

# レンジで“パリッ”と“ジュ〜”を愉しもう。 未来型フライパン *pariju*



パリージュは電子レンジのレンジ機能（あたため機能）専用です。オープン機能、グリル機能、スチーム機能、自動メニュー機能には絶対に使用しないでください。

## 1台7役 鍋やフライパン不要。火を使わない安心料理。

webにて  
30品目以上の  
レシピ公開中！  
L専用8レシピ含む

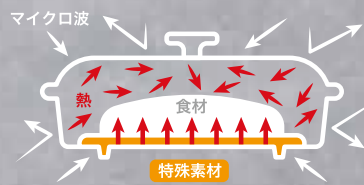


### レンジパンの仕組み。

電子レンジのマイクロ波を直接食材に当てず、底面の特殊素材に当てることで本体底面を発熱させ、まるでフライパンを使ったような焼き目をつけることができます。

### 直火並の発熱力。

マイクロ波で底面の特殊素材が発熱し、直火料理のように中はふっくら、外はカリッと仕上がります。

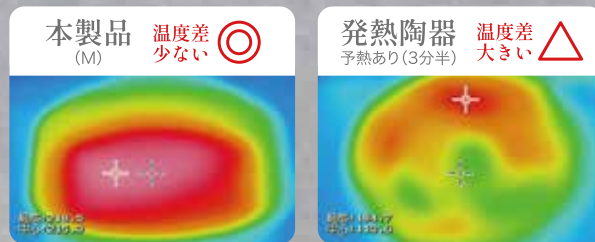


安心の  
最高温度  
220°C

※過加熱でガスの発生や塗膜劣化が発生しない安心の温度設定

### 熱ムラ少なく均一焼き料理。

予熱が不要な上、熱ムラも少ないので手軽に焼き料理ができます。



※当社商品比較 [電子レンジ(500W)空炊き5分]



## L専用 レシピ ビビンバ

加熱時間

L 約 23分

### ●材料 (2人分)

- 米 ..... 1合
- 水 ..... 180ml
- 牛薄切り肉 ..... 100g
- 焼肉のタレ ..... 大さじ2
- ほうれん草 ..... 40g
- 豆もやし ..... 70g
- A [ ごま油 ..... 少々
- 塩 ..... 少々
- 水 ..... 大さじ1
- 黄身 ..... 1個
- キムチ ..... 適量
- コチュジャン ..... 適量
- 焼肉のタレ ..... 適量
- いりごま (白) ..... 適量
- 糸唐辛子 ..... 適量

### ●作り方

- ①米は研いで、30分以上水（分量外）に浸けて水気を切る。
- ②牛薄切り肉は焼肉のタレで下味をつける。ほうれん草は5cm幅程度に切る。
- ③本体の半分にクッキングシートを敷き、ほうれん草、豆もやしを乗せ、Aをかける。もう半分のスペースに牛薄切り肉を加える。
- ④蓋をして電子レンジ（600W）で5分程度加熱した後、食材（クッキングシート含む）を皿等に取り出す。
- ⑤本体（汁は残したまま）に①、水を入れ混ぜ合わせる。再度蓋をして電子レンジ（600W）で15分程度加熱する。
- ⑥④の食材を乗せて、再度蓋をして電子レンジ（600W）で3分程度加熱し、Bを乗せて出来上がり。

焼く

炒める

茹でる

煮る

蒸す

炊く