或傢俱等部位。為維護周圍環境，請勿將本產品設置於四周採用不耐熱壁材或非廚具的場所。靠近本體背面的牆面為玻璃材質時，會有因溫差而造成破裂的危險，因此請將設置距離間隔20cm以上。即使依照左圖所示的距離作間隔，仍可能因排氣造成髒污或結露。進一步拉長間隔距離，或是對牆面貼上鋁箔紙，即可減少髒污或結露。
- 2 實施三點式重量傳感器(GPS)的調整歸零點
 - 1 將電源插頭插入插座，打開一次爐門啟動電源後，顯示部將顯示「操作說明」。
 - 2 將白色底盤放入加熱室底部(將刻有「前面」標示的方向朝外)。
 - 3 關閉爐門後，持續按住  3秒鐘。在「嗶」聲與蜂鳴聲響起數秒後，將顯示「操作說明」，表示調整歸零點結束。[P.5](#)
- 3 進行空烤(脫臭)
 - 1 取出白色底盤。
 - 2 進行空烤(脫臭)(選擇 **脫臭**) [P.5](#)







自動烹調的使用方法(烤雞肉的範例)

- 1 開啟爐門，放入已擺上食物的燒烤盤後，關閉爐門。

開啟爐門即啟動電源
只將電源插頭插入插座，不會開啟電源。為達省電效果，當爐門關閉後10分鐘左右內沒有任何操作動作時，將自動切斷電源，且顯示部的「操作說明」也會消失，即使按下按鍵也不會執行動作。開啟關閉爐門將啟動電源，顯示部分也會顯示「操作說明」，並執行按鍵的動作。[P.49, 81](#)
- 2 加入自來水
 - 1 從本體拉出加水槽
 - 2 打開加水口蓋加入自來水加水至加水口內的量棒(滿水計)前端為滿水。(確認是否呈水平)
 - 3 蓋上加水口蓋
 - 4 將加水槽裝回本體。推到與周圍底座外殼相同的位置。

調整歸零點的提醒
●平常使用時，也請不定時實施調整歸零點。有助於實現理想的烹調結果。[P.5](#)

提醒
●使用的水，請用以氯消毒過的自來水。使用硬度高的水時，會噴出氯化石灰(白色粉末)，若長時間使用，可能會堵塞蒸氣噴出口。噴出口如有明顯的白色殘垢，建議使用日本國產的純水。此外，使用下述的水時，容易產生細菌或雜菌，故每次使用過後，請清洗加水槽。
●淨水器的水
●礦泉水
●鹼離子水
●井水等
- 3 選擇自動烹調的分類後，再按決定。
- 4 選擇食譜選擇後，再按決定。
- 5 按下  後開始加熱。結束聲響起後 取出食物。
- 6 使用後進行保養及排水。

加熱室裡面的孔洞會忽明忽暗。為維持加熱室溫度的溫度，熱風加熱器會間歇通電。

●烹調結束後，倒掉加水槽剩下的水，並進行水管排水。[P.3](#)「水管排水」
●待加熱室溫度冷卻後，請將附著在加熱室內的水珠擦乾。

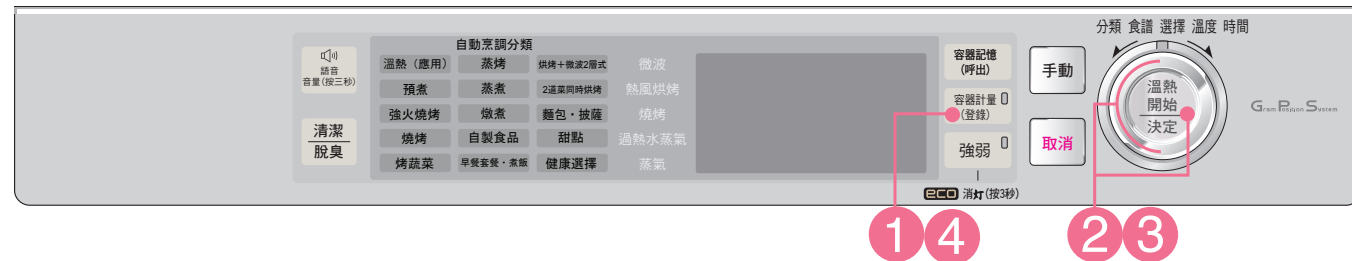
手動烹調的使用方法 [P.54~63](#)

容器記憶溫熱的使用方法 (白飯~溫酒)

「容器記憶溫熱」，是依個人喜好進行溫熱的功能。
為獲得理想的烹調結果，請配合使用方法實施以下操作步驟。

使用方法1 登錄現有的容器重量

※將白飯用的容器，登錄為容器編號「2」的情況



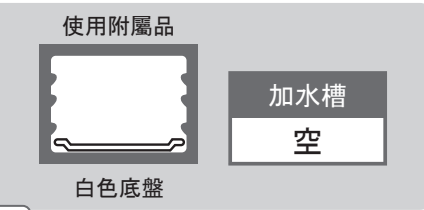
準備 將要登錄的空容器放在白色底盤中央後，關閉爐門。

1 按下「容器記憶」(登記) 容器計量燈將閃爍。

2 選擇食譜選擇後，按下決定

3 選擇容器編號後，按下決定

4 按下「容器計量」(登記) 後進行登錄
●約過6秒鐘後，將響起「嗶—」的聲音，代表容器登錄結束。

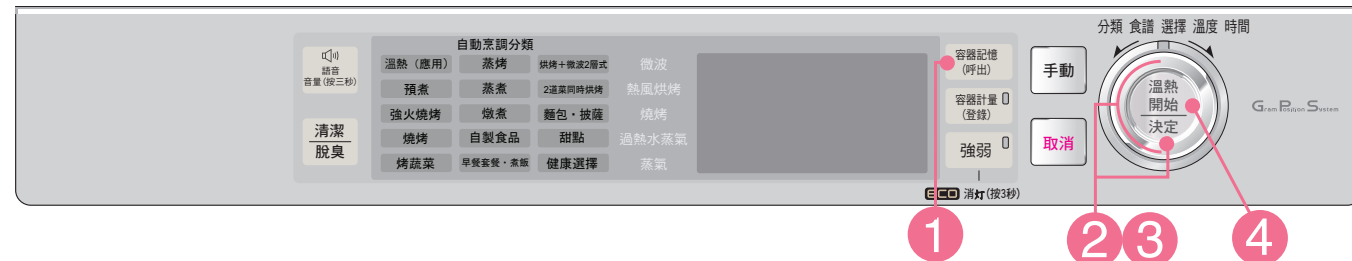


可登錄的食譜選擇與容器數量

食譜選擇編號	容器編號
白飯	1~4
冷凍白飯	1~4
湯品	1~4
牛奶	1~4
溫酒	1~4

使用方法2 使用已登錄的容器進行溫熱

※使用容器編號登錄為「2」的容器，溫熱白飯的情況。



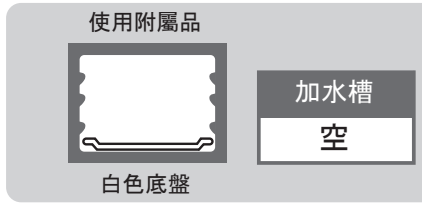
準備 將食物放入已登錄的容器，把容器放到白色底盤的中央後，關閉爐門。

1 按下「容器記憶」(登記)

2 選擇食譜選擇後，按下決定

3 選擇容器編號後，按下決定

4 按下「開始溫熱」開始溫熱。
●結束聲響起後取出食物。



按「強弱」，依個人喜好來調整強弱。
●本機將記憶強弱調節的設定。

●開始加熱約6秒後，將顯示食物重量(以10g為單位)。(約3秒鐘)

●顯示至結束為止的剩餘時間。

●食物的份量與溫度(1人份的份量如下表所示。)

食譜選擇	食物的份量	食物的溫度	溫熱的秘訣
白飯	100~300g	常溫	→ P.25
冷凍白飯	100~300g	冷凍	→ P.29
湯品	100~300g	常溫	→ P.25
牛奶	100~400mL	冷藏	→ P.30
溫酒	10~300mL	常溫	→ P.134

※溫度標準方面，常溫約20℃、冷藏約0℃~10℃左右、冷凍為約-18℃。
※冷藏的白飯，請利用「溫熱」進行加熱。
※冷藏的湯品、常溫的牛奶、冷藏的酒類，以手動烹調邊觀察情況邊加熱。→ P.40、41、51

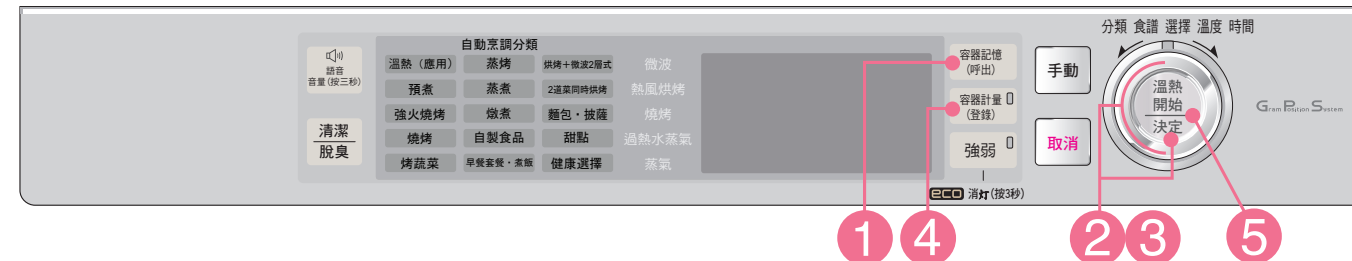
大小、形狀、重量大致相同時，可同時登錄及使用2個容器。
●容器的大小、形狀不同時，會造成加熱不均。
●請選擇種類、份量相同的食物。
●食物的標準份量為左表的2倍。但，牛奶、溫酒以500mL為限。
●請將食物集中放在白色底盤的中央。(參閱下圖)
●左右兩邊食物的烹調結果，會因種類或份量而有些許不同。

不可同時登錄及使用3個以上的食物。(將造成加熱不均，無法順利溫熱)



使用方法3 以不登錄現有容器重量的方式進行溫熱

※使用未登錄的容器，以白飯進行溫熱時。



準備 將要使用的空容器放在白色底盤中央後，關閉爐門。

1 按下「容器記憶」(登記)

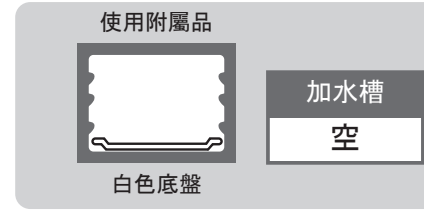
2 選擇食譜選擇後，按下決定

3 選擇「不登錄」後，按下決定

4 按下「容器計量」(登記)
●約過6秒鐘，發出「嗶—」的聲音後，即完成容器的測量。

打開爐門，將食物放入已測量的容器後，關閉爐門。

5 按下「開始溫熱」開始溫熱。
●結束聲響起後取出食物。



按下「強弱」，依個人喜好來調整強弱。
●本機將不會記憶強弱調節的設定。

●開始加熱約6秒後，將顯示食物重量(以10g為單位)。(約3秒鐘)

●顯示至結束為止的剩餘時間。

※「白飯」是顯示根據重量計算白米的標準熱量。不顯示其他食譜選擇。

●顯示至結束為止的剩餘時間。

請將下表當成已登錄容器的備忘錄使用。

●要修正已登錄的內容時，請貼上包裝內附的「黏膠式便條」。

容器編號	食譜選擇				
	白飯	冷凍白飯	湯品	牛奶	溫酒
1					
2					
3					
4					

善用容器記憶的方法

- 對同一食譜選擇的容器編號上，登錄其他容器時，上次登錄的內容會被取消。
- 即使拔掉電源插頭或停電也會維持記憶。
- 按住「容器記憶」3秒鐘，即可將已登錄的「容器記憶」的內容全部刪除。「已刪除容器登錄資訊」。無法個別刪除各食譜選擇所登錄的不同內容。「容器記憶」若未進行容器計量、登錄，將無法進行烹調。