STAINLESS
RICE COOKER

健康養生　不銹鋼電鍋

各部名稱

特點

1. 全國第一台健康養生不銹鋼多功能電鍋，外鍋、內鍋、上蓋等全部使用不銹鋼材質，潔淨亮麗，預防老年癡呆症。
2. 首創接觸到食物的容器全部使用不銹鋼材質，不氧化、不釋毒素，是烹煮有機健康食材或燉補品時，最好的烹調器材。煮出來的食物絕對健康無污染，迎合健康新潮流。
3. 多國專利的高科技技術：不銹鋼外鍋配合高週波異材黏結技術，一體成型導熱性特佳，省電18%，每煮5次省一次電費。
4. 利用蒸氣立體加熱煮飯、燉食，米粒、食物受熱均勻，不破壞食物元素結構，營養完整保存，煮熟的米飯Q甜，食物香甜好吃；「蒸」的有一套。
5. 一鍋多用途，除了煮飯外還可煮稀飯、燉補、滷肉，蒸食，一鍋在手美味到口。
6. 原裝進口磁式溫控開關，溫控準確，免調整。

規格表

型號 \ 規格	電壓(V)	頻率(Hz)	電功率(W)	保溫電功率(W)	可煮米量(杯)	煮飯量(L)	適用人數(人)
SH-107SA	110	60	650	40	1 ~ 11	0.18~1.98	1 ~ 11

產品簡介

傳統電鍋由於具有煮飯、熬粥及蒸、煮、燉、滷等的多功能使用，而成為家家必備的家庭電器。加熱方式採用隔水加熱，利用高熱的蒸氣滲透至食物內部加熱，讓食物在烹煮過程中部翻滾，因而保持食物的原味，而且營養不流失，因此傳統電鍋可說是烹煮健康食物最好的炊具。

但舊式的電鍋其接觸到食物的配件如內鍋、外鍋等都是鋁材質，經多次使用後易出現斑駁的黑點，這是食物中的酸、鹼、鹽等物質經過高溫或長時間放置，所產生的溶解現象，在不知不覺中將造成人體慢性鋁中毒，鋁中毒不易察覺，長期下來會傷害神經系統，引起老人癡呆症。

歌林有鑒於此，特別開發出不銹鋼電鍋，將接觸到食物的配件及內鍋均採用不銹鋼材質，由於不銹鋼質地緊密無細孔，雜質不會附著於內鍋中，也不會釋放出毒素，讓您不只吃到美味也能吃出健康，歌林不銹鋼電鍋可說是第一次電鍋的健康革命。

由於開發更好產品的理念使歌林精益求精、再接再厲，突破技術瓶頸，將電鍋的鋁合金外鍋也改為不銹鋼材質，成功開發出全國第一台的不銹鋼健康養生電鍋，完成第二次的電鍋健康革命。

由於不銹鋼材質具有光亮、潔淨、緊密無孔性的特性，除了提供更乾淨無毒性的環境來作各種烹煮外，更適合做「有機食材」的料理炊具，由於健康長壽是人類共同追求的目標，因此在食用噴灑農藥的蔬菜、米食，而產生許多疾病後，人們開始回歸自然，以無污染的土壤加上天然有機肥料栽培各種環保健康的「有機食材」在烹煮時配合歌林不銹鋼健康養生電鍋，可說是相得益彰，為健康加分，將帶給使用者更健康而長壽的生活。

使用方法

一・ 煮飯（以煮6人份飯量爲例）

1. 請使用計量杯量取6杯米，放進內鍋，仔細淘洗清潔。
2. 在有米的內鍋中加水加到內鍋水位刻劃〝6〞的位置（內鍋加水量請參見下表）。
3. 以計量杯一杯的水倒進外鍋（外鍋加水量請參見下表）。
4. 將內鍋置於外鍋中央位置。
5. 蓋上不銹鋼上蓋，並把電源線插頭插進插座。
6. 按下開關按鍵，煮飯指示燈亮，開始煮飯。
7. 飯煮熟後開關自動跳上，保溫指示燈亮，進入保溫狀態（保溫開關置於〝保溫〞的位置時）
8. 此時請不要立即打開上蓋，讓其利用餘熱繼續燜煮20～25分鐘，飯會更香甜可口。食用前請將飯稍加攪拌，味道會更好。
9. 若不需要保溫時，請把保溫開關置於〝關〞的位置，不用拔插頭。

《煮飯時米和水的份量關係表》

米　量(計量杯)		1杯	2杯	3杯	4杯	5杯	6杯	7杯	8杯	9杯	10杯
內鍋水量	計 量 杯	1杯	2杯	3杯	4杯	5杯	6杯	7杯	8杯	9杯	10杯
外鍋水量(計量杯)		1杯				1.5杯			2杯		
可煮碗數(約)		2碗	4碗	6碗	8碗	10碗	12碗	14碗	16碗	18碗	20碗

註：1. 本表以煮蓬萊米的情形為標準，若煮油飯及糯米時，宜酌量減少內鍋水量。
2. 內鍋的水量放法：一杯米加入一杯水。
3. 喜歡吃較硬或煮糯米時內鍋可少加水，喜歡吃較軟或煮胚芽米、再來米、糙米時內鍋可酌量增加水。若煮出的飯覺得太軟含水較多內鍋可酌量少放水，米心較硬，外鍋可以酌量多加水，延長烹煮的時間，開關跳起，不要開蓋繼續燜煮20～25分鐘，食用前將飯上下攪拌均勻，飯更香Q。

◎ 外鍋的水量多寡控制煮飯及燉煮的時間長短，可視需要酌量多加水，勿低於表列之外鍋水量。

使用方法

二・ 煮稀飯

1. 煮2杯米的稀飯，內鍋倒入12杯計量杯的水（米量的6倍），外鍋倒入1杯計量杯的水，然後按下開關即可自動煮成稀飯。
2. 開關跳上後利用餘溫再燜煮15分鐘，稀飯會更均勻好吃。

《煮稀飯時米和水的份量關係表》

米　量(計量杯)	1杯	1.5杯	2杯
內鍋水位線(計量杯)	6杯	9杯	12杯
外鍋水位線(計量杯)	1杯		
可煮碗數(約)	6碗	9碗	12碗

註：1. 內鍋水位可依個人對稀飯濃、稀需求而酌量增減，以8分滿為上限。
2. 食用前稍加攪拌會使稀飯更加均勻黏稠好吃。

三・《蒸食燉煮水量之放法》

方 法	外鍋水量(計量杯)放法及所需時間			使 用 例 子
	1杯水	1.5杯水	2杯水	
蒸 食	10分鐘	20分鐘	40分鐘	包子、饅頭、蛋、魚、肉……
燉 煮	25分鐘	40分鐘	55分鐘	燉煮2斤雞或綠豆，外鍋約放1.5杯水

註：1. 可根據烹煮食物種類及個人之喜好，酌量增加或減少外鍋水量，來調整蒸、燉煮時間的長短（外鍋水量多，則燉煮時間長）。表列時間僅供參考，會因食物熟度不同而有所差異。
2. 不易熟透的食物，可於開關跳開後，稍待10分鐘，再加適量的水於外鍋，按下開關鍵，做第二階段燉煮，即能將食物煮熟透。
3. 燉煮湯料食物時，內鍋水量不得超過8分滿。

如何煮出香Q的米飯及美味的電鍋菜

1. 第一次使用本電鍋煮飯、煮稀飯或燉主食物時，請依說明書中所列內、外鍋水量的放法來烹煮。於食用後，再依個人對米飯軟硬或食物熟度的喜好，增減以後烹煮時內、外鍋的水量。
2. 米洗好後，最好先浸泡30分鐘，更能煮出香Q晶瑩剔透的米飯。（舊米、長米、胚芽米、糙米、再來米等最好先浸泡再煮）。
3. 煮飯時，加入一小匙精鹽於米粒中，更能煮出香Q甜美的白飯。飯煮熟後，不要打開鍋蓋，利用餘熱繼續燜煮15分鐘，飯會更好吃。食用前不論是乾飯或稀飯，請務必以飯匙上下、左右攪拌一下，使飯含水率均一。您吃到的絕對是一鍋香甜好吃的飯。
4. 本電鍋使用隔水蒸氣加熱方式，因此外鍋的水量決定燉煮時間的長短，若水量不足會縮短加熱時間，而使煮的飯或食物不熟。建議煮飯或燉煮食物時，外鍋的水量請依說明書所列水量放置。若燉煮較不易熟的食物，可適量增加外鍋的水量，以延長燉煮時間，水量配合的好，您也能煮出一鍋好飯菜哦！
5. 吃剩的飯除了使用保溫裝置來保溫外。您也可以不保溫，在食用前，外鍋倒入半杯計量杯左右的水，按下煮飯開關蒸一下，約10～15分鐘後，又能吃到熱騰騰、香噴噴的飯了。但請記著，蒸飯前請先將飯攤勻，可使飯蒸的更透徹。

不銹鋼附件的使用及保養

1. 第一次使用前請以軟布沾清潔劑將內鍋、上蓋清洗乾淨，外殼及外鍋則以軟布擦拭乾淨即可。
2. 本電鍋使用亮麗無毒性的不銹鋼外鍋、內鍋、上蓋，煮出來的食物絕對健康無污染迎合健康新潮流。內在雖好，但亮麗的上蓋、外鍋、內鍋等附件如果沾上手印、油漬、污垢怎麼辦？提供您一個小祕訣，只要在不銹鋼的上蓋、外鍋、內鍋等附件表面以抹布沾一些清潔劑，稍加擦拭一下，即能亮麗如昔。但較厚的油漬、污垢須先用不銹鋼專用亮光劑或去污粉以軟布擦拭消除，再用洗潔精擦拭，即能回復不銹鋼之光彩。
3. 由於水中含有石灰質或金屬雜質，使用後不銹鋼外鍋、內鍋表面會有水垢或結晶沉澱等現象，此時請倒入1～2大匙的醋，加熱至水滾，待其冷卻後，以軟布擦拭，即可使不銹鋼內鍋表面光亮如昔。
4. 不銹鋼外鍋、內鍋使用後表面若產生彩虹斑紋，此為金屬因加熱而變色的正常現象，請安心使用。

注 意 事 項

1. 請利用壁上專用電源插座以確保用電安全，電源線有破損時要換新，以保安全。
2. 要經常清洗內鍋、外鍋底部的米粒或雜物，不銹鋼外鍋也要時常保持清潔，請用布沾水清洗後擦乾；但不可將電鍋浸入水中清洗，以防漏電。
3. 乾飯保溫不宜超過4小時，稀飯儘量不要長時間保溫以免變糊。
4. 使用時上蓋有高熱，請勿觸摸。
5. **外鍋或內鍋底部如有類似生鏽狀況（自來水礦物質所產生），請使用清潔劑洗淨即可，或使用礦泉水或純水就不會產生類似生鏽情形。**

緊 急 處 理 方 法

1. 萬一本產品發生異常時，請關掉電源，再將電源線插頭拔掉。
2. 假如內部機件發生故障時，請送至本公司各地服務站，本公司將提供熱誠之售後服務。
3. 若電源線損壞時，必須由製造廠或其服務處或具有類似資格的人員更換以避免危險。

歌林全省服務站

歌林對顧客服務的承諾永遠不變、若需維修時
請駕臨歌林關係企業：瑞林科技股份有限公司

基隆服務站	基隆市文化路221-5號	☎ (02)24248916	南投服務站	南投市中興路346號	☎ (049)2233483
松山服務站	台北市松隆路119-3號	☎ (02)27698800	北港服務站	雲林縣虎尾鎮光復路198號	☎ (05)6310177
北西服務站	台北市和平西路二段92-1號	☎ (02)23032814	嘉義服務站	嘉義縣水上鄉中山路二段1026號	☎ (05)2686574
北北服務站	台北市敦煌路205號	☎ (02)25952113	新營服務站	新營市民榮里和平路6-1號	☎ (06)6323714
三重服務站	三重市溪尾街14號	☎ (02)82876869	台南服務站	台南市文成路757號	☎ (06)2804061
板橋服務站	土城市學府路一段189巷11弄2號	☎ (02)22742008	高雄服務站	高雄市光華一路148-2號	☎ (07)7612976
中和服務站	中和市板南路112號1樓	☎ (02)22445628	鳳山服務站	鳳山市鳳松路179號	☎ (07)7353309
中壢服務站	中壢市新興路286號	☎ (03)4287001	屏東服務站	屏東市忠孝路124號	☎ (08)7325225
新竹服務站	新竹市東大路738號	☎ (03)5426686	岡山服務站	高雄縣路竹鄉環球路459號	☎ (07)6974493
苗栗服務站	苗栗市至公路403號	☎ (037)321221	澎湖服務站	馬公市西文里173號	☎ (06)9211099
台中服務站	台中市北屯路429號	☎ (04)22413763	台東服務站	台東市永福路145號	☎ (089)327377
中海服務站	台中市工業區20路39號	☎ (04)23504471	花蓮服務站	吉安鄉吉興路一段234號	☎ (03)8529191
彰化服務站	彰化市林森路387號	☎ (04)7513774	羅東服務站	羅東鎮興東南路35之1號	☎ (03)9543248

※消費者諮詢專線：歌林股份有限公司　0800-231-758
歌林網站：http://www.kolin.com.tw

※消費者服務專線：瑞林科技服務股份有限公司　0800-066-628
瑞林網站：http://www.realise.com.tw

敬告歌林產品愛用者：
・本公司關係企業所屬全省服務站的地址、電話，時有變更或遷移，請恕本公司無法周全告知。
・為了保障您的權益，若需維修時，請您先查詢下列電話為禱。

台北(02)8287-6277　台中(04)2359-3064　高雄(07)697-2417　花東區(03)852-9191

歌林股份有限公司
台北市重慶南路一段86號10樓……TEL:(02)2314-3151
產地：台灣

kolin kolin kolin

kolin

歌林養生電鍋

SH-107SA

使用說明書

● 謝謝您的惠顧，使用前請詳細閱讀本說明書。
● 本產品附有保證書，請妥善保管，享受服務。