

# ムスタクッカー

同時  
蒸しながら炊く サイマル調理器

EARTHENTEC



蒸し皿



レシピはこちら

株式会社ミヤオカンパニーリミテド

# 白米の炊き方



## ご飯の炊き方

- ① 下記分量の米を水で軽く洗う。
- ② 洗った米と水を本体鍋に入れ、30分以上浸水させる。  
(鍋内側のラインが水分量の目安です)
- ③ 蓋をして、下記の加熱時間を目安に加熱する。  
※吹きこぼれそうな場合は火を止めてください。
- ④ 余熱で蒸らし終わったら、軽やかに混ぜて余計な水分を飛ばしてできあがり。

残ったご飯は、そのまま本体鍋をおひつとして冷所で保存。電子レンジで温めなおせば、ふっくら美味しいご飯に戻ります。

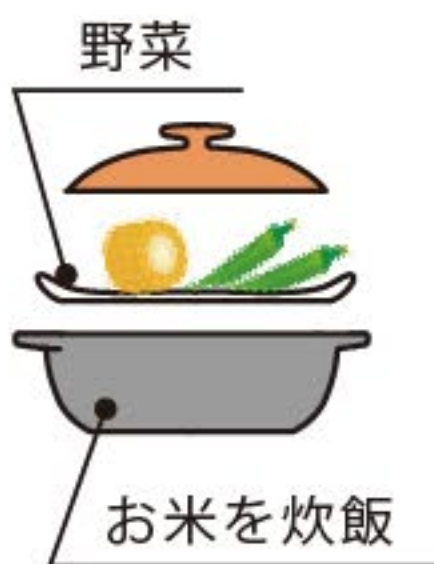
### 分量・加熱時間

2合鍋の場合	1合鍋の場合
材料 米 2合 水 400cc	材料 米 1合 水 200cc
強火 5分 + 弱火 5分で加熱後 そのまま余熱で15分蒸らす	強火 3分 + 弱火 3分で加熱後 そのまま余熱で15分蒸らす

### ムスタクッカーで

## 炊飯しながら蒸し調理

美味しさが際立つ土鍋調理  
同時に2品つくって時短 & ヘルシー



炊飯時に  
蒸し皿をセット。  
お好みの野菜をのせて  
同時に蒸し調理。



# 同時に2品 レシピ Recipe

※ご使用の調理器に応じて火加減や時間を調整してください。

レシピの  
材料は2合鍋用



1合鍋の場合

材料を半分の量  
にしてください

## スープパスタ+ゆで卵



### ○材料 (2人分)

#### 【スープパスタ】・・・鍋本体

- ・ショートパスタ(ペンネ)..... 60g
- ・しめじ..... 1株(100g)
- ・ベーコン..... 60g
- ・ピーマン..... 2個
- ・コンソメ..... 固形1個(5g)
- ・水..... 500cc  
(本体内上のラインまで)
- ・とけるチーズ..... 1枚
- ・黒コショウ..... 適量

#### 【ゆで卵】・・・蒸し皿

- ・卵 2個

### ○作り方

- ①しめじは石づきを取り、小房に分ける。ピーマンは細切り、ベーコンは食べやすい大きさに切る。
- ②鍋本体に水を入れ、ショートパスタ、コンソメ、しめじ、ピーマン、ベーコンを加える。  
※ショートパスタは水に浸かるようにする。
- ③鍋本体に蒸し皿をセットし、卵を置く。
- ④蓋をして、加熱する。(加熱時間は下記表示)  
※吹きこぼれそうな場合は火を止めてください。
- ⑤出来上がりに、鍋本体にとけるチーズを入れて軽くかき混ぜてから器に盛る。
- ⑥ゆで卵をカットしてトッピングする。お好みで黒コショウを振りかける。

セッティング  
Setting

ゆで卵



スープパスタ

加熱時間

2合鍋(2人分)

1合鍋(1人分)

強火で8分加熱 + 余熱で5分蒸らす

中火で8分加熱 + 余熱で5分蒸らす

# 蒸しハンバーグ+根菜スープ



火がとおりやすいように切る

セッティング  
Setting

蒸し  
ハンバーグ



## ○材料 (2人分)

### 【ハンバーグ】・・・蒸し皿

- ・豚ひき肉 …………… 160g
- ・しいたけ …………… 3個 (30g)
- ・白ネギ …………… 1/3本 (40g)

- ★ 生姜すりおろし …………… 小さじ2
- 片栗粉 …………… 小さじ2
- しょうゆ …………… 小さじ1
- マヨネーズ …………… 小さじ2
- 塩コショウ …………… 適量

### 【根菜スープ】・・・鍋本体

- ・水 …………… 500cc (上のラインまで)
- ・ごぼう …………… 1/2本 (80g)
- ・にんじん …………… 1/4本 (50g)
- ・白ネギ …………… 2/3本 (60g)
- ・鶏がらスープの素 …………… 小さじ2
- ・塩 …………… 少々

## ○作り方

### ◆ハンバーグの準備

- ①しいたけ、白ネギはみじん切りにする。
- ②ボウルに豚ひき肉と①と★を入れ、粘り気が出るまでしっかりこねてから、2つの俵型に成形しておく。

### ◆根菜スープの準備

- ③ごぼうとにんじんは千切りに、白ネギは小口切りにする。
- ④鍋本体に水を入れ、ごぼう、人参、白ネギ、鶏がらスープの素、塩を加える。
- ⑤鍋本体に蒸し皿をセットし、ハンバーグをのせる。蓋をして、加熱する。  
(加熱時間は下記表示)

※吹きこぼれそうな場合は火を止めてください。

加熱時間

2合鍋 (2人分)

1合鍋 (1人分)

強火で8分加熱 + 余熱で10分蒸らす

中火で8分加熱 + 余熱で10分蒸らす

# きなこ蒸しパン+麦茶



## ○材料 (2人分)

### 【蒸しパン】・・・蒸し皿

- ・ホットケーキミックス …… 100g
- ・きなこ …… 大さじ2~3
- ・はちみつ …… 大さじ2
- ・牛乳 …… 100cc

### 【麦茶】・・・鍋本体

- ・水 …… 500cc (上のラインまで)
- ・丸粒麦茶 …… 大さじ2



☆抹茶、紅いも粉などを使用して、風味の違いを楽しんで。

セッティング  
Setting

蒸しパン



麦茶

## ○作り方

- ①オーブンシート (20cm×20cm) を用意し、四隅をねじり、深さ3~4cmの蒸し容器をつくる。
- ②鍋本体に水を入れ、丸粒麦茶を加える。
- ③ボウルに、ホットケーキミックス、きなこ、はちみつ、牛乳を入れて混ぜ合わせる。
- ④①の容器に③を流し入れて蒸し皿に置く。  
鍋本体に蒸し皿をセットする。
- ⑤蓋をして加熱する。(加熱時間は下記表示)  
※吹きこぼれそうな場合は火を止めてください。
- ⑥蒸しパンを器に盛り、麦茶は湯飲みに注ぐ。

加熱時間

2合鍋 (2人分)

1合鍋 (1人分)

強火で8分加熱 + 余熱で10分蒸らす

中火で8分加熱 + 余熱で10分蒸らす

## 使用上のご注意

### ◆お取り扱い

- 使用する前に必ず各部に異常がないことをご確認ください。
- 自動調理機能はガスコンロメーカーによって異なります。ご使用のガスコンロの取扱い説明書に従ってご使用ください。
- ご使用後は、よく洗って十分に乾燥させてから収納して下さい。カビや臭気の原因になります。

### ◆ご注意

- 天ぷら、油料理には、危険ですので絶対にご使用にならないで下さい。
- 強い衝撃を与えたり、空焚きをしないでください。
- 加熱後は本器が高温になります。吹きこぼれや火傷に気をつけて、移動させる場合は鍋つかみを使用し、テーブルの上に置く際は鍋敷きをご使用下さい。
- 本品の中に長時間料理を保存しないでください。

### ◆対応する調理器



日本製 *made in Japan*



## 三重の女性チームがディレクション

### レシピ開発



女性&生活者視点で、商品の魅力をひき出す

*icap* 株式会社 iCAP 三重 COARA  
Mie coara (三重県桑名市)

多様な専門性をもつ三重の女性達による商品開発&デザインを提供。生活者・女性視点のアイデアから、商品の魅力をひき出し、提案しています。



## 三重の伝統産業・製造メーカー

MIYAWO

安全性・機能性の高い耐熱食器を製造

株式会社ミヤオカンパニーリミテド

幅広い研究で蓄積された技術から、IH・耐熱調理製品、家電製品用部品等のセラミック製品の開発・生産をはじめ、テーブルを彩るカジュアルな洋食器の製造に取り組んでいます。

