

RECIPE BOOK

レシピブック

Baked pudding



French toast



One plate breakfast



Grilled salmon



Herb cheese grill with vegetables and chicken wings



Crisp tempura



Hot Air Fryer

忙しい朝に



ワンプレート朝ごはんセット



使用するもの

付属のプレート、
クッキングシート

温度 120℃

⌚ 時間 15分

材 料

(1人分)

卵 1個
ベーコン 2枚
トマト 3個
野菜 ※お好みで

冷凍でもOK!

作り方

1. バスケットにプレートをおき、クッキングシートを敷いて、卵を割り入れる
2. 空いているところにベーコン、トマト、その他お好みの野菜を並べる
3. 120℃で15分加熱する

ポイント

1

卵はバスケットの縁に寄せてください
(白身が固まるのに時間がかかります)

ポイント

2

冷凍の野菜をうまく使うと手軽に、
栄養バランスのいい朝食になります

焼 鮭



忙しい朝に

使用するもの

付属の焼き網

温 度 180℃

🕒 時間 8分

材 料

(1人分)

塩鮭の切り身 …… 1切

作り方

1. バスケットに焼き網をおき、切り身を並べる
2. 180℃で8分加熱する

ポイント

1

皮目を上にして、バスケットの縁に沿って並べるときれいに焼けます
切り身が大きい場合、また数切れ入れた場合は、時間を長くします

ポイント

2

照り焼きや、西京焼きなどの味のついた魚からえびやいかなど、どんな魚介にも対応できます



お客さまの
おもてなしに



季節野菜と手羽先のハーブ焼き

使用するもの

クッキングシート

温度 200℃

①時間 15分

材料

(2人分)

手羽先…………… 4本

好みの野菜

<一例>

●かぼちゃ
(5ミリくらいの薄切りで2枚)

●なす1本
(1センチくらいの輪切り)

●パプリカ1/4
(たてに1センチくらいに切っておく)

●枝豆(5さやくらい)、

●トマト など

調味料

オリーブオイル…… 大さじ2

ハーブソルト …… 小さじ2

パルメザンチーズ…大さじ1

お好みで

作り方

1. お好みの野菜を切っておく
2. バスケットにクッキングシートを敷いて、野菜を並べオリーブオイルとハーブソルトの半量とお好みでパルメザンチーズをかける
3. 2.の上に手羽先を皮目を上にして並べ、皮の部分に残りのオリーブオイルとハーブソルトをかける
4. 200℃で15分加熱する

ポイント
1

手羽先は皮目を上に置いて、できるだけ重ならないように並べます
かぼちゃなどの根菜は厚みがあると時間がかかりますので5mm以下に切りそろえます

ポイント
2

季節の野菜、好きな野菜をご使用できます
バルサミコ酢やレモンを添えると、よりおいしくお召上がりいただけます

丸ごとカマンベールチーズと フルーツのグリル

お客さまの
おもてなしに



使用するもの

付属のプレート、
クッキングシート

温度 200℃

時間 8分

材料

(1人分)

カマンベールチーズ 1個
りんご …………… 1/8
お好みのドライフルーツや
ナッツ

トッピング

はちみつ、ブラックペッパー

作り方

1. カマンベールチーズの上面に十字の切れ目を入れる
2. バスケットにプレートをおき、クッキングシートを敷いて、カマンベールチーズ、薄切りにしたりんご、ドライフルーツやナッツを並べる
3. 200℃で8分加熱する

ポイント

1

調理の20分くらい前に、カマンベールチーズを冷蔵庫から出しておくときれいに加熱できます
ドライフルーツやナッツは焦げやすいので注意してください

ポイント

2

お好みではちみつとブラックペッパーをかけると味が深まります



晩酌の
おつまみに



サクサク天ぷら 温め直し



使用するもの

付属の焼き網

温度 200℃

🕒 時間 4分

材 料

(1人分)
お惣菜の天ぷら
(えびや野菜、かき揚げ)
..... 2枚

作り方

1. バスケットに焼き網をおき、お惣菜の天ぷらを並べる
2. 200℃で4分加熱する

ポイント

1

焼き網にのせる際に、できるだけ重ならないように並べます
惣菜の大きさによっては、時間がかかる場合があります

ポイント

2

フライやから揚げの温め直しも同じように調理してください

豚肉と野菜の蒸し焼き



夕飯の
一品に

使用するもの

クッキングシート

温度 200℃

①時間 8分

材 料

(1人分)

豚バラスライス … 60g

袋入りカット野菜

(にらもやしミックス)

…………… 1/2袋

顆粒だし…………… 小さじ1

しょうゆ…………… 小さじ2

ごま油…………… 大さじ1

塩コショウ…………… 少々

作り方

1. バスケットにクッキングシートを敷き、袋入りカット野菜、顆粒だし、しょうゆ、ごま油をいれ、調味料が野菜全体にいきわたるように混ぜる
2. 1.に豚バラスライスをふたをするように並べて、肉に塩コショウをふる
3. 200℃で8分加熱する

ポイント

1

豚肉から落ちた油が野菜と混ざり、おいしく仕上がります
豚肉の表面にうっすらと焦げ目がつくのができあがりの目安です

ポイント

2

顆粒だしを中華風にしたり、シーフードミックスなどを加えてもおいしくできます



お子様の
おやつに



フレンチトースト



使用するもの

付属のプレート、
クッキングシート

温度 180℃

① 時間 8分

材 料

(1人分)

バケット

(2センチ程度の輪切り)

..... 2枚

卵 1個

牛乳..... 80cc

砂糖..... 大さじ1

トッピング

バターやはちみつ、シロップ、
粉糖、フルーツなど

作り方

1. ボウルに卵を溶き、牛乳、砂糖を加えてよく混ぜたら、バケットにしみこませます
2. バケットにプレートをおき、クッキングシートを敷いて、1.のバケットを並べる
3. 180℃で8分加熱する

ポイント

1

バケットにはしっかりと卵液をしみこませてください
両面をサクッとさせたい場合は、途中で裏返してください

ポイント

2

盛り付けの際に、温かいうちにバターをのせると、風味がよくなります

焼きプリン



お子様の
おやつに

使用するもの

付属のプレート、
プリン用の耐熱容器

温度 160℃

⌚ 時間 12分

材 料

(2人分)

卵 1個
牛乳 90cc
砂糖 大さじ1と1/2
バニラエッセンス 少々
カラメルソース 適量

お好みで

トッピング

ブルーベリーなど

作り方

1. ボウルに卵を溶き、牛乳、砂糖、バニラエッセンスを加えてよく混ぜたら耐熱容器にそそぐ
 2. バスケットにプレートをおき、1.を並べる
 3. 160℃で12分加熱する
 4. あら熱をとって冷蔵庫で冷やしてカラメルソースをかけたらできあがり
- ※ 楊枝を刺してみて、液がでるようでしたら、バスケットに戻して予熱の状態で3～5分置いておく

ポイント

1

容器の大きさに合わせて固まり具合が変わってきますので、途中で確認してください

ポイント

2

カラメルソースは、卵液を注ぐ前に入れてもOKです



S-cubism