

## 鉄フライパンをより上手にご使用いただくために

- サビ・焦げ付きをふせぐために『油ならし』『油返し』をしてください。  
また調理後は、洗剤で洗うとせっかくなじませた油が落ちてしまいます。  
調理後、温かいうちにお湯とスポンジ等で洗ってください。

### ◆ 初めてお使いになる時に：『油ならし』

表面に薄い油の膜を作りサビや焦げ付きを防ぎます。

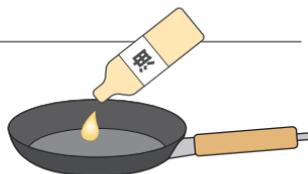
- ① 中火で2～3分加熱する。



- ② 火を消して手で触れられる程度まで冷やす。

- ※ 変形の恐れがあるので水をかけたりして急に冷やさない。
- ※ 熱いうちに手で触れない。

- ③ 油をフライパンの深さの1/3くらいまで全体にいきわたるようまわし入れる。

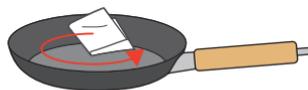


- ④ 弱火で3分加熱する。

- ⑤ オイルポットなどに油をもどす。



- ⑥ フライパンが手で触れられる程度まで冷えたらキッチンペーパーで内側をまんべんなくふいて油をなじませる。



- ※ 加熱中はそばを離れない。
- ※ 電磁調理器をお使いの場合、火力は始めから終わりまで「弱」で加熱する。  
急加熱すると底面が変形して破損する恐れがあります。

- ※ お手入れ・保管方法等、くわしい使用方法につきましては添付の取扱説明書をお読みください。

▶ 裏面もごらんください。

## 鉄フライパンをより上手にご使用いただくために

- サビ・焦げ付きをふせぐために『油ならし』『油返し』をしてください。また調理後は、洗剤で洗うとせっかくなじませた油が落ちてしまいます。調理後、温かいうちにお湯とスポンジ等で洗ってください。

### ◆ 毎回の調理の前に：『油返し』

フライパン内面の温度を全体に均一にして食材への火の通りをよくします。表面に薄い油の膜を作りサビや焦げ付きを防ぎます。油がなじんで食材がこびりつかなくなったらこの作業は不要です。

- ① 中火で2～3分加熱する。



- ② 1/2～1カップくらいの油を全体にいきわたるようまわし入れる。



- ③ 油から煙が出始めたら火を止める。



- ④ オイルポットなどに油をもどす。

- ⑤ 調理に必要な量の油を入れて調理を始める。



- ※ 加熱中はそばを離れない。
- ※ 電磁調理器をお使いの場合、火力は「弱」で加熱を始める。2分ほどしたら、徐々に「中」に上げて煙が出始めたら油をオイルポットなどに戻し調理に必要な量の油を入れて調理を始める。

- ※ お手入れ・保管方法等、くわしい使用方法につきましては添付の取扱説明書をお読みください。