

使用说明书

家庭用

微电脑电饭煲

型号

1.0L型	SR-MH101	SR-PMH101	SR-ME101
1.5L型	SR-MH151	SR-PMH151	SR-ME151
1.8L型	SR-MH181	SR-PMH181	SR-ME181

感谢您购买Panasonic产品。
为能正确使用及确保您的安全，
使用产品前请仔细阅读本使用说明书，
特别要留意【注意事项】(第1~2页)，
并请妥善保管，以备日后查询。

保留备用

符合国家标准：
GB4706.1-1998 GB4343.1-2003
GB4706.19-2004 GB17625.1-2003



本说明书中的图片均以MH1系列为例

另附保修证

目次

注意事项	1-2
零件名称	
· 本体	3
· 操作面板	4
时间的调整方法/关于锂电池	5
煮饭之前	
· 量米和洗米的方法	6
· 水量调整方法	6
准备/保温/关于各炊煮功能	7
· 白米(标准、超快速、精煮、稍软、稍硬)· 什锦饭·糯米饭·长粒米	7
· 稠粥·稀粥·炖汤·粗粮粥、煲仔饭	8
· 蒸	9
· 冷饭加热	10
预约功能	11
烹饪法	12-14
清洁保养	14-15
是否真正出现故障?	16
(煮饭效果不好时)	
显示屏出现下列现象时	16
规格	17
备注	18

初次使用时

使用方法

如果感到困惑时

■ 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害程度，如下区分说明。

	警告	可能造成人重伤或死亡的内容。
	注意	可能造成人身伤害和其它物品损害的内容。

■ 希望遵守的内容分类，用下列图标来区分说明。

	此类图标表示不能进行，“禁止”的内容。
	此类图标表示务必执行，“强制”的内容。

警告

为防止火灾、受伤、烫伤、起火、触电等



本电器用品并非设计给身体、感觉或心智功能不足者(包括孩童)、或缺乏经验及知识者使用，除非有能确保其安全者给予监督或指导，才能使用本产品。请注意避免让孩童戏玩本产品。



- 可能会造成火灾或导致受伤。

为避免发生事故，请务必遵守下记内容。



- 不要让儿童或不会操作的人使用，请将电饭煲放在儿童触碰不到的地方。

- 禁止淋水、直接用水清洗本体或把电饭煲浸在水中。



- 绝对不要试图自行改装、分解或修理本电饭煲。

正确使用电源线及插头



- 不要损伤电源线或电源插头，不要强行加工、弯曲、扭曲、拉伸或置于高温处、将重物放在上面或捆成一束。
(电源线破损，可能会导致火灾、触电)
- 插头破损、插座松动时，不要使用。
- 禁止湿手拔、插插头。
- 单独使用额定电压为220V的插座。
(若与其它电器并用，可能会因发热而引起火灾。)



- 一定要将电源插头切实插到底。
- 定期除去电源插头上的灰尘等。
(拔下本体插头、电源插头并用干布擦掉插头上灰尘。)

发生异常・故障时，请立即停止使用。

(可能会造成冒烟・起火、触电)



异常・故障例

- 电源线・插头异常发热。
- 电源线损伤或碰到线后时而通电、时而断电。
- 本体发生变形或异常发热。
- 本体冒烟或发出焦味。
- 本体的一部分破裂、松动或晃动。
- 放热板翘曲或内锅变形。



请立即拔掉电源插头，前往就近的维修点进行检查・维修。

不要将金属针等异物插入散热孔或间隙中。



- 否则可能会导致触电和异常，造成伤人事故。



使用中请勿靠近蒸气口，以免灼伤。



- 特别是儿童，要格外注意。



⚠ 注意

为防止火灾、受伤、烫伤、起火、触电等



- 请在电饭煲充分冷却后再进行清洗。
(以免碰到高温部, 引起烫伤。)



- 严禁使用非专用内锅。
(以免发生过热等异常现象。)

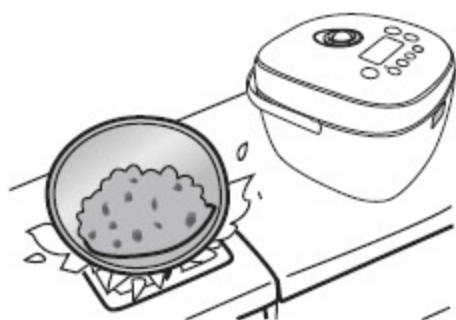


- 使用中, 请勿打开外盖。
(以免导致烫伤。)

不要在此类场所中使用!



- 靠近热源或高湿环境中, 更不要将内锅直接放于明火上。



- 不稳定的台面上或不能受热的垫子上。
- 靠近墙壁及家具处。

使用中或刚使用后请勿接触高温部分。



- 本体内部温度很高。

特别是外盖内侧、内盖、内锅及其附近的金属部分。



取出内锅前或不使用时应从电源插座上拔下插头。



- 以免不小心按下操作键, 本体内部的温度会很高, 可能会引起烫伤。

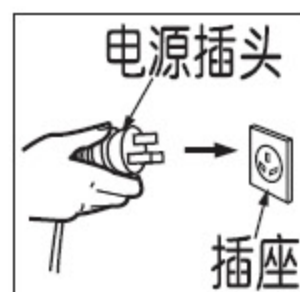
正确使用电源线。



- 务必使用本产品附属的电源线, 并禁止把本电源线转用到其它地方。



- 拔电源插头时, 务必要手持插头部分, 禁止拉拽电源线。



(以免电源线操作而断路)

初次使用时

使用注意事项

请按说明书所示, 正确加入米量、水量, 并正确选择功能。

- 以免引起液体状淀粉溢出、饭煮不熟或出现饭焦等。

请不要把需要炊煮的食物直接倒入没有放入内锅的保护框内。

- 任何杂质都可能引起故障。

不要在地毯、电热地毯、台布(乙烯塑料制)等不耐高温的物品上使用电饭煲。

- 以免煮饭不良或发生火灾。

使用之前务必去掉内锅与铸造加热器之间的防锈纸。

- 以免煮饭不良或发生火灾。

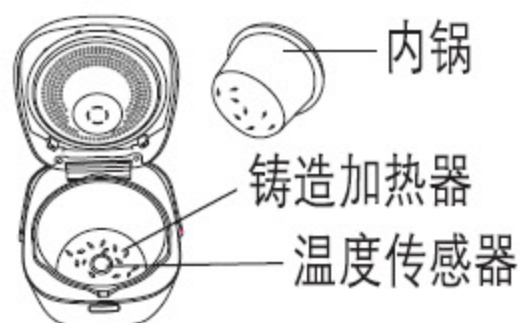
使用中请不要将布或其它物品盖在外盖上。

- 以免煮饭不良或发生火灾。

避免在直射阳光下使用。

- 以免引起变色。

请及时清洁内锅、铸造加热器、温度传感器上的异物。

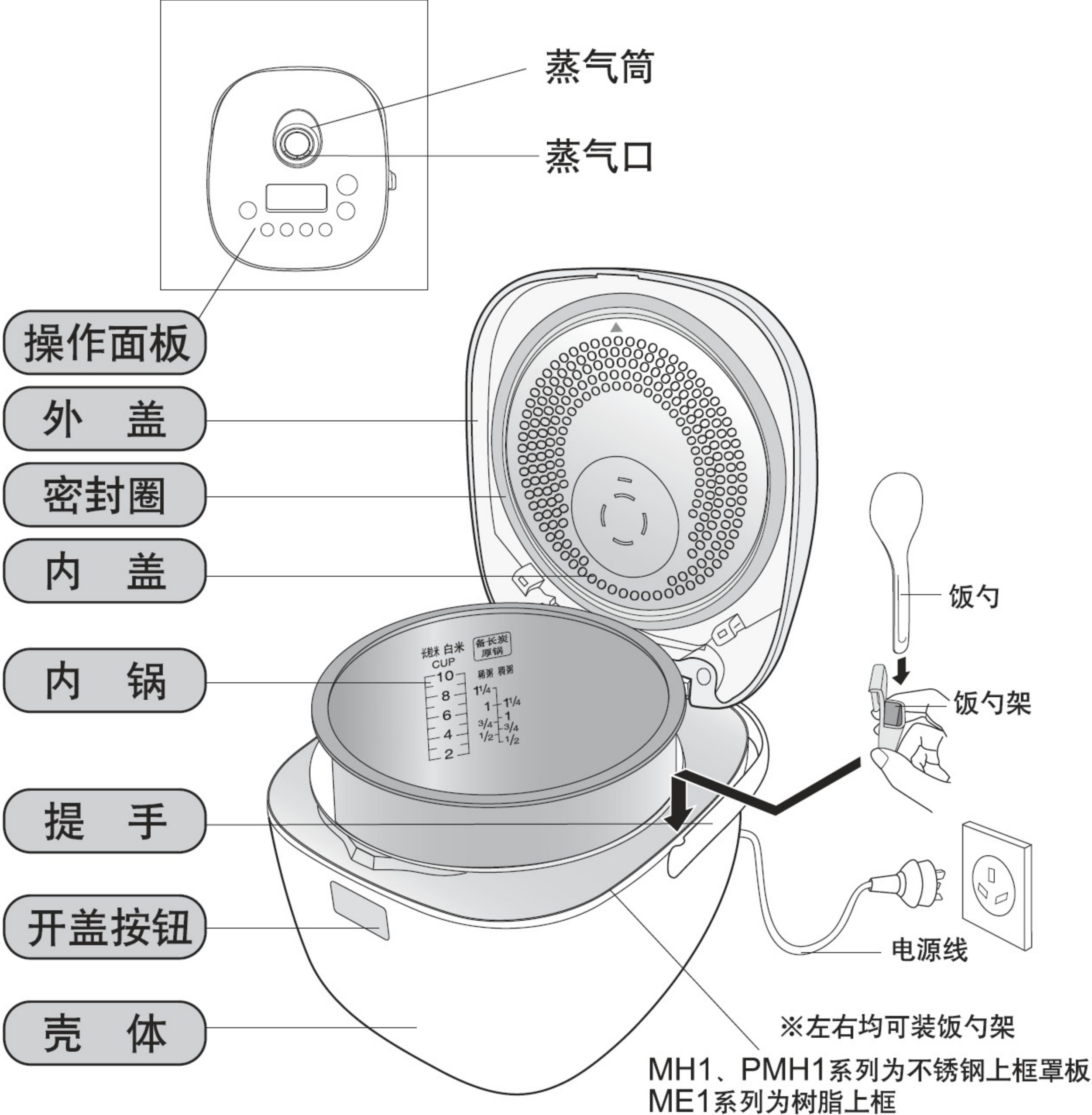


- 请不要将电饭煲倾斜、翻转, 以免损坏外盖操作部。
- 进行清洁之前, 请确保电饭煲处于非工作状态, 并拔掉插头。

若液体状淀粉从蒸气口溢出, 请先拔掉电源插头, 切断电源, 用干布擦去电源插头、插座等部位的液体状淀粉后, 方可继续使用。

零件名称

本 体



附 属 品

※附属品在使用前请进行清洗。



粥[汤]勺(1个)



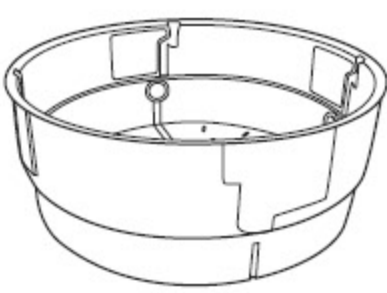
饭勺(1个)



饭勺架(1个)



计量杯(约180毫升)(1个)



蒸架(1个)

操作面板



※ ME1系列无“长粒米”功能，其它功能同MH1、PMH1系列。

展示模式 (仅限于MH1、PMH1系列)

展示模式为宣传商品所用，在展示模式下，无法进行其它功能的操作。因此，在使用前如显示的是展示模式(显示屏左下方“展示模式”闪烁)，请先取消。取消方法如下：

- ①同时按 **烹调时间设定** 按钮和 **保温/关** 按钮；
 - ②按 **功能选择** 按钮；
 - ③按 **预约** 按钮，则展示模式取消。
- ※①→②，②→③的操作务必在8秒以内进行，超过8秒将回到展示模式。

1 显示屏

- 煮白米饭时，“白米”及所选功能闪烁；煮煲仔饭时，所选功能闪烁，启动后显示完成所需要的大致时间(超快速除外)。
- 煮稠粥、稀粥、粗粮粥及炖汤、蒸时，会显示设定的烹调时间，启动后显示完成所需要的时间。
- 预约时，显示定时器设定的时间。
- 功能选择时，所选功能闪烁并显示操作提示。

2 功能选择 按钮

- 用于选择白米(标准、超快速、精煮、稍软、稍硬)、长粒米、稠粥、稀粥、炖汤、蒸、粗粮粥、煲仔饭、保养。

3 预约 按钮

- 炊煮白米、长粒米、稠粥、稀粥、粗粮粥、煲仔饭时，按此按钮可进行预约炊煮。
- ※为防止米变质，建议将预约时间设定在13小时内。
※炖汤、蒸、保养不能使用此设定。

4 时 按钮 5 分 按钮

- 可设定现在的时间和预约时间。

6 烹调时间设定 按钮

- 可以设定煮稠粥、稀粥、炖汤、蒸、粗粮粥的烹调时间。
- 煮稠粥、稀粥、粗粮粥时，烹调时间设定范围为1~3小时。炖汤时，烹调时间设定范围为1~4小时。(以30分为设定单位)
- 蒸时，烹调时间设定范围为1~60分。(以1分为设定单位)正常起始时间为5分。

7 开 按钮

- 按此按钮一次即开始炊煮。**开** 按钮指示灯亮。
 - 连续按此按钮二次即开始冷饭加热。**开** 按钮指示灯亮。
- ※关于冷饭加热，请看第10页。

8 关 / 保温 按钮

- 在各功能设定中，按此按钮可以取消不正确的操作或不需要的设定。
- 每按一次，在(关)和(保温)间互相切换，保温时灯亮。

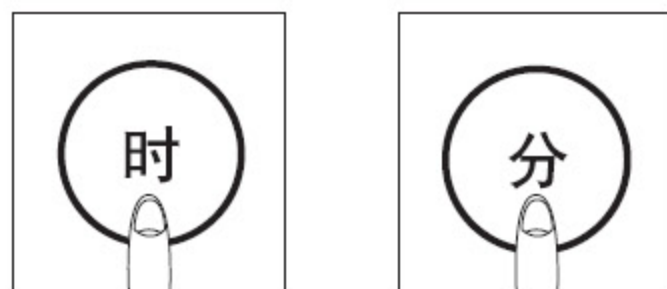
时间的调整方法/关于锂电池

时间的调整方法



时钟的调整方法

- 1 插上插头，按住 **时** 或 **分** 按钮，听到“哔”声后，放开手指。
- 2 连续按 **时** 或 **分** 按钮，可对时钟进行调整。长按 **时**、**分** 按钮时间可快进。



- 在工作状态下无法调整时间。
- 1→2的操作务必在8秒以内进行，超过8秒将回到待机模式。

例：现在时间为[下午8：15]



- 显示屏内的数字闪烁5秒以上，将自动停止。
- 24：00以0：00表示。
- 时钟显示有误差的话，则预约煮饭时间和煮饭结束的时间同样会出现误差。敬请及时调准时间。

关于锂电池

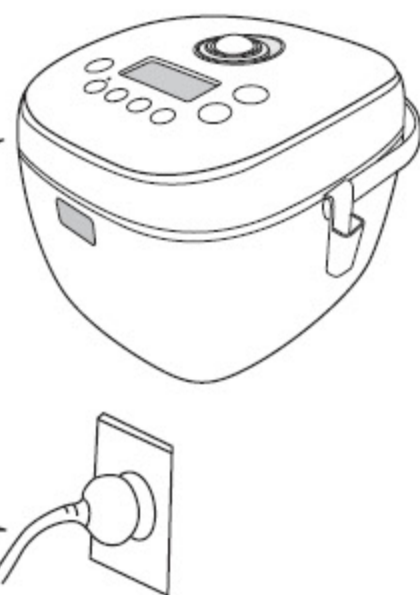
时钟的显示

■ 拔掉插头时

靠外盖内藏的
电池提供电源

■ 插上插头时

交流电提供电源



电池更换(电池耗尽需更换时，请与Panasonic认定维修店联系)

■ 寿命约5年

(室温20℃，每天有12小时接通电源的状态下)

■ 拔掉插头后，若锂电池电量不足，则会出现以下情况：

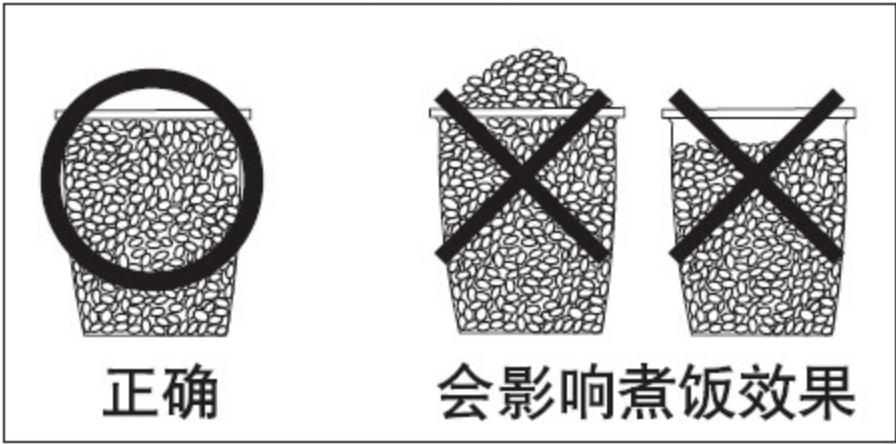
- 时钟表示数字模糊或消失。
- 预约时间、烹调时间的记忆丧失。

■ 插上插头时，仍然可以照常使用，但待机时间会回到8:30，敬请调准。

煮饭之前

量米和洗米的方法

用附属的计量杯量米

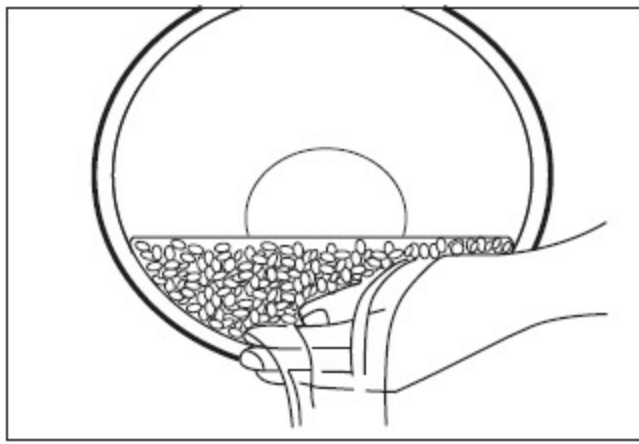


1 计量杯大约180ml(150g)。
一次可煮的米量 (计量杯)

功能	1.0L型	1.5L型	1.8L型
白米	1~5.5	2~8.3	2~10
什锦饭	1~3	2~6	2~6
糯米饭	1~3	2~6	2~6
长粒米	1~5.5	2~8.3	2~10
稠粥	1/2~3/4	1/2~1	1/2~1 1/4
稀粥	1/2~3/4	1/2~1	1/2~1 1/4
粗粮粥	1/2~3/4	1/2~1	1/2~1 1/4
煲仔饭	1~3	2~4	2~4



洗米时充分用手搓洗。



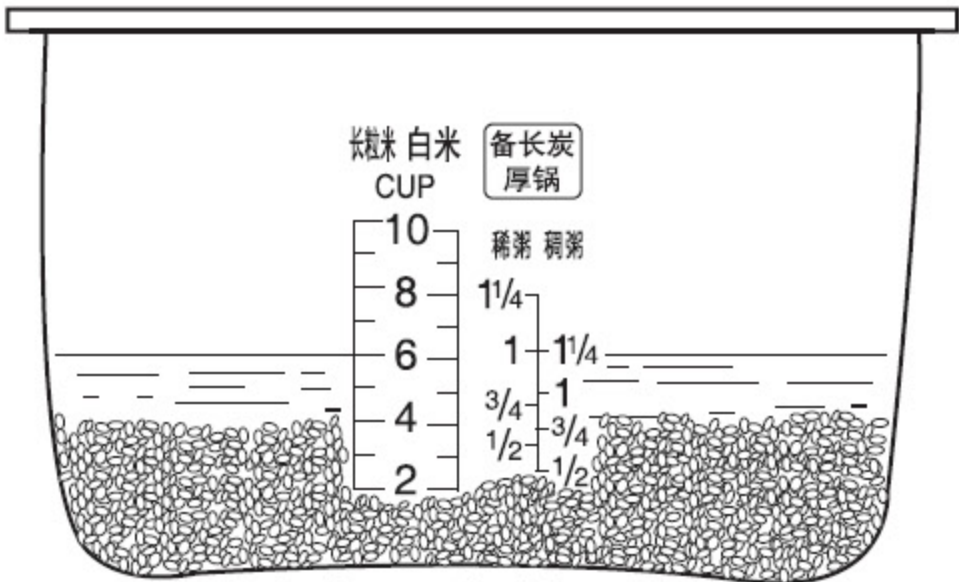
重复数次[洗米→用水冲洗],
将米洗至水清为止。

注意事项

- 为避免擦伤内锅表面的不粘涂层, 请勿直接用内锅洗米。
- 请把米充分洗干净, 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。

水量调整方法

- 炊煮白米、长粒米、稠粥、稀粥、粗粮粥时, 加水要看两边的水位线, 使其保持在同一高度。
〈例1〉煮6计量杯的白米时, 放入米后, 加水至标有“CUP”侧的水位刻度“6”处。
〈例2〉煮1计量杯的粥时, 放入米后, 根据所选择的粥功能, 加水至相应的“粥”水位刻度“1”处。



(例如: 1.8L型)

此图片为MH1、PMH1系列的内锅, ME1系列无“长粒米”刻度线。

- 煮什锦饭、糯米饭时, 用计量杯量好米。按照下表适当加水。

米量 (计量杯)	水量(计量杯)					
	什锦饭			糯米饭		
	1.0L型	1.5L型	1.8L型	1.0L型	1.5L型	1.8L型
1	1 1/2	—	—	1	—	—
2	2 3/4	2 3/4	2 3/4	2	2	2
3	4	4	4	3	3	3
4	—	5	5	—	4	4
5	—	6	6 1/4	—	5	5
6	—	7	7 1/2	—	5 1/2	5 3/4

※以上水量可根据个人喜好适当增减。

注意事项

* 煮饭的同时使用蒸架蒸食物时, 最大煮饭容量如右。

最大煮饭容量(计量杯)

	蒸架高度	
	较浅	较深
1.0L型	3	1
1.5L型	4	2
1.8L型	5	3

准备/保温/关于各炊煮功能

准备

首先，确认蒸气筒是否安装到位。
按下开盖按钮

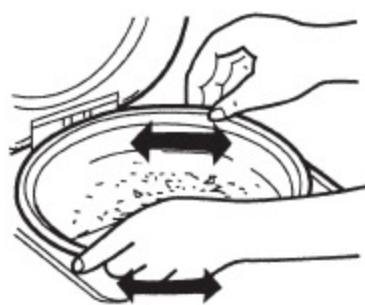
1 打开外盖

2 确认

将淘洗好的米放入内锅后，加入适量的水，然后将内锅外表面擦干

3 装入本体内

为使锅底和铸造加热器能紧密贴附，请将内锅左右转动2~3次。



4 盖上外盖

并确认咔嚓一声

5 插上电源插头

注意事项

请确认本体插头、电源插头是否已经插到位。

保温

- 米饭的保温以在12小时以内为佳，否则将影响口感。
- 糯米饭或什锦饭最好不要保温，以免产生异味或变质。
- 保温时间显示从0到23共24小时，超过24小时后又显示当前时间，但仍然继续保温。
- 显示保温时间  (1小时以内时的显示样例)
- 保温时，内锅的边缘部有时会出现少量水珠。
- 保温时内锅中如有饭勺等其它盛饭用具则会影响米饭的味道。

白米(标准·超快速·精煮·稍软·稍硬)·什锦饭·糯米饭·长粒米

按 **功能选择** 按钮

1 选择功能



- 闪烁的为所选择的功能，此时显示屏显示当前时间和操作提示。



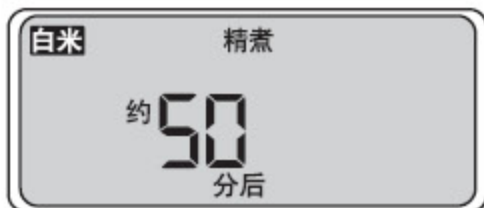
※煮什锦饭、糯米饭时，请选择“白米”功能。

按 **开** 按钮一次

2 开始煮饭



- 开** 指示灯亮起煮饭开始
- 显示屏显示此功能煮饭所需要的时间。煮饭时间以1分为单位递减，直至煮饭结束。超快速功能煮饭时，只显示当前时间，只是在进入焖饭状态时，根据米量不同，显示剩余4分或7分。



※进入焖煮阶段后，会根据饭量的多少自动调整显示的剩余炊饭时间。如：有时可能会从“15分后”一下跳到“12分后”，而不是逐分递减。

蜂鸣器鸣响后，煮饭结束

3 自动转为保温状态

4 翻松米饭

- 此时焖饭过程已完成，即米饭可以食用。
- 在蜂鸣器鸣响后，为防止米饭粘在一起，请尽快将米饭翻松。

※超快速煮饭

- 因为时间缩短，饭稍微有点硬、或有锅巴。
- 煮什锦饭、糯米小豆饭时请勿使用。

※精煮

- 与标准煮相比较，煮出的饭更松软、美味。

※稍硬

- 煮什锦饭、糯米小豆饭时请勿使用。

煮饭时间(参考)

超快速	约30分
稍硬	约35分
标准	约37分
稍软	约41分
精煮	约50分
长粒米	约37分
煲仔饭	约56分

- 左表时间为电压220V、室温20℃、水温18℃、米量为中间量时，炊饭所需的参考时间。(1.0L型：3杯，1.5L型：4杯，1.8L型：5杯)
- 炊饭时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、糯米饭的炊饭时间根据使用的材料而变化。

关于各炊煮功能

稠粥·稀粥·炖汤·粗粮粥

■ 关于设定烹调时间

菜 单	各种粥	炖汤
烹调时间	1小时~3小时	1小时~4小时
设定单位	30分	30分
烹调时间显示	到3小时后又回到1小时	到4小时后又回到1小时

1 把材料放入内锅
※粗粮粥的水量请参照稠粥

按 **功能选择** 按钮，**开** 指示灯开始闪烁

2 选择功能 • 闪烁的为所选择的功能。

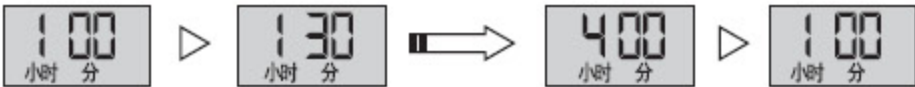


按 **烹调时间设定** 按钮

3 设定烹调时间 • 此时显示的是烹调时间。
• 按下 **烹调时间设定** 按钮，设定时间会以30分为单位发生变化。

例：用2个小时炖汤时





※能记忆上一次的烹调时间

按 **开** 按钮

4 开始炖汤

- **开** 指示灯亮起，炖汤开始
- 剩余时间以1分为单位递减。



蜂鸣器鸣响后
5 烹调结束
自动转为保温

注意事项

- 烹饪中打开外盖，会增加结露量。
- 水量、米量不正确可能会导致液体状淀粉从蒸气筒中溢出。
- 如保温时间过长，粥将会变得过稠。
- 超过炖汤(煮粥)容量时，可能会造成溢出。(请参照P17的规格)
- 每次使用完毕后，应取下蒸气筒进行清洗，以免产生异味

※炖汤时，不要把布或者其它物品盖在外盖上，以免引起故障。

煲仔饭

1 将米洗干净后，倒入内锅，加入适量的水，再将煲仔饭所需材料平铺在表面上。
※水量和米量请参照白米饭

按 **功能选择** 按钮

2 选择功能

- 闪烁的为所选择的功能，此时显示屏显示当前时间和操作提示。



按 **开** 按钮一次

3 开始煮煲仔饭

- **开** 指示灯亮起煮煲仔饭开始
- 显示屏显示煮煲仔饭所需要的时间，时间以1分为单位递减，直到烹调结束。



蜂鸣器鸣响后，烹调结束

4 自动转为保温状态

5 加入调味汁料，搅拌均匀后，即可食用。

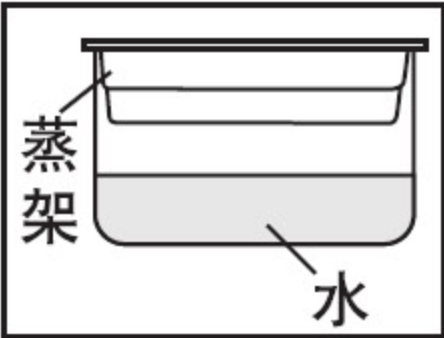
关于各炊煮功能

蒸

■ 关于设定烹调时间 (※显示屏显示的时间为内锅中的水沸腾后的剩余时间。)

菜 单	烹调时间设定范围	时间设定单位	烹调时间设定显示
蒸	1分~60分(起始时间为5分)	1分	到60分后又回到1分

1 准备



- 放入适量的水
- 放入蒸架
- 放入需蒸的食物
- 盖上外盖

提示：如选择了较长的蒸煮时间(40分以上)，按下表所示的水量加水，可防止水被蒸干。

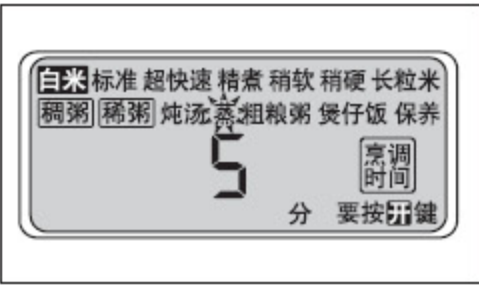
注意事项

煮饭与蒸同时进行，请务必选择白米功能或长粒米功能。

	水量(计量杯)
1.0L型	3计量杯(约540ml)
1.5L型、1.8L型	4计量杯(约720ml)

按 **功能选择** 按钮，**开** 指示灯开始闪烁

2 选择功能



- 闪烁的为所选择的功能。

按 **烹调时间设定** 按钮

3 设定蒸的时间

例如：需蒸15分时



- 按下 **烹调时间设定** 按钮，以1分为单位调整烹调时间。长按按钮，时间可快进。

5 > 6 ⇨ 60 > 1 > 2 ...

※ 能记忆上一次蒸的时间。

按 **开** 按钮

4 开始蒸



- 开** 指示灯常亮，开始蒸。
- 水沸腾后，剩余时间将以1分为单位递减。

15 > 14 ⇨ 0

在蜂鸣器鸣响后

5 烹调结束

- 取出蒸架

注意事项

此时，蒸架变得非常热，取出时请务必当心烫手。

- 到时间或锅内的水蒸发完时，「蒸」功能将停止，自动进入「保温」状态。
- 使用后，请按下 **关/保温** 按钮，拔掉插头。

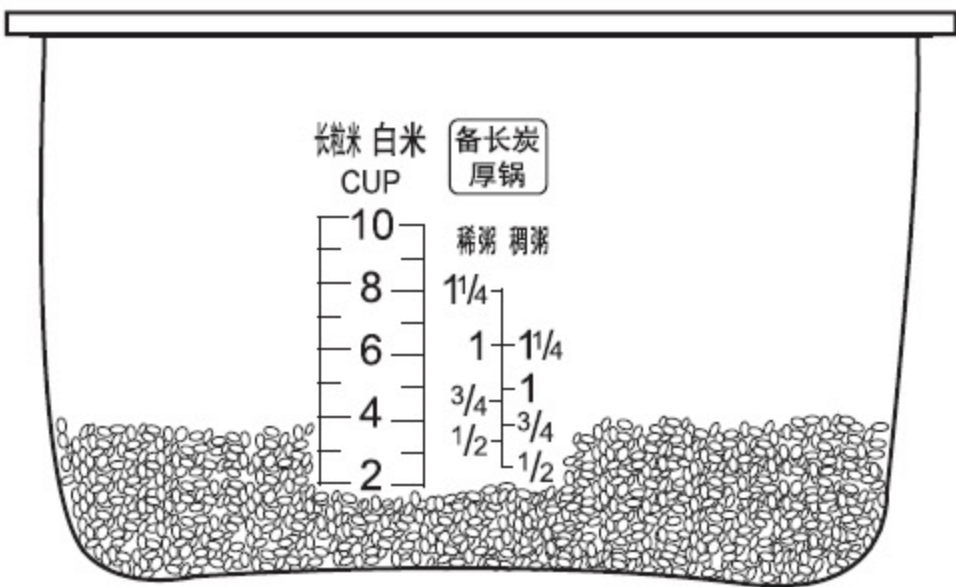
※ 蒸时，不要把布或其它物品盖在外盖上，以免引起故障。

冷饭加热

■ 烹调时间：不管冷饭量多少，时间都约20分。

1 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。



(例如：1.8L型)

此图为MH1、PMH1系列的内锅，ME1系列无“长粒米”刻度线。

冷饭量 (刻度线)	水量(计量杯)		
	1.0L型	1.5L型	1.8L型
1	1/4	---	---
2	1/2	1/2	1/2
3	1/2	1/2	1/2
4	---	1/2	1/2
5	---	---	1

	1.0L型	1.5L型	1.8L型
最大冷饭量	3刻度线	4刻度线	5刻度线

注意事项 加入冷饭时，请不要超出最大冷饭量。

2 冷饭加热



- 连续按2次 **开** 按钮。
- **开** 指示灯亮时，冷饭加热程序启动。
- 显示时间以分为单位逐步递减。20分后，蜂鸣声响起，冷饭加热结束，进入保温。

3 翻松米饭

- 蜂鸣器鸣响后，为了能吃上美味的米饭，请快速将米饭翻松。

注意事项

- 建议冷饭的加热次数为一次，以免影响米饭的口感。
- 请不要加热什锦饭、糯米饭、煲仔饭。

预约功能

预约功能

预约功能设定的时间为烹调结束的时间。

- 可以预约的功能和时间范围

※炖汤·蒸·保养不能使用此设定

菜单	标准·超快速·精煮·稍软·稍硬·长粒米·稠粥·稀粥·粗粮粥·煲仔饭
可设定的时间范围	1小时10分~23小时50分
	* 当设定的预约时间少于烹调所需要的时间时,将直接进行烹调(稠粥、稀粥、粗粮粥)。

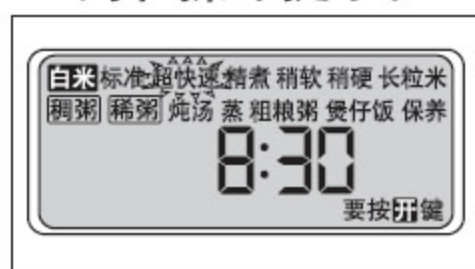
炊煮白米、长粒米、煲仔饭时

按 **功能选择** 按钮,
开 指示灯开始闪烁

1 选择功能



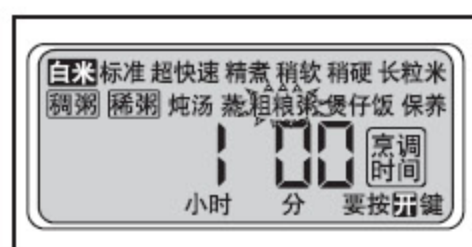
- 闪烁的为所选择的功能,此时显示屏显示当前时间和操作提示。



煮稠粥、稀粥、粗粮粥时

按 **功能选择** 按钮, **开** 指示灯开始闪烁

1 选择功能

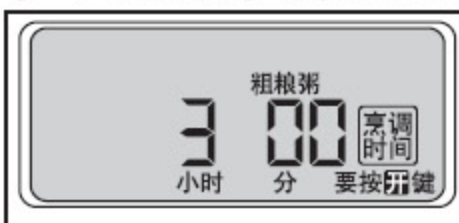


- 闪烁的为所选择的功能。

按 **烹调时间设定** 按钮

设定烹调时间

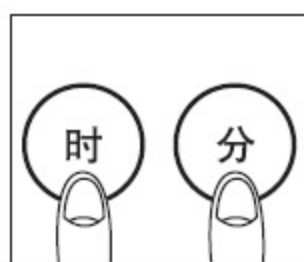
例如:用3个小时煮粗粮粥时



按 **预约** 按钮,再按 **时**、**分** 按钮

2 预约烹调结束时间

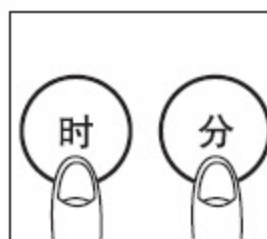
例如:想在18:30分吃饭时



按 **预约** 按钮,再按 **时**、**分** 按钮

2 预约烹调结束时间

例如:想在7:00吃粥时



- 预约开始后,粥的烹调时间的显示将会消失,而显示出预约时间。烹调时间会被存储。

本机可以设定两个不同的预约时间(如早饭和晚饭),并有记忆功能。按 **预约** 按钮时在这两个时间之间相互切换。若需调整则按 **时** **分** 按钮,再按 **开** 按钮,预约开始。按 **时** 以1小时为单位变化, **分** 按钮以10分为单位变化。长按 **时** 或 **分** 按钮时间可快进。

3 按 **开** 按钮



- **预约** 指示灯亮起, **开** 指示灯熄灭,预约设定完毕。此时显示出烹调结束的时间。

方便功能

想要确认煮粥时间时,可在预约状态下按 **烹调时间设定** 按钮。

到预约时间后,蜂鸣器响

4 烹调结束



- **保温** 指示灯亮起,自动转为保温状态。

烹饪法

注意：· 根据加入米饭内的不同材料，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气口，而使外盖自动弹开，请格外注意！
※本烹饪法中的烹饪量以1.8L型为例，1.5L型和1.0L型的炊煮量参考P6的米量表。
※1杯(计量杯)：约150g

霉干菜蒸肉

材料：		调味料：	
五花肉	320g	色拉油	50ml
霉干菜	200g	白糖	60g
		酱油	25ml

做法：

- 1) 把五花肉切成1cm*3cm的块备用；
- 2) 将买来的霉干菜用水冲洗一下，挤干水分备用。以免有沙子而影响口感；
- 3) 在碗底先放一层肉，再放一层霉干菜，并在上面撒一层白糖。然后再铺一层肉，放一层霉干菜和糖，直至材料全部放完；
- 4) 向碗内加酱油和色拉油；
- 5) 向锅内加4杯凉水，把放有材料的碗放入蒸架，盖上外盖；
- 6) 选择“蒸”，设定烹调时间60分钟，按下 **开** 按钮；
- 7) 烹调结束后，把上下的霉干菜和肉拌一下，即可食用。

※糖和色拉油可根据个人口味及肉的肥瘦程度酌量增减。

咸肉蒸娃娃菜

材料：	
娃娃菜	200g
咸肉(火腿肉)	70g

做法：

- 1) 把娃娃菜掰成一片一片后洗净，咸肉切成片待用；
- 2) 把洗净的娃娃菜一片一片叠在盘子内，在最上面铺一层咸肉(最好是带肥的)；
- 3) 把盘子放在蒸架上，加水入内锅(1计量杯)，再把蒸架放入内锅，盖上外盖；
- 4) 选择“蒸”，设定烹调时间13分钟；
- 5) 按下 **开** 按钮。

※注：无娃娃菜时，可用白菜芯代替。

点心(速冻)等

材料：		
(A) 小点类	(B) 大点类	(C) 蒸蛋
虾饺	叉烧包	
烧卖	小笼包	
	糯米鸡	

做法：

- 1) 无需解冻，把点心放在蒸架上并在点心表面洒少许水；
- 2) 加1杯凉水入内锅；
- 3) 放入蒸架，盖上外盖；(蒸蛋时，可直接把蛋放在蒸架内的圆孔上)
- 4) 选择“蒸”，设定烹调时间5分钟；(蒸蛋时，设定烹调时间10分钟)
- 5) 按下 **开** 按钮。

烹饪法

小米粥

材料：

小米	75g
糯米	75g

调味料：

糖	按个人口味
---	-------

做法：

- 1) 把洗好的小米和糯米放入内锅，加水至“稠粥”的1刻度线，选择“粗粮粥”，设定烹调时间为2个小时；
- 2) 按下`开`按钮；
- 3) 烹调结束后按个人口味加入适量的糖，即可食用。

八宝粥

材料：

已配制好的八宝粥材料共 150g

调味料：

糖	按个人口味
---	-------

做法：

- 1) 把洗好的八宝粥配制料放入内锅，加水至“稠粥”的1刻度线，选择“粗粮粥”，设定烹调时间为3个小时；
- 2) 按下`开`按钮；
- 3) 烹调结束后按个人口味加入适量的糖，即可食用。

咸肉冬瓜老鸭汤

材料：

老鸭	半只(约400g)
冬瓜	200g
咸肉(火腿肉)	30g
生姜	数片
水	4.5杯

调味料：

料酒	30ml
盐	8g

做法：

- 1) 将鸭洗净后切成大块，冬瓜洗净去皮后切块，火腿肉切片；
- 2) 把鸭块放入热水中氽一下去血水，捞起后晾干备用；
- 3) 向锅内放入鸭块、冬瓜、火腿片、生姜片、盐及料酒，并加入4.5杯水；
- 4) 选择“炖汤”，设定烹调时间2小时，按下`开`按钮。

烹饪法

香芋鸡煲仔饭

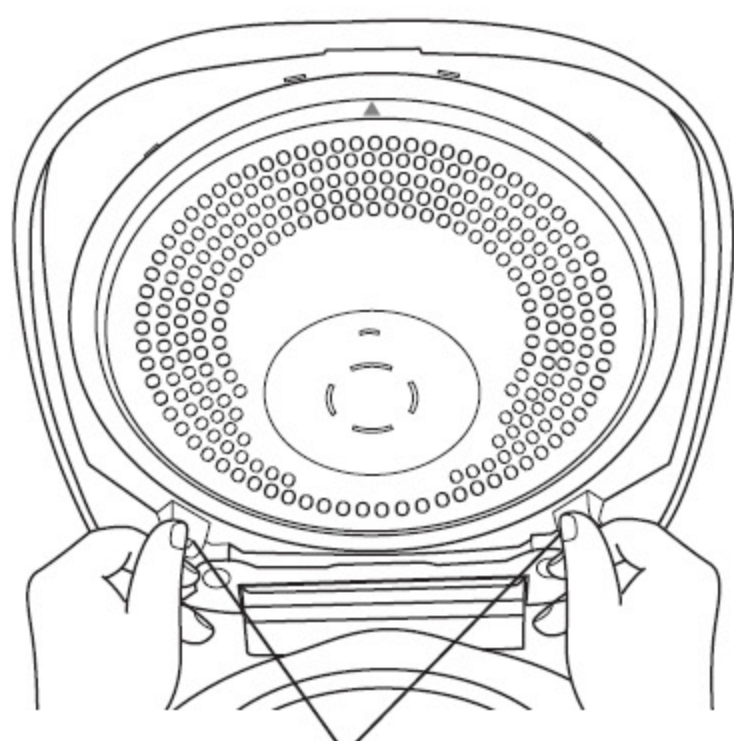
材料:		腌料:		调味汁:	
白米	3杯	生抽	5ml	生抽	15ml
芋头(切成小块)	200g	老抽	3ml	老抽	15ml
鸡肉(切成小块)	200g	糖	5g	糖	7g
虾米(浸软)	40g	盐	3g	熟油	7g
冬菇(浸软切成小块)	5个	生粉	7g		
木耳(浸软切成小块)	1g				

※注意:芋头、鸡肉的量以每杯米在70g以内为佳。

- 做法:
- 1) 鸡肉用腌料腌片刻;
 - 2) 芋头用油炸至金黄色备用;
 - 3) 将米洗净,放进内锅,加水至内锅刻度3处,将鸡肉、芋头及其它材料平铺在米上,盖上外盖,然后选择"煲仔饭"功能,再按 **开** 按钮烹煮;
 - 4) 烹调结束后,加入调味汁搅拌即可食用。

清洁保养

内盖



卡扣部

■拆卸方法

拿住两侧的卡扣部,朝面前拉出。

■安装方法

①把▲上面的凸部,从下方斜向插入外盖上面的孔中。

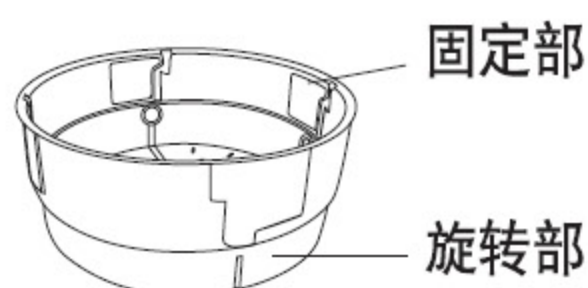
②把卡扣部(两侧)压入外盖,直至发出“咔嚓”的声音。

※清洗后,请把内盖上的水充分擦干后,再装入外盖。

蒸架

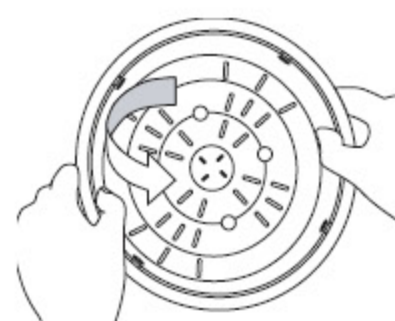
■高度调节

把拇指放在旋转部内壁的圆圈上,稍稍往上提,再向逆时针方向微转,放掉拇指后,则蒸架高度调深。要把蒸架恢复到较浅时,用手掌托住蒸架底部,向顺时针方向微转,然后往上托,直至发出“叭”的声音。



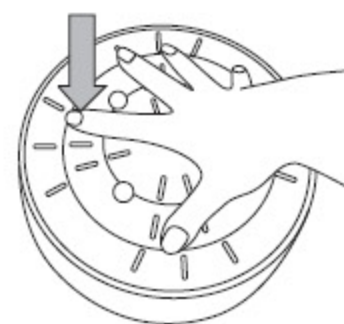
固定部

旋转部



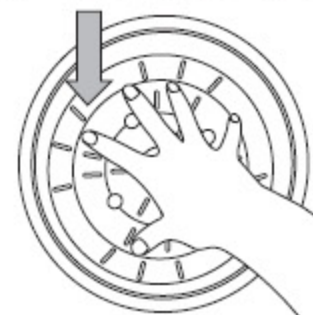
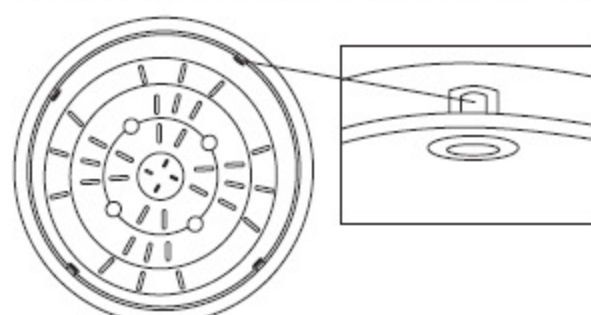
■拆卸方法

首先要将蒸架调整到较浅的状态,然后把蒸架倒扣在台面上,用力按旋转部的底面,直到发出“叭”的声音,即旋转部与固定部分离。



■安装方法

把旋转部外周上的凸点对准固定部内壁的滑动槽,然后用力按旋转部的底面,直到发出“叭”的声音。



清洁保养

- 请勿将电饭煲本体浸入水中。
- 请勿使用香蕉水、汽油、酒精、去污粉、硬质刷等擦拭。

保养功能

- 1 请根据内锅容量，将水加至内锅容量一半处。
 - 2 按 **功能选择** 按钮至“保养”，闪烁的为所选择的功能。
 - 3 按 **开** 按钮，保养功能开始。
 - 4 大约45分钟左右后，保养程序结束，自动转为保温状态。
 - 5 按 **关/保温** 按钮，关掉电源，等锅冷却以后，将水倒掉。
- 使用保养功能可以去除内锅里、内盖上残留的异味。



附属品

用餐具洗涤剂 and 海绵冲洗。



粥(汤)勺

饭勺

饭勺架

蒸架

计量杯

蒸气筒

拆卸方法

- ① 从外盖上拔出



- ② 按箭头方向旋转，即可分离。

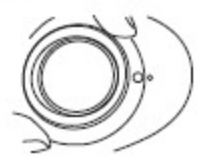


安装方法

- ① 对好▲和▼的位置
- ② 按箭头方向旋转拧紧。



- ③ 与拿出时方位一样，(蒸气口朝前面)压入外盖。
- ※ 注意压入时不要倾斜，对准蒸气筒和外盖上的凸点，并一定要压到位。



注意

- 使用之后，取下蒸气筒。并把它放在温水中浸泡几分钟，然后用水冲洗干净。
- 清洗后请勿使用干燥机等烘烤，这样会导致变形和出现裂纹。

本体·外盖（密封部）

用拧干的抹布擦拭。

- 请使用稀释后的餐具洗涤剂。
- 外盖内侧金属面的脏污如不及时洗净，脏污将粘附到金属面，很难洗掉。每次使用后要及时擦干净。
- 外盖内侧金属面与保护框表面受热可能会出现变色或斑纹现象，但不影响使用。
- 蒸气筒和内盖都可直接取下，每次使用后要及时擦洗干净。
- 请勿拉动密封圈。

内锅

- 用稀释后的餐具洗涤剂和海绵及水冲洗。擦干内锅外侧表面的水份。
- 涂氟面可能会出现变色或斑纹现象，但不影响健康和使用。
- 根据使用频率，内锅外层表面可能会出现摩擦后产生的痕迹，但这种情况并不影响使用性能。

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。

是否真正出现故障？

请检查下列项目

发生下列情况时 检查项目	米 饭				锅巴过于焦黑	饭在保温中			开关操作无反应	使用中出现的下列声音
	过硬	未煮熟 (夹生)	过软	米汤溢出		发出异味	变色	干燥		
• 米量、水量不正确	●	●	●	●					• 插头拔掉了。	• 煮饭中发出「咔嚓、咔嚓」的声音，是调整火力的声音。 • 煮饭中发出「叭」的声音，是锅底(外侧)的水滴受热膨胀后产生的破裂声音。
• 米未淘洗干净				●	●	●				
• 内锅底凹凸不平	●	●			●					
• 内锅外侧・温度传感器上粘有异物	●	●	●		●	●				
• 外盖未盖妥	●			●				●		
• 用预约功能炊煮什锦饭		●			●	●	●			
• 放入油脂炊饭	●	●				●				
• 炊饭完毕后，没有翻松米饭	●		●							
• 保温12小时以上 • 保温的饭量过少	●					●	●	●		
• 饭勺插于饭中保温						●				
• 冷饭保温						●	●	●		
• 没有盖紧外盖 • 内锅没有洗干净					●	●				
• 煮饭中拔掉插头或碰触了[关/保温]按钮		●								
• 错按了[功能选择]按钮	●	●	●	●	●					

显示屏出现下列现象时

显示部分	确 认 事 项
U14	保温时间是否超过了96小时？ • 连续保温96小时后，电源将自动切断，使用时，请先按[关/保温]按钮。
U19	炊煮时，外盖上是否盖有布或者其它物品？ • 从外盖上取下布，按[关/保温]按钮。 ※炊煮中，外盖上如有阻碍蒸气排出的物品，则蒸气会蓄积在内，外盖自身的温度升高，并检测为异常。 此时，炊煮时间会比平时长，并会降低美味度。 ※按[关/保温]按钮，则保温也被取消。 • 需保温时，请再按一次[关/保温]按钮
H01 H02 H05 H06	请与Panasonic认定维修店联系。

如果感到困惑时

规格

型 号		SR-MH101/SR-PMH101	SR-MH151/SR-PMH151	SR-MH181/SR-PMH181
		SR-ME101	SR-ME151	SR-ME181
电压/额定频率		220 V~ 50 Hz		
额定功率	煮饭时	620 W	825 W	825 W
	保温时	70.1 W	84.7 W	84.7 W
煮饭容量 (米量)升 [杯]	白米 (标准、超快速、精煮、稍软、稍硬)	0.18 ~ 1.0 [1 ~ 5.5]	0.36 ~ 1.5 [2 ~ 8.3]	0.36 ~ 1.8 [2 ~ 10]
	长粒米			
	煲仔饭	0.18 ~ 0.54 [1 ~ 3]	0.36 ~ 0.72 [2 ~ 4]	0.36 ~ 0.72 [2 ~ 4]
	什锦饭・糯米饭	0.18 ~ 0.54 [1 ~ 3]	0.36 ~ 1.08 [2 ~ 6]	0.36 ~ 1.08 [2 ~ 6]
最大炊煮容量 (原料+水量)升	稠粥、粗粮粥	1.2※	1.7※	2.0※
	稀粥	1.4※	1.9※	2.6※
	汤	1.7※	2.6※	3.1※
电源线长度(约)米		1.2		
产品重量 (约)公斤	MH1、PMH1系列	3.5	4.1	4.2
	ME1系列	3.4	4.0	4.1
尺寸 (约)厘米	宽	26.4	29.1	29.1
	长	30.0	32.5	32.5
	高	22.1	23.5	25.4

- 带※表示各功能相应的最大水位线的容量，汤的最大炊煮容量为白米的最大水位线。
- 在待机状态下，消耗电力约为1W。
- 电源线的更换，故障的修理请与Panasonic认定维修店联系。
- 设计和规格若有变更，恕不另行通知。

This image shows a full page of white paper with horizontal dashed lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page, providing a guide for handwriting or typing. There are no margins, text, or other markings on the page.

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路6号
原产地：中国
邮编：310018
电话：(0571)86835000
Panasonic官方网站：<http://panasonic.cn>
Panasonic客户咨询服务中心：
400-810-0781；800-810-0781(固定电话)

RZ19EB846
SH0911-5 中国印刷
发行：2008年12月