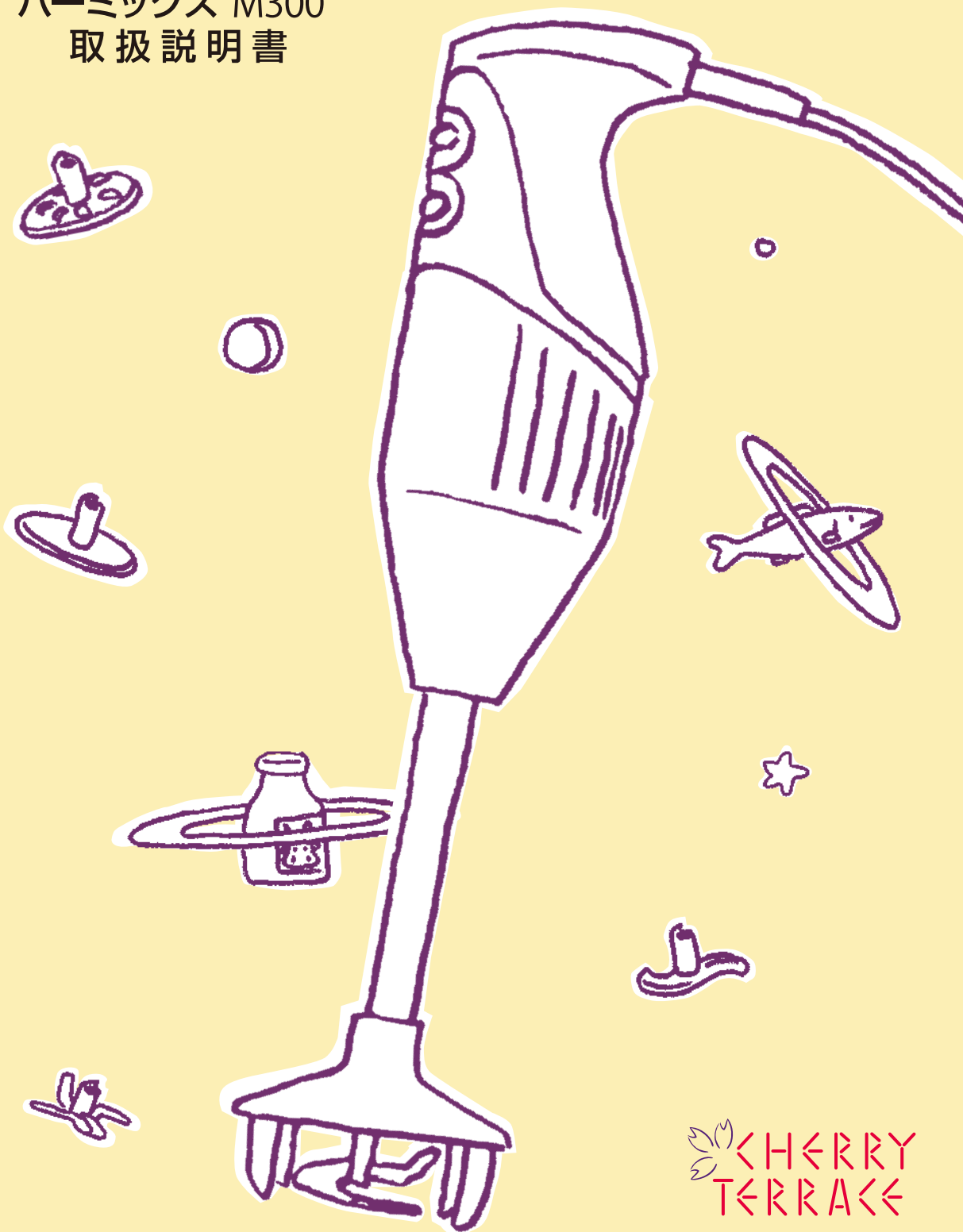


bamix

バーミックス M300
取扱説明書



CHERRY
TERRACE

このたびは、バーミックス M300 をお求めいただき、ありがとうございました。
 バーミックスを正しく安全にご使用いただくために、まずこの取扱説明書をご使用前によくお読みください。お読みになったあとは、お使いになる方がいつでも見られるところに必ず保管をお願いします。

* バーミックス・スライシーをお使いになるときは、バーミックス・スライシー取扱説明書をよくお読みください。

bamix 取扱説明書

● 目次 ●

Let's バーミックス クッキング!

コンパクトなボディながら、パワフルモーターのバーミックス。
 手間のかかる作業もラクラクとこなしてくれます。
 楽しい食事やお茶の時間に、ぜひバーミックスをご活用ください。



毎朝のジュース、スムージー作りに
 グラスの中でパッと作れて後片付けも簡単。
 毎日楽しく続けられます。



お弁当や毎日の食卓に
 家族みんなの人気メニューも、手近な材料を活用して手軽に作れます。



おもてなし料理に
 一見手間がかかっているように見える料理も実はバーミックスでラクラク。



忙しくても手作りの離乳食を
 バーミックスは手加減自在で、熱湯消毒できるなど、離乳食作りにも最適。

バーミックスってどんな道具? -----	3	混ぜる -----	23
安全上のご注意		●マヨネーズ	
安全上のご注意 -----	5	●ホワイトソース -----	24
バーミックスの基本情報をご使用前にまずお読みください		●バターケーキの生地 ●クレープの生地	
基本知識		●シュークリーム生地	
アタッチメントの着脱方法 -----	8	●ハムとクリームチーズのディップ ●白和え衣	
使用方法 -----	9	泡立てる -----	25
●バーミックスの持ち方		●卵白の泡立て	
●スイッチの使い方		●生クリームを泡立て -----	26
基本的な動かし方 -----	10	●牛乳の泡立て	
材料の切り方・分量の目安・容器選び -----	11	生の肉を挽く -----	27
日常の洗い方 -----	13	●牛挽肉	
●ミンサー、ウイスク、ピーター、ニューミンサーの洗い方		生の魚介類をする -----	28
●スーパーグラインダーの洗い方		●いわしのすり身	
長くお使いいただくためのお手入れ -----	14	砕く -----	29
調理に合わせてアタッチメントを使いこなしましょう		●すりごま	
調理別操作方法		●練りごま	
バーミックスの機能と用途 ワンポイントガイド -----	15	●パン -----	30
つぶす(生の野菜・果物) -----	17	●パルメザンチーズ ●コーヒー豆 ●くるみ	
●トマトジュース		●塩鮭 ●たくわん ●パセリ ●ピーナッツ	
●いちごミルク		粉末にする -----	31
●フレッシュミックス -----	18	●煮干し -----	32
煮た野菜をつぶす -----	19	●煎茶	
●ポタージュスープ		パウダーディスクで作る粉末 -----	33
ゆでた野菜をつぶす -----	21	離乳食/介護食/病人食への応用 -----	34
●きんとん		Q&A / インフォメーション	
●マッシュポテト		故障かなと思ったら -----	35
野菜をすりおろす -----	22	Q&A -----	36
●大根おろし		交換品と別売品 -----	37
野菜を刻む		仕様 -----	38
●にんじんのみじん切り			

バーミックスってどんな道具？

1954年スイス生まれのバーミックス。
操作は、片手で握って、指先でスイッチをオン・オフするだけ。
手の延長のような感覚で使えるハンディ・フードプロセッサーです。

バーミックスM300は、従来機種M250に比べて
トルク(モーターの回転力)が1.5倍。
より速く、よりきれいに、仕上げることができるようになりました。

パワフルなモーターで、さまざまな道具の用途を1台でこなし、
「魔法の杖」とも称されているバーミックス。
毎日の料理作りのパートナーとして、ぜひご活用ください。

パワフルなモーター

モーターは高速(毎分17,500回転)、低速(毎分13,000回転)の2段階。本体の連続使用時間は5分。手間のかかる作業もらくらくこなします。

ハンドル

高速スイッチ 低速スイッチ

指先で押しているときだけ回転

指を離すとスイッチが切れ、モーターが止まります。指でおさえられないスイッチが入らない安全設計です。
⇒ p.9 スwitchの使い方



ガードカバー

先端は金属製

熱い鍋の中にも差し込めるうえ、熱湯(80℃)の中で消毒することも可能。離乳食にも安心です。

グラスの中でも、鍋の中でも使える

この先端部分が入る容器なら、バーミックスを直接さし込んで使えます(目安直径6.5cm以上)。
⇒ p.12 容器の選び方

回転軸

この軸のみが回転します

回転軸にセットしたアタッチメントが高速で回転し、さまざまな作業をこなします。



1台で多用途に使えるバーミックス ～ 用途に応じてアタッチメントを替えることで多彩に活躍

<付属するアタッチメントはセットによって異なります>

● 回転軸の先端に付けるアタッチメント

ミンサー 野菜、果物などをつぶす、つぶし混ぜる	ウィスク 液体を混ぜる、混ぜ合わせる	ビーター ゆっくり上下に動かして泡立てる	ニューミンサー 生の肉、魚をつぶす、つぶし混ぜる
ポタージュ、ジュース、スムージー、大根おろしなど。離乳食にも。	マヨネーズ、ドレッシング、ホワイトソース、クレープの生地など。	生クリーム、卵白、牛乳の泡立てなど。 *軸に対して円盤が斜めになっていることで、波を描くように回転します。	少量の挽肉、すり身などに。

● 本体をセットして使用するアタッチメント

スーパーグラインダー ★ 乾燥した材料を砕く、野菜をみじん切りにするなど	パウダーディスク 乾燥した材料を粉砕する	スライシー 付属のチョッピングナイフを使用。肉や魚貝類を挽く、野菜のみじん切りなど	ディスクセット 野菜の細切り、スライス
すりごま、練りごま、コーヒー豆、パン粉、ふりかけなど。	粉茶、粉だし、きなこなど。	薄切り/または塊肉から作る挽肉、玉ねぎやにんじのみじん切り、パイ生地など。	野菜の千切りサラダ、じゃがいもをスライスしてポテトチップに、など。

★透明な容器のグラインダーもあります。ただしグラインダーでパウダーディスクは使えません。

ご使用前に、必ず以下の注意事項をお読みのうえ、正しくお使いください。

誤った取り扱いをしたときに想定される内容を「警告」と「注意」に区分してあります。

誤った使い方をしたときに生じる
危害や損害の程度を表すマークです ▶

	警告	死亡や重傷を負う可能性がある内容です。
	注意	傷害や物的損害が発生する可能性がある内容です。

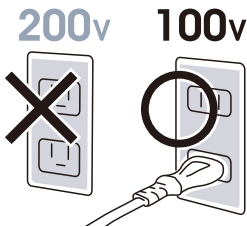
マークの例 ▶

		してはいけない「禁止」の内容です。
		必ず実行していただく「強制」の内容です。

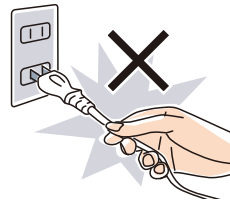
警告

電源プラグや電源コードのお取り扱い

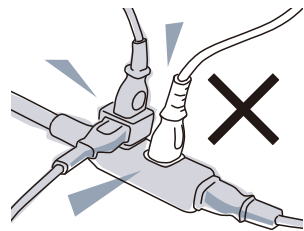
■ 交流 100V (50HZ/60HZ) 以外は
使用しないでください。



■ コードを持って電源プラグを抜かない
でください。電源プラグを持って抜い
てください。



■ タコ足配線はしないでください。



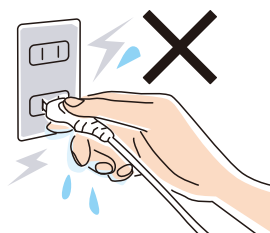
■ 電源コードに重いものを乗せたり、無
理に折り曲げて収納したりしないでく
ださい。



■ 電源プラグのほこりなどは定期的に取り
除いてください。プラグにほこりなど
がたまると、湿気などで絶縁不良とな
り火災の原因となります。

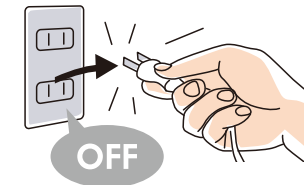
■ 電源プラグは根元まで確実に差し込ん
でください。差し込みが不完全だと感
電や火災の原因となります。

■ ぬれた手で電源プラグに触れないでく
ださい。

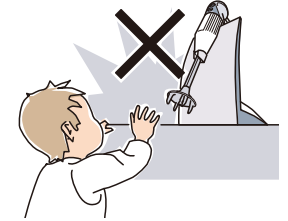


ご使用時、お手入れのときは

■ 使用しないとき、お手入れやアタッチ
メントを着脱するときなどは、電源プ
ラグをコンセントから抜いてください。



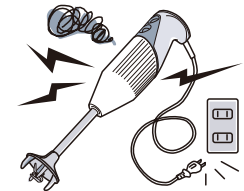
■ 幼児の手の届くところで使わないでく
ださい。



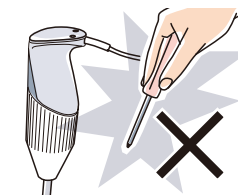
■ 本体のハンドルやスイッチに水をかけ
ないでください。



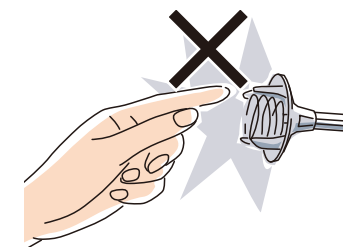
■ 異常時(煙や焦げた臭いなど)は、すぐ
に電源プラグを抜き、使用を中止して
ください。



■ 分解、修理などは行わないでください。



■ 回転しているアタッチメントに手や指
を近づけないでください。

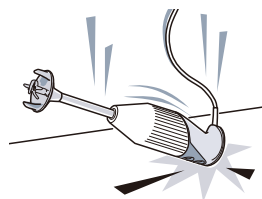


修理は必ずチェリーテラスへご連絡
ください。

注意

ご使用のときは

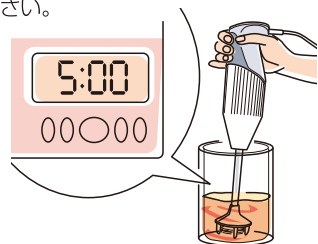
禁止 ■ 本体を高いところから落としたり、強い衝撃を与えないでください。



禁止 ■ ガスレンジ、オーブンなど熱源のそばや湿気、埃の多いところに置かないでください。

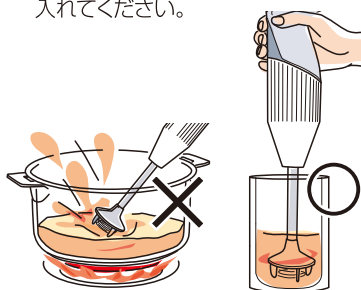


禁止 ■ 連続して5分間以上使用しないでください。



* 5分以上使用する場合は、スイッチを切りモーターが冷めるまで20分ほどおいてから使用してください。

注意 ■ 液体を調理する場合は、必ずガードカバーが液面下にある状態でスイッチを入れてください。



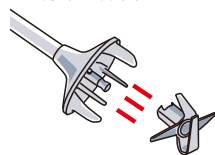
禁止 ■ 本体、アタッチメントともに料理以外に使用しないでください。

注意 ■ アタッチメントは、正しい方法でしっかり取りつけてください。

■ スーパーグラインダーは電子レンジで使用しないでください。

お手入れのときは

注意 ■ 使用後は必ずアタッチメントを取り外し、シャフト、回転軸、アタッチメントをすぐに洗い、いつも清潔に保管してください。

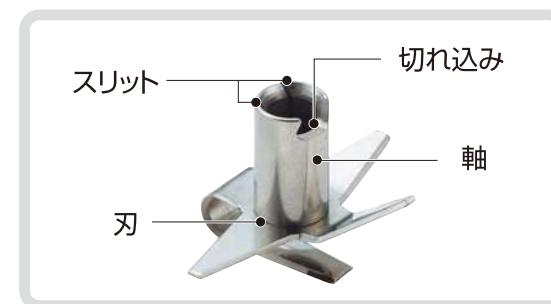


禁止 ■ 洗うときは食器用洗剤を用い、ベンジンやシンナー、アルコール、クレンザーなどは使用しないでください。

■ 食器洗い乾燥機や殺菌庫での洗浄、乾燥、殺菌はおやめください。

アタッチメントの着脱方法

アタッチメント各部の名称



注意

● 電源プラグをコンセントから抜いてから行ってください。

ミンサー、ウィスク、ビーター、ニューミンサーの場合

持ち方

軸を人さし指と中指の間にはさみ、親指で作用部を上から押さえます。



取り付け方

1. アタッチメントの切れ込みが、回転軸の突起にはまるよう、底部を押して垂直に差し込みます。
2. 切れ込みが回転軸の突起に根元までしっかりはめ込まれたら完了です。



外し方

<手で外す>
アタッチメントを上を引き上げるように、垂直に引き抜いてください。

<ツール&ブラシで外す>
柄の先端をアタッチメントの軸の下に当て、「てこ」の要領で押し上げます。



* マイナスドライバーでも代用できます。

* はめ込み方が不十分だと、ガードカバーの4本の脚よりアタッチメントの先端がはみ出て容器をキズつけるおそれがあります。
* アタッチメントの取り付けがゆるい、きつい場合はスリットで調整してください(p.36)。

スーパーグラインダーの場合

取り付け方

1. スーパーグラインダーに材料を入れ、ふたを時計回りに回し、しっかり閉めます。
2. スーパーグラインダーのふたの4つの穴に、ガードカバーの4本の脚を垂直にはめ込みます。
3. ガードカバーの脚が根元まではまったら、取り付け完了です。



外し方

スーパーグラインダーをしっかり持って垂直にガードカバーの脚を引き抜いてください。



使用方法

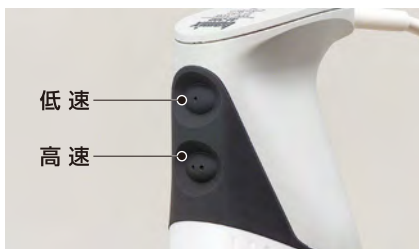
バーミックスの持ち方

バーミックスは、上下左右によく動かしながら使いますから、持ち方は大切なポイントです。正しい持ち方をマスターしましょう。

1. スイッチの反対側のくぼみ(コードの付け根の下)に手を差し入れます。
2. 人さし指は低速スイッチ、中指は高速スイッチに当たるように握り、親指でハンドルを支えます。



スイッチの使い方



スイッチ	回転数	用途
低速	13,000回転/分	・泡立て ・スーパーグラインダーでの野菜のみじん切り
高速	17,500回転/分	・操作一般 ※本文中で何も記載のない場合

注意 ● ご使用後は電源プラグをコンセントから抜いてください。

1. 電源プラグをコンセントに差し込みます。使用したいスイッチのいずれかを押し続けることで作動します。
2. スイッチから指を離すとスイッチが切れ、モーターが止まります。



手が小さい方などは、親指でスイッチを押すようにして持ってください。

基本的な動かし方

バーミックスは、手で持って使うからこそつぶり加減など仕上がりを自在に調節できるのです。効率よく失敗なく操作するためにも、正しい「手の動かし方」をマスターしましょう。

調理内容	アタッチメント	スイッチを入れるタイミング	基本的な動かし方
固形物をつぶす	・ミンサー ・ニューミンサー	材料の表面にアタッチメントを軽くつけてからスイッチオン。	最初は材料の表面を叩くように小刻みに上下に動かします。 ひととおりつぶれたら、前後左右に動かしてよくつぶし混ぜます。
液体の中の固形物をつぶす	・ミンサー	ガードカバーを水面下に沈めてからスイッチオン。	常にガードカバーが水面下に沈んだ状態で動かします。
液体を混ぜる	・ウイスク		※回転しているアタッチメントが水面より上にでると液体が飛び散ります。ご注意ください。
		スイッチを切るタイミング	終了時はスイッチを切ってから、バーミックスを容器から引き上げます。(回転したまま取り出すと、食材が飛び散ってしまいます)
固形物を砕く	・スーパーグラインダー		スーパーグラインダーを片手に持ち、軽く振りながら動かします。または、台に置いてときどきゆすります。 ※パウダーディスクの場合は置いたまま操作します。

材料の切り方・分量の目安・容器選び

バーミックスで短時間に、効率よく作業をするためには
材料の切り方、容器の選び方と、適切な分量が、重要なポイントです。

材料の切り方

主な切り方の例

用途	切り方
生野菜をつぶす、すりおろす、混ぜる	1~2cm角
煮た/ゆでた野菜をつぶす	火の通りやすい野菜(かぼちゃ、じゃがいも) : 3cm角 火の通りにくい野菜(にんじん) : 5mm厚さの薄切り
肉を挽く	かたまり肉 : 約2cm角 薄切り、切り落とし : 4~5cm幅
魚介類をする	魚 : 3枚におろし小骨と皮をはずし3~4cm幅に切る

* 材料の特性と用途によってそれぞれ適切な切り方があります。
詳しくはp.17以降の「調理法別操作方法」をご参照ください。

分量の目安

材料の分量の目安

適当な大きさの容器に、適量を入れて操作するのが最も効率的な使い方です。

用途	分量の目安
水分の多い材料をつぶす、混ぜる(ジュースなど) 加熱した熱い材料をつぶす、混ぜる(ポタージュなど)	⇒ 容器の7分目まで
野菜や果物をつぶす(大根おろしなど)	⇒ 容器の8分目まで
卵白、生クリームを泡立てる	⇒ 容器の2分目まで

* 少なくともガードカバーをおおう量、容器の底から3~4cmくらいが必要です。
* 量が多いときは、一番効率のよい大きさの容器で、何回かに分けて作業してください。

<スーパーグラインダーの分量>

材料は容器の8分目くらいまで。極端に量が多すぎたり、少なすぎたりすると、効率よく碎けません。



容器の選び方

多様な容器の中で直接使えるのがバーミックスの特徴の一つですが、用途や材料の量に対して見合った容器を使うことで、さらに作業効率もよく、仕上がりもきれいになります。

口径	<p>バーミックスを直接差し込める、口径6.5cm以上が必要です。</p> <p>目安：バーミックスを前後左右に動かしやすい 直径6.5cm以上</p> <p>※マヨネーズの場合 口径6.5cm~8.5cm。底が平らな口径の狭い縦長の容器が絶対条件です。</p> <p>※卵白、生クリームの泡立て 口径6.5cm~8.5cm。口径の狭い縦長の容器が適しています。</p>
深さ	<p>バーミックスを動かしたときに中の材料が飛び散らない深さの容器を選びましょう。</p> <p>目安：深さ7cm以上</p>
大きさ	<p>材料の量に応じて適切なサイズの容器を選びましょう。</p> <p>入れる材料の目安：容器の容量に対し1/3~2/3</p> <p>容器の容量に対して、1/3~2/3</p>
形	<p>容器の隅々までバーミックスが届く、底が平で隅に丸みのあるものが適しています。</p>
材質	<p>以上の条件にかなった容器をお選びください。</p> <p>※ ガラスの容器は、ガードカバーをぶつかけたり、ガラスにキズがついていたりすると突然割れることがありますのでご注意ください。</p> <p>※ フッ素樹脂加工など内側に塗装を施した鍋は、ガードカバーで強くこするとキズがつくことがあります。使用時はご注意ください。</p>

* 効率よくバーミックスを使えるように設計されたバーミックス専用容器を用意しています。ぜひご活用ください。⇒ p.37 参照

日常の洗い方

よいコンディションで使うために、使い終わったらすぐきれいに洗ってください。

- 注意** ● 本体は水洗いできません。本体についた汚れは、湿った布で拭いてから乾いた布で拭き取ります。
● 全ての部分は食器洗い乾燥機、食器洗い機、食器乾燥器、殺菌庫などでの洗浄、乾燥、殺菌はできません。

ミンサー、ウィスク、ビーター、ニューミンサーの洗い方

1. 容器に湯か水を用意し、アタッチメントをつけたまま、その中で回転させます。おおよその汚れが落ちます。
2. 電源プラグをコンセントから抜き、アタッチメントを外します。食器用洗剤とスポンジやツール&ブラシなどで、アタッチメントとガードカバーを洗います。



湯は80℃以下、洗浄時間は3分以内としてください。



アタッチメントとガードカバーは洗浄が終わったら、よくすすいで水気を拭き取ってください。

* 炭水化物、乳製品、卵にご使用のあとは、ガードカバーを外して右ページの分解掃除をしてください。

* ボディケース、ハンドルやスイッチについた汚れは、布巾に食器用洗剤を付けて拭き、固くしぼった布巾で洗剤を拭き取ってから、乾いた布巾で拭き取ってください。

最後の仕上げに

1. 2. の洗浄のあとにきれいな湯か水の中で空運転すれば回転軸周辺に残っていた汚れが落ち、回転軸故障の予防に役立ちます。

スーパーグラインダーの洗い方

注意 ● 洗いおけなどに浸けておくのは避けてください。内部に水が入るとベアリングがサビで動かなくなることがあります。

1. ツール&ブラシやスポンジに食器用洗剤をつけ内部をよく洗います。
2. 水気を拭き取り、電源プラグをコンセントに差し込み、本体に取り付けて数秒間空回しします。内部をから拭きたら、布巾の上で逆さまに置いて乾燥させます。



刃の下の汚れがとれない場合は、p14の「スーパーグラインダーの分解掃除」を参考に刃を取り外し、洗ってください。



* 快適にお使いいただくために、ときどき右ページの「スーパーグラインダーの分解掃除」を行いましよ。

数週間使わないときは、ときどき空回転させましょ

モーターをよい状態に維持するには、まめに使うことが一番です。もし長期間使用されない場合は、ときおりスイッチを入れてモーターを空回転させてください。シャフトと回転軸のすき間に汚れが固まることも予防できます。

長くお使いいただくためのお手入れ

少なくとも1カ月に一度は以下のお手入れをしてください。

回転軸のお手入れ

分解掃除

1. 本体を片手で持って、ガードカバーを時計回りに回して外します。
2. 電源プラグをコンセントに差し込み、数秒ほど湯の中で空回転させます。
3. ワッシャーを指で押し上げ、ツール&ブラシなどで汚れを取り除きます。

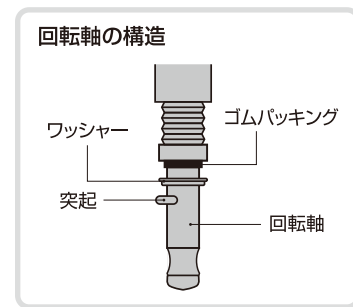


油さし

4. パッキング内側に、油を2~3滴たらし、そのまま数秒間空回転させ油をなじませます。
5. 水の中で回転させ、余分な油を落とし、水気を拭いてガードカバーを取り付けます。



油はオリーブ油を使用してください。



* オリーブ油が無い場合はなるべく酸化しにくい性質のサラダ油をご使用ください。
* 外したガードカバーのネジ山もよく洗ってください。

スーパーグラインダーの分解掃除

上面の掃除

1. 刃を布で覆い、上からしっかり抑えてカプリング側面の穴にツール&ブラシの突起をはめ、反時計回りに回して外します。
2. カプリング、刃、刃受け台の順番に外し、内部や刃の裏などをきれいに洗います。水気をよく拭き取ったら、元通り組み立てます。刃は写真の向きにはめます。



カプリングが非常に堅い場合
カプリングを傷つけないよう布巾などの上からペンチなどで挟むようにして外してください。



裏面の掃除

3. 裏ぶたにある2つのつまみを1つずつ両手の親指で押し外します。
4. ベアリングキャップをマイナスドライバーで押し上げながら外します。
5. ベアリング周辺の汚れを拭き掃除してからベアリング中央部に油をさし、元通りに組み立てます。



バーミックスの機能と用途 ワンポイントガイド

以下の表と、p.17からの「調理法別操作方法」をご参照いただき、目的と用途に応じ、バーミックスを快適に、効率よくお使いください。

機能	用途	料理名	ポイント	掲載ページ	アタッチメント
つぶす	生の野菜、果物をつぶす	トマトジュース	水分をたっぷり含んだ野菜、果物を主体に作るジュース。	▶p.17	+
		いちごミルク	野菜や果物に水分をたして作るジュース、スムージー。	▶p.17	
		フレッシュミックス	野菜や果物をつぶして作るピュレ状の食べる青汁。	▶p.18	
		グリーンジュース	野菜や果物をつぶして作るピュレ状の食べる青汁。	▶p.18	
	煮た野菜をつぶす	いろいろ野菜のポタージュ	煮た野菜を、鍋の中で直接つぶす。	▶p.19	
		グリーンピースのポタージュ	水分を少なくしてつぶし、目の粗いざるでこす。	▶p.19	
茹でた野菜をつぶす	栗きんとん	ゆでた鍋の中で全体をつぶし、調味料となめらかに混ぜ合わせる。	▶p.21		
	マッシュポテト	ゆでた鍋の中で全体をつぶし、調味料となめらかに混ぜ合わせる。	▶p.21		
		ゆでたいもを調味料と一緒になめらかに混ぜ合わせる。			
すりおろす	生の野菜をすりおろす	大根おろし	おおよそ2cm大の乱切りを縦長の容器でつぶし混ぜる。	▶p.22	+
刻む	野菜をみじん切りにする	人参のみじん切り	約50gを低速で約5～6秒でみじん切りに。	▶p.22	⊕
			約300gを約3～5秒で粗みじんに、約12～15秒で細みじんに。	▶スライシー取説 p.11	⊕
		玉ねぎのみじん切り	約300gを約3～8秒でみじん切りに。	▶スライシー取説 p.11	⊕
		パセリのみじん切り	パセリの葉先を細かくみじんにする。	▶p.30	⊕
混ぜる、混ぜ合わせる	液体を混ぜ合わせる	マヨネーズ	口径の狭い縦長の容器で作る。アレンジも自在。	▶p.23	⊕
		ホワイトソース	加熱した鍋の中で混ぜる。だまにならずなめらかな仕上がりに。	▶p.24	
		バターケーキの生地	バターと砂糖、卵をなめらかになるまでウイスクで混ぜ合わせる。	▶p.24	
			バターと砂糖、卵をなめらかになるまでスライシーで混ぜ合わせる。	▶p.24	
	つぶし混ぜる、練り混ぜる	シュークリームの生地	木べらで混ぜるより早く、ラクに混ぜ合わせられる。	▶p.24	+
		ディップ	ハム、クリームチーズ、スモークサーモン等をペースト状にする。	▶p.24	
		白和え衣	水切りした豆腐を調味料とともにミンサーでつぶし混ぜる。	▶p.24	
泡立てる	卵白の泡立て	生クリーム	空気を取り込むように大きく上下に動かしながら泡立てる。	▶p.25	●
		生クリーム	純乳脂肪で添加物が一切入らないものをごく短時間に泡立てる。	▶p.26	
	牛乳の泡立て	生クリーム	純乳脂肪で添加物が一切入らないものをごく短時間に泡立てる。	▶p.26	
		牛乳	あたためた牛乳をピーターで上下に動かしながら泡立てる。	▶p.26	

アタッチメントアイコンの見方

- ⊕ ミンサー
- ⊕ ウイスク
- ピーター
- ⊕ スーパーグラインダー
- ⊕ パウダーディスク
- ⊕ ニューミンサー
- ⊕ スライシー/チョッピングナイフ
- ⊕ スライシー/ブレード

機能	用途	料理名	ポイント	掲載ページ	アタッチメント			
挽く	生の肉を挽く	牛挽肉	250gの肉を約20～30秒で粗挽きから細挽きにできる。	▶スライシー取説 p.12	⊕			
			ニューミンサーでも少量ならつぶすことができる。	▶p.27				
		豚挽肉	300gの肉を約15秒～30秒で粗挽きから細挽きにできる。	▶スライシー取説 p.12				
			ニューミンサーでも少量ならつぶすことができる。	▶p.27				
		鶏挽肉	300gの皮付きの肉を約15～30秒で粗挽きから細挽きにできる。	▶スライシー取説 p.12				
			ニューミンサーでも少量ならつぶすことができる。	▶p.27				
すり身を作る	魚介類の切り方	いわしのすり身	長ねぎや調味料など他の材料も加えて一緒につぶし混ぜる。	▶スライシー取説 p.13	⊕ または			
			長ねぎ、生姜などはあらかじめみじん切りにしてから加える。	▶p.28				
砕く	乾いた材料を砕く	すりごま	事前によく煎って、熱いうちに砕く。	▶p.29	⊕			
		練りごま	すりごまをさらに砕くと練りごまに。短時間に好みの加減に砕ける。	▶p.29				
		コーヒー豆	好みの状態まで砕く。	▶p.30				
		鮭フレーク	鮭の切り身を焼き、骨と皮を除いてから砕く。焼きたらこも同様に。	▶p.30				
		粉チーズ	チーズのかたまりを1cm角程度に切ってから砕く。	▶p.30				
		くるみ	よく乾いた状態で砕く。アーモンドやカシューナッツも同様に砕ける。	▶p.30				
		ピーナッツ	殻と薄皮を除いて砕き、ピーナッツペーストまで作れる。	▶p.30				
		やわらかい材料を砕く	パン粉	パンを適当な大きさにちぎって砕く。		▶p.30		
		粉末にする	よく乾燥した材料を粉末にする	煮干し		スーパーグラインダーで30秒砕いてから、パウダーディスクで砕く。	▶p.32	⊕
				煎茶		パウダーディスクで30秒ずつ、3回繰り返し砕く。	▶p.32	
かつお節	スーパーグラインダーで15秒砕いてから、パウダーディスクで砕く。			▶p.33				
炒り大豆	スーパーグラインダーで30秒砕いてから、パウダーディスクで砕く。			▶p.33				
粒こしょう	スーパーグラインダーで30秒砕いてから、パウダーディスクで砕く。			▶p.33				
細切り	細切りにする	にんじん、じゃがいも等	太さ2～3mmの細切りにする。	▶スライシー取説 p.17	⊕ B2			
	ごく細い細切りにする	にんじん、じゃがいも等	太さ1～1.5mmの細切りにする。	▶スライシー取説 p.18	⊕ B1			
	太めの細切りにする	にんじん、じゃがいも等	太さ4～5mmの細切りにする。	▶スライシー取説 p.18	⊕ B3			
スライス	スライスする	じゃがいも、きゅうり等	厚さ1mmのスライスにする。	▶スライシー取説 p.17	⊕ B4			
	厚くスライスする	にんじん、じゃがいも等	厚さ3mmのスライスにする。	▶スライシー取説 p.18	⊕ B5			

※スライシーについて詳しくは、「スライシー取扱説明書」をご参照ください。
 ※付属するアタッチメントは、セットによって異なります。必要なアタッチメントは追加でお求めいただくこともできます。

つぶす(生の野菜、果物)



ジュース、スムージー作りには**ミンサー**を使用します。
コップ1杯分から作れ、凍らせた果物や氷もつぶすことができます

*水分をたっぷり含んだ野菜や果物を主体に作るジュース

トマトジュース



1 準備
トマトをそのままグラスに入れる。皮が気になる時は、湯むきしておく。
分量
容器の7分目までが適量。
容器
グラスなど、口径の狭い縦長の容器。



2 つぶし方
トマトの表面にアタッチメントを軽くつけてスイッチオン。
※パーミックスを軽く上下に動かしてつぶし混ぜる。



3 できあがり
全体がなめらかになったら、好みで塩、レモン汁を加えてできあがり。
◎操作時間の目安
トマト中1.5個:約10秒

recipe

みかんスムージー

みかんも薄皮ごときれいにつぶすことができます。
みかんを冷凍して作ってもよいでしょう。

材料(1人分)

みかん(皮をむき、筋をとる) 2個

作り方

みかんをそのまま容器に入れ、つぶす。
甘みが足りなかったら適宜はちみつを加え、できあがり。

※ 冷凍したみかんの場合は、水を適宜加えるとより飲みやすくなります。



*野菜や果物に水分を足して作るジュース

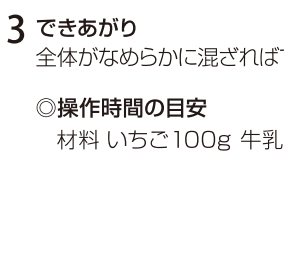
いちごミルク



1 準備
いちごはヘタをとり、大きければ半分に切る。
分量
容器の7分目までが適量。
容器
口径の狭い縦長の容器。



2 つぶし方
ガードカバーを液面に沈めてからスイッチを入れる。軽く上下に動かしてつぶし混ぜる。
※ガードカバーが常に液面に沈んでいれば飛び散りません。



3 できあがり
全体がなめらかに混ぜればできあがり。
◎操作時間の目安
材料 いちご100g 牛乳200cc:約10秒

recipe

スムージークラシコ

冷凍したいちごとバナナにオレンジジュースを加えてなめらかにつぶし混ぜます。

材料(1人分)

いちご 4粒(約50g)
バナナ 1/2本(約50g)
オレンジジュース(果汁100%) 1/2カップ
レモン汁(好みで) 小さじ1~

作り方

容器にすべての材料を入れ、なめらかにつぶし混ぜる。



*野菜や果物をつぶして作るピュレ状のジュース

フレッシュミックス

1 材料(写真①)
小松菜(2~3cm幅に切る) 1束(100g)
パセリ(葉をちぎる) 2~3本
バナナ(皮をむく) 1本
りんご(皮をむいて2cm角に切る) 1/2個
キウイフルーツ(皮をむいて4つに切る) 1個
レモン(レモン汁をしぼる) 1/2個



2 つぶし方(写真②③)
バナナを一番下にして、すべての材料を容器に入れ、材料の表面にミンサーをつけてからスイッチオン。表面を軽くたたくように小刻みに上下に動かす。
下までつぶれたら、底から返すようにすみすみまで丁寧につぶす。



3 できあがり(写真④)
全体によく混ぜたらできあがり。

◎操作時間の目安 レシピの分量で約1分

recipe

小松菜、レタスとオレンジのグリーンジュース

野菜や果物をなめらかにピュレ状につぶした後、ジュースなどの水分を足します。
ジュースはりんごやグレープフルーツなど好みのジュースにかえてもよいし、水でもOK。

材料(1人分)

小松菜(2cm幅に切る) 30g
レタス(適当にちぎる) 30g
パセリ(葉をちぎる) 10g
バナナ(冷凍) 1/2本(50g)
りんご 50g
レモン汁 大さじ1
オレンジジュース(果汁100%) 1/2カップ

作り方

1. ジャグにオレンジジュース以外のすべての材料を入れ、パーミックス(ミンサー)でなめらかにつぶし混ぜる。
2. オレンジジュースを加え、さらによく混ぜ合わせ、できあがり。



四季のグリーンジュース



スープで煮た野菜をつぶしてポタージュスープを作るのには**ミンサー**を使用します。野菜を煮た鍋の中で直接つぶせるのでとても手軽です。

ポタージュスープ



1 切り方

すべての野菜が均一にやわらかく煮あがるように、材料の火の通りやすさやつぶしやすさに応じた大きさ、形状に切る。



◎葉物

葉野菜(キャベツ、ほうれん草など)は2~3cm幅のざく切りにする。



◎根菜など

火の通りやすい野菜(かぼちゃ、じゃがいもなど)は3cm角に切る。火の通りにくい野菜(にんじんなど)は5mmの厚さに切る。



◎繊維が強い野菜

繊維が強い野菜(長ねぎ、ごぼう、セロリなど)は繊維を断ち切るように斜め薄切りにする。アタッチメントに当たりやすいように断面積は広くとるのがポイント。

※ みじん切りなど細かく切りすぎると、アタッチメントに当たりにくくなってつぶしにくくなります。

2 下準備

鍋に油を熱し、材料を炒める。

3 加える水の量

材料がひたひたになるくらいの水、スープの素を入れ、材料がやわらかくなるまで煮る。

※ 材料に対して水分が多すぎると、材料がアタッチメントに当たりにくくなります。



4 スイッチを入れる

ガードカバーを液面に沈めてからスイッチを入れる。



5 つぶし方

ガードカバーが常に液面下に沈んでいる状態で軽く全体に動かしてつぶし混ぜる。

※ ガードカバーが常に液面下に沈んでいれば絶対に熱いスープは飛び散りません。

※ ガードカバーの4本の脚を鍋底に強くこすりつけすぎると鍋底を傷める原因になります。軽く浮かせて操作するとよいでしょう。



6 できあがり

なめらかにつぶれたら牛乳などで濃度を調整し、塩・こしょうで調味する。

◎操作時間の目安

材料4人分: 約20秒

水量が少ないときは?

鍋を傾け、ガードカバーが液面下に沈むような深みを作ってつぶします。



recipe

残り野菜のポタージュ (レシピ制作・有元葉子さん)

冷蔵庫に残りがちな野菜を集合させておいしいポタージュに。野菜をたっぷり摂れて、冷蔵庫の中も片付くうれしいレシピです。



材料(4人分)

野菜(にんじん、セロリ、ごぼう、キャベツ、じゃがいも、玉ねぎ、長ねぎ、小かぶの葉など) あわせて500g
/バター 大さじ2 /スープの素 2個/
塩・こしょう 各少々 /生クリーム 適宜

作り方

- ごぼうは厚さ1cmの斜め切りにし、水に浸してあく抜きをする。そのほかの野菜の切り方は、左ページの「1 切り方」を参照(写真①)。
- 深鍋を中火にかけてバターを溶かし、水気を切ったごぼうとそのほかの野菜を入れてしんなりするまで炒める(写真②)。
- 2.に水をひたひた程度に注ぎ入れ、スープの素を加えて煮る。沸騰してきたらアクをていねいにのぞく。
- 鍋にふたをして弱火にし、野菜がすっかりやわらかくなるまで20分ほど煮て火を止める。
- ミンサーでなめらかにつぶし混ぜる。
- 水を加えて好みの濃度にし、あたためて塩、こしょうで味をととのえ、生クリーム少々を流し入れる。



グリーンピースのスープ

さやごと売っている旬の時がおすすです。素材の風味を存分に味わってください。豆の皮が気になるときは、最後に目の粗いざるでざっとこすとよいでしょう。

材料(4人分)

グリーンピース(さやつき) 約800g(正味400g) / 玉ねぎ 1/2個 / オリーブ油 大さじ2 / 塩・こしょう 適宜

作り方

- 豆はさやから出す。玉ねぎは薄切りにする。
- 鍋にオリーブ油を熱し、玉ねぎを炒める。しんなりしたらグリーンピースを加え、さっと炒め合わせる(写真①)。
- 水2~2.5カップを加え、グリーンピースがやわらかくなるまで弱火で約20分煮る。
- 火を止め、ミンサーでなめらかにつぶし混ぜる(写真②)。塩・こしょうで味を調える。
- 器に盛り、オリーブ油をまわしかける。



ゆでた野菜をつぶす



ゆでた野菜や豆をつぶすには**ミンサー**を使用します。ゆでた鍋の中で直接つぶせ、用途に応じてつぶし加減を調節できます。

きんとん

基本材料

- ・さつまいも …… 500g
- ・砂糖 …… 150~200g



1 はじめのつぶしかた
ゆでたさつまいもを、ミンサーで押さえてからスイッチを入れる。スイッチを切ったり入れたりしながら、こねないようにざっと崩す。



2 上下に動かしてつぶす
軽く上下に動かし、全体をつぶす。



3 できあがり
全体につぶれたら、砂糖など調味料も加え、なめらかに混ぜ合わせる。
◎操作時間の目安
材料500g:約30秒

同じ要領で
試してみよう

- 枝豆 …… すんだ餅作り
- 大豆 …… 味噌作り
- ひよこ豆 …… ペースト作り

マッシュポテト

基本材料

- ・じゃがいも …… 300g
- ・牛乳 …… 1/4カップ
- ・バター …… 20g
- ・塩、こしょう …… 少々



1 はじめのつぶしかた
ゆでたじゃがいもを、ミンサーで押さえてからスイッチを入れる。スイッチを切ったり入れたりしながら、こねないようにざっと崩す。



2 上下に動かしてつぶす
軽く上下に動かし、全体をつぶす。
※ コロッケやポテトサラダなど、粘りをださずにつぶしたいときは、ぐるぐる混ぜながらつぶさないようにしましょう。



3 できあがり
全体につぶれたら、牛乳など調味料も加え、なめらかに混ぜ合わせる。
◎操作時間の目安
材料300g:約30秒

スライシーで作るときは

マッシュポテトはスライシーなら、粘りを出さず手早く作れます。

◎操作時間の目安
材料300g:約15秒



野菜をすりおろす



大根や山いもなど一度にたくさんの量をすりおろすときは**ミンサー**を使用します。少量なら**スーパーグラインダー**でもおろせます。

大根おろし



1 準備
2cm大の乱切り。
分量
容器の8分目までが適量。
容器
口径の狭い縦長の容器。



2 はじめの動かし方
大根の表面にミンサーをつけてからスイッチを入れる。上からトントン叩くように、小刻みに上下に動かしながらかつぶす。積み重なった大根を上から徐々につぶしていくと、水分が出はじめてつぶしやすくなる。



※ 飛び散りが気になるときは、片手で容器の開口部をおおいながら操作します。



3 つぶれた後の動かし方
底までひととおりつぶれたら、パーミックスを前後左右に動かしてすみずみまでよくつぶし混ぜる。



4 できあがり
材料の状態を見ながら好みの状態にすりおろす。
◎操作時間の目安
材料200g:約20秒

大和いもや長芋のとろろ
蓮根のすりおろし
りんごのすりおろし

切りかたは
大根と同じ程度に。

同じ要領で
試してみよう

野菜を刻む



野菜を刻んでみじん切りにするのは、**スライシー**、または**スーパーグラインダー**を使用します。

- * スライシーを使うと、よりきれいに、大量の野菜をみじん切りにすることができます。
- * 玉ねぎのように水分の多い野菜のみじん切りは、スライシーの方が適しています。

にんじんのみじん切り

スーパーグラインダーの場合



1 準備
約1cm大の乱切り。
分量
容器の半分~8分目が適量。



2 できあがり
低速でスイッチを入れ、みじん切りに。さらに碎けばすりおろし状態になる。
◎操作時間の目安
材料50g:
5~6秒でみじん切り

スライシーの場合



1 材料の切り方
約2cm角に切る。



◎操作時間の目安
材料300g:
粗いみじん切り約3~5秒、
細かいみじん切り約12~15秒



マヨネーズやドレッシングなど液体を混ぜ合わせるのには**ウイスク**を使用します。短時間でむらなく混ぜることができるのが特長です。

マヨネーズ

1 材料

全卵 1 個、塩小さじ 1/3、こしょう少々、マスタード小さじ 1、酢大さじ 1、サラダ油 200cc を容器に入れる。

※ 全卵 1 個に対して油の量は 200cc が基本です。油の量が足りないとゆるく、油の量が多いと固く仕上がります。仕上がりの固さは油の量が変わってきますのでご注意ください。

容器

口径 6.5~8.5 cm、底の平らな口径の狭い縦長の容器。

※ 口径の広いボウル状の容器では作れません。

※ クッキングカップがもっとも適しています。



2 スイッチを入れる

卵の黄身がガードカバーの真下にくるようにパーミックスを差し込み、ガードカバーの 4 本の脚を底にしっかりつけたまま、スイッチを入れる。



3 動かしか方

パーミックスをすぐに持ち上げず、下から乳化が始まり、ほぼ全体に乳化が進むまで待つ。表面までほぼ乳化したら、ゆっくりパーミックスを引きあげ全体を混ぜ合わせる。



※ スイッチを入れたら絶対にパーミックスを持ち上げないこと！これがマヨネーズ作りを成功させる最大のポイントです。



4 できあがり

◎ 操作時間の目安 10 秒

マヨネーズの賞味期限

冷蔵庫で保存し、使用した卵の賞味期限(生食期限)を保存の目安としてください。

失敗したマヨネーズの再生法

万が一乳化に失敗したら、そのまま冷蔵庫に一晩ねかせ、もう一度作り直すことができます。

※ 手作りマヨネーズに適さない油もありますので、お作りになる前に油を確認ください。

recipe

卵黄だけ使ったマヨネーズ

コクのあるおいしいマヨネーズです。

材料

卵黄 1 個分 / サラダ油 150cc / 酢 大さじ 1 / 塩 小さじ 1/3 / こしょう 少々 / マスタード 小さじ 1

作り方

すべての材料を縦長の容器に入れ、ウイスクで完全に乳化するまで混ぜ合わせる。

ヘルシーマヨネーズ

卵の代わりに牛乳を使うマヨネーズ風ドレッシングです。

材料

牛乳 50cc / サラダ油 100cc / マスタード 小さじ 2 / レモン汁 小さじ 2 / 塩 小さじ 1/4~1/3 / こしょう 少々

作り方

すべての材料を縦長の容器に入れ、マヨネーズと同じ要領で混ぜ合わせる。全体が乳化したらさらに 10 秒ほど混ぜ続けてスイッチを止める。3 分ほどたって全体がかたく乳化したらできあがり。

※ 牛乳はローファット、ノンファットでもできます。豆乳でもできます。



液状のとろみのある材料を混ぜ合わせるときには**ウイスク**を使います。

ホワイトソース



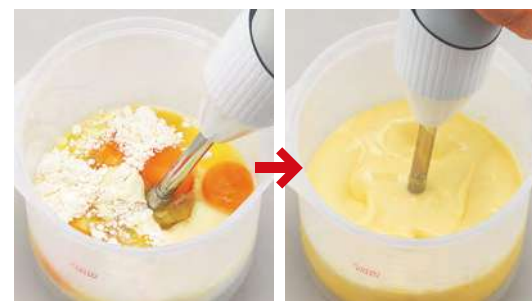
バターと粉を炒め、牛乳を加えてウイスクで混ぜる。
※ ダマができずなめらかな仕上がりに。

バターケーキの生地



バターと砂糖を白っぽくなるまでウイスクで混ぜ、卵も加えてさらにウイスクで混ぜる。
※ ケーキに使う小麦粉はミンサーで混ぜるとふるうことができます。
※ スライサーでも上手にできます。

クレープの生地



粉に卵、牛乳を加えてウイスクで混ぜ合わせる。
※ ウイスクだとしっかり混ぜられるので、生地をねかす必要がありません。すぐに焼いてもきれいに仕上がります。



材料をつぶし混ぜたり、練り混ぜたりするときは**ミンサー**が便利です。

シュークリームの生地



バターと水を沸かし、粉を加えて炒め、卵を加えてミンサーで混ぜる。
※ 木べらで練り混ぜるよりも、より早くラクに混ぜ合わせることができます。

ハムとクリームチーズのディップ



薄切りのハムとクリームチーズを、ミンサーでつぶし混ぜる。
※ ゆで卵やスモークサーモンなどもなめらかなペースト状につぶし混ぜることができます。

白和え衣



水切りした豆腐を調味料とともにミンサーでつぶし混ぜる。



卵白の泡立てには**ビーター**を使用します。泡立て器とは異なるバーミックス独自の泡立て方をマスターしてください。

※油が容器やバーミックス/ガードカバー、ビーターなどについていると泡立ちにくくなります。



生クリーム、牛乳の泡立てには**ビーター**を使用します。泡立て加減の調整もできます。

※油が容器やバーミックス/ガードカバー、ビーターなどについていると泡立ちにくくなります。

卵白の泡立て

1 分量
容器の2分目までが適量。それ以上入ると泡立ったときにあふれる場合がある。クッキングカップ(容量460ml)なら卵白1~2個分、クッキングジャグ(容量1,200ml)なら卵白3~5個分まで泡立てられる。
※ 卵白は冷蔵庫から出したての冷えたものがよく泡立ちます。
容器
口径の狭い縦長の容器。
※ 口径の広いボウル状の容器では作れません。

2 泡立ては始める前に
容器を斜めに傾け、ガードカバーを液面より下に沈める。

3 はじめの泡立て方
低速のスイッチボタンを入れて、数秒動かさずに卵白を切る。段々と大きな泡がたったら、大きく楕円を描くようにバーミックスをゆっくりと一定方向に上下に動かす。

4 上下に動かして泡立てる
一定方向に大きく上下にバーミックスを動かし続ける。

※ バーミックスを持ち上げて回転しているビーターを液面の上に出します。ふたたび沈め、この動作を繰り返すと、卵白に空気を取り込んでボリューム感ある泡を立てることができます。



5 八分立て
ツノが立った後も、かたく泡立った卵白の抵抗を感じるくらい、上下に動かしながら泡立て続ける。

6 できあがり
かたい泡が立ち、容器を逆さにしても落ちないくらいになればできあがり。

◎ 操作時間の目安:
卵白5個
約1分30秒~2分30秒

砂糖の加え方

卵白に砂糖を加えて泡立てるときの要領です。泡立ちの状態を見ながら、3回にわたって加えます。

- 1回目… 泡立ては始める前に1/3量を入れる。
- 2回目… 泡立てはじめてしばらくすると、表面に細かい泡が立ってくる。ここで、残りの半量を入れる。
- 3回目… ツノが立ってきたら、残りの全量を入れる。

スポンジケーキについて

全卵を泡立てて(共立て)、スポンジケーキを作ることはできません。バーミックスでは卵をリボン状にたれ落ちるほどしっかり泡立てることができないからです。卵白だけを泡立て(別立て)ることができます。ただし、バーミックスは回転数が速く、泡立ちのきめが細かいので、ケーキを高く膨らませるのには不向きです。スポンジケーキ作りなどの場合は、泡立てはじめにバーミックスを使用し、途中から手動の泡立て器などに切り換えるなどするとよいでしょう。

生クリームの泡立て

1 分量
容器の5分目が適量。
容器
口径の狭い縦長の容器。パック(200cc入り)の口を開き、その中で直接泡立ててもよい。

2 泡立て方
容器に生クリームを入れ、ガードカバーを液面より下に沈める。
※ 砂糖を加えて泡立てるときは、全量をここで入れます。
低速でスイッチを入れる。空気を取り込んで大きな泡が立つようゆっくりと回転しているビーターを液面の上に出したり、沈めたりを繰り返す。

3 六分立て
ビーターからサラサラと流れ落ち、生クリームの表面に線が残るくらいの泡立ち。
※ スwitchのON/OFFを小刻みに繰り返し、様子をみながら好みの状態の一手前で止める。
※ 泡立てすぎないように注意しましょう。

4 九分立て
ビーターから生クリームが三角に垂れ下がり、ガードカバーに生クリームがついて落ちないくらいの状態。
※ この段階を過ぎると生クリームの表面の艶がなくなり、ガードカバーのまわりにこびりつき、泡立てすぎの状態です。
◎ 操作時間の目安:
200cc 約10~40秒

仕上げるタイミング

短時間で泡立ち、スイッチを止めてから数秒おくと固まる傾向があります。スイッチのON/OFFを小刻みに繰り返し、希望の状態の一手前で一度様子をみってから、加減を調節するとよいでしょう。

生クリームの種類

生クリームは種類やメーカーにより泡立ちの所要時間が異なります。純乳脂肪で添加物が入らない『クリーム』(乳脂肪18%以上)がもっともよく泡立ち早く仕上がります。

牛乳の泡立て

1 分量
容器の3分目が適量。(約70cc)
容器
口径の狭い縦長の容器。
※ ミキシンググラスは耐熱ガラスのため電子レンジで温め、そのまま泡立てることができます。

2 泡立ては始める前に
容器に60℃くらいに温めた牛乳を入れ、ガードカバーを液面より下に沈める。

3 泡立て方
低速でスイッチを入れる。回転しているビーターを液面の上に出したり沈めたりし、空気を取り込むように上下に動かす。
◎ 操作時間の目安:
70cc 約20~40秒

生の肉を挽く



生の肉を挽くにはスライシーを使用します。少量の肉ならニューミンサーでもできますが、スライシーのほうがより早く、きれいに、大量の肉をつぶすことができます。

肉の切り方



◎牛肉
かたまり肉は約2cm角に、薄切り肉は4~5cm幅に切る。



◎豚肉
かたまり肉は約2cm角に、薄切り肉は4~5cm幅に切る。



◎鶏肉
もも肉、胸肉は筋をとり約2cm角に、ささみは筋をとり3cm幅に切る。
※ニューミンサーでは鶏皮は挽けません。

牛挽肉

スライシーの場合

1回の分量 200~300g
約20~30秒で粗挽きから細挽きの状態に挽くことができる。



※スライシーについては、詳しくはスライシーの取扱説明書をご参照ください。

ニューミンサーの場合

1 分量 容器の2~4分目が目安。
容器 口径の広いボウル状の容器。



2 はじめの動かし方
表面にニューミンサーをつけてからスイッチを入れる。上からトントン叩くように小刻みに上下に動かしながらつぶす。



3 できあがり
全体がつぶれたら底につぶし残しがないよう、底からひっくり返すように全体を混ぜながらつぶしてできあがり。

◎操作時間の目安
材料200g 約20~30秒

生の魚介類をする



生の魚介からすり身を作るのはスライシーかミンサー(ニューミンサー)を使用します。いわしのすり身や、えび、いかのすり身などつぶし加減も自在に調整できます。スライシーを使うと、よりきれいに、大量の魚介類をつぶすことができます。

魚介類の切り方



◎魚
3枚におろし、小骨と皮を取り除き、3~4cm幅に切る。



◎いか
内臓と軟骨を取り除き、皮をむき、胴体部分を2cm角に切る。

※つぶしやすいのは、厚みのあるロールイカ、紋甲いかなど。身の薄いスルメイカ、ヤリイカなどはつぶしにくいので、表面に格子状に包丁を入れるとよいでしょう。

◎えび
殻をむいてワタを除く。えびが大きければ2~3cm幅に切る。

あじやいわしのつみれ

スライシーの場合

1回の分量 200~300g
調味料や、長ねぎなどほかの材料とともに、つみれにすることができる。



いわし：約5~15秒
あじ：約10~25秒



※スライシーについては、詳しくはスライシーの取扱説明書をご参照ください。

ミンサー(またはニューミンサー)の場合

1 分量 容器の2~4分目が目安。深く積み重ねないように入れる。
容器 口径の広いボウル状の容器。量が少なければ縦長の容器。



2 動かし方
表面にミンサーをつけてからスイッチを入れる。上からトントン叩くように小刻みに上下に動かしながらつぶす。



3 できあがり
全体がつぶれたら底につぶし残しがないよう、底からひっくり返すように全体を混ぜながらつぶしてできあがり。長ねぎ等はあらかじめみじん切りにしてから加えたほうがきれいに仕上がります。

◎操作時間の目安
材料100g 約15秒

砕く



ごまを砕くときはスーパーグラインダーを使用します。すりごまから練りごままで、短時間に好みの加減に砕けます。

すりごま



- 1 準備**
使用する前に炒っておくと、風味よく仕上がる。
分量
容器に5~8分目が適量。少量でも砕ける。



- 2 動かし方**
ごまが均一に刃に当たるよう、スーパーグラインダーを片手に持って振りながら砕く。



- 3 できあがり**
砕き加減を確認しながら、時間のかけ方で仕上がりを調節する。

◎操作時間の目安
材料100g: 約5~10秒

練りごま

- 1 準備**
ごまは使用する前によく炒る。

※ ごまは温めることで抜群に油の出方がよくなります。たとえ炒りごまを使う場合でも使用する前によく温めること。フライパンや鍋で炒るか、電子レンジ(600W)で約2分間ラップをしなくて加熱してもよいでしょう。



- 分量**
容器に8分目(90~100g)は必要。

※ 量が少ないと途中油の出たごまが容器の側面に張りつき、空回りして砕けなくなります。



- 2 片手で振りながら砕く**
ごまが均一に刃に当たるよう、スーパーグラインダーを片手に持って振りながら砕く。



- 3 ごまを振るい落としながら砕く**
ごまの油が出て、容器の側面やふたに張りつきだしたら、これを振り落とすようにスーパーグラインダーを振る。

※ 絶えず振る必要はありません。空回りを防ぐため、側面やふたに張りついたごまを容器の中に振り落とすことを目的に振りましょう。
※ うまく振り落とせれば、途中で作業を中断し、側面やふたに張りついたごまをへらで寄せる必要がなくなります。



- 4 台の上に置いて砕く**
さらに油がでると自然に刃に当たるようになる。こうなればもう振る必要なし。スーパーグラインダーを台の上に置いて砕く。



- 5 ごまをへらで寄せる**
一度スイッチを止めてふたを開け、容器のへりやふたに飛び散ったごまをへらで寄せる。

※ 無駄なく全体をなめらかに仕上げるため、空回りを防ぐためではありません。



- 6 できあがり**
もう一度スイッチを入れ、全体をなめらかに混ぜる。

◎操作時間の目安
材料100g:
約1分30秒~2分



材料を細かく砕くときはスーパーグラインダーを使用します。かたい材料を細かく砕くことも、やわらかい材料を押しつぶさずにきれいに砕くことも可能です。黒糖の塊のように粘り気のある固い素材にはご使用いただけません。

パン



- パンを適当な大きさにちぎって砕く。
※ふわふわのやわらかいパンでも、かたくなったパンでも作れます。
※パセリの葉先と一緒に砕くこともできます。

パルメザンチーズ



- チーズのかたまりを1cm角に切って砕く。

コーヒー豆



- 好みの状態まで砕く。

くるみ



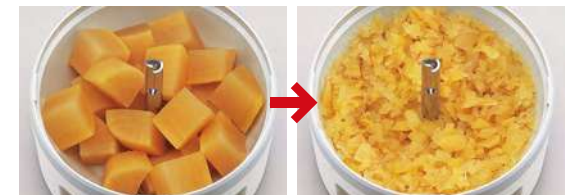
- 150℃のオーブンで約15分ローストするなど、よく乾いた状態で、好みの状態まで砕く。
※アーモンドやカシューナッツも同様に。

塩鮭



- 塩鮭の切り身を焼き、骨と皮を除いて適当な大きさに切り分けて砕く。
※焼きたらこは皮を除いて砕く。

たくわん



- 1cm角に切って砕く。
※しば漬けなどほかの漬物もみじん切り状態になります。

パセリ



- 葉先をちぎって刻む。

ピーナッツ



- 殻と薄皮を除いて砕く。ピーナッツバターを作る手順は練りごまと同じ。

粉末にする

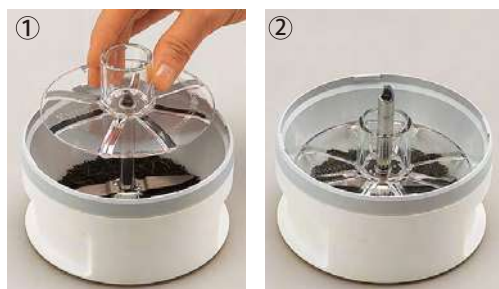


パウダーディスクは食材をスーパーグラインダーで砕くよりもさらに細かく、粉末にするためのアタッチメントです。

使用方法

1 スーパーグラインダーにパウダーディスクをセットする

- ① スーパーグラインダーのふたをはずして材料を入れ、この上にパウダーディスクを差し込む(円板が下、円筒が上です。円筒をカプリングに通すようにはめてください)。
- ② パウダーディスクを、スーパーグラインダーの底に収まるようにセットする。
- ③ スーパーグラインダーのふたをしっかりと締めればセット完了。



2 バーミックスをセットして、粉碎する

使いかたはスーパーグラインダーと同じです。バーミックスをスーパーグラインダーにセットし、スイッチを入れて、右ページを参考に材料が細くなるまで砕いてください。

※ スーパーグラインダーを使用する際は片手で持って振りながら砕くことをおすすめしていますが、パウダーディスクの場合は卓上に置いたまま使うことをおすすめします。

ご注意

連続使用時間は 30 秒。

30 秒使用したらモーターが冷めるまで 30 秒ほど待ってから使用を再開してください。

* 30 秒以前でもモーターが熱くなってきたらモーターに負担がかかりすぎている可能性があります。ただちに使用を中止しモーターが冷めるのを待ってから使用を再開してください。

一度に砕く量は約 35~40cc。

量が多い場合は数回に分けてください。

よく乾燥した食材以外には使わないでください。

- パウダーディスクで一度に砕く材料の量は 35~40cc くらいが適切です。量が多い場合は数回に分けて砕いてください。
- パウダーディスクをご使用後、スーパーグラインダーのふたをすぐにあけると、非常に細かく粉碎された材料が舞い上がることがあります。数十秒待ってからふたをあけてください。
※ 唐辛子などは目や皮膚につかないようご注意ください。
- 材料の大きさやかたさによっては、材料が容器と刃の間に挟まって回転を妨げる場合もあります。この場合はすぐスイッチを切って食材の量を減らし、パウダーディスクをはずしてスーパーグラインダーのみで数十秒粗く砕き、そのあとでパウダーディスクを使用してください。
- 食材は細かな粉末になるほど、刃の下の刃受け台の中に入り込みます。ときどきカプリング、刃、刃受け台をはずし、スーパーグラインダーを分解掃除してください。☞ p.14「スーパーグラインダーの分解掃除」参照
- パウダーディスクの耐熱温度は-20℃~70℃。炒った後など材料が熱い場合は、冷ましてから砕いてください。
- パウダーディスクを落下させたり、強い衝撃を与えると損壊する恐れがあります。ご注意ください。
- パウダーディスクは洗剤をつけたやわらかいスポンジで洗ってください。金属たわし、研磨材を含む洗剤などで洗うと、キズがつくおそれがあります。
- パウダーディスクはアルコール消毒できません。アルコールは曇りやひび割れの原因になります。
- ご使用になるごとに少しずつ表面に傷が入り、徐々に曇ってくるがありますが、粉碎機能には支障ありません。あらかじめご了承ください。

操作方法

1 スーパーグラインダーで砕いてからパウダーディスクで砕く

煮干し



- 1 準備
煮干しの頭と腹わたを取り除き、よくから炒りする。
分量
15g までが適量。



- 2 スーパーグラインダーを片手に持って振りながら砕く。



- 3 スーパーグラインダーで 30 秒砕いた状態
ふりかけにするならこの状態で十分。



- 4 パウダーディスクをセットし、卓上に置いたままさらに 30 秒砕く。



- 5 できあがり
ごく細かな粉末状に仕上がる。
●用途
用途粉だしに。

2 はじめからパウダーディスクで砕く

煎茶



- 1 分量
10g までが適量。



- 2 パウダーディスクをセットして砕く
30 秒粉碎したら 30 秒休む。これを 3 回繰り返す。



- 3 できあがり
小さな粒も混ざっているがほとんど粉末状。
●用途
湯に溶いて飲める粉茶に。お茶漬けなどにも便利。
※ 粒が気になる場合は茶こしでこすとよいでしょう。

☞ パウダーディスクの使用例 : p.33

スーパーグラインダーとパウダーディスクの使い分け

スーパーグラインダーで砕いた場合、細かい粉と粗い粉が混ざった状態になりますが、パウダーディスクは細かい粉の比率が高く、全体的に粒の揃った粉状になるのが特長です(煎茶の場合、300ミクロン以下の粒の割合が80%以上)。粗く砕きたいときはスーパーグラインダー、細かく粉碎したいときはパウダーディスクと用途に応じて使い分けてください(p.33参照)。

パウダーディスクで作る粉末

パウダーディスクは、食材をより細かくできるので、粉だしなどに便利に使えます。
p.31、32の使い方と取扱注意事項を、よくご参照ください。

材料 一度に碎ける量	スーパーグラインダー 操作時間 できあがり状態	パウダーディスク 操作時間 できあがり状態	用途
かつお節(削りかつお) 10g	15秒	15秒 細かな粉末状	粉だし だしをひいたり、調味料として料理に振りかけたりと、手軽に使える粉だしに。 和風、中華風と自由に組みあわせて使えるほか、食材をまるごと食べられるのもうれしいところです。 粉末や粒の口当たりが気になるときは、茶こしてこすか、だしパックに入れてご利用ください。
昆布 20g 2~3cm角に切る。から炒りや電子レンジ加熱をしてよく乾燥させる。	30秒	30秒+30秒 粉末と小さな粒が混ざった状態	
干し椎茸 20g 2~3cm角に割る。	60秒	30秒 細かな粉末状 ※10gずつ2回に分けて砕く。	
干し貝柱 10g 貝柱1個分の半分以下の大きさに切る。	30秒	30秒 細かなフレーク状	
干し海老 10g	30秒	30秒+30秒 細かなフレーク状 ※5gずつ2回に分けて砕く。	
炒り大豆 20g そのまま食べられるよくから炒りしたもの。市販品が便利。	30秒	30秒+30秒 粉末と粒が混合	きなこ 餅や和菓子と一緒にどうぞ。粒が気になったら茶こしてこしてください。
粒こしょう 10g	30秒	30秒+30秒 細かな粉末状	こしょう スーパーグラインダーで粗びき、パウダーディスクで粉末状と、用途に応じて使い分けられます。

離乳食／介護食／病人食への応用

バーミックスが離乳食作りに便利なことをご存知ですか？ まずはその理由をご紹介します。

- 少量でもつぶすことができる …… 多めに作って、小分けして冷凍保存するのも便利
- 手加減しだいでつぶし加減を調節できる …… 月齢に合わせて離乳食の状態を調節できる
- 先端を熱湯につけて消毒できる …… 衛生的で安心して離乳食に使える
- 後始末が簡単で手軽に使える …… 忙しい育児の合間でも手軽に使える

特に重宝なのが、味付け前の大人の食事を利用して作る「取り分け離乳食」。赤ちゃん用に材料を用意する必要がなく、とても簡単に離乳食を手作りできます。●介護食、病人食作りにも応用していただけます。



**ごはん・豆腐の味噌汁
あじの干物
ほうれん草のおひたし**

大人の食事
和食

おかゆ

取り分け
離乳食

作り方

- あじの干物を少量取り分け、骨と皮を除く。
- 味噌汁用のだしを、味噌を入れる前に少し取り分けておく。
- ごはんに1.のあじと2.のだし汁を加え、ミンサーでつぶし混ぜる。



豆腐とほうれん草のピューレ

大人の食事
洋食

パンがゆ

取り分け
離乳食

作り方

- ゆでたほうれん草から、葉先のやわらかいところを取り分け、1~2cm幅に切っておく。
- 味噌汁の上澄みと豆腐を取り分け、1.のほうれん草を加えてミンサーでつぶし混ぜる。



**ポトフ・パン
デザート(いちごとオレンジ)**

大人の食事
洋食

いちごのジュース

取り分け
離乳食

作り方

- ポトフを調味する前に、スープとやわらかく煮たにんじん、じゃがいも、鶏肉を少しずつ取り分けておく。
- 1.に適当な大きさにちぎったパンを入れ、ミンサーでつぶし混ぜる。
※パンをスーパーグラインダーでパン粉状にし、冷凍しておくのも便利です。スープやだしを加えて混ぜればパンがゆ状になるので、必要なときにいつでも使えます。



いちごのジュース


大人の食事
洋食

パンがゆ

取り分け
離乳食

作り方

- いちごのへたを取り、大きければ半分に切る。
- 1.のいちごにオレンジの果肉を少し加え、ミンサーでつぶし混ぜる。
※必要に応じ、こしてからあげてください。

症状	お確かめいただくところ／対処方法
スイッチを押しても回転軸が回らない	<ul style="list-style-type: none"> ▶ ご家庭のブレーカーをご確認してください。 ▶ 電源プラグをコンセントに正しく差し込んでください。 ▶ スイッチを正しく押してください。 ▶ p.14「回転軸のお手入れ」をお試ください。
使用しているうちに、モーター部分が熱くなってきた	<ul style="list-style-type: none"> ▶ 手で持てる程度の発熱は問題ありません。 ▶ 5分以上連続して使用しないでください。 ▶ 固い材料や、粘り気の強い材料に使用された場合はモーターが熱くなることがあります。運転を止め、15～20分ほど休ませてから使用してください。
思ったように調理できない	<ul style="list-style-type: none"> ▶ 調理に適した「アタッチメント」「材料」「容器」であることをご確認ください。 ▶ アタッチメントに異常が無いか確認してください。 ▶ 調理に適したスイッチを選択しているかご確認ください。
材料が飛び散る	<ul style="list-style-type: none"> ▶ 材料を減らしてください。 ▶ ガードカバーが液面より上に出ないようにしてお使いください。 ▶ 使用中に容器から引き上げないでください。調理が終わったらスイッチを切ってから引き上げてください。
アタッチメントが外れない	<ul style="list-style-type: none"> ▶ ツール&ブラシの柄の先端を、アタッチメントの軸の下に当て、「てこ」の要領で押し上げます。(p.8 参照) 
スーパーグラインダーが回転しない	<ul style="list-style-type: none"> ▶ p.14「スーパーグラインダーの分解掃除」を行ってください。 ※ スーパーグラインダーへの浸水を防ぐためにも、洗浄する際に水に浸さないようご注意ください。また、こまめに分解掃除をする、乾かしたを注意する(p.13スーパーグラインダーの洗いかた)こともトラブル予防につながります。
本体に多量の水がかかった、水に浸かってしまった	<ul style="list-style-type: none"> ▶ すぐに使用を中止して電源プラグをコンセントから抜き、チェリーテラスまでご連絡ください。

内容をお確かめになり、それでも調子が悪いときはチェリーテラスまでお問い合わせください。

ご質問 Question	回答 Answer
アタッチメントがきつくてはめにくいときは?	<p>購入当初からきつい場合は、チェリーテラスへご連絡ください。調整または交換が可能です。また、アタッチメントをゆるめることはご自宅でもできますので、下記をご参照ください。</p> <p>◎アタッチメントのゆるめ方 アタッチメント開口部の2本のスリットの間部分を、内側からドライバーで押し開いて調節します。力を入れ過ぎるとゆるくなりすぎることもあるので、様子を見ながら徐々に調整してください。</p> 
アタッチメントがゆるくてすぐ外れてしまうときは?	<p>アタッチメントは使用しているうちに自然にゆるんできてることがありますが、ご家庭で簡単に調節可能です。</p> <p>※頻繁にかたいもの(氷など)をつぶしたり、混ぜたりしていると、ゆるみやすい傾向があります。</p> <p>◎アタッチメントの締め方 先の細いペンチを使って、スリット部を内側に押しよりに締めてください。強く締めすぎると、回転軸にはまりにくくなる事があります。少しずつ様子を見ながら徐々に力を入れるようにしてください。</p> 
ガードカバーを煮沸消毒したら黒く変色してしまった。原因は?	<p>ガードカバーはアルミ合金製ですので長時間熱湯につけておくと黒く変色することがあります。熱湯消毒は80℃以下、3分以内を限度としてください。変色してしまった場合でも人体に害はありません。もし色が気になる場合は、別途ガードカバーを購入することが可能です。</p>
ガードカバーを外すと、回転軸周辺に黒いものがついていることがある。これはなに?	<p>原因は2つ考えられます。</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 購入後間もない場合は、バーミックス本体の回転軸とシャフトの間にある黒いゴムパッキング部分から、回転軸と内部のベアリング部に塗布した油(無害)と金属の摩擦粉が混じって黒い油が出ることもあります。 ● スーパーグラインダー(は中心の軸(カプリング)にバーミックスの回転軸を差し込んで使用しますが、その際カプリングと回転軸が摩擦して、黒い粉が生じることがあります。この摩擦粉は、包丁や鍋、ナイフ、フォークなどからも発生するもので、人体に害はありません。カプリングの穴の中を綿棒などでよく掃除をしてお使いください。 <p>※ 使い込んでいくと発生しなくなります。</p>
バーミックスが苦手な作業はありますか?	<ul style="list-style-type: none"> ● 大きな骨など固い食材には使用できません。回転軸の部品が破損します。また、全卵の共立ては苦手です。詳しくは泡立てのページをご覧ください。(P25)

コーポレートサイト(www.cherryterrace.co.jp)にも、バーミックスのQ&Aを掲載しています。

交換部品と別売品

すべていつでもお求めいただけます。チェリーテラスまたはお求めの販売店までお申し付けください。

●アタッチメント／付属品 すべて単品から購入が可能です。

購入可能なアイテム：ミンサー、ウィスク、ピーター、ニューミンサー、スーパーグラインダー、グラインダー、
Lスタンド、スリムスタンド、ツール&ブラシ、パウダーディスク、スライシー+ディスク2.4ほか

●バーミックスを便利にサポートする別売品

バーミックスのオリジナル・クッキングブック

使い方をマスターしながらレパートリーを拡げるのにぜひ活用ください。



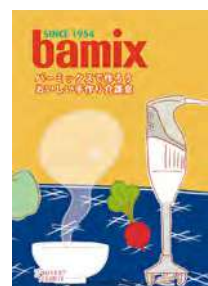
バーミックス
基本のクッキング2

野菜、肉、魚介のおかず
長年人気を頂戴してきた
料理本をリニューアル。手
軽に楽しめる55点の新し
いレシピが加わりました。



バーミックスで作る
私のレシピ

バーミックスを長年ご愛
用の料理研究家、シェフ
など計22名によるバー
ミックスならではのレシ
ピとエピソードを紹介。



バーミックスで作ろう
おいしい手作り介護食

バーミックスで簡単に作
れる介護食42点をご紹
介。おいしくて身体にや
さしい料理を厳選しまし
た。

専用容器

バーミックスをより効率よく作業できるよう設計された専用容器。
いずれも目盛りと、ふた付き。



ガラスピッチャー

丈夫なガラス製容器。操
作しながら材料の状態を
確認できて便利です。

本体：ガラス(ソーダガラス)製
ふた：ポリエチレン製
容量：1,000ml
重量：1,300g

電子レンジ
使用不可

日本製

※ 食器洗浄機は70℃以下の低温
でご利用ください。



ミキシンググラス

マヨネーズ3種+玉ねぎ
ドレッシングを簡単に作
れる容器。器の表示通り
に材料を入れ、バーミッ
クスで混ぜればOK。

本体：耐熱ガラス
ふた：シリコンゴム
容量：400ml
耐熱温度差:本体120℃、ふた180℃

電子レンジ
使用可

日本製

※ 電子レンジで使用の際は、ふたを
外して使用してください。



クッキングジャグ&カップ

大小2サイズの容器セット。
小さなカップはマヨネーズ
作りに、大型のジャグは調
理全般に向きます。

本体：ポリプロピレン製
ふた：ポリエチレン製
容量：クッキングジャグ 1,200ml
クッキングカップ 460ml
耐熱温度(本体)：-30℃~120℃

電子レンジ
使用不可

日本製

スパチュラ



バーミックス専用スパチュラ。シリコン
製のヘラは、しなやかで、弾力が抜群。
容器に付着した材料をしっかりと取り
取ります。

ヘラ：シリコンゴム
柄：ポリメチルペンテン
耐熱温度：ヘラ220℃、柄130℃
色：チャコール、グレー、レッド、ホワイト

日本製

※ 商品の内容は2021年12月現在のものです。
予告なく変更する場合がありますので、
ご了承ください。

仕様

バーミックス M300 / 本体仕様

定格電圧	100V
定格消費電力	300W
定格周波数	50/60Hz
モーター回転数	毎分17,500回転(高速) / 13,000回転(低速)の2段切り替え
定格時間(連続使用可能時間)	5分
大きさ	長さ34cm×直径6.5cm
重量(本体)	975g
コードの長さ	170cm

バーミックスの材質

- 本体
ボディケース、ハンドル、カバー：ナイロン/スイッチカバー：サーモ
エラスティックラバー/シャフト：真鍮クロムメッキ/ガードカバー：
アルミニウム合金/回転軸：ステンレス/電源コード：非塩ビ素材
(ポリエチレン)
- スーパーグラインダー
ふた：アクリル/カプリング：アルミニウム合金/カッター：ステン
レス/内ボウル：ポリアセタール/ケース：ポリスチレン
- ミンサー、ピーター、ウィスク、ニューミンサー
ステンレス
- パウダーディスク(日本製)
透明アクリル

スイスESGE社製

修理・点検の依頼先

バーミックスに関する修理、点検は、すべて弊社の
技術・サービス室へ直接ご依頼ください。

■問い合わせ先・送付先

株式会社 チェリーテラス 技術・サービス室
〒158-0083 東京都世田谷区奥沢5-36-5
tel. 03-3722-3098 fax. 03-3722-4028
(受付時間 平日9:30~17:30 ※不定休あり)

※お送りいただく際のご注意

- お名前、ご住所、電話番号の他、故障の状態を必ずご明記
ください。
- 修理品受領後、分解点検のうえ、修理費用の見積を連絡さ
せていただきます。
- 保証期間内の場合、保証書を必ず添付してください。
- 修理期間：2~3週間頂戴します。
- 送料：保証期間内に関わらず、往復の送料はお客様負担と
なります(初期不良を除く)。ご了承ください。
- 修理部品保有期間：販売終了後10年



総輸入発売元 株式会社 チェリーテラス

〒158-0083 東京都世田谷区奥沢5-36-5

☎ 0120-425668 www.cherryterrace.co.jp

●本書掲載の本文、写真、イラスト等の無断複写、複製転載を禁じます。



ホームページのご案内

バーミックスについての情報を豊富に掲載しているチェリーテラスのホームページ、レシピ満載のe-gohan.com (いいごはん)と2つのサイトをご覧になれます。ぜひご活用ください。

◎チェリーテラスのホームページ◎
www.cherryterrace.co.jp

バーミックスの機能や特長からQ&Aまで
役立つ情報を満載しました

バーミックスについての各種情報、調理のほか故障や修理についても質疑応答をご覧になれる詳しいQ&A、介護食や離乳食への活用法など、情報満載です。

◎食とレシピのサイト◎
www.e-gohan.com

バーミックス使用レシピを多数掲載。
季節の料理も検索できます

「おいしく、楽しく、健康に」をモットーに食の情報を集めたサイト。著名な料理研究家やシェフから頂戴したレシピも多数掲載しているほか、コラムも連載中です。

バーミックスの動画をYouTubeにアップしました

基本デモンストレーション篇と、ポタージュ、ハンバーグなどの料理教室篇です。
YouTubeで「バーミックス e-gohan 料理教室」と検索してご覧ください。ぜひご参考に!