

扫描二维码
关注松下服务官方微信平台



在线人工客服
一键报修报装
服务进度查询
获取新品咨询

执行标准:
GB 4706.1-2005
GB 4706.14-2008



本使用说明书中的图片均以NF-M1-W为例。

非常感谢您购买Panasonic的产品

- 本产品只限于家庭使用。
- 使用产品前, 请仔细阅读本使用说明书, 以确保正确安全使用本产品。
- 特别要留意【安全注意事项】(第2~4页)。
- 请妥善保管本使用说明书, 以便日后查阅。

保留备用

内含保修证

Panasonic®

使用说明书

家庭用 多功能电热盘

型号: NF-M1-W
NF-M1-N
NF-M1-R
NF-M1-S

目次

页码

安全注意事项	2~4
使用注意事项	5
零件名称	6

使用前

准备

● 推荐用锅	7
● 烹调前	8
开始烹调	8~9
● 定时设置	10
清洁保养	11
食谱	12~19

使用方法

出现问题时	20
当出现这样的显示时	21
规格	21
保修证	封底

困惑时

该使用说明书的最终解释权归本公司所有

安全注意事项

请务必遵守!

为防止造成人身伤害、财产损失，请务必遵守以下安全注意事项。

■因错误操作所产生的危害及损坏程度，如下区分说明。



警告

表示如不避免，则可能导致死亡或严重伤害的某种潜在危害情况。



注意

表示如不避免，则可能导致轻微或中度伤害的某种潜在危害情况。



为避免火灾、爆炸、烫伤、受伤、触电等.....

■请注意避免以下操作。



- 请勿淋水、直接用水清洗或把产品浸在水中。

(以免导致触电或因短路导致火灾。)
→如水进入产品内，请联络Panasonic认定维修店。

- 请勿将产品用于使用说明书载以外的任何用途。

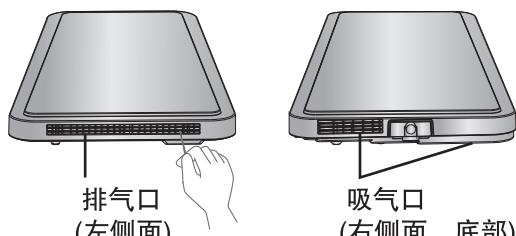
(否则可能会导致火灾、烧伤、受伤或触电。)
· 对于使用不当或未能遵守使用说明书而导致的情况，Panasonic 将不承担任何责任。

- 请勿自行更改、拆解或修理产品。

(以免导致火灾、触电或受伤。)
→如需修理，请与Panasonic认定维修店联系咨询。

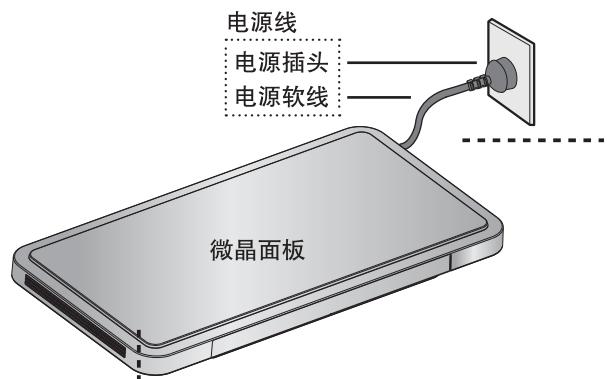
- 请勿在吸气口、排气口或缝隙间插入任何物件。

· 特别是针及其他金属物件。
(以免导致触电或异常动作。)



- 请勿将产品放置于孩童能触碰到的位置。

(以免导致烫伤、受伤或触电。)



■微晶面板



- 请勿对微晶面板造成冲击（重物掉落、放置重物等）。
(以免导致触电或故障。)

- 请勿将专用烤盘·锅以外的物品放置在微晶面板上。

→特别是注意以下物品：

- 金属物件，如刀、叉、勺、专用烤盘的盖子等。
- 罐头、暖水壶等密封物品。
- 低耐温材质的玻璃、陶瓷器具，如：果盘、碗碟等。

(以免因误加热而导致起火、爆炸或烫伤。)

- 请勿将纸、布、塑料等易燃物品垫在微晶面板上加热。

(以免高温导致起火。)



- 如果该表面有裂纹，关掉器具以避免可能出现的电击。
(以免导致触电。)

■希望遵守的内容分类，用如下图标来区分说明。



此符号表示不能进行，即“禁止”的内容。



此符号表示务必执行，即“强制”的内容。

■电源・电源线



- 如电源线已损坏或电源插座与电源插头的接口松脱，请勿使用产品。
(以免导致触电或因短路导致火灾。)
→如果电源线损坏，必须用从Panasonic认定维修店购买的专用组件更换。

● 请勿损坏电源线。

- 绝对禁止进行以下操作：
损伤、加工、使其接触或靠近高温部、强行弯曲、扭转、拉拔、挂在角上、在其上放置重物、扎成束、夹入、拉动电源线移动。
(以免因电源线破损而触电，或因短路导致火灾。)

● 请勿以湿手插入或拔掉电源插头。

- 接触电源插头或产品前请务必确保手是干燥的。
(以免导致触电或受伤。)

● 请勿将水或其它液体溅到电源插头上。

- (以免导致触电或因短路导致火灾)



- 务必要将电源插头切实插到底。
(以免导致冒烟、火灾或触电。)

● 务必要单独使用规格为220 V/10 A的交流电的电源插座。

- (以免与其他电器并用，因发热而引起火灾。)
· 务必使用规格至少为10 A的接线板。

● 本产品应使用单向两极带接地的电源插座，并保证其可靠接地。未安装接地装置，可能会引起箱体等其他金属部件带有感应静电。

- (以免发生故障或漏电时有触电的危险。)

● 定期清洁电源插头。

- (以免电源插头因湿气及外物积聚而导致绝缘不良，从而引起火灾。)

→拔掉电源插头然后使用干布擦拭。

■使用



- 烹调油炸、炒菜、烧烤等料理时，请勿中途离开。
(以免导致火灾。)

● 请勿在放有锅具时搬动本体。

- (以免导致受伤或锅具损坏。)



- 本产品不适合供下列人士(包括孩童)使用：身体官能或心智能力退化者，或是经验与使用知识缺乏者，除非有负责他们安全的人员在旁监督或指导，方可使用。请注意避免让孩童戏玩本产品。
(以免导致烧伤、受伤或触电。)

● 加热液体时，请减小火力并不时地加以搅拌。

- 加热汤、咖喱等时请特别注意。
(以免突然沸腾，液体溅出，导致烫伤。)

● 发生异常或故障时，请立即停止使用并拔掉电源插头。

- (以免导致冒烟、火灾或触电。)

异常・故障例

- 电源插头及电源软线异常发热。
 - 电源线已损坏或碰到电源线后发生间歇性断电。
 - 本体变形或异常发热。
 - 本体冒烟或发出焦味。
 - 本体破裂、松动或发出异响。
 - 触摸本体时有酥麻的电流感觉。
- 请立即与Panasonic认定维修店联系，咨询检查及修理事宜。

安全注意事项

请务必遵守!

！注意

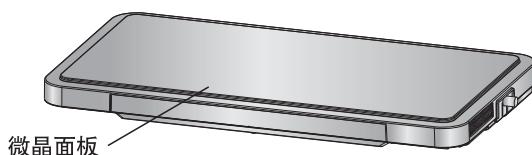
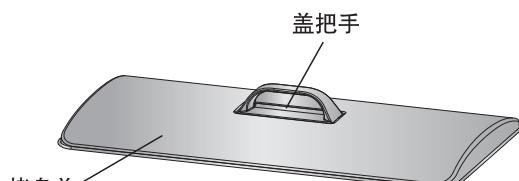


为避免火灾、爆炸、烫伤、受伤、触电等.....

■ 使用



- 使用中或烹调刚结束时，下列部位温度很高，请勿触摸。
 - 微晶面板、专用烤盘、锅、排气口等。
(以免导致烫伤。)
- 请勿空烧或过度加热。
(以免导致烫伤或烤盘涂层损坏。)
- 请勿将本产品外接定时器或在独立的遥控控制系统的方式下运行。
(以免发生火灾。)
- 请勿在下记地方使用本产品。
 - 靠近热源或高湿环境中。
(以免导致触电、漏电或火灾。)
 - 不平稳的台面或不耐热的垫子上。
(以免导致受伤、烫伤或火灾。)
 - 靠近墙壁或家具等处。
(以免导致家具等变色、变形及破损。)
 - 铝板或电子垫子上。
(铝质材料可能会产生热量并导致冒烟或火灾。)
- 请等到本体充分冷却后再进行清洗。
(以免导致烫伤。)



■ 使用专用烤盘时



- 打开烤盘盖时，请勿接触蒸汽。
(以免烫伤。)
- 盖把手松动时，请重新拧紧后再使用。
(以免烫伤。)

■ 烹调油炸料理时



- 请勿使用其他设备加热过的油。
 - 请务必使用常温（室温）油。
(以免油温过高，导致火灾。)
- 请勿将脸靠近。
(以免导致烫伤。)
- 烹调油炸料理时，油的使用量请勿低于800 g (0.9 L)。
(以免油温过高，导致火灾。)
- 若大量冒烟，请立即拔掉电源插头。
(以免导致火灾。)
- 小心油烧热后飞溅。
(以免导致烫伤。)

■ 电源・电源线



- 拔掉电源插头时，请确保握住插头本身。
(以免导致触电，或因短路引起火灾。)
- 不使用时，切记关闭电源并拔下电源插头。
(以免导致烫伤、受伤或因绝缘老化而引起触电、漏电、火灾。)

使用注意事项

关于本体

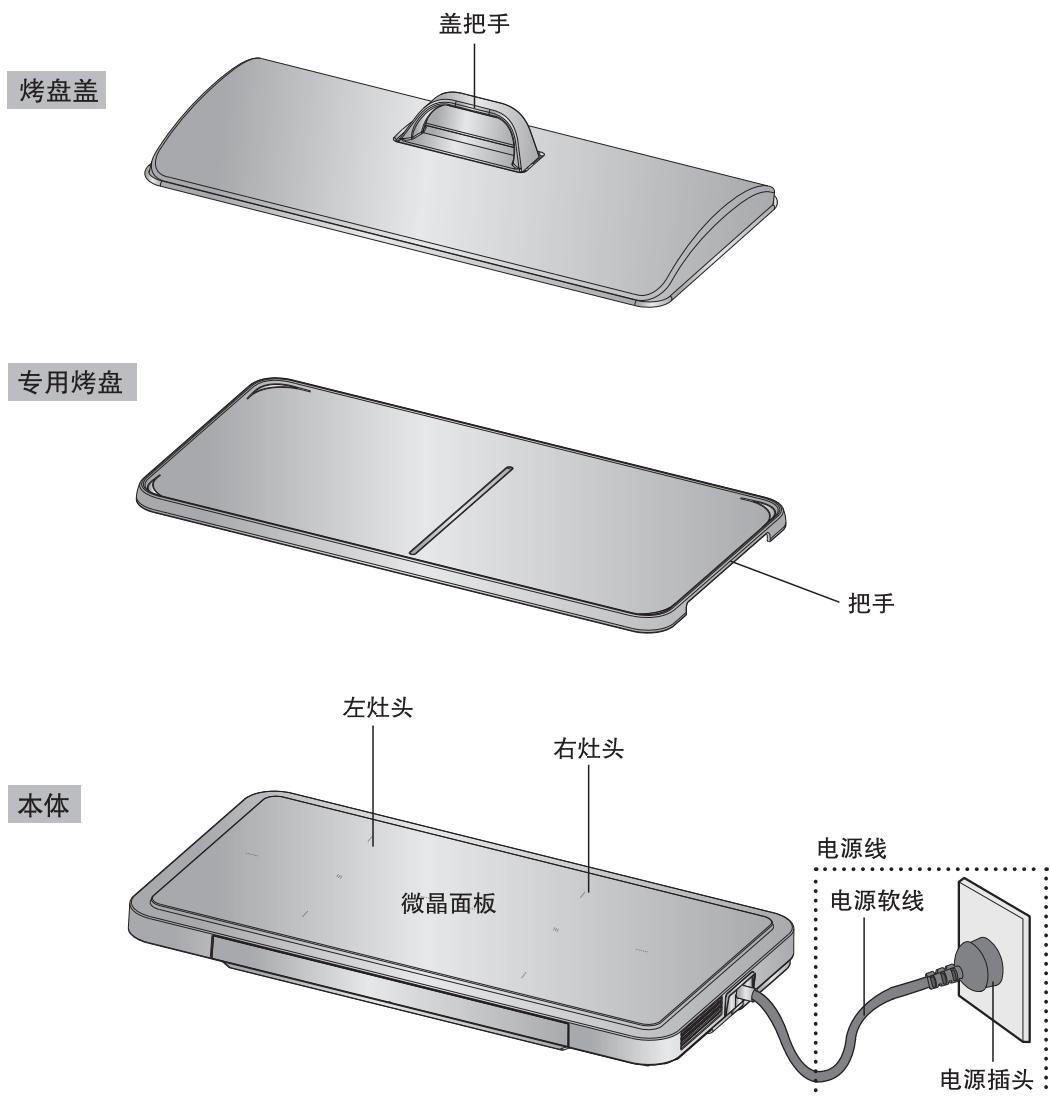
- 放在滑动式拉桌上时，请务必确认桌子的负荷强度在15 kg以上。
(以免产品掉落。)
- 定期检查电热盘的吸气口及排风口，并清除灰尘。
(参照P11清洁保养。)
- 请勿在户外使用产品。
(不稳定的电源可能会导致产品发生故障。)
- 请勿在阳光直射下使用。
(以免导致变色。)
- 请勿在可能会堵塞产品吸气口和排气口的地方使用本产品。
例如：地毯、塑料袋、铝箔及布料等的上面。
(以免导致产品内部温度升高。)
- 本产品应水平放置，不可紧靠墙面或物品使用，周边至少确保10 cm以上的空间，务必保持排风口通畅。
(以免导致产品内部温度升高。)
- 使用后请及时清洁，防止蟑螂等小虫进入机器内部。
(以免引起产品故障。)

关于专用烤盘

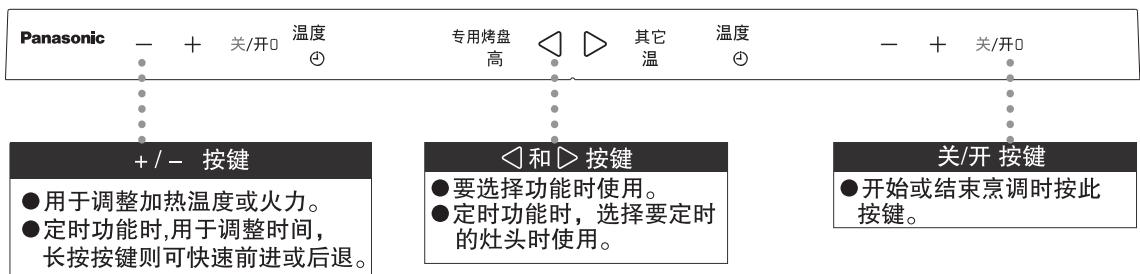
- 请勿长时间加热酱汁等的调味料。
(以免专用烤盘的烤盘盖染色脏污。)
- 请勿将专用烤盘用于本产品以外的地方。
(以免专用烤盘变形，无法正确感知温度。)
- 专用烤盘表面的不粘涂层根据使用情况会有所损耗。
 - 可能会形成色斑或剥落，但不会影响产品性能或人身健康。
 - 如有需要，请购买新的专用烤盘。
- 预热时，请勿盖上烤盘盖加热。
(以免破坏不粘涂层表面或导致专用烤盘变形。)
- 请注意以下操作：
 - 请勿使用金属铲、叉子、刀等角部尖锐的物品。
 - 使用时请小心轻放，不要掉落或与金属等硬物碰撞。
 - 烤盘仍处于高温时，请勿放置于不耐热的垫子或塑料制品上，也勿直接用冷水进行急速降温。
 - 将耐热容器等放置于烤盘上进行保温时，表面请铺上厨房用纸。

零件名称

首次使用时，请清洗专用烤盘、烤盘盖。(☞P11)

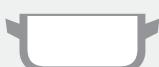
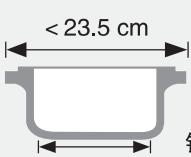


操作面板



*产品关闭后，若微晶面板表面仍有余温，则操作面板上显示“高温”提示，此时请勿触摸，以免烫伤。

准备 (推荐用锅)

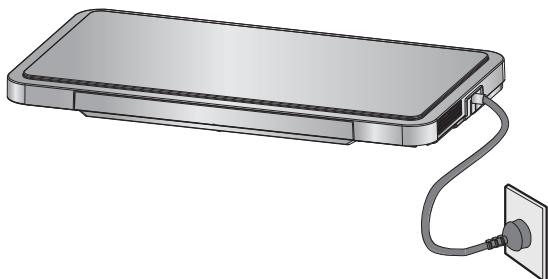
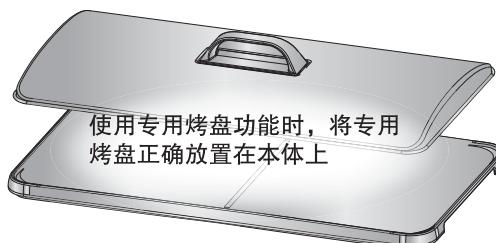
使用前	
<p>烹调效果好</p>  <p>可能影响加热效果</p> 	
<p>材质</p>  <p>铁 · 搪瓷 · 不锈钢 铝 · 铜多层锅</p> <ul style="list-style-type: none">搪瓷锅，要避免空烧、烧焦。 (高温融化后会损伤微晶面板。)	 <p>耐热玻璃</p>  <p>砂锅</p>
<p>锅底形状</p>  <p>平底， 与微晶面板紧密贴合</p>	 <p>圆底</p>  <p>带支撑脚</p>  <p>底部弯曲</p>
<p>尺寸</p>  <p>锅径： < 23.5 cm (左右灶头同时使用时) 底径： ≤ 18 cm</p>	 <p>> 23.5 cm</p>

※底部过薄的锅子，在空烧、大火加热后，可能会产生变形。

同样火力设定时，由于锅的材质、形状、大小等不同，消耗功率会有不同，加热状态也会不同。

烹调前&开始烹调

1 准备



1 请插上电源插头，确保已插到底。

2 确认电源已接通。

电源接通状态



1分钟以上未操作时，自动跳转到待机状态。

连接电源插头后，未烹调状态持续1分钟以上时，自动跳转到待机状态，即使不小心按到「关/开」键，也不会开始加热。

待机状态



解除方法：

按除了「关/开」键以外的任意按键，均可解除。

2 开始烹调

专用烤盘 将专用烤盘正确放置在本体上

1 按「<」或「>」选择“专用烤盘”功能。
●所选功能闪烁。



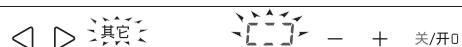
2 选择想使用的那侧灶头，按「关/开」键，开始预热。

- 预热中「温度」闪烁。
- 默认设置温度：220 °C
- 左右灶头同时使用时，需要分别设置。



其他 将锅具正确放置在本体上

1 按「<」或「>」选择“其他”功能。
●所选功能闪烁。

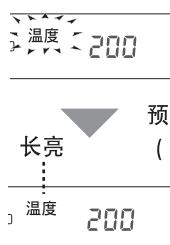


2 选择想使用的那侧灶头，按「关/开」键。

- 默认设置火力：4段
- 左右灶头同时使用时，需要分别设置。



3 按「+」或「-」调整设定温度。



●温度的范围: 90°C、140°C~240°C

长亮
预热结束, 开始烹调。
(发出“滴滴滴滴滴”的提示音)

4 烹调完成, 按「关/开」键结束。



- 左右灶头同时使用时, 操作方法一样, 两侧需要分别设置温度。
- 左右灶头同时使用时, 预热结束的提示音的提示时间会根据室温、烤盘的使用情况, 有所偏差。

温度调整推荐

温度约(℃)	90	140	160	180	200	220	240
	保温	煎蛋		烤薄饼	大阪烧	煎饺	

- 根据食材的份量等, 视情况调整温度。
- 左右灶头同时使用时所需的加热时间比单侧灶头使用时要长。

3 按「+」或「-」调整火力。

5 - +

●火力设定范围: 1~10*段

*左右灶头同时使用时, 两灶头火力相加最大火力为10段。

4 烹调完成, 按「关/开」键结束。



- 左右灶头同时使用时, 火力会受到限制, 出现火力变弱, 小于设置火力的情况。

功率调整推荐

火力表示	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
输入功率(约)	200 W	400 W	600 W	800 W	1000 W	1200 W	1400 W	1600 W	1800 W	2000 W

- 根据食材的份量等, 视情况调整火力。
- 左右灶头同时使用时, 总功率设置请勿超过2000 W。

开始烹调

定时设置



想要在设定时间后自动结束烹调时.....

例：使用专用烤盘（右侧）时



按照P8~P9的顺序设定好温度或火力后

1



按「<」或「>」选择要设定定时的灶头侧

●所选择的灶头侧的 ④ 闪烁。

2



④ 闪烁时

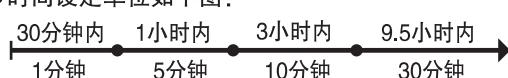
按「+」或「-」设置定时时间。

●长按「+」或「-」按键，可快速前进或后退。

●设定范围：专用烤盘模式：1分~2小时（保温时可设置1分~9.5小时）

其他模式：1分~3小时

●时间设定单位如下图：



3



④ 转为长亮

设定结束。

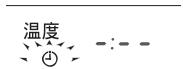
●显示定时时间时，温度或火力不显示。

●烹调结束后，自动停止。

左右灶头可同时使用，操作相同。

●可设置定时时间的灶头侧，显示定时设置标识。

■取消定时设置时



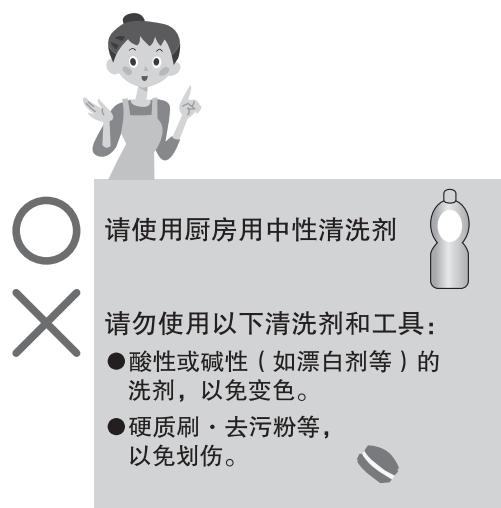
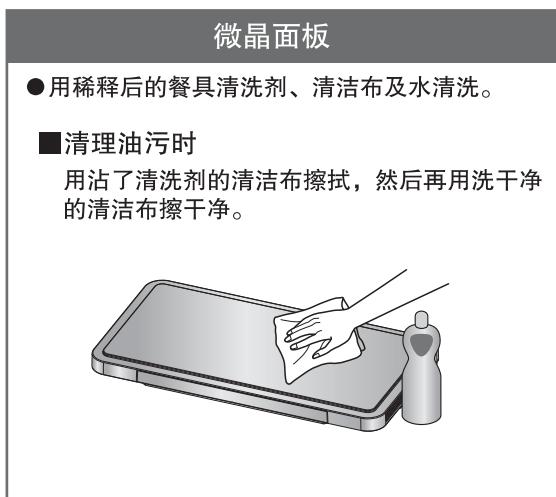
按步骤1·2的操作，将显示时间调整为“-:--”（如左图）。

清洁保养

注意

- 清洁前，务必拔掉电源插头，等本体冷却后再进行清洗。
- 清洁时，切勿将本体浸入水中，不要使用香蕉水，汽油、酒精，去污粉，硬质刷等擦拭。

■ 脏污后请及时清洗。



食谱



温馨提示：食谱中所推荐的温度、火力及时间均可根据食材及个人的喜好调整。

※套餐中所推荐食谱均可根据个人喜好进行替换。

亲友聚会套餐（适合6-8人）

菜品：
盐焗虾
休闲烧烤
锡纸花甲

主食：
牛排&黄金炒饭
点心：
年轮蛋糕

Step 1

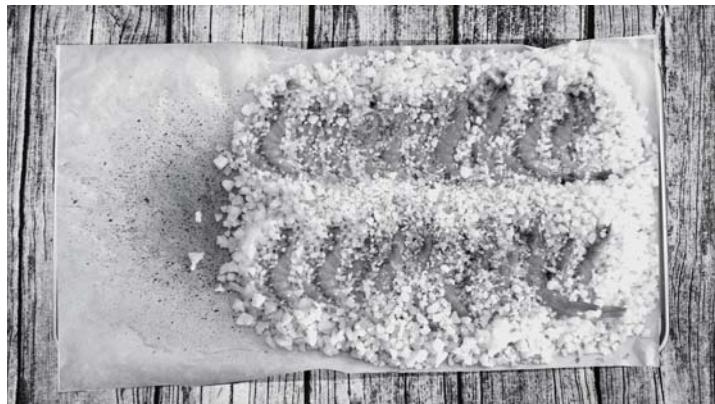
盐焗虾

材料：

虾	300 g
粗盐	1500 g
黑胡椒粉	适量
锡纸	适量



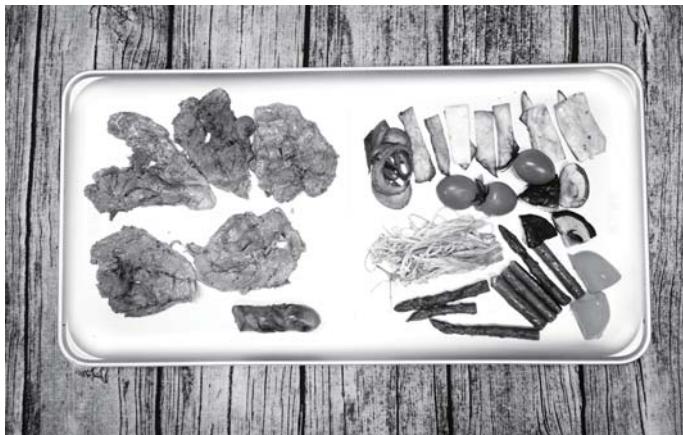
烤盘双侧



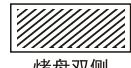
做法：

- 1) 将虾清理干净，擦干。在专用烤盘上铺两层锡纸后，将盐及黑胡椒粉倒入摊匀。
- 2) 按「<」或「>」选择“专用烤盘”功能，左右灶头按「关/开」按键，再按「+」或「-」设定温度为240 °C。
- 3) 预热结束后，炒盐约10分钟，去掉其中的水分，将虾用盐埋起来，焗8-10分钟左右即可。

撤掉锡纸



Step 2



休闲烧烤

材料：

烤肉用的肉	适量
(牛肉，羊肉，五花肉等，切薄片)	
喜欢的蔬菜、菌菇	适量
(金针菇、土豆片等)	
油	适量
烤肉酱	适量

做法：

- 1) 将油倒入专用烤盘，均匀刷开，然后按「<」或「>」选择“专用烤盘”功能，左右灶头按「关/开」按键，再按「+」或「-」将左右灶头分别设定温度为240 °C/180 °C。
- 2) 预热结束后，把肉类食材放在240 °C盘内，蔬菜、菌菇类食材放在180 °C盘里，撒上少许盐和胡椒，一面烤熟后，翻面烤至熟即可。

撤掉烤盘，清洗

Step 3



花甲粉丝

材料（每小份）：

花甲	4 个	蚝油	3 mL
金针菇	20 g	生抽	4 mL
龙口粉丝	30 g	老抽	2 mL
青红椒	15 g	料酒	5 mL
香菜	少许	油	5 mL
大蒜	1瓣		



做法：

- 1) 花甲吐沙清洗干净，龙口粉丝用水泡软，金针菇洗净去蒂。将大蒜切末，洋葱、青红椒切小块。把泡好的粉丝放入锡纸碗（300 mL左右大小），再铺上金针菇，加入其余食材，将花甲放到最上面，加水没过食材。按此准备好八份。
- 2) 将锡纸碗直接放在本体上，盖上锡纸盖（没有的可用锡纸包住），按「<」或「>」选择“其他”功能，按「关/开」按键，再按「+」或「-」设定火力为“5”段。
- 3) 开始冒烟沸腾后，再过2、3分钟，撒上香菜即可。

摆上烤盘

食谱

Step 4



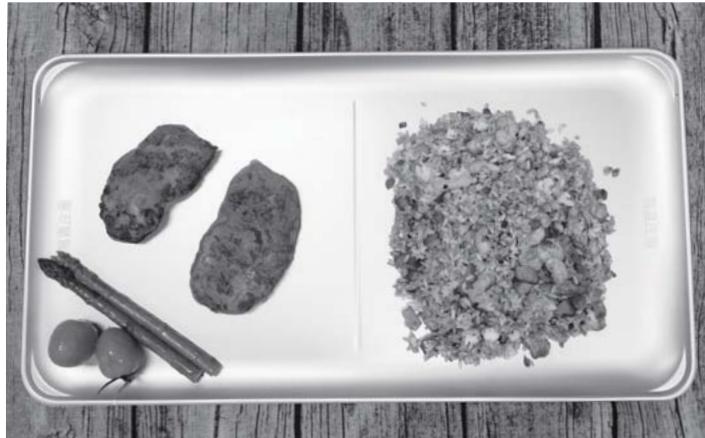
牛排&黄金炒饭

<牛排>

材料：牛排 数片，约100 g/片
(约1.0 cm厚，腌制好的)
油 适量

<黄金炒饭>

材料：冷饭 350 g 油 适量
鸡蛋 1个 生抽 15 mL
虾仁 50 g 盐 少许
洋葱 30 g, 切丁
火腿肠 50 g, 切丁



做法：

- 按「<」或「>」选择“专用烤盘”功能，左右灶头按「关/开」按键，再按「+」或「-」将左右灶头分别设定温度为220 °C/140 °C。
- 预热结束后，在220 °C的盘面刷上一层油，放入牛排，煎2分30秒后，翻面再煎2分。再将煎好的牛排移到140°C的盘面再煎1分钟，然后翻面再煎1分钟。
- 将油倒入220 °C的盘面，将鸡蛋打好倒入，炒熟切碎后，将火腿肠、虾仁、洋葱放入专用烤盘翻炒约1分钟，加入冷饭、盐和生抽，均匀翻炒6、7分钟即可。

清洗烤盘



Step 5



年轮蛋糕

材料：

鸡蛋	2个
牛奶	150 mL
蛋糕粉	150 g (免打发型)
黄油	30 g
白糖	60 g
油	适量
A4纸	2张
铝箔纸	适量

做法：

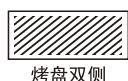
- 将A4纸沿长边卷起，用胶带固定，再用铝箔纸将其包住，做成20 cm左右的棒状，表面涂上油。
- 将鸡蛋打好，加入白糖和牛奶，搅拌均匀，分次加入蛋糕粉搅拌均匀，再加入黄油，完成蛋糕糊。
- 按「<」或「>」选择“专用烤盘”功能，左右灶头按「关/开」按键，再按「+」或「-」设定温度为160 °C。
- 预热结束后，在专用烤盘上刷上适量的油，将蛋糕糊薄薄倒入一层摊开，在边缘用1)作成的棒将蛋糕慢慢卷起，留出边缘一部分不卷，取出。
- 在专用烤盘上刷上适量的油，再将蛋糕糊薄薄倒入一层摊开，将4)中完成的部分接到边缘，倒一些蛋糕糊用来连接，然后卷完。重复上述步骤直至蛋糕糊用完即可。

家庭乐享套餐（适合3-4人）

菜品：巴沙鱼&培根金针菇
锡纸牛肉&茶碗蒸

主食：煎饺
甜点：小薄饼

Step 1



香煎巴沙鱼&培根金针菇

<香煎巴沙鱼>

材料：

巴沙鱼	300 g, 切段
盐	少许
黑胡椒粉	少许
油	适量

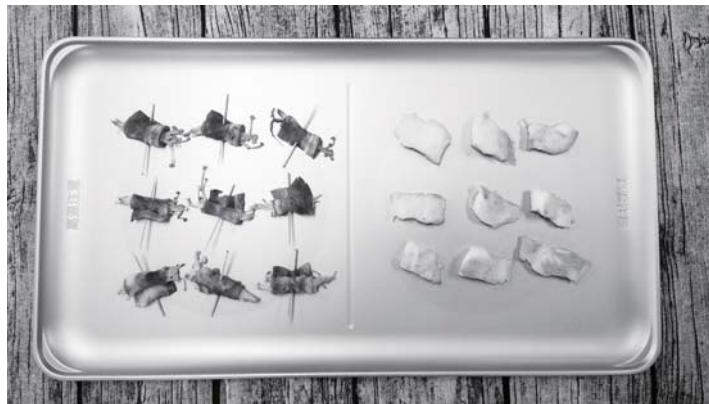
<培根金针菇>

材料：

培根	数片
金针菇	150 g
黑胡椒粉	适量
油	适量

做法：

- 1) 将巴沙鱼加盐和黑胡椒粉，腌制5-10分钟。金针菇洗净，切成约5 cm长的段。
取6、7根左右的量，用培根卷起来。依次做好全部。
- 2) 按「<」或「>」选择“专用烤盘”功能，左右灶头按「关/开」按键，再按「+」或「-」将左右灶头分别设定温度为220 °C/180 °C。
- 3) 预热结束后，将巴沙鱼放入220 °C的盘内，煎约5分钟后，待底面呈金黄色后，翻面再煎5分钟左右。将培根卷放入180 °C的盘内，煎约3分钟后，培根微微焦黄，翻面，再煎2分钟左右，撒上黑胡椒粉即可。



撤掉烤盘，清洗

食谱



Step 2 锡纸牛肉&茶碗蒸



<锡纸牛肉>

材料:	牛肉	300 g, 切薄片
	金针菇	150 g
	芹菜	100 g
	洋葱	1/4个
腌料:	生抽	10 mL
	料酒	15 mL
	蚝油	10 mL
	水	少许

<茶碗蒸>

材料:	鸡蛋	4个
	水	适量
	虾仁	8个
	香菇	2个
	紫菜	少许
	盐	少许
	料酒	20 mL

<锡纸牛肉>做法:

- 1) 先用腌料将牛肉搅拌均匀，腌制20分钟。金针菇、芹菜、洋葱洗净切好。
- 2) 锡纸盒上铺洋葱，芹菜，金针菇，然后盖上牛肉。上面再盖一层锡纸，四边折好后放到本体上。
- 3) 按「<」或「>」选择“其他”功能，按「关/开」按键，再按「+」或「-」设定火力为“4”，焖约8、9分钟左右，然后按「关/开」键利用余温再焖1分钟左右即可。

<茶碗蒸>做法:

- 1) 鸡蛋与清水以1:3的比例打散，并放入少量紫菜、盐和料酒均匀混合后撇去浮沫，虾仁加入盐和料酒腌制5分钟，香菇泡发洗净切片。
- 2) 在茶碗底分别放入1个虾仁，倒入蛋液约8分满，盖上杯盖（无杯盖的可用保鲜膜），放入装了水的锅中。
- 3) 按「<」或「>」选择“其他”功能，按「关/开」按键，再按「+」或「-」设定火力为“6”，水沸腾后，蒸8分钟左右，打开杯盖，铺入1个虾仁，2片香菇，盖上杯盖继续蒸8分钟即可。

摆上烤盘

Step 3



煎饺

材料:

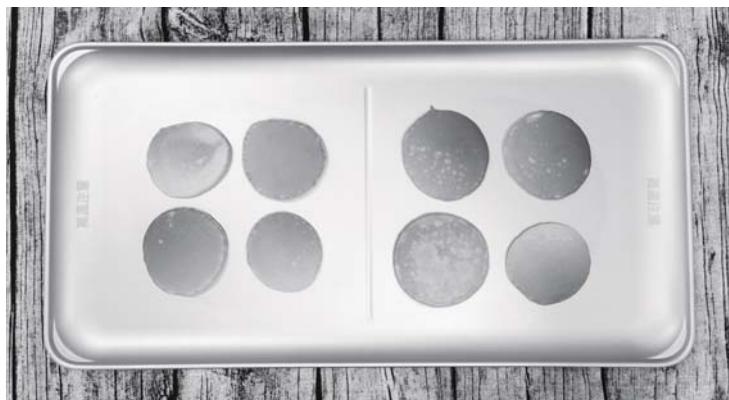
速冻水饺	40个
油	20 mL
水	适量



做法:

- 1) 将油倒入专用烤盘, 均匀刷开, 然后按「<」或「>」选择“专用烤盘”功能, 左右灶头按「关/开」按键, 再按「+」或「-」设定温度为220 °C。
- 2) 预热结束后, 把水饺依次在专用烤盘上排开, 洒上适量清水, 然后盖上外盖。
- 3) 8–10分钟后, 打开外盖, 将水饺逐一翻面, 煎烤5分钟即可。

清洗烤盘



Step 4



烤薄饼

材料:

鸡蛋	2个
牛奶	150 mL
蛋糕粉	150 g(非免打发型)
泡打粉	5 g
黄油	30 g
白糖	60 g

使用方法

做法:

- 1) 将鸡蛋打好, 加入白糖和牛奶, 搅拌均匀, 分次加入蛋糕粉搅拌均匀, 再加入黄油, 完成饼糊。
- 2) 按「<」或「>」选择“专用烤盘”功能, 左右灶头按「关/开」按键, 再按「+」或「-」设定温度为180 °C。
- 3) 预热结束后, 把1)的饼糊摊在专用烤盘上 (每个所用饼糊为一饭勺的容量)。
- 4) 表面出现气泡且凝固则可以翻面, 另一面煎至微微焦黄即可。

食谱（更多推荐）

什锦炒面



食材：面条	80 g
火腿肠	50 g, 切丁
香菇	50 g, 切丁
洋葱	30 g, 切丁

调味料：油	40 mL
生抽	30 mL

烤盘双侧
40 mL
30 mL

- 做法：1) 将面条焯水后捞出沥干，倒入10 mL油备用。
2) 将30 mL油倒入专用烤盘，然后按「<」或「>」选择“专用烤盘”功能，左右灶头按「关/开」按键，再按「+」或「-」设定温度为240 °C。
3) 预热结束后将火腿肠、香菇、洋葱放入专用烤盘翻炒约1分钟，加入面条和生抽，均匀翻炒约6分钟即可。

鸡蛋土豆丝饼



食材：土豆	230 g
鸡蛋	3个
葱花	适量

调味料：盐	1 g
淀粉	20 g
油	25 mL
胡椒粉	适量

单灶头

- 做法：1) 土豆丝切成丝，不用水洗，放入淀粉，三个鸡蛋，搅拌均匀至无干淀粉即可。
2) 放入葱花，搅拌均匀，加入盐和胡椒粉。
3) 在平底锅放入油，倒入刚搅拌好的土豆丝，铺平。
4) 按「<」或「>」选择“其他”功能，按「关/开」按键，再按「+」或「-」设定火力为“5”段。约5分钟后，底面焦黄则翻个面再煎约3分钟即可。

海苔饭团



食材：米饭	500 g
海苔	适量
火腿肠丁	50 g
熟芝麻	10 g

调味料：生抽	10 mL	油	适量
蚝油	4 mL	胡椒粉	少许
蜂蜜	5 g		

烤盘双侧

- 做法：1) 米饭里面加入火腿肠丁、胡椒粉、芝麻，海苔碎。用保鲜膜捏成三角形的饭团。
2) 碗里倒入生抽、蚝油、蜂蜜搅拌作为酱汁。
3) 在专用烤盘上均匀刷少许油，然后按「<」或「>」选择“专用烤盘”功能，左右灶头按「关/开」按键，再按「+」或「-」将左右灶头分别设定温度为220 °C。
4) 放入饭团煎至两面微微发黄，刷两层酱汁继续煎至两面金黄，撒点芝麻贴上海苔片，即可。

食谱

关东煮



食材：白萝卜 100 g
海带结 适量
喜欢的各种食材 适量
(丸子、土豆等)
水 1000 mL

调味料：关东煮汤料 1包

单灶头

做法：1) 将关东煮汤料用水调配好倒入锅里，将白萝卜去皮，切2 cm左右厚，与海带结一起放入锅里。
2) 按「<」或「>」选择“其他”功能，按「关/开」按键，再按「+」或「-」设定火力为“6”段。
3) 炖10分钟后，加入自己喜欢的食材，按「+」或「-」将火力调整到“4”段，继续炖约45分钟，入味即可。

早餐拼盘



食材：吐司面包 数片
培根 数片
蛋 数个
烤肠 数根，切片

做法：1) 按「<」或「>」选择“专用烤盘”功能，左右灶头按「关/开」按键，再按「+」或「-」将左右灶头分别设定温度为220 °C/140 °C。
2) 预热结束后，将吐司面包放在140 °C的盘内，约1分钟煎至底面微微泛黄后翻面继续煎1分钟。
3) 将烤肠、培根一起放至220 °C盘中煎约1分30秒至底面微微泛黄，翻面再煎1分钟左右。
4) 将蛋打至220 °C的盘内，煎约2分钟至底面泛黄即可。

使用方法

黄焖鸡



食材：鸡腿肉 500 g
土豆 200 g
大葱 10 g
大蒜 4瓣
腌料：生抽 30 mL
淀粉 30 g

调味料：油 20 mL
生抽 20 mL
蚝油 15 mL
豆瓣酱 15 g

料酒 20 mL
老抽 10 mL
白糖 10 g
冰糖 5颗

单灶头

做法：1) 鸡腿切块，用腌料腌制30分钟。土豆切块，香菇表面切十字。青红椒切块，大葱切段，蒜、生姜切末。
2) 按「<」或「>」选择“其他”功能，按「关/开」按键，再按「+」或「-」设定火力为“7”段。
3) 锅中放入油，加入冰糖，炒至全部融化，呈焦糖色，倒入腌制好的鸡块。快速翻炒后，倒入大葱、蒜末、姜末，干辣椒炒香后，放入香菇翻炒约半分钟。
4) 倒入其他所有调味料，加水没过3/4鸡块，盖上锅盖，继续大火烧开后，按「+」或「-」设定火力为“4”段，焖5分钟后，倒入土豆，继续炖15分钟，加入青红椒，再按「+」或「-」设定火力为“8”段收汁即可。

出现问题时

并非故障，在委托维修之前请先进行检查。

现 象	原 因
按各按键后无反应	<ul style="list-style-type: none">● 是否插好电源插头?
使用中返回待机	<ul style="list-style-type: none">● 自动关闭功能是否启动?<ul style="list-style-type: none">· 一定时间(约两小时)不进行开关操作，会自动停止加热，返回待机状态。
使用中火力变弱	<ul style="list-style-type: none">● “温度过升防止”功能启动。<ul style="list-style-type: none">· 加热时间过长等导致锅底温度过度上升时，会自动控制通电。(温度下降后火力会自动变强。)· 空烧时。(请确认锅内情况。)
左右灶头同时使用时 ●火力变弱 ●火力显示自动变小 ●火力无法上升	<ul style="list-style-type: none">● 为了不超过总输入功率，自动调整，限制火力。
油炸料理时，预热时间过长或油温过低	<ul style="list-style-type: none">● 是否用热油进行预热?● 是否在微晶面板未冷却时烹调?● 锅底·微晶面板是否有脏污?● 是否使用热油·茶褐色的油·浑浊的油?● 是否有油炸的残渣?
左右同时使用“专用烤盘”功能时，预热完成蜂鸣音的时间不一致	<ul style="list-style-type: none">● 即使设置的时间一样，由于室温、专用烤盘使用状态、温度等影响，左右灶头的报知蜂鸣音的时间会有所偏差。
没有使用时风扇发出声音	<ul style="list-style-type: none">● 本体内部的温度过高时，冷却风扇会启动。<ul style="list-style-type: none">(温度下降后，会自动停止。)

当出现这样的显示时

在委托维修之前请先进行检查。

错误显示	请检查	页码
	<ul style="list-style-type: none">● 产品吸气口及排气口是否有灰尘等异物阻塞? →请按下记步骤清除灰尘。 ①按「关/开」按键，然后拔掉电源插头。 ②待产品冷却后，清除产品的吸气口/排气口中的灰尘。 (P11)● 产品是否有在地毯等物品上使用? →请勿在可能会堵塞产品左右侧的地方使用本产品。	— 5

当进行了上述处理后仍不能恢复正常时，请委托Panasonic认定维修店修理。

	<ul style="list-style-type: none">● 尝试拔下电源插头，再重新插入。 如仍出现“H※※”，则表示存在故障。 →请咨询Panasonic认定维修店，并告知错误代码（“H”后的两位数字）。	—
--	---	---

规格

型号		NF-M1-W	NF-M1-N	NF-M1-R	NF-M1-S
额定电压		220 V~			
额定频率		50 Hz			
额定输入功率		2000 W			
温度调节	保温	90 °C			
	加热	140 °C~240 °C			
火力调节	其他功能	1~10段			
电源线长度(约)		1.8 m			
本体	尺寸(约)(宽×深×高)	592 mm × 310 mm × 46.7 mm			
	重量(约)	4.5 kg			
专用烤盘	尺寸(约)(宽×深×高)	576 mm × 296 mm × 96.8 mm (含烤盘盖)			
	重量(约)	2.7 kg (含烤盘盖)			

困惑时

食品接触材料列表



请根据使用说明书的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以及相应材料食品安全国家标准要求，具体信息如下：

序号	部件名称	材质中文名称	执行标准	特殊使用条件
1	烤盘盖		GB 4806.9-2016	-
2	烤盘	铝 (YL113) +聚四氟乙烯涂层	GB 4806.9-2016 GB 4806.10-2016	清洁时禁止破坏表面涂层，使用温度不得高于250 °C
3	把手固定螺丝	不锈钢 (S30408)	GB 4806.9-2016	-

产品中有害物质的名称及含量

部件名称	有害物质					
	铅 (Pb)	汞 (Hg)	镉 (Cd)	六价铬 (Cr(VI))	多溴联苯 (PBB)	多溴二苯醚 (PBDE)
外装构成品	○	○	○	○	○	○
内部构成品	○	○	○	○	○	○
电气零件、控制零件	×	○	○	○	○	○
附属品类	○	○	○	○	○	○

本表格依据SJ/T 11364的规定编制
○：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。
×：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。
注：表中标有“X”的所有部件都符合欧盟RoHS指令，因全球技术水平限制而无法实现有害物质的替代。

Panasonic

保修证

保修条款

有关保修期内Panasonic商品的保修(无偿修理),从购入之日起开始实施。

1. 保修期内的商品只可在Panasonic认定维修店进行保修; 保修时,请出示本保修证及购机发票。

以下两点需特别注意:

- a. 本保修证遗失后不再补发,请妥善保管;
- b. 本保修证仅限于中华人民共和国国内有效(香港、澳门、台湾三地区暂不可使用)。

2. 自购入之日起在以下期间内,在正常使用中发生故障的情况下进行保修。

- a. 整机 [壹] 年内无偿;

3. 属下列情况之一者,即使在保修期内,也不能以保修对待,但是可以实行收费修理:

- a. 未按商品使用说明书要求使用、维护、保管而造成损坏的;
- b. 因不正确操作、电源不正常、破损(如:摔落等)而造成损坏的;
- c. 不经Panasonic认定维修店维修人员拆动造成损坏的;
- d. 不能出示本保修证及有效购机发票的;
- e. 保修证上记录的信息与商品实物标识不符或者涂改的;
- f. 因不可抗力因素(如雷电、地震、火灾、水灾等)造成损坏的。

4. 本保修条款只适用于消费者个人为生活消费需要而购买使用的场合,不适用于经营性等使用。

[商品信息]

商品名称: 多功能电热盘 产地: 中国杭州

商品型号: 机身号码:

[保修回执] 以下回执是保修的重要依据,请勿自行撕下

商品型号:

机身号码:

保修结算4

商品型号:

机身号码:

保修结算3

商品型号:

机身号码:

保修结算2

商品型号:

机身号码:

保修结算1

商品型号:

机身号码:

促销员留存

[销售记录] 此处所载信息仅于商品保修时作核对之用，本公司不对该信息进行收集记录。

销售日期: _____ 发票号码: _____

销售店
(盖章)

顾客姓名: _____ 联系电话: _____

顾客地址: _____ 邮编: _____

销售店名称: _____ 销售店电话: _____

销售店地址: _____ 邮编: _____

[维修记录]

维修店名称: _____ 联系电话: _____ 送修日: _____

维修店地址: _____ 邮编: _____

故障内容: _____ 故障原因: _____

维修内容: _____

维修员签字: _____ 交验日期: _____

维修店名称: _____ 联系电话: _____ 送修日: _____

维修店地址: _____ 邮编: _____

故障内容: _____ 故障原因: _____

维修内容: _____

维修员签字: _____ 交验日期: _____

维修店名称: _____ 联系电话: _____ 送修日: _____

维修店地址: _____ 邮编: _____

故障内容: _____ 故障原因: _____

维修内容: _____

维修员签字: _____ 交验日期: _____

本保质证因含有消费者个人信息，请妥善自行保管。

Panasonic客户咨询服务中心: 4008-811-315

Panasonic官方网站: <http://panasonic.cn>

松下家电(中国)有限公司

