



# 目录

## 安全指引

开箱检查	3
安全注意事项	4
烹饪器皿选择	5

## 使用说明

结构说明	6
附件说明	6
水盒使用	7
控制面板介绍	8
大蒸汽功能	9
石窑烤功能	9
蒸汽烤功能	10
预热功能	10
发酵功能	11
自动菜单	11

## 清洁保养

清洁注意事项	14
蒸汽系统清洁	14
蒸汽杀菌	15
微波故障自检	16
产品参数	16

## 维修保养

中国RoHS	17
食品接触信息	18
维修服务	19
售后服务	19

## 邂逅美味

蒸烧麦	21	戚风蛋糕	46
蒸米饭	22	芝士蛋糕	47
日式茶碗蒸	23	葡式蛋挞	49
冰糖炖燕窝	25	牛角面包	50
牛奶炖桃胶	26	蔓越莓饼干	51
艾草青团	27	杏仁瓦片酥	52
鲜味芦笋	28	培根虾仁披萨	53
蒸石斑鱼	29	稞麦橄榄面包	54
南瓜蒸排骨	30		
清蒸龙利鱼	31		
板栗蒸土鸡	32		
花蛤蒸蛋羹	33		
烤秋刀鱼	34		
黑椒牛排	35		
香烤鳕鱼	36		
炸虾天妇罗	37		
奥尔良烤翅	38		
脆皮烤叉烧	39		
炭烤龙虾	40		
香草烤鸡	41		
芦笋培根卷	42		
鲜蔬鸡腿卷	43		
芝士焗扇贝	44		
法式小羊排	45		



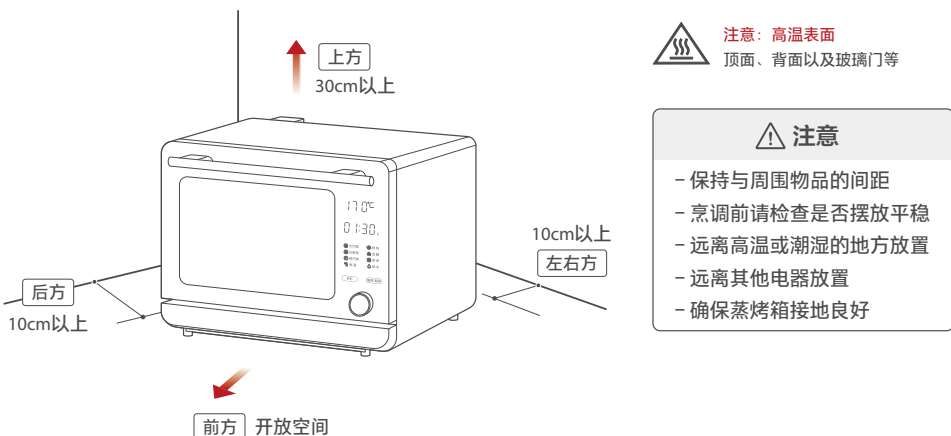
## 开箱检查

### 打开包装，请检查以下内容

1. 机体外罩有无因撞击或重压而变形的迹象。
2. 炉门与控制面板对接是否平整，开门是否顺畅灵活。
3. 炉门上的金属绝缘网孔是否弯曲或变形。
4. 电源线有无破损松脱的现象。
5. 请检查蒸烤箱铭牌上所标识的数据是否与当地电网相符。

### 蒸烤箱摆放

为避免烹调过程中，排气口排出的油、烟、蒸汽等污染家具，甚至过热引起火灾。蒸烤箱要和墙壁、橱柜保留一定距离，请按下图标记的安全距离摆放。



## 安全方面的注意事项

为了避免给使用者带来伤害以及财产损失，产品机身及使用说明书记载着正确、安全的使用方法等重要文本内容；其次，图标、图释符号目的是帮助用户理解，可能与实物有所差异。使用前，请仔细阅读相关标识标注，并严格遵守；说明书请妥善保管，以备日后参考使用。

### 环境方面注意事项

- 不要接近易燃、不耐热的物体。蒸烤箱不能放置于橱柜

## 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。
- **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。
- **使用前，请检查所用烹调器皿是否适用于产品，建议使用耐高温的玻璃、陶瓷或金属容器盛装食物。**
- **禁止将金属或异物，如铁丝、手指等伸入蒸烤箱的吸气口、排气口、百叶窗**  
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。
- **由于工作电流大，请使用专用插座**  
请不要与其他耗电量大电器（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，应拔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。**
- **烹饪过程中会有蒸汽出来，请注意！烹调结束后请勿立即伸手进炉腔，谨防烫伤。**
- **烹饪过程中会有蒸汽出来，请注意！烹调结束后请勿立即伸手进炉腔，谨防烫伤。**
- **端取食物请小心，器皿不要碰撞腔体、门体玻璃。**  
**警告** 温水、沾油的手套易传导热量，容易烫伤。
- **发热盘工作时，会有烟味，请开窗换气**  
婴儿、宠物容易受烟味影响，请安置到其他房间。如需频繁烹调易产生油烟的食物时，请保证蒸烤箱在通风顺畅处。
- **在插入电源插头前，请用干布将插头金属插片上附着的灰尘擦去。**
- **老人、儿童需谨慎使用蒸烤箱**  
**警告** 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蒸烤箱，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蒸烤箱。当器具以组合模式工作时，因温度升高，儿童必须在成人的监督下使用。老年人要在家人的陪同下使用蒸烤箱。
- **高温表面，防止烫伤**  
蒸烤箱在使用期间会发热。注意避免接触蒸烤箱内的发热单元。
- **水盒破损时请不要使用。**
- **小心烟雾出现**  
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遥控控制系统的方式下运行。
- **取下所有包装材料并远离婴幼儿**  
包括包装袋、外罩膜、附件，以免工作过程发生火灾；并远离婴幼儿，防止误用导致窒息。
- **烹调后残留在蒸烤箱的食物或菜汁要及时清理**  
将凝结在腔体上的水擦净。如果有粘着的食物残渣，待炉腔冷却后擦掉。



安全警告

## 使用方面注意事项

- 产品各排气孔必须保持畅通，外罩严禁压盖其他物品。
- 请不要用作烹饪以外的目的。
- 电压太低或不稳定可能导致此产品不能正常启动，请及时拔掉电源插头。如果使用，建议安装稳压器。
- 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。
- 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；不要将电源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烹调食物而设计，不适合其他工、商等用途。
- 器具不得浸入水中。
- 加热汤、饮料等流体食物需注意。加热饮料会导致延迟喷溅沸腾，因此取出时必须小心谨慎。奶瓶和婴儿食品罐应该经过搅拌或摇动，喂食前应检查瓶内食物的温度，避免烫伤。
- 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。

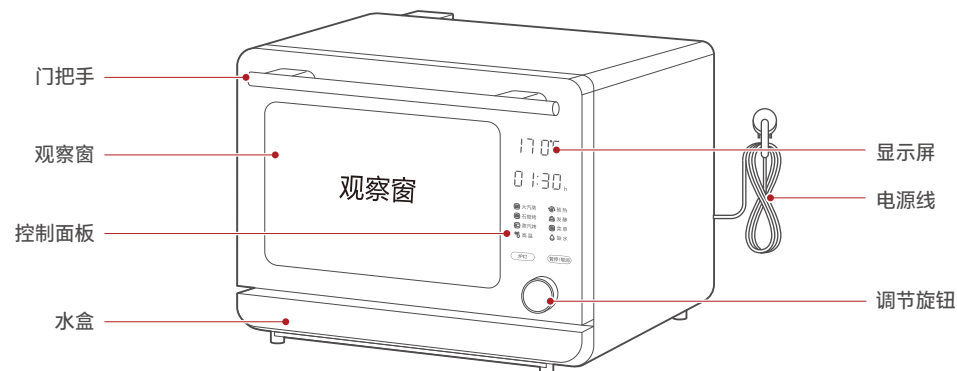
## 清洁保养注意事项

- 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。

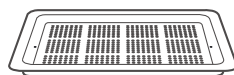
## 结构说明

### 使用产品前请先了解以下内容，以便您快速掌握产品使用

由于我们的产品在不断的升级，如实物与下图存在差异，请以实物为准。此产品为桌面式产品，禁止用作嵌入式。

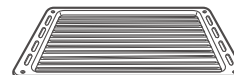


## 附件说明

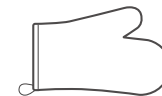


蒸盘

(本机部分烤菜单使用蒸盘效果更佳，详情请参考食谱使用)

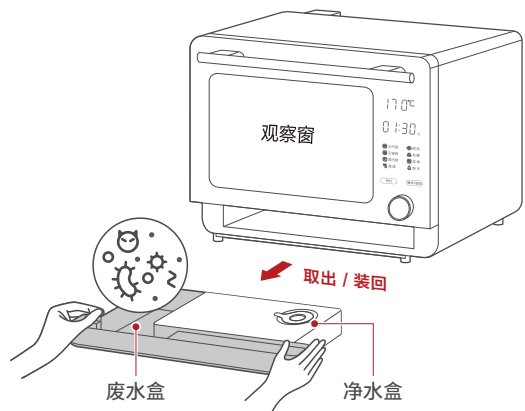


烤盘



隔热手套

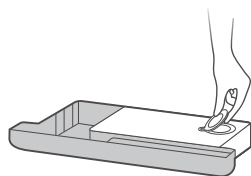
## 水箱使用



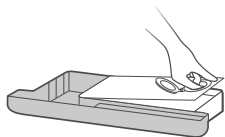
- 水箱加入常温**纯净水**（不超过40℃），以免产生水垢影响机器使用寿命
- 烹饪后须将废水倒掉以免滋生细菌

## 加水方法

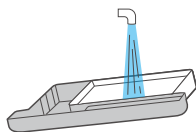
揭开胶圈后加入适量**纯净水**，盖上胶圈，确保贴合完好



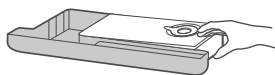
## 清洁方法



1. 揭开水盒盖，倒掉剩余的水  
(注：每次使用完成后请及时倒掉废水盒的废水，防止取出时废水外溢)



2. 用净水冲洗水盒和废水盒内部



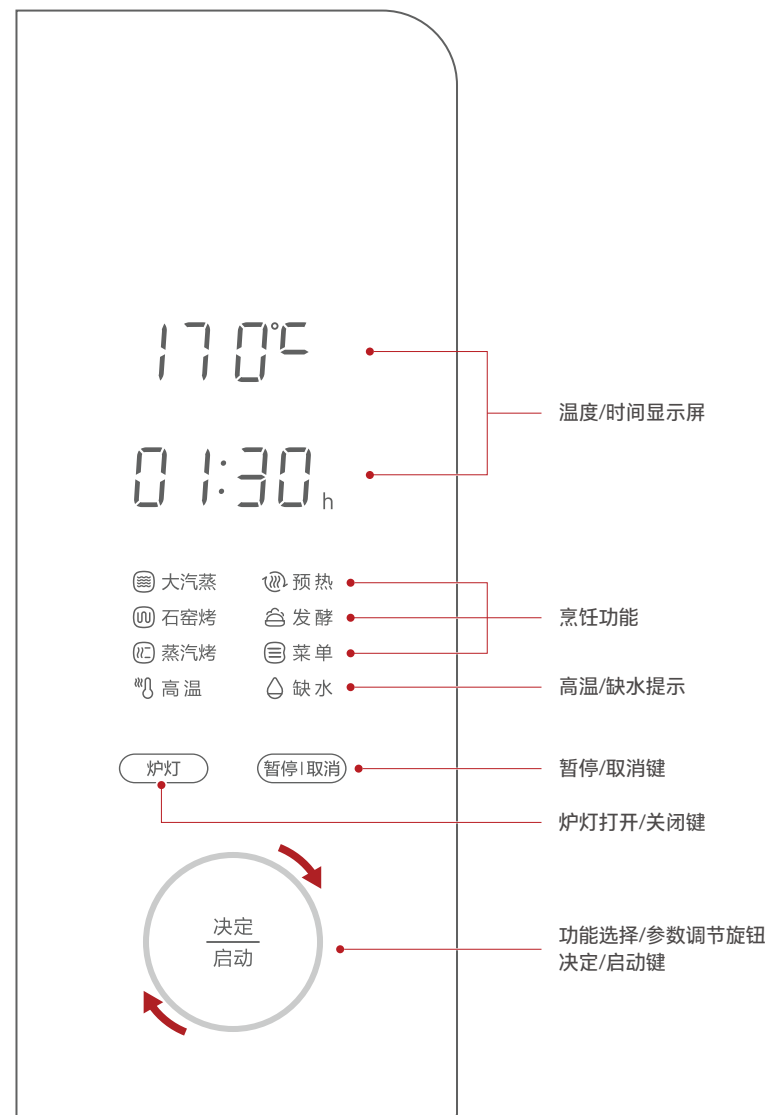
3. 晾干后盖水上盒盖



注意

1. 使用前，净水盒接水后，请盖紧水盒盖，否则水盒倾斜会产生漏水。
2. 当显示屏显示“△缺水”时，表示此时水盒缺水或水盒未安装到位，请确保加水到指定位置并将水盒安装到位后再开始烹饪。
3. 缺水时，水泵空抽的声音属正常情况。

## 控制面板介绍



## 大汽蒸功能

- 右旋旋钮进入大汽蒸功能  
按**决定/启动**键确认功能
- 旋转旋钮调节温度  
按**决定/启动**键确认温度  
(默认100°C, 可调范围: 35°C ~100°C)
- 旋转旋钮设置烹饪时间  
(默认15分钟, 可调范围: 1分~120分钟)
- 按**决定/启动**键开始烹饪

## 石窑烤功能

- 右旋旋钮进入石窑烤功能  
按**决定/启动**键确认功能
- 旋转旋钮调节温度  
按**决定/启动**键确认温度  
(默认170°C, 可调范围: 100°C ~230°C)
- 旋转旋钮设置烹饪时间  
(默认30分钟, 可调范围: 1分~2小时)
- 按**决定/启动**键开始烹饪



使用大汽蒸功能时, 需提前在水盒中加入常温纯净水 (不超过40°C)。

## 蒸汽烤功能

- 右旋旋钮进入蒸汽烤功能  
按**决定/启动**键确认功能
- 旋转旋钮调节温度  
按**决定/启动**键确认温度  
(默认190°C, 可调范围: 100°C ~230°C)
- 旋转旋钮设置烹饪时间  
(默认30分钟, 可调范围: 1分~2小时)
- 按**决定/启动**键开始烹饪

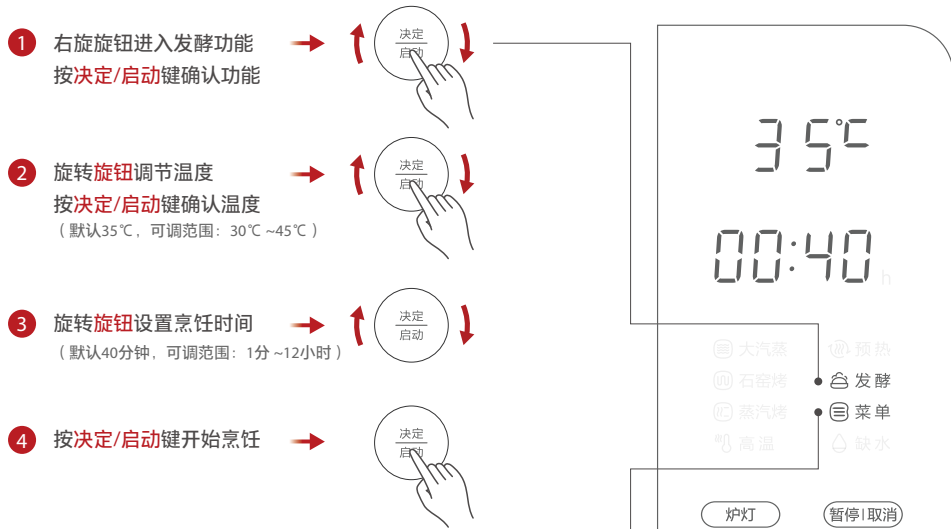
## 预热功能

- 右旋旋钮进入预热功能  
按**决定/启动**键确认功能
- 旋转旋钮调节温度  
(默认170°C, 可调范围: 100°C ~230°C)
- 按**决定/启动**键开始烹饪



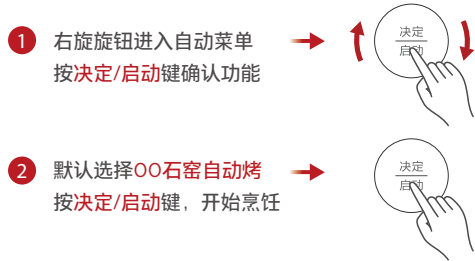
- 使用蒸汽烤功能时, 需提前在水盒中加入常温纯净水 (不超过40°C)。
- 预热功能不可设置时间。
- 预热是指开始烘烤食物前, 先将炉腔预热至指定温度, 提升食物口感。
- 预热时请不要放进食物。

## 发酵功能



## 自动菜单-石窑自动烤

### 石窑自动烤



注: 仅针对牛肉, 无需设定时间、温度及份量。  
烹饪过程中, 屏幕动态显示“[ ]”属  
正常现象, 请勿打开炉门或暂停。



注意

1. 待机状态下, 5分钟无操作自动进入省电模式。
2. 加保鲜膜或加盖, 烹饪效果更佳, 但切记留孔哟!
3. 取出附件和食物时, 请注意防烫。
4. 在烹饪过程中, 若听到蜂鸣提示, 请把食物进行翻面, 翻面后按【开始】继续烹饪。
5. 菜单中, 需要提前【预热】的菜单, 根据界面提示先预热, 待预热完成后, 放入食材, 按【启动】开始烹饪。

## 自动菜单-其余菜单

### 其余菜单



### 菜单指引

序号	菜单名称	默认份量	默认时间	是否预热	推荐容器	放置区域
00	石窑自动烤	/	/	/	烤盘	中层
01	蒸烧麦	16个	15分钟	/	蒸盘+烘焙纸	中层
02	蒸米饭	300g	40分钟	/	蒸盘+宽口深碗	下层
03	日式茶碗蒸	600g	22分钟	/	蒸盘+茶碗	下层
04	冰糖炖燕窝	600g	1小时	/	蒸盘+宽口深碗	下层
05	牛奶炖桃胶	1500g	50分钟	/	蒸盘+宽口深碗	下层
06	艾草青团	12个	12分30秒	/	蒸盘+烘焙纸	中层
07	鲜味芦笋	300g	9分钟	是	烤盘+烘焙纸+碟子	中层
08	蒸石斑鱼	490g	14分钟	/	蒸盘+碟子	中层
09	南瓜蒸排骨	600g	18分钟	/	蒸盘+碟子	中层
10	清蒸龙利鱼	500g	18分钟	/	蒸盘+碟子	中层
11	板栗蒸土鸡	800g	30分钟	/	蒸盘+宽口深碗	下层
12	花蛤蒸蛋羹	300g	10分钟	/	蒸盘+碟子	中层
13	烤秋刀鱼	330g	14分钟	是	烤盘+烘焙纸	中层
14	黑椒牛排	500g	13分钟	是	烤盘	上层
15	香烤鳕鱼	220g	10分钟	是	烤盘	上层
16	炸虾天妇罗	240g	12分钟	是	烤盘+烘焙纸	中层

## 清洁保养

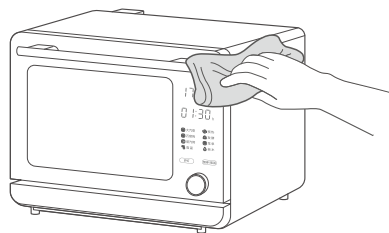
### 清洁注意事项



注意

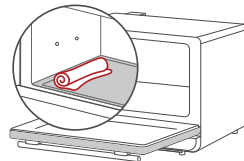
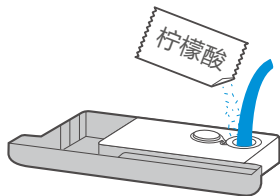
1. 不要使用尖锐清洁工具、硬毛刷、钢丝刷和带腐蚀性清洁用品，以免损伤产品机身及配件。
2. 严禁将蒸烤箱浸入水或别的液体中，以防损坏蒸烤箱。
3. 请务必等到本体冷却后清洁保养。
4. 炉内残留有食材或污垢时请勿放置不管，以免起火或引起火灾。
5. 请勿使用去污粉、刷子、信那水或汽油等清洁本产品。

序号	菜单名称	默认份量	默认时间	是否预热	推荐容器	放置区域
17	奥尔良烤翅	450g	18分30秒	是	烤盘+烘焙纸	中层
18	脆皮烤叉烧	450g	45分钟	是	烤盘+烘焙纸	中层
19	炭烤龙虾	650g	17分钟	是	烤盘+烘焙纸	中层
20	香草烤鸡	1100g	41分钟	/	烤盘+烘焙纸	下层
21	芦笋培根卷	200g	8分钟	是	烤盘+烘焙纸	中层
22	鲜蔬鸡腿卷	550g	38分钟	是	烤盘+锡箔纸	中层
23	芝士焗扇贝	8只	12分钟	是	烤盘	中层
24	法式小羊排	820g	35分钟	是	烤盘+烘焙纸	中层
25	戚风蛋糕	500g	55分钟	是	烤盘+8寸模具	下层
26	芝士蛋糕	600g	1小时	是	烤盘+蛋糕模具+锡箔纸	下层
27	葡式蛋挞	12个	26分钟	是	烤盘	下层
28	牛角面包	9个	21分钟	是	烤盘+烘焙纸	中层
29	蔓越莓饼干	450g	33分钟	是	蒸盘+烘焙纸	中层
30	杏仁瓦片酥	325g	27分钟	是	蒸盘+烘焙纸	中层
31	培根虾仁披萨	600g	30分钟	是	烤盘+烘焙纸	中层
32	裸麦橄榄面包	500g	32分钟	是	烤盘+烘焙纸	中层
33	蒸汽杀菌	/	15分钟	/	/	平板
34	腔体清洁	/	10分钟	/	/	平板
35	腔体除味	/	5分钟	/	/	平板
36	蒸汽系统清洁	/	15分钟	/	/	平板

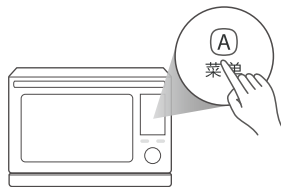


- 1 清洁前，先拔掉插头并等待蒸烤箱完全冷却后再进行。
- 2 用中性清洁剂清洗包括烤盘和蒸盘在内的所有附件，附件清洗后请充分晾干。
- 3 用沾有中性清洁剂的软湿布擦拭蒸烤箱内部，再用拧干的抹布等擦拭掉洗涤剂成分。

### 蒸汽系统清洁 建议每个月一次



- 1 取出净水盒，加入约15克食品级柠檬酸，加满纯净水将其溶解后放回
- 2 将一条干毛巾放在炉腔左侧蒸汽出口下
- 3 右旋旋钮选择**自动菜单**，按**决定/启动**键确认
- 4 再旋转旋钮选择**菜单36**，按**决定/启动**键确认
- 5 待机器显示“缺水”并提示音响起后，清空水箱，并重新加满纯净水；同时清理毛巾、炉腔和废水盒
- 6 重复步骤2的操作后，按**决定/启动**键继续清洁



注意

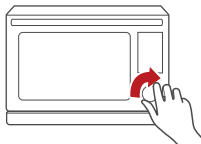
当腔体温度大于65℃时，显示屏显示“高温”，此时腔体温度过高，请等待腔体温度冷却后再操作，并注意安全，防止烫伤。

## 蒸汽杀菌

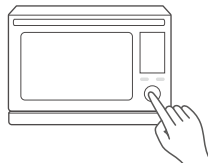


注意

1. 根使用蒸汽杀菌功能时，请务必确认餐具的耐热温度高于130℃，同时确认水箱已加满纯净水。
2. 根据高温蒸汽特性，对陶瓷、玻璃等餐具及器皿具有良好杀菌作用，灭菌率高达99.99%，有效杀灭大肠杆菌、金黄色葡萄球菌等常见病菌。
3. 蒸汽杀菌湿度大，杀菌完成后器皿表面潮湿属正常情况。
4. 严禁在未放入任何餐具、器皿等物品，机器处于空腔时启动杀菌功能。



- 1 右旋**旋钮**选择自动菜单，按**决定/启动**键确认功能  
旋转**旋钮**，选择**菜单33**蒸汽杀菌



- 2 按**决定/启动**键开始蒸汽杀菌  
(默认时间15分钟，  
可调范围：15分钟~30分钟)

## 餐具杀菌

杀菌前必须将餐具在水中浸湿，将餐具用湿毛巾包裹杀菌效率更高

## 毛巾/抹布杀菌

必须将毛巾/抹布在水中浸湿并用保鲜膜包起来，才可以放入蒸烤箱杀菌，既能提高消毒效果，又能防止棉织品烧焦

## 奶瓶杀菌

将奶瓶与奶嘴分开，奶瓶装入7分满的水并用保鲜膜包裹，同时，将奶嘴浸没在装水的容器并用小盘子压住防止浮起

## 蒸烤炉故障自检

当发生故障时，显示屏会显示错误代号“E\*\*”“F\*\*”（\*为阿拉伯数字），若重新通电再启动后故障仍无法排除，请致电我司客服400-822-9088，联系专业人员排除故障。

常见错误代码说明

故障说明	显示	故障分析
腔体温度大于100℃	F 0 1	属正常现象

## 产品参数

容积	30L	最大功率	2100W
额定电压/频率	220V~ 50Hz	外形尺寸 (mm)	472x505x370
蒸汽功率	1800W	炉腔尺寸 (mm)	410x325x230
热风功率	1500W	产品净重	16.8kg

执行标准号：GB4706.1-2005；GB4706.19-2008

1. 产品尺寸为约数。
2. 外形尺寸，深度值包含门拉手（若有拉手）、后板拉伸长度，高度值含炉脚。
3. 炉腔尺寸，包含拉伸的长度，为两个面之间的最大值。
4. 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。



中国RoHS有害物质说明

零部件名称	中国RoHS管控物质或元素						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)		铅 (Pb)	汞 (Hg)	镉 (Cd)	六价铬 (Cr(VI))	多溴联苯 (PBBs)	多溴二苯醚 (PBDEs)
赠品烤盘+烤夹	○	○	○	○	○	○	紫外线管卡槽	○	○	○	○	○	○
赠品电饭煲组件	○	○	○	○	○	○	栅格	○	○	○	○	○	○
赠品食神蒸霸组件	○	○	○	○	○	○	电脑板	×	○	×	○	○	○
磁控管	○	○	○	○	○	○	薄膜开关	○	○	○	○	○	○
高压变压器	○	○	○	○	○	○	变频器	×	○	○	○	○	○
电机	○	○	○	○	○	○	触摸屏	○	○	○	○	○	○
发热管组件	○	○	○	○	○	○	腔体组件	○	○	○	○	○	○
卤素管	○	○	○	○	○	○	底板	○	○	○	○	○	○
照明灯	○	×	○	○	○	○	铰链组件	○	○	○	○	○	○
电容/夹	○	○	○	○	○	○	外罩	○	○	○	○	○	○
高压二极管组件	×	○	○	○	○	○	隔热板	○	○	○	○	○	○
保险管组件	○	○	○	○	○	○	导风板	○	○	○	○	○	○
温控器	○	○	×	○	○	○	烧烤架	○	○	○	○	○	○
紫外杀菌管	○	×	○	○	○	○	支撑板	○	○	○	○	○	○
微动开关	○	○	○	○	○	○	安装板组件	○	○	○	○	○	○
定时器	○	○	×	○	○	○	炉灯组件	○	○	○	○	○	○
导线	○	○	○	○	○	○	导风安装板	○	○	○	○	○	○
高压保险管一体化	○	○	○	○	○	○	滤网	○	○	○	○	○	○
镇流板	○	○	○	○	○	○	控制面板屏蔽板	○	○	○	○	○	○
炉门组件	○	○	○	○	○	○	搅拌组件	○	○	○	○	○	○
控制面板组件	○	○	○	○	○	○	导风底板	○	○	○	○	○	○
旋钮组件	○	○	○	○	○	○	弹簧	○	○	○	○	○	○
风扇组件	○	○	○	○	○	○	防溅板	○	○	○	○	○	○
联锁组件(微动开关)	○	○	×	○	○	○	波导口盖	○	○	○	○	○	○
支架	○	○	○	○	○	○	减震垫块	○	○	○	○	○	○
炉脚	○	○	○	○	○	○	转盘	○	○	○	○	○	○
主导风板	○	○	○	○	○	○	发热管支撑	○	○	○	○	○	○
限位柱	○	○	○	○	○	○	驱动轴	○	○	○	○	○	○
按钮/按键	○	○	○	○	○	○	转环组件	○	○	○	○	○	○
启动按钮壳体	○	○	○	○	○	○	紧销	○	○	○	○	○	○
垫片	○	○	○	○	○	○	扬声器	○	○	○	○	○	○
滤波板	×	○	×	○	○	○	湿度传感器	○	○	○	○	○	○
赠品圆形食神	○	○	○	○	○	○	螺母/螺钉/螺母支架	○	○	○	○	○	○
蒸霸包装组件	○	○	○	○	○	○	电源线	×	○	○	○	○	○

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. 本产品在正常使用情况下, 环保使用期限为15年, 建议使用一定年限后更换新机。

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以及相关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
ABS	水盒组件(水盒)、水箱支架	GB 4806.7-2016	仅接触水, 使用温度20℃~60℃
POM	水盒组件(水管塞)	GB 4806.7-2016	仅接触水, 使用温度20℃~60℃
PP	波导盖、水盒组件(导水管)	GB 4806.7-2016	导水管仅接触水, 常温使用
SAN	水箱	GB 4806.7-2016	仅接触水, 使用温度20℃~60℃
PC		GB 4806.7-2016	仅接触水, 使用温度20℃~100℃
PBT	水箱镶件	GB 4806.7-2016	仅接触水, 使用温度20℃~100℃
PPS	蒸汽发生器盖、蒸盘支架	GB 4806.7-2016	仅接触水, 使用温度20℃~120℃
LCP E130i	塑料三通管	GB 4806.7-2016	使用温度20℃~230℃
50%ABS+50%PC	水箱座	GB 4806.7-2016	仅接触水, 使用温度20℃~100℃
PP+RS9120	浮球	GB 4806.7-2016	导水管仅接触水, 使用温度20℃~60℃
PTFE	蒸架	GB 4806.7-2016	使用温度230℃
铜HPb59-2	排气阀	GB 4806.9-2016	仅接触水蒸气, 使用温度100℃
不锈钢06Cr19Ni10	水盒组件(弹簧)、 金属发热管、温度传感器 探头、水泵、烤架、蒸盘、 蒸架、挂架、发热盘、蒸 汽发生器组件	GB 4806.9-2016	其中水盒组件(弹簧)仅接触水, 常温使用 蒸盘、蒸架为可选配件, 可接触各类食物, 使用温度100℃ 烤架使用温度230℃ 水泵使用温度80℃ 挂架不直接接触食物, 使用温度100℃ 发热盘、蒸汽发生器组件仅接触水, 使用 温度100℃
不锈钢10Cr17	门体、内胆	GB 4806.9-2016	使用温度230℃
电镀锌钢板基材/环氧 聚酯涂层 冷轧钢板基材/环氧聚 酯涂层 热镀锌钢板基材/环氧 聚酯涂层	门体、内胆基材, 涂层	GB 4806.9-2016/ GB 4806.10-2016	使用温度230℃
热镀锌钢板基材/高温 有机硅涂层		GB 4806.9-2016/ GB 4806.10-2016	使用温度230℃
不锈钢10Cr17基材/ 高温有机硅涂层		GB 4806.9-2016/ GB 4806.10-2016	使用温度230℃
不锈钢06Cr19Ni10 基材/高温有机硅涂层		GB 4806.9-2016/ GB 4806.10-2016	使用温度230℃
搪瓷钢板基材/搪瓷 涂层	内胆、烤盘基材, 涂层	GB 4806.9-2016/ GB 4806.3-2016	使用温度230℃
玻璃	玻璃盘、烤盘、烧烤管	GB 4806.5-2016	使用温度230℃
硼硅玻璃或微晶陶瓷	内隔板	GB 4806.5-2016/ GB 4806.4-2016	使用温度230℃
陶瓷	蒸汽发生器组件(盖)	GB 4806.4-2016	仅接触水, 使用温度100℃~300℃
云母	波导盖	GB 4806.4-2016	使用温度230℃
·硅胶	蒸汽发生器组件(水管)、 进水管、出水管、密封圈、 排气管、门体滴胶	GB 4806.11-2016	使用温度20℃~230℃

备注:

- 注1: 所列部品为可能接触食物部品, 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

**东芝蒸烤炉严格遵照国家“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”包括磁控管、变压器/变频器、转盘电机、风扇电机、定时器、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：**

- 蒸烤炉附件（如玻璃盘、烧烤架、说明书、转环、烤盘等）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

本产品只限于家用，非家用出现任何问题本公司概不负责。  
如您发现产品需要服务时，请直接联系当地特约服务网点和我司服务热线400-822-9088。  
如来信，请留下您的联系电话，以便您能及时得到回复。

## 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。

## 邂逅美味

**了解蒸烤箱，使用更安心！**

### 蒸汽加热原理和方法提醒

- 将水盒中的水，通过管道输送至蒸汽发生器产生蒸汽。再传输蒸汽到腔体内部，利用蒸汽对食物进行蒸制。
- 蒸汽烹调时，是以蒸汽为热源，一般无需加盖。
- 为避免缺水导致蒸汽中断，每次使用前，应将水盒加满水。
- 烹饪结束开门时请小心，避免烹饪中产生的大量蒸汽烫伤。
- 每次用完蒸箱，请及时清洁，防止细菌大量滋生。

### 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，背部风机促进热量均匀分布。
- 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。

### 蒸菜小技巧

#### 营养技巧

- [食材要新鲜] 因蒸制时原料中的蛋白质不易溶于水，调味品也不易渗透到原料中，故食材质地要嫩、多汁。
- [注意分层摆放] 蒸菜时，还要注意分层摆放，汤水少的菜放在上面，汤水多的菜放在下面，淡色菜放在上面，深色菜放下面，不易熟的菜放在上面，易熟的菜放在下面。

#### 美味技巧

- [火候] 一般鸡蛋羹、双皮奶用95度中火蒸，能避免出现蜂窝状的情况，获得鲜嫩滑爽的口感。造型类菜品，为保持造型，也需要用中火。
- [时间] 体积大的食材蒸的时间比较长，小块或者片状食材时间短。
- 调味适当：可在蒸制前使原料，浸渍入味。

### 时间调整说明

烹调方法和食物特性密切相关，本机自动菜单的程序与所给食材份量、时间为最佳匹配，请按建议操作。

自动菜单的时间可依个人喜好进行微调，以肉类食谱为例，增加时间，口感更韧；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





## 蒸烧麦

### 材料

云吞皮 ..... 16张

### 肉馅

猪肉末 ..... 300g

葱花 ..... 10g

鸡粉 ..... 2g

姜末 ..... 10g

生抽 ..... 5g

生粉 ..... 5g

盐 ..... 2g

芝麻油 ..... 2g

### 做法

- 1 在装有猪肉沫的碗中，放入芝麻油、姜末、鸡粉、生抽、葱花、盐、生粉搅拌，同方向搅拌均匀，制成馅料待用；
- 2 将蒸盘铺上吸油纸，把包好的烧麦摆放整齐；
- 3 把装烧麦的蒸盘置于中层，将水盒加满水，关上炉门，选择对应的自动菜单，启动即可；
- 4 烹饪结束后，取出蒸盘即可。



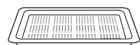
制作馅料 1



包烧麦 2

### 器皿放置参考

「蒸盘+烘焙纸」中层



## 蒸米饭

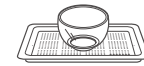
### 材料

米 ..... 300g

水 ..... 450g

### 器皿放置参考

「蒸盘+宽口深碗」下层



### 做法

- 1 使用宽口深碗，把米洗净后加水，不加盖；
- 2 把宽口深碗放置在蒸盘上，将水盒加满水，把蒸盘置于下层，关上炉门，选择对应的自动菜单，启动即可；
- 3 烹调结束后即可享用。

### Tips:

烹饪结束后建议焖5分钟。





## 日式茶碗蒸

### 材料

鸡蛋	2个
干香菇	4小朵
鸡胸肉	100g
虎虾仁	4只

### 调料A

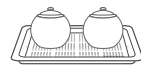
清酒	5g
日式酱油	5g

### 调料B

水	400g
日式酱油	5g
日式味淋	10g
食盐	2g
香葱末	少许

### 器皿放置参考

「蒸盘+茶碗」下层



### 做法

- 1 干香菇泡发备用；
- 2 鸡胸肉去筋，均匀切开4片，加入调料A腌制5分钟；
- 3 虾仁洗净，抽出虾线；
- 4 充分搅拌鸡蛋，加入调料B，混合均匀；
- 5 在茶碗蒸专用茶碗中放入香菇、鸡肉、虾仁各1个，倒入蛋液至8分满，把表面的泡泡去掉，然后盖上茶碗盖，茶碗放置在蒸盘上；
- 6 将水盒加满水，把蒸盘置于下层，关上炉门，选择对应的自动菜单，启动即可；
- 7 烹调结束后，取出，开盖后撒入适量香葱末即可享用。

### Tips:

干香菇可以提升菜肴的鲜味，充分泡发味道更浓，但干香菇泡发时间较长，将干香菇泡水放入料理炉高火加热一分钟，能加快泡发。





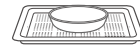
## 牛奶炖桃胶

### 材料

干桃胶	20g (泡发400g)
水	600g
牛奶	500g
冰糖	50g

### 器皿放置参考

「蒸盘+宽口深碗」下层



### 做法

- 1 准备好所有食材;
- 2 桃胶放入清水中浸泡20小时左右膨胀变软挑选干净后掰成小块;
- 3 把泡好的桃胶放入宽口深碗, 宽口深碗放置在蒸盘上;
- 4 将水盒加满水, 把蒸盘置于下层, 关上炉门, 选择对应的自动菜单, 启动即可。
- 5 最后10分钟语音提示加入冰糖、牛奶, 并搅拌均匀, 继续加热至烹饪结束即可。

### Tips:

倒计时10分钟时会提醒翻面, 请留意提示音。

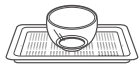
## 冰糖炖燕窝

### 材料

干燕窝	10g
水	500g
冰糖	20g

### 器皿放置参考

「蒸盘+宽口深碗」下层



### 做法

- 1 干燕窝10g 用纯净水泡发10小时左右, 挑毛洗净;
- 2 把泡好的燕窝加水放入宽口深碗, 宽口深碗放置在蒸盘上;
- 3 将水盒加满水, 把蒸盘置于下层, 关上炉门, 选择对应的自动菜单, 启动即可;
- 4 最后10分钟语音提示加入冰糖, 并搅拌均匀, 继续加热至烹饪结束即可。



### Tips:

倒计时10分钟时会提醒翻面, 请留意提示音。



## 艾草青团

### 材料

糯米粉	300g
澄粉	45g
白糖	20g
红豆沙	200g
艾草	40g
冰水	60g (用于冷却) 40g (用于揉面)
温开水	180g (约70-80℃)
清水	100g

### 配料

开水	45g
猪油	25g

### 器皿放置参考

「蒸盘+烘焙纸」中层



### 做法

- 1 新鲜的艾草摘下叶子，清洗干净，艾草和100g清水放入玻璃碗内，
- 2 放在蒸盘上，蒸盘放入腔体中层，关上炉门，水盒加满水，使用【大蒸汽】功能，烹调4分钟；
- 3 烹调结束后，迅速把艾草放进冰水中冷却，再捞出挤干水分，用搅拌机打成泥（适量加点水），搅拌后滤去汁水取艾草泥备用；
- 4 盆内放入澄面、倒入45g开水搅拌至没有颗粒，制成澄面团；
- 5 用另外一个盆倒入糯米粉、白糖、温开水搅拌均匀，加入冷水40g将面团揉匀，再把澄面团加入，最后加入艾草泥和猪油充分揉匀；
- 6 将揉好的青团皮分成12份，约30g/份，豆沙约20g/份，取一个青团皮揉圆按扁，捏成四周薄中间厚的皮，放上豆沙馅，把皮向中间收圆捏紧，搓圆即可；
- 7 蒸盘内放上烘焙纸，再放入包好的艾草团，将水盒加满水，把蒸盘置于中层，关上炉门，选择对应的自动菜单，启动；
- 8 烹饪结束后，取出即可享用。



## 鲜味芦笋

### 材料

芦笋	300g
姜	10g
蒜头	15g
小红辣椒	2个
生抽	20g
芝麻油	5g
白糖	5g
植物油	15g
盐	2g

### 器皿放置参考

「烤盘+烘焙纸+碟子」中层



### 做法

- 1 准备好所有食材；
- 2 芦笋根部去老皮，切去老梗，洗净切长段，姜蒜切末，小红辣椒切圈；
- 3 把芦笋放在铺有烘焙纸的烤盘；
- 4 选择对应自动菜单，进入预热程序，待提示音提醒预热完成后，把烤盘置于中层，关上炉门，按启动键开始烹饪；
- 5 烹饪结束后，取出放入碟子；
- 6 取一只碗，倒入生抽，白糖，盐和适量白开水搅拌均匀，浇在芦笋上，再撒上姜末和小红辣椒圈；
- 7 锅中烧适量热油，至约200℃左右，马上淋在姜蒜末上即可。

### Tips:

提前开启对应的自动菜单，启动预热程序，可省去等待时间。





## 蒸石斑鱼

### 材料

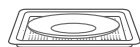
石斑鱼	1条
葱丝	5g
姜片	4片
姜丝	5g
植物油	10g
蒸鱼豉油	20g

### 做法

- 1 准备好所有材料；
- 2 杀鱼，将肚剖开内脏、鳃取出，将鱼鳞刮干净，洗净取出，将鱼鳞刮干净。沿着鱼主脊骨处切开，使鱼能够趴着。将鱼趴着放置于垫有筷子的碟子上；
- 3 鱼背上放几片姜，用于去腥；
- 4 将装有鱼的碟子放置在蒸盘上，将水盒加满水，把蒸盘置于中层，关上炉门，选择对应的自动菜单，启动；
- 5 烹饪结束后取出姜片，将盘中汤汁倒掉，撒上葱丝、姜丝，然后淋上热油，最倒入蒸鱼豉。

### 器皿放置参考

「蒸盘+碟子」中层



## 南瓜蒸排骨

### 材料

排骨	300g
南瓜	300g

### 辅料

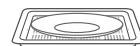
盐	4g
白糖	5g
玉米淀粉	10g
豆豉	15g
姜	10g
蒜	10g
酱油	8g

### 做法

- 1 准备好所有食材；
- 2 南瓜去皮切片(约1cm厚)；
- 3 姜蒜切末，排骨洗净后，加入酱油，豆豉，蒜，姜，盐，糖，玉米淀粉抓匀后腌制入味；
- 4 南瓜铺底，再放腌制好的排骨；
- 5 把装食物的碟子放置在蒸盘上，将水盒加满水，把蒸盘置于中层，关上炉门，选择对应的自动菜单，启动；
- 6 烹饪结束后，取出即可享用。

### 器皿放置参考

「蒸盘+碟子」中层





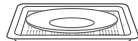
## 清蒸龙利鱼

### 材料

龙利鱼	500g
葱	20g
柠檬	30g
蒸鱼豉油	30g
植物油	45g

### 器皿放置参考

「蒸盘+碟子」中层



### 做法

- 1 准备好所有食材；
- 2 龙利鱼取出解冻后，用清水冲洗一下控干水分，切成宽度3厘米左右的块；
- 3 摆入盘中，在上面挤上柠檬汁；
- 4 把装食物的碟子放置在蒸盘上，将水盒加满水，把蒸盘置于中层，关上炉门，选择对应的自动菜单，启动；
- 5 烹饪结束后取出，放入葱丝，淋上蒸鱼豉油，浇上热油即可。

### Tips:

- 1 蒸鱼尽量选用专业的蒸鱼碟，或底部较薄的容器，使鱼受热均匀。
- 2 对于肉厚的鱼，建议根据实际情况手动追加蒸汽烹调时间。
- 3 可依个人喜好，增减自动菜单时间，调整烹饪口感。



## 板栗蒸土鸡

### 材料

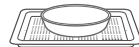
土鸡	500g
板栗肉	300g

### 辅料

西兰花	80g
姜	20g
葱	15g
料酒	6g
蚝油	5g
生抽	5g
盐	3g
花椒	5g
八角	3g
花生油	5g

### 器皿放置参考

「蒸盘+宽口深碗」下层



### 做法

- 1 准备好所有食材；
- 2 土鸡洗净切块，锅中加水放入土鸡，加入葱、姜、料酒、花椒、八角大火煮滚水捞出；
- 3 取出煮好的鸡，加入少许的盐、蚝油、生抽拌匀；
- 4 栗子码在盘子底部，再放入鸡块；
- 5 把装食物的碟子放置在蒸盘上，将水盒加满水，把蒸盘置于下层，关上炉门，选择对应的自动菜单，启动；
- 6 锅中放水煮沸，加几滴油和一点盐，放入西兰花焯一下捞出，码放在蒸好的鸡肉周围即可。





## 花蛤蒸蛋羹

### 材料

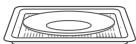
花蛤肉	65g
鸡蛋	120g
虾仁	40g
葱花	10g
鸡粉	2g
料酒	5g
盐	2g

### 做法

- 1 洗净的虾仁由背部切开，去除虾线，切小段；
- 2 把虾仁装入碗中，放入洗净的花蛤肉；
- 3 淋入少许料酒，加盐、鸡粉，拌匀，腌渍约10分钟；
- 4 鸡蛋打入蒸碗中，加少许鸡粉、盐，打散调匀，倒入150克温水，快速搅拌均匀；
- 5 放入腌好的虾仁、花蛤肉，倒入蛋液，去掉表面泡沫备用；
- 6 把装食物的碟子放置在蒸盘上，将水盒加满水，把蒸盘置于下层，关上炉门，选择对应的自动菜单，启动；
- 7 烹饪结束后取出，撒上葱花即可。

### 器皿放置参考

「蒸盘+碟子」中层



## 烤秋刀鱼

### 材料

秋刀鱼	3条 (约110g/条)
柠檬汁	3g
植物油	10g
食盐	4g
黑胡椒粉	2g
柠檬皮屑	1g

### 做法

- 1 清洗秋刀鱼，把表面较硬的少量鱼鳞刮掉，开膛，把内脏清除干净，如果保留鱼头，建议去掉鱼腮；
- 2 用刀在处理干净的秋刀鱼身上斜斜的划几刀，然后在表面涂抹适量的食盐和黑胡椒粉，腌制10分钟；
- 3 在鱼表面刷上一层油，把秋刀鱼放在垫了烘焙纸的烤盘中央，刷上柠檬皮屑；
- 4 选择对应的自动菜单，开始预热；
- 5 预热结束后，把烤盘放置于中层，关上炉门，按启动键开始烹饪；
- 6 烹饪结束后，把秋刀鱼拿出，滴上适量柠檬汁即可享用。

### 器皿放置参考

「烤盘+烘焙纸」中层



### Tips:

- 1 提前开启对应的自动菜单，启动预热程序，可省去等待时间。
- 2 建议在烤盘中放锡纸或油纸，清洁更方便。





## 黑椒牛排

### 材料

牛排	2片(250g/片约2.5cm厚)
橄榄油	20g
黑胡椒碎	4g
海盐	4g

### 器皿放置参考

「烤盘」上层



### 做法

- 1 准备好所有食材，冷冻牛排不要拆真空袋，提前放在常温水中自然解冻；
- 2 解冻后，拆开包装，用厨房纸吸干牛排表面血水；
- 3 在牛排上撒上黑胡椒碎、海盐腌制10分钟；
- 4 烤盘表面刷一层油，将腌好的牛排摆在烤盘上，表面刷一层橄榄油；
- 5 选择对应的自动菜单，开始预热；
- 6 预热结束后，把烤盘放置于上层，关上炉门，按确认键开始烹饪；
- 7 烤制8分钟，听到提示音后，打开炉门，翻面，继续烤5分钟；
- 8 烹饪结束后取出，静置3分钟左右，切块食用，可以根据个人口味，蘸上黑椒酱一起食用。

### Tips:

- 1 提前开启对应的自动菜单，启动预热程序，可省去等待时间。
- 2 倒计时5分钟时会提醒翻面，请注意提示音。



## 香烤鳕鱼

### 材料

鳕鱼	220g
海盐	2g
食用油	10g
黑胡椒碎	3g

### 器皿放置参考

「烤盘」上层



### 做法

- 1 准备好所有食材；
- 2 鳕鱼冲洗干净，用厨房纸吸干水分，两面均匀撒上黑胡椒碎，抹上盐，腌10分钟左右，让鳕鱼更加的入味；
- 3 烤盘上刷上一层油，腌好的鳕鱼放置在烤盘上，在鳕鱼两面刷上一层薄油；
- 4 选择对应的自动菜单，开始预热；
- 5 预热结束后，把烤盘放置于上层，关上炉门，按启动键开始烹饪；
- 6 烹饪结束后，取出即可享用。

### Tips:

- 1 提前开启对应的自动菜单，启动预热程序，可省去等待时间。





## 奥尔良烤翅

### 材料

鸡翅	10个
新奥尔良腌料	25g

### 器皿放置参考

「烤盘+烘焙纸」中层



### 做法

- 1 准备好所有材料；
- 2 鸡翅洗干净，沥干水分；
- 3 将腌料加入鸡翅中，抓匀。放入冰箱腌制2小时以上，过夜更佳；
- 4 将腌好的鸡翅放入垫有烘焙纸的烤盘上（腌制剩余的汁水不要倒入，避免烤焦）；
- 5 选择对应的自动菜单，开始预热；
- 6 预热结束后，把烤盘放置于中层，关上炉门，按启动键开始烹饪；
- 7 烹饪完成后，取出即可享用。

### Tips:

- 1 提前开启对应的自动菜单，启动预热程序，可省去等待时间。
- 2 建议在烤盘中放锡纸或油纸，清洁更方便。

## 炸虾天妇罗

### 材料

面包糠	40g
色拉油	15g
虾	8只 (30g/只)
盐	1g
胡椒	1g
酒	5g
玉米淀粉	30g
蛋液	50g

### 器皿放置参考

「烤盘+烘焙纸」中层



### 做法

- 1 鲜虾去头去壳（留尾），去虾线，在虾的腹部划几刀，切断内部的筋，这样处理后的虾烤制结束后可以保持笔直；
- 2 处理好的虾调入黑胡椒粉和食盐腌制5分钟；
- 3 腌制好的虾表面裹上一层面粉，把多余的面粉抖掉；
- 4 鸡蛋搅拌均匀，把虾沾上一层全蛋液；
- 5 然后把虾的表面裹上一层面包糠（可以用手轻轻压一下，让面包糠可以更好的裹在虾的表面）；
- 6 烤盘铺上吸油纸，把准备好的虾排在垫了烘焙纸的烤盘上；
- 7 选择对应的自动菜单，开始预热；
- 8 预热结束后，把烤盘放置于中层，关上炉门，按启动键开始烹饪；
- 9 烹调结束后，根据喜好，搭配沙拉酱或者天妇罗专用蘸料即可享用。

### Tips:

- 1 提前开启对应的自动菜单，启动预热程序，可省去等待时间。
- 2 建议在烤盘中放锡纸或油纸，清洁更方便。





## 脆皮烤叉烧

### 材料

梅花肉	400g~500g
叉烧酱	25g
料酒	10g
生抽	10g
黑椒粉	1g
蜂蜜	1小勺
面包糠	50g

### 器皿放置参考

「烤盘+烘焙纸」中层



### 做法

- 1 准备好所有材料;
- 2 猪梅花肉洗干净,切成3~4cm左右厚,用牙签在肉表面扎孔,以便腌制入味。加入除了蜂蜜、面包糠以外其他调味料,用手抓拌均匀,然后包好保鲜膜,腌制2个小时以上;
- 3 腌制结束后,将梅花肉上下面均匀的刷一层蜂蜜,然后在将梅花肉表面裹上一层均匀的面包糠;
- 4 准备一个垫有烘焙纸的烤盘,把上述叉烧肉放到烤盘中央处;
- 5 选择对应的自动菜单,开始预热;
- 6 预热结束后,把烤盘放置于中层,关上炉门,按启动键开始烹饪;
- 7 烹饪完成后取出,稍放凉后切块,可以根据个人口味,蘸上酸甜酱一起食用。

### Tips:

- 1 提前开启对应的自动菜单,启动预热程序,可省去等待时间。
- 2 建议在烤盘中放锡纸或油纸,清洁更方便。



## 碳烤龙虾

### 材料

波士顿龙虾	1只(约650g)
欧芹	10g
蒜末	20g
橄榄油	40g
洋葱末	60g
马苏里拉芝士	80g
黄油	10g

### 器皿放置参考

「烤盘+烘焙纸」中层



### 做法

- 1 准备好所有材料;
- 2 将新鲜波士顿龙虾清洗干净,将龙虾一分为二,去除龙虾的虾腿和腮,再次清洗干净,将2个半只龙虾对称放在垫有烘焙纸的烤盘上;
- 3 在煎锅里放入橄榄油,将洋葱、蒜末放入锅中炒出香味,盛出,
- 4 放入欧芹拌均匀,把调好的该配料均匀的铺满龙虾面;
- 5 在煎锅里加入10g黄油,放入80g马苏里拉芝士,使其融化;
- 6 待芝士融化了均匀涂抹在龙虾的上表面;
- 7 选择对应的自动菜单,开始预热;
- 8 预热结束后,把烤盘放置于中层,关上炉门,按启动键开始烹饪;
- 9 烹饪完成后,取出即可享用。

### Tips:

- 1 提前开启对应的自动菜单,启动预热程序,可省去等待时间。
- 2 建议在烤盘中放锡纸或油纸,清洁更方便。





## 香草烤鸡

### 材料

三黄鸡	1100g
植物油	15g
罗勒叶	1g
百里香	1g
食用盐	4g
生抽	7g

### 器皿放置参考

「烤盘+烘焙纸」下层



### 做法

- 1 将鸡去头、爪、内脏后，放水里泡几分钟去血水；
- 2 加入罗勒叶、百里香、植物油、盐和生抽，用按摩的方式将这些腌料均匀的涂抹，装入保鲜袋放冰箱冷藏腌制4h（过夜更入味）；
- 3 将腌制好的鸡取出，放在垫有烘焙纸的烤盘上；
- 4 将烤盘放置于下层，关上炉门，选择对应的自动菜单，启动；
- 5 烹饪结束后，取出即可享用。

### Tips:

建议在烤盘中放锡纸或油纸，清洁更方便。

## 芦笋培根卷

### 材料

芦笋	100g
培根	100g
金针菇	50g
黑胡椒粉	1g

### 器皿放置参考

「烤盘+烘焙纸」中层



### 做法

- 1 准备好所有食材；
- 2 培根一切两段；
- 3 芦笋根部去老皮，切去老梗，洗净切段；
- 4 取一段芦笋，加入少量金针菇后，用培根将其卷起，每三个培根卷串一串，把芦笋培根卷放在铺有烘焙纸的烤盘上，然后撒上黑胡椒粉；
- 5 选择对应的自动菜单，开始预热；
- 6 预热结束后，把烤盘放置于中层，关上炉门，按启动键开始烹饪；
- 7 烹饪结束后，取出即可享用。

### Tips:

- 1 提前开启对应的自动菜单，启动预热程序，可省去等待时间。
- 2 建议在烤盘中放锡纸或油纸，清洁更方便。



## 鲜蔬鸡腿卷

### 材料

鸡腿	400g (中等大小)
胡萝卜	60g
西芹	60g
洋葱	5g
姜	5g
烧烤酱	15g
料酒	15g
胡椒粉	0.5g
盐	4g

### 器皿放置参考

「烤盘+锡箔纸」中层



### 做法

- 1 准备好所有食材；
- 2 鸡腿洗净去骨，用刀背拍松；
- 3 加盐、姜、胡椒粉、料酒腌制鸡腿肉至少20分钟；
- 4 胡萝卜、西芹、小葱切成与鸡腿肉长度一致的细长条，将腌好的鸡腿肉包入这些蔬菜；
- 5 用锡纸包好，卷紧；
- 6 烤盘铺锡纸，放鸡腿卷；
- 7 选择对应的自动菜单，开始预热；
- 8 预热结束后，把烤盘放置于中层，关上炉门，按启动键开始烹饪；
- 9 烤制23分钟，听到提示音后，打开炉门，取出，去锡纸，刷烧烤酱再继续烘烤；
- 10 烹饪结束后，取出稍微放凉后再切片食用。

### Tips:

- 1 提前开启对应的自动菜单，启动预热程序，可省去等待时间。
- 2 倒计时15分钟时会提醒翻面，请留意提示音。



## 芝士焗扇贝

### 材料

冷冻半壳扇贝	8只(约550g)
马苏里拉芝士碎	40g
淡奶油	100g
洋葱	60g
芹菜	20g
黄油	15g
橄榄油	15g
面粉	5g
盐	3g
黑胡椒碎	1.5g
水	30g

### 器皿放置参考

「烤盘」中层



### 做法

- 1 准备好所有食材；
- 2 洋葱、芹菜切成小丁；
- 3 扇贝清理干净后，用厨房纸巾吸干水分，把平底锅烧热，加入橄榄油，油热后下扇贝肉，每面煎20秒后立即盛出，填回扇贝壳中，放在垫了锡纸的烤盘上；
- 4 锅烧热后加入黄油，略融化后，放入洋葱丁炒3分钟至透明之后，然后放入芹菜丁略炒，接着倒入淡奶油翻炒均匀；
- 5 5g面粉用30g水搅拌均匀后，倒入锅中小火继续翻炒，需要不停搅拌防止结块，加热到合适的浓稠度即可关火；
- 6 煮好的酱汁放在碗中，放至微温再使用；
- 7 将煮好的奶油酱汁均匀的浇在扇贝上，再撒上芝士碎，选择对应的自动菜单，开始预热；
- 8 预热结束后，把烤盘放置于中层，关上炉门，按启动键开始烹饪；
- 9 烹饪结束后，取出即可享用。

### Tips:

提前开启对应的自动菜单，启动预热程序，可省去等待时间。





## 法式小羊排

### 材料

7骨羊排	1包 (不切开)
鲜欧芹	50g
白朗姆	20g
洋葱	30g
面包糠	80g
橄榄油	30g
淡奶油	20g
法式黄芥末	30g
盐	5g
黑胡椒粉	5g

### 器皿放置参考

「烤盘+烘焙纸」中层



### 做法

- 1 准备好所有材料；
- 2 连排7骨羊排解冻后，把羊排周边的多余肥膘剔净，欧芹和洋葱切成碎末，7骨羊排加上盐、黑胡椒粉、朗姆腌制20分钟；
- 3 洋葱碎、欧芹碎和面包糠混合，淋上橄榄油混合均匀备用；
- 4 在腌好的羊排表面先抹黄芥末酱（黄芥末酱与淡奶油混匀），再在表面均匀地蘸满混合好的面包糠混合物，然后放在垫有烘焙纸的烤盘上；
- 5 选择对应的自动菜单，开始预热；
- 6 预热结束后，把烤盘放置于中层，关上炉门，按启动键开始烹饪；
- 7 烹饪结束后，取出装盘，切块享用。

#### Tips:

- 1 提前开启对应的自动菜单，启动预热程序，可省去等待时间。
- 2 建议在烤盘中放锡纸或油纸，清洁更方便。

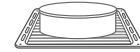
## 戚风蛋糕

### 材料

鸡蛋	4个 (约220g)
白砂糖	110g
低筋面粉	100g
牛奶	60g
玉米油	60g
玉米淀粉	10g

### 器皿放置参考

「烤盘+8寸模具」下层



### 做法

- 1 准备好所有食材；
- 2 将蛋黄与蛋清分开，将蛋黄、牛奶、植物油混合，用手动打蛋器像画圆一样进行搅拌，再筛入面粉，划一字搅拌均匀；
- 3 蛋清用打蛋器高速打出泡沫，分3次加入细砂糖和玉米淀粉，打蛋器连续搅拌使其呈现直立的尖角；
- 4 将打好的蛋白分三次加入到蛋黄糊中，用刮刀翻拌均匀（从底部向上翻拌，不要用画圆的方式，防止蛋白消泡），倒入蛋糕模具中；
- 5 选择对应的自动菜单，开始预热；
- 6 预热结束后，把蛋糕放置在烤盘上，烤盘放置于下层，关上炉门，按启动键开始烹饪。

#### Tips:

提前开启对应的自动菜单，启动预热程序，可省去等待时间。







## 芝士蛋糕

### 材料

#### 主料

黄油	40g
全麦酥性消化饼干	80g
奶油奶酪	250g
细砂糖	80g
鸡蛋液	60g
柠檬汁	10g
玉米淀粉	15g
淡奶油	80g

#### 花纹

黑巧克力	10g
淡奶油	10g

### 器皿放置参考

「烤盘+蛋糕模具+锡箔纸」下层



### 做法

- 1 准备一个6寸的活底蛋糕模，剪裁出相应大小的油纸，粘好在底部；
- 2 在模具四周涂上一层薄薄的黄油与面粉；
- 3 将黄油隔热水融化，将全麦饼干放入密封袋中，用擀面杖碾碎后，加入黄油液中混合均匀；
- 4 把混有黄油的饼干碎倒入模具中，用勺子压平实，放入冰箱中冷藏30分钟左右；
- 5 将奶油奶酪常温软化后与细砂糖放入大碗中，隔温水用手动打蛋器搅拌至顺滑无颗粒；
- 6 将鸡蛋液分3次加入芝士糊中搅拌均匀；
- 7 把柠檬汁、玉米淀粉、淡奶油分别加入到芝士糊中搅拌均匀，每加一样材料，要先搅拌均匀再放下一样；
- 8 将蛋糕糊倒入铺了饼底的蛋糕模具中，模具外包上2层锡箔纸；
- 9 黑巧克力隔70℃热水融化后，与淡奶油拌匀，装入裱花袋，在蛋糕糊上挤几行直线；
- 10 用牙签在蛋糕糊表面勾出花纹；
- 11 将蛋糕模放入深烤盘，在烤盘里倒入热水，高约2cm；
- 12 选择对应的自动菜单，开始预热；
- 13 预热结束后，把蛋糕模放置在烤盘中，加入热水1cm深，放烤盘放置于下层，关上炉门，按启动键开始烹饪；
- 14 烤好的蛋糕取出，常温冷却后，表面包好保鲜膜，放入冰箱冷藏4小时再脱模切件食用。

### Tips:

提前开启对应的自动菜单，启动预热程序，可省去等待时间。





## 葡式蛋挞

### 材料

冷冻蛋挞皮	12个
纯牛奶	270g
细砂糖	45g
鸡蛋	3个 (约150g)
奶油	90g

### 器皿放置参考

「烤盘」下层



### 做法

- 1 准备好所有食材；
- 2 挞皮放在烤盘里解冻20分钟；
- 3 细砂糖加入到鸡蛋液中搅拌均匀至溶化；
- 4 加入牛奶、奶油搅拌均匀；
- 5 过筛制成挞水备用；
- 6 将过筛的挞水装入挞皮中，装到九分满；
- 7 选择对应的自动菜单，开始预热；
- 8 预热结束后，把烤盘放置于下层，关上炉门，按启动键开始烹饪；
- 9 烹饪完成后，取出即可享用。

### Tips:

提前开启对应的自动菜单，启动预热程序，可省去等待时间。

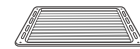
## 牛角面包

### 材料

高筋面粉	300g
细砂糖	50g
蛋液	30g
牛奶	120g
淡奶油	40g
酵母	4g
盐	2g
黄油	20g
蛋液 (刷面)	20g

### 器皿放置参考

「烤盘+烘焙纸」中层



### 做法

- 1 现将 (主料) 除黄油以外的所有材料放入面包桶，启动和面功能，
- 2 搅拌均匀后，再加入黄油，继续和面直至可以拉成薄膜状 (可以重复启动一次和面功能，)；
- 3 放温暖处基础发酵到两倍大；  
取出排气，平均分成9份滚圆，盖保鲜膜在室温下放置10分钟；  
将9份面团分别用擀面杖擀成泪滴形，再卷起来成型；
- 4 成型后的面团放入铺有烘焙纸的烤盘里，放温暖处发酵至两倍大，  
表面刷蛋液；  
选择对应的自动菜单，开始预热；
- 5 预热结束后，把烤盘放置于中层，关上炉门，按启动键开始烹饪；  
烹饪结束后，取出即可享用。

### Tips:

- 1 提前开启对应的自动菜单，启动预热程序，可省去等待时间。
- 2 建议在烤盘中放锡纸或油纸，清洁更方便。





## 蔓越莓饼干

### 材料

低筋面粉	170g
蔓越莓干	50g
奶粉	9g
黄油	125g
全蛋液	25g
糖粉	70g

### 器皿放置参考

「蒸盘+烘焙纸」中层



### 做法

- 1 准备好所有食材，室温软化黄油；
- 2 蔓越莓干切碎；
- 3 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；
- 4 蛋液分3次加入黄油中，每一次与黄油搅拌均匀后，再加入下一次；
- 5 接着加入蔓越莓干搅拌均匀，再加入过筛的面粉、奶粉，用刮刀切拌成没有干粉的面糊；
- 6 面糊放在保鲜膜上，放入饼干模具中整好型，倒出放入冰箱冷冻1小时左右；
- 7 取出冷冻好的饼干，切成约5mm厚的片状，如果饼干冻得太硬，可以常温回温一会儿再切；
- 8 切好的饼干有间距地铺在垫有烘焙纸的蒸盘上，选择对应的自动菜单，开始预热；
- 9 预热结束后，把蒸盘放置于中层，关上炉门，按启动键开始烹饪；
- 10 烹饪结束后，取出即可享用。

### Tips:

提前开启对应的自动菜单，启动预热程序，可省去等待时间。



## 杏仁瓦片酥

### 材料

低筋面粉	30g
杏仁片	100g
黄油	15g
蛋清	100g
白砂糖	80g

### 器皿放置参考

「蒸盘+烘焙纸」中层



### 做法

- 1 将所有食材准备好，室温软化黄油，将蛋清和蛋黄分离；
- 2 将蛋清和砂糖隔水搅拌至砂糖融化；
- 3 将室温软化好的黄油加入蛋清液中拌匀备用；
- 4 将杏仁片放入烤箱中，选择烘烤功能150℃，烘烤3-4分钟，烤至表面轻微上色，取出备用；
- 5 将过筛好的低筋面粉和杏仁片加入混合蛋液中拌匀；
- 6 用勺子将拌好的面糊，每5g一个，勺入铺有烘焙纸的蒸盘中，摊平成5厘米X5厘米面积的方形；
- 7 选择对应的自动菜单，开始预热；
- 8 预热结束后，把蒸盘放置于中层，关上炉门，按启动键开始烹饪；
- 9 烘焙完成，将食物取出即可。

### Tips:

提前开启对应的自动菜单，启动预热程序，可省去等待时间。





## 培根虾仁披萨

### 材料

#### 披萨饼皮

高粉	150g
低粉	60g
砂糖	15g
酵母	3g
食用油	15g
盐	5g
温水	115g

#### 披萨馅料

培根	2片
大虾仁	6只
青椒	50g
洋葱	50g
披萨酱	15g
小番茄	2个
马苏里拉芝士	60g

### 器皿放置参考

「烤盘+烘焙纸」中层



### 做法

- 1 准备好所有食材；
- 2 将披萨饼皮里的所有原料揉成光滑的面团，直到扩展阶段，能拉出大片薄膜，盖上保鲜膜，放置温暖处发酵至两倍大；
- 3 青椒和洋葱切丝，小番茄和培根切成片；
- 4 发好的面团放到揉面垫上充分揉匀；
- 5 用保鲜膜盖着静置10分钟；
- 6 把面团擀成23厘米左右的饼皮；
- 7 烤盘上铺上烘焙纸，把擀好的饼皮铺上，平铺后对饼皮边缘进行整理一下，用叉子在面皮上戳出小孔，然后均匀的刷满披萨酱；
- 8 撒一层马苏里拉芝士约20g；铺上蔬菜，再撒一层芝士20g，再放上培根和虾仁，最后放上一层芝士20g；
- 9 选择对应的自动菜单，开始预热；
- 10 预热结束后，把烤盘放置于中层，关上炉门，按启动键开始烹饪；
- 11 烹饪结束后，取出即可享用。

### Tips:

提前开启对应的自动菜单，启动预热程序，可省去等待时间。

## 裸麦橄榄面包

### 材料

裸麦粉	100g
高筋面粉	200g
盐	4g
酵母	4g
砂糖	10g
水	180g
黄油	10g

### 器皿放置参考

「烤盘+烘焙纸」中层



### 做法

- 1 准备好所有材料；
- 2 将所有材料（除黄油）揉至光滑有弹性，加入黄油揉至拉开面膜即可，室温28℃发酵50分钟；
- 3 将面团分割成250g一个滚圆松弛10分钟；
- 4 整形成橄榄型，放在垫了烘焙纸的烤盘上；
- 5 以温度28℃发酵40分钟左右，发酵至2倍大；
- 6 表面撒粉，在表面划上花刀（深度要求8毫米，花式不限）；
- 7 选择对应的自动菜单，开始预热；
- 8 预热结束后，把烤盘放置于中层，关上炉门，按启动键开始烹饪；
- 9 烹饪结束后，取出即可享用。

### Tips:

提前开启对应的自动菜单，启动预热程序，可省去等待时间。



**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