

LITHON × pukupuku



お客様サービスセンター

TEL : **06-6789-1199** [月～金 (祝日除く) 10 時～16 時]

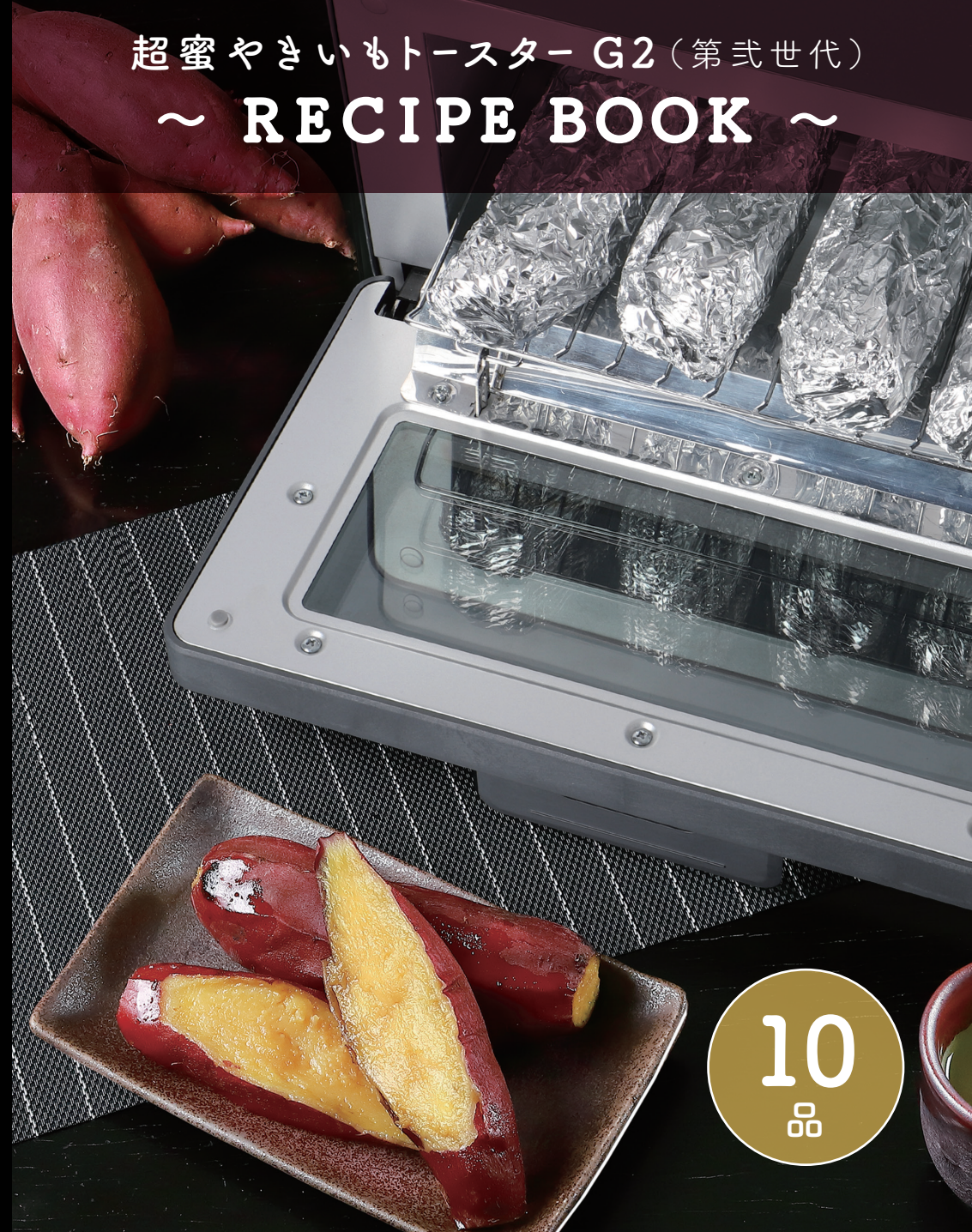
E-mail : ホームページアドレス <http://www.lithon.co.jp/contact-common>

販売元 ライソン株式会社 〒577-0034 大阪府東大阪市御厨南 2-1-33

LITHON × pukupuku

超蜜やきいもトースター G2 (第貳世代)

～ **RECIPE BOOK** ～



10
品



やさいも好きの、
やさいも好きによる、
やさいも好きのためのトースター

CONTENTS

- 5. 『操作タッチボタン』の説明
- 6. 『ディスプレイ』の表示
- 7. 『セルフセッティング』設定について
- 7. レシピについて

8. 超蜜やきいも

10. 焼き芋

- 12. 焼き干し芋
- 13. 焼き芋ケーキ
- 14. 焼き芋カレー

できた焼き芋を使ったアレンジレシピ

- 15. 冷やし焼き芋
- 16. 焼き芋で自家製干し芋
- 17. 焼き芋ボール
- 18. 焼き芋クリーム
- 19. 焼き芋のアイス

『操作タッチボタン』の説明



操作 タ ッ チ ボ タ ン	 (長押し)	『電源ボタン』 長押しすると点灯し、本体の電源が入ります。 加熱中に押すと、調理を中止します。
	メニュー	『メニューボタン』 メニューを選択する時に押します。押すごとに、「E1:トースト」→「E2:冷凍食パン」 →「E3:ロールパン」→「E4:超蜜やきいも」…の順に変わります。 「E1」「E2」「E3」は『+/-ボタン』で時間を調節できます。 「E1:トースト」…初期設定 3分 (温度調節 不可、時間調節 可) 「E2:冷凍食パン」…初期設定 5分 (温度調節 不可、時間調節 可) 「E3:ロールパン」…初期設定 4分 (温度調節 不可、時間調節 可) 「E4:超蜜やきいも」…150分 (温度・時間共に 固定) 「E1～E3」の時間設定範囲: 最長 20分、最短 30秒 (1回押しで10秒単位、長押しで30秒単位)
	スタート ストップ	『スタート/ストップボタン』 調理設定を終え、加熱を開始する時に押します。 もう一度押すと一時停止します。
	セルフ セッティング (温度/時間)	『セルフセッティングボタン』 温度・時間を2段階で設定できます。『+/-ボタン』でそれぞれ調節できます。 温度設定範囲: 60～250℃ (1回押しで5℃単位、長押しで10℃単位) 時間設定範囲: ステージ1・2のトータルで120分まで (1回押しで1分単位、長押しで10分単位) 詳細は『取扱説明書 P.10～11 の【ご使用方法② 調理方法】(4.セルフセッティング) から設定』を参照
	+ -	『+(プラス)ボタン』 押すごとに、温度は上がり、時間は進みます。 『-(マイナス)ボタン』 押すごとに、温度は下がり、時間が戻ります。

『ディスプレイ』の表示

各設定時の表示

□メニュー設定

「≡1：トースト」→「≡2：冷凍食パン」→「≡3：ロー
ルパン」→「≡4：超蜜やきいも」

～表示例～



「≡1：トースト」の場合、左記の
表示になります。

□セルフセッティング設定

ステージ1の温度→ステージ1の時間→ステージ2の温度→ステージ2の時間

～表示例①～



ステージ1の温度が160℃の
場合、左記の表示になります。

左端はステージ1の表示で点滅

～表示例②～



ステージ1の時間が70分
の場合、左記の表示になります。

左端はステージ1の表示で点滅、「:」が点灯

～表示例③～



ステージ2の温度が80℃の
場合、左記の表示になります。

左端はステージ2の表示で点滅

～表示例④～



ステージ2の時間が50分
の場合、左記の表示になります。

左端はステージ2の表示で点滅、「:」が点灯

運転時の表示

●加熱中（メニュー≡1～3）

設定した時間から秒単位でカウン
トダウン。

左側2ケタ「分」、右側2ケタ「秒」
「:」点滅

～表示例～



・残り
10分59秒

点滅

●加熱中（メニュー≡4）

150分から分単位でカウントダウン。
100分を切ると秒単位。

左側3ケタ「分」、右端1ケタ「超蜜
やきいも」モードの目印

～表示例～



・開始直後
残り150分



・残り
99分59秒

●加熱中（セルフセッティング）

設定した時間から分単位でカウン
トダウン。10分を切ると秒単位。

左端1ケタ「ステージ(1or2)」点滅
「:」点滅

～表示例～



・ステージ1
・残り57分



・ステージ1
・残り9分59秒



・ステージ2
・残り60分



・ステージ2
・残り9分59秒

●エラー

※以下の表示が出た際はただちに使用を中止して、
弊社「お客様サービスセンター」にご相談ください。



温度過昇の際に表示



温度が上昇しない際に表示
(ヒーター断線)

『セルフセッティング』設定について

温度と時間を2段階で調節することができる『セルフセッティング』設定があります。

この設定は焼き芋をよりおいしく焼くことを極めたい人のための仕様です。

焼き加減を調節し、お好みの焼き芋を研究してください。(取扱説明書のP.15の設定を記録できる
【焼き芋MEMO】をご活用ください。) また同じ温度設定でステージ1で予熱、ステージ2から
調理といった予熱温度の管理としても活用できます。

調理の終了音について

調理が終了したら、「ピッピッピッ」と終了のお知らせ音が
鳴ります。

※ステージ1から2に切り替わる際に音は鳴りません。

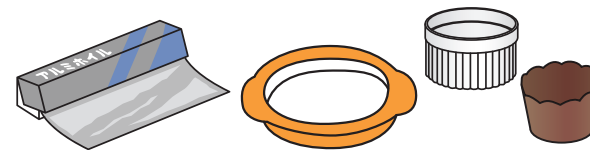


レシピについて

- ・材料・道具や皿・調理時間・温度はあくまで目安です。焼き加減などはお好みで調節してください。
- ・焼き時間などは材料の大きさ、分量によって異なるので途中様子を見ながら竹串などで刺して確認してください。
- ・焼き芋が温かいうちに調味(砂糖や塩など)をかけると、より味が馴染みやすくなります。砂糖の分量はサツマイモ自体の甘さによって変わってきます。甘い品種だったら多少控えめでも◎。
- ・サツマイモの品種によって、ホクホク系・ねっとり系・しっとり系の違いから水分量が大幅変わってきます。同じレシピでも仕上がりが変わるので、そういった部分も含め楽しんで作っていただければと思います。
- ・焼き目がついたのに中心まで火が通ってない場合は焼きあがってから蓋をしたまま庫内で5～10分程放置(余熱調理)するのがおすすめです。
- ・サツマイモを切ってから皮付きで調理する場合は、3分ほど水にさらすとアクがぬけ、仕上がりがよくなります。※長く浸けると水溶性のビタミンCが流出してしまうので注意してください。(10分以上はNG)

使用する道具

- ・アルミホイル
- ・耐熱皿(グラタン皿、ココットなど)
- ・ベーキングカップ
など



焼き芋にプラスするだけでワンランクアップする組み合わせ

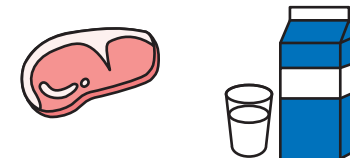
- ・アイスクリームをのせて、冷んやりあったかスイーツに
- ・小豆をのせて焼き芋ぜんざいに



サツマイモに合う食材

- ・乳製品(牛乳、チーズ、ヨーグルト、バターなど)
- ・スパイス(シナモンやナツメグ、ジンジャーなど)
- ・果物(りんご、レモン、レーズンなど)
- ・肉(豚肉など)
- ・和の素材(味噌、きな粉、ごま、小豆、抹茶など)

そのまま食べるだけでなく、お料理やお菓子作りでもバッチリ決めてくれる、無限の可能性を秘めたサツマイモでお好みのレシピを見つけてみてください♪



超蜜やきいも

材料 ・サツマイモ(熟成された「べにはるか」がベスト)

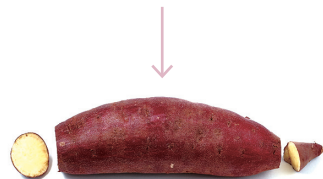
準備

※収穫されたばかりのいもで作ると美味しく焼けない。

①サツマイモ(熟成された「べにはるか」)を用意する。
※超蜜やきいもをつくるには、熟成された「べにはるか」が一番最適。

熟成していない場合は、土付きで冷暗所(10~15℃)に1ヶ月保管する。

スーパーで買ったサツマイモでも熟成は可能だが、スーパーで販売されているサツマイモのほとんどは一度洗われているため、難易度は高い。



②端を1cm切り落とす。
傷んでいるところや芽も取り除く。
(Sサイズの方が蜜が出やすい。)



③サツマイモを洗う。



④上の画像のようなサツマイモより大きなサイズのアルミホイルを用意する。
アルミホイルは贅沢に使う。
中央より手前にサツマイモを置く。



⑤サツマイモを包み込むようにアルミホイルを巻いていく。
アルミホイルとサツマイモは密着させずにふんわりと巻いていく。



⑥巻ききったら、左右のアルミホイルを折り曲げる。



⑦アルミホイルが開かないように芋の形に合わせます。



⑧アルミホイルの上から水をかけてしみ込ませます。

作り方

①トースター庫内の焼き網の上にアルミホイルを敷き、アルミホイルで包んだ芋が重ならないように詰めていきます。
※庫内のヒーターに接触した状態にならないようご注意ください。



②ガラス扉を閉め、「≡4：超蜜やきいも」に設定して加熱を開始する。

焼き終わってからすぐに庫内から出さず、そのままおいておくと、よりたっぷり蜜が出る。



≡4：超蜜やきいも



③やきいもを取り出し、アルミホイルを外したら超蜜やきいも完成。



焼き芋

材料 ・ サツマイモ

準備

- ・ サツマイモを水洗いする。
- ・ 両端はギリギリの部分で切り落とす。その他気になるところがあれば包丁で剥いておく。

作り方

【ねっとり系サツマイモの美味しい焼き方】
(安納芋など)

- ①洗ったイモに水を含ませ、アルミホイルを巻く。
- ②焼き網の上にアルミホイルを敷き、イモをのせて焼く。
1st 180℃ 0分
2nd 180℃ 90分
- ③焼き上がり後、30分以上庫内放置するとより甘みが出ます。

●ねっとり系のサツマイモ



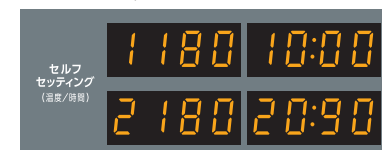
ステージ 1 180℃ 0分 (調理設定なし)
ステージ 2 180℃ 90分

作り方

【しっとり系のサツマイモの美味しい焼き方】
(シルクスイートなど)

- ①洗ったイモに水を含ませる。
 - ②焼き網の上にアルミホイルを敷き、アルミホイルに包まずサツマイモを焼く。
1st 180℃ 0分
2nd 180℃ 90分
 - ③お好みで焼き上がり後、20～30分庫内放置するとより甘みが出ます。
- ★シルクスイートは、超蜜やきいもモードでの焼き方でも美味しく焼き上がります。

●しっとり系のサツマイモ



ステージ 1 180℃ 0分 (調理設定なし)
ステージ 2 180℃ 90分

【ホクホク系のサツマイモの美味しい焼き方】
(べにあずま、鳴門金時など)

- ①お好みで、塩水に20分漬ける。
- ②焼き網の上にアルミホイルを敷き、アルミホイルに包まずサツマイモを入れて焼く。
1st 180℃ 60分
2nd 240℃ 3分

●ホクホク系のサツマイモ



ステージ 1 180℃ 60分
ステージ 2 240℃ 3分





焼き芋ケーキ

材料(6個分)

- ・焼き芋ペースト … 150 g
(皮はむいて、裏ごし又はマッシュしてなめらかにしておく)
- ・牛乳 or 豆乳 … 60 g ・トッピング用
- ・砂糖 … 25 g 切った焼き芋 … 50～100g程
- ・卵 … 1個 のせたい分お好きなだけ
- ・小麦粉 … 15 g (底にグロッと入れても○)

セルフ セッティング (温度/時間)	1180	10:15
	2180	20:30
ステージ 1	180℃	15～20 分 (予熱時間)
ステージ 2	180℃	30 分

準備

- ・ココットを6個用意する。(又はパウンド型でも可)
- ・焼き芋ペースト 150 g を用意する。
- ・小麦粉は振るっておく。(ダマになるのを防ぐ)
- ・卵を常温に出しておく。(30 分くらい)
- ・180℃で15～20分予熱しておく。
- ・ココットに油を塗っておく。
- ※カップケーキにする場合はプリンカップ
又はココットの中にベーキングカップを
敷いておく。

作り方

- ① ボウルに卵を割り入れ、泡立て器でほぐし、砂糖を加え、もったりするまで混ぜる。
- ② 牛乳又は豆乳を加え、混ぜる。
- ③ 焼き芋ペーストを別のボウルに用意し、そこへ少しずつ①②を合わせたボウルの液を流し込み混ぜていく。
- ④ 振った小麦粉を加え、さっくり混ぜたら型に流し込み、上に切った焼き芋をのせて180℃で予熱した『超蜜やきいもトースター』で、30 分焼く。
(型によって異なるので竹串を刺して生地がついてこなければOK)
- ⑤ 焼けたら取り出し、粗熱がとれたら型から外す。(冷蔵庫で冷やして翌日食べても美味しくなる)

焼き干し芋

材料

- ・干し芋 … お好きなだけ
(P.16 の『焼き芋で自家製干し芋』の作り方を参照)

メニュー

3202:00

三2：冷凍食パン 2～3 分

作り方

- ① 干し芋を『超蜜やきいもトースター』で焼くだけ。
「三2：冷凍食パン」で2～3分くらい軽くあぶればソフトな食感が楽しめる。
※ヨーグルトのトッピングにも。
焼き菓子里にドライフルーツ感覚で混ぜても美味しい。



焼き芋カレー

材料

- ・ カレー
- ・ ごはん又はパン(食パン、バゲットがおすすめ)
- ・ 焼き芋 … お好きなだけ
- ・ チーズ … お好きなだけ
- ・ 油(バター、オリーブオイル、米油など好みのもの)

作り方

- ① 耐熱皿に油を薄く伸ばしておく。
- ② そこへごはん又はパンを敷いて、その上にカレー、焼き芋、チーズを重ねて210℃で 10 分前後焼く。
- ③ チーズがこんがりしてきたら完成。

※シチュエーションもそのまま応用可



セルフセッティング (温度/時間)
ステージ 1 210℃ 0 分 (調理設定なし)
ステージ 2 210℃ 10 分



できた焼き芋を使った アレンジレシピ



冷やし焼き芋

材料

- ・ 焼き芋

作り方

- 冷やしてすぐ食べる場合は粗熱がとれてからアルミホイルのままお皿などに置いて、ラップをして冷蔵庫で冷やす。
- 長期保存する場合は、粗熱がとれてからアルミホイルを剥がして、保存用ポリ袋に空気をなるべく抜いて入れる。冷凍の場合は 1 ヶ月、冷蔵の場合は 2~3 日中に食べる。冷凍の場合は、自然解凍して半解凍状態にすると食べやすくなる。

※冷凍後は自然解凍してから食べると、レジスタントスターチ(消化されにくいデンプン)が含まれているので、お通じにも良い。





焼き芋で自家製干し芋

材料

・焼き芋

作り方

※できれば1週間くらいかけて、晴れ間が出る時期を狙って作るのが望ましい。

- ① 焼き芋をお好みのサイズに切る。(皮なしにする場合は最初に皮をむく。)
- ② 干し野菜用のネット又はザルに広げて並べる。
- ③ 日の当たる場所に干す。
- ④ 半日したら裏返す。夜は露にあたるので、室内に入れる。
- ⑤ ④の工程を3〜4日繰り返す。
※雨が降ったら屋内に入れる。濡れるとカビが生える原因になる。
- ⑥ ソフトな干し芋が好きの方は3〜4日くらい。かためが好きの方は7〜10日くらい。
- ⑦ 取り込んだら食べ切るか、ファスナー付き食品保存用ポリ袋などで密閉し、冷蔵庫又は冷凍庫保存。

焼き芋ボール

材料(12個分)

- ・焼き芋(皮はむいておく) … 200g
- ・砂糖 … 20g(蜂蜜を使う場合は5g減)
- ・塩 … ひとつまみ

〈アレンジ〉

きな粉、ココア、すりごま、ココナッツ、抹茶パウダーなどをまぶして味を変えてアレンジしても◎。

作り方

- ① 皮をむいた焼き芋をつぶしてなめらかにする。(よりなめらかにしたい方は裏ごしする。)
- ② なめらかになったら砂糖、塩ひとつまみを加えて均一に混ぜる。
- ③ 一口大くらいに丸めて完成。

●ポイント

- ・焼き芋はなるべく冷めないうちに調理する。(味が馴染みやすくなる。)





焼き芋クリーム

材料

- ・焼き芋ペースト … 100g
- ・牛乳(又は豆乳) … 50cc
- ・砂糖 … 20g

(お好みで仕上げにバニラエッセンス 2〜3 滴。シナモンを効かせても○)

作り方

- ① 焼き芋ペーストを用意する。
- ② 鍋に焼き芋ペーストを入れ、少しずつ牛乳を混ぜながら加える。
※サツマイモの水分にもよるのでやや固めになるよう牛乳の分量を調整する。
- ③ ②の鍋に砂糖を加えたら中火にかけ、木ベラで混ぜ続ける。 ※沸騰させないように注意。
- ④ 砂糖が溶け、とろっと好みの固さになったら完成。

《アレンジ》

パンにのせたり、パンケーキのソースにしたり、スコーンなどのシンプルな焼き菓子とも合う。
牛乳の量を2倍(100cc〜200cc)にし、お好みで加えて、火にかけずに冷やせば、濃厚なお芋のドリンクもつくれます。

焼き芋アイス

材料

- ・焼き芋ペースト … 100 g
- (皮はむいて、裏ごし又はマッシュしてなめらかにしておく)
- ・生クリーム … 100 g (なければ牛乳、豆乳、ココナッツミルクでも可)
- ・砂糖 … 30 g

作り方

- ① 焼き芋ペーストに、生クリーム、砂糖を加え、泡立て器でよく混ぜる。
(空気を入れるように混ぜると口当たりが軽くなる)
- ※芋の種類によって甘さの加減が変わるので、冷やす前にここで味見。
(ちょっと甘すぎるくらいがアイスにするとちょうどよくなる)
- 足りないようだったら、甘さを加えて調整。
仕上げに蜂蜜などをかけて食べても美味しい。
- ② 冷凍可の容器に流し入れ、2時間ほど冷凍し、一度取り出して、フォークでふわっと混ぜる。
- ③ もう一度2時間冷凍し、繰り返すとよりなめらかになる。
- ④ 食べる前に少し冷凍庫から出す。すくえるくらいの固さになったら盛り付けて完成。

