

HIGH-QUALITY  
STAINLESS STEEL POT



## 経済的な ウォーターシール効果

本体と蓋の密着性が高い  
「ウォーターシール効果」で  
調理時間を短縮できます。



## 素材を生かした ヘルシー料理が簡単に

最小限の水でゆで  
上げ、野菜の栄養分  
の流出を抑えます。



## 200V機器にも対応で 熱源を選びません

あらゆる熱源に対応します。  
もちろんガスにも使えます。



# \*HEALTHY COOK [ヘルシークック] シリーズの使用法 **重要**

## 通常使用における火力



●最初、**中(中火)**で加熱し、蒸気がでたり、沸騰したら**弱(弱火)**又は**トロ火**で調理します。

※**強(強火)**で調理すると、料理がこげつきます。

●鍋本体の蓄熱効果により、**弱(弱火)**、**トロ火**でも材料の中まで十分熱が伝わります。

※調理時、多少の蒸気がでて問題ありませんが、フタがカタカタ鳴ったり、吹きこぼれそうになった場合は、火力が強すぎますので火力を調整してください。

## 鍋の予熱方法(無水調理)

●ウォーターシール効果を活かした無水調理の際は、通常の調理と違い、鍋を予熱する必要があります。

■鍋の予熱方法(通常の煮物等の調理では必要ありません。)



## 予熱の目安

低温：水滴は玉状にならず、ジュツと音をたてて蒸発していく。

適温：水滴が水玉状になり、鍋の中を転がる。

高温：水滴が多数の小さな水玉になり、激しく鍋の中を動き回る。

※火加減が強すぎたり、予熱が十分でないと、食材がこげつく原因になります。

※使用環境や食材によって、本体が変色する場合がありますが衛生上問題はありません。



品名	寸法	満水容量
片手鍋	14cm	1.3ℓ
片手鍋	16cm	1.7ℓ
片手鍋	18cm	2.5ℓ
両手鍋	18cm	2.5ℓ
両手鍋	20cm	3.2ℓ
両手鍋	22cm	4.6ℓ
両手鍋	24cm	3.7ℓ

※製品仕様は予告なく変更することがあります。

## 品質表示

■材料の種類/本体:ステンレス鋼  
(クロム18%) (底の厚さ 0.8mm)  
蓋:ステンレス鋼  
取っ手・つまみ:フェノール樹脂

MADE IN JAPAN

商品、取扱説明書の不明な点についての問い合わせ先

## 株式会社 タマハシ

エポラス事業部  
〒959-1241 新潟県燕市小高 4549-6  
TEL 0256-63-9545 FAX 0256-66-2252  
URL <http://www.smile-king.co.jp>  
E-mail [tamahashi@smile-king.co.jp](mailto:tamahashi@smile-king.co.jp)  
製造番号

受付時間/月～金曜 10:00～12:00・13:00～17:00  
(土日祝日を除く)