



ザイグル

かんたん
調理マニュアル

あさ ひる よる

おやつ おつまみ

上手に出来る！

かんたん！
美味しく！

ザイグルを楽しもう！

ここでは、ザイグルの代表的な調理例をご紹介します。
かんたん調理マニュアルご使用のまえには、必ず取扱
説明書を御覧ください。

よくある質問と回答

質問 ダイヤルの使い方は？

回答 ダイヤルでプレートの温度を調整出来ます。ザイグルは、ヒーターが点灯と消灯を繰り返して、プレートの温度を調整する仕組みになっており、数字が大きい方に回すほどプレート温度が高く保たれ、数字が小さい方に回すほどプレート温度が低く保たれます。ただし、点灯している時のヒーターの出力は1でも5でも一緒なので、小さいダイヤルでも長時間使用すると、焼き過ぎになる場合がありますので注意して下さい。

質問 焦げていないのに食材から煙が出ます。

回答 食材の水分が温められ湯気が発生していると思われます、ザイグルでの調理ではヒーターの光で照らされた湯気が他の調理法よりよく見える場合があります。

質問 冷凍保存した食材はそのまま調理出来るの？

回答 焼肉用の肉など、あまり厚くないもので裏返し可能なものであれば、そのまま調理することが可能な食材もありますが、調理時間は冷凍温度など保存状況により異なりますので調理の際は必ず火の通りを確認して下さい。※解凍目的では使用出来ません。

質問 加熱されるのが遅く感じるけど故障？

回答 ザイグルは鉄板焼きと異なり輻射熱を利用してじっくり食材を加熱する調理機器です。焼き色がつかない状態でも火が通りやすいのが特徴なので見た目の違いに最初は戸惑うかもしれません。（見た目で感じるより中まで火が通っている場合があります）さらに食材（特に肉）がヒーターの光により赤みを帯びて見え、仕上がっていないと勘違いしてしまう場合があります、一時的に調整ダイヤルでヒーターを消灯させると焼き色を確認しやすくなります。

質問 ヒーターが点灯しない

回答 コンセントにザイグルの差し込みプラグをしっかりと差し込んでダイヤルを5にして点灯すれば正常です、点灯しない場合はご家庭のブレーカーが作動していないか確認して下さい、正常なコンセントを使用してヒーターが点灯しない場合はザイグルお客様サポートセンターへご連絡下さい。

質問 調理中にヒーターが消えましたが故障？

回答 使用中はザイグルはヒーターが点いたり、消えたりして温度を調整いたしますので、温度調整のためヒーターが消えている場合があります。調理開始後すぐに消灯してしまう場合はダイヤルを5まで（右回転で止まるまで）回して下さい。すぐに点灯すれば正常です。ダイヤル5でも使用し続けると温度調整のために消灯する場合があります、ダイヤルが5の場合はそのまま待って数分以内に点灯すれば正常です。

上記で解決しない場合はザイグルお客様サポートセンターへお問い合わせ下さい。

商品についてのお問い合わせ・ご質問は下記へ

ZAIGLE

日本総代理店 株式会社ティ・ユー・エフ

ザイグルお客様サポートセンター 0120-80-1961

受付時間 10:00~11:30 13:00~17:00（土日祝日、当社指定休業日を除く）

E-mail custom@zaigle.co.jpザイグル公式サイト <http://zaigle.co.jp/>

ご使用上の注意

！ 差し込みがゆるいコンセントやタコ足配線で使用禁止！
禁止 ※コンセントやプラグが発熱し発煙や火災のおそれがあります。
延長コードや分岐タップの使用も発熱の原因になったり、ヒーターが暗くなる原因になります。

！ フードと食材の距離に注意！
禁止 ヒーターと調理物の距離が近くなるほど（食材に厚みがあるほど）焦げや煙が発生しやすくなります。

！ 警告 フードと食材が近すぎる
これは危険！
フードが溶け発煙発火したり故障が起きます

※加熱する食材によってはフードとの間隔が図に示した様子以上に広くても焦げる場合があります
食材の様子を見ながらフードの高さを調整して下さい。

！ 注意 バター・マーガリン・ラード・マヨネーズなど油脂類が多く使われている食品や水分が少ない食品またはこれらが組み合わされた食品を強く加熱すると焦げやすく、発煙・発火する場合があります。加熱の際には、焦げないようにフードと調理物の間隔を充分にあげ過度の加熱はさけてください。
※万一発煙・発火した場合はすぐにヒーターを消灯させ、調理物を製品より取り出してください、また調理中は絶対に製品のそばから離れないようにしてください。

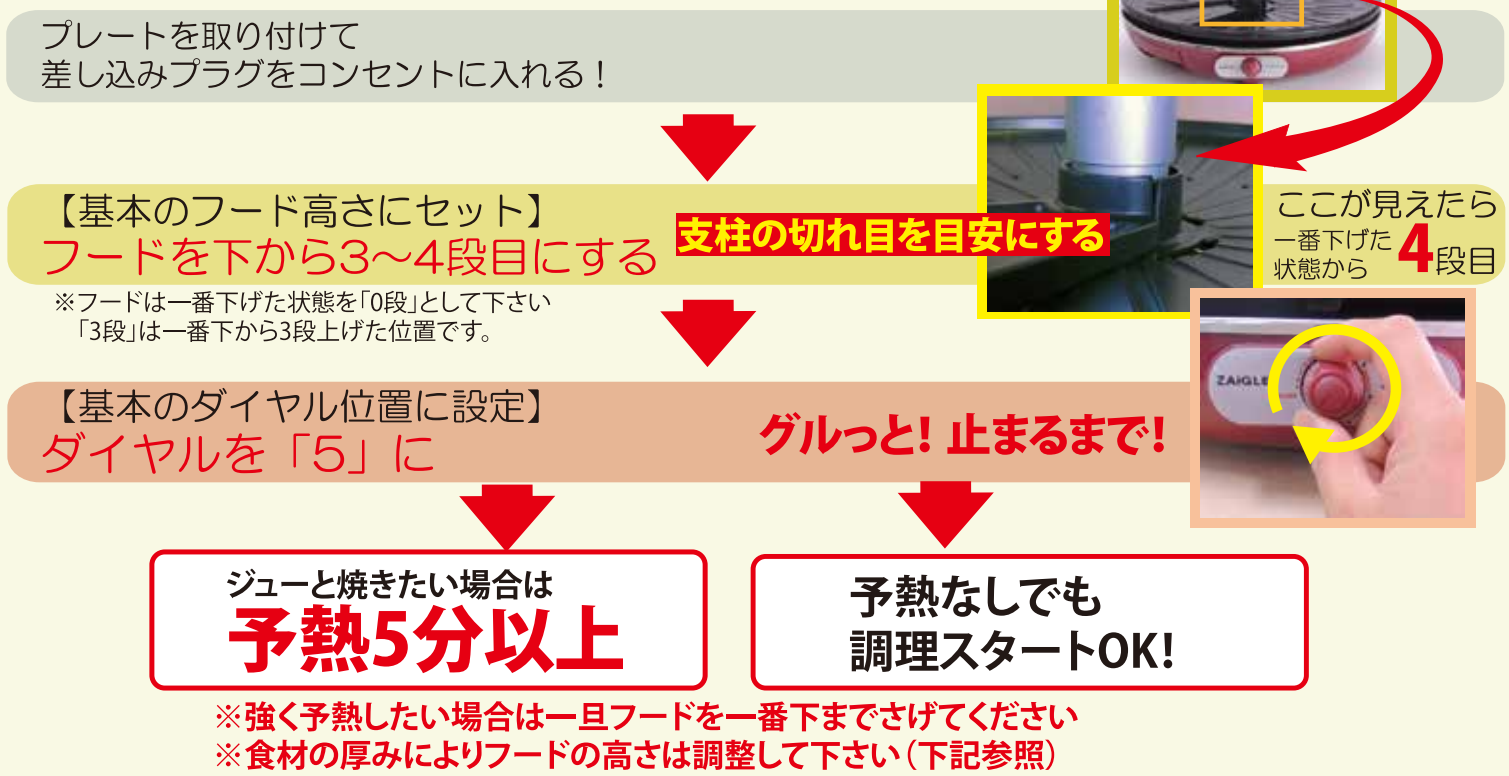
※発煙・発火しやすい食品
●パン類及びバター・マーガリンなど油脂類を多く含んだパン類
●乾燥した野菜類・穀類・いも及びでん粉類
●スナックなど菓子類
※その他、調理中に焦げが早く発生する食品にはご注意ください。

！ アルミホイル、ラップは使用禁止！
禁止 ※ラップは焦げ発煙・発火の原因になります。アルミホイルはヒーターの光（熱）を反射してフードを溶かしたり思わぬ方向を加熱して火災やケガのおそれがあります。

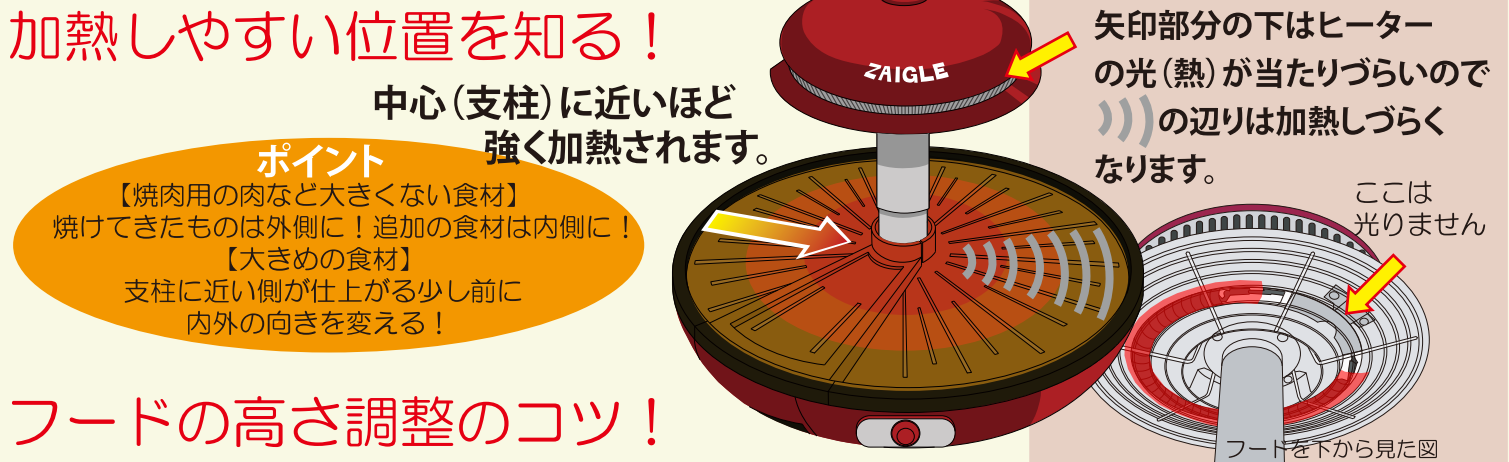
！ 禁止 アルコール類を振りかけない！
日本酒・焼酎・ワイン・ブランデー・ウイスキー等のアルコール類を加熱したり、多量に食品に含ませて加熱したり、調理中に調理物や製品に振りかけたりしないこと。アルコールが発火する場合があります大変危険です。（フランベ禁止）
※故障やヤケド・火災のおそれがあります。

！ 禁止 燃えやすいもの、熱に弱いもの、熱を発するもの、壁や家具の近くで使用しない。スプレー缶や溶剤など引火爆発の危険があるものの近くで使用したりこれらのものを製品の近くで使用しない！
※発火・火災・ケガ・製品の故障・損傷の原因になります。

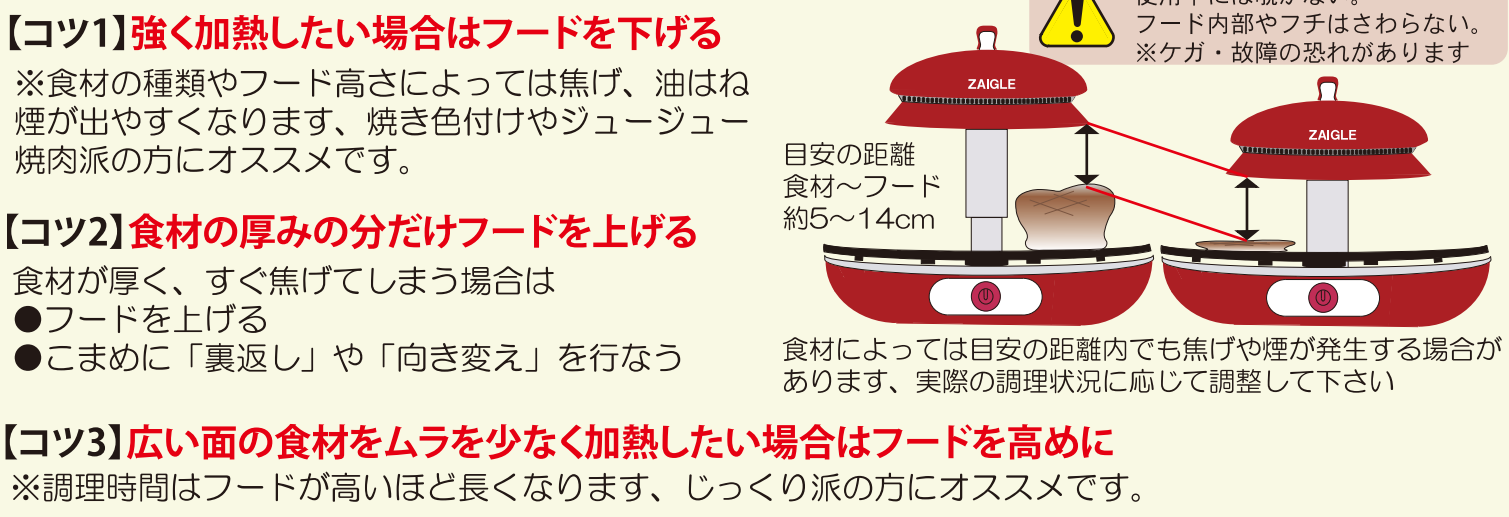
かんたん調理準備



使い方のコツ



フードの高さ調整のコツ！



ザイグルかんたんレシピ
レシピの調理時間は表示の条件で調理した場合の参考時間です。実際の調理状況に合わせて適宜調節して下さい。（ローホットゾーンはさけて調理して下さい）
盛り付け画像は表示以外の調味料や材料を使用している場合があります。

ここでは、ザイグルで出来る代表的な調理「焼肉」を題材にして他の食材にも活用できる、「ザイグルの基本」をご説明いたします。

炭火焼き風

焼肉

フード
下から3段
予熱1分
仕上り
約 3 分

カルビ焼肉
参考サイズ (約)9cm 厚み6mm 3枚
豚肉、牛肉等、肉の種類を問わず様々な焼肉を楽しめます。



3分たっても肉が赤いよ？

こんなときはどうするの？

ザイグルのヒーターの色で肉が赤く見えてしまうことがあります。

そんなときは、ダイヤルを戻し一度ヒーターを止めて焼き色を見て下さい。

【焼き過ぎに注意】
肉を焦がさずに焼きあげることが得意なザイグルで焼いた肉は焼き色で感じるよりも中までしっかり加熱ができている場合があります。
※加熱不足にはご注意下さい。

プレートがあまり熱くならないのはなぜ？

肉を敷き詰め過ぎるとプレートがあまり熱くなりませんので焼き上がりに時間がかかってしまいます。

そんなときは、肉を隙間をあけてならべ、ヒーターの光がプレートに当たるようにして下さい。

もっと焼き色を付けたい！

柔らかくジューシーに

焼き色付きで風味アップ

カリカリに焼きたい

「フードの高さ」と「調理時間」の調節で焼き色、食感、風味を変えることができます！焼に適したフード高さは焼肉用6mm厚程度で下から0～6段ぐらいです。

フード高さ

加熱時間→

高

低

やわらかめ

かため

フードが低いほど調理時間が短くなりますが、「やわらかめ」→「かため」までの時間が短くなるので焼き過ぎにご注意下さい、フードが高いほど調理時間が長くなりますが焼き過ぎになりづらくなります。

鉄板焼き風に食べたい！
ザイグル本来の使い方ではありませんが、予熱時間を長くして、フード低めで肉をのせる量を少なくして下さい。

厚めの肉も得意です！
厚目の肉を柔らかくジューシーに焼きあげるのはザイグルの得意技です！

肉汁がたっぷり詰まった

炙りチキン

参考サイズ(鶏むね肉)
約15cm 厚み2cm262g 1枚

フード
下から3段
予熱1分
仕上り
約 15 分

皮側でない方から、厚みの半分ぐらいまで切れ目を入れて、塩コショウなどで下味をつけ油を引かずに皮側を下にして焼きます。約9分で裏返し、さらに約6分加熱して出来上がり。鶏もも肉も美味しく出来ます。

タレ付き肉でも大丈夫？
ザイグルなら「塩焼」も「タレ焼」も楽しめます！

ザイグルはタレ付き肉も美味しく焼くことが出来ます！
でも、調理のしかたによってはタレが付いていない肉よりも焦げや煙が発生しやすくなります。

タレ付き肉を上手に焼くには！

●焼き過ぎない！

●フードを低くし続けない！

●繰り返し調理する場合はその都度プレートを濡れたキッチンペーパーなどで拭く

風味豊かな

焼き鳥

参考サイズ
(むね・もも肉)
約58g
5個刺 1本

フード
下から2段
予熱1分
仕上り
約 8 分

横置きで焼いてください。フード2段目で約5分フードを一番下げ裏返して2分で裏返し、その後裏返して1分間焼いて出来上がりです。

野菜焼

ザイグルの野菜焼きは焼き色が薄目でも火の通りが良いので美味しく仕上がります。



長ネギ

ネギはプレート側に焼き色が付きます、片面焼き色がついたら裏返し好みの柔らかさまで焼く、焼き色が濃くなりすぎるときは途中でフードを2〜3段上げて下さい。

野菜の予熱1〜3分
写真の野菜より大きめの場合はフードを高くして下さい。



ピーマン

ピーマンは写真の向きで置き表面の薄皮がプクッと浮き上がってきたら食べ頃です。



ナス

切ったナスはしなっとしてきたら食べ頃です。

なすの丸焼きは転がしながらハシなどで押して全体に柔らかくなったら食べ頃です。

かんたん・ふっくら
焼きサンマ

フード
下から2段
予熱1分
仕上り
約 8 分



※皮が弾け油が跳ねる場合がありますので切れ目を入れて下さい、身に切れ目が無くても中まで加熱できます。



裏返し不要

参考サイズ(約)：32cm、160g、1匹

秋刀魚の横に包丁で数箇所切れ目を入れます。塩焼きは塩をお好みでまぶして下さい。※ハラワタや頭をおとして調理すると、調理臭をおさえることができます。プレートに乗せて裏返すことなく焼きあがります。皮をパリッと焼き上げたい場合は、後にフードを一番下に降ろしてお好みで焼いてください。

かんたん・ふっくら
アジの開き



フード
下から2段
予熱1分
仕上り
約 6 分

参考サイズ(約)
25cm 120g
1枚

裏返し不要

皮を上向きにして、プレートに置いて焼いてください。裏返すことなく焼きあがります。皮をパリッと焼き上げたい場合は、最後にフードを一番下に降ろしてお好みで焼いてください。



屋台焼風
イカ



フード
下から2段
予熱1分
仕上り
約 8 分

参考サイズ(約)
20cm 160g
(内臓/ゲソ無し)
1杯

裏返し不要

イカの内臓・ゲソ(足)部分を取り除きます。包丁で表裏共に浅く切れ目を入れます。プレートに乗せて、裏返すことなく焼きあがります。お好みでバター焼きや醤油等で味付けをしてください。



浜焼き風
ホタテ



フード
下から3段
予熱1分
仕上り
約 17 分

参考サイズ(約)
殻付10.5cm
118g 1枚

裏返し不要
殻付き可

プレートに乗せて、焼き始めてから約3分ほどで上部の貝殻が開きますので、上部の貝殻を取り除いて焼いてください。お好みで調理中に醤油等で味付けしてお召し上がり下さい。



※貝殻付きの場合、貝殻で手などをケガしないようにご注意ください、またの破片の混入にもご注意ください。

ホクホク・プリプリ
エビ



フード
下から2段
予熱1分
仕上り
約 10 分

参考サイズ(約)
16cm 34g
1尾

裏返し不要

プレートに置いて、裏返すことなく有頭えびが焼きあがります。エビの大きさで、若干仕上がり時間の差がありますが、エビが赤くなる状況でその都度ご確認ください。



揚げ油不要でヘルシー

ノンフライ唐揚げ



フード
下から3段
予熱1分
仕上り
約9分



<用意するもの>
市販のから揚げ粉
鶏もも肉
参考サイズ(約) とりもも肉55g×3個

市販の唐揚げ粉をまぶした鶏もも肉をプレートに置きます、5分ほどで裏返してさらに4分加熱します揚げ油を使用しないでヘルシー&ジューシーな唐揚げが出来ます。

パン粉・卵・小麦粉をつかったローストンカツもノンフライで出来ます!

※カラーパン粉(黄色)を使用すると、出来栄がアップします!
調理時間は材料の大きさに合わせ適宜調整して下さい。

ジューシー

ハンバーグ



参考サイズ(約)
11cm 厚み1.5cm120g 1個

フード
下から2段
予熱1分
仕上り
約14分



市販のハンバーグ粉を使用し、合挽き肉でハンバーグのベースを作ります。油を引かずにそのままハンバーグをプレートに置きます。約8分で裏返し、その後約4分で焼きあがりです。形により調理時間が異なるので、裏返しを行いしっかり火が通ったことをご確認の上、お召し上がり下さい。

ホクホク

焼き芋

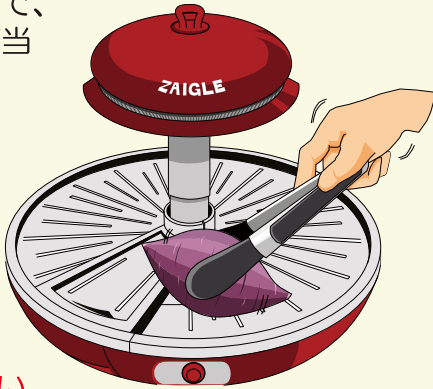


参考サイズ(約)
22cm 太さ6cm 450g
1本

フード
下から2段
予熱0分
仕上り
約40分



さつまいもを生(皮付き)のままプレートに置きます。10分~15分に一度、焼き具合に応じて向きをかえる。焦げてしまうと中まで加熱できないので、焦がさないように転がしたりして熱が当たる位置を変えてください。



【注意】※アルミホイルは危険なので使用しないこと。参考サイズを超える大きさのものは、大きくなった分フードの高さを上げて下さい。必ず焦げないように転がしたり向き変えを行なって下さい。
※調理中は目を離さないようにして下さい。
※芋は熱くなりますのでヤケドしないよう tong など で向きを変えて下さい。

焼おにぎり



フード
下から2段
予熱1分
仕上り
約12分

参考サイズ(約)
厚さ3.5cm1個
6分ほどで少し焦げ目がつくので裏返して、さらに6分焼いて下さい。

もち



フード
下から4段
予熱1分
仕上り
約6分

参考サイズ(約)
切り餅50g 1個
3分半で裏返して2分で取り出し中を蒸らすため30秒ほど置いて下さい。

片面焼き
トースト



フード
下から7段
予熱0分
仕上り
約3分

参考サイズ(約)
食パン6枚切1枚
プレートに乗せて約3分で片面にこんがり焼き色がつきます。両面焼は裏返して3分焼いて下さい。

厚揚げ焼



フード
下から2段
予熱1分
仕上り
約4分

参考サイズ(約)
4.5×4.5cm 厚み2cm3個
厚揚げを参考サイズに切りますプレートに乗せて、約2分で裏返し、約2分で焼きあがりです。

応用編

三角パンを使おう！

※別売り「三角パン」が必要です。

こちらでは、ザイグル応用編として三角パンの調理例をご紹介します。応用編ですので好みの風味や食感に仕上げていただくよう細かな調理時間やフード設定を表示しておりません。実際に調理する際は加熱不足にならないように注意しながら、美味しく仕上がるようチャレンジしてみてください！

三角パンの使用方法

左の写真の様に、プレートの上に三角パンを置いて下さい。
※三角パンが安定しないのでミニプレートの上では使用しないで下さい。
取っ手は熱くなる場合があります取扱は必ずミトン等を使用して下さい。
(ご使用前に必ず三角パンの箱の注意書きをお読み下さい)



半熟がオススメ・グリルエッグ

目玉焼き

ポイント

予熱あり しっかり予熱をして素早く仕上げる

しっかり予熱した三角パンに割った卵を入れ加熱して下さい。
卵は加熱がすすむと表面が膜状になり膨らむ場合があります、膨らんだ場合は弾けないよう竹串やフォークなどで穴を開けて下さい。
加熱しすぎると卵表面は硬くなります。

ポイント

予熱あり

ザイグルだけで簡単

朝食セット

スクランブルエッグは卵に塩胡椒・砂糖・牛乳をお好みで入れて混ぜあわせて下さい。しっかり予熱した三角パンに先ほどの卵を流し込んで、軽く混ぜながら好みの硬さになるまで加熱して下さい。プレートの空いている部分でウィンナーやベーコン等とパンを焼けば、ザイグルだけで朝食が出来上がります。



炙り風味を生かした

親子丼の具

ポイント

予熱あり つゆは少なめに

ザイグルの標準プレートでとりモモ肉（一口大）を加熱します。三角パンをしっかり予熱してから玉ねぎとだしつゆを入れます
だしつゆは三角パンの予熱で一気に熱しますので少なめにして下さい。玉ねぎは細く（薄く）切っておいて下さい。
加熱しておいたとり肉を入れ、軽く溶いた卵を流しフード3段程度で加熱して下さい。



かんたん、パラパラ

炙りチャーハン

ポイント

ご飯茶碗に軽く一杯のご飯に対し卵は(Mサイズ)1個が目安

予熱不要

かんたん！



三角パンの中に、卵、ご飯（温かいご飯でも冷めたご飯でも可）具材、調味料を入れ混ぜ合わせます。混ぜたら加熱を開始し卵が固まってくるのを待ちます。
支柱に近い側から固まってきますので、ほぐすように内外が入れ替わる様に菜箸でかき混ぜます。慌ててシャカシャカかき混ぜなくても大丈夫です。
生肉など加熱調理が必要な具材を使用する場合は、先に三角パンで加熱しておいて下さい。

全体的にパラパラとほぐれたら出来上がりです。
ザイグルのグリル調理ならではの簡単レシピです。

お手入れのコツ！

お手入れは手順を守ると楽に済みます！

コンセントを抜き本体・プレートが冷めたら

①プレート・ミニプレートを洗う



プレート
ミニプレート
丸洗いOK

②支柱とプレート台を拭く

汚れが落ちづらい場合は右写真→のように湿らせたキッチンペーパー等を5～10分置き、汚れに水分を含ませてから拭き取る。



③油受け皿を引きぬき洗う

【注意】①②の前に「油受け皿」を引き抜くと掃除中の汚れが油受け皿に入れる部分に入ってしまう可能性があります。

油受け皿
丸洗いOK



④フード外側などを全体的に拭く

拭き掃除は硬く絞った布巾や乾いた布巾などを使用してください。
本体は水洗い不可



接触禁止

フードの内側は掃除をしない

遮熱板のフチに触ると指を切る等ケガをする恐れがあります
※フードの下の掃除の際はご注意ください。



禁止

金網内部に物や手を入れない

金網内部にものを差し込んだり触れたりすると、部品が損傷、変形する可能性があり故障や事故、ケガの原因となります。

ヒーターとヒーターを半円状に覆う反射板内側付近は油や水分が跳ねてもヒーターの熱により気化する率が高く、あまり汚れません。
万一大きな付着物や食材のカスなどが金網内側に入ってしまった場合はお客様サポートセンターへご相談下さい。

