

注意須知事項

使用時，請充分留意下列內容。

水管排水 → P.90

- 1 安裝白色底盤後，關上箱門。
- 2 確認液晶面板已顯示最初畫面後從本機拉出加水槽。
- 3 觸碰 **保養・設定** 按鍵後，再觸碰 **水管排水** 按鍵。
- 4 按下 **溫熱開始** 鍵後開始進行清潔。結束聲響起時，表示排水結束。

底座外殼的保養 → P.88

- 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，手指按住左右兩側前方的凹處，輕輕往前拉出，即可取出。



拆下加水槽後

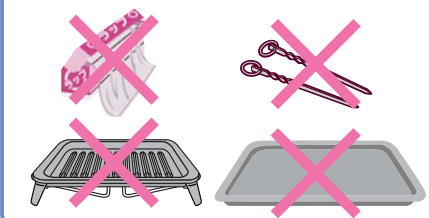
※安裝時，請確實向內推，直到聽見「喀啦」的聲音。(如未確實安裝，可能造成漏水或蒸氣不足。)

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，請先打開箱門，待冷卻後再行使用。 → P.64、45

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.35
- (產品內附的燒烤盤、燒烤盤上蓋，僅限以《料理集》記載的方法使用。) → P.20~32



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.72、73

2個以上的食品同時溫熱

- 以「自動烹調」同時溫熱2個相同的食品時，2份食品的份量及容器的大小、重量應趨近相等。



■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 **001溫熱** → P.54
- 同時溫熱2道菜(冷凍與冷藏)時，請按 **008冷凍食品(左) 冷藏食品(右)** → P.55
- 要溫熱上述以外的食物時，請利用手動烹調(微波加熱)功能，邊觀察情況邊溫熱。 → P.72、73

⚠ 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、燴類等較濃稠的食物，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，請勿碰觸本機(箱門、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.91~97

現象	原因
無法開啟電源 有時會無法開啟電源	●在開啟關上箱門後，液晶面板將顯示最初畫面，請確認是否可進行按鍵及觸碰操作。(當「待機時消耗電力OFF機能」運作時，液晶面板的顯示內容將消失，且不會執行按鍵的動作。)
觸碰液晶觸碰面板後沒有反應	●觸碰面板時，操作的手部是否穿戴手套或貼有OK繃？是否以指甲觸碰面板？ ●操作液晶觸碰面板按鍵時，請以手指觸碰的方式進行操作。 ●是否同時觸碰到旁邊的按鍵？為防止意外操作，當操作者同時觸碰到兩個按鍵時，將不會出現任何反應。 ●液晶觸碰面板是否附著汗垢、水滴或中性清潔劑？當液晶觸碰面板髒污時，可能無法辨識手指觸碰按鍵的動作，導致本機沒有任何反應。請將髒污擦拭乾淨。
在熱風烘烤預熱中，箱內燈呈熄滅狀態。	●在熱風烘烤或預熱的過程中為了省電，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 ，箱內燈將亮燈約5秒鐘。
以冷凍的白飯等無法順利溫熱。	●請進行三點式重量感應器(GPS)的「歸零點調整」。 ●請將飯裝入塑膠容器，或用保鮮膜包住，以 002冷凍白飯溫熱 進行加熱。 ●使用 005解凍溫熱 時，請務必將食物放在容器(扁平的餐盤)上加熱。容器最適當的大小，是食物放入後占去容積的八成左右。
微波時出現火花(閃光)	●是否使用黑色烤盤(黑色琺瑯器具)或燒烤盤，並以 微波 進行加熱？ ●加熱室壁面或白色底盤等部位是否附著食物碎屑？
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，液晶面板和箱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，導致液晶面板和箱門的內側起霧。當箱門內側等結露，滴到箱底時，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。請以用力擰乾的濕布仔細擦拭髒污。
即使烹調結束後，風扇仍發出咻咻聲	●當重複烹調後(總計烹調時間超過8分鐘以上時)，或按下 取消 按鍵後，為了冷卻電力零件，風扇可能會運轉約10分鐘，並非發生故障。結束冷卻後，風扇會自動停止。

日立過熱水蒸氣熱風烘烤微波爐 型號 MRO-LV300T

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。
安全上應注意事項→請參閱 (→ P.10~15)，以正確方法設置本產品。
本機的兩側與背面，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。靠近本機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，或是對牆面貼上鉛箔紙，即可減少髒污或結露。
- 2 實施三點式重量感應器(GPS)的歸零點調整
1 將電源插頭插入插座，打開一次箱門啟動電源後，打開電源，液晶面板將顯示最初畫面。
2 將白色底盤放入加熱室底部(將刻有「テマエ」標示的方向朝外)。
3 關上箱門，觸碰 **保養・設定** **調整歸零點** 按鍵後，再按下 **溫熱開始** 按鍵。
當「嗶」聲響起經過數秒後，重量感應器的歸零點調整結束。 → P.5
- 3 進行空燒(脫臭)
1 取出白色底盤。
2 進行空燒(脫臭)(觸碰 **保養・設定** **脫臭** 按鍵，再押下 **溫熱開始** 按鍵) → P.5



自動烹調的使用方法 (範例：027 鹽燒牛肉)

- 1 開啟箱門，放入已擺上食物的燒烤盤後，關上箱門。
請進行三點式重量感應器的歸零點調整。
●平常使用時，也請不定時實施歸零點調整。有助於實現理想的烹調結果。 → P.5
- 2 加入純水
1 從本機拉出加水槽
2 將加水槽平放，加水(純水，蒸餾水)至滿水線。可從加水口看見滿水標準線被遮住的位置，即為滿水位置。
3 蓋上加水口蓋
4 將加水槽裝回本機。推到與周圍底座外殼相同的位置。
只將電源插頭插入插座，不會開啟電源。
為達到省電效果，當箱門關上後10分鐘左右沒有任何操作動作時，將自動切斷電源，且液晶面板的「最初畫面」也會消失，即使按下按鍵也不會執行動作。開啟關上箱門將啟動電源，液晶面板也會顯示「最初畫面」，並執行按鍵的動作。
提醒
●請勿在5°C以下的環境使用加水槽。(蒸氣、過熱水蒸氣烹調將無法順利進行。)
使用的水，請用純水、蒸餾水。使用自來水、淨水器的水、礦泉水、鹼離子水、井水等等的情况時，容易產生黴菌或雜菌。長時間使用時可能會堵塞蒸汽噴出口。
·淨水器的水 ·鹼離子水
·礦泉水 ·井水等
- 3 依序觸碰 **從料理集中選取**、**分類**、**燒烤** 按鍵。
- 4 觸碰 **肉** 按鍵，再依序觸碰 **次**、**鹽燒牛肉** 按鍵。
- 5 按下 **溫熱開始** 鍵後開始加熱。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。為維持加熱室的溫度，熱風加熱器會間歇通電。
●使用的水，請使用純水、蒸餾水。並進行水管排水。 → 本書P3「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.71~85

自動烹調的操作方法

自動食譜可從「分類」、「食譜編號」、「材料別」、「使用過的食譜」中選擇。

從「分類」中選擇食譜

可從燒烤、蒸烤、炸物、自製食品等烹調分類中選擇食譜



1 2

範例：選擇 [022 漢堡排] 時

訊息 打開箱門後隨即開啟電源。

準備 放入食譜所需的附屬品與食物後，關上箱門。若食譜需使用蒸氣，請將加水槽加水至滿水線後，再裝入本機。

※使用的附屬品因食譜而異。請根據操作步驟或料理集、液晶面板的小圖示正確使用。

自動烹調時使用的附屬品 → P.21~32

1 觸碰 **從料理集中選取**、**分類** 按鍵，再觸碰 **燒烤** 按鍵。



2 觸碰 **肉** 按鍵後，再觸碰 **漢堡排**。

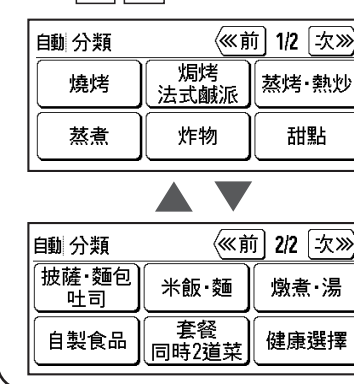


欲調整強度時 → P.37

3 按下 **溫熱開始** 鍵開始溫熱。

結束聲響起後取出食物。

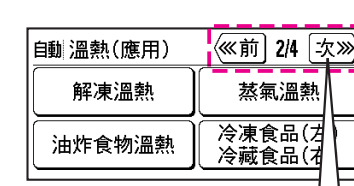
其他烹調分類的選擇方法
利用 [前] [次] 翻動頁面



頁面的翻動方法

在食譜選擇畫面等頁面較多的情況下，可觸碰畫面右上方的 [前]、[次] 按鍵來翻動頁面。

※只有單頁的情況下將不會顯示



觸碰後，將往前翻動一頁。



觸碰後，將往後翻動一頁。

頁數
(顯示目前頁面/所有頁面)

根據「食譜編號」選擇食譜

可根據料理集所記載的食譜編號選擇食譜。



1 2

範例：選擇 [022 漢堡排] 時

訊息 打開箱門後隨即開啟電源。

準備 放入食譜所需的附屬品與食物後，關上箱門。若食譜需使用蒸氣，請將加水槽加水至滿水線後，再裝入本機。

※使用的附屬品因食譜而異。請根據操作步驟或料理集、液晶面板的小圖示正確使用。

自動烹調時使用的附屬品 → P.21~32

1 觸碰 **從料理集中選取**、**食譜編號**，再觸碰 [0]、[2]、[2]



亦可以觸碰兩次 [2]、再觸碰 [決定] 按鍵來選擇食譜。

※在食譜編號個位數的情況下，可輸入「個位數數字」→再按下 [決定] 後顯示食譜。

2 觸碰 **決定** 鍵

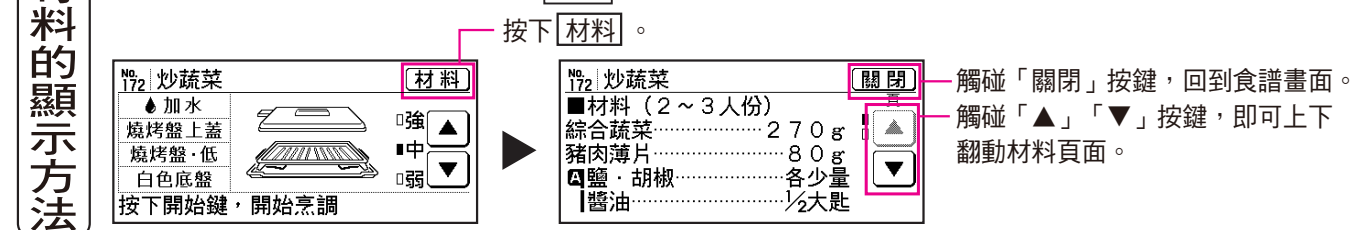


欲調整強度時 → P.37

3 按下 **溫熱開始** 鍵開始溫熱。

結束聲響起後取出食物。

觸碰食譜畫面右上方所顯示的 **材料** 鍵，即可確認材料。



觸碰「關閉」按鍵，回到食譜畫面。
觸碰「▲」「▼」按鍵，即可上下翻動材料頁面。

從「材料別」選擇食譜

●可根據肉類、魚貝類、蛋、豆腐、蔬菜類、米、麵、麵粉類、乳製品選擇食譜。

訊息 打開箱門後隨即開啟電源。

準備 放入食譜所需的附屬品與食物後，關上箱門。若食譜需使用蒸氣，請將加水槽加水至滿水線後，再裝入本機。

※使用的附屬品因食譜而異。請根據操作步驟或料理集、液晶面板的小圖示正確使用。

自動烹調時使用的附屬品 → P.21~32

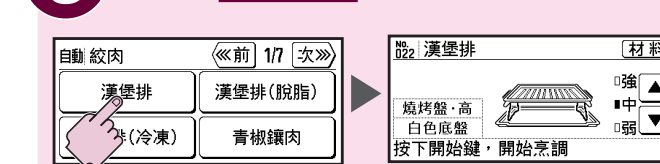
1 觸碰 **材料別** 後，再觸碰 **肉類**。



2 觸碰 **絞肉**



3 觸碰 **漢堡排**



欲調整強度時 → P.37

4 按下 **溫熱開始** 鍵開始溫熱。

結束聲響起後取出食物。

根據「使用過的食譜」選擇食譜

●本機將自動記憶最近使用過的食譜。(最多記憶20份食譜) 方便您選擇家中的人氣食譜。

訊息 打開箱門後隨即開啟電源。

準備 放入食譜所需的附屬品與食物後，關上箱門。若食譜需使用蒸氣，請將加水槽加水至滿水線後，再裝入本機。

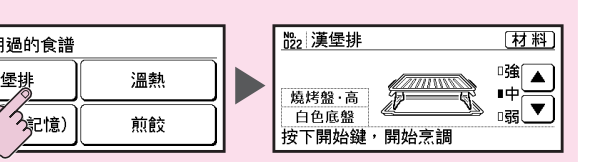
※使用的附屬品因食譜而異。請根據操作步驟或料理集、液晶面板的小圖示正確使用。

自動烹調時使用的附屬品 → P.21~32

1 觸碰 **使用過的食譜**



2 觸碰 **漢堡排**



※若未曾使用漢堡排食譜，**漢堡排** 將不會出現在 [使用過的食譜] 中。

欲調整強度時 → P.37

3 按下 **溫熱開始** 鍵開始溫熱。

結束聲響起後取出食物。

■ **使用過的食譜** 會自動記憶近期所使用過的20份食譜資料。

■ **使用過的食譜** 會記憶「強弱調整」的設定資料。

■ 工廠出貨時，尚未記憶任何食譜。

■ 要刪除 **使用過的食譜** 內容時，請參閱「使用過的食譜刪除」。 → P.87