

使用说明书

家庭用

IH 电磁加热电压力电饭煲

执行标准:

GB4706.1-2005

GB4706.19-2008



本使用说明书中的图片均以SR-AE101-K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)。
- 请将保修证与本使用说明书一起妥善保管。

保留备用

另附保修证

型号 1.0 L SR-AE101-W
SR-AE101-K
SR-E10H1-W

目次

安全注意事项	2~4
使用注意事项	5
零件名称	6
● 本体/附属品	6
● 操作面板	7
调整时钟	7

准 备	8
● 洗米、加水	8
● 功能的选择/烹调时间的设定/ 煮出美味米饭的诀窍	9

关于各功能	10
● 短粒米、长粒米、糙米、糯米、 煲仔饭、寿司饭/保温	10
● 稠粥、稀粥、粗粮粥、炖汤	11
● 蒸煮	12
● 酸奶、蛋糕	13
● 冷饭加热	14

预约功能	15
清洁保养	16~17
食谱	18~19

是否真的发生了故障?	20
出现问题时	21
当出现这样的显示时	22
想要改善时 (优化功能)	23
规格	封底

使用
前

使用
方法

困
惑
时

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。

■以下图表显示错误操作可导致的损坏程度。



警告：表示如不可避免，则可能导致死亡或严重伤害的某种潜在危害情况。



注意：表示如不可避免，则可能导致轻微或中度伤害的某种潜在危害情况。

■符号的分类及解释如下。



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。



警告

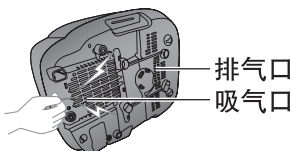


■ 电源 · 电源线 · 电源插头

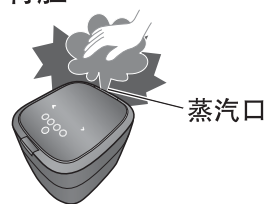
- 如电源线或电源插头已损坏或电源插座与电源插头的接口松脱，请勿使用产品。
(以免导致触电或因短路导致火灾。)
→如果电源线损坏，必须用专用电源线或从制造厂或维修部买到的专用组件来更换。
- 请勿损坏电源线或电源插头。
 - 绝对禁止进行以下操作：
损伤、加工、使其接触或靠近高温部、强行弯曲、扭转、拉拔、挂在角上、在其上放置重物、扎成束、夹入、拉动电源线移动。
(以免因电线和电源插头破损而触电，或因短路导致火灾。)
- 请勿以湿手插入或拔掉电源插头。
 - 接触电源插头或产品前请永远确保手是干燥的。
(以免导致触电或受伤。)
- 请勿让任何人舔本体插头。
(以免导致触电或受伤。)
 - 特别要留意婴幼儿。

■ 本体

- 请勿在吸气口、排气口或缝隙间插入任何物件。
(特别是金属物件，例如引线或电线。
(以免导致触电或因动作异常导致受伤。)
- 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。

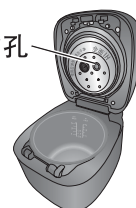


- 请勿自行更改、拆解或修理产品。
(以免导致火灾、触电或受伤。)
→如需修理，请与 Panasonic 认定维修店联系咨询。
- 使用中或刚使用后，请勿将脸或手靠近蒸汽口处，对小孩要格外注意。
(以免导致烫伤。)
- 请勿将产品用于使用说明书记载以外的任何用途。
(否则可能会导致火灾、烧伤、受伤或触电。)
 - 对于使用不当或未能遵守使用说明书而导致的情况，Panasonic 将不承担任何责任。



■ 使用

- 请勿将可能堵塞调压阀、减压阀、安全阀、内盖的物品放入内锅。
(以免因蒸汽泄漏或烹调物喷出而导致烫伤或受伤。)
< 禁止使用的食材例 >
 - 烹调后分量会增多的配料 (膏状物、豆类、面类等)。
 - 遇热后迅速反应，产生气泡的配料 (小苏打等)。
 - 容易漂浮的薄片状物质的配料 (青菜、西红柿等)。
< 禁止的烹调例 >
 - 将配料和调味料放入塑料袋中等进行加热的烹调方法。
 - 会出现稠液的烹调方法 (咖喱、浓汤、果酱等)。
 - 使用大量油的烹调方法。
 - 超过内锅的“最大水位”线的食材、水和调味料。





警告



- 请勿在烹调时打开外盖或移动产品。
(以免因蒸汽泄漏或烹调物喷出而导致烫伤或受伤。)
 - 烹调刚结束有时外盖无法打开。

- 在压力烹调的过程中, 请勿强行打开外盖。
(以免因汤水的溅出等导致烫伤或受伤。)
 - 请在压力充分释放后再打开外盖。在显示屏显示 **(压力)** 的过程中和冒出蒸汽时, 压力尚存, 请等到 **(压力)** 显示消失, 蒸汽口不再冒出蒸汽后再打开。
 - 若烹调过程中遇到断电情况, 外盖无法打开, 此时将本体向左侧倾斜45 度角即可打开。
- ※烹调途中必须打开外盖时, 请务必:
 - 按下「关/取消」按键取消烹调。(此时, **(压力)** 标志点亮, 最长持续约4分钟。)
 - **(压力)** 的标志消失后, 确认没有蒸汽冒出后, 再打开外盖。
- 取消烹调后立刻打开外盖或在烹调途中断电打开外盖, 可能会造成外盖无法闭合的情况。此时, 请在通电状态下, 等待4分钟, 等 **(压力)** 标志消失后即可正常闭合。



■ 电源 · 电源线 · 电源插头

- 务必要单独使用规格为AC 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。
- 务必要将本体插头、电源插头切实插到底。
(以免导致冒烟、火灾或触电。)
- 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。
(以免电源插头可能会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

- 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。)
 - 请务必将产品放置于孩童触碰不到的位置。
(以免导致烫伤、受伤或触电。)
 - 使用前请确认:
 - 调压阀、安全阀可上下移动。
 - 内盖上的孔没有被堵塞。
 - 内盖的卡扣部无弯曲变形。
 - 本体 (感应保湿装置、锅垫圈、内锅边缘、开盖按钮、上框) 上无米粒等异物附着。
 - 感应保湿装置切实安装。
 - 闭合外盖直至“咔嗒”一声。
(以免因蒸汽泄漏或打开外盖时导致烫伤或受伤。)
 - 未安装内盖时, 无法闭合。
 - 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。
 - 烹调时底部风扇不旋转。(酸奶菜单除外)
- 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



- 请勿使用非专用内锅或变形后的内锅。
(以免因过热或故障导致烫伤或受伤。)
 - 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。
(以免开盖时碰到, 或导致家具等变色、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。)
 - 使用中请勿移动产品。
(以免碰到开盖按钮, 使外盖打开, 从而导致烫伤。)
 - 使用中或烹调刚结束时, 请勿触摸高温部。
 - 本体温度很高。特别是外盖蒸汽口附近的玻璃面板及内盖、内锅等金属部。
(以免导致烫伤。)
 - 禁止使用非本产品自带的电源线, 并禁止把本电源线转用到其他地方。
(以免发生故障或导致触电、漏电或火灾。)
 - 请勿将电源插头暴露在蒸汽中。
(以免导致触电或因短路导致火灾。)
→ 使用有拉桌的橱柜时, 请在电源插头不会接触到蒸汽的地方使用产品。
 - 请勿空烧。
(以免导致烫伤。)
-
-
- 拔掉电源插头或本体插头时, 请确保握住插头本身。
(以免导致触电, 或因短路引起火灾。)
 - 取出内锅或不使用时, 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。)
 - 请等到本体充分冷却后再进行清洗。
(以免导致烫伤。)
 - 在橱柜等封闭空间使用时, 请确保蒸汽能向外散发。
(以免导致橱柜等变色或变形。)
 - 如您装有植入式心脏起搏器, 使用本产品前请向医生咨询。
(本产品在工作时可能会对心脏起搏器有影响。)

在使用过程中发生停电时

包括在中途拔掉电源插头, 跳闸等情况。

- 发生瞬间停电时, 会返回停电前的状态。
- 如果停电时间很长, 则重新通电后会出现以下情况。

烹调中: 继续烹调。

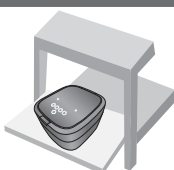
可能会影响烹调效果。

保温中: 继续保温。

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12 kg以上。
(以免产品掉落。)



- 使用中请勿将布或其他物品盖在外盖上。
(以免蒸汽无法释放，导致外盖变形、变色或发生故障。)



- 定期检查产品底部的吸气口及排气口，并清除灰尘。
(参照P17清洁保养)

- 请及时清理粘在本体上(底传感器、内锅底部、内锅旋转防止橡胶)的饭粒等异物。
(以免出现错误显示，或有饭焦、饭烧不熟等情况。)

边缘或底部



(内锅)

内锅旋转防止橡胶
(4处)

底传感器



- 请勿将产品放在容易受电磁干扰的装置附近。
 - 无线电、电视、助听器等。
(以免产生噪音或减低音量。)
 - IC卡、银行卡
(以免损坏磁性。)

- 请勿将磁铁放在产品附近。
(以免导致动作异常。)

- 请勿在电磁炉上使用产品。
(以免损坏电磁炉或导致本产品动作异常。)

- 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底部(吸气口及排气口)的地方使用产品。
例如：地毯、塑料袋、铝箔及布料等的上面。
(以免损坏产品。)

使用
前

关于内锅

- 请勿在产品以外的地方使用内锅。
 - 请勿在煤气灶或电磁炉及微波炉内使用。



- 留意以下情况以避免削去或刮伤内锅涂层。

准备烹调时

- 请勿让金属洗米箩等物件接触内锅涂层。



烹调结束后

- 请勿将醋放入内锅中的米饭。
(制作寿司等食物)
- 请勿使用金属勺子。(烹调粥等食物)
- 请勿轻触或击打内锅。(盛饭时)



- 请勿将内锅与硬物件撞击。
(以免导致外层表面刮伤或产生凹痕。)



清洁保养时(P16)

- 请勿将内锅用作洗碗容器。
- 请勿将汤匙或其他餐具放入内锅中。
- 使用调味料烹调后，请勿将食物留在内锅中。
→ 烹调煲仔饭等后，请尽快清除内锅中的食物然后进行清洗。
- 请勿使用洗碗机或洗碗机 / 烘干机进行清洗。
- 请勿在清洗后将内锅放在其他餐具上晾干。
- 请勿使用研磨粉或金属刷、尼龙刷(含有研磨料)、百洁布等清洗或擦洗内锅。
→ 使用软海棉进行清洗。



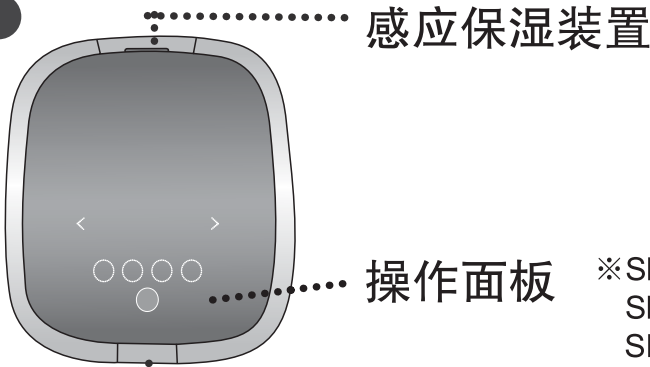
提示

以下情况不会影响产品性能或人身健康。
[外层表面] 浅的刮痕、细小凹痕或碰撞。
[内层表面] 内锅涂层剥落。
→ 如内锅变形或您担心其状况，请购买新的内锅。

零件名称

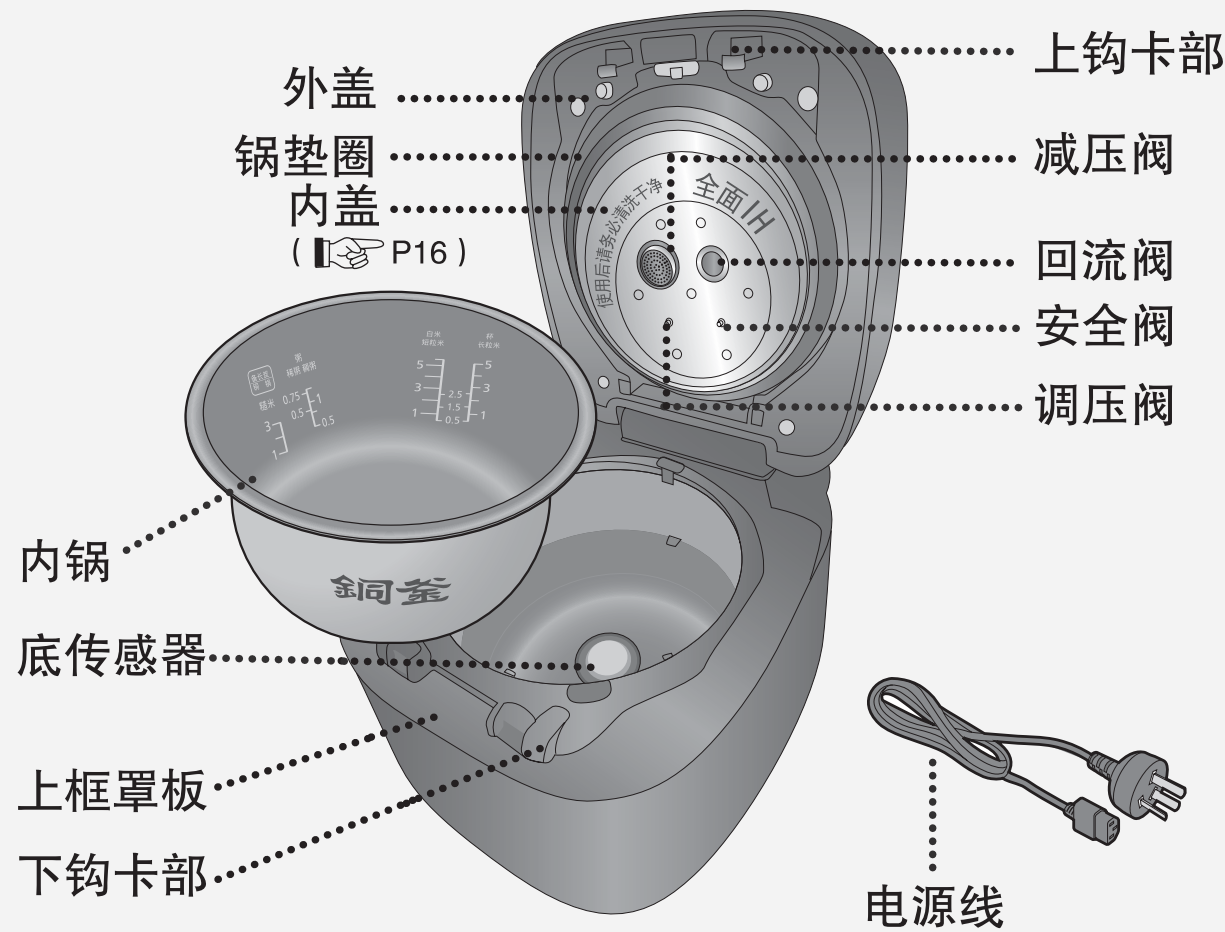
首次使用时，请清洗内锅、饭勺、粥(汤)勺、蒸板、内盖、感应保湿装置。(☞ P16-17)

本体

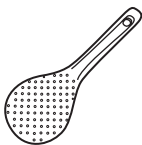


※SR-AE101-W 的操作面板为白色
SR-AE101-K 的操作面板为黑色
SR-E10H1-W 的操作面板为白色

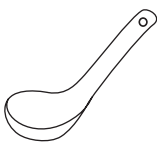
开盖按钮



附属品



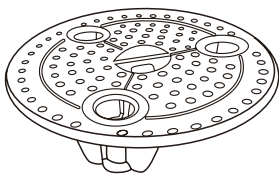
饭勺 (1个)



粥(汤)勺 (1个)



计量杯 (1个)
(约180mL)



蒸板 (1个)

零件名称/调整时钟

操作面板

< 和 > 按键

- 要选择功能时使用。
- 要调整当前时间、设置预约时间和烹调时间时使用。
- 长按按键则可快速前进或后退。

短粒米

长粒米

糙米

糯米

标准

晶雪粒

超快速

粘糯

Q弹

稠粥

稀粥

粗粮粥

冷饭加热

1

2

约

压力

小时

分后

炖汤

蒸煮

寿司饭

煲仔饭

酸奶

蛋糕

时间 按键

- 要在预约状态下查看烹调时间时，按此按键。
- 要设置烹调时间时，需先按此按键。
- 要调整时钟时，需长按此按键3秒。

预约 按键

- 要预约时，按此按键。

关/取消 按键

- 可取消不正确的操作，或关闭保温。

开 按键

- 开始烹调或预约时间设置结束时按此按键。

保温 按键

- 要保温时，按此按键。

时间

预约

保温

开

关/取消

提示

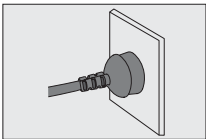
产品在工作状态下，对「关/取消」按键的操作需要更长的时间，这属于正常现象。

使用前

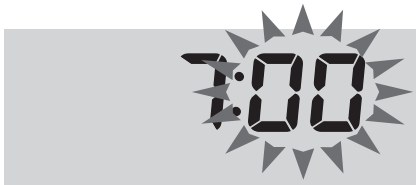
调整时钟

例：要将上午7:00调到上午8:30时

① 插好电源插头。



② 按住「时间」按键，保持3秒钟以上。
(当听到蜂鸣器发出“哔”的声音时，放开按键。)
液晶显示屏上“分”位数字闪烁，再按一下「时间」按键，则“时”位数字闪烁。
※只能调整闪烁的数字。



③ 按「<」或「>」按键调整时间。
每按一次「<」或「>」按键，“分”位时间便以1分钟为单位，“时”位数字以1小时为单位增加或减少。
(时间调整好后，数字闪烁几下自动停止，则时间调整完成。)
※工作状态下无法调整时间。
※长按「<」或「>」按键，则时间可快速前进或后退。
※时钟为24小时制，24:00以0:00表示。
※时间显示有误差时，则预约烹调的时间和烹调结束时间均会出现误差，敬请及时调准时间。



7

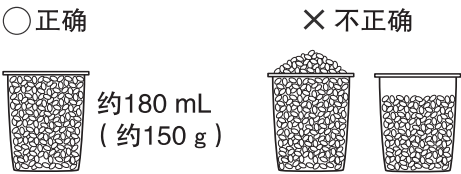
准备 洗米、加水

初次使用前

- 请先烧开一锅水，再倒掉。
- ①加水至“短粒米”的2.5刻度线，闭合外盖。
 - ②选择“蒸煮”功能，烹调时间设定为15分钟。
 - ③蜂鸣器响后，取出内锅，倒掉里面的水。
- 注意：此时内锅非常热，请用毛巾等包裹后取出内锅，以免烫伤。

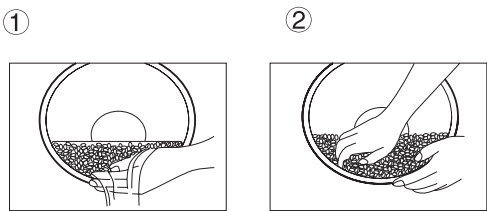
1 用附属的计量杯量米

●一次可煮的米量， 封底“规格”。



2 将米洗至水清

- ①加入充分的水，快速搓洗后立即倒掉水。
- ②重复数次洗米→用水冲洗，将米洗至水清为止。
- 为避免擦伤内锅表面的不粘涂层，请勿直接用内锅洗米。
- 请把米洗干净。否则会有产生锅巴的可能，而且残留的米糠会影响米饭的味道。



3 将洗好的米放入内锅

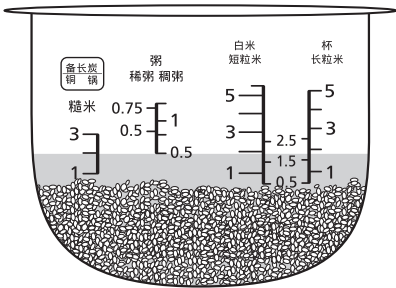
- 根据需要加水至相应的刻度线（ P9），并擦干内锅外表面。
- 放在平坦的台面上加水，并整平米的表面。
（确认左右的刻度，加水至相同的高度）
 - 炖汤时，食材加水的容量不能超过“稠粥”的最大刻度线。
 - 煮煲仔饭、什锦饭时，请按表1加水。

表1

米量 (计量杯)	水量	
	煲仔饭	什锦饭
1	“白米” 刻度线	
2		
3		

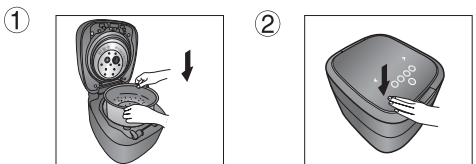
※以上水量可根据个人喜好适当增减。
（水加的过多时，烹调时可能会沸腾溢出。）

例）烹调2 计量杯米时，加水至“白米”的刻度线“2”处。



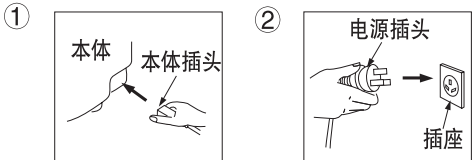
4 将内锅放入本体内，闭合外盖

- 关闭外盖时，请确认发出“咔嗒”的闭合音，若未正确安装内盖，则外盖无法闭合。
（ P16内盖）
- 确认感应保湿装置是否安装到位。（ P17感应保湿装置）



5 插上插头

- 请先插上本体插头，再插电源插头，并确保两者均已插到底。



准备

功能的选择/烹调时间的设定/煮出美味米饭的诀窍

■功能的选择

表2

烹调类别	功能选择	水位线	^{*1} 烹调时间 (约)	^{*2} 保温 (自动)	^{*3} 预约时的可设定范围
烹调短粒米	标准	白米 (短粒米)	37 分钟	○	50 分钟以上
	晶雪粒		48 分钟	○	70 分钟以上
	超快速		27 分钟	○	40 分钟以上
	粘糯		52 分钟	○	60 分钟以上
	Q弹		45 分钟	○	70 分钟以上
烹调长粒米	标准	白米 (长粒米)	32 分钟	○	60 分钟以上
	晶雪粒		47 分钟	○	70 分钟以上
	超快速		27 分钟	○	40 分钟以上
烹调糯米饭	糯米	糯米	42 分钟	×	60 分钟以上
烹调什锦饭	标准、晶雪粒、粘糯、Q弹(短粒米或长粒米)	白米(短粒米或长粒米)	*1	×	*3
烹调糙米	糙米	糙米	1 小时20 分钟	×	120 分钟以上
烹调煲仔饭	煲仔饭	白米 (短粒米或长粒米)	42	×	×
烹调粥	稠粥	稠粥	表 3	×	烹调时间+1 分钟以上
	粗粮粥				
	稀粥	稀粥			
烹调寿司饭	寿司饭	寿司饭	42 分钟	○	60 分钟以上
蒸煮	蒸煮	蒸煮40 分钟以上时 请加3 计量杯水	表 3	×	×
炖汤	炖汤	至“稠粥”最大水位线	表 3	×	×
烘烤蛋糕	蛋糕	-	表 3	×	×
制作酸奶	酸奶	700 mL	表 3	×	×
^{*1} - 在电压为220 V，室温20℃，水温20℃，米量为中间量（3 计量杯）时，烹调所需的参考时间。 - 烹调的实际时间会根据米量、水量、电压、室温、水温、米质的不同而变化。 - 什锦饭、煲仔饭的烹调时间会根据使用的食材而变化。					
^{*2} - 除酸奶以外，所有功能在烹调结束后都将自动转为保温。 - 但是打“×”的功能不建议保温，烹调结束后请尽快按「关/取消」。					
^{*3} - 冷饭加热、炖汤、蒸煮、煲仔饭、酸奶、蛋糕功能不能预约。 - 烹调什锦饭时，请勿使用预约功能，以免食材变质或影响性能。 - 当设定的预约时间少于烹调时间时，将直接进行烹调。 - 夏季等高温天气下，预约时间请勿超过8 小时，以免米粒等变质。					

■烹调时间的设定

表3

烹调类别	功能选择	烹调时间 设定范围	设定单位	初期值	调理时间的显示	调理时间 的记忆
烹调粥	稠粥	40 分钟~2 小时	10 分钟	1 小时	到2 小时后又回到40 分钟	○
	稀粥					○
	粗粮粥	1 小时~3 小时	30 分钟	2 小时	到3 小时后又回到1 小时	○
蒸煮	蒸煮	1 分钟~60 分钟	1 分钟	5 分钟	到60 分钟后又回到1 分钟	○
炖汤	炖汤	40 分钟~2 小时	10 分钟	1 小时	到2 小时后又回到40 分钟	○
烘烤蛋糕	蛋糕	40 分钟~60 分钟	1 分钟	60 分钟	到60 分钟后又回到40 分钟	○
制作酸奶	酸奶	4 小时~12 小时	30 分钟	6 小时	到12 小时后又回到4 小时	○

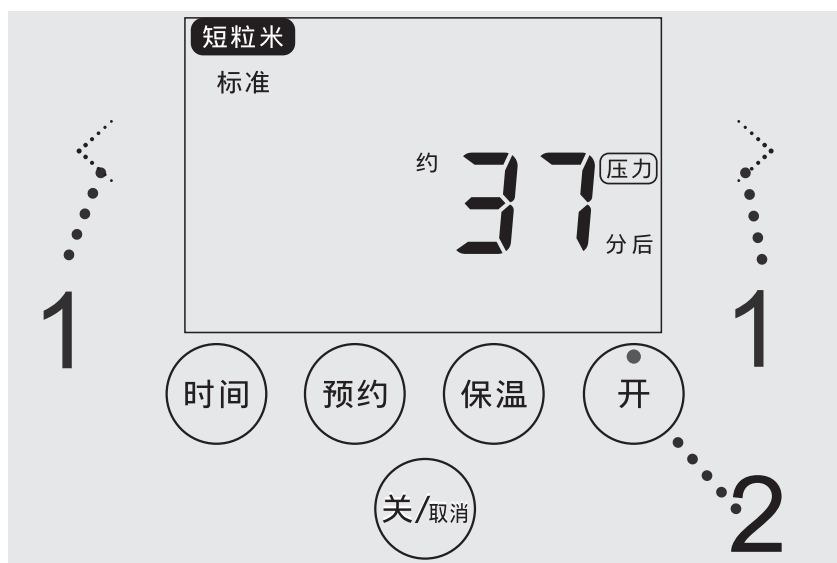
★煮出美味米饭的诀窍

- ① 正确量水及量米。
- ② 轻柔并快速地洗米。
● 勿将米放置在洗米箩内。
(以免米粒碎裂或米饭粘锅。)
- ③ 在平坦的台面加水。
● 勿用热水及pH9以上的碱性水。
(以免米饭粘锅或变黄。)



关于各功能

短粒米、长粒米、糙米、糯米、煲仔饭、寿司饭/保温



短粒米可选择：标准、晶雪粒、超快速、粘糯、Q弹

长粒米可选择：标准、晶雪粒、超快速

■ 温馨提示

- 煮什锦饭时，请勿选择“超快速”功能。（水量参照P8表1）
- 用“超快速”煮饭时，因时间缩短，米饭会稍硬或有锅巴产生。
→ 预先将米浸泡在水中，则可以使煮好的米饭变软。
- 用“晶雪粒”功能会使米饭更松软可口。
- 请不要将糙米与白米（短粒米、长粒米）混合煮饭，以免影响煮饭效果。

※用“短粒米”的“标准”功能煮饭时

1 按<或>，选择“短粒米”的“标准”。

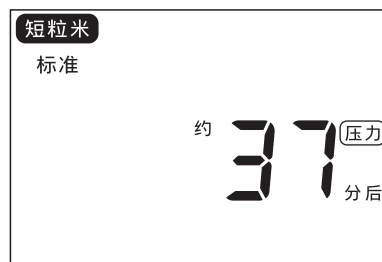
- 闪烁的为所选择的功能。
- “开”指示灯闪烁。
- 能记忆上一次使用的煮饭功能。

通常的情况下请使用“标准”。
除“标准”以外，还可以选择“晶雪粒”、“超快速”、“粘糯”、“Q弹”功能。
（上述功能只适用于“短粒米”和“长粒米”。其中“粘糯”、“Q弹”仅适用于“短粒米”。）



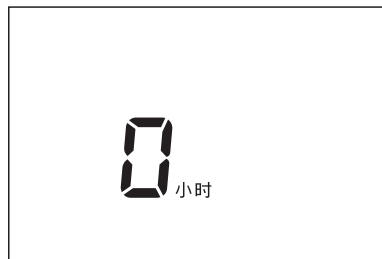
2 按<开>，烹调开始。

- “开”指示灯点亮。



3 烹调结束，翻松米饭。

- 蜂鸣器响后，烹调结束，自动转入保温状态。
为防止米饭粘在一起，请尽快翻松米饭。
- 什锦饭、煲仔饭，请尽快按「关/取消」按键，以免影响口感。

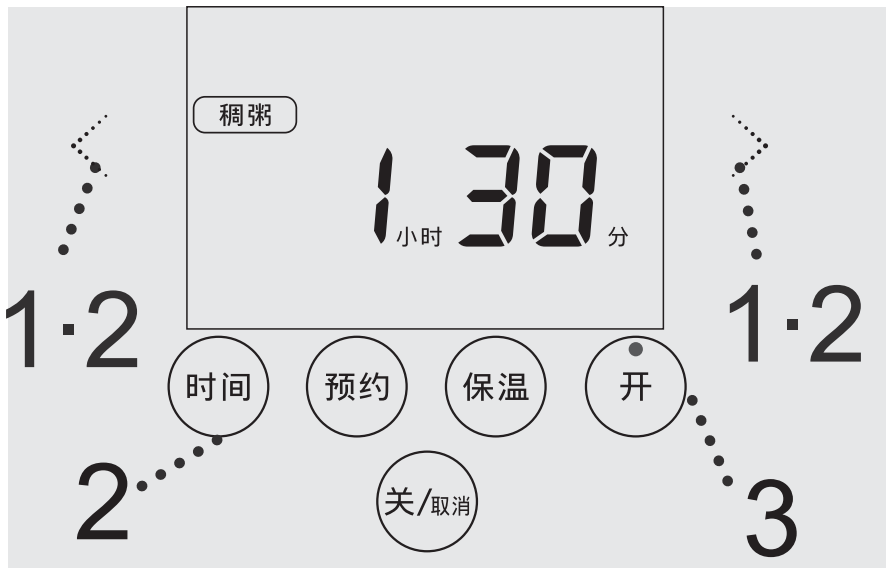


保温

- 保温时间显示从0到23共24小时，超过24小时后，显示当前时间但仍然继续保温。
1小时以内时，显示0小时。
- 保温超过96小时，保温将自动停止，显示屏显示“U14”，请按「关/取消」按键，取消错误显示。
- 米饭以在保温12小时以内食用为佳，以免米饭变色或变味。
- 保温时，内锅的边缘部有时会出现少量水珠。
- 保温时内锅中如放有饭勺等盛饭用具则会影响米饭的味道。

关于各功能

稠粥、稀粥、粗粮粥、炖汤



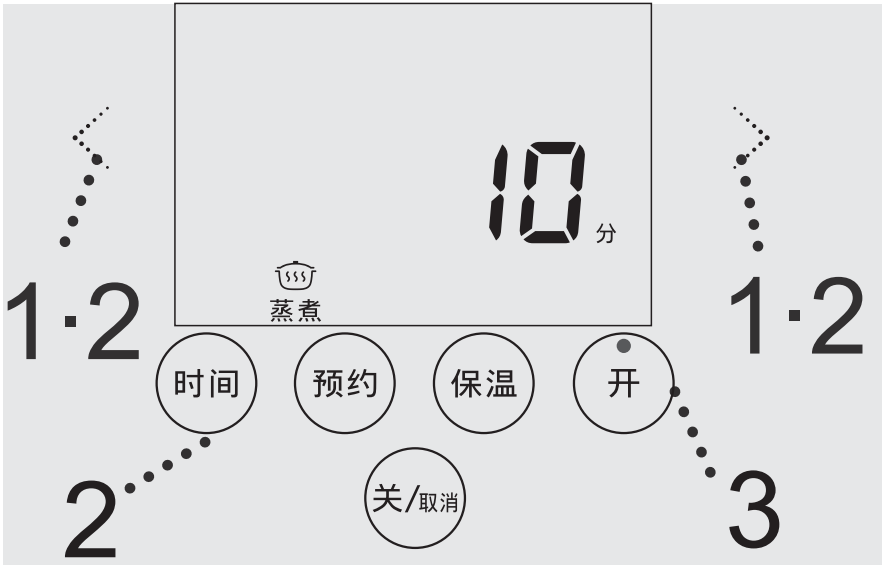
■温馨提示

- 烹调中打开外盖，会增加结露量。
- 水量、米量不正确，可能会导致米汤从感应保温装置或蒸汽口中溢出。
- 如保温时间过长，粥将会变稠。
- 炖汤时，如超过“稠粥”的最大刻度线，可能会造成溢出。
(封底规格)
- 每次使用完毕后，应取下感应保温装置清洗，以免产生异味。

※用1.5小时烹调稠粥时

1 按 或 ，选择“稠粥”。 ● 闪烁的为所选择的功能。 ● “开”指示灯闪烁。	
2 按 ，再按 或 ，设定烹调时间。 ● 每按一次「<」或「>」按键，烹调时间便会以10分钟为单位增加或减少。 ● 长按「<」或「>」按键，时间可快速前进或后退。 ● 能记忆上一次的烹调时间。 ※ 烹调时间的可设定范围 P9表3。	
3 按 ，烹调开始。 ● “开”指示灯点亮。 ● 剩余时间以1分钟为单位递减。	
4 蜂鸣器响后，烹调结束，自动转入保温状态。 ● 为避免因保温而影响口感，请尽快按「关/取消」按键。	

关于各功能 蒸煮



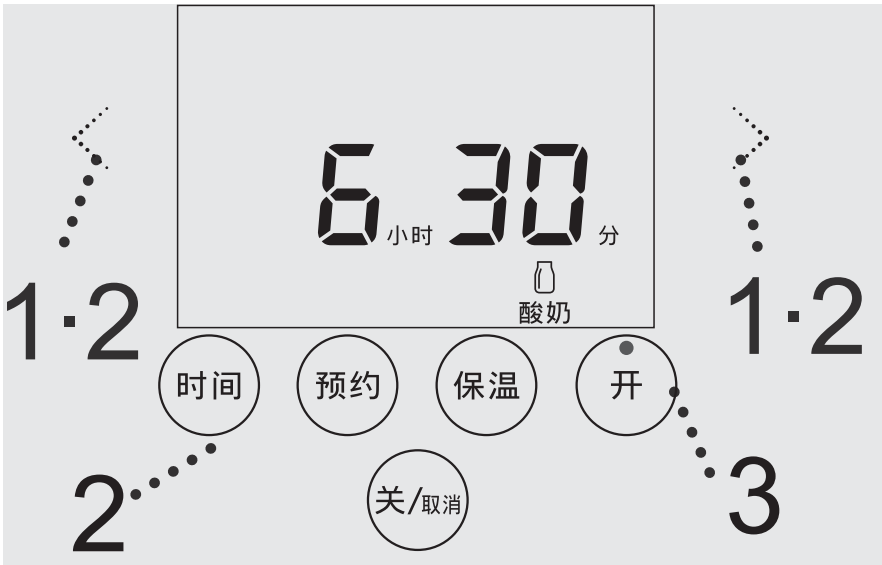
- 温馨提示**
- 如选择了较长的蒸煮时间(如蒸煮40分钟以上,加水量☞P9表2),以免水被蒸干。
 - 显示屏内显示的时间为内锅中的水沸腾后的剩余时间。
 - 请勿将可能堵塞内盖上的孔的物品放入内锅。

※要蒸煮10分钟时

准备 ①向锅内放入适量的水。 ③放入需蒸煮的食物。 ②放入蒸板。 ④闭合外盖。	
1 按<或>, 选择“蒸煮”。 ●闪烁的为所选择的功能。 ●“开”指示灯闪烁。	
2 按时间, 再按<或>, 设定烹调时间。 ●每按一次「<」或「>」按键, 烹调时间便会以1分钟为单位增加或减少。 ●长按「<」或「>」按键, 时间可快速前进或后退。 ●能记忆上一次的烹调时间。 ※ 烹调时间的可设定范围☞P9表3。	
3 按开, 烹调开始。 ●“开”指示灯点亮。 ●水沸腾后, 剩余时间以1分钟为单位递减。	
4 蜂鸣器响后, 烹调结束, 自动转入保温状态。 ●为避免因保温而影响口感, 请尽快按「关/取消」按键。 ●此时, 蒸板变的非常热, 取出时请务必当心烫手。	

关于各功能

酸奶、蛋糕



■ 温馨提示

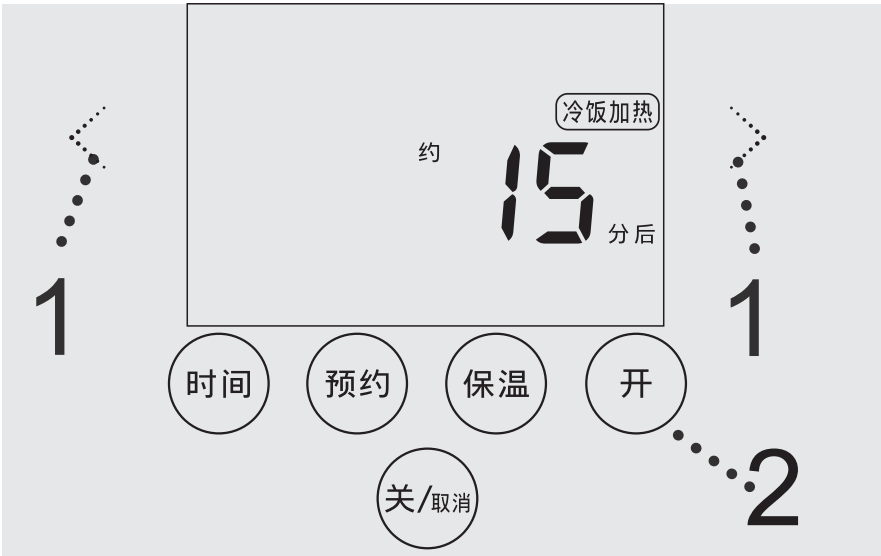
- 蛋糕糊不能超过600 g。
(蛋糕粉、牛奶、鸡蛋等的总重量)，
以免导致蛋糕烘烤不熟。
- 除了P19 食谱（苹果蛋糕）的方法
以外，还能用蛋糕粉做蛋糕，具体
参照蛋糕粉的使用说明。
- 烘烤大量的蛋糕糊时，烹调时间
请设定为60 分钟，以免蛋糕不熟。

※用“酸奶”功能制作酸奶（6.5 小时）时

准备 ※准备工作请参照P19 食谱（酸奶）的1）~4）。	
1 按 或 ，选择“酸奶”。	
2 按 ，再按 或 ，设定烹调时间。	
3 按 ，烹调开始。	
4 蜂鸣器响后，烹调结束。	

关于各功能

冷饭加热



■ 温馨提示

- 加入冷饭时，请不要超出最大冷饭量(如表4所示)。
- 建议冷饭加热的次数为一次，以免影响米饭的口感。
- 请不要加热什锦饭和煲仔饭，以免影响口感。

※冷饭加热时

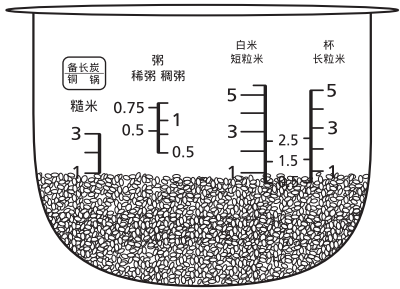
准备

- 请将锅内的冷饭搅拌均匀，使之平整。
- 冷饭加热时，请参照下记水量表的标准加水。

表4

冷饭量(刻度线)	水量(计量杯)
1	---
2	1/2
3	1/2

- 冷饭加热的最大量：3 刻度线*。
- *是指白米刻度线。



1

按 或 ，选择“冷饭加热”。

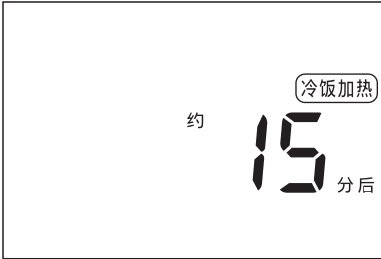
- 闪烁的为所选择的功能。
- “开”指示灯闪烁。



2

按 ，烹调开始。

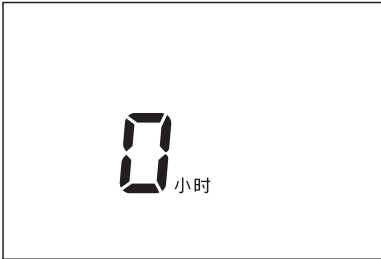
- “开”指示灯点亮。
- 不管冷饭量多少，加热时间都约15 分钟。
- 剩余时间以1 分钟为单位递减。



3

蜂鸣器响后，烹调结束，自动转入保温状态。

- 请尽快翻松米饭，米饭将更美味。



预约功能



■温馨提示

- “冷饭加热”、“炖汤”、“蒸煮”、“煲仔饭”、“酸奶”、“蛋糕”不能使用预约功能。
- 烹调什锦饭时，请勿使用预约功能，以免食材变质或影响性能。
- 夏季等高温天气下，预约时间请勿超过8小时，以免米粒等变质。
- 预约功能设定的时间为烹调结束的时间。
- 能记忆上一次的预约时间及烹调时间。

※想用“⌚₁”功能在11:30完成“短粒米”的“晶雪粒”时

首先确认当前时间是否正确。 如果不正确，请调整到正确时间。（☞ P7） 1 按P10～P11的方法选择功能。 ●闪烁的为所选择的功能。	
2 按 ，选择“⌚₁”。 ●预约煮粥时，需先按P11 步骤2设定烹调时间，再按「预约」按键。如先按了「预约」按键，则可按「时间」按键返回烹调时间的设定模式。 ●本产品可以设定两个不同的预约时间（如早饭和晚饭），每按一次「预约」按键， → → 将交替显示。	
3 按 或 ，设定预约时间。 ●每按一次「<」或「>」按键，预约时间便会以10分钟为单位增加或减少。 ●长按「<」或「>」按键，时间可快速前进或后退。 ●当设定的预约时间少于烹调时间时，将直接进行烹调。 ※可以预约的功能和时间范围☞ P9表2。	
4 按 ，预约烹调开始。 ●“开”指示灯熄灭，“预约”指示灯点亮，预约设定完成。 ●想要在预约状态下确认煮粥时间时，请按「时间」按键。 ●预约状态下，按「预约」按键可查看当前时间。	

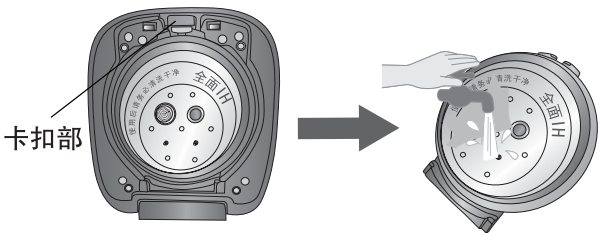
清洁保养

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。
- 请勿使用干碗机/洗碗机或烘干机。

内盖

使用厨房专用中性清洗剂清洗。



■拆卸方法

向下按卡扣部（内盖会向面前方向倾倒），取出。

■安装方法

- ① 将内盖插入槽位内（两侧）。
- ② 把卡扣部压入外盖，直至发出“咔嗒”的声音。

提示

- 每次烹调完后，请及时清洗。（以免米粒堵塞减压阀、回流阀等。）
- 使用调味料后（煲仔饭等），请及时清洗。（以免产生异味、变质或锈蚀。）

外盖内表面 / 垫圈

用拧干的湿毛巾擦拭。

- 请拆下感应保湿装置，擦拭外盖内表面及垫圈部。
- 请勿拉扯垫圈。

底传感器

用拧干的湿毛巾擦拭。

- 如污垢很难清除，用少量厨房专用中性洗涤剂，再用尼龙刷轻轻擦拭。

提示

- 如果不擦干净底传感器，则米饭可能会被烧焦，煮不好。

上框罩板 / 内锅旋转防止橡胶（4处）

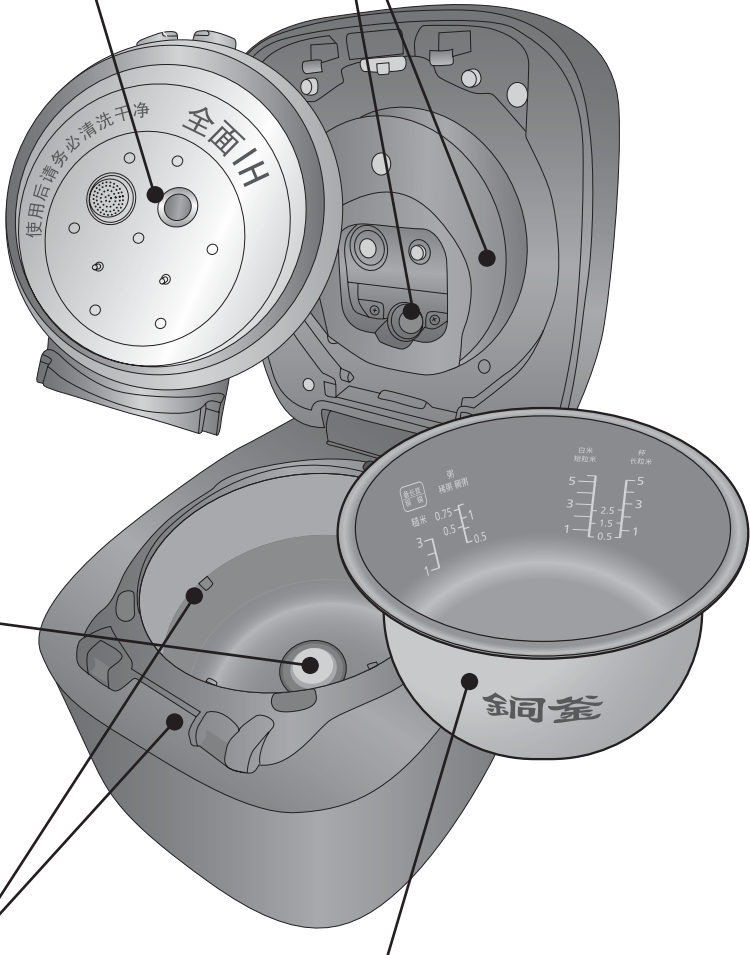
用拧干的湿毛巾擦拭。

提示

- 请勿将水倒入进行清洗。

内锅

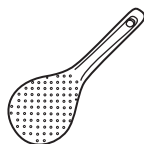
- 用稀释后的餐具清洗剂和海绵及水清洗。擦干内锅外侧表面的水分。
- 请勿将内锅作为清洗容器。
- 涂氟面可能会出现变色或斑纹现象，但不影响健康及使用。



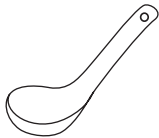
清洁保养

附属品

用稀释后的餐具清洗剂和海绵清洗



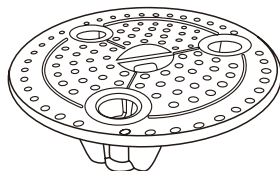
饭勺



粥(汤)勺



计量杯

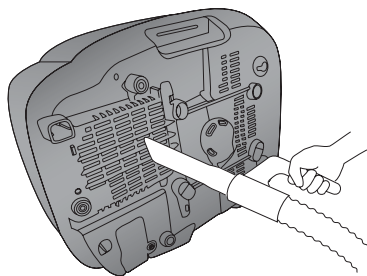


蒸板

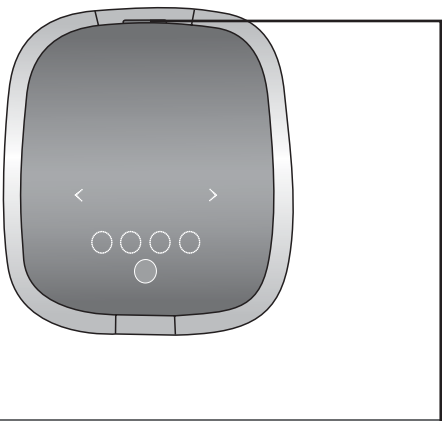
定期检查

- 大约每月检查一次，如有污垢请及时清除。

产品底部
(吸气口 / 排气口)



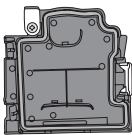
用吸尘器吸除垃圾及异物等。



感应保湿装置

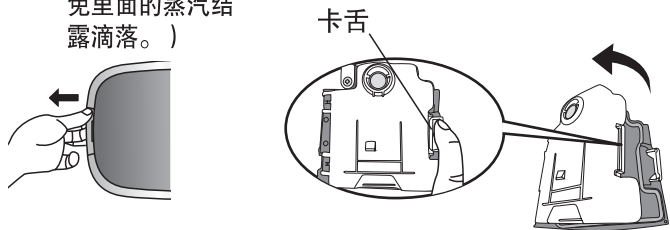
拆下并冲洗。

感应保湿装置中容易残留汤水或油污，因此，每次使用后请用水清洗。
(否则可能产生异味或变质。)



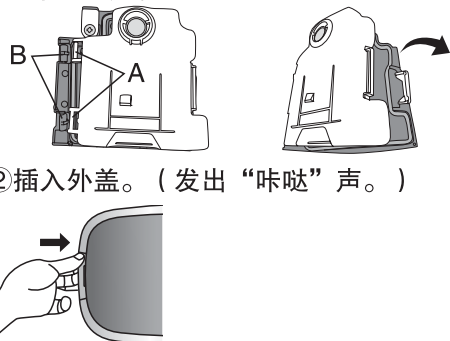
■ 拆除时

- ① 从外盖上拔出。
- ② 拨开卡舌，将感应保湿装置分解。
(请平行取出，以免里面的蒸汽结露滴落。)

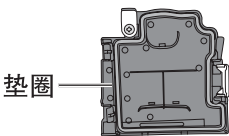


■ 安装时 (按与拆除时相反的顺序。)

- ① 将A插入B，并闭合感应保湿装置，直至听到“咔哒”声。
- ② 插入外盖。(发出“咔哒”声。)



- 请不要拆下垫圈。
(否则可能导致蒸汽泄漏。)
- 若垫圈脱落，请沿着槽安装。



食谱

注意：· 根据加入米饭内的不同食材，饭的底部可能有烧焦的现象。
· 煮红豆粥时，红豆的皮可能会堵塞蒸汽口，而使外盖自动弹开，请格外注意！
· 炖汤时，请使用“炖汤”功能，最大烹调量至“稠粥”的最大刻度线，以免溢出。
※1 杯(量杯)：约150 g

养生粥

食材：		调味料：	
大米	15 g	白糖	适量
糯米	10 g		
小米	10 g		
黑米	10 g		
红枣	15 g		
芝麻	10 g		

做法：

- 1) 将所有食材洗净后，放入内锅。
- 2) 加水至“稠粥”刻度线“0.5”处，并闭合外盖。
- 3) 按「〈」或「〉」按键，选择“粗粮粥”，烹调时间设定为2 小时，再按下「开」按键。
- 4) 蜂鸣器响后，烹调结束。（可根据个人口味加入适量白糖）

注：请勿烹调较难煮熟的食材（例如：薏米、花生、玉米等），以免影响烹调效果。

排骨菌菇汤

食材：		调味料：	
白玉菇	70 g	料酒	适量
蟹味菇	70 g	盐	适量
杏鲍菇	60 g	姜	数片
小排	300 g	葱	适量
		白胡椒粉	少许

做法：

- 1) 三种菌菇在加了适量盐的淡盐水中浸泡10 分钟。排骨用水冲洗干净后，用沸水焯一下。
 - 2) 把三种菌菇洗净，切去根部，杏鲍菇切小段。
 - 3) 将排骨和菌菇、姜片放入内锅，加入适量料酒，加水至“稠粥”的最高刻度线，并闭合外盖。
 - 4) 按「〈」或「〉」按键，选择“炖汤”，烹调时间设定为1 小时30 分钟，烹调开始。
 - 5) 烹饪结束后，打开外盖，加入适量盐、白胡椒粉及葱花调味即可。
- 注：菌菇可选用自己喜欢的种类。

家常寿司

食材：		调味料：	
寿司米	2 杯	寿司醋	适量
海苔片	若干	美乐滋	适量
黄瓜	2 根	芝麻	少许
火腿肠	3 根		
蟹棒	若干		
肉松	适量		

做法：

- 1) 将寿司米洗净，放入内锅，按「〈」或「〉」按键，选择“寿司饭”，按下「开」按键。
- 2) 烹调结束后，打开外盖，将寿司饭晾至温热。
- 3) 将寿司醋倒入寿司饭里面，搅拌均匀，晾凉，撒上白芝麻，拌匀。
- 4) 将海苔片放在寿司帘上面，把寿司饭均匀平铺在海苔片上，均匀挤上美乐滋，铺上蟹棒、肉松、黄瓜、火腿肠。
- 5) 由下往上卷起来，尽量卷紧，用刀将寿司卷切成约1 cm厚的段即可。

糯米鸡翅

食材

糯米	250 g
鸡翅	5 个
鸡蛋	1 个

调味料

生抽	20 mL	姜片	适量
老抽	适量	蒜	适量
腐乳汁	适量	淀粉	少许
香油	少许		

做法：

- 1) 将糯米洗净后，浸泡3 小时以上。
- 2) 将鸡翅表面划两刀，用生抽，老抽，腐乳汁，香油，姜片和蒜腌制30 分钟，鸡蛋打成蛋液，加入少许淀粉拌匀。
- 3) 将鸡翅在蛋液中充分浸泡后，在糯米中滚一圈，使两面均沾上糯米。
- 4) 在内锅中放入蒸板，将裹上糯米的鸡翅装盘后，放在蒸板上，注入2杯清水闭合外盖，然后按「〈」或「〉」按键，选择“蒸煮”，烹调时间设定为30 分钟，再按下「开」按键。

酸奶

食材：

酸奶	25 mL
牛奶	125 mL
砂糖	10 g

做法：

- 1) 将玻璃杯、勺子用热水消毒* (*: 用95 ℃以上的水泡5 分钟)。
- 2) 将酸奶、牛奶、白糖放入冷却后的玻璃杯，并用勺子充分搅拌。
- 3) 用保鲜膜将玻璃杯口密封。
- 4) 向内锅放入700 mL水，再放入3) 的杯子，并闭合外盖。
- 5) 按「〈」或「〉」按键，选择“酸奶”，烹调时间设定为6 小时，再按下「开」按键。

※· 酸奶的浓稠度可通过调整酸奶和牛奶的比例，或烹调时间来调整。

另，白糖的量也可根据个人喜好调整。

· 冷却后，请放入冰箱进行保存。

苹果蛋糕

食材：

低筋面粉	150 g	黄油	30 g+30 g
鸡蛋	3 个	苹果	1 个(稍大)
白糖	150 g	柠檬汁	15 mL

做法：

- 1) 将苹果切成均匀的小片，铺到内锅锅底，加入25 g黄油，15 mL柠檬汁，按「〈」或「〉」按键，选择“蒸煮”，烹调时间设定10-15 分钟。
- 2) 熬出的汁倒入一个容器，加入5 g黄油，融化。
- 3) 将鸡蛋的蛋白和蛋黄分开到两个盆中（无水无油），在蛋黄中加入30 g白糖，把白糖和蛋黄搅拌均匀至顺滑无颗粒。
- 4) 在蛋白中加入白糖120 g，用打蛋器打发至打蛋器可以直立在蛋白上不倒，将蛋黄加入到蛋白中，左右搅拌均匀。
- 5) 分次在蛋糕糊中加入过筛的低筋面粉，搅拌均匀至顺滑无颗粒。
- 6) 在蛋糕糊中加入融化的黄油30 g搅拌至顺滑无颗粒。
- 7) 在蛋糕糊中加入苹果汁溶液搅拌均匀至顺滑无颗粒。
- 8) 将蛋糕糊倒入铺满苹果的内锅，再闭合外盖。
- 9) 按「〈」或「〉」按键，选择“蛋糕”，烹调时间设定为50 分钟，然后按下「开」按钮。
- 10) 烹调结束后，按「关/取消」按钮。
- 11) 取出内锅并冷却2 分钟，然后倒转内锅把蛋糕倒入盘中或碟上，等它冷却后便可切开享用。

※: 烹调苹果后，请等本体完全冷却，再烹调蛋糕。

是否真的发生了故障？

在委托维修之前请先进行检查。

现 象	请检查	参考页码
一开始预约就开始烹调	● 时钟是否准确？（24 小时制显示） ● 预约时间是否在“预约时的可设定范围”之外。	7 9
不在预约时间烹调	● 当前时间显示是否正确？（24 小时制显示） ● 是否已按了 [开] 按键？	7 15
烹调时间长	● 如果连续烹调，则烹调时间将会变长。（最多可能会延长30 分钟左右） ● 因米饭量和水量不同，在烹调中途，可能会停止剩余时间显示并进行调整。 ● 是否显示“U12”或“U15”？	— — 22
烹调时间短	● 可能会因米饭量和水量不同，在烹调途中调整剩余时间显示。	—
发出声音	● “卜—”音…是风扇驱散热量的转动声音。 ● “叽—”音…是IH（电磁加热）的通电声音。保温中有时会听到这样的声音。 ● “咻—”音…是蒸汽喷出的声音。	— — —
蒸汽从蒸汽口以外的部位漏出	● 内盖的锅垫圈部和内锅的锅沿上是否附有米饭，或内锅是否已变形？ ● 内盖是否每次使用后都进行清洗，并正确安装？	— 16
不能进行按键操作	● 按键的指示灯是否点亮着？ →烹调、预约、保温中途，无法进行按键操作。 请按 [关/取消] 按键后再进行操作。 待 (压力) 标识消失,确认无蒸汽后进行操作。 ● 是否带着手套或手指上贴有创可贴等物进行操作。	— —
在烹调中发生停电时	● 烹调结束的时间可能会延后。 ● 根据停电时间长短的不同，有时可能会煮不出美味可口的米饭。	— —
从电源插头冒出火花	● 在插、拔电源插头时，有时可能会冒出小火花。 这是IH（电磁加热）方式固有的特点，不是故障。	—
当显示消失	● 插入电源插头时，是否显示“8 : 30”？ [显 示] 锂电池已耗尽。 只要插入电源插头就可以进行烹调及保温操作，但想要预约烹调时，每次必须进行时钟的核对。此时请更换新电池。 电池固定于本体内部，客户自己无法进行更换。 [不显示] 电路板发生故障。 →电池的更换或故障的修理，请委托Panasonic认定维修店进行。	—

须 知

- 不小心误将水和大米直接倒入未放置内锅的本体时，请向Panasonic认定维修店咨询。

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
发粘（较软）	● 米量和水量是否正确？ ● 是否混入较多碎米？ ● 是否长时间浸泡水中？（预约时间太长等） →使用预约功能烹调时，需少放些水。 ● 是否使用热水洗米？ ● 煮好后，是否立即将米饭翻松？ ● 新米是否放入较多水进行烹调？
发干（较硬）	● 米量和水量是否正确？ ● 是否用“超快速”功能进行烹调？
粥变糊状	● 预约定时烹调时，是否让米长时间浸泡于水中？ ● 是否对粥进行了保温？
饭烧焦	● 洗米是否充分？ ● 内锅底部、底传感器及本体内部是否附有异物？ ● 是否进行了预约定时烹调？ ● 是否混入较多碎米？ ● 是否放入调料进行烹调？（煲仔饭等） ● 锅底形成的淡黄色的糊焦，不是故障。 →确认上述内容后仍未改善，请参考“如要改善饭焦”（P23）。
结露 有气味 带黄色	● 煮好后，是否立即将米饭翻松？ ● 是否保温超过12小时？ ● 是否把冷饭添加到内锅里并进行了保温？ ● 洗米是否充分？ ● 是否在放入饭勺的状态下进行了保温？ ● 因米的种类或所用水质的不同，煮熟的饭可能会带黄色。 ● 在放入调料烹调煲仔饭等后，可能有气味。 →请仔细清洗内锅、内盖及感应保湿装置。
米饭干燥	● 是否保温超过12小时？ ● 是否反复加热冷饭？ ● 内盖的锅垫圈部和内锅的锅沿上是否附有米饭，或内锅是否已变形？
米饭粘在内锅上	● 因大米品种不同，柔软的米饭和粘性好的米饭可能会容易粘锅。
形成一层薄膜	● 是否残留着糠皮？ 糯米纸状的薄膜是由于淀粉溶解后干燥所生成的，对人体无害，米没有洗干净则容易生成这种薄膜。
米饭粘在内盖上	● “可变压力”（使米粒舞动抑制煮饭不均的烹调方法）的特有现象，并非故障。

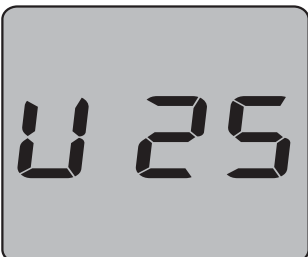
出现问题时

外盖难以打开
外盖难以闭合

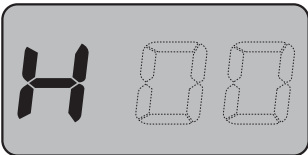
- 下钩卡部、上框罩板、上钩卡部或内盖的调压阀里是否堵塞了米粒等？
- 是否放入内锅？
→ 没有放入内锅时,会有外盖难以打开的情况。
- 是否正确安装了内盖？
- 内盖是否折断或变形？
→ 请勿使用并向Panasonic认定维修店联系咨询。
- 压力烹调过程中，即使按下开盖按钮也不会打开外盖。
(如遇断电情况请参照P3压力烹调处理方法。)
- 由于是密封度高的压力式电饭煲，特别是在煮饭之后立即翻松米饭等时，会令人感到难以闭合，这个并非故障。
- 取消烹调后立刻打开外盖或在烹调途中断电打开外盖，可能会造成外盖无法闭合的情况。这属于"可变压力"的特有现象，并非故障。

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	参考页码
	● 是否已将内锅放入？ → 请按〔关/取消〕按键，待错误显示消失后，放入专用的内锅，再次进行操作。	—
	● 锅底或底传感器上是否附有异物？ → 请清除异物及污渍，然后按〔关/取消〕按键。 ● 水量是否太多？ → 请按〔关/取消〕按键。 (连续烹调时，可稍微减少一些水)	5 —
	● 保温时间是否在96 小时以上？ → 请按〔关/取消〕按键。	10
	● 外盖是否开着？ ● 是否已安装感应保湿装置？ → 如果已丢失，请向Panasonic顾客咨询服务中心咨询。 (联系方式见封底。) 没有感应保湿装置虽也能烹调，但 ①饭的味道会变差。(保温时米饭会变干) ②煮好后，可能会再次出现“U15”显示。	— 17
	● 产品底部的吸气口及排气口是否有灰尘等异物阻塞？ → 请按下記步骤清除灰尘。 ①按〔关/取消〕按键，然后拔掉电源插头。 ②待产品冷却后，取出内锅。 ③清除产品底部的吸气口/排气口中的灰尘。(参照P17) ● 产品是否有在地毯等物品上使用？ → 请勿在可能会堵塞产品底部的地方使用。	— 5

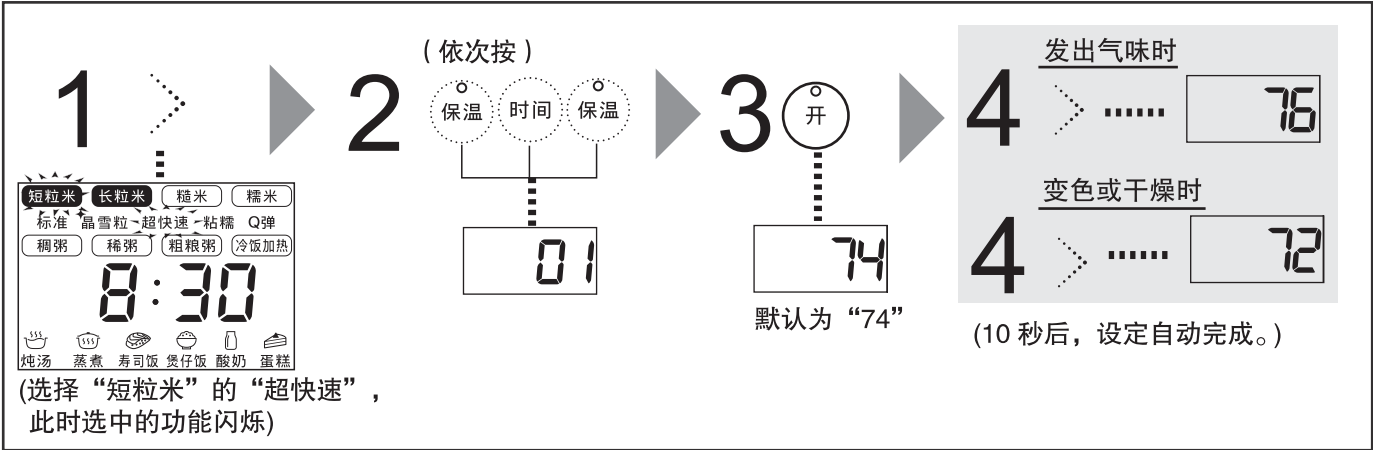
当进行了上述处理后仍不能恢复正常时，请委托Panasonic认定维修店修理。

	● 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)。	—
--	--	---

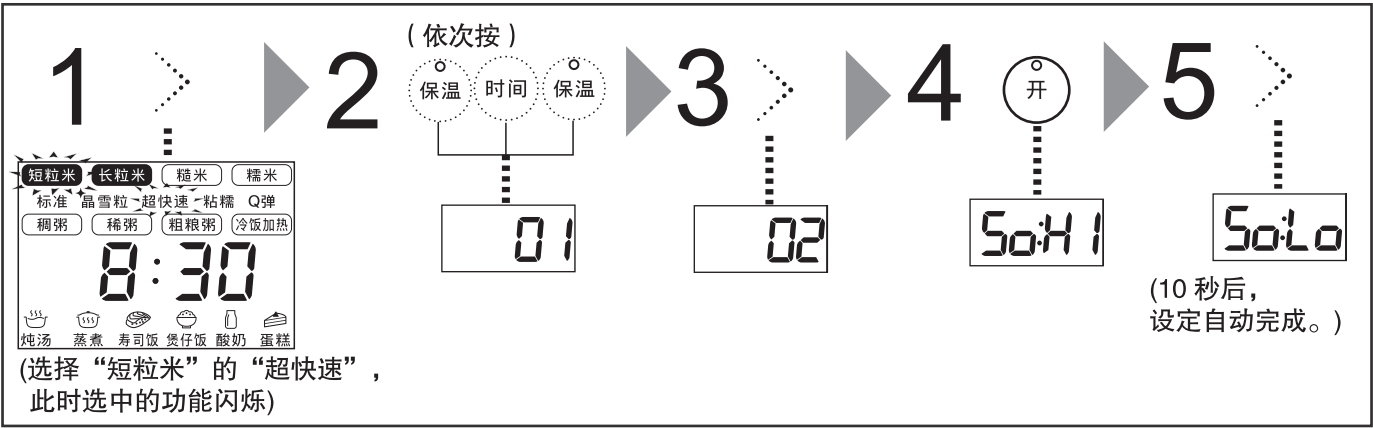
想要改善时（优化功能）

■ 如要变更保温温度（默认的保温温度为74）

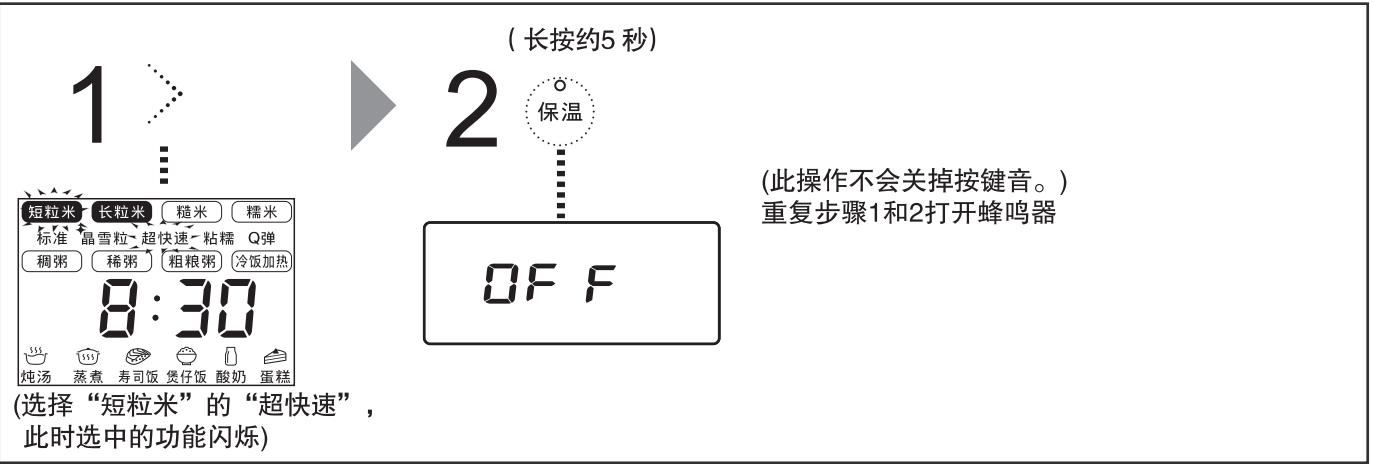
- 当保温的米饭发出气味时请变更为“76”，变色或干燥时请变更为“72”。（74→76→72）
- 各步骤之间的操作请务必在15秒之内完成，超过15秒将会退出设定模式。



■ 如要改善饭焦



■ 如要在烹调、冷饭加热时消除蜂鸣声(结束提示音)



规格

型 号			SR-AE101-W	SR-AE101-K	SR-E10H1-W
电压/额定频率			220 V ∼ 50 Hz		
额定功率			1200 W		
保温功率			700 W		
煮饭容量（米量） （约）L	短粒米	标准	0.09 ∼ 1.01 [0.5 ∼ 5.6 杯]		
		晶雪粒	0.09 ∼ 1.01 [0.5 ∼ 5.6 杯]		
		超快速	0.09 ∼ 1.01 [0.5 ∼ 5.6 杯]		
		粘糯	0.09 ∼ 1.01 [0.5 ∼ 5.6 杯]		
		Q弹	0.09 ∼ 1.01 [0.5 ∼ 5.6 杯]		
	长粒米	标准	0.09 ∼ 0.90 [0.5 ∼ 5 杯]		
		晶雪粒	0.09 ∼ 0.90 [0.5 ∼ 5 杯]		
		超快速	0.09 ∼ 0.90 [0.5 ∼ 5 杯]		
	糙米		0.18 ∼ 0.54 [1 ∼ 3 杯]		
	糯米		0.18 ∼ 1.01 [1 ∼ 5.6 杯]		
	煲仔饭		0.18 ∼ 0.54 [1 ∼ 3 杯]		
	什锦饭		0.18 ∼ 0.54 [1 ∼ 3 杯]		
	寿司饭		0.18 ∼ 1.01 [1 ∼ 5.6 杯]		
煮粥容量（米量） （约）L	稠粥・粗粮粥		0.09 ∼ 0.225 [0.5 ∼ 1.25 杯]		
	稀粥		0.09 ∼ 0.135 [0.5 ∼ 0.75 杯]		
炖汤的最大烹调容量(食材+水)（约）L			1.7※1		
蛋糕糊的最大量（约）g			600		
电源线长度（约）m			1.0		
产品重量（约）kg			7.3		
外形尺寸 （约）cm	宽		26.7		
	深		32.8		
	高		22.3（45.1※2）		

- （※1）为到“稠粥”的最大水位线的烹调容量。
- （※2）为打开外盖时的高度。
- 在产品电源“关”的状态下，消耗电力约为1.7 W。

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，因全球技术发展水平限制而无法实现有害物质的替代。						

杭州松下厨房电器有限公司
浙江省杭州市杭州经济技术开发区松乔街2号10幢
原产地：中国 杭州
电 话：(0571)86835000 邮 编：310018
Panasonic顾客咨询服务中心：400-810-0781
Panasonic 官方：<http://panasonic.cn/>
©Panasonic Corporation 2016-2017

RZ19EH972
S1016-20317 中国印刷
发行：2017年3月