

Panasonic®

使用说明书

家庭用 微电脑电压力电饭煲

执行标准:
GB4706.1-2005
GB4706.19-2008



本使用说明书中的图片均以SR-MPE157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

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

使用前

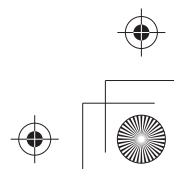
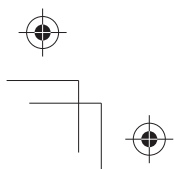
准 备	8
• 洗米、加水	8
• 功能的选择/烹调时间的设定/ 煮出美味米饭的诀窍	9
关于各功能	10
• 白米、煲仔饭/保温	10
• 稠粥、稀粥、粗粮粥、炖汤	11
• 蒸煮	12
• 酸奶、蛋糕	13
• 冷饭加热	14
预约功能	15
清洁保养	16 ~ 17
食谱	17 ~ 18

使用方法

是否真的发生了故障?	19
出现问题时	20
当出现这样的显示时	21
想要改善时（优化功能）	22
规格	23

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。

■ 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

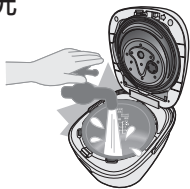


■ 电源・电源线・电源插头

- 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务必确保手是干燥的。
(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

- 请勿在散热孔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。

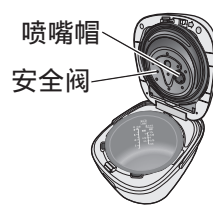


- 请勿自行更改、拆解或修理产品。
(以免导致火灾、触电或受伤。)
→ 如需修理，请与Panasonic认定维修店联系咨询。
- 使用中或刚使用后，请勿将脸或手靠近蒸汽口处，对小孩要格外注意。
(以免导致烫伤。)
- 请勿将产品用于使用说明书记载以外的任何用途。
(否则可能会导致火灾、烧伤、受伤或触电。)
· 对于使用不当或未能遵守使用说明书而导致的情况，Panasonic 将不承担任何责任。



■ 使用

- 请勿将可能堵塞喷嘴帽、安全阀的物品放入内锅。
(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本体。
(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，待本体冷却后，用一字螺丝刀打开本体铰链罩部盖板，取出拉到标记处尽头为止后，打开外盖，再装回即可。



铰链罩部盖板

· 烹调过程中，若拔出电源，会出现外盖无法打开的情况，请在通电后，按「关/取消」按键，待液晶中 **压力** 消失后，方可打开外盖。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。



■ 电源 · 电源线 · 电源插头

- 务必要单独使用规格为AC 220 V/6 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6 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：

· 球阀可正常活动，安全阀可上下移动。

· 喷嘴帽没有被堵塞。

· 内盖的卡扣部无弯曲变形。

· 本体(锅垫圈、内锅边缘、上框)

上无米粒等异物附着。

(以免导致产品故障，无法正常使用。)

- 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。

→ 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。)
- 搬运本体时,请勿触碰开盖按钮。
(以免使外盖打开,从而导致受伤。)
- 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。)

在使用过程中发生停电时

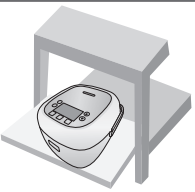
包括在中途拔掉电源插头,跳闸等情况。

- 发生瞬间停电时,重新通电后,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。
- 如果拔掉插头后,按开盖按钮无法打开外盖时,请重新插上插头,按「关/取消」按键,静置12秒后,再按开盖按钮即可打开外盖。
- 若停电时出现按开盖按钮无法打开外盖的情况,请参照 P3 “在压力烹调的过程中...”。

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10 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。）



- 请及时清理粘在本体上（铸造加热器、温度传感器、内锅底部）的饭粒等异物。（以免出现饭焦、饭烧不熟等情况。）

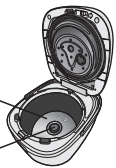
边缘或底部



（内锅）

铸造加热器

温度传感器



- 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（散热孔）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。）

- 请勿把需要烹调的食物直接倒入没有放入内锅的本体内。（以免因杂质而引起故障。）

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里。（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)



- 请勿将内锅用作为洗碗容器。
- 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。
- 请勿使用干碗机或洗碗机 / 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。
→ 使用软海绵进行清洗。



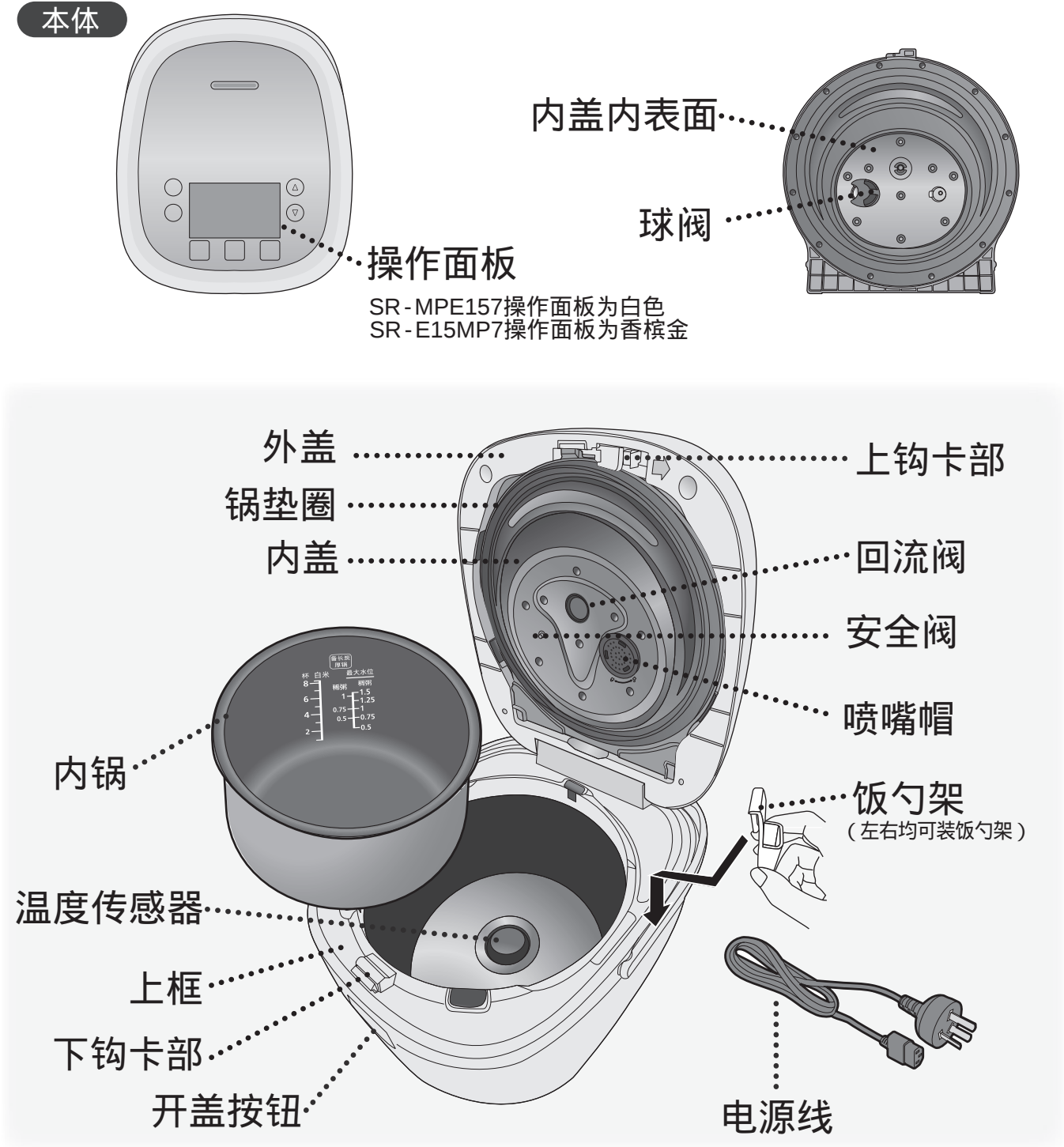
提示

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、附属品、内盖。(P16-17)

本体



附属品



零件名称/调整时钟

操作面板

预约

保温

预约 按键

● 要预约时，按此按键。

保温 按键

● 要保温时，按此按键。

关/取消 按键

● 可取消不正确的操作，或关闭保温。

白米 标准 精煮 超快速 粘糯 Q弹

稠粥 稀粥 粗粮粥 冷饭加热

约 88 : 88

压力

炖汤 蒸煮 煲仔饭 酸奶 蛋糕

关/取消

开始

时间

△ 选择

▽

△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。

时间 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。

● 要在预约状态下查看烹调时间时，按此按键。

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

插好电源插头。

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。

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

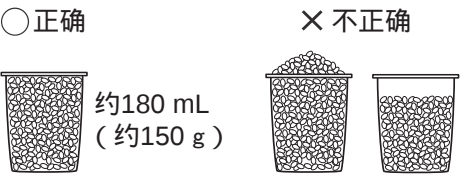
准备 洗米、加水

初次使用前

请先烧开一锅水，再倒掉。
加水至“白米”的6水位线，闭合外盖。
选择“蒸煮”功能，烹调时间设定为15分钟。
蜂鸣器响后，取出内锅，倒掉里面的水。
注意：此时内锅非常烫，请用毛巾等包裹后取出内锅，以免烫伤。

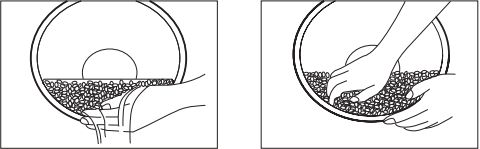
1 用附属的计量杯量米

- 一次可煮的米量，☞ P23“规格”。



2 将米洗至水清

- 加入充分的水，快速搓洗后立即倒掉水。
- 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

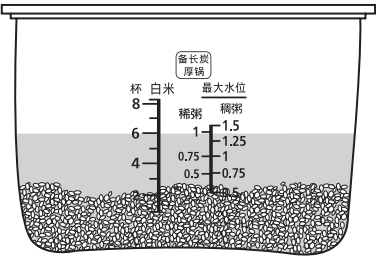
- 根据需要加水至相应的水位线（☞ P9），并擦干内锅外表面。
- 放在平坦的台面上加水，并整平米的表面。（确认左右的刻度，加水至相同的高度）
 - 炖汤时，食材加水的容量不能超过“稠粥”的最大水位线。
 - 煮什锦饭、糯米饭时，请按表1加水。

表1

米量 (计量杯)	水量	
	什锦饭	糯米饭 (计量杯)
1	“白米” 水位线	1
2		2
3		3
4		4
5		5
6		6

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6计量杯米时，加水至“白米”的水位线“6”处。



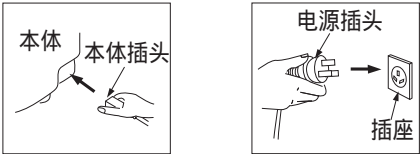
4 将内锅放入本体内，闭合外盖

- 为使锅底和铸造加热器能紧密贴附，请将内锅按箭头所示方向转动2~3次。
- 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）



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
烹调白米	标准	白米	42 分钟	○	70 分钟以上
	精煮		50 分钟	○	70 分钟以上
	超快速		27 分钟	○	70 分钟以上
	粘糯		52 分钟	○	70 分钟以上
	Q弹		45 分钟	○	70 分钟以上
烹调糯米饭	精煮	参照P8 表1	*1	×	*3
烹调什锦饭	标准、精煮、粘糯、 Q弹	白米	*1	×	*3
烹调煲仔饭	煲仔饭	白米	42 分钟	×	-
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			
蒸煮	蒸煮	蒸煮40 分钟以上时 请加4 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	加水 700 mL	表 3	×	-
*1 · 在电压为220 V，室温20℃，水温20℃，米量为中间量（4 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、糯米饭的烹调时间会根据使用的食材而变化。					
*2 · 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。 · 烹调糯米饭和什锦饭时，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	調理时间的显示	調理时间的 记忆
烹调粥	稠粥	1 小时~3 小时	30 分钟	1 小时	到3 小时后又回到1 小时	○
	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	1 小时~4 小时	30 分钟	2 小时	到4 小时后又回到1 小时	○
烘烤蛋糕	蛋糕	40 分钟~60 分钟	1 分钟	50 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

- 正确量水及量米。



- 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。)

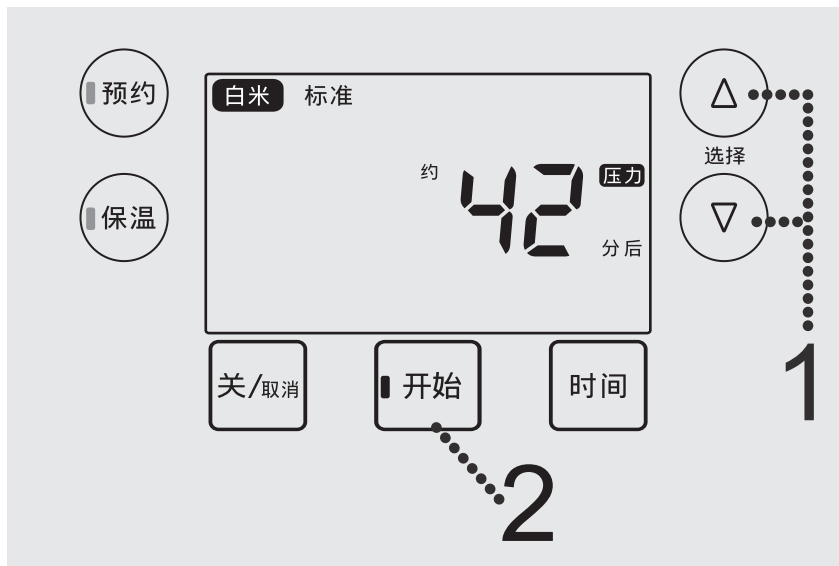


- 在平坦的台面加水。
- 勿用热水及pH9以上的碱性水。
(以免米饭粘锅或变黄。)



关于各功能

白米、煲仔饭/保温



■温馨提示

- 煮什锦饭和糯米饭时，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“精煮”功能会使米饭更松软可口。

用“白米”的“标准”功能煮饭时

1 按 Δ 或 ∇ ，选择“白米”的“标准”。

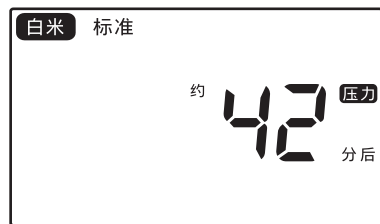
- 闪烁的为所选择的功能。
- “开始”指示灯闪烁。
- 能记忆上一次使用的白米功能。

通常的情况下请使用“标准”。
除“标准”以外，还可以选择“精煮”、“超快速”、“粘糯”、“Q弹”功能。



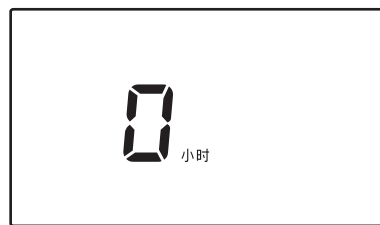
2 按 $\square$ 开始，烹调开始。

- “开始”指示灯点亮。
- 剩余时间以1分钟为单位递减，“糙米”、“超快速”功能不显示剩余时间，烹调结束前约10分钟开始显示剩余时间。



3 烹调结束，翻松米饭。

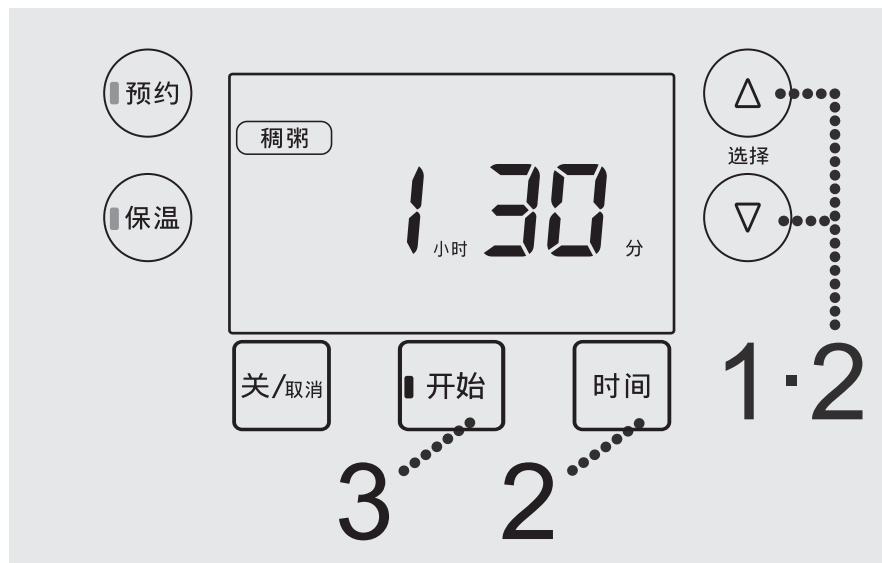
- 蜂鸣器响后，烹调结束，自动转入保温状态。为防止米饭粘在一起，请尽快翻松米饭。
- 什锦饭、煲仔饭和糯米饭，请尽快按「关/取消」按键，以免影响口感。



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5 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”的最大水位线，可能会造成溢出。（P23 规格）

用1.5 小时烹调稠粥时

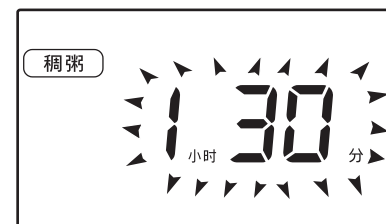
1 按 Δ 或 ∇ ，选择“稠粥”。

- 闪烁的为所选择的功能。
- “开始”指示灯闪烁。



2 按 时间，再按 Δ 或 ∇ ，设定烹调时间。

- 每按一次「 Δ 」或「 ∇ 」按键，烹调时间便会以30 分钟为单位增加或减少。
 - 长按「 Δ 」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 开始，烹调开始。

- “开始”指示灯点亮。
- 剩余时间以1 分钟为单位递减。



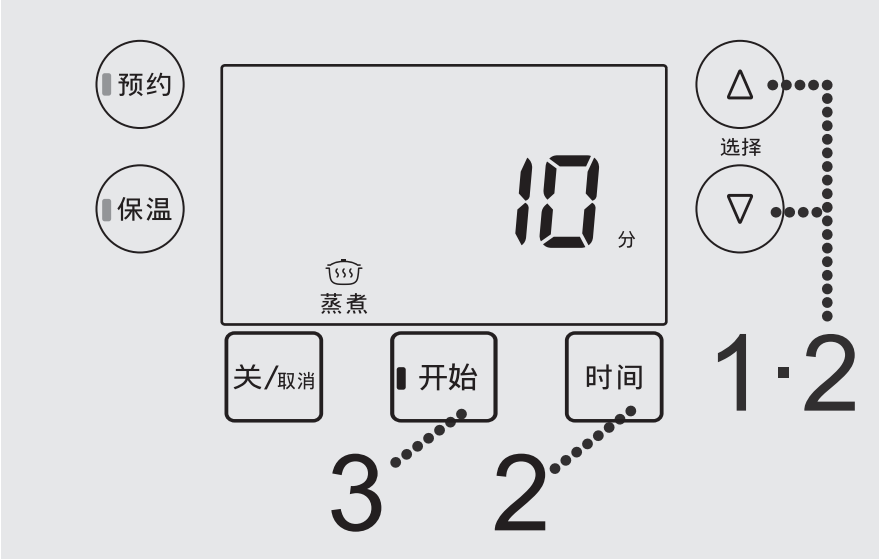
4 蜂鸣器响后，烹调结束，自动转入保温状态。

- 为避免因保温而影响口感，请尽快按「关/取消」按键。



使用方法

关于各功能 蒸煮

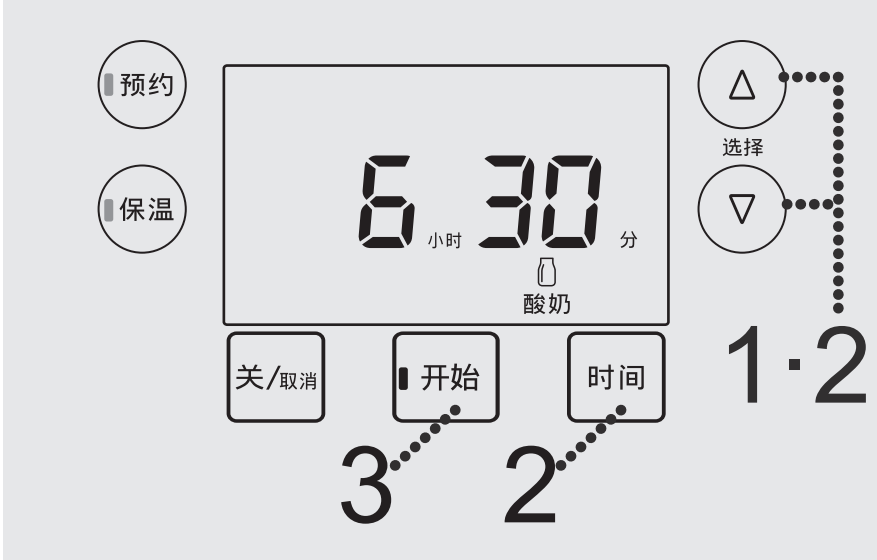


- 温馨提示
- 如选择了较长的蒸煮时间（如蒸煮40 分钟以上，请加4 计量杯水），以免水被蒸干。
 - 显示屏内显示的时间为内锅中的水沸腾后的剩余时间。
 - 请勿将可能堵塞安全阀、喷嘴帽的物品放入内锅。

要蒸煮10 分钟时

准备 向锅内放入适量的水。放入需蒸煮的食物。放入蒸板。闭合外盖。	
1 按 Δ 或 ∇，选择“蒸煮”。 • 闪烁的为所选择的功能。 • “开始”指示灯闪烁。	
2 按 时间，再按 Δ 或 ∇，设定烹调时间。 • 每按一次「Δ」或「∇」按键，烹调时间便会以1 分钟为单位增加或减少。 • 长按「Δ」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 $\Rightarrow$ P9表3。	
3 按 开始，烹调开始。 • “开始”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，盘子和蒸板变的非常烫，取出时请务必当心烫手。	

关于各功能 酸奶、蛋糕

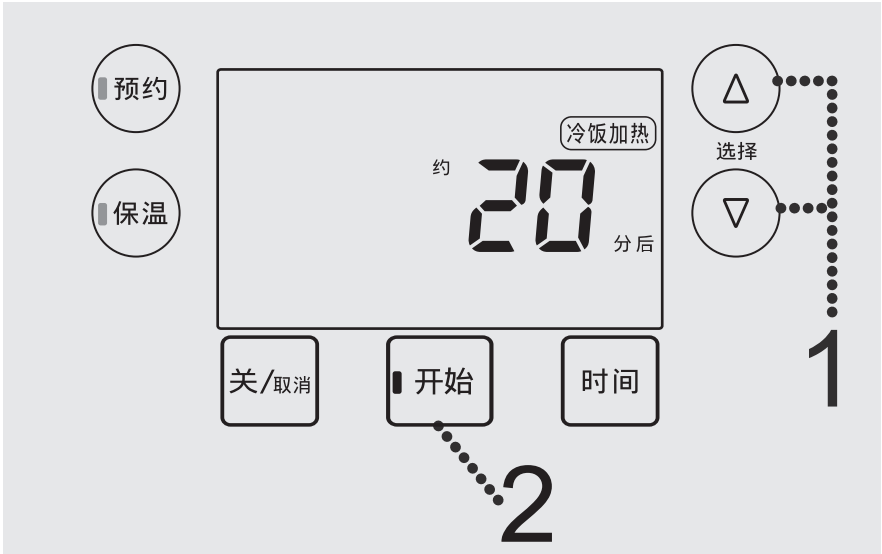


- 温馨提示
- 蛋糕糊不能超过550 g。（蛋糕粉、牛奶、鸡蛋等的总重量），以免导致蛋糕烘烤不熟。
 - 除了P17 食谱 蛋糕（低筋粉版）的方法以外，还能用蛋糕粉做蛋糕，具体参照蛋糕粉的使用说明。
 - 烘烤最大量的蛋糕糊时，烹调时间请设定为60 分钟，以免蛋糕不熟。

用“酸奶”功能制作酸奶（6.5 小时）时

准备 准备工作请 P18 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、糯米饭和煲仔饭，以免影响口感。

冷饭加热时

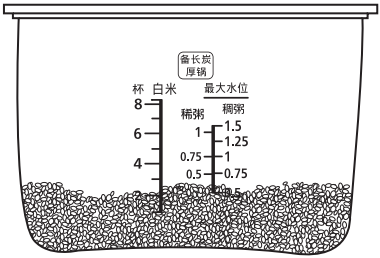
准备

- 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（水位线）	水量（计量杯）
1	---
2	1/2
3	1/2
4	1/2

■ 冷饭加热的最大量：白米水位线4。



1

按  或 ，选择“冷饭加热”。

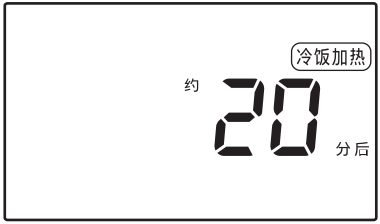
- 闪烁的为所选择的功能。
- “开始”指示灯闪烁。



2

按 ，烹调开始。

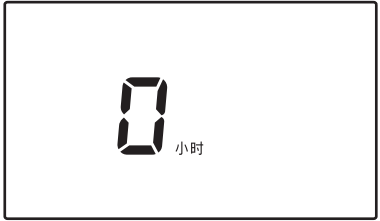
- “开始”指示灯点亮。
- 不管冷饭量多少，加热时间都约20分钟。
- 剩余时间以1分钟为单位递减。



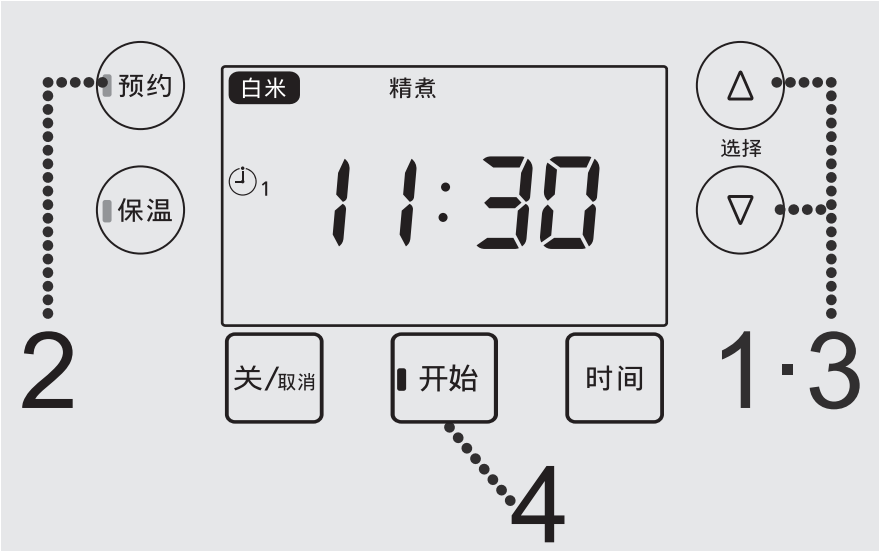
3

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。
- 烹调什锦饭和糯米饭时，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“白米”的“精煮”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）

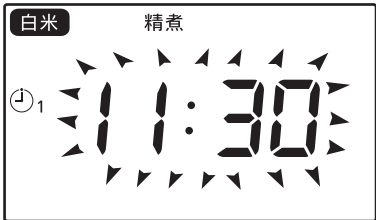
- 1 按P10～P11的方法选择功能。
- 闪烁的为所选择的功能。
 - “开始”指示灯闪烁。



- 2 按 预约 ，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，
⌚₁ → ⌚₂ → ⌚₁ 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 开始 ，预约烹调开始。
- “开始”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

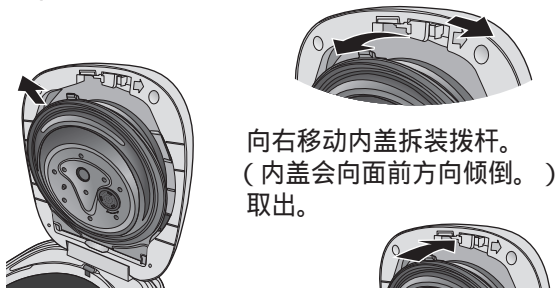
注意

- 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 / 垫圈

使用厨房专用中性清洗剂清洗。

■ 拆卸时



向右移动内盖拆装拨杆。
(内盖会向面前方向倾倒。)取出。

■ 安装时

将内盖插入槽位内 槽位
(两侧)。
向外盖按入，直至听到“咔嗒”一声。

提示

- 请勿拉扯垫圈。
- 每次烹调完后，请及时清洗。
(以免米粒堵塞球阀等。)
- 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。)
- 清洗喷嘴帽时，请按“↺↻”的方向进行拆卸与安装。

外盖内表面

用拧干的湿毛巾擦拭。

- 擦拭外盖内表面。

温度传感器 / 铸造加热器

有粘附物时，请用纤细砂纸(600号左右)轻拭或用干布擦拭。

提示

- 如果不擦干净，则米饭可能会被烧焦，煮不好。

上框

用拧干的湿毛巾擦拭。

提示

- 请勿将水倒入进行清洗。

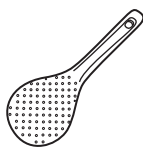
内 锅

- 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。
- 根据使用频率，内锅外层表面会垂洟摩擦后产生的痕迹,但这种情况并不影响使用性能。

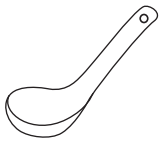
清洁保养

附属品

用稀释后的餐具清洗剂和海绵清洗



饭勺



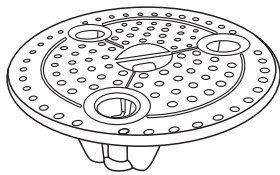
粥(汤)勺



饭勺架



计量杯



蒸板

食谱

(注意事项  P18)

蛋糕（低筋粉版）

食材：

低筋面粉	100 g	黄油	30 g (融化用)
鸡蛋	3 个	牛奶	25 mL
白糖	100 g		

做法：

- 1) 准备食材。将鸡蛋的蛋清和蛋黄分开到两个盆中（无水无色拉油），在蛋黄中加入20 g白糖，把白糖和蛋黄搅拌至顺滑无颗粒。
- 2) 在蛋清中加入白糖80 g，用打蛋器打发至打蛋器可以直立在蛋清上不倒，将蛋黄加入到蛋清中，左右搅拌均匀。
- 3) 分次在蛋黄糊中加入过筛的低筋面粉，搅拌至顺滑无颗粒。再向蛋糕糊中加入融化的黄油、牛奶，搅拌至顺滑无颗粒。
- 4) 在内锅中抹上适量黄油，将蛋糕糊倒入内锅，闭合外盖，按「△」或「▽」按键，选择“蛋糕”，烹调时间设定为50分钟，然后按「开始」按键。
- 5) 烹调结束后，按「关/取消」按钮，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。

鲜香菇饭

食材：

白米	1杯
鲜香菇	4朵，切丝
鸡肉丝	20 g
芹菜末	15 g
水	1杯

调味料：

香油	3 mL
酱油	10 mL
糖	3 g
盐	2 g
黑胡椒粉	适量

做法：

- 1) 将米洗净后倒入内锅，并加入1杯水浸泡约15分钟。
- 2) 将所有调味料充分混合后，加入香菇丝、鸡肉丝拌匀，均匀地铺在“1)”的米上，再闭合外盖。
- 3) 按「△」或「▽」按键，选择“煲仔饭”，再按下「开始」按键。
- 4) 烹调结束后，按下「关/取消」按键，打开外盖，拌入芹菜末，再闭合外盖，利用余温焖5分钟后，再用饭勺轻轻拌匀即可。

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。
· 炖汤时，请使用“炖汤”功能，最大烹调量至“稠粥”的最大水位线，以免溢出。
1 杯（计量杯）：约150 g

酸奶

食材：

酸奶	25 mL
牛奶	125 mL
白糖	10 g

做法：

- 1) 将玻璃杯、勺子用热水消毒*（*：用95℃以上的热水泡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「开始」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。

菌菇排骨汤

食材：

白玉菇	70 g
蟹味菇	70 g
杏鲍菇	60 g
小排	300 g

调味料：

料酒	适量
盐	适量
姜	数片
葱花	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”的最大水位线，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，再按下「开始」按键。
 - 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。

糯米鸡翅

食材：

糯米	150 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) 在内锅中注入2杯清水，放入蒸板，将裹上糯米的鸡翅装盘后，放在蒸板上，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「开始」按键。

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「开始」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60 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。 • 加水过多。	— — —
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	• “咻—”音...是蒸汽喷出的声音。 • “叭”音...是内锅底部（外侧）的水滴受热膨胀后产生的破裂声音。	— —
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。	— —
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。

困惑时

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？ • 温度传感器、铸造加热器上是否有异物？
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？ • 碎米是否太多？
饭烧焦	• 洗米是否充分？ • 内锅底部、温度传感器及铸造加热器是否附有异物？ • 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、什锦饭等） • 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”（P22）。
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5 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、什锦饭等后，可能有气味。 → 请仔细清洗内锅、内盖。
米饭干燥	• 是否保温超过5 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

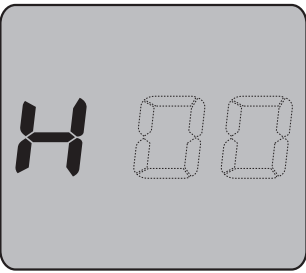
- 是否正确安装了内盖？
- 内盖是否折断或变形？
→ 请勿使用并向Panasonic认定维修店联系咨询。
- 压力烹调过程中，即使按下开盖按钮也不会打开外盖。
(如遇断电情况请参照P3“在压力烹调的过程中...”。)
- 由于是密封度高的压力式饭煲，特别是在煮饭之后立即翻松米饭等时，会令人感到难以闭合，这个并非故障。
- 取消烹调后立刻打开外盖或在烹调途中断电打开外盖，可能会造成外盖无法闭合的情况。这属于“可变压力”的特有现象，并非故障。

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
	• 保温时间是否在96 小时以上？ → 请按「关/取消」按键。	10

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。

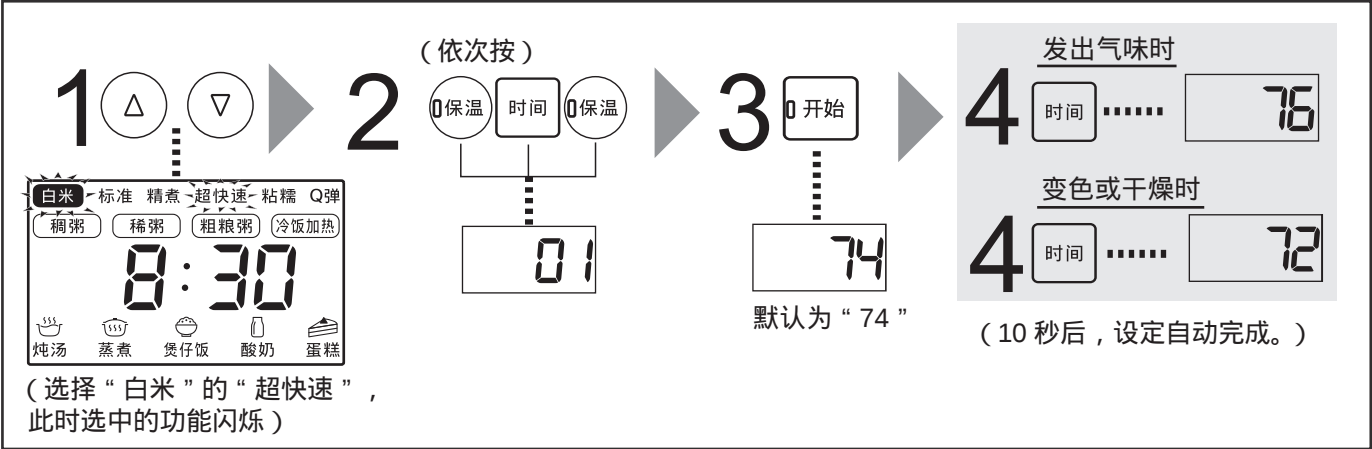
	• 尝试拔下电源插头，再重新插入。 如仍出现“H ”，则表示存在故障。 → 请咨询Panasonic认定维修店，并告知错误代码（“H ”后的两位数字）。 • 使用时若快速闭合外盖，此时按「开始」按键，可能会出现“H35 ”，此为正常现象。 → 尝试拔下电源插头，再重新插入并重新开闭外盖即可。	
---	--	--

困惑时

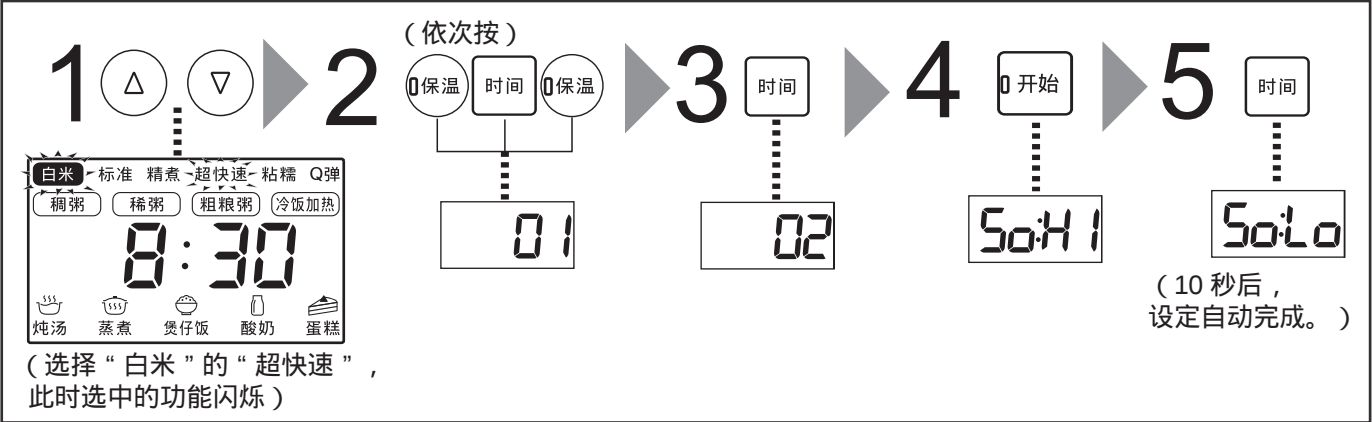
想要改善时（优化功能）

■ 如要变更保温温度（默认的保温温度为74）

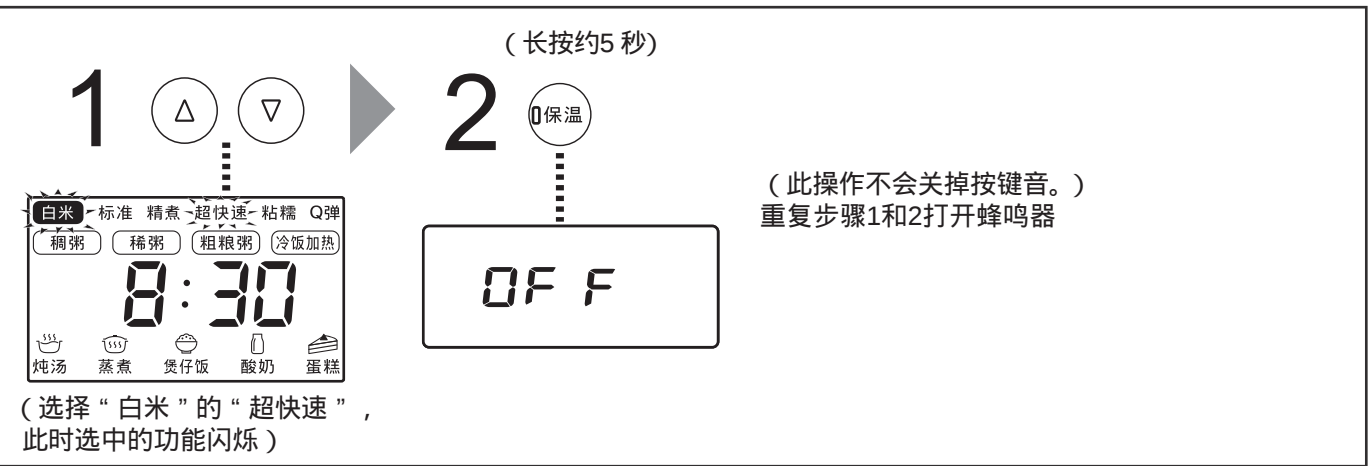
- 当保温的米饭发出气味时请变更为“76”，变色或干燥时请变更为“72”。（74→76→72）
- 各步骤之间的操作请务必在15秒之内完成，超过15秒将会退出设定模式。



■ 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-MPE157	SR-E15MP7
电压/额定频率			220 V ∼ 50 Hz	
额定功率			800 W	
保温功率			800 W	
煮饭容量（米量） （约）L	白米	标准	0.18 ∼ 1.5 [1 ∼ 8.3 杯]	
		精煮	0.18 ∼ 1.5 [1 ∼ 8.3 杯]	
		超快速	0.18 ∼ 1.5 [1 ∼ 8.3 杯]	
		粘糯	0.18 ∼ 1.5 [1 ∼ 8.3 杯]	
		Q弹	0.18 ∼ 1.5 [1 ∼ 8.3 杯]	
	煲仔饭		0.18 ∼ 1.08 [1 ∼ 6 杯]	
	什锦饭・糯米饭		0.18 ∼ 1.08 [1 ∼ 6 杯]	
煮粥容量（米量） （约）L	稠粥・粗粮粥		0.09 ∼ 0.27 [0.5 ∼ 1.5 杯]	
	稀粥		0.09 ∼ 0.18 [0.5 ∼ 1 杯]	
炖汤的最大烹调容量（食材+水）（约）L			2.1 ¹	
蛋糕糊的最大量（约）g			550	
电源线长度（约）m			1.0	
产品重量（约）kg			5.3	
外形尺寸 （约）cm	宽		28.4	
	深		33.7	
	高		24.3 (48.0 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，待机功率约为0.5 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。						

困
惑
时

微电脑电压力电饭煲食品接触材料列表

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	完成外盖	内盖支架 外盖	聚丙烯（PP）	GB4806.7-2016	——
		安全阀轴 压力导向罩板 球阀固定支架 喷嘴帽	聚苯乙烯（PS）		——
		锅垫圈 回流垫圈 罩板垫圈 安全阀垫圈 传感器用密封圈 排气杆垫圈	硅橡胶	GB4806.11-2016	——
		传感器接触器	铝（AL 1100）	GB4806.9-2016	——
		内盖 安全阀弹簧 球阀 铆钉	不锈钢（S30408）		——
2	本体	内锅	铝（AL 3004A） +聚四氟乙烯涂层	GB4806.9-2016 GB4806.10-2016	清洁时禁止 破坏表面涂层， 使用温度不得 高于250
3	附属品	粥勺 饭勺 蒸板 饭勺架	聚丙烯（PP）	GB4806.7-2016	——
		计量杯	聚丙烯（PP）		——
		蒸板支撑橡胶	硅橡胶	GB4806.11-2016	——

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
邮 编：310018
Panasonic顾客咨询服务中心：400-810-0781
Panasonic 官方：<http://panasonic.cn/>

©Panasonic Corporation 2017

RZ19EJ93
S0817-0 中国印刷
发行：2017年8月