

よくある質問と回答

**質問** ダイアルの使い方は？

**回答** ダイア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放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。(見た目を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。

**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](mailto:custom@zaigle.co.jp)

ザイグル公式サイト <http://zaigle.co.jp/>

**ZAIGLE**

*Clean & Healthy*

簡単調理マニュアル

well-being roaster

**ZAIGLE**

*Plus*

ザイグルプラス

目次

- 🍴 ご使用上の注意・・・1
- 🍴 さあ使ってみましょう!・・・2
- 🍴 簡単調理レシピ・・・3~8
- 🍴 三角パンレシピ・・・9
- 🍴 お手入れ方法・・・10
- 🍴 困ったときは・・・11



### ご使用上の注意

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。  
本書のイラストは、説明をわかりやすくするため簡略化されている部分があります



**差し込みがゆるいコンセントやタコ足配線で使用禁止**

※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、タップは使用禁止**

※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。



**使用しない時は必ずコンセントから差しこみプラグを抜く**

※ダイヤル操作でヒーターが消灯していても電源は接続されています、本体温度が下がると不意に点灯し火災のおそれがあります。



**燃えやすいもの、熱に弱いもの、熱を発するものの近くで使用しない。スプレー缶やガス缶、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。



近くに置かない！  
近くで使わない！



**アルミホイル、ラップは使用禁止**

※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。



**アルコール類を振りかけない！**

※故障やヤケド・火災の原因になります。（フランベ禁止）



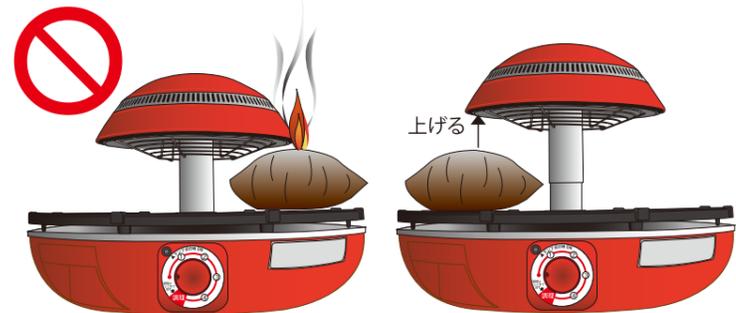
**熱いプレートに水をかけない**

※熱くなった油分で水がはじけ、ひどい油ハネを発生させたり油が発火したりして、故障やヤケド・火災の原因になります。



**フードを下げすぎない**

※焦げが発生しないように食材とフードの間隔を開けないと、発煙発火、火災の原因になります。



※調理中は必ずザイグルのそばから離れずに食材の様子を見ながらフードの高さを調整して下さい。

バターやマーガリンがたっぷり塗ってある「大きなパン」はとくに発煙・発火しやすいのでフードとの距離を広くして下さい  
「焼き芋」など大きな食材はレシピの食材サイズを参考にして、大きい場合はその分フードを上げて下さい、裏返しや向き変えは必ずおこない、加熱中は焦げないように常に注意して下さい。

### 調理を始めましょう！

使用手順と正しい使用の為のチェック項目

#### 調理準備

温度調整ダイヤルが左に止まるまでまわっていることを確認してからコンセントに差し込みプラグを差しこむ。（電源ランプが点灯します）

▶プラグを差し込む前のチェック項目

- Check 油受け皿はしっかりと奥まで差し込まれていますか？  
→機器内部の汚損、故障、周囲の汚損の原因になります
- Check プレートはしっかりと取り付けられていますか？  
→不安定な状態はケガや事故の原因になります



油受け皿は奥までしっかり差し込む

#### 調理開始

温度調整ダイヤルを 調理 の位置まで回して加熱を開始する

予熱をしてから焼く場合

予熱なしで調理する場合

プレートに何も置かずに5分ほどヒーターを点灯させる

▶予熱を行う場合のチェック項目

- Check フードは一番下まで下がってますか？  
→高い位置では予熱に時間がかかります

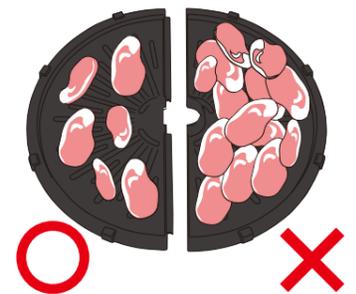
まずはここまでダイヤルを回す



プレートに材料を置いて加熱 ※必ずフードの高さを調整する

▶調理時のチェック項目

- Check プレートを埋め尽くすように調理物を置いていませんか？  
→プレートの温度上昇がわるくなり加熱効率が悪くなります。（焼けるのが遅くなる）適度に隙間をあけてプレートが上から見えるようにして下さい。



#### ポイント

ザイグルプラスはヒーターの構造上、矢印の付近（ローホットゾーン＝温度調整ダイヤルの反対側）は、ヒーターの光が弱いので、他の部分よりも仕上がりが遅くなります。

先に加熱が完了したものを移動するなどこの部分を上手に利用することで、ザイグルプラスでの調理がさらに快適になります。

#### フードの高さ調整のポイント！

POINT 強く加熱したい場合はフードを下げる

焼き色付けやジュージュー焼肉派の方にオススメです。食材の種類やフード高さによっては、油はねや煙が発生する場合があります、その場合はダイヤルを「調理」位置から少し戻して下さい。

POINT 食材の厚みの分だけフードを上げる

同じ高さでも食材が厚くなれば、その分フードが食材に近づき、上の面は強い加熱になります。さらに、「裏返し」や「向き変え」を行なうと良い場合もあります。

POINT 広い面の食材をムラを少なく加熱したい場合はフードを高めに

調理時間はフードが高いほど長くなりますが、じっくり派の方、水分を飛ばしたい食材にオススメです。



## ザイグル簡単レシピ

ザイグルで出来る代表的な調理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。

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。



### 炭火焼き風 焼肉

フード高さ 下から2~3段

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。

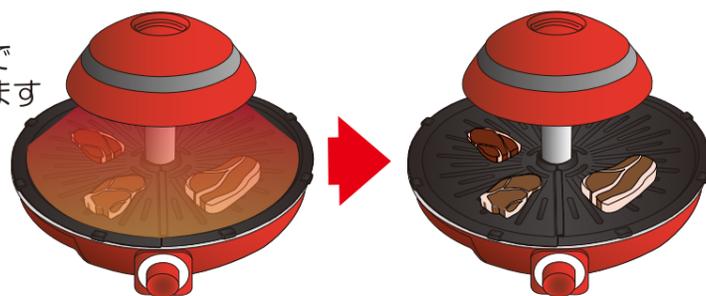
予熱 1分 仕上げ 3分

#### 焼けてるのかな？

慣れないうちは、ザイグルプラスのヒーターの色で肉が赤く見えて焼き加減がわからない場合があります



POINT  
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できている場合があります。

#### 焼き色、食感、風味にこだわる!

ザイグルプラス「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!

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



やわらかめ

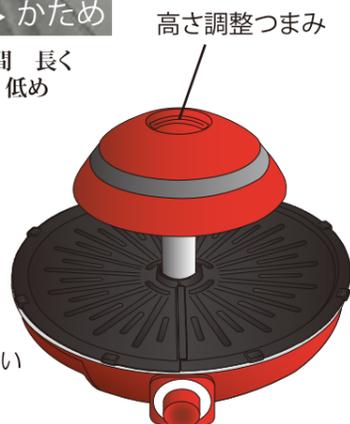
調理時間 短め  
フード 高め

かため

調理時間 長く  
フード 低め



POINT  
フードは加熱中でも上下出来ます、焼け具合に応じてお好みで動かしてみてください。



【注意】フードの高さ調整は必ず「高さ調整つまみ」で行って下さい  
他の部分は熱くなりヤケドを負う可能性があります。

### 風味豊か グリルチキン

フード高さ 下から2~3段

参考サイズ(鶏むね肉)  
約15cm 厚み2cm 262g 1枚

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。

予熱 1分 仕上げ 15分



### お家で楽しむ 焼き鳥

フード高さ 下から2~3段

参考サイズ  
(むね・もも肉) 約58g 5個刺 1本

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1分間焼いて出来上がりです。

予熱 1分 仕上げ 8分



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



POINT  
フードは高めに!  
香ばしく仕上げたいときは、焼き上がり直前にフードを低くする!  
繰り返し調理する場合は、プレートに残った前の調理のタレを拭き取る!



**素材の味が活きる 野菜グリル**

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。  
フード高さ 下から2~3段



ピーマン

ピーマンは写真の向きで置き表面の薄皮がブ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。



長ネギ

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。



玉ネギ

玉ねぎは表は焼き色があまり付かないので、焼き過ぎてしまいがちです、あまり萎びてこないうちにお召し上がり下さい。

ピーマン  
長ネギ  
ナス  
玉ネギ, etc.



POINT

厚みがない野菜はフード低めで短時間加熱がオススメ時間をかけ過ぎると乾いた仕上がりになります。



**卓上で楽しめる 焼きサンマ**

参考サイズ(約) : 32cm、160g、1匹  
フード高さ 下から1~2段

予熱**1分** 仕上げ**8分**

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ください。  
※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、仕上げ直前にフードを一番下に降ろしてお好みで焼いてください。

※身に切れ目が無くても中まで加熱できますが、皮が弾け油が跳ねる恐れがあるのでご注意ください。  
弾けを防ぎたい場合は切れ目を入れて下さい。

**卓上で楽しめる アジの開き**



予熱**1分** 仕上げ**6分**

フード高さ 下から1~2段

参考サイズ(約)25cm 120g1枚

**裏返し不要**

皮の上向き下向きはお好みで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皮を上にして焼いてください。

**浜焼き風 ホタテ**



予熱**1分** 仕上げ**17分**

フード高さ 下から2~3段

参考サイズ(約)殻付10.5cm 118g 1枚

**裏返し不要 殻付きOK**

プレートに乗せて、焼き始めてから約3分ほどで貝が開きますので、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、破片の混入にもご注意ください。

**屋台に負けない イカ焼き**



予熱**1分** 仕上げ**8分**

フード高さ 下から1~2段

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。包丁で表裏共に浅く切れ目を入れプレートに乗せて、裏返すことなく焼きあがります。もちろんゲソも美味し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。

**ホクホクプリプリ エビ**



予熱**1分** 仕上げ**10分**

フード高さ 下から1~2段

参考サイズ(約)16cm 34g1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、若干仕上げ時間の差があります。

**油で揚げないヘルシー ノンフライ唐揚げ** フード高さ 下から2〜3段



<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。

予熱**1**分 仕上がり**9**分



**POINT**  
パン粉・卵・小麦粉をつかったトンカツやアジフライもノンフライで出来ます！

**ホクホク 焼いも** フード高さ 下から1〜3段



参考サイズ(約)  
22cm 太さ6cm 450g  
1本

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。

予熱**0**分 仕上がり**40**分

【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 Tongue などでも向きを変えて下さい。

**ジューシー グリルハンバーグ** フード高さ 下から1〜3段



参考サイズ(約)  
11cm 厚み1.5cm 120g 1個

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。

予熱**1**分 仕上がり**14**分

**香ばしい 焼おにぎり**



参考サイズ(約)  
厚さ3.5cm 1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。

予熱**1**分 仕上がり**12**分

フード高さ 下から1〜3段

**外側パリッ 焼もち**



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。

予熱**1**分 仕上がり**6**分

フード高さ 下から3〜4段

**サク!もち! ジューシー グリル餃子**



フード高さ 下から1〜3段

参考サイズ(約)  
餃子皮の直径8cm〜11cm 油揚げ 半切り

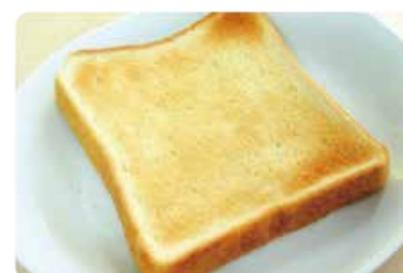
豚挽き肉、白菜、キャベツ、ニラ等、お好みの材料でタネを作り市販の餃子の皮で包みます、包み終わったらタネの厚さが1cm程になるように押して形を整えます。プレートに置いて両面を焼いて下さい、たねに厚みがあるほどフードを高くしたほうが中まで熱の通りがよくなります。

予熱**0**分 仕上がり**8**分



**POINT**  
餃子の皮を、油揚げに変えても美味しいですよ!

**片面焼き トースト**



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。

予熱**0**分 仕上がり**3**分

フード高さ 下から6〜7段

**ホクホク 厚揚げ焼**



参考サイズ(約)  
4.5×4.5cm  
厚み2cm 3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。

予熱**1**分 仕上がり**4**分

フード高さ 下から1〜3段



三角パン使用方法

三角パンレシピ

※別売り「三角パン」が必要です。

こちらでは、ザイグルプラス応用編として三角パンの調理例をご紹介致します。お好みの風味や食感に仕上がるようチャレンジしてみてください！

左の写真の様に、プレートの繋ぎ目をさけてプレートの上に三角パンを置いて下さい。

※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**



POINT

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、膨らんできた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。

香味が活きる **炙り親子丼**



POINT

肉に焼き目を付けておくと風味が良い

ザイグルプラス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、溶いた卵を流しフード2～3段で加熱して下さい。

簡単パラパラ **炙りチャーハン**



POINT

卵(M)はご飯は茶碗に軽く1杯につき一個

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くるので、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。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。

お手入れ方法



注意 お手入れを行うときの注意事項



必ず実施

お手入れの前には必ず差込みプラグをコンセントから抜く。



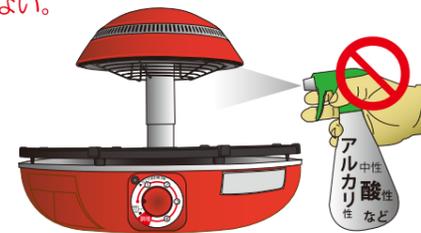
禁止

本体は水洗いしないこと。

お手入れには、アルコールやベンジンなど有機溶剤や石油類などを使用しない。  
※故障・引火・爆発の原因になり危険です。

お手入れには、酸性やアルカリ性の洗剤を使用しない。  
※フード内に入ると、アルミやスチールを侵したり、ヒーターのガラス管を侵すなどして故障や破損、ケガの原因になります。

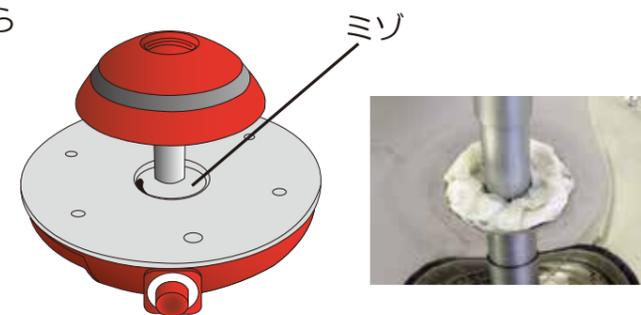
成分にかかわらずスプレー式の洗浄剤や洗浄器具は使用禁止  
※噴霧された液がフード内に付着すると、拭き取りが出来ないので絶対に使用しないこと。



- ① 電源プラグをコンセントから抜き、本体が冷めたらプレートを外して油が流れるミゾを拭き掃除する。

ポイント▶ 油受け皿はまだ引き出さない

ミゾの汚れが取りづらいときは、湿らせたキッチンペーパーなどを汚れの上に被せて、しばらく置いてから掃除してください



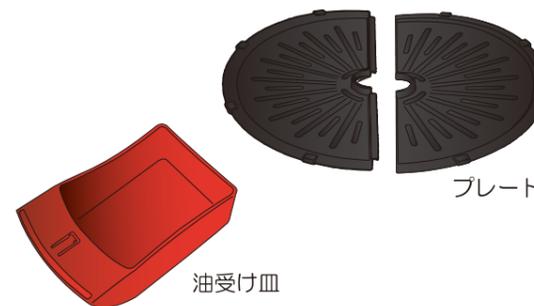
- ② 本体のミゾの掃除が終わったら「プレート」「油受け皿」は取り外して柔らかいスポンジと食器用洗剤を使用して洗浄後、よくすすいでください。



禁止

フッ素コーティングの損傷の原因になりますのでプレートは研磨剤、金属製のタワシやヘラなど硬い材質のものでこすらないで下さい。

プレートは冷たい水をかけて急冷しないこと。  
※表面フッ素加工のはがれや損傷の原因になります。



- ③ 柱、ステンレス台、本体外面を強く絞った濡れ布巾や柔らかい布で拭き掃除する。



接触禁止

フードの内部は掃除をしない。※故障や破損の原因になります。※遮熱板のフチに触ると指を切るなどケガをする恐れがあります。

遮熱板の汚れは、ほとんどが熱による変色なので清掃で落ちるものではありません。



お手入れの際にヒーターの変色やタレや塩分の固着などのひどい汚れ、ひびなどの損傷遮熱板や反射板の変形を発見した場合は、使用せずお客様サポートセンターへご連絡ください。