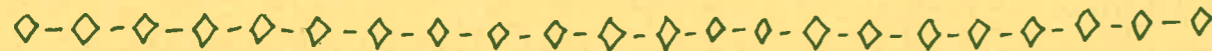




こんにちは、Miyacoです。みなさんお元気ですか？

今回は、これさえあれば色々できる＝フライパンについてお話しします。
それでは、よろしくおつきあいください。



▽ フライパン ▽

今日のような取っ手のあるフライパンの出現は古代ローマ期までさかのぼりますが、日本には明治時代に伝来しました。

鉄・アルミニウム・銅・ステンレス・コーティングなど色々な材質のものがあります。
Miyacoには、オグジシリーズに16～25cmのフライパンと、ジオ・プロダクトシリーズに21cm & 25cmのソテーパンがあります。

そしてこの春、十得鍋シリーズに新しくフライパンが出来ます!! サイズは25cmのワンサイズですが、ミラー仕上げとフッ素樹脂コーティングの2種類をご用意しました。



それでは、まず、全てに共通のポイントからご紹介します。

- ◎ 本体の金属はアルミ芯の多層鋼です。芯のアルミニウムは軽くて熱伝導がよく、内側は18-8ステンレス、外側は有磁性ステンレス(18-0)です。
- ◎ ガスコンロ、IHなどのフッキングヒーターで使えます。
- ◎ 火加減は弱火～中火。
- ◎ 調理温度の上限は180℃。空炊きや高温調理はフライパンを傷めます。目安は油の表面がゆらゆらしたとき。煙が出るのは予熱のしすぎ。こうなるときは火を強く通温の上限180℃を超えている状態で、食材を加えたら焦げてしまいます。

▽ フッ素コーティング有・無、フライパン比較 ▽

オグジのフライパンやジオ・プロダクトのソテーパンは、コーティングのフライパンを何個か使い込んだ方が、コーティングなしのものを採って選んでくださることが多くあります。その使い心地は違うようですので、比べてみました。

	ステンレスでコーティングなし	一般的なフッ素樹脂コーティング
くっつきについて	フッ素よりもくっつきやすい。使い慣れるまで少し時間がかかるかも知れない。	くっつきにくいので、調理の失敗が少ないと言われている。
予熱	必要	予熱しなくても調理を始めることができる。
油	必要	油なしでも調理できるが、油を使った方がコーティングが傷みにくい。
金属のへら	使用可能。キズがついてもほがれることはない。	使用するとキズがつき、ほがれやすくなる
お手入れ	普通の汚れは食器用洗剤とスポンジで洗いながす。焦げつきや油の焼けつきなどは、そのフライパンでお湯を沸かしその後、クレンザーと硬めのタワシで磨き落とす。キズがついたとしても、何かが溶け出すことはないのご安心を。	食器用洗剤とスポンジでこすり洗いをする。クレンザーも硬めのタワシも使用するとキズがつき、ほがれやすくなる。

もしも、まちがって空炊きをして高温にしすぎてしまったら、水びでの急冷はしないでください。水がとびちって危なく、フライパン本体やコーティングを傷めてしまいます。火を止めてそのまま冷ましてください。フッ素コートの上限温度は一般的に260℃と言われています。コーティングを傷めない為にも空炊きは厳禁です ⚠

▽ フッ素 - 樹脂 - コーティング ▲

フッ素は原子番号9の元素で、元素記号はF。身近なところでは歯磨き粉に使われています。フッ素樹脂の中で代表的なものひとつにPTFE(ポリテトラフルオロエチレン)があります。これはフッ素と炭素で構成されるもので、熱に強い・薬品に強い・電気を通さない・くっつかない・滑りやすいなどの多くの優れた特徴があります。このフッ素樹脂をコーティングしたフライパンをフッ素のフライパンと呼んでいます。

▽ フライパンでチキンライスを作る ▲

29寸きのフライパンなら「火サめる」「炊く」が一括にできます。

材料 (2人分)

- ・ 鶏もも肉 100g
- ・ 玉ねぎ 1/2個
- ・ 無洗米 2合
- ・ サラダ油 大さじ1
- ・ 固形スープの素 1/2個
- ・ お湯 360cc
- ・ トマトケチャップ 大さじ3
- ・ 塩 小さじ1/3
- ・ バター 小さじ2
- ・ パセリのみじん切り 大さじ1

作り方

- 1 鶏肉は1.5cmの角切りに、玉ねぎは粗みじん切りにする。フライパンにサラダ油を熱して玉ねぎをよく炒め、鶏肉を加えて色が変わるまで炒め、米を加えてさらに炒める。
- 2 米が全体的に透き通ってきたら、固形スープの素を分量のお湯で溶いたものを注ぎ、ケチャップの半量、塩を加える。
- 3 煮立ったら全体を混ぜてフタをし、弱火で水けがなくなるまで20分ほど炊く。最後に火を強くして10秒したら火を止め、15分蒸らす。
- 4 は上げに残りのケチャップとバターを加え、しゃもじでほぐし混ぜる。パセリを散らしてできあがり。

(M) これを十待鍋のフライパンで作ると、テーブルの真ん中にハンドルを外してドーンと置きます。ハンドルを外せるということは、大きな熱々の皿を



みんなでつついているようなことで、保温性がよいので、しばらくは温かいままいただけます。皿1枚分洗っものが減ります。でこぼしが少ないので、表も裏も洗いやさいです。

▽ 十待鍋のすっどケア ▲

2000年の発売以来、ツミ部品の送付や修理、磨き直しの修理などを行ってきました。十待鍋には10年間の保証を設けていましたが、それを越えてご使用くださる方がたくさんいらっしゃいます。そこで保証期間は設けずに「すっどケア」とさせていただくこととなりました。

大変申し訳ありませんが、片手ハンドルの修理はできませんが、他の製品は可能な限り修理を行います。実費のかかることもあります。修理不可能な場合もごさいます。ですが、今まで行ってきた実績をもとに、できる限りのケアを続けていきたいと思っております。

今回のミヤコメールはフライパンの取扱説明書のようになっていますが、フライパンは1個あると色々できるものすごく便利な道具です。ぜひ、お好みのフライパンで楽しく調理していただきたいと思います。

さて、こんなミヤコメールですが、年4回季節ごとに発行していきたいと思っています。もしも続けて読んでみたいという方がいらっしゃいましたら、下記の住所までおはがきにて、お名前・ご住所・お電話番号、を明記の上、右下すみの希望券を貼ってお送りください。FAXやEメールでのお知らせでもOKです(笑) ひとことご感想など添えていただけると、とてもうれしいです！一度お知らせしていただければ、無料にて続けてお送り致します。みなさんのご応募心よりお待ちしております。

※ご連絡いただいた個人情報は、ミヤコメール等の発送のみに利用し、お客様本人の同意なく第三者への開示・提供等にはありません。

参考文献：台所道具の本、フライパンで自慢おかず
参考HP：明興工業株式会社

Miyaco 盤 宮崎製作所 TEL: 0256-64-2773(代) FAX 0256-64-5728

- HP <http://www.miyazaki-ss.co.jp/>
- Eメール info@miyazaki-ss.co.jp
- ブログ <http://blog.goo.ne.jp/miyacoojgeo>
- Instagram http://www.instagram.com/miyazaki_seisakusho