

TOSHIBA

东芝电烤箱说明书

電気オーブン取扱説明書

ET-VD6400



使用前请仔细阅读本说明书，并妥善保管

目录

安全注意事项

使用方面注意事项	3
维修保养注意事项	4
清洁保养注意事项	4
摆放注意事项	5
首次使用	6

使用说明

结构说明	7
附件说明	7
控制面板介绍	8
使用流程	9
烘烤标准	10
旋转烤叉安装及使用	11

清洁保养

清洁注意事项	12
--------	----

服务指南

产品参数	13
中国RoHS	14
食品接触材料信息	15
维修服务内容	16
售后服务	16
故障处理	17

烤味帮手

蔓越莓饼干	19
黄油曲奇	20
戚风蛋糕	21
草莓马芬	22
葡式蛋挞	23
奥尔良烤鸡翅	24
蒜蓉芝士烤虾	25
芝士烤红薯	26
奶酪焗南瓜	27
海鲜披萨	28
日式秋刀鱼	29
日式烤年糕	30

安全注意事项



安全警告

使用方面注意事项


- 使用前，必须将包装材料全部取下
如果不取下包装，工作过程中会导致打火，火灾，烧伤等。
- 应正确使用厂家提供的配套附件，不要使用非厂家提供的附件，避免人为的操作而造成火灾或伤害。
- 由于工作电流大，请使用专用插座
请不要与其他耗电量大的电器（特别是空调、取暖器等）共用插座，以免造成电路过载，引起火灾。
- 插座不易插或太松
若电源线，电源插头损伤请立即停止使用。松动的插座不要使用，否则将可能导致火灾、触电、受伤。
- 电源插头从插座拔出时，应拿着电源插头拔
如果拿着电源线拔，破损的电源线会引起漏电、火灾的情况发生。
- 长时间不使用的時候，应按下电源插座上的插头，避免因绝缘橡胶线老化而引起漏电、火灾的情况发生。
- 在插入电源插头前，请用干布将插头刀片上附着的灰尘擦去。
- 使用前请仔细阅读“服务指南”并妥善保管以备日后参考之用。
- 禁止将金属或异物，如铁丝、手指等伸入烤箱的吸气口、排气口、百叶窗
否则可能导致触电，受伤。假如不慎有异物插入产品，请拔掉电源插头，联系我司维修客服中心。
- 禁止电源线从烤箱底部穿过。
- 本产品器具不能在外接定时器或独立遥控控制系统的方式下运行。
- 请不要用作烹饪以外的目的。
- 请勿放置在有阳光直射或对着空调、暖气设备吹出暖风的场所，以免导致变形、变色，无法调节温度。
- 包装用的大胶袋不要放到幼儿能接触到的地方或废弃
如果套到头上，会使人窒息。
- 电源线、插头，不要接近排气口、外罩、温度过高或潮湿的地方，以免电源线老化，造成危险。
- 如发现烟雾，应关掉器具开关或拔掉电源插头，并保持炉门关闭，以抑制火焰蔓延
器具不能在外接定时器或独立的遥控控制系统的方式下运行。
- 使用完毕后，请务必及时拔出电源插头，不要将其靠近火源或浸入水中；不要将电线和插头直接放在外罩上面，以防外罩余热损坏电源线。
- 严禁敲打此产品。
- 本产品专为家庭加热及烘焙食物而设计，不适合其他用途。
- 不要在外罩上放物品
产品外罩不要盛放食物、物品，很危险。物品会因为受热而变形，烧焦，着火。金属物品，如刀、叉、勺和盖可能会变热。
- 严禁将密闭的容器放置在电烤箱内加热，可能会造成爆炸。
- 电烤箱不得浸入水中。
- 烹调中不要拔掉插头
如果拔掉插头会产生火花，火灾，触电等。

安全注意事项



安全警告

使用方面注意事项

- 电烤箱在工作过程中或刚使用完成后，外表面温度较高，切勿触摸。
- 小心开关门
警告 如果产品炉门或门封已损坏，则不得再使用，直到经有资格的维修人员修好为止。
- 高温表面，防止烫伤
产品在使用期间会发热。注意避免接触产品内的发热单元。
警告 在使用时可触及部分可能会发热，儿童应远离，器具工作期间，某些表面的温度很高。贴有“高温表面”  标志的表面在使用过程中会变烫。
- 端取食物请小心，器皿不要碰撞腔体、门体玻璃。
- 在加热液体食物时，容器内应预留足够空间，以防液体沸腾溢泻。
- 移动或清洁电烤箱时，应先拔掉电源线插头，等电烤箱冷却后再进行。
- 请定期清洁电烤箱，以防残留的油脂着火。
- 摆放在小孩触摸不到的地方
只有在已经提供充分的指导以致于儿童能够采用安全的方法使用产品，并且明白不正确的使用会造成危险时，才能允许儿童在无人监控的情况下使用产品。当器具以组合模式工作，因温度升高，儿童必须在成人的监督下使用。
- 不能使用蒸汽清洁器。

维修保养注意事项

- 内有高压电源，切勿拆开外罩，进行修理和改造
警告 除有资格的维修人员外，其他人来执行检修操作都是危险的。使用过程中遇到障碍，请联系我司维修客服中心。
- 严禁非专业人员拆修此产品，否则将可能导致危险发生
- **警告** 如门或门封已损坏则不得再使用，直到有资格的维修人员修好为止。
- 如果电源软线损坏，为避免危险，必须由制造商、其维修部或类似部门的专业人员更换。

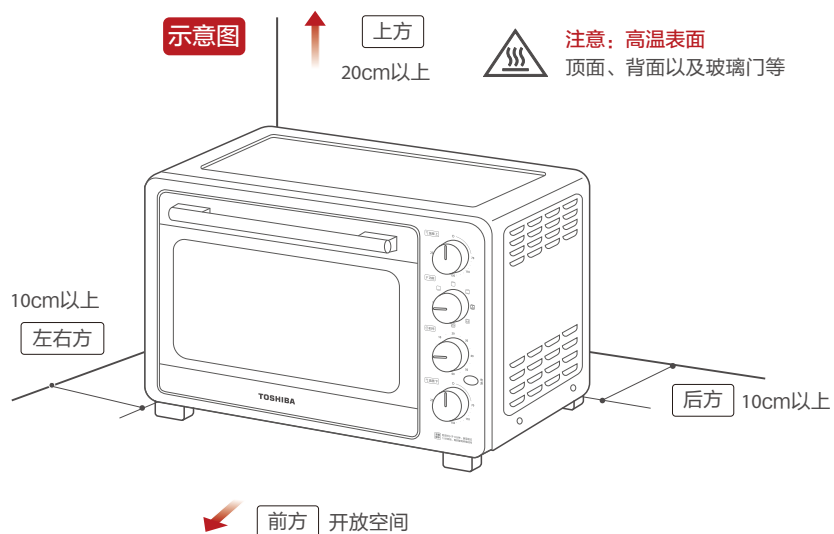
清洁保养注意事项

- 可用蘸有软性洗涤剂（如洗洁精）的布块擦拭外壳，再用湿布擦干净，最后用干布擦干，严禁使用钢丝刷等硬物擦拭产品。请勿清洁炉门安全锁系统
警告 不要使用粗糙洗涤剂或锋利的金属刮刀清洁炉门玻璃，以免造成门玻璃表面擦伤，擦伤可能导致玻璃粉碎。
- 经常保持炉门与炉身接合处清洁。
- 煮食过程中产生的油脂会腐蚀炉腔、影响加热效果，从而改变食物的味道。因此使用后请及时清洁炉腔。
- 常用温水清洗附件。注意在长时间烹饪后，不要用水立即清洁。
- 请勿用不良清洗剂及带有腐蚀性、挥发性的化学溶剂擦拭炉身，以免炉身受损。

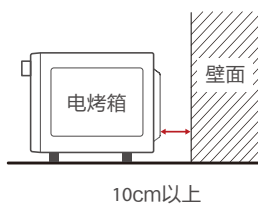
安全注意事项

摆放注意事项

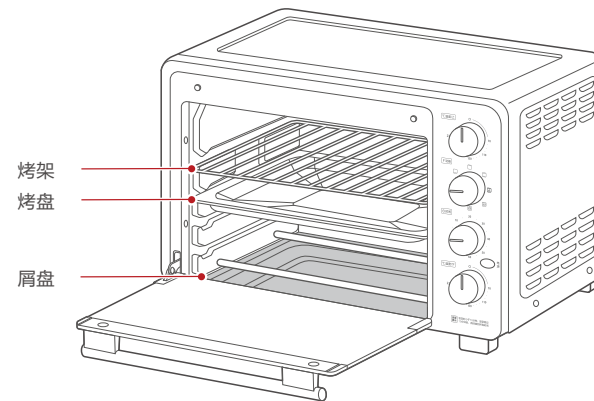
1. 将电烤箱放置隔热的平面上使用，并在电烤箱周围至少保持10-15cm的距离。
2. 应将电烤箱放置在干燥的环境中，不可在室外使用本产品。
3. 为避免产品工作中油烟污染家具或发热引起火灾，产品要和墙壁、橱柜保留一定距离。
4. 严禁将电烤箱放置在易燃物或热源附近使用，应注意远离窗帘等或类似物品，以防造成火灾。



烤箱背面有安全阻隔部件，以防止烤箱与墙壁等物体接触，保持安全距离。



首次使用



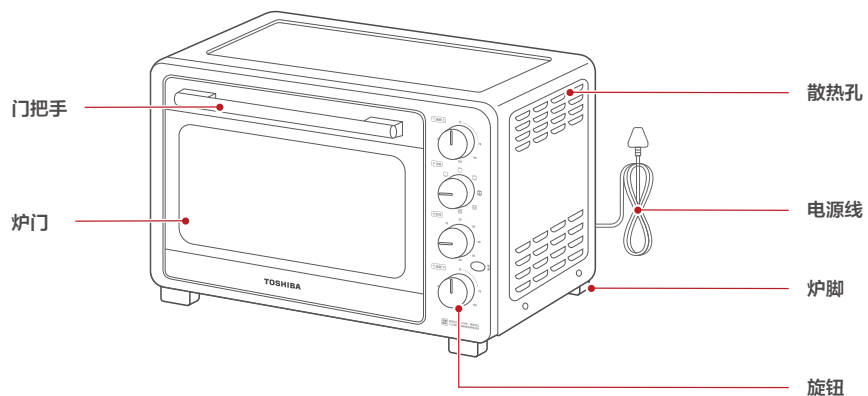
空烧提示：首次使用需空烧15分钟，以去除发热管和腔体内的防腐蚀保护层。

- 操作方法：
- 1 在断电状态下用湿布将烤箱内擦拭一遍。
 - 2 将烤架、烤盘放入烤箱内，插上电源。
 - 3 功能调至上下管，选择最高温度230度空烧15分钟。

注：空烧过程中会有异味或冒烟属于正常现象。

空烧结束：拔掉电源，完全打开烤箱门以便快速散热，待烤箱完全冷却之后取出烤盘便可正常使用。

结构说明

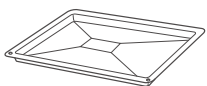


附件说明



注意

因产品不断更新，如实物与图片不符请以实物为准。



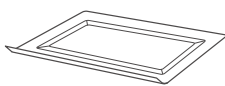
烤盘

用于放油脂类食物
或接食物油脂



烤架

用于烤面包片
或承载金属容器

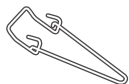


屑盘

放于发热管下



取物支架



取物夹



旋转烤叉

控制面板介绍

上管温度调节旋钮

加热食物时，请旋至超过70℃范围

功能选择旋钮

- 下管工作
- 上管工作
- 上下管工作
- 上下管+热风工作
- 上下管+转叉工作
- 发酵

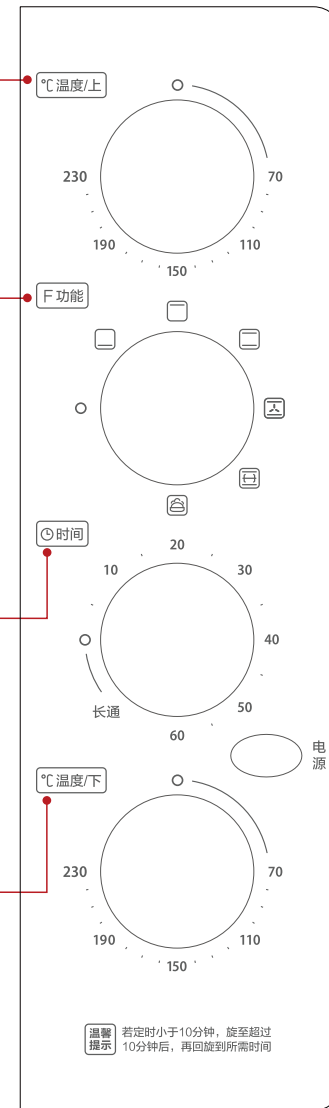
时间调节旋钮

调节烹饪时间

若定时小于10分钟，请将时间旋转变至大于10分钟后，再将时间旋钮拧回想要的时间位置
长通状态下，机器持续工作

下管温度调节旋钮

加热食物时，请旋至超过70℃范围



温馨提示
若定时小于10分钟，旋至超过10分钟后，再回到所需时间

使用流程

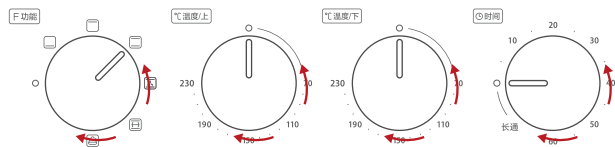


注意

1. 使用烤盘时，在食物下方放置锡箔纸或烘焙纸，以便清洁。
2. 烘烤时，请安装屑盘。
3. 烤箱采用间歇式加热原理工作，工作过程中发热管忽亮忽灭，这是正常现象。
4. 机器正在工作或工作结束后，机身、玻璃、烤架、烤盘温度较高，请注意切勿直接触摸。
5. 使用铝箔时，请注意避免接触加热管，以免铝箔溶解，粘附在加热管上，引起故障。
6. 烘烤出油、出汁食材，容易变形，小于烤架缝隙的食材时，请将附带的烤盘放在烤架上。
7. 取出附件和食物时，请注意防烫。
8. 选择“长通”档位时，电烤箱处于长通状态；如需结束工作，需手动将时间旋钮拧回“0”档，否则烤箱将一直工作下去，时间过长，可能引起火灾。

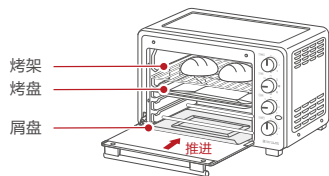
按照以下步骤开启美食烹饪之旅~

1 腔体预热（可选）



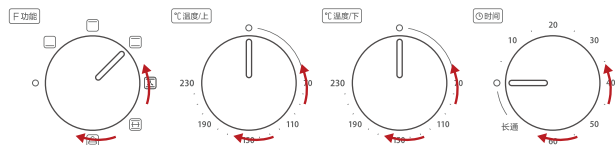
- 待机状态时，选择上下管功能，依据食谱分别选择上管与下管温度和时间

2 放入食物



- 将食物放在烤盘或烤架上
屑盘放在下发热管下

3 选择烹饪功能和时间



- 依据食材属性、个人喜好设置或菜谱选择烹饪功能、温度和时间
- 设定完成后烤箱开始烹饪

烘烤标准



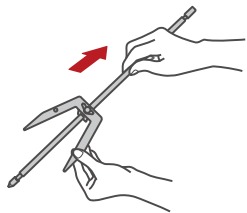
注意

1. 烘烤标准取决于食材种类、量、大小、烘烤前温度等，因此请根据具体情况适当调整。
2. 若食材叠放，请在烘烤中途调换上下位置。
3. 若连续烘烤，请将烘烤时间设定为短于第一次烘烤的时间。
4. 炉内温度升高，则温控器开始运行，可能导致加热管不亮灯，这是正常现象。
5. 请勿烘烤标注“可用微波炉”的冷冻食品，以免引起火灾。本产品仅可烘烤市面上销售的冷冻食品中有“可用烤箱”标识的食材。

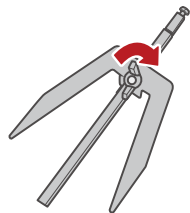
序号	菜单名称	数量	档位	烘烤时间
1	蔓越莓饼干	20个	上下管	12分钟
2	黄油曲奇	24个	上下管	18分钟
3	戚风蛋糕	1个	上下管	1时05分
4	草莓马芬	9个	上下管	30分钟
5	葡式蛋挞	12只	上下管	16分30秒
6	奥尔良烤鸡翅	450g (12只)	上下管	33分钟
7	蒜蓉芝士烤虾	500g	上下管	13分钟
8	芝士烤红薯	4个	上下管	13分钟
9	奶酪焗南瓜	1碗	上下管	30分钟
10	海鲜披萨	1个	上下管	17分钟
11	日式秋刀鱼	2条	上下管	17分钟
12	日式烤年糕	6片(50g/片)	上下管	9分钟

清洁保养

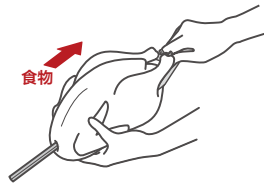
旋转烤叉安装及使用



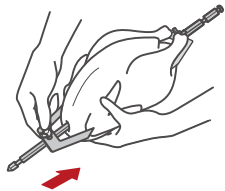
1 将烤叉穿入烤轴



2 在合适位置旋转螺丝将烤叉固定



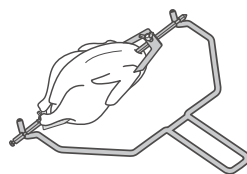
3 将烤轴穿过食物并用烤叉固定一边



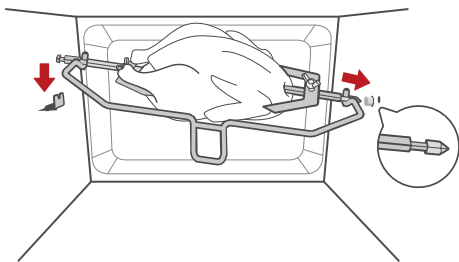
4 将另一个烤叉穿入烤轴，压紧食物



5 旋转螺丝将另一个烤叉固定



6 使用取物支架将穿好的食物放入烤箱



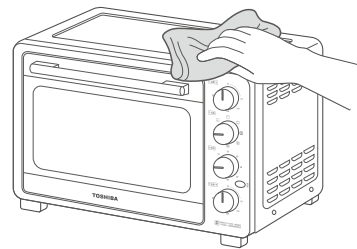
7 先将烤轴尖头一端插入腔体右侧孔位，再将方头一端搭在腔体左侧凹槽内

清洁注意事项



注意

1. 不要使用尖锐清洁工具、硬毛刷、钢丝刷和带腐蚀性清洁用品，以免损伤产品机身及配件。
2. 严禁将电烤箱浸入水或别的液体中，以防损坏烤箱。
3. 请务必等到本体冷却后清洁保养。
4. 平时请保持接屑盘整洁，以免在污垢或碎屑残留的状态下使用时导致起火或火灾。
5. 清洁保养后请勿忘记安装屑盘，以免导致放置本品的场所焦糊。
6. 炉内残留有食材或污垢时请勿放置不管，以免起火或引起火灾。
7. 烘烤中，产生的油烟可能会引起彩色面板轻微发黄，属正常现象。
8. 请勿使用去污粉、刷子、信纳水或汽油等清洁本产品。



- 1 清洁前，先拔掉插头并等待电烤箱完全冷却后再进行。
- 2 用中性清洁剂清洗包括烤架、烤盘和屑盘在内的所有附件，附件清洗后请充分晾干。
- 3 用沾有中性清洁剂的软湿布擦拭电烤箱内部，再用拧干的抹布等擦拭掉洗涤剂成分。

产品参数



注意

1. 产品尺寸的顺序是 长x深x高，为约数，具体尺寸请参照实物。
2. 外形尺寸：深度值含门拉手（若有拉手）、后板支架的长度、高度值含炉脚。
3. 由于我们的产品在不断改进，实物参数可能与标注不同，具体尺寸请参照实物。

型号	ET-VD6400
容积	40L
外形尺寸	535x328x355 mm
净重	8.1 kg
额定电压/频率	220V- 50Hz
额定功率	1800W

执行标准：GB4706.1-2005；GB4706.14-2008

中国RoHS有害物质说明

零部件名称	中国RoHS管控物质或元素					
	铅 (Pb)	汞 (Hg)	镉 (Cd)	六价铬 (Cr(VI))	多溴联苯 (PBBs)	多溴二苯醚 (PBDEs)
烤盘	○	○	○	○	○	○
烤网	○	○	○	○	○	○
取物夹	○	○	○	○	○	○
腔体组件	○	○	○	○	○	○
炉门组件	○	○	○	○	○	○
控制面板组件	○	○	○	○	○	○
热风组件	○	○	○	○	○	○
旋钮组件	○	○	○	○	○	○
拉手组件	○	○	○	○	○	○
底板	○	○	○	○	○	○
外罩	○	○	○	○	○	○
屑盘	○	○	○	○	○	○
旋转烤轴	○	○	○	○	○	○
旋转烤叉	○	○	○	○	○	○
发热管罩	○	○	○	○	○	○
铰链	○	○	○	○	○	○
弹簧	○	○	○	○	○	○
隔墙支架	○	○	○	○	○	○
炉脚	○	○	○	○	○	○
金属发热管	○	○	○	○	○	○
石英发热管	○	○	○	○	○	○
同步电机	○	○	○	○	○	○
罩极电机	○	○	○	○	○	○
灯泡	○	×	○	○	○	○
定时器	○	○	×	○	○	○
转换开关	○	○	×	○	○	○
温控器	×	○	×	○	○	○
电脑板	×	○	×	○	○	○
薄膜贴片	○	○	○	○	○	○
电源线	×	○	○	○	○	○
导线	○	○	○	○	○	○

备注：

1. 本表格依据SJ/T 11364的规定编制。
2. ○：表示该有害物质在该部件所有均质材料中的含量均在GB/T 26572规定的限量要求以下。
3. ×：表示该有害物质至少在该部件的某一均质材料中的含量超出GB/T 26572规定的限量要求。
4. 以上清单中所包含零部件依据不同产品型号略有不同。
5. 本产品在日常使用情况下，环保使用期限为15年，建议使用一定年限后更换新机。

食品接触材料信息

请根据说明书要求正常使用本产品。

本产品食品接触用材料及部件符合GB 4806.1-2016、GB 9685-2016以及相应材料及制品食品安全国家标准要求，具体信息如下：

材质	用途	执行标准	备注
镀铝DX52D+AS	发热管罩、顶板	GB4806.9-2016	不能直接接触强酸性食品
镀锌DX52D+Z	U板	GB4806.9-2016	不能直接接触强酸性食品
镀铝DX53D+AS	烤盘	GB4806.9-2016	不能直接接触强酸性食品
钢化白玻	门窗板	GB 4806.5-2016 《食品安全国家标准玻璃制品》	不能直接接触强酸性食品
铁线Q195	烤箱烤网\烤架	GB 4806.9-2016	不能直接接触强酸性食品

备注：

注1：所列部件都可接触食物，但不宜作为容器长期存储食品；

注2：本系列产品包含以上食品接触材料及部件，但部分机型可能不含个别材料及部件，以实际产品为准。

维修服务内容

东芝小烤箱严格遵照国家“新三包”规定进行保修服务。
用户在正常使用产品的情况下，可为其提供相关免费维修服务：

- 家庭整机保修一年，主要部件保修两年。
“主要部件”包括电脑板；
- 非家庭整机、及其主要部件保修半年。
如：经营、商用、公司集体的产品；
- 保修期内用户可享受免费上门维修（特殊地区除外）及更换零部件服务；
- 其它事项按照国家“新三包”规定执行。

凡属下述情况之一的，不在保修范围内：

- 蒸烤箱附件（如说明书）和赠品；
- 用户搬运、使用、维护、保管不当而损坏的；
- 使用电压低于187伏或者高于240伏而损坏的；
- 未按产品使用说明书要求使用、维护、保养而造成损坏的；
- 非本公司专业服务人员拆卸、维修的；
- 因不可抗力（如雷电、火灾、地震、水灾等自然灾害）造成损坏的；产品超出保修期的；
- 发票或保修卡上记录的型号或编号与商品实物不符合的。

以上情况我公司将实施收费维修，费用类型包含维修费、零部件费、上门费、具体费用标准在相关部门许可范围内。



注意

- 如有发现本资料内容有变更，有任何疑问请及时与我们联系，联系电话：400-822-9088。
- 本产品只限于家用，非家用出现任何问题均属非规范性的操作行为，应由个人承担。
- 如您发现产品需要服务时，请直接联系当地特约服务网点或我司服务热线。
- 如来信，请留下您的联系电话，以便您能尽快得到回复。
- 为确保您的利益，请妥善保管有效的保修卡以作保修之用。

售后服务

产品自购买之日起保修期内非人为造成的故障，凭发票本公司给予免费维修服务。因使用不当、保修期外、保养不善而损坏者，我公司仍给予维修，但要收取一定的维修费。请用户不要撕去产品上的产品条码，以便维修人员核实记录。其它事项请参阅维修服务规定。

故障处理

若使用过程中出现异常，请在送修前仔细阅读本说明书，检查是否是由于下述原因引起的异常。

常见故障	原因	解决方法
旋转定时旋钮后，加热管也不亮灯	电源插头未牢固插入插座	请将电源插头牢固地插入插座。
	连续烘烤导致炉内温度过高	炉内温度升高，则温控器开始运行，可能导致加热管不亮灯。
出现黄斑或产品放置场所焦糊	粘附在接渣盘上的碎屑或污垢燃烧	请清扫屑盘。
	接渣盘未安装好	请安装好屑盘。
冒烟或散发异味	最开始使用时未空烧	初次使用时请务必空烧。 有时会残留异味，多次使用后则会消除。
	粘附在接渣盘上的碎屑和污垢正在燃烧	请清扫屑盘。
中间无法烤透	烘烤时间过短	请延长烘烤时间。
	烘烤的是难以烤透中间部分的食材	烘烤时请想办法切开口、切成小块等。
烘烤时外侧焦糊	烘烤时间过长	请缩短烘烤时间。
定时器有误差	定时器为发条式，因此有时会产生误差	无需处理。
定时器未正常运行	设为10分钟以下时，定时器有时未正常运行	设为10以下时，请先旋至11以上再旋回。
烘烤途中加热管灯不亮或时而亮时而灭	温控器运行，正在调整烘烤温度	无需处理。

备注：

1：请勿擅自拆卸、修理、改装。

2：如仍不能排除故障，请及时寻找售后服务，联系电话：400-822-9088。

烤味帮手

了解烤箱，使用更安心！

烘烤加热原理和方法提醒

- 发热管产生热量使腔体温度升高。
- 预热完成后，尽量缩短中途开门时间，以保持炉内温度。
- 烹饪完成后，请立刻取出以免食物过度受热，颜色变深。

参数调整说明

烹调方法和食物特性密切相关，本书所给食材份量、烹饪时间为经过验证的合适匹配，您可根据所需份量、个人口味和喜好，进行适当调整。以肉类烤制为例，增加时间，口感更有韧性；减少时间，口感更嫩。

配料容量对照表

重量估计

- 1克 ≈ 1枚回形针
- 5克 ≈ 1枚一元硬币
- 10克 ≈ 1枚鹌鹑蛋
- 50克 ≈ 1枚鸡蛋
- 1汤匙 ≈ 15克
- 1茶匙 ≈ 5克



蔓越莓饼干

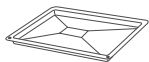
制作时间 16分钟 分量 4人份 难度 2星

材料

低筋面粉	90 g
蔓越莓干	36 g
奶粉	6 g
黄油	76 g
全蛋液	20 g
糖粉	40 g

器皿放置参考

容器：烤盘 + 烘焙纸
放置：第三层



做法

- 1 准备材料，室温软化黄油，蔓越莓干切碎；
- 2 糖粉倒入软化的黄油中，用手动打蛋器搅拌均匀，不需要打发；
- 3 加入蛋液混合搅拌；
- 4 加入蔓越莓干搅拌均匀后，再加入过筛的面粉、奶粉，以刮刀切拌成没有干粉的面糊；
- 5 把面糊放在保鲜膜上，放入饼干模具中整形好，倒出放入冰箱冷冻1-2小时左右；
- 6 将冷冻好的饼干取出，切成约0.5厘米厚的片状，如果饼干冻得太硬，可以常温放置一会儿再切；
- 7 饼干摆盘在垫有油纸的烤盘上，放入烤箱第三层，上下管模式，调温度上管180℃，下管160℃烤16分钟，取出放凉，待完全冷却后，口感更酥脆。



准备食材 1

制作饼干糊 4

Tips:

- 蔓越莓干切得碎一些，冷冻后的饼干切片会切得更整齐



黄油曲奇

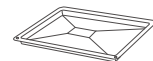
制作时间 18分钟 分量 4人份 难度 1星

材料（两盘的份量）

低筋面粉	90 g
纯牛奶	20 g
奶粉	10 g
黄油	65 g
鸡蛋液	15 g
白砂糖	40 g
盐	1.5 g

器皿放置参考

容器：烤盘 + 烘焙纸
放置：第三层



做法

- 1 准备材料，室温软化黄油；
- 2 盐和糖粉倒入黄油中打发均匀至乳白色，鸡蛋打散后分3次加入黄油中搅拌均匀，牛奶分3次加入黄油糊中，全部搅拌均匀，再将粉类筛入碗中拌匀；
- 3 裱花袋装入六嘴裱花头，把面糊倒入裱花袋里面，在垫油纸烤盘里面挤出花型曲奇12个（7-8g/个）；
- 4 烤盘放入烤箱第三层，开上下管模式调温度上管190℃、下管140℃烤制18分钟，取出冷却。



制作黄油糊 2

挤花 3



戚风蛋糕

制作时间 1时05分 | 分量 4人份 | 难度 3星

材料

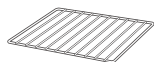
低筋面粉	80g
牛奶	60g
鸡蛋	4个 (240g)
植物油	60g

打发蛋白辅料

玉米淀粉	10g
柠檬汁	2g
白砂糖	110g

器皿放置参考

容器：烤架+8寸蛋糕模具
放置：第二层



做法

- 1 准备材料；
- 2 蛋白辅料准备，除柠檬汁外，其余蛋白辅料称量混合备用；
- 3 蛋清蛋白分离备用；
- 4 蛋黄搅匀后加入牛奶、玉米油搅拌均匀，筛入面粉，混合均匀备用；
- 5 蛋白中加入柠檬汁，用打蛋器打发至粗泡，然后加入30g蛋白辅料，然后继续打发至细泡分2次加入蛋白辅料，打发至尖角状；
- 6 分三次将蛋白加入到蛋黄糊中，翻拌均匀，注意速度防止消泡；
- 7 将蛋糕浆倒入8寸活底的蛋糕模具，抹平，轻震几下；
- 8 烤架放入烤箱第二层，开上下管模式调温度上下管160℃，烤制1小时05分，取出倒扣在烤架上，放凉后脱模。



制作蛋白霜 5

草莓马芬

制作时间 30分钟 | 分量 4人份 | 难度 2星

材料

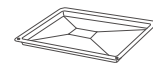
低筋面粉	120g
牛奶	23g
黄油	120g
鸡蛋液	120g
白砂糖	105g
盐	1.5g
泡打粉	1.5g

奶油酱

淡奶油	100g
白砂糖	10g
草莓	9只

器皿放置参考

容器：烤盘+纸杯
放置：第三层



做法

- 1 准备材料，室温软化黄油；
- 2 将白砂糖、盐加入软化好的黄油中搅拌均匀打发至乳白色，打散的鸡蛋液分3次依次加入打发好的黄油中搅拌均匀，低筋面粉、泡打粉过筛加入再搅拌均匀，将牛奶加入拌匀的面糊中混合均匀；
- 3 将拌好的面糊倒入纸杯中，7-8分满（约50g/杯），摆盘放入烤盘；
- 4 烤盘放入烤箱第三层，开上下管模式调温度上管180℃、下管170℃烤制30分钟，取出冷却；
- 5 奶油和白砂糖混合打发后，裱于蛋糕顶部，并用新鲜草莓进行点缀即可。



制作蛋黄糊 2



制作蛋黄糊 3

Tips:

- 筛入面粉搅拌面糊的时候，材料全部湿润、没有明显的粗颗粒即可，不要过度搅拌，以免蛋糕组织粗糙，口感发硬



葡式蛋挞

🕒 制作时间
16分30秒

👤 分量
6人份

🏠 难度
1星

材料

冷冻蛋挞皮 12片

挞液

纯牛奶 36g

淡奶油 160g

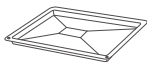
鸡蛋 2只

细砂糖 30g

器皿放置参考

容器：烤盘

放置：第三层



做法

- 1 准备材料；
- 2 挞皮准备：取出冷冻挞皮，室温解冻30分钟；
- 3 挞液准备：牛奶、白砂糖淡奶油混合搅拌至糖完全融化，然后加入鸡蛋搅拌均匀；
- 4 挞液过筛后，装入蛋挞皮，8分满（约20g），放入烤盘；
- 5 烤盘放入烤箱第三层，上下管模式，调温度上管200℃、下管170℃烤16分30秒。



制作挞液 3



制作挞液 4

Tips:

- 过筛蛋奶液可以让烤好的蛋挞馅更加嫩滑



奥尔良烤鸡翅

🕒 制作时间
33分钟

👤 分量
4人份

🏠 难度
1星

材料

鸡翅中 450g (12只)

辅料

清水 8g

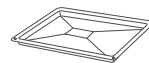
新奥尔良腌料 20g

玉米淀粉 3g

器皿放置参考

容器：烤盘 + 烘焙纸

放置：第四层



做法

- 1 准备材料；
- 2 鸡翅、腌料、水、淀粉混合均匀，0-4℃冷藏静置4小时；
- 3 鸡翅放入垫油纸的烤盘；
- 4 烤盘放入烤箱第四层，开上下管模式，调温度上下管210℃，烤制33分钟，取出。



腌制食材 2

Tips:

- 不同品牌的新奥尔良腌料粉咸辣度不同，需要根据包装背后的说明，按比例加入腌料或者水去腌制



蒜蓉芝士烤虾

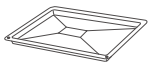
制作时间 13分钟 分量 2人份 难度 1星

材料

鲜虾	500 g
蒜蓉	65 g
盐	5 g
植物油	20 g

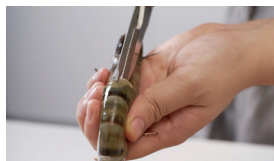
器皿放置参考

容器：烤盘 + 烘焙纸
放置：第四层



做法

- 1 准备材料；
- 2 虾去除虾须，用蒜蓉和盐腌制 30 分钟；
- 3 把腌制好的虾摆放在有锡纸的烤盘，刷油；
- 4 烤盘放入烤箱第四层，开上下管模式调温度上下管 230℃ 烤制 13 分钟，取出。



步骤 2



步骤 3

Tips:

- 烤制的时间，需要根据虾的大小适当调整

芝士烤红薯

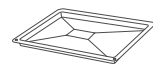
制作时间 13分钟 分量 2人份 难度 2星

材料

红薯	2根 (约250g/根)
纯牛奶	45 g
马苏里拉芝士碎	40 g
黄油	20 g
白砂糖	20 g

器皿放置参考

容器：烤盘
放置：第四层



做法

- 1 准备材料；
- 2 整颗红薯清洗干净后煮熟（可以蒸熟也可以放入微波炉用大火微波加热 8 分钟左右插入牙签无生硬），对半切开煮熟的红薯，用勺子挖出中间的肉，边上留约 0.5 厘米不要挖，注意不要挖破；
- 3 挖出的红薯肉，趁热加入黄油、细砂糖、牛奶，用勺子一起压成泥；
- 4 把红薯泥混合物填回红薯壳中，表面撒上一层马苏里拉芝士碎，放在烤盘上；
- 5 烤盘放入烤箱第四层，开上下管模式调温度上下管 210℃ 烤制 13 分钟，至表面芝士融化、微微焦黄即可取出。



步骤 2



步骤 3

Tips:

- 不同红薯的含水量、甜度不同，可以根据个人口味去调整糖与牛奶的份量





奶酪焗南瓜

制作时间 30分钟 | 分量 3人份 | 难度 1星

材料

南瓜 500g
马苏里拉奶酪 200g

辅料

淡奶油 30g
橄榄油 10g
黑胡椒碎 1g
盐 3g

器皿放置参考

容器：烤架 + 玻璃碗
放置：第三层



做法

- 1 准备材料；
- 2 南瓜去皮洗净，切成厚度0.5cm的薄片；
- 3 南瓜片铺满一层烤碗底部（该图使用的是200*200mm玻璃碗），再撒上1/3切碎的奶酪，接着再次铺满余下的南瓜片，然后把余下的奶酪全部铺在南瓜上，淡奶油、橄榄油均匀地淋在奶酪上，再均匀地撒上盐和黑胡椒碎；
- 4 烤架放入烤箱第三层，摆入南瓜盘，开上下管模式调温度上下管190℃烤制30分钟，取出。



准备材料 1

Tips:

- 芝士要用马苏里拉，出来成品才会拉丝，其它的芝士拉不出丝
- 食物要趁热吃，凉了上面的芝士结块味道就不那么好了

培根虾仁披萨

制作时间 17分钟 | 分量 4人份 | 难度 2星

饼皮

水 48g
食用油 6g
中筋面粉 95g
白砂糖 6g
干酵母 1.5g
盐 1g

馅料

青甜椒 15g
小番茄 3只
马苏里拉芝士碎 50g
洋葱 15g
培根片 1片（15g）
虾仁 45g
番茄酱 10g

做法

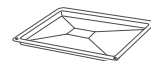
- 1 准备材料；
- 2 **饼皮准备**：把披萨饼皮里所有原料揉成光滑的面团（至可以拉出大片薄膜）盖上保鲜膜，烤箱发酵40℃发酵40分钟（或室温发酵1小时），至面团两倍大；
- 3 青甜椒和洋葱切丝，小番茄切片，培根切碎（约1厘米长）；取出发酵好的面团，放到揉面垫上充分揉匀排气，用保鲜膜盖着静置10分钟；
- 4 面团擀成直径约20厘米左右的圆形饼皮（约8寸），摆盘在有油纸的烤盘，用叉子在面皮上戳小孔，然后均匀刷满披萨酱；
- 5 撒一层马苏里拉芝士，平铺放上小番茄、甜椒丝和洋葱丝，再放上培根和虾仁，最后放上一层芝士；
- 6 烤盘放入烤箱第四层，上下管模式，调温度上下管190℃烤17分钟。

Tips:

- 烤的时间根据实际披萨状态调整

器皿放置参考

容器：烤盘 + 烘焙纸
放置：第四层



日式秋刀鱼

制作时间 17分钟 分量 2人份 难度 1星

材料

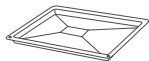
秋刀鱼 2条 (250g)

辅料

柠檬 1只
食用油 15g
料酒 5g
孜然粉 2.5g
黑胡椒碎 1g
白砂糖 5g
盐 2g
烧烤汁 10g

器皿放置参考

容器：烤盘 + 烘焙纸
放置：第三层



做法

- 1 准备材料；
- 2 秋刀鱼去除内脏洗净，加入柠檬片料酒腌制 10 分钟；
- 3 酱料准备：其余辅料混合均匀做成酱汁待用；
- 4 烤盘垫油纸，秋刀鱼摆盘刷油刷酱，放入烤箱第三层，开上下管模式调温度上管 200℃、下管 180℃ 烤制 10 分钟，取出秋刀鱼翻面刷酱后再烤 7 分钟即可。



准备材料 1

Tips:

- 海鱼营养特别丰富，建议使用食材新鲜的海鱼烹饪
- 菜单中秋刀鱼重量较轻，对应烹饪时间（18 分钟）为推荐时间，如余较大（厚）或偏小，建议适当增加或减少烹饪时间
- 烤好后，在鱼上挤点柠檬汁更佳美味



日式烤年糕

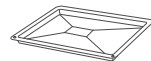
制作时间 9分钟 分量 3人份 难度 1星

材料

日本年糕 6片 (50g/片)

器皿放置参考

容器：烤盘 + 烘焙纸
放置：第四层



做法

- 1 准备材料；
- 2 年糕摆盘放入垫油纸烤盘；
- 3 烤盘放入烤箱第四层，上下管模式，调整温度上下管 230℃，烤制 9 分钟，年糕开涨，表面上浅金黄色取出。

Tips:

- 根据个人喜欢的脆度来调整时间

TEL 400-822-9088

监 制 商: **东芝生活电器株式会社**

制 造 商: 广东美的厨房电器制造有限公司

通讯地址: 佛山市顺德区北滘镇永安路6号

邮政编码: 528311 | 原产地: 中国