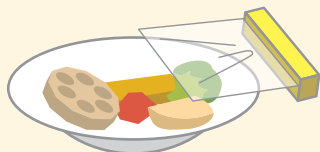




# あいーとのお召し上がり方

## 電子レンジの場合

- 1 冷凍のまま耐熱容器に移し替えラップを軽くかけます。



移し替えずに温める場合はフタを少し開封してください。



※トレーのまま温める場合は温まりやすいので、加熱時間を加減してください。

- 2 レンジ200W(推奨)で加熱します。

各商品の加熱時間は商品により異なります。詳しくは裏面をご確認ください。

弱(200W)モードがない場合は、「解凍」「生もの解凍」「ゆっくり加熱」モードなどで温めてください。

解凍

生もの解凍

ゆっくり加熱

- 「レンジ」などと表示されたボタンを続けて押すと出力設定が切り替わります。
- 食材が壊れやすいので、弱い加熱でゆっくり温めてください。



- 3 できあがり

※十分に温まらない場合は、適宜時間を延長してください。

## 蒸し器の場合

- 1 蒸し器をあらかじめ80℃に温めておきます。



- 2 冷凍のまま耐熱容器に移し替えラップを軽くかけます。



移し替えずに温める場合はフタを開封せずに温めてください。



- 3 加熱します。

温め時間の目安

蒸し器 20分



- 4 できあがり

※十分に温まらない場合は、適宜時間を延長してください。

スチームコンベクションで温める場合はスチーム100%・80℃で30分温めてください。