

9°



生活のシーンにあわせた
オリジナルレシピで食卓を豊に。

RECIPE CONCEPT BOOK



#MORNING

サーモンとアスパラのもち麦のリゾット

- にんじん蒸しパン
- 全粒粉のスチームフォカッチャ
- エッグスラット
- 桜 えびとクレソンの塩麩スープ

#LUNCH

ポトフ風カマンベールフォンデュパスタ

- フォー風チキン春雨
- 野菜ジュースで作るペンネ・アラビアータ
- 夏野菜のドライカレー

#DINNER

ベジタブルチキン蒸しハニーマスタードソース
ビーフシチュー

- バター醤油香るキノコ蒸し
- 鶏肉の酒蒸しサラダチキン風
- 胡桃とレーズンのキャロットラペ
- フレッシュトマトのスープ
- 梅干し茶碗蒸し

#SWEETS

- しっとり濃厚ガトーショコラ
ベリーソース
- ミルクフレーバーのスモア風ケーキ
- 豆乳で作る黒ごまプリン
- キャラメルプリン

#SPECIAL

- 白米炊飯
- キノコのおこわ
- サツマイモのおこわ

にんじん蒸しパン

9°

「U90」ひとつで、蒸しパンが「あっ！」という間にできちゃいます。蒸しパンの素がなくても大丈夫。ベーキングパウダー以外は常備している材料でOK。にんじんを他の野菜や果物にかえてチャレンジしてみてください。

1.2min

600W

U90

材料 (U90 1個分)

・すりおろし人参 大さじ1

A

・薄力粉 大さじ3

・きび糖(白砂糖) 大さじ1

・ベーキングパウダー 1g

・豆乳(牛乳) 大さじ1.5

・サラダ油 小さじ1

作り方

- ①U90 に A を入れ、よく混ぜ合わせる。
- ②豆乳を加え、底からよく混ぜる。
- ③人参とサラダ油を入れさらによく混ぜる。
- ④フタをせず **600W で 1分 20秒加熱** します。
- ⑤熱いうちに U90 から取り出して粗熱をとります。

ワンポイント&まめ知識

*フタをしなくて加熱するのがポイント。

*9° は同時に2~3個を電子レンジに入れて加熱調理をすることができます。お使いの電子レンジにもよりますが、2個の場合は約2倍の加熱時間に、3個の場合は約3倍の加熱に時間にして、10秒単位で調整してみてください。

*「9°」を電子レンジから取り出す際は、中身が高温になっている場合がありますので、やけどをしないよう気を付けてください。
*表記の調理時間は目安です、電子レンジの種類によっては加熱時間が異なる場合があります。



<https://9-do.net/>

クド器

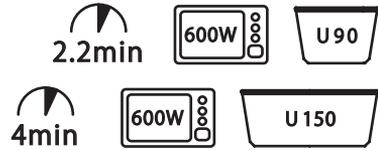
検索

スチームフォカッチャ

9°

電子レンジでつくる焼かないフォカッチャ。

発酵させるから、しっかりした食べ応えがあります。フタ付の9°だから、発酵もフタをしておいておだけ、9°ひとつで発酵→加熱調理→食卓まで、洗う器は9°ひとつだけ。U90は1人分、U150は2人分にとお楽しみください。



材料	U150 1個分	(U90 1個分)
A		
・全粒粉	60g	(30g)
・強力粉	60g	(30g)
・砂糖	小さじ2	(小さじ1)
・ドライイースト	2g	(1g)
・塩	少々	(少々)
B		
・オリーブオイル	小さじ4	(小さじ2)
・水	100ml	(50ml)
・ローズマリー	適量	(適量)

あったら便利な道具

・デジタル測り ・ゴムベラ

作り方 () 内は、U90の加熱時間

- ① 9°にAを全て入れて、かき混ぜる。
- ② 全体が混ざったらBを入れ、粉っぽさがなくなるまでよくかき混ぜる。
- ③ フタをして600Wで30秒(10秒)加熱して、フタをそのまま10分置いて発酵させる。
- ④ 一度取り出し、軽くこねたらフタをして③を繰り返す。
- ⑤ 5ヶ所ほど穴をあけ、ローズマリーを散らしてフタをせず600Wで3分(2分)加熱して完成です。

ワンポイント

- ・冷蔵庫発酵の場合は、6時間寝かせて発酵できます。
- ・生地に穴をあける時は、ためのお箸を濡らして生地に押し込むとべたつかずに加熱後にきれいな穴になります。

*「9°」を電子レンジから取り出す際は、中身が高温になっている場合がありますので、やけどをしないよう気を付けてください。
*表記の調理時間は目安です、電子レンジの種類によっては加熱時間が異なる場合があります。



<https://9-do.net/>

クド器

検索

エッグスラット

9°

U90で「マッシュポテト」をマスターしたら、器ひとつの1人分のジャガイモレシピが広がります。基本をマスターして、U90のジャガイモレシピをお楽しみください。

(ポテトサラダ、ポテトチーズ、コロッケの素などなど)

5.5min

600W

U90

材料 (U90 1個分)

- ・ジャガイモ (2cm角) 100g
- ・バター 10g
- ・牛乳 (豆乳) 大さじ 1.5~
- ・塩 少々

- ・卵 1個

薬味

- ・こしょう / 乾燥パセリ

作り方

まずマッシュポテトをつくります。

- ①ジャガイモは皮をむいて2cm角に切って水につける。
- ②水気をかるく切り、フタをして600Wで4分加熱する。
- ③取り出して熱いうちにジャガイモをつぶし、バターと塩を入れて、よく混ぜる。
- ④牛乳 (豆乳) を入れてなめらかになるまで混ぜたら、マッシュポテトのできあがり。
(牛乳の量は様子を見ながら、ぽったりするくらいに加減して。)
- ⑤マッシュポテトの真ん中にくぼみをつくり卵を割り入れる。
- ⑥卵の黄身をキッチンハサミで4等分にカットする。
- ⑦フタをして600Wで1分半加熱する。
- ⑧お好みで、こしょうと乾燥パセリを振りかけて完成。

・パンにつけてお召し上がりください。

ワンポイント&まめ知識

- *ジャガイモは均等の大きさにカットすることで、火の通りが均一になりやすくなります。
- *卵の黄身をカットするコトを忘れないで。
(カットせずに電子レンジ加熱すると破裂します。)
- *レシピでよくみる「ひとかけ」は、10gのこと。

*「9°」を電子レンジから取り出す際は、中身が高温になっている場合がありますので、やけどをしないよう気を付けてください。
*表記の調理時間は目安です、電子レンジの種類によっては加熱時間が異なる場合があります。



<https://9-do.net/>

クド器

検索

フォー風チキン春雨

9°

決して、手抜きではありません。
究極の、ヘルシーひとりごはん。
「エスニックスープ」をマスターして
暑い季節を乗り切ろう。

3min

600W

U150

材料 (U150 1個分)

- ・お湯で戻すタイプの春雨 24g
- ・蒸しどり (サラダチキン) 40g
- ・玉ねぎ 10g
- ・レタス葉 2枚

A (エスニックスープの材料)

- ・水 200ml
- ・鶏ガラスープの素 小さじ1
- ・ニョクナム 小さじ1
- ・レモン汁 小さじ1
- ・砂糖 ひとつまみ
- ・胡椒 少々 (3g)

- ・パクチー 適量
- ・輪切り唐辛子 少々 (3g)
- ・レモン輪切り 2枚

作り方

- ①U150にAを入れフタをして600Wで3分加熱します。
(約200mlのスープ液を沸かします。)
- ②一旦取り出して春雨を入れ、フタをして柔らかくなるまで待つ。
- ③春雨が柔らかくなったなら、カット野菜、蒸しどりを盛り、
お好みでパクチー、唐辛子、レモンを添える。

ワンポイント&まめ知識

- *「フタ」を上手に活用するのがポイント。
電子レンジ加熱後にフタをして数分おくことで「蒸らし」調理
ができます。
- *基本の「エスニックスープ」を覚えて、海老、モヤシ、砕いた
ピーナツ、などのアレンジをお楽しみください。

*「9°」を電子レンジから取り出す際は、中身が高温になっている
場合がありますので、やけどをしないよう気を付けてください。
*表記の調理時間は目安です、電子レンジの種類によっては加熱
時間が異なる場合があります。



<https://9-do.net/>

クド器

検索

ペンネ・アラビアータ

9°

「U150」ひとつで本格的なペンネ・アラビアータ。
材料をいれて、600W でトータル 15 分加熱するだけ。
火を使わないので、家事のやりながら調理しても安心。
洗いモノも U150 ひとつだけ。
いつしか「休日のひとりごはん」の定番になりました

15 min

600W

U150

材料

A

・ペンネ	80g
・水	160ml
・野菜ジュース（無塩）	160ml
・塩	小さじ 1/3
・唐辛子（お好みで）	1/2 本
・フライドオニオン	大さじ 2
・粉チーズ	大さじ 1

作り方

- ① U150 に A を入れて全体を軽く混ぜる。
- ② ① の上から、フライドオニオンを振りかける。
- ③ フタをして 1 回目、**600W で 5 分加熱**する。
- ④ 一旦取り出し全体が混ざるようによく掻き混ぜる。
- ⑤ フタをして 2 回目、**600W で 5 分加熱**する。
- ⑥ 一旦取り出し全体が混ざるようによく掻き混ぜる。
- ⑦ フタをして 3 回目、**600W で 5 分加熱**する。
- ⑧ 3 回目の加熱が終わったら、電子レンジから取り出して
かるく混ぜ、粉チーズをかけて完成。

ワンポイント

- ・「フライドオニオン」が、おいしさのポイントになります。
- ・2～3 回目の加熱後、電子レンジから取り出す際は、器内のペンネは、高温になっていますので、フタを開ける時は、やけどにご注意ください。



写真は、作り方②

- *「9°」を電子レンジから取り出す際は、中身が高温になっている場合がありますので、やけどをしないよう気を付けてください。
- *表記の調理時間は目安です、電子レンジの種類によっては加熱時間が異なる場合があります。

<https://9-do.net/>

クド器

検索

夏野菜のドライカレー

9°

夏の暑い日には食べたくなるカレーですが調理するのは暑くてちょっと苦手でした。火をつかわない電子レンジでつくるカレーは、ちょっとうれしい。充実のひとりごはんの定番になりそうです。

6 min

600W

U150

材料 (U150 1個分)

- ・合挽肉 80g
 - ・茄子 80g
 - ・玉ねぎ 50g
 - ・パプリカ 30g
 - ・ズッキーニ 30g
- A
- ・カレー粉 小さじ1
 - ・トマトケチャップ 大さじ2
 - ・オイスターソース 小さじ1/3
 - ・醤油 小さじ1
 - ・料理酒 大さじ1
 - ・にんにく 少々 (3g)
 - ・生姜 少々 (3g)

作り方

- ①U150 に合挽肉と A を入れてよく混ぜる。
- ②U150 の底と側面に隙間なく敷き詰めて、その中に玉ねぎ、茄子の順で並べ、上からパプリカとズッキーニを彩りよく置く。
- ③フタをして600Wで5分加熱し取り出してよく混ぜる。
- ④再びフタをして600Wで1分加熱して完成。

*「9°」を電子レンジから取り出す際は、中身が高温になっている場合がありますので、やけどをしないよう気を付けてください。
*表記の調理時間は目安です、電子レンジの種類によっては加熱時間が異なる場合があります。

<https://9-do.net/>

クド器

検索



バター醤油香るキノコ蒸し

9°

もう一品ほしい時に、U150ひとつでできる
簡単だけど、間違いない美味しいレシピ。
アレンジを覚えて料理の腕前をワンランク
アップさせよう。

6min

600W

U150

材料 (U150 1個分)

- ・キノコ (椎茸/しめじ/舞茸など)
U150 からあふれるくらいの量
- ・塩 ひとつまみ
- ・太白ごま油 小さじ2

A

- ・バター 10g
- ・醤油 ひと回し
- ・ブラックペッパー 少々 (3g)

作り方

- ①きのこの石づきを取っておく。
- ②U150 にキノコを入れ軽く塩をふり、太白ごま油を全体に回しかける。
- ③フタをして600W で6分加熱する。
- ④全体に熱が通ったら、Aを入れて混ぜる。

ワンポイント&まめ知識

- *「フタ」を上手に活用するのがポイント。
キノコの量はフタが完全にしまらない状態でも大丈夫です、
加熱すると小さくなります。

〈和風アレンジ〉

- ・ブラックペッパーの代わりに、青じその細切りを乗せて和風に。

〈イタリアン風アレンジ〉

- ・ごま油の代わりに、オリーブオイルをかけて加熱し粗引きブラックペッパーと粉チーズをかけてイタリアン風に。

- *「9°」を電子レンジから取り出す際は、中身が高温になっている場合がありますので、やけどをしないよう気を付けてください。
- *表記の調理時間は目安です、電子レンジの種類によっては加熱時間が異なる場合があります。



クド器

検索

鶏肉の酒蒸し、サラダチキン風



使いまわしが効く、鶏肉の酒蒸し。
サラダチキン風に活用しても OK
フタつきの9°だから、調理した
あと保存までが器ひとつなのが
うれしいポイント。

6min



材料 (U150 1個分)

- ・鶏の胸肉 300g
- ・葱の葉身 1本分 (約30g)
- ・皮付き生姜 薄切り3枚 (約15g)
- ・ブラックペーパーホール 5、6粒
- ・料理酒 大さじ1

作り方

- ①鶏胸肉はペーパーなどで余分な脂を取り、皮側をフォークでまんべんなく突く。
- ②U150に鶏胸肉、葱、生姜を入れて、ブラックペーパーと料理酒を全体に振りかける。
- ③フタをして600Wで3分加熱する。
- ④一旦取り出し、鶏胸肉を裏返し再び蓋をして600Wで3分加熱する。
- ⑤鶏胸肉全体に熱が通ったらそのまま冷めるまで置いておく。

*「9°」を電子レンジから取り出す際は、中身が高温になっている場合がありますので、やけどをしないよう気を付けてください。
*表記の調理時間は目安です、電子レンジの種類によっては加熱時間が異なる場合があります。



<https://9-do.net/>

クド器

検索

胡桃とレーズンのキャロット・ラペ

9°

フタつきの9°だから、調理にちょっとした
保存に大活躍します。

人参以外の旬の野菜でも試してもらいたい。

1min

600W

U150

材料 (U150 1個分)

- ・人参 150g
- ・レーズン 大さじ2
- ・塩 ひとつまみ

A

- ・オリーブオイル 大さじ2
- ・レモン汁 大さじ1
- ・蜂蜜 大さじ1/2

- ・胡桃 10粒程

作り方

- ①人参は皮を剥いて、ピーラーで薄切りにしておく。
- ②U150に人参、レーズン、塩を入れて軽く混ぜ合わせる。
- ③フタをして600Wで1分加熱する。
- ④一旦取り出したら、Aを入れてよく混ぜ、熱が取れたら冷蔵庫で寝かせる。(1時間くらい冷蔵庫に置いておくとおべごろになります。)
- ⑤お召し上がりの際に胡桃を入れる。

*「9°」を電子レンジから取り出す際は、中身が高温になっている場合がありますので、やけどをしないよう気を付けてください。
*表記の調理時間は目安です、電子レンジの種類によっては加熱時間が異なる場合があります。



<https://9-do.net/>

クド器

検索

フレッシュトマトのスープ

9°

トマト1個の水分だけでつくるスープ。

生ハムとマッシュルームの旨味が9°の中で
絶妙のバランスで凝縮し濃厚で美味しい。

トマトが旬の季節には是非ためしてほしいスープです。

4min

600W

U90

材料（U90 1個分）

- ・ トマト 100g
(U90に入るくらいの大きさ1個)
- ・ 生ハム 20g
- ・ ブラウンマッシュルーム 1個
- ・ ニンニク 1/2片
- ・ コンソメ顆粒 ひとつまみ
- ・ オリーブオイル 小さじ1

- ・ ドライパセリ 適量

作り方

- ① トマトに十字の切れ込みを入れ
フタをせずに600Wで1分加熱します。
- ② 粗熱をとり皮をむき、スプーンでつぶしておきます。
- ③ ブラウンマッシュルームは薄切りに
- ④ 生ハムは手でちぎり、
- ⑤ ニンニクはみじん切りにします。
- ⑥ ②にフタをして600Wで1分半加熱します。
- ⑦ 一旦電子レンジから取り出し、すべての具材と調味料を
入れてフタをして600Wで1分半加熱します。
- ⑧ 電子レンジから取り出し軽くまぜ、オリーブオイルをま
わしかけドライパセリをちらして完成。



*「9°」を電子レンジから取り出す際は、中身が高温になっている場合がありますので、やけどをしないよう気を付けてください。
*表記の調理時間は目安です、電子レンジの種類によっては加熱時間が異なる場合があります。

<https://9-do.net/>

クド器

検索

梅干し茶碗蒸し

9°

U90 を 2 個、2 人分の茶碗蒸しを同時に電子レンジ調理。電子レンジ 200W はガスコンロの弱火に相当します。加熱のイメージは弱火でじっくり蒸しあげるイメージです。9° と電子レンジをつかひこなして、難易度が高かった茶碗蒸しを定番にしよう。

6~7 min



材料 (U90 2 個分)

■卵液

- ・卵 L 寸約 60g
 - ・水 160ml
 - ・白だし (小さじ2) 10ml
- 170 ml
- ・梅干果肉 (小1個) 10g

作り方 (U90 : 2 個を同時加熱します。)

- ① 2 個の U90 に梅干果肉を 2 等分にして入れる。
- ② 卵を白身を切るようにとき、白だしを入れて混ぜ、水を入れてよく混ぜてザルなどで漉しておく。
- ③ 梅干果肉を入れた U90 それぞれに等分の卵液を入れる。
- ④ フタの下に竹串などをして隙間をあけて 200W で 5 分加熱する。
- ⑤ 位置を入れ替えて 200W で 1 分加熱する。
- ⑥ 卵液の固さが足りない時は、位置を入れ替えて 200W で 1 分ずつ加熱する。
- ⑦ 梅干しを崩しながら召し上がって下さい。

ワンポイント&まめ知識

- * ⑥ で位置を入れ替えるのは、電子レンジ内の加熱環境が庫内の場所で異なるので、均一に加熱するためです。
- * お使いの電子レンジで適切な加熱時間や方法が見つかったら「卵液 + 具材」でいろいろアレンジしてお楽しみください。(水分が少なめの具材がおすすめです。)

- * 「9°」を電子レンジから取り出す際は、中身が高温になっている場合がありますので、やけどをしないよう気を付けてください。
- * 表記の調理時間は目安です、電子レンジの種類によっては加熱時間が異なる場合があります。



<https://9-do.net/>

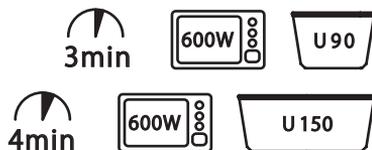
クド器

検索

しっとり濃厚ガトーショコラ

9°

電子レンジでつくる焼かないガトーショコラ！
9° ひとつで、下準備→加熱調理が完結します。
電子レンジ加熱が4分（3分）とは思えない
美味しい出来栄です。ぜひ作ってみてほしい
絶品レシピです。U90 は器ごとスプーンで、
U150 はとりわけて、お楽しみください。



材料	U150 1個分 (U90 1個分)	
A		
・砕いた ビターチョコレート	100g	(50g)
・無塩バター	20g	(10g)
・生クリーム	大さじ 1	(大さじ 1/2)
・卵	1 個: 約 60g	(1/2 個: 約 30g)
・グラニュー糖	15g	(5g)
・薄力粉	大さじ 2	(大さじ 1)

あったら便利な道具

・小さめの泡だて器 ・ゴムベラ ・粉ふるい器

作り方 () 内は、U90 の加熱時間

- ① 9° に A を入れてフタをして
600W で 1 分半 (1 分) 加熱します。
- ② 材料 A が溶けたらを泡立て器でなめらかになるまで混ぜます。
- ③ よく混ぜたら、卵を入れさらによく混ぜる。
- ④ よく混ぜたら、グラニュー糖と振った薄力粉を加えよく混ぜる。
- ⑤ よく混ぜたら、フタをせずに
600W で 2 分半 (2 分) 加熱します。

ワンポイント

- ・材料を「よく混ぜる」のがポイント。
- ・冷める前にひっくりかえすときれいにはずれます。
- ・仕上げに「粉糖」をふるとより美味しく見えます。

*「9°」を電子レンジから取り出す際は、中身が高温になっている場合がありますので、やけどをしないよう気を付けてください。
*表記の調理時間は目安です、電子レンジの種類によっては加熱時間が異なる場合があります。

画像は U150 で作ったガトーショコラ
U90 のフタをお皿にしてとりわけたところ

クド器

検索

スモア風ケーキ

9°

9° レシピの中で、もっとも最速。

包丁も使わないので、安心してお子様と一緒にキッチンワークが楽しめます。

加熱中もモクモクと大きくなるマシュマロにくぎ付け、出来上がりが「びよーん」でさらに楽しい、かなり甘めの、最速スイーツ。

30sec

600W

U90

材料 (U90 1個分)

- ・マシュマロ 約40g
- ・クッキー 4枚
- ・ミルクティー 大さじ2
- ・ドライフルーツ 適量
- ・シナモン 適量

作り方

- ① U90 にクッキーを2枚くだいで入れます。
- ② ミルクティー大さじ1を入れます。
(クッキーをしっとりさせる役目)
- ③ クッキーの上にマシュマロ20gを入れます。
- ④ これをもう1回くり返します。
- ⑤ フタをせず **600W で 30 秒加熱**します。
- ⑥ シナモンとドライフルーツをトッピングして完成です。



*「9°」を電子レンジから取り出す際は、中身が高温になっている場合がありますので、やけどをしないよう気を付けてください。
*表記の調理時間は目安です、電子レンジの種類によっては加熱時間が異なる場合があります。



<https://9-do.net/>

クド器

検索

豆乳で作る黒ごまプリン

9°

電子レンジ加熱は、なんと 30 秒！
びっくりの簡単さで、できちゃいます。
黒ごまペーストやゼラチンも使いこなして
料理の腕もワンランクアップ！

30sec

600W

U90

材料 (U90 1 個分)

- ・黒ごまペースト 小さじ 1
- ・無調整豆乳 30ml, 50ml
- ・板ゼラチン 1.5g
- ・ハチミツ 大さじ 1
- (・砂糖 大さじ 1)

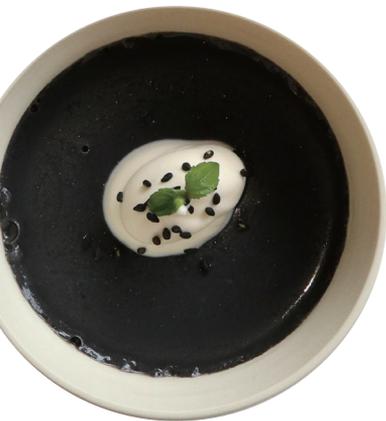
作り方

- ①別の器で、板ゼラチンをたっぷりの水に浸けて柔らかくしておく。
- ②U90 に黒ごまペーストとハチミツを入れよく混ぜ合わせる。
- ③豆乳 (30ml) を加えて軽く混ぜ、フタをして600Wで30秒加熱する。
- ④取り出して、黒ごまペーストが全部溶けきるまで混ぜる。
- ⑤絞った板ゼラチンを加え、ムラが無くなるまで混ぜる。
- ⑥豆乳 (50ml) を加えて混ぜ、粗熱が取れたら冷蔵庫で冷やす。

【ご注意】

- * 1 歳未満の赤ちゃんに食べさせる時は必ず「ハチミツ」を「砂糖」に変えてください。
- * 1 歳未満の赤ちゃんが「ハチミツ」を食べることによって 乳児ポツリヌス症にかかることがあります。

- *「9°」を電子レンジから取り出す際は、中身が高温になっている場合がありますので、やけどをしないよう気を付けてください。
- *表記の調理時間は目安です、電子レンジの種類によっては加熱時間が異なる場合があります。



<https://9-do.net/>

クド器

検索

キャラメルプリン

9°

練乳がきめてになる、なつかしい味のプリン。

キャラメルをつくったら、電子レンジにかけておくだけだから、家事の合間に「チン」しておくだけ。

絶対にマスターしたいレシピのひとつ！

*U90は、3個同時に電子レンジ加熱することができます。

2 min



8 min



材料

□プリン液 (U90 3個分)

・牛乳	180cc
・卵	2個
・練乳	大さじ5
・バニラエッセンス	少々

□キャラメル (U90 1個分)

・砂糖	大さじ1
・水	小さじ1

作り方 (U90 : 3個を同時加熱します。)

・まずは、キャラメルを作ります

- ①「U90」3個を準備し、1個ずつにキャラメルの材料を入れます。
- ②フタをせずに、3個を同時に電子レンジに並べ600Wで2分加熱してそのまま置いて粗熱を取る。
*キャラメルになっていない時は様子をみながら、10秒ずつ追加加熱してください。
*「U90」1個ずつでキャラメルを作る際は、1分ずつ加熱して様子をみてください。
*砂糖は温度が上がりがやすいので、レンジの側を離れないで焦げすぎないようにご注意ください。
- ③別容器でプリン液の材料を全て混ぜる。
- ④茶こしを使い、キャラメルのうえから1/3ずつ注ぐ。
- ⑤フタをせずに、200Wで8分加熱します。
- ⑥揺すってみて全体が均一に揺れるようだったらOKです。
*加熱が足りない時は、1分ずつ加熱して様子をみてください。
*プリン液を加熱する時は、沸騰させないように気をつけてください。

⑦粗熱を取って冷蔵庫で冷やしたら完成。

ワンポイント

- ・プリン液を注ぐ前のキャラメルは固まってもOK
- ・1晩置くと、キャラメルがプリンにしみこんでさらに美味しくなります。



*「9°」を電子レンジから取り出す際は、中身が高温になっている場合がありますので、やけどをしないよう気を付けてください。
*表記の調理時間は目安です、電子レンジの種類によっては加熱時間が異なる場合があります。

<https://9-do.net/>

クド器

検索

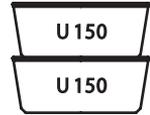
白米炊飯



9° U150 で「ごはん」が炊けました！

ごはん茶碗でごはんが炊けたと同じなのでそのまま器として使えます。炊きたてそのままの器でアツアツのごはんを卵かけご飯なんて最高です。

 4min



 15min



2 段積みで加熱

材料 (U150 1 個分)

- ・米 0.5 合 (75g)
- ・水 110ml

U150 を 2 個を積み重ねて加熱します。

作り方

- ①米は洗って水けをきる。
- ②U150 各 1 個ずつに洗った米と水をいれる。
- ③1 時間つけておく。
- ④U150 はそれぞれフタをして、2 つを重ねて電子レンジに入れる。
- ⑤600W で 4 分加熱 (中火で沸騰させるイメージ)
- ⑥均等に火を通すため一旦とりだし、上下の U150 を入れ替える。
- ⑦200W で 15 分加熱 (弱火で炊き込むイメージ)
- ⑧とりだして、底から全体をかるく混ぜて、5~10 分蒸らす。

ポイント

- *U150 を 1 個、0.5 合で炊飯する加熱時間は、2 個の炊飯時間の半分にしてやってみてください。
- *最初の加熱の際にふきこぼさないことが、うま味を逃がさず美味しくできるコツです。

*「9°」を電子レンジから取り出す際は、中身が高温になっている場合がありますので、やけどをしないよう気を付けてください。

*表記の調理時間は目安です、電子レンジの種類によっては加熱時間が異なる場合があります。



<https://9-do.net/>

クド器

検索

キノコのおこわ

9°

「おこわ」が9°ひとつで完結。
ちょっとハードルが高かった「おこわ」
がクドレシピで、身近になりました。
ちょっと特別な日が、日常になります。

10min

600W

U150

材料

・もち米	1合
・みじん切りにした、人参	50g
・1cmに切った、えのきだけ	50g
・小さく刻んだ、薄揚げ	1/2枚
・水	170CC
A	
・カツオ顆粒出汁	小さじ1
・酒	小さじ1
・醤油	小さじ1
・塩	1つまみ

作り方

- ① 研いだもち米と分量の水を U150 いれ 3 時間以上つける。
- ② 人参と A を入れて軽く混ぜる。
- ③ 薄揚げを上を広げて、蓋をして **600W で 4 分加熱** する。
- ④ 一度とりだし、底から全体にかき混ぜる。
- ⑤ えのきだけを広げて蓋をして **600W で 3 分加熱** する。
- ⑥ もう一度とりだし、底から混ぜたら再び蓋をして **600W で 3 分加熱** し、そのまま 5 分蒸らして底から混ぜて完成です。

ワンポイント

- ・きのこはお好みのもので OK
- ・加熱後混ぜる時は、底から混ぜないとムラができます。
- ・仕上げに青のりをふると風味が増します。

*「9°」を電子レンジから取り出す際は、中身が高温になっている場合がありますので、やけどをしないよう気を付けてください。
*表記の調理時間は目安です、電子レンジの種類によっては加熱時間が異なる場合があります。



<https://9-do.net/>

クド器

検索

サツマイモのおこわ

9°

「おこわ」が9°ひとつで完結。

ちょっとハードルが高かった「おこわ」
がクドレシピで、身近になりました。

ちょっと特別な日が、日常になります。

10min

600W

U150

材料

- ・もち米 1合
- ・7mm角のサツマイモ 70g
- ・水 180CC
- A
- ・酒 小さじ1
- ・塩 ふたつまみ
- ・黒ごま塩 適宜

作り方

- ①研いだもち米と分量の水をU150 いれ3時間以上つける。
- ②Aを入れて軽く混ぜる。
- ③サツマイモを上を広げて、蓋をして600Wで4分加熱する。
- ④一度とりだし、底から全体に混ぜる。
- ⑤蓋をして600Wで3分加熱する。
- ⑥もう一度とりだし、底から混ぜたら再び蓋をして600Wで3分加熱し、そのまま5分蒸らして底から混ぜて完成です。

ワンポイント

- ・加熱後混ぜる時は、底から混ぜないとムラができます。

*「9°」を電子レンジから取り出す際は、中身が高温になっている場合がありますので、やけどをしないよう気を付けてください。

*表記の調理時間は目安です、電子レンジの種類によっては加熱時間が異なる場合があります。



<https://9-do.net/>

クド器

検索

グッドデザイン・ベスト 100(2018 年度) に 選ばれました。

調理ができる器 9° (クド)U90、U150 として、2018 年度グッドデザイン・ベスト 100 を受賞しました。

グッドデザイン賞審査員による評価コメント

冷蔵冷凍保存や、電子レンジでの加熱調理、食洗機にも対応する耐熱樹脂製の器である。加熱調理の際に食物から出る水蒸気を循環させるため、蓋の裏に突起をつけるなど細部まで機能的に作り込まれているが、乾いた手触りや、硬質な音、手に馴染む重みは、素焼きの器のように素朴で美しく、樹脂製の器の新しい可能性を予感させる。独自のレシピをウェブで公開するなど、製品が完成して終わるのではなく、継続的にブランドを育てる取り組みも評価したい。



ITEMS
商品概要

9°



U90

直径	90mm
高さ	63mm
重量	114g
器容積	約 230ml
価格	¥2,400- (税抜き)

U150

直径	150mm
高さ	63mm
重量	275g
器容積	約 750ml
価格	¥3,600- (税抜き)

色



材質 SPS 樹脂

耐熱温度 -20°C~220°C(オーブンは不可)

- ・本製品は直火、オーブンはご使用いただけません。
- ・食洗機、食器乾燥機をご使用いただけます。
- ・弱酸性洗剤、アルカリ性洗剤、塩素系漂白剤をご使用いただけます。
- ・色のムラは質感を出すためにあえてつけておりますのでご使用には問題ありません。
- ・製品の色は写真と若干異なる場合がございます。
- ・表示価格は全て税抜き価格です。
- ・製品の仕様や外観は、改善などのため予告なく変更することがあります。