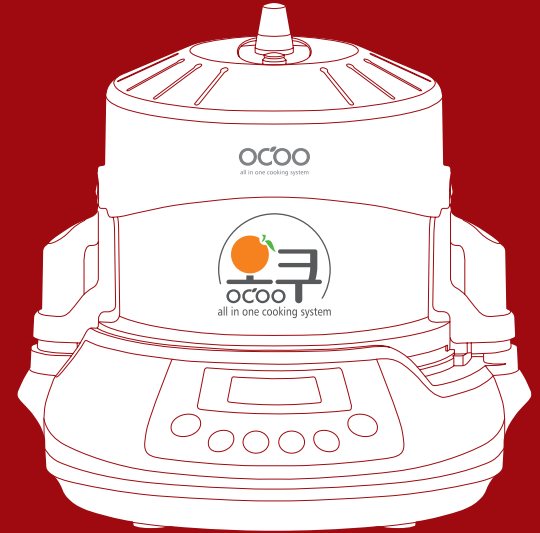


- 제품 사양은 성능 향상을 위해 사전 예고없이 변경될 수 있으며 실제와 약간 다를 수 있습니다.
- 제품의 색상은 모델에 따라 다를 수 있습니다.

사용설명서

본 사용설명서는 가족들의 건강을 지켜주는 길잡이가 될 수 있으므로 반드시 읽어주시고 잘 보관하여 필요시 우리 가족의 건강을 위해서 참고로 활용하십시오.



W E L L B E I N G O C O O

발명특허 제0473282호, 제0495080호 등록 원료 실용신안 309600호, 315788호, 319821호, 319823호, 319824호, 319825호, 319838호, 324860호, 326236호, 328594호 등 10건의 등록 원료

21세기형 가정용 건강식품 제조기-오쿠

www.occo.co.kr

 (주) 오쿠

HEALTHY

SAFE

ECONOMICAL

원액추출

호박



원액 추출 후



원액



한약

영지차



약차



십전대보탕



양파



원액 추출 후



원액



약죽

녹두죽



호박죽



인삼죽



홍삼숙성, 원액

건삼숙성



수삼숙성



홍삼원액



웰빙조리

병어간장조림



동파육



수란



청국장 발효

검정콩발효



검정콩비실러스균



메주콩비실러스균



오이피클



파프리카피클



깻잎장아찌



안녕하십니까!

가미솔중탕기 - 오쿠를 구입해 주셔서 감사합니다.

사용하시기 전에 본 사용 설명서를 읽고 올바른 사용방법을 익히신 후 제품을 사용하십시오.

모든 식품은 음식으로 만들어지면 그 순간부터 그 성분이 변화를 일으키며 보온, 냉장, 냉동처리, 진공포장 등 그 어떤 방법으로 보관한다 해도 그 변질 및 효능 저하를 완전하게 막을 수 없다는 것이 일반적인 상식입니다.

특히, 건강을 위한 건강식품(보약)을 장기간 보관하며 복용하는 것은 약효를 보장 받을 수 없습니다.

따라서 모든 식품은 정성으로 만들어 그 즉시 복용하는 것이 최선의 방법이라고 할 수 있습니다.

가미솔중탕기 - 오쿠는 가정에서 일반적으로 만들어 드실 수 있는 모든 건강식품(보약)을 영양(약효)손실없이 빠르고 간편하게 자동으로 만들어 주는 기능과 성능이 있는 제품입니다.

가미솔중탕기 - 오쿠를 애용하시어 여러분 가정에 건강과 행운이 가득하시길 기원합니다.

-감사합니다.-

1. 가미솔중탕기-오쿠의 원리	p2	9. 원액 만드는 방법	p20	17. 보양찜 만드는 방법	p34
2. 안전을 위한 주의사항	p3	10. 청국장 만드는 방법	p21	18. 요구르트 만드는 방법	p36
3. 제품의 특성	p8	11. 속성계란 만드는 방법	p23	19. 예약시간, 조리시간입력방법	p37
4. 각 부의 명칭	p11	12. 한약 다리는 방법	p25	20. 웰빙조리 만드는 방법	p38
5. 명판의 표시와 버튼의 기능	p12	13. 약차 다리는 방법	p26	21. 웰빙조리 재료별 분류	p39
6. 제품의 사용방법	p13	14. 약죽 만드는 방법	p27	22. A/S를 의뢰하시기 전에	p41
7. 홍삼액 만드는 방법	p17	15. 보양밥 만드는 방법	p29		
8. 홍삼정과 만드는 방법	p19	16. 보양탕 만드는 방법	p31		

가마솥증탕기 - 오쿠의 원리

가마솥증탕기 - 오쿠는 압력밀폐형식으로 112℃ 이상의 고열 수증기가 조리용기인 게르마늄내솥과 단지를 사방으로 감싸며 가열시키고 가열된 용기에서 발생하는 원적외선 증탕열이 용기 안에 있는 식품의 자체 수분을 발열시켜 식품을 익히는 조리 비법이 응용되어진 새로운 개념의 21세기형 가정용 건강식품 제조기입니다.



가마솥증탕기 - 오쿠의 대류현상으로 식품이 익는과정에서 발생하는 식품의 영양(냄새)을 함유하고 있는 수증기가 조리용기 (게르마늄내솥) 밖으로 나오지 못하고 용기 안에서 식품으로 다시 흡수되어 농축되어 지므로 영양손실이 최소화 되는 건강식품(보약)이 만들어 지며 모든 음식을 원적외선 증탕열로 조리할 수 있는 효과를 얻게 됩니다.

안전을 위한 주의사항

위험 ! 안전을 위한 주의사항이 지켜지지 않으면 사망 또는 중대한 상해가 예상되는 경우

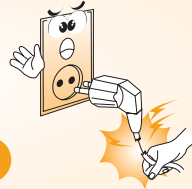
- ! 반드시 지시대로 실행
- X 절대로 하지말것
- 🚫 젖은 손으로 만지지 말것
- 🚫 일반적 금지사항

위험



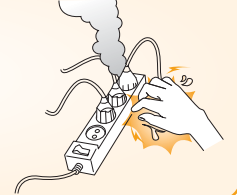
본 제품은 AC 220V(60Hz) 전용 제품입니다.

- ▶ 전압을 확인하신 후 10A 이상의 오쿠 전용코드선을 사용하십시오.
- ▶ 전원선 부분을 잡아 당겨서 뽑지 마십시오.
- ▶ 제품이동시 전원코드를 당겨서 이동하지 마십시오.



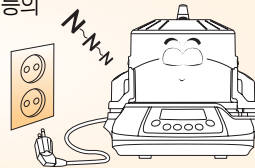
한 개의 콘센트에 여러 전기제품을 동시에 꽂아 사용하지 마십시오

- ▶ 발열 및 발화, 감전, 화재의 원인이 됩니다.
- ▶ 손상된 전원 플러그나 헐거운 콘센트는 사용하지 마십시오.
- ▶ 전원플러그를 임의로 연결하거나 가공하여 사용하지 마십시오.



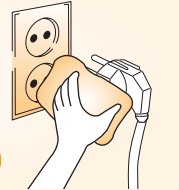
제품을 사용하지 않을 때에는 전원 플러그를 뽑아 주십시오.

- ▶ 전원플러그를 뽑아 둘 경우 감전, 누전, 화재 등의 모든 전기 사고를 예방할 수 있습니다.
- ▶ 전원코드를 무리하게 구부리거나 묶거나 잡아당기지 마십시오.
- ▶ 전원플러그를 연속하여 꽂았다 빼지 마십시오.



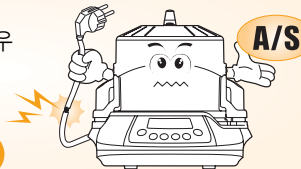
전원플러그에 묻은 이물질은 깨끗이 제거하여 주십시오.

- ▶ 감전, 화재의 위험이 있습니다.
- ▶ 전원부분에 물이 들어간 경우, 전원플러그를 빼고 완전히 건조된 다음 사용하십시오.
- ▶ 물에 젖은 손이나, 물행주로 코드선이나 전원플러그를 절대로 만지지 마십시오.



전원코드나 전원플러그가 파손되지 않도록 주의하십시오.

- ▶ 감전, 화재의 위험이 있습니다.
- ▶ 전원코드나 전원플러그가 파손된 경우 반드시 제조처 및 고객센터로 문의하여 주십시오.







조리 용도의 다른 용도로 사용하지 마십시오.

- ▶ 오쿠 사용설명서 또는 조리 책자에 기재된 조리법은 반드시 지정된 메뉴로 조리 하십시오.
- ▶ 조리 메뉴를 임의적으로 선택할 경우 과실에 대한 책임을 지지 않습니다.



안전을 위한 주의사항

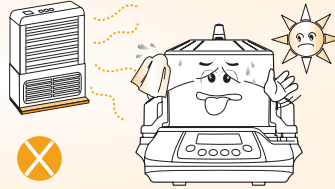
위험 ! 안전을 위한 주의사항이 지켜지지 않으면 사망 또는 중대한 상해가 예상되는 경우

-  반드시 지시대로 실행
-  절대로 하지말것
-  젖은 손으로 만지지 말것
-  일반적 금지사항

위험 !

직사광선이 쬐는 곳이나 열기구와 가까운 곳에 설치하지 마십시오.

- ▶ 본 제품은 실내에서 사용하도록 만들어져 있습니다. 0℃이하의 장소나 빗물, 직사광선이 들어오는 곳에서 사용할 경우 제품의 변형, 고장 및 안전사고가 발생할 수 있습니다.



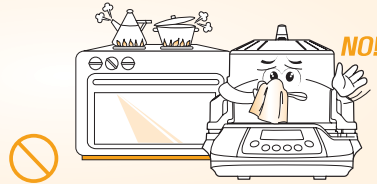
싱크대, 목욕탕 등 제품에 물이 들어갈 수 있는 곳에 설치하지 마십시오.

- ▶ 습기가 많은 곳에서는 전기누전 및 감전의 위험이 있습니다.



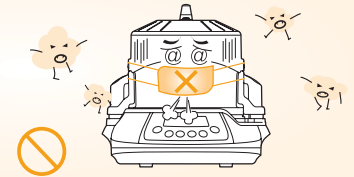
제품 근처에서 가연성가스나 인화성물질 등을 사용하거나 보관하지 마십시오.

- ▶ 화재의 위험이 있습니다.



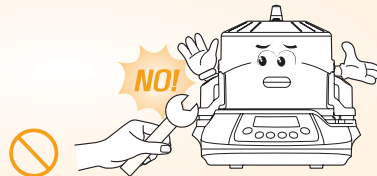
먼지가 많은 곳이나 화학성 물질이 있는 곳에 설치하지 마십시오.

- ▶ 감전, 화재의 위험 및 제품 성능 저하의 원인이 될 수 있습니다.



제품을 임의로 분해하거나 수리, 개조하지 마십시오.

- ▶ 감전, 화재, 제품 훼손 및 파손의 위험이 있습니다.



제품의 흡입구나 틈 사이에 이물질을 넣지 마십시오.





- ▶ 이물질이 들어간 경우 전원플러그를 빼고 서비스센터로 연락해 주십시오.

내슬류의 급격한 온도 변화를 주지 마십시오.

- ▶ 내슬류가 아주 뜨거운 상태에서 차가운 물이 부어질 경우 균열의 원인이 됩니다.

안전을 위한 주의사항

위험 ! 안전을 위한 주의사항이 지켜지지 않으면 사망 또는 중대한 상해가 예상되는 경우

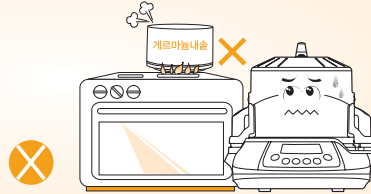
-  반드시 지시대로 실행
-  절대로 하지말것
-  젖은 손으로 만지지 말것
-  일반적 금지사항

위험



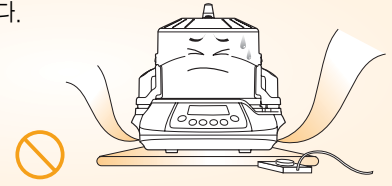
본체와 분리하여 사용하지 마시고 가스레인지나 다른 열원으로 절대 가열하지 마십시오.

- ▶ 신체 상해 및 제품 고장의 위험이 있습니다.



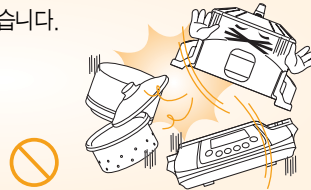
제품 밑에 깔판, 방석, 전기장판 등의 위에 놓고 사용하지 마십시오.

- ▶ 화재 및 고장의 원인이 됩니다.



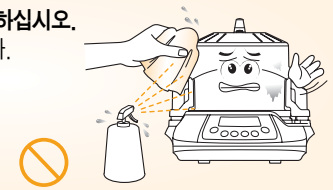
제품, 내솥류를 떨어트리거나 충격을 주지 마십시오.

- ▶ 신체 상해 및 제품 파손의 우려가 있습니다.



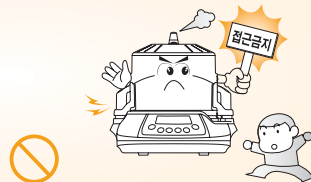
제품에 직접 물을 뿌리거나 벤젠, 신나 등으로 닦지 마십시오.

- ▶ 반드시 전원플러그를 뽑은 후 청소하십시오.
- ▶ 감전, 화재, 변색의 위험이 있습니다.
- ▶ 물이 들어갔을 경우 서비스센터로 꼭 문의하십시오.



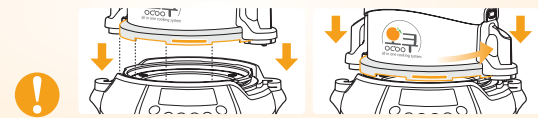
어린이들의 손이 닿지 않는 곳에서 보관·사용하십시오.

- ▶ 사용 중 부주의로 인한 화상 및 감전, 신체 상해의 위험이 있습니다.
- ▶ 사용 중 압력뚜껑이 뜨거우니 화상에 주의하십시오.



뚜껑을 닫을 때에는 완전히 닫아 주십시오.

- ▶ 신체상해의 위험 및 제품 성능 저하의 원인이 됩니다.
- ▶ 안전손잡이가 완전히 올라오지 않을 경우 E:02가 LCD창에 표시될 수 있습니다.



안전을 위한 주의사항

경고 ⚠️ 지시한 내용이 지켜지지 않으면 상당한 신체
상해 또는 물적 손해가 예상되는 경우

- ! 반드시 지시대로 실행
- ✗ 절대로 하지말것
- 🚫 젖은 손으로 만지지 말것
- 🚫 일반적 금지사항

경고 ⚠️

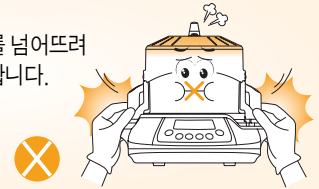
조리가 완료된 게르마늄단지와 내솥은 맨손으로 만지지 마십시오.

- ▶ 조리가 완료된 게르마늄단지와 내솥은 무겁고 뜨거우므로 **화상의 위험**이 있어 취급시 안전 장갑을 **반드시** 착용하시고 취급하여 주십시오.
- ▶ 게르마늄단지와 내솥을 이동할때에는 놓치지 않도록 주의하여 들으신 후 이동하여 주십시오.



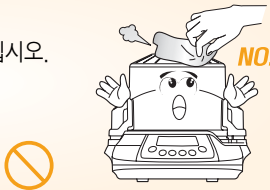
조리중이나 완료후 내부에 압력이 남아 있을 경우 뚜껑을 강제로 열지 마십시오.

- ▶ 본 제품은 압력 기능의 제품이므로 압력 뚜껑을 열 때는 **반드시** 압력추를 넘어뜨려 내부 수증기를 제거시킨 후 열어야 합니다.
- ▶ 무리하게 열면 잘 열리지 않으며 사고의 원인이 될 수도 있습니다.



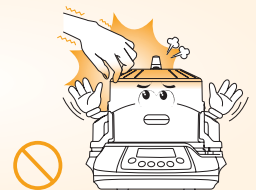
제품사용시 압력추를 만지거나 행주 등을 올려놓고 조리하지 마십시오.

- ▶ 제품 성능 저하 및 폭발의 원인이 됩니다.
- ▶ 압력추 구멍에 이물질이 끼지 않도록 하십시오.
- ▶ 안전사고와 고장의 원인이 됩니다.



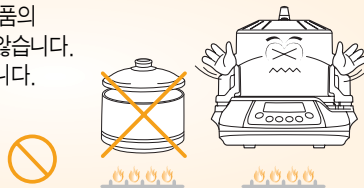
조리 중이나 조리완료 후 압력추에 얼굴이나 손등을 가까이 대지 마십시오.

- ▶ 화상의 위험이 있습니다.
- ▶ 특히 어린이의 접근을 막아주십시오.



게르마늄내솥, 단지와 제품자체를 가스불 등 직불에 올려놓지 마십시오.

- ▶ 화상과 폭발의 위험이 있고 제품의 기능이 정상적으로 가동되지 않습니다.
- ▶ 안전사고와 고장의 원인이 됩니다.








게르마늄내솥과 단지를 다른 용도로 사용하거나 변형시키지 마십시오.

- ▶ 게르마늄내솥과 단지가 변형되었거나, 전용 제품이 아닌 것은 절대 사용하지 마십시오.
- ▶ 화재 및 고장의 원인이 됩니다.



안전을 위한 주의사항

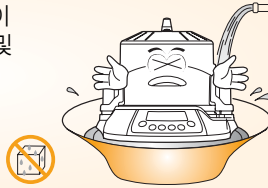
주의  지시한 내용이 지켜지지 않으면 경미한 신체
상해 또는 물적 손해가 예상되는 경우

-  반드시
지시대로 실행
-  절대로
하지말것
-  젖은 손으로
만지지 말것
-  일반적
금지사항

주의

제품의 몸체를 절대로 물에 담그지 마십시오.

- ▶ 제품의 명판 부위에는 전자 PCB 시스템이 내장되어 있기 때문에 물과 접촉시 고장 및 사고의 원인이 될 수 있습니다.



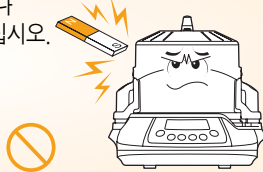
최대용량 이상으로 내용물을 넣어 사용하지 마십시오.

- ▶ 최대용량 2,500cc 이상 사용시 끓어 넘칠 우려가 있으며, 취사 불량 및 제품 고장의 원인이 됩니다.
- ▶ 제품사용 후 가열판의 물을 꼭 버린 후 마른 수건으로 닦아 주십시오.
- ▶ 제품의 사용이 끝난 후 가열판의 물을 버리지 않고 장기간 방치 시켰을 경우 가열판이 부식되어 손상될 수도 있습니다.



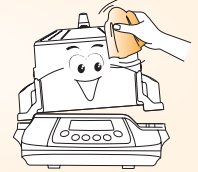
자성이 강한 물체와 제품과의 접근을 피해 주십시오.

- ▶ 뚜껑 위에 자성을 지닌 물체를 올려 놓거나 자성이 강한 물체 근처에서 사용하지 마십시오. 고장의 원인이 됩니다.



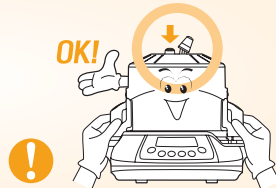
조리 완료 후에는 반드시 청소해 주십시오.

- ▶ 조리 완료 후 뚜껑, 압력패킹, 압력표시봉, 압력추 구멍 등을 깨끗이 닦아낸 후 사용하십시오.
- ▶ 특히, 압력패킹은 자주 세척하여 주십시오. 제품성능 저하의 원인이 됩니다.



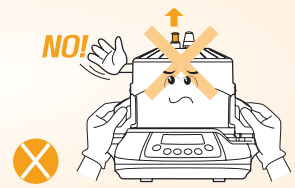
조리 완료 후 압력표시봉이 내려간 것을 확인한 후 압력추를 젖혀서 뚜껑을 열어주십시오

- ▶ 뚜껑 손잡이가 뜨거울 수 있으므로 안전 장갑을 반드시 착용하시고 취급하여 주십시오.



압력표시봉이 올라온 상태에선 뚜껑을 강제로 열지 마십시오.

- ▶ 압력표시봉이 올라온 상태에선 압력뚜껑이 잘 열리지 않습니다.
- ▶ 무리하게 열면 제품고장과 사고의 원인이 됩니다.



제품의 특성

1 세계최초로 국내 기술진에 의해 개발된 가마솥중탕기 - 오쿠는 가마솥 중탕 방식입니다.

- ▶ 인류의 건강증진을 위하여 건강하고 안전한 식품을 조리할 수 있는 새로운 개념의 조리비법으로 개발되었습니다.
- ▶ 끓이고, 굽고, 튀기고, 찜하는 방식의 음식보다 월등하게 우수한 건강식품을 만들어 줍니다.
- ▶ 굽고, 끓이고, 찜하는 모든 형식의 음식이 하나의 기구, 하나의 용기에서 쉽고 간단하게 자동으로 만들어 집니다.

2 가마솥중탕기 - 오쿠는 대류현상의 원리로 최상의 건강식품이 만들어 집니다.

- ▶ 대류현상으로 모든 식품의 영양 손실을 최소화시켜 건강식품으로 조리 됩니다.
- ▶ 게르마늄내솥과 단지의 원적외선으로 식품이 조리되므로 식품을 오랜시간 가열해도 식품을 태우지 않고 조리할 수 있습니다.
- ▶ 식품을 조리하는 용기는 게르마늄내솥과 게르마늄단지로 구성되어 원적외선이 방사되며 항균, 탈취 효과가 있습니다.
- ▶ 식품에 함유되어 있는 잔류농약이 게르마늄성분이 함유된 단지와 내솥에 의해 희석되어 안전한 건강식품으로 만들어 집니다.
- ▶ 가마솥중탕기 - 오쿠로 수삼과 백삼(건삼)을 홍삼숙성시키면 함유하고 있는 사포닌 성분이 평균 약 260%에서 460%까지 증가되어 그 효용가치가 높아집니다.
- ▶ 제품에 마이크이 내장되어 조리온도, 조리시간, 보온, 안전 시스템, 정전 보상기능 등 모든 기능이 자동으로 조절되므로 사용방법이 쉽고 편리합니다.

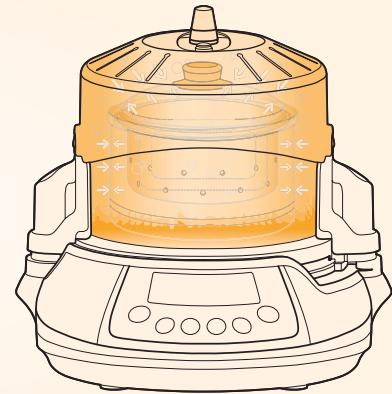
방송보도내용

▼ 배 - KBS, MBC, SBS TV (2004.09.15) 뉴스

배에 함유되어 있는 항암성분인 폴리페놀은 날로 먹을때보다 가열하여 찜으로 먹을때 그 성분이 더욱더 증가되어 효과적이다.

▼ 양파 - KBS TV (2004.06.08) 생로병사

양파의 중요성분인 퀘르세틴은 가열 했을때나 안했을때나 큰 변화가 없다.



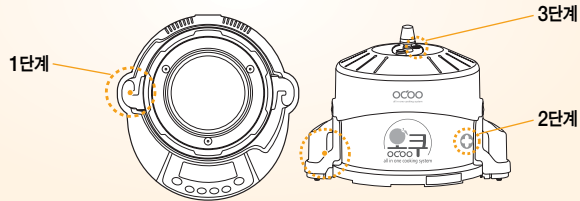
참 고

현미, 보리, 팥 등 거칠고 딱딱한 곡물이나 육류의 뼈, 도가니, 사과 등과 인삼, 영지, 헛개열매 등 한방의 약재등을 가스불, 전기의 직열로 조리할 때(태울수 있음)보다 충분한 열로 조리할 수 있으므로 식품을 더욱 더 부드럽고 진하게 하여 자연 그대로의 맛과 영양을 보존시키며 건강식품으로 만들 수 있습니다.

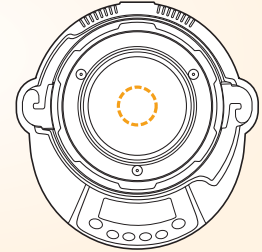
제품의 특성

3 수증기 밀폐식 제품으로 10단계 안전시스템이 자동화 되어 있어 안전하고 편리합니다.

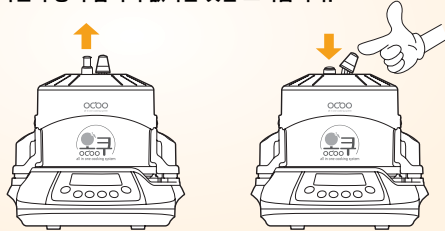
- ▶ **1단계-리드스위치 기능** : 몸체와 압력뚜껑의 결합 상태가 잘못되었거나 압력뚜껑 손잡이가 올바르게 위치하지 못한 경우 문자판에 E0:2와 열림이 표시되고 부저음이 울립니다. (보온 중 압력뚜껑이 열려있을 시 열림 표시가 표기되고 10분 내에 압력뚜껑을 닫아야 보온 기능이 작동합니다.)
- ▶ **2단계-뚜껑열림방지 기능** : 일정 압력이 발생할 경우 압력뚜껑이 열리지 않도록 안전장치가 작동 됩니다.
- ▶ **3단계-압력안전장치 기능** : 이상 동작으로 인해 압력뚜껑 내부에 이상 압력이 생길 경우 안전하게 압력이 방출됩니다.



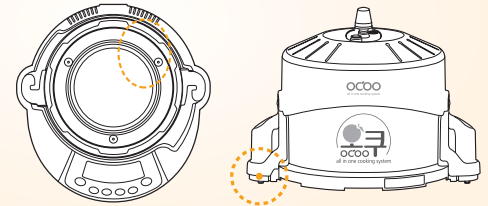
- ▶ **4단계-가열물감지 기능** : 가열판에 가열물이 없으면 이를 감지하여 제품의 가동을 정지시켜 줍니다.
※ 문자판에 E: 01과 "물없음" 이 표시되고 부저음이 울립니다.
- ▶ **5단계-온도 조절 기능** : 온도 센서가 내장되어 압력용기 내부의 온도와 수증기압력을 자동으로 조절하여 줍니다.
- ▶ **6단계-조리완료 냉각 기능** : 조리완료 신호음이 울리기 20분 전에 OFF되어 가열이 중단됨으로 조리 완료음이 울릴 때에는 내부 수증기 압력이 자연 냉각으로 없어지게 됩니다.



- ▶ **7단계-압력추 기능** : 5단계 온도조절기능에 이상이 있을 때 내부의 수증기를 배출시켜주는 기능을 합니다.
 - ▶ **8단계-안전 밸브 기능** : 6단계 압력추 기능에 이상이 있을 때 내부의 수증기를 배출시켜주는 기능을 합니다.
- ※ 적색 또는 금색의 표시 불이 올라와 있으면 내부에 수증기 압력이 있다는 것을 표시하고 적색 또는 금색 부분이 내려가면 수증기 압력이 없다는 것을 표시합니다.



- ▶ **9단계-온도 휴즈 기능** : 제품에 이상이 발생하여 제품의 온도가 높아지면 이를 감지하여 제품의 가동을 정지시켜 줍니다.
- ▶ **10단계-내부수증기 배출 기능** : 사용자 부주의로 제품 가동 중 내부 수증기 압력을 제거시키지 않고 무리하게 압력뚜껑을 열려고 하면 내부의 수증기가 손잡이 하단으로 배출되어 안전사고를 예방하여 줍니다.



제품의 특성

- 4 제품의 외장을 수증기 밀폐식으로 제작하여 전기 열에 의해 발생한 수증기를 외부로 유출시키지 않은 원리로 열효율을 높이고 전기소모를 최소화시켰습니다.

오쿠의 메뉴별 사용 전기요금 (1시간 사용기준)

※ 각 가정의 사용량에 따라 다를 수 있습니다. ※ 이 전기요금표는 대한민국 기준입니다.

메뉴	1시간 사용시 소비전력(KWh)	101~200 KWh사용시 / 월 (122.6원 적용가격)	201~300 KWh사용시 / 월 (183.0원 적용가격)
원액, 한약, 약차, 약죽, 보양찜, 보양탕, 보양밥, 홍삼정과, 홍삼달임, 홍삼숙성, 청국장 익힘, 숙성계란	0.42	₩ 51.4원(1시간)	₩ 76.8원(1시간)
웰빙조리	0.306	₩ 25.0원(1시간)	₩ 37.3원(1시간)
청국장 발효	0.022	₩ 2.6원(1시간)	₩ 4.0원(1시간)
보온기능	0.125	₩ 15.3원(1시간)	₩ 22.8원(1시간)

- 5 메뉴별로 자동으로 조리가 완료되면 신호음이 울리고 보온 기능으로 자동 전환되며 문자판에 보온중 표시와 보온되고 있는 시간이 표시 됩니다.

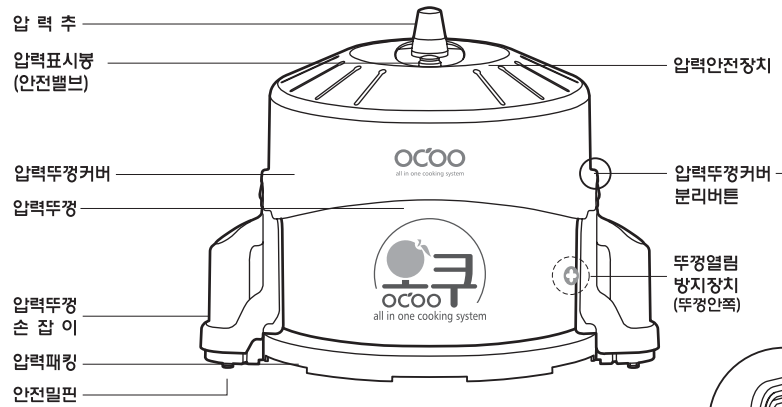
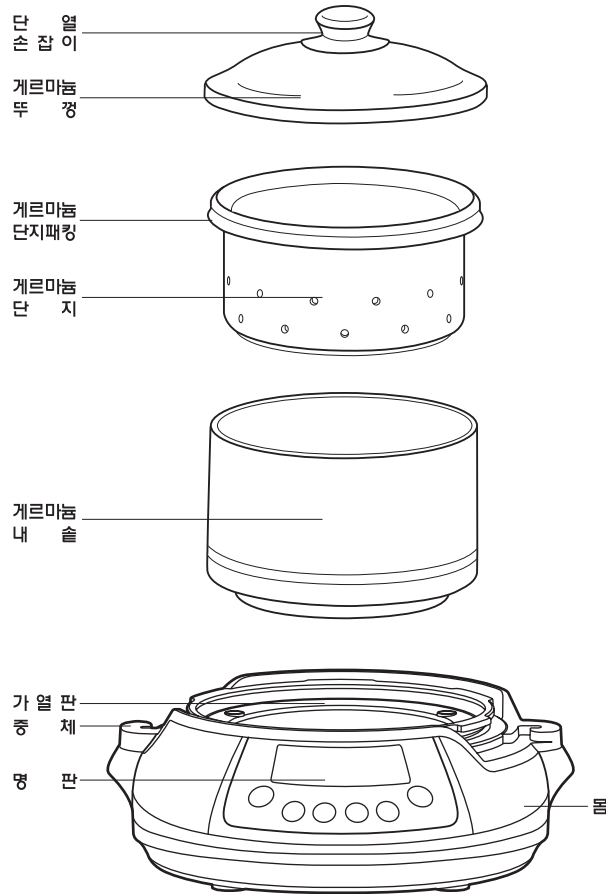
※ 웰빙조리/청국장 조리에는 보온기능이 없습니다.

- 6 예약 기능이 있어 원하는 시간에 만들어진 식품, 보약 등을 만드는 즉시 드실 수 있습니다.

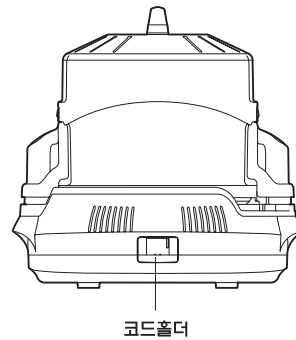
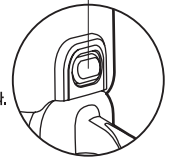
- 7 정전보상기능이 있어 제품 사용 중 정전이 발생할 경우 진행중인 기능을 기억하여 재 통전시 진행중인 기능을 계속 유지하여 동작됩니다.

※ 사용중 정전시에는 문자판의 시간표시가 “깜박깜박” 하며 동작하게 됩니다. 이때에는 시작/취소 버튼 이외의 버튼을 1회 눌러주면 안정이 됩니다.

각 부의 명칭



양 옆의 압력뚜껑커버 분리버튼을 누르면 압력뚜껑커버를 손쉽게 분리할 수 있습니다.
 ※ 사용시에는 압력뚜껑커버를 반드시 장착하여 사용하십시오.



부속품



명판의 표시와 버튼의 기능

1 메뉴버튼

- ▶ 메뉴버튼을 1회씩 누르면 원액, 한약, 약차, 약죽, 보양밥, 보양탕, 보양찜, 홍삼숙성, 달임, 정과, 청국장 익힘, 발효, 숙성계란의 순으로 메뉴상태가 조절됩니다.
- ※ 문자판에는 각 해당메뉴에 ▲ 표시와 “조리 [00:00] 후 완료”라는 문자가 표기됩니다.

2 시작 / 취소 버튼

- ▶ 각 메뉴 설정상태에서 시작 / 취소 버튼을 1회 누르면 제품의 기능이 시작되고 다시 버튼을 1회 누르면 제품의 기능이 취소됩니다.
- ※ 제품이 가동되면 문자판에는 끓는 표시(SSS)가 “깜박깜박” 점멸하고 입력된 조리시간은 1분씩 감소하다가 [:00] 이 됐을 때 완료부저음이 울리며 문자판에는 보온이 표시되고 보온되고 있는 시간이 표시 됩니다.

3 예약시간 / 조리시간 조절버튼

- ▶ 예약기능의 예약시간입력, 조리시간 가감입력시 사용합니다.
- ▶ (V) 버튼은 시간을 내릴 때, (A) 버튼은 시간을 올릴 때 사용합니다.
- ▶ 예약시간설정 입력 및 조리시간 가감설정 입력은 10분 단위로 동작합니다.

4 웰빙조리

- ▶ 웰빙조리 버튼을 1회 누를 시 45℃~95℃까지 5℃ 단위로 순차적으로 올라갑니다.
- ※ 기본 설정 시간은 1:30으로 설정되어 있습니다. 추가조리 시간이 필요할 경우 시간 조절 버튼을 눌러 10분 단위로 조절이 가능하고, 최대 15시간까지 설정할 수 있습니다.

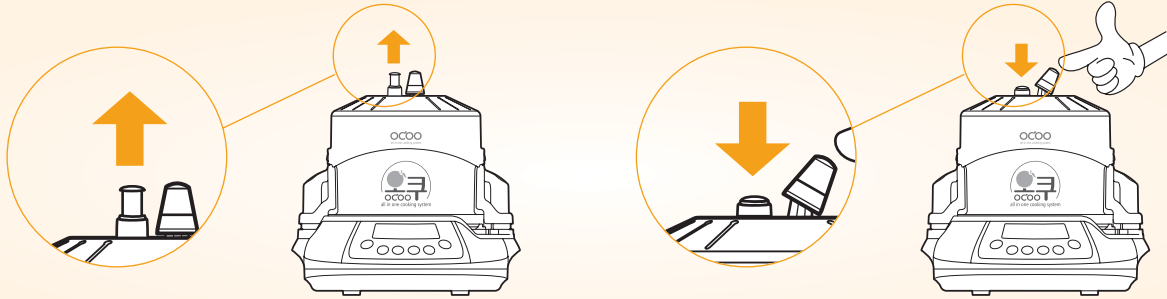


5 예약버튼

- ▶ 예약조리시 사용하며 12시간 까지 가능합니다.
- ▶ 메뉴를 선택한 후 예약버튼을 1회 누르면 “예약 [:00] 후 완료”라는 표시가 점멸합니다.
- ▶ 시간조절버튼 (V) 과 (A) 을 이용하여 예약시간을 설정합니다. 설정된 시간은 조리가 완료되는 시간입니다.
- ▶ 시간설정이 완료되면 시작/취소 버튼을 눌러 조리를 시작합니다. 만약, 시작/취소버튼을 누르지 않으면 5초 후 자동으로 조리가 시작됩니다. (홍삼숙성, 달임, 정과, 청국장익힘, 발효, 웰빙조리는 예약기능이 되지 않습니다)

제품의 사용방법

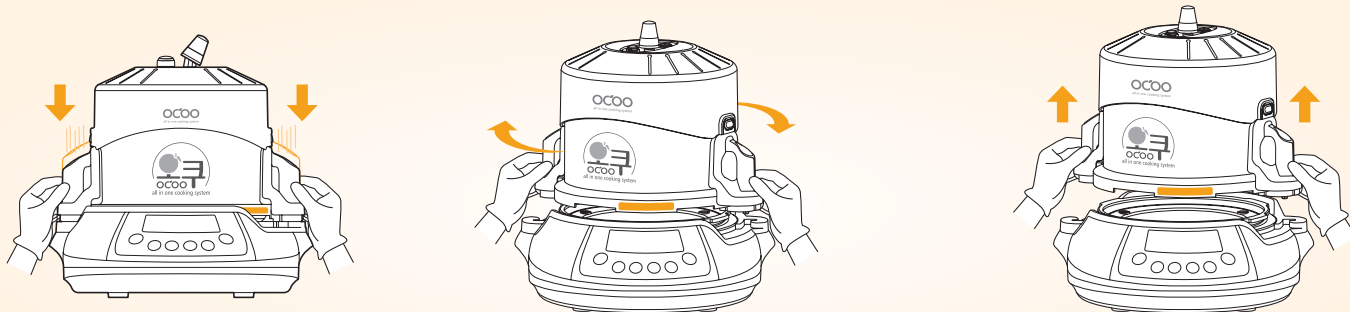
① 제품상단의 안전밸브에 압력표시봉이 밑으로 떨어져 있는지 확인하고 압력추를 찌어서 내부의 수증기를 제거시킵니다.



▶ 압력표시봉이 올라옴 : 내부에 수증기 압력 있음

▶ 압력표시봉이 내려옴 : 내부에 수증기 압력 없음

② 압력뚜껑의 좌우 손잡이를 양손으로 잡고 아래로 내린 후 열림 방향으로 돌린 후(결림턱까지) 위로 올려 몸체와 압력뚜껑을 분리시킵니다.



▶ 양손으로 좌우 손잡이를 잡고 아래로 누릅니다.

▶ 뚜껑에 부착된 노란스티커가 정면으로 오도록 오른쪽(시계방향)으로 돌립니다.

▶ 좌우 손잡이를 양손으로 잡은 상태에서 압력뚜껑을 위로 들어 올립니다.

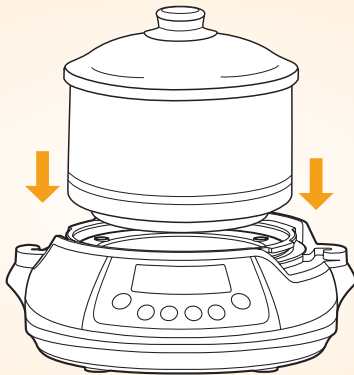
제품의 사용방법

3 몸체 가열판에 가열물(약600CC)를 넣어 줍니다.

※ 사용 전 꼭 가열판에 물을 넣어주세요.

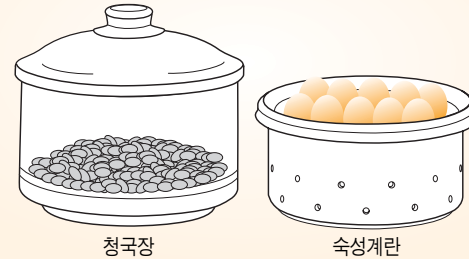


5 게르마늄내솜에 내뚜껑을 덮고 가열판에 올려 놓습니다.



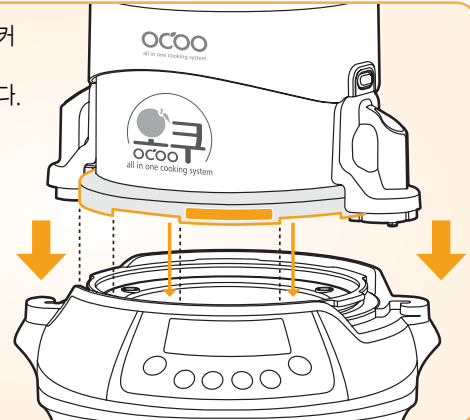
4 게르마늄내솜에 준비된 재료를 넣어 줍니다.

▶ 메뉴별로 만드는 방법이 설명되어 있습니다. 메뉴별 조리법에 따라 게르마늄내솜 (한약, 약차, 약죽, 청국장 익힘, 보양탕, 보양밥, 홍삼정과)과 게르마늄단지 (원액, 숙성계란, 청국장 발효, 보양찜, 홍삼숙성, 홍삼담임)에 재료를 넣어줍니다.
 ※ 웰빙조리는 조리 메뉴에 따라 내솜단지 또는 개별 용기를 사용합니다.



6 몸체에 압력뚜껑을 결합시켜 줍니다.

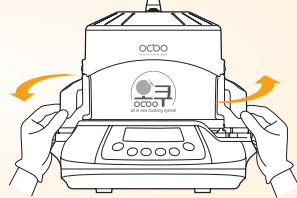
▶ 옆의 그림과 같이 뚜껑의 스티커 부분이 중앙에 오도록 하고, 본체 홈의 가열판 턱에 맞춥니다.



제품의 사용방법

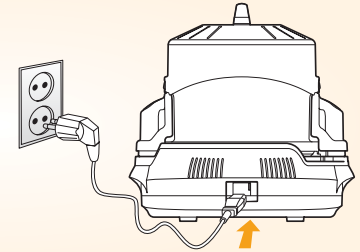
7 압력뚜껑을 왼쪽(시계반대방향)으로 돌려 결합시켜 줍니다.

- ▶ 압력뚜껑 결합시 오쿠마크가 반드시 앞쪽으로 오도록 결합합니다.
- ※ **몸체에 압력뚜껑 결합시 오쿠마크가 앞쪽으로 오도록 결합되지 않으면 메뉴선택 후 시작버튼을 눌러도 가동되지 않고 문자판에 E:02와 열림이 표시 됩니다. 올바른 사용 방법으로 몸체와 압력뚜껑을 다시 결합하여 주십시오.**



8 몸체에 전원을 연결합니다.

- ▶ 전용코드와 전용콘센트를 사용하십시오.



9 메뉴버튼을 조절하여 조리하고자하는 메뉴를 선택합니다.

- ▶ 문자판에 표시 ▲를 확인하고 조리 00:00 후 완료 상태를 확인 합니다.
- ※ 메뉴별 기본 시간은 해당 조리 메뉴의 가장 대표적인 시간이므로 각 메뉴의 조리 방법을 참고하여 주시길 바랍니다.
- ※ 메뉴별 조리 시간은 환경 및 조리 방법에 따라 달라 질 수 있습니다.



10 시작버튼을 눌러 기능을 가동시킵니다.

- ▶ 시작버튼을 눌러 가동시키면 조리가 시작됩니다.
- ▶ 시작버튼을 10초 안에 누르지 않을 경우 초기화 상태로 됩니다.
- ※ 예약기능을 이용하여 조리하고자 할때는 P12(예약버튼) 또는 P37(예약조리방법)을 참고 활용하십시오.



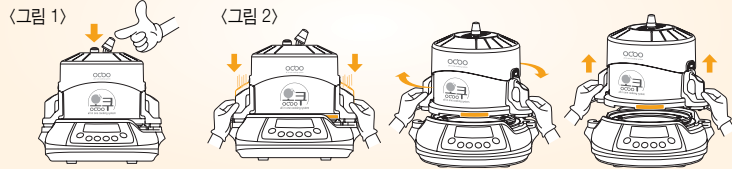
참 고

- ▶ 입력되어 있는 조리예정시간은 메뉴별로 기본적인 조리의 기본시간입니다. 사용자의 기호에 따라 식품을 기본보다 더 부드럽고 진하게 조리하고자 할 때에는 조리 시간을 연장시켜 줄 수도 있고, 메뉴별로 조리 시간을 단축시켜 연하게 조리할 수도 있습니다. (P37 참조).
- ▶ 음성기능 설정/해지(일부 모델 제외) - 코드선 연결 후 초기화면에서 시작 버튼을 3초 정도 눌러주는 동작으로 음성설정 또는 해제가 완료됩니다.

제품의 사용방법

11 완료 신호음이 울리면

- ▶ 완료 신호음이 울리면 보온 기능으로 자동전환 되어 있습니다.
- ▶ 그림 1 : 압력 표시봉의 내려짐을 확인하시고 압력추를 젓혀 수증기를 제거시킵니다.
- ▶ 그림 2 : 압력뚜껑의 좌우 손잡이를 양손으로 잡고 아래로 내린 후 열림 방향으로 돌린 후(걸림턱까지) 위로 올려 몸체와 압력뚜껑을 분리시킵니다.



12 건강식품이 완성되면

- ▶ 식품이 완성되면 자동으로 보온기능이 시작됩니다.(청국장, 웰빙조리 보온 제외)
- ▶ 완성된 식품은 종류에 따라 보온기능을 활용하시거나 냉장 보관하십시오.

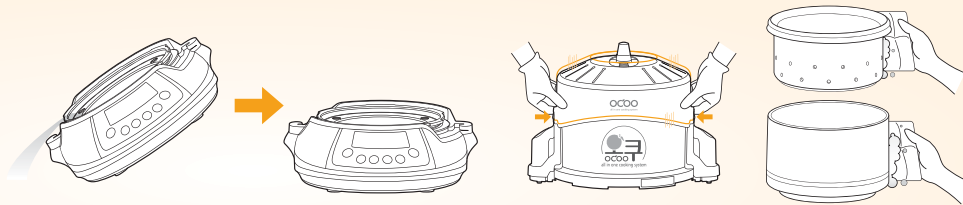


참 고

보온기능을 활용하시고자 할때에는 가열판의 물량을 확인하시고 메뉴를 "원액"으로 선택한 후 시간조절버튼 (V) 을 이용하여 조리시간을 [:00] 으로 맞추고 시작버튼을 누르면 보온기능이 시작됩니다.

13 제품의 사용이 끝나면

- ▶ 제품의 사용이 끝나면 가열판의 가열 물을 버리고, 몸체와 압력 뚜껑을 마른 수건으로 닦아 건조시키며 게르마늄내솜과 게르마늄단지를 주방용세제로 깨끗하게 세척하여 건조시킵니다.
- ▶ 압력뚜껑의 패킹 안착부, 압력패킹에 이물질이 묻어 있을 경우 증기 누설의 원인이 되므로 분리하여 깨끗이 물에 씻어주십시오.
- ▶ 압력뚜껑커버를 분리하실 때에는 압력뚜껑 손잡이 윗부분 버튼을 누르시면 분리가 가능합니다.
- ▶ 제품을 건조시켜 잘 보관하면 고장이나 손상의 원인이 없어지고 제품의 수명이 연장됩니다.



- 제품의 사용이 끝난 후 가열판의 물을 버리지 않고 장기간 방치 시켰을 경우 가열판의 코팅이 부식되어 손상될 수도 있습니다.
- 거친 수세미, 금속성 수세미, 솔, 연마제 등은 사용하지 마십시오. 코팅이 벗겨질 수 있으므로 주방용 세제와 부드러운 천, 스펀지로 닦아 주십시오.

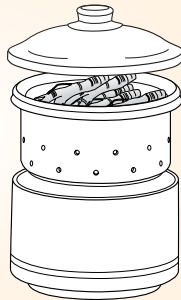
홍삼액 만드는 방법

1 홍삼 숙성 방법

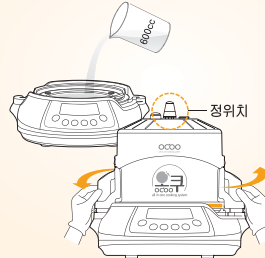
- ▶ 가마솥증탕기-오쿠를 이용하여 일반 수삼 또는 백삼(건삼)을 원적외선 증탕열로 찌면 사포닌 성분이 증가된 홍갈색의 홍삼으로 숙성됩니다. 이렇게 숙성된 홍삼을 다시 다려서 홍삼액을 추출할 수 있습니다. (가능하면 국내산 인삼을 구하여 사용하시는 것이 좋습니다.)
- ▶ 1회에 수삼 250g(1/3채) 또는 백삼(건삼) 100g을 숙성시켜 물 2000~2500cc (계량컵 5~6컵)을 기준으로 다립니다.
- ▶ 인삼은 흐르는 물에 솔로 깨끗하게 닦은 후 머리부분에 있는 뇌두(줄기의 흔적)을 절단하여 줍니다.
- ▶ 홍삼숙성은 단 한번만으로도 모든 유효성분이 발생되며 숙성과정을 반복할 시 맛과 색이 변할 수 있으므로 **1회 하는 것이 가장 좋습니다.**

2 숙성시키는 방법

- ▶ 게르마늄단지에 준비되어 있는 인삼을 넣고 게르마늄내솥에 삽입시켜 줍니다.
- ▶ 게르마늄내솥에는 물을 넣어주지 않습니다.



- ▶ 가열판에 600cc의 가열물을 넣어주고 게르마늄 내솥을 올려 놓은 후 압력뚜껑을 결합시켜 줍니다.
- ▶ 압력추가 정위치에 세워져 있는지 확인합니다.



- ▶ 메뉴선택을 홍삼숙성으로 하고 시작버튼을 눌러 기능을 가동시켜 줍니다.
- ▶ 인삼의 크기에 따라 갈변현상이 다르게 나타나서 홍갈색의 색감이 연할수도 있습니다.



3 완료 신호음이 울리면!

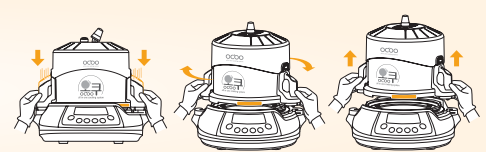
- ▶ 취소버튼을 눌러 기능을 정지시켜 줍니다.
- ▶ 압력표시봉의 내림상태를 확인하고 압력추를 젖혀 수증기를 제거시킨 후 몸체와 압력뚜껑을 분리시켜줍니다.



▶ 내부에 수증기 압력 있음



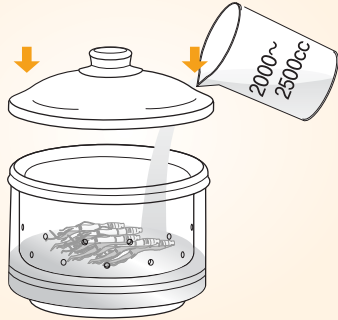
▶ 내부에 수증기 압력 없음



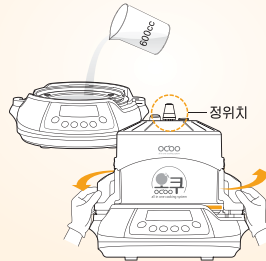
홍삼액 만드는 방법

4 홍삼 달이는 방법

- ▶ 숙성된 인삼에 물만 다시 2000~2500cc (계량컵 5~6컵)을 추가로 넣어 줍니다.



- ▶ 가열판에 물이 없거나 부족할 경우 600cc의 가열 물을 넣어주고 게르마늄내솜을 올려 놓은 후 압력 뚜껑을 결합시켜 줍니다.
- ▶ 압력추가 정위치에 세워져 있는지 확인합니다.



- ▶ 메뉴선택을 홍삼달임으로 하고 시작버튼을 눌러 기능을 가동 시켜 줍니다.



5 완료된 상태에서 P16 사용방법을 참조하여 활용하십시오.

6 복용하는 방법

- ▶ 2000~2500cc의 물이 다려지면서 50cc 정도는 인삼에 흡수되고 1950~2450cc정도 다려집니다.
- ▶ 1일 복용 기준량 - 1일 2회(아침, 저녁시간 30분 후)100cc씩 복용하십시오. 소아(12세 이하)의 경우에는 1회 50cc정도를 복용하십시오.
- ▶ 인삼에 대한 알레르기 현상이나 부작용(열, 설사)이 있는 경우에는 복용량을 기준량의 1/2(50cc)로 줄여 복용하시다가 점차 100cc까지 늘려 복용하십시오.
- ▶ 가열이 완료된 홍삼액은 냉장보관 상태로 복용하시고 평소 찬 음식에 배탈이 잦으신 분은 따뜻하게 데워서 복용하십시오.
- ▶ 홍삼액을 보양제로 드실 경우 5개월 이상 장기간 복용하시는 것이 좋습니다.
- ▶ 홍삼액에 꿀이나 설탕을 첨가하여 음주전후에 드시면 숙취해소에 더욱 좋습니다.
- ▶ 홍삼액을 10시간 이상 보관하실 때는 보온기능을 이용하지 마시고 냉장실에 보관합니다.
- ▶ 홍삼숙성 시 원재료의 상태와 개인체질에 따라 단맛, 쓴맛, 신맛 등이 느껴질 수 있습니다.
- ▶ 백삼(간삼)으로 숙성 시 숙성 후의 색상이 흑갈색으로 진해질 수 있으며 쓴맛 등이 강해질 수 있습니다.

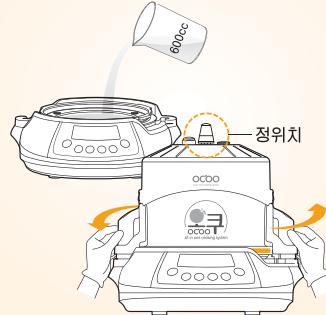
홍삼정과 만드는 방법

1 홍삼정과 만드는 방법

- ▶ 게르마늄내술에 수삼(5~6뿌리)을 넣어주고 수삼이 잠길 정도로 꿀(600~800cc)을 넣은 후 내뚜껑을 닫아주십시오.
- ▶ 연근, 더덕, 밤, 대추, 생강 등의 정과도 같은 방법으로 만들 수 있습니다.



- ▶ 가열판에 600cc 의 가열물을 넣어주고 게르마늄 내술을 올려 놓은 후 압력뚜껑을 결합시켜 줍니다.
- ▶ 압력추가 정위치에 세워져 있는지 확인합니다.



- ▶ 메뉴선택을 홍삼정과로 하고 시작버튼을 눌러 기능을 가동시켜 줍니다.



2 완료된 상태에서 P16 사용방법을 참조하여 활용하십시오.

참 고

- ▶ 게르마늄내술에 있는 정과를 들어내어 통풍이 되는 그늘진 곳에서 구들구들하게 건조시킨 후 설탕이나 콩가루를 묻혀서 서리가 붙지 않도록 손질한 후 냉장실에 보관하여 복용합니다.
- ▶ 내술에 남아있는 꿀액은 홍삼꿀차로 드시면 좋습니다.
- ▶ 집안에 어른과 친지들에게 정성이 담긴 선물용으로도 좋습니다.

원액 만드는 방법

식물성식품으로 뿌리, 잎, 열매식품인 양파, 도라지, 늪은호박, 케일, 신선초 등과 배, 사과, 포도, 매실, 굴 등 전체과일류의 순수한 진액(물이 섞이지 않음)이 추출된 것을 원액이라 합니다.

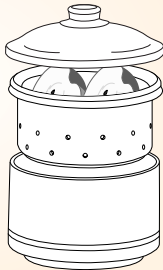
1 재료 선택과 손질

- ▶ 제철에 수확되는 식품 중에서 유용한 식품을 선택합니다. 열대 과일이나 수입 식품 보다는 국내산으로 선택하는 것이 우리 체질에 맞는 좋은 식품입니다.
- ▶ 흐르는 물에 깨끗하게 세척한 후 껍질과 씨에 영양이 많으므로 제거시키지 않는 것이 좋습니다.
- ▶ 매실, 포도, 도라지 등과 같이 작은 열매는 게르마늄단지에 그대로 넣어 주시고, 호박, 양파, 배와 같은 큰 식품은 가능한 작은 크기로 잘라서 넣어 줍니다.
- ▶ 굴이나 토마토 같이 껍질이 두꺼운 식품은 원액 추출이 늦어지므로 작은 크기로 잘라 넣어줍니다.
- ▶ 도라지, 케일, 신선초 등과 같이 수분이 적게 함유되어 있고, 섬유질이 질긴 식품은 작은 크기로 토막내어 공합(식성)이 맞는 배, 사과 등의 식품과 혼합하여 게르마늄단지에 넣어 줍니다.

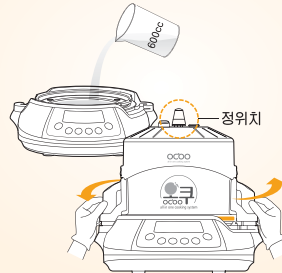


2 만드는 방법

- ▶ 손질한 재료를 게르마늄단지에 넣어준 후 단지를 게르마늄내솜에 삽입시켜줍니다.
- ▶ 내솜에는 물을 넣지 않습니다.



- ▶ 가열판에 600cc의 가열물을 넣어주고 게르마늄 내솜을 올려 놓은 후 압력뚜껑을 결합시켜 줍니다.
- ▶ 압력추가 정위치에 세워져 있는지 확인합니다.



- ▶ 메뉴 선택을 원액으로 하고 시작버튼을 눌러 기능을 가동시킵니다.
- ▶ 조리시간이 1분씩 감소되다가 :00 시간이 되면 완료부저음이 울리며 보온기능으로 자동전환되어 완료됩니다.



3 완료된 상태에서 P16 사용방법을 참조하여 활용하십시오.

청국장 만드는 방법

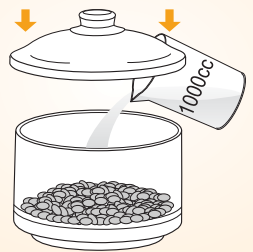
약콩(검은콩)과 대두(메주콩)을 물에 불리지 않고 바로 삶아서 발효까지 시켜 청국장이 자동으로 만들어 집니다.

1 만드는 기준

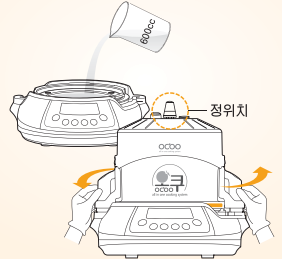
- ▶ 생식용으로 만드는 청국장은 검은 약콩(1회 400cc1컵)으로 만드시고 끓이는 용도의 청국장은 대두(메주콩 : 1회 1컵 반(약500~600g))로 만듭니다.
- ▶ 청국장을 만드는 콩은 국내산으로 크기가 작고 고른것 일수록 좋습니다. 수입콩은 방부제 등 이물질이 함유되어 있을 수 있으므로 발효상태가 좋지 않습니다.
- ▶ 콩의 상태가 좋지 않은 것은 사용하지 마십시오.

2 삶는 방법

- ▶ 게르미늄내술에 대두(메주콩) 1컵 반(약500~600g) 또는 검은약콩 1컵(약300~350g)과 물 2컵반(1000cc)를 넣은 후 내뚜껑을 닫아주십시오.



- ▶ 가열판에 600cc의 가열물을 넣어주고 게르미늄내술을 올려 놓은 후 압력뚜껑을 결합시켜 줍니다.
- ▶ 압력추가 정위치에 세워져 있는지 확인합니다.

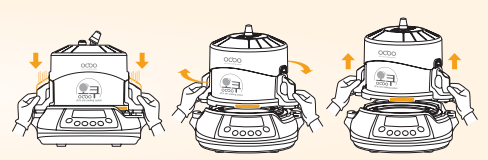
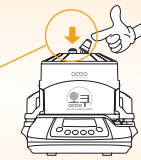
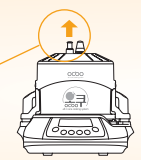


- ▶ 메뉴선택을 청국장 익힘으로 하시고 시작버튼을 눌러 기능을 가동시켜 줍니다.



3 익힘 완료 부저음이 울리면 !

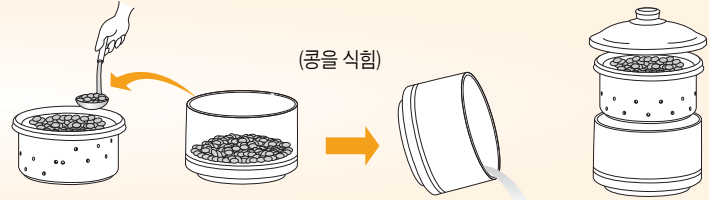
- ▶ 취소버튼을 눌러 기능을 정지시켜 줍니다.
- ▶ 압력표시봉의 내림상태를 확인하고 압력추를 젖혀 수증기를 제거시킨후 몸체와 압력뚜껑을 분리시켜줍니다.



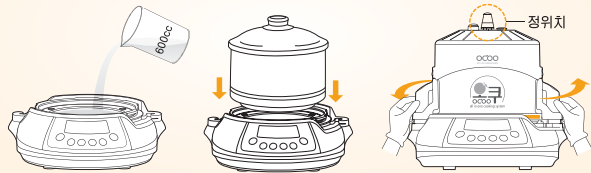
청국장 만드는 방법

4 발효시키는 방법

- ▶ 게르마늄내솜에 있는 익은 콩을 게르마늄단지로 옮겨 넣고 물을 버립니다.(콩을 식혀줍니다.) 그리고 옮겨 담은 단지는 다시 게르마늄내솜에 삽입시켜 줍니다.



- ▶ 가열판에 600cc 의 가열물이 남아있는지 확인한 뒤 게르마늄내솜을 올려 놓은 후 압력뚜껑을 결합시켜 줍니다.
- ▶ 압력추가 정위치에 세워져 있는지 확인합니다.



- ▶ 메뉴선택을 청국장 발효로 하고 시작버튼을 눌러 기능을 가동시킵니다.
- ▶ 발효시간은 21시간으로 입력되어 있고, 청국장 바실러스균(살)은 21시간에서 25시간 사이에 가장 많으며 발효시간이 길어질수록 실은 줄어들고 냄새는 진해집니다.
- ▶ 21시간이 지난 후 발효가 미흡할 경우 청국장발효를 선택 후 5시간 정도 더 해주십시오.



5 완료된 상태에서 P16 사용방법을 참조하여 활용하십시오.

참 고

- ▶ 게르마늄내솜과 단지의 원적외선 향균, 탈취효과로 발효된 청국장은 인체에 거부반응을 주는 퀘퀘한 냄새없이 구수한 상태로 발효 됩니다.
- ▶ 생식하실때에는 당근, 오이 등을 채썰어 거지를 곁들여서 양념하여 비벼드시실 수도 있고 상추나 김에 싸하여 드실 수도 있습니다.
- ▶ 청국장을 약한불이나 햇볕에 건조시키면 볶은 콩보다 더 구수한 맛의 간식용으로 만들어 집니다. 어린이, 학생, 직장인들의 휴대용으로도 좋습니다.
- ※ 인터넷 「청국장 건강상식」을 검색하시면 가족들의 건강생활에 많은 도움이 됩니다.
- ※ 제품이나 게르마늄 내솜과 단지의 청결 상태, 콩 양, 물 양, 주변온도에 따라 발효의 정도 차이가 있습니다.

숙성계란 만드는 방법

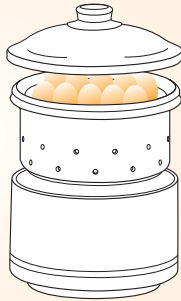
숙성계란은 수분이 밖으로 나가지 않아 삶은 계란처럼 딱딱하지 않고, 염분이 밖으로 나가지 않아 간을 하지 않아도 먹을 수 있습니다.

1 만드는 기준

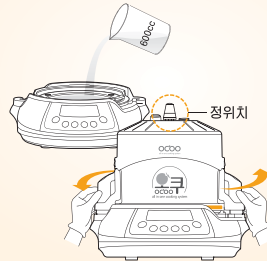
- ▶ 1회에 약 20개의 숙성계란을 만들어 드실 수 있습니다.
- ▶ 오래된 계란은 사용하지 마십시오.

2 숙성시키는 방법

- ▶ 게르마늄단지에 준비되어 있는 계란을 넣고 게르마늄내솜에 삽입시켜 줍니다.
- ▶ **게르마늄내솜에는 물을 넣어주지 않습니다.**



- ▶ 가열판에 600cc의 가열물을 넣어주고 게르마늄 내솜을 올려 놓은 후 압력뚜껑을 결합시켜 줍니다.
- ▶ 압력추가 정위치에 세워져 있는지 확인합니다.



- ▶ 메뉴선택을 숙성계란으로 하고 시작버튼을 눌러 기능을 가동시켜 줍니다.
- ▶ 조리환경 및 재료에 따라 갈변현상이 다르게 나타날 수 있습니다.



숙성계란 만드는 방법

3 익힘 완료 부저음이 울리면 !

- ▶ 압력표시봉의 내림상태를 확인하고 압력추를 짓혀 수증기를 제거시킨후 몸체와 압력뚜껑을 분리시켜줍니다.



4 완료된 상태에서 P16 사용방법을 참조하여 활용하십시오.

참 고

- ▶ 숙성계란은 조리 완료 후 바로 드시는 것이 좋으며, 차갑게 드시고 싶은 경우에는 찬물에 5분 정도 담근 후 드십시오.
- ▶ 보온기능을 활용하시고자 할 때에는 가열판의 물량을 확인하시고 메뉴를 "원액"으로 선택한 후 시간조절버튼 (Ⓢ) 을 이용하여 조리시간을 :00 으로 맞추고 시작버튼을 누르면 보온기능이 시작됩니다.

한약 다리는 방법

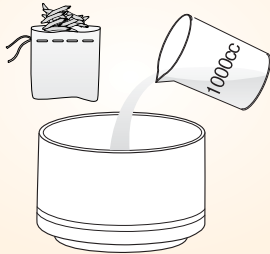
가정에서 한약이나 보약을 약효 손실 없이 다릴 수 있으므로 「보약의 효험은 다리는 정성이 반이요 복용하는 마음이 반」이라는 격언을 실천할 수 있습니다.

1 다리는 기준

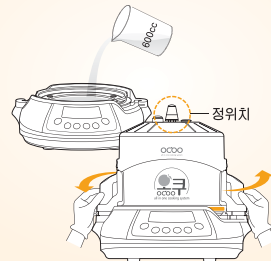
- ▶ 가마솥중탕기 - 오쿠로 한약을 다리면 재탕할 필요없이 진하게 다려지며, 다리는 물이 증발하지 않으므로 물 1000cc에 2첩을 다려 3회 복용하는 기준입니다.
 - ▶ 게르마늄내술의 물 1000cc 중 간재에 300~400cc 정도 흡수되고 600~700cc 정도의 약물이 다려집니다.
하루 1회 다려서 보온 기능을 활용하여 3회 복용하시면 편리합니다.
 - ▶ 한약은 한의사의 처방에 기준하여 복용하십시오.
- ※ 한약이나 보약을 장기간 보관하며 복용하는 것은 그 효험이나 변질을 보장받을 수 없습니다.
가정에서 직접 믿을수 있도록 다려서 바로 복용하시는 것이 좋습니다.

2 다리는 방법

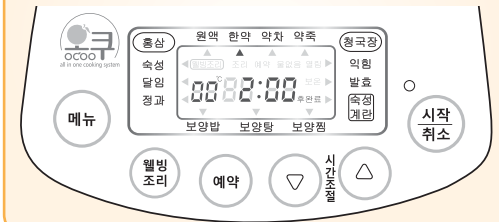
- ▶ 삼베 약주머니에 한약 2첩을 넣어 게르마늄내술에 담아주고 물 1000cc를 넣어준 후 내뚜껑을 닫아주십시오. (게르마늄단지는 사용하지 않습니다.)



- ▶ 가열판에 600cc의 가열물을 넣어주고 게르마늄내술을 올려 놓은 후 압력뚜껑을 결합시켜 줍니다.
- ▶ 압력추가 정위치에 세워져 있는지 확인합니다.



- ▶ 메뉴선택을 한약으로 하고 시작버튼을 눌러 기능을 가동시키면 2시간 후에 완료됩니다.



3 완료된 상태에서 P16 사용방법을 참조하여 활용하십시오.

약차 다리는 방법

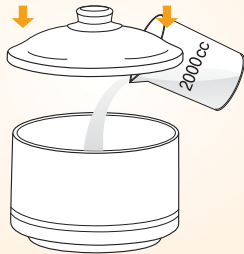
한방과 민간요법에서 활용하고 있는 각종 약재 중 그 안전성이 검증되어 일반적으로 사용되고 있는 식품으로 차를 다립니다.

1 다리는 기준

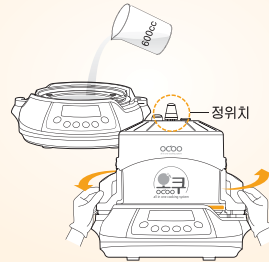
- ▶ 영지버섯, 상황버섯, 가시오가피, 오미자, 구기자, 생강, 대추, 모과 등 식물성 식품으로 마른 건재를 약차의 재료로 사용합니다.
- ▶ 특별한 질병이 있는 분들은 전문의 또는 한의원의 지시에 따라 약차를 활용하시는 것이 좋습니다.
- ▶ 1회 다리는 양은 각기 재료의 성격에 따라 다르게 할 수 있습니다만 보편적으로 한약 1첩 정도의 재료에 물 2000cc (계량컵 5컵)를 표준으로 하시고 경험에 따라 재료의 양으로 약차의 진하고 연한 맛을 조절하여 드십시오.
- ▶ 가정과 사무실에서 보온기능을 활용하여 향시 따뜻한 약차로 드실 수 있고, 취향에 따라 냉장실에 보관하며 시원한 약차로도 드실 수 있습니다.

2 다리는 방법

- ▶ 게르마늄내솜에 준비된 재료와 물 2000cc (계량컵 5컵)를 넣어줍니다. (게르마늄단지는 사용하지 않습니다.)



- ▶ 가열판에 600cc 의 가열물을 넣어주고 게르마늄 내솜을 올려 놓은 후 압력뚜껑을 결합시켜 줍니다.
- ▶ 압력추가 정위치에 세워져 있는지 확인합니다.



- ▶ 메뉴선택을 약차로 하고 시작버튼을 눌러 기능을 가동시키면 2시간 30분 후에 완료됩니다.



3 완료된 상태에서 P16 사용방법을 참조하여 활용하십시오.

약죽 만드는 방법

한방의 약재에 쌀이나 조 등을 혼합하여 부드럽게 끓이는 죽을 한방 약죽이라 합니다. 또한 쌀, 녹두, 잣, 깨, 호박, 시금치, 콩나물, 전복, 굴, 홍합, 소고기, 닭고기 등을 혼합시키는 다양한 종류의 영양죽을 끓일 수 있습니다.

1 다리는 기준

- ▶ 한방의 약재나 쌀, 녹두, 현미 등 딱딱하고 거칠은 재료도 껍질까지 부드럽게 다려지므로 물에 불린다거나 껍질을 벗기지 마시고 자연상태 그대로 사용하십시오. 식품의 겉부분에 중요 영양소가 함유되어 있습니다.
- ▶ 약죽을 다리는 시간은 2시간 10분이 기본으로 입력되어 자동화되어 있습니다만 다리는 시간이 길면 길수록 죽은 더욱더 부드럽고 진하며 차지게 맛깔스런 미음상태로 다려집니다. 메뉴선택을 약죽으로 하고 올림버튼으로 조리 시간을 30분 정도 올려 준 후 시작버튼을 누르면 됩니다.
- ▶ 재료와 물의 비례는 1:5 내지 1:6 을 기본으로 하시고 취향에 따라 가감하십시오.

2 재료선택과 손질

- ▶ 약재, 곡물류, 야채류, 해산물, 육류 등의 재료를 사용하는 죽을 재료별로 간략하여 소개합니다. 응용하신다면 다양한 종류의 죽을 다리실 수 있습니다.

- | | | |
|--------------|--|---|
| 1. 인삼죽 | 재료(4인분) : 쌀 200g, 인삼 50g, 물3컵(1200cc) | ●인삼을 무채설 듯 작게 먹기 좋도록 다듬어 썰어 준다. |
| 2. 대추죽 | 재료(4인분) : 쌀 200g, 대추 15개, 물3컵(1200cc) | ●대추의 씨를 빼고 작게 먹기 좋도록 다듬어 썰어준다. |
| 3. 녹두죽 | 재료(4인분) : 녹두 1/2컵(200cc), 쌀 100g, 물3컵(1200cc) | ●녹두를 물에 불리어 껍질을 벗기지 않고 생녹두를 그대로 얹혀준다. |
| 4. 팔죽 | 재료(4인분) : 팔3/4컵(300cc), 쌀 100g, 물1500cc | ●팔을 1차 삶거나 물에 불리지 않고 생팔을 그대로 얹혀준다 |
| 5. 호박죽 | 재료(4인분) : 호박 800g, 강낭콩 50g, 쌀 100g, 물700cc | ●호박은 얇고 작게 썰어 얹히고 완성된 후 저어서 풀어 준다. |
| 6. 야채 버섯죽 | 재료(4인분) : 쌀 300g, 표고버섯 2개, 당근30g, 양송이버섯3개,
쑥갓 4줄기, 참기름 1큰술, 물1500cc | ●마른 버섯은 물에 불여서 포를 뜬다음 채를 썬다. 당근은 가늘게 채를 썰고
쑥갓은 2cm 길이로 썬다. |
| 7. 굴죽 | 재료(4인분) : 쌀 300g, 굴 200g, 부추 50g, 참기름 1큰술, 물1500cc | ●굴은 잡티를 없애고 소금물에 씻어 물기를 제거한다. 부추는 1cm 길이로 송송 썬다. |
| 8. 소고기 미역죽 | 재료(4인분) : 다진소고기 100g, 쌀 300g, 미역 10g, 참기름 1큰술, 물1500cc | ●소고기는 곱게 다져 핏물을 제거하고 미역은 30분 정도 물에 불려 곱게 다진다. |
| 9. 버섯 닭죽 | 재료(4인분) : 쌀1/2컵(200cc), 닭고기1/2마리, 양송이버섯4개,
표고버섯4개, 죽순 20g, 은행10알, 참기름 1큰술, 물800cc | ●쌀과 닭은 깨끗하게 씻어 그대로 얹히고 버섯과 죽순, 양파는 적당한 크기로 손질하여
썰어준다. |
| 10. 이유식(쌀미음) | 재료(4인분) : 쌀 100g, 물 1200g | ●완성된 후 닭고기를 부드럽게 흠어질 정도로 익어 있으므로 저어서 풀어 준다.
●쌀을 깨끗이 씻은 후 내솥에 넣고 물을 부어준다. |
- ※부재료 : 마늘2개, 대파 1뿌리, 통후추 약간

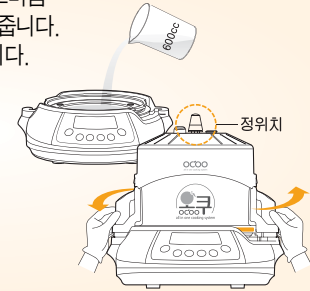
약죽 만드는 방법

3 만드는 방법

- ▶ 준비되어 있는 재료를 게르마늄내솜에 넣어 줍니다.
- ▶ 가마솜중탕기 - 오쿠는 압력밀폐식 대류현상의 특성으로 준비된 재료를 그대로 얹혀주면 부드럽고 진하며 맛깔진 상태로 죽이 만들어 집니다.



- ▶ 가열판에 600cc의 가열물을 넣어주고 게르마늄내솜을 올려 놓은 후 압력뚜껑을 결합시켜 줍니다.
- ▶ 압력추가 정위치에 세워져 있는지 확인합니다.



- ▶ 메뉴선택을 약죽으로 하고 시작버튼을 눌러 기능을 가동시키면 2시간 10분 후에 완료됩니다.
- ▶ 약죽은 저녁에 얹어 아침일찍 드시는 경우가 많으므로 보온기능을 활용하는 것보다 예약기능을 활용하여 갓 끓여진 죽을 드시는 것이 좋습니다.(P37예약기능 참고)



4 완료된 상태에서 P16 사용방법을 참조하여 활용하십시오.

5 팥, 호박, 닭 등 자연상태 그대로 얹어서 다린 재료가 흐트러질 정도로 잘 익어 있습니다. 국자로 저어서 고르게 섞어주면 부드럽고 진하며 맛깔스럽게 됩니다.

참 고

- ▶ 약죽 조리중에 압력추를 젓게 되면 게르마늄내솜에서 밀폐상태로 다려지고 있는 죽이 진공이 해제되면서 끓어 넘칩니다. 압력추를 바로 세워 정위치에 놓으십시오

보양밥 만드는 방법

일반적으로 건강을 위해서 활용하고 있는 현미, 보리, 팥 등 잡곡밥과 특히 백미에 야채류, 해산물, 육류 등을 혼합하여 만드는 영양밥을 가마솥중탕기 - 오쿠의 압력 밀폐식 대류현상을 응용하는 취사 방법으로 재료에 함유되어 있는 맛과 영양을 최상의 상태로 만들며 먹기 좋도록 부드럽고 차지며 맛깔스럽게 만드는 밥을 보양밥이라 합니다.

1 만드는 기준

- ▶ 현미, 보리, 팥 등 잡곡을 물에 불리거나 삶으면 맛과 영양이 훼손될 수 있으므로 자연상태 그대로 물로 깨끗하게 씻어서 사용합니다.
- ▶ 야채류, 해산물, 육류 등 일반 야채밥을 할 때 같이 기름에 볶는다든지, 삶아내면 맛과 영양이 훼손될 수 있으므로 자연상태 그대로 먹기 좋도록 손질하여 그대로 취사합니다.
- ▶ 재료와 물의 비례는 1:1.2 정도로 하여 물의 양을 압력솥보다는 20%정도 더하고 일반 밥솥으로 할 때와 같은 기준으로 합니다. (밥물이 적으면 밥의 상태가 좋지 않게 됩니다.)
- ▶ 보양밥을 취사하는 시간은 1시간 40분으로 자동입력되어 전기압력솥보다 충분한 시간을 가열시키므로 현미, 보리, 팥 등이 보다 더 부드럽고 맛있게 취사되지만 환자나 노인들을 위하여 좀더 부드럽게 취사하고자 할 때에는 취사시간을 올림버튼으로 조절하여 더욱 더 연장시킬수 있습니다. (P37 참조)

2 재료선택과 손질

- ▶ 영양밥 재료에서 쌀과 부재료의 비례는 표준적인 것이므로 취향에 따라 가감이 가능하며 취사시 쌀량에 따라 본 설명서 부재료의 양을 참고하십시오.

1. 수삼 영양밥

재료(4인분) : 쌀 1과1/2컵(600cc), 작은수삼 4뿌리(100g), 검정콩10개, 밤5개, 은행8개, 표고버섯1장, 죽순50g, 물900cc

- 밤과 은행은 속껍질을 벗긴다.
- 표고버섯은 기둥을 떼고 4등분 한다.
- 죽순은 빗살무늬를 살려 썬다.
- 수삼은 깨끗이 씻는다.
- 양념간장을 곁들여 낸다.

2. 해물 영양밥

재료(4인분) : 쌀 1과1/2컵(600cc), 오징어 1마리, 새우 8마리, 홍합 8개, 바지락 8개, 표고버섯 4장, 죽순1/2개, 다시마물900cc

※ 물 900cc 에 다시마 30cm 정도를 1시간 정도 담가두면 진한 다시마 물이 만들어 진다.

- 표고버섯은 기둥을 떼고 채썬다.
- 죽순은 빗살무늬를 살려 얇게 썬다.
- 오징어는 껍질 벗기고 둥근 모양으로 썬다.
- 새우는 내장을 제거하고 껍질을 벗긴다.
- 홍합은 수염을 떼고 깨끗이 씻는다.
- 바지락은 소금물에 담가 해감을 뺀다.
- 양념간장을 곁들여 낸다.

3. 콩나물 밥

재료(4인분) : 쌀 1과1/2컵(600cc), 다시마물900cc, 소금1/2 작은술, 콩나물 200g, 팽이버섯 1봉지, 소고기 100g, (간장 1큰술, 설탕1/2큰술, 다진마늘 1/2작은술, 다진파1작은술, 참기름 1작은술, 후추가루 약간)

- 콩나물은 꼬리를 떼어 손질한다.
- 팽이버섯은 밑등을 잘라 손질한다.
- 쇠고기는 채썰어 양념에 잠깐 데운 다음 팬에 살짝 볶는다.
- 양념간장을 곁들여 낸다.

보양밥 만드는 방법

4. 무우 밥

재료(4인분) : 쌀 1과1/2컵(600cc), 물 2컵(800cc), 소금 1작은술, 무 200g, 표고버섯 2장, 소고기 100g,(간장 1큰술, 설탕 1작은술, 다진마늘1/2작은술, 다진파1작은술, 참기름1작은술, 홋추가루 약간)

- 무는 껍질을 벗겨 채썬다. ● 표고버섯은 물에 불려 기둥을 떼고 채썬다.
- 소고기는 채썰어 표고 버섯과 함께 양념하여 살짝 볶는다. ● 양념간장을 곁들여 낸다.

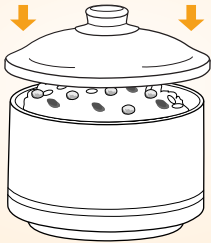
5. 굴 영양밥

재료(4인분) : 쌀1과1/2컵(600cc), 멸치 다시마 육수900cc, 소금 1/2작은술, 간장2큰술, 맛술1큰술, 청주2큰술, 굴200g, 표고버섯2장, 김1장, 참나물10g, 생강 1쪽

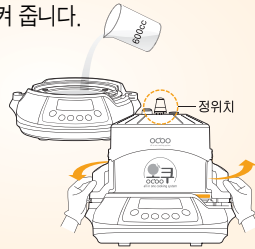
- 표고버섯, 김, 생강은 채썬다. ● 김, 생강, 참나물 얇은 고명으로 얹어낸다.
- 양념간장을 곁들여 낸다.

3 만드는 방법

- ▶ 준비되어 있는 재료와 물을 게르마늄내수에 넣어줍니다. (게르마늄단지는 사용하지 않습니다.)



- ▶ 가열판에 600cc의 가열물을 넣어주고 게르마늄내수를 올려 놓은 후 압력뚜껑을 결합시켜 줍니다.
- ▶ 압력추가 정위치에 세워져 있는지 확인합니다.



- ▶ 메뉴선택을 보양밥으로 하고 시작버튼을 눌러 기능을 가동시키면 1시간 40분 후에 완료됩니다.



4 완료된 상태에서 P16 사용방법을 참조하여 활용하십시오.

참 고

- ▶ 가마솥중탕기 - 오쿠는 가정용 건강식품 제조기로써의 책임을 다하기 위하여 보양밥의 경우 보온기능으로 자동전환 되었다가 5시간후 자동으로 보온기능이 정지 되도록 설계되어 있습니다.
- ▶ 최고의 기술도 자연현상을 막지는 못합니다. 어떤 보온 밥솥도 3시간 이상 보온되면 그 밥상태가 눈에 보이게 변합니다. 불가피 할 경우 3시간 정도 보온 기능을 활용하시고 그 이상일 경우 밥을 식혀 냉동실에 보관하였다가 데워 드시는 방법이 좋습니다.

보양탕 만드는 방법

각종 곰탕과 설렁탕 등을 가마솥중탕기 - 오쿠의 압력 밀폐식 대류현상을 응용한 조리기법으로 영양 손실없이 자동으로 다려서 최상의 보양식품으로 만듭니다.

① 다리는 기준

- ▶ 1회 다리는 최대량을 1500cc 기준으로 합니다.
 - ※ 일반적으로 가정에서 곰국을 다리려면 번거롭고 시간이 많이 걸리는 이유로 한번에 많은 양을 다려서 냉장보관하여 드셨으나, 오쿠는 각종 곰국을 3시간 정도의 짧은시간에 자동으로 진하게 다릴 수 있으므로 그때, 그때 필요시 마다 즉시 다려서 신선하게 드실 수 있습니다.
- ▶ 육류의 뼈와 살고기의 핏물제거는 일반적인 방법과 같이 물에 담그면 되지만, 가능한 한 가스불에서 애벌 끓여서 핏물과 잡물질을 제거시키는 것이 좋습니다.
- ▶ 재료 선택과 손질에서는 1회 기준으로 한 재료의 양을 표준으로 설명되어 있으니 참고하십시오.

② 재료선택과 손질

1. 갈비탕

재료(5인분) : 쇠갈비800g, 무400g, 국간장3큰술, 다진파2큰술, 다진마늘1큰술, 참기름1작은술, 후춧가루 약간, 물1500cc

- 무우는 3cm정도의 크기로 손질한다.
- 애벌 끓여 핏물을 제거한 갈비에서 흰색의 굳은 기름을 떼어낸다.
- 완성된 후 기름을 걷어낸 후 양념하여 드십시오.

2. 삼계탕

재료(5인분) : 영계2마리(작은것), 수삼2뿌리(50g), 황기2뿌리, 찹쌀1/2컵(200g), 밤4개, 대추4개, 대파2개, 소금, 후춧가루 조금씩, 물1500cc

- 닭은 핏물을 뺀 후 흰색의 굳은 기름을 떼어낸다.
- 닭의 배에 찹쌀, 밤, 대추를 넣어주고 실로 꿰어 배를 묶어준다.
- 수삼과 황기는 솔로 깨끗이 씻어준다.

보양탕 만드는 방법

3. 설렁탕

재료(6인분) : 쇠뼈(잡뼈)300g, 사골1개, 도가니1개, 양지머리(또는 사태살)600g, 통파50g, 통마늘1통, 밀국수200g, 고춧가루, 후춧가루, 소금 조금, 물1500cc

- 토막낸 쇠뼈와 사골을 찬물에 2시간 정도 담가서 핏물을 뺀다.
- 핏물을 빼낸 쇠뼈와 사골을 가스불에서 국물이 검은색이 들고 거품이 날때까지 애벌 끓여서 물을 버리고 깨끗하게 씻어준다.
- 국수는 별도로 삶아서 준비한다.
- 완료부저음이 울리면 뼈와 고기를 건져내어 뼈를 버리고 도가니는 작은 토막으로 썰고 양지머리는 저며 썰어 국수와 함께 국그릇에 담는다.

4. 도가니탕

재료(6인분) : 도가니1/2개, 힘줄, 쇠고기(사태)300g, 다진마늘1/2큰술, 다진생강2/3작은술, 소금1큰술, 후춧가루 조금, 파2뿌리, 물1500cc

양념장 : 다진파4큰술, 고춧가루4큰술, 다진마늘2큰술, 다진생강1작은술, 소금1큰술, 후춧가루 조금, 진간장2큰술

- 도가니와 힘줄은 적당히 토막내어 찬물에 담가 핏물을 빼고 사태살은 기름기가 없는 것으로 덩어리로 준비한다.
- 완료 신호음이 울리면 고기를 건져 한 입크기로 저며 썰어 분량의 다진마늘, 다진생강, 소금, 후춧가루를 넣어 양념하고 국물은 위에 한지를 덮어 기름기가 스며 들게 한다
- 그릇에 양념한 고기를 담고 송송썬 파를 얹은 다음 기름기를 없앤 국물을 끓여 붓는다.
- 양념장을 만들어 곁들여 낸다.

5. 꼬리곰탕

재료(6인분) : 쇠꼬리600g, 무400g, 당면100g, 대파2뿌리, 통마늘1통, 소금, 후춧가루 조금, 물1500cc

- 쇠꼬리는 4cm크기로 토막내어 찬물에 담가 핏물을 뺀후 가스불에서 애벌 끓여서 물을 버리고 깨끗하게 행군 다음 통파와 통마늘, 무를 넣고 다린다.
- 당면은 찬물에 불어 끓는 물에 데쳐서 별도로 준비한다.
- 완료 신호음이 울리면 쇠꼬리와 무를 건져 먹기 좋도록 썰어 양념하고 국물위에 한지를 덮어 기름기를 스며들게 한다.
- 그릇에 양념한 쇠꼬리를 담고 송송썬 파를 얹은 다음 기름기를 빼낸 국물을 끓여 붓는다.

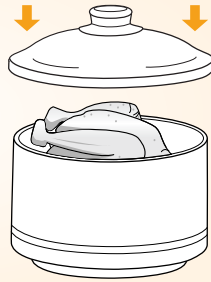
참 고

가마솥중탕기 - 오쿠 보양탕 기능은 식품을 오랜시간 다려도 타지 않는 특성이 있으므로 잉어, 가물치 등 가정에서 일반적으로 다리기 어려운 모든 식품을 약효손실없이 자동으로 진하게 다릴 수 있습니다. 재료순질과 조리방법은 일상적인 조리법으로 하시고 다리는 기능을 활용하신다면 많은 도움이 됩니다.

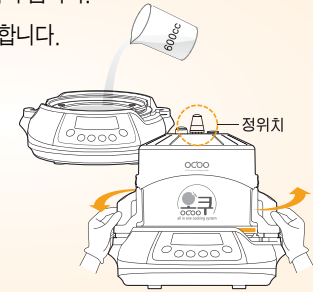
보양탕 만드는 방법

3 만드는 방법

- ▶ 게르마늄내솜에 준비되어 있는 재료와 물을 넣는다.
- ▶ 게르마늄내솜에 재료를 넣은 후 1500cc의 물을 넣을 때 재료의 부피로 내솜에 2/3선을 초과하면 다릴 때 끓어 넘칠 수 있으므로 물을 약간 적게 부어 물의 양이 내솜에 2/3선이 넘지 않도록 합니다.



- ▶ 가열판에 600cc의 가열물을 넣어주고 게르마늄내솜을 올려 놓은 후 압력뚜껑을 결합시켜 줍니다.
- ▶ 압력추가 정위치에 세워져 있는지 확인합니다.



- ▶ 메뉴선택을 보양탕으로 하고 시작버튼을 눌러 기능을 가동시킵니다.
- ▶ 보양탕의 조리시간은 기본적으로 3시간이 입력되어 있습니다. 곰탕이나 설렁탕 등 뼈의 진국을 원하실 때에는 기본시간(3시간)으로 조리하시고 갈비탕이나 삼계탕 등은 P37의 시간조절방법을 참고하시어 조리시간을 2시간에서 2시간 30분사이로 조절한 후 시작버튼을 눌러 줍니다.



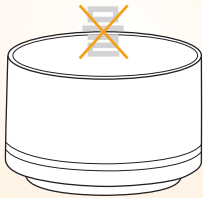
4 완료된 상태에서 P16의 사용방법을 참조하여 활용하십시오.

보양찜 만드는 방법

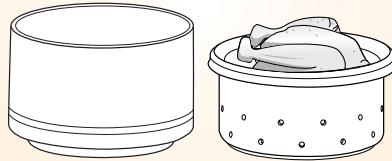
식품을 물로 끓이거나 수증기로 찌서 익히지 않고 가마솥증탕기 - 오쿠의 게르마늄내솥에서 방사되는 원적외선 증탕열로 익히는 것을 보양찜이라 합니다.

1 만드는 기준

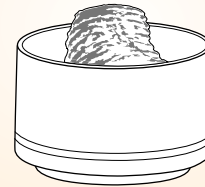
- ▶ 게르마늄내솥에는 물을 넣지 않습니다.
- ▶ 게르마늄내솥의 원적외선 증탕열이 식품에 함유되어 있는 수분을 발열시켜 익히는 원리이므로 자연 그대로의 순수한 맛을 느끼게 됩니다.



- 게르마늄단지에서 조리하는 식품
- 돼지고기, 닭고기, 고등어, 왕새우, 게 등과 같은 기름과 수분을 빼야되는 식품은 게르마늄단지에 넣어 게르마늄내솥에 삽입하여 조리합니다.



- 게르마늄내솥에서 조리하는 식품
- 갈비찜, 갈치조림 등과 같이 양념하여 국물과 함께 조리되는 식품은 게르마늄내솥에 얹혀서 조리합니다.



2 재료선택과 손질

- 돼지고기의 목살 등 덩어리 고기를 약 5cm 두께로 손질하는 것이 좋으며 닭고기 등은 약간에 칼집을 주는 것이 좋습니다.
- 고등어, 콩치 등은 배를 가르고 깨끗하게 손질하여 넓게 펴서 얹히는 것이 좋습니다.
- 게르마늄단지에서 조리하실 때에는 식품에 특별한 양념을 하지 않고 양념없이 조리하실 때 식품의 순수한 맛을 느끼게 됩니다.
- 갈비찜이나 생선조림의 재료손질과 양념첨가는 일반적인 방법으로 먹기 좋도록 하시면 됩니다.

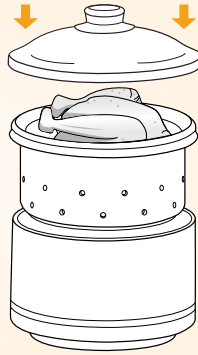
참 고

식품을 불에 구우면 속부분은 잘익지 않고 겉부분을 태우게 되어 발암물질이 생성될수도 있으며 물로 끓이거나 수증기로 익히게 되면 물과 수증기로 그 맛과 영양이 훼손될 수도 있으므로 식품에 따라 조리방법을 현명하게 선택하시는 것도 웰빙생활의 지혜입니다.

보양찜 만드는 방법

3 만드는 방법

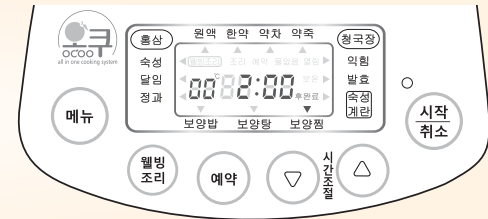
- ▶ 게르마늄내솜과 단지에 준비되어 있는 재료를 넣어 줍니다.
- ▶ 게르마늄내솜에는 한방울의 물도 넣어주지 않습니다.



- ▶ 가열판에 600cc의 가열물을 넣어주고 게르마늄내솜을 올려 놓은 후 압력뚜껑을 결합시켜 줍니다.
- ▶ 압력추가 정위치에 세워져 있는지 확인합니다.



- ▶ 메뉴선택을 보양찜으로 하고 재료에 따라 조리시간을 조절한 후 시작버튼을 눌러 기능을 가동시킵니다.
- ▶ 조리 기본시간이 2시간으로 자동입력되어 있습니다. 육류는 입력되어진 시간 그대로 하시고, 생선류는 시간조절버튼 (V) 을 눌러 1시간 10분으로 조절합니다. 육류를 좀 더 연하고 부드럽게 하고자 할 때에는 시간조절버튼 (A) 을 눌러 2시간 30분으로 조절합니다.

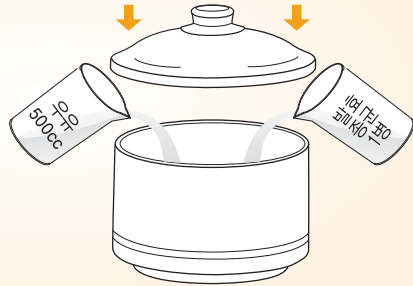


4 완료된 상태에서 P16의 사용방법을 참조하여 활용하십시오.

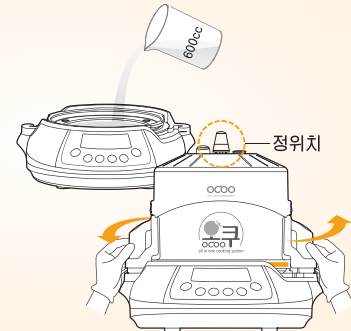
요구르트 만드는 방법

1 만드는 방법

- ▶ 게르마늄내솜에 우유 500cc와 발효종균(예:불가리스) 1병을 게르마늄내솜에 넣고 잘 저어준 후 뚜껑을 닫아줍니다.



- ▶ 제품의 사용법에 따라 가열판에 600cc의 가열물을 넣어주고 몸체와 압력뚜껑을 결합시켜 줍니다.



- ▶ 메뉴선택을 청국장 발효로 맞추어 줍니다.
- ▶ 21시간으로 입력되어 있는 발효시간을 ⓪ 버튼을 이용하여 8시간으로 조절하여 줍니다.
- ▶ 시작버튼을 눌러 기능을 가동시켜 줍니다.



- ▶ 완성된 요구르트는 냉장보관하여 드십시오. (기호에 따라 딸기잼이나 시리얼 등을 넣어드시면 좋습니다.)

예약시간, 조리시간 입력방법

사용하시기 전에 아래의 내용을 반드시 읽어주세요.

예약 조리 방법

- ▶ 예약 설정 최대 시간은 12시간 입니다. (홍삼숙성, 홍삼달임, 정과, 청국장 익힘, 청국장 발효, 웰빙조리는 예약기능이 없습니다.)
- ▶ 원하시는 메뉴를 선택합니다. (선택한 메뉴의 기본 시간이 표시됩니다.)
- ▶ 예약버튼을 누릅니다. (시간이 깜박거립니다.)
- ▶ 시간조절버튼 (⏴, ⏵) 을 눌러 원하시는 예약시간을 설정하십시오. (설정된 시간은 조리가 완료되는 시간입니다.)
- ▶ 시작/취소 버튼을 누르면 예약 조리가 시작됩니다.
(시작/취소 버튼을 누르지 않으면 5초 후 자동진행됩니다.)

조리시간 응용방법

- ▶ 본 제품은 조리의 상태에 따라 조리시간을 가감하여 원하는 조리 상태를 만들어 드실 수가 있습니다.
- ▶ 조리상태를 조금 진하게 만들 때에는 기본 설정시간에서 시간조절버튼 (⏵) 을 눌러 시간을 올려서 사용하십시오.

예) 보양탕을 4시간 조리하고 싶은 경우

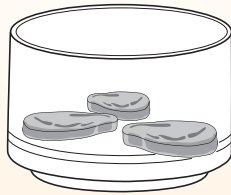
- ▶ 조리준비를 마치고 뚜껑을 닫으십시오.
- ▶ 메뉴버튼으로 보양탕을 선택하십시오. (기본 설정시간 “조리 3 : 00 후 완료” 표시)
- ▶ 시간조절버튼 (⏵) 을 눌러 원하시는 4시간을 맞추어 주십시오. (“조리 4 : 00 후 완료” 표시가 나타남)
- ▶ 시작/취소 버튼을 누르면 조리가 시작됩니다.

웰빙조리 만드는 방법

오쿠 웰빙조리는 저온으로 식재료의 특성 및 영양을 살리도록 한 조리입니다.

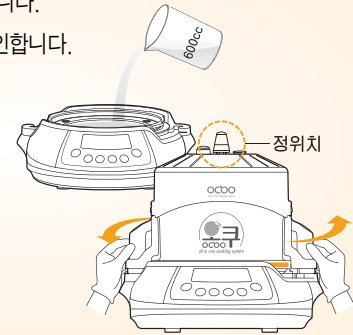
1 만드는 방법

- ▶ 재료 준비 후 내솥에 넣습니다. (되도록 겹치지 않는 것이 좋습니다)

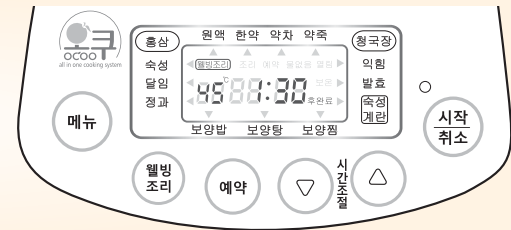


(내솥에 넣은 모습)

- ▶ 가열판에 600cc의 가열물을 넣어주고 게르마늄내솥을 올려 놓은 후 압력뚜껑을 결합시켜 줍니다.
- ▶ 압력추가 정위치에 세워져 있는지 확인합니다.



- ▶ 재료 온도에 따라 웰빙조리 버튼으로 온도를 설정 후 (V) (A) 버튼을 이용하여 시간을 조절하여 줍니다.
※ 온도는 45℃ ~ 95℃까지 5℃ 단위로 변환됩니다.



참 고

- ▶ 취향에 따라 맛과 익힘 상태에 차이가 날 수 있으니 조리시간을 늘리거나 줄여서 확인하여 주시기 바랍니다.
- ▶ 10℃이하의 실내조건에서 조리 시 재료에 따라 익힘상태가 달라질 수 있으니 가급적 피하여 주시기 바랍니다.

웰빙조리 재료별 분류

재료	메뉴	온도	시간	
생선류	병어간장조림 (크기에따라 30분 연장)	70	1:30	
	도미찜	70	1:30	
	아구찜	85	1:30	
	코다리간장조림	95	1:30	
	바지락국	85	1:30	
	삼치불고기소스	70	1:00	
	오삼불고기	95	1:30	
	전복테리야끼소스	70	1:00	
	오징어순대	85	1:30	
	감자조기찜	95	1:30	
	갈치조림	95	1:30	
	황태찜	95	1:30	
	석화찜	85	1:30	
	홍어찜	65	1:30	
	테리야끼소스를 곁들인 연어채소말이	50	1:30	
	채소 및 버섯류	아스파라거스베이컨말이	80	1:30
		버섯두부찜	75	1:30
버섯들깨탕		75	1:30	
두부브로콜리찜		85	1:30	

재료	메뉴	온도	시간
채소 및 버섯류	소고기표고버섯찜	80	1:30
	콩나물파프리카	85	1:30
	모듬버섯찜	80	1:30
	콩나물국	85	1:30
	견과류를 곁들인 토마토찜	90	1:30
	야채메쉬포테이토	95	1:30
	감자조림	95	1:00
	호박찜	80	1:30
	무나물	95	1:00
	어묵야채볶음	90	1:30
육류	소고기안심 (두께에 따라 시간조정)	55	2:00~2:30
	우둔살을 이용한 비프스테이크	55	8:00
	소불고기 버섯전골	85	1:30
	닭가슴살러드	65	1:30
	비프스튜	보양탕	1:30
	바비큐 삼겹살	80	12:00
	안동식 닭다리찜	90	1:30
	테리야끼소스를 곁들인 닭날개조림	85	1:30
	저온으로 조리한 양갈비	60	3:00
	돼지고기파테	75	1:30

※ 환경 및 재료 조건에 따라 익힘상태가 달라질 수 있습니다.

웰빙조리 재료별 분류

재 료	메 뉴	온 도	시 간
육류	동파육	85	8:00
	돼지고기카레	보양찜	1:30
피클 및 장아찌	오이피클	75	1:30
	파프리카피클	75	1:30
	무장아찌	75	1:30
	양파장아찌	75	1:30
	버섯장아찌	75	1:00
	취나물장아찌	75	1:30
	냉이장아찌	75	1:00
	더덕장아찌	75	1:30
	깻잎장아찌	70	1:30
따뜻하게 마시는 주스류	천연채소 주스	70	2:00
	토마토 주스	80	2:00
	자몽 주스	70	2:00
	오렌지 주스	70	1:30
	사과 주스	70	1:30
	귤 주스	70	1:30
	파인애플 주스	70	2:00
	당근 주스	75	1:30
	와인음료	70	2:00

재 료	메 뉴	온 도	시 간
디저트 요리	치즈케이크	95	1:30
	푸딩	90	1:30
	플레인요구르트	50	8:00
	단호박찰쌀떡	95	1:30
	크림치즈만들기	85	1:30
기타	술빵	95	1:30
	잡채	85	1:30
	궁중떡볶이	90	1:30
	버섯떡잡채	85	1:30
	두부돼지고기조림	85	1:30
	부드러운 일식계란찜	85	1:30
	아채계란찜	85	1:30
	수란	70	1:30
	러시안 수프	95	1:30
팔보채	95	1:30	

A/S를 의뢰하시기 전에

사용시 주의사항

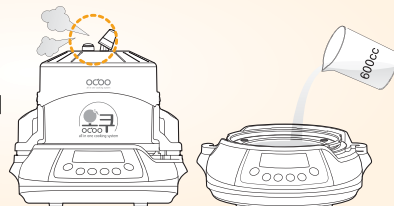
1 문자판에 E:02, 열림이 표시되고, 부저음이 울립니다.

- ▶ 몸체와 압력 뚜껑의 결합 상태가 잘못되었거나 압력뚜껑 손잡이 슬라이드가 올라와 있지 않을 때 알려주는 신호입니다.



2 사용 중 압력 추가 넘어져 있으면

- ▶ 가열판에 있는 가열물 600cc가 수증기로 되어 압력 추로 다 빠져나가게 되고 자동으로 제품의 전원이 차단되어 기능이 정지됩니다.
- ▶ 다시 가열판에 600cc의 가열물을 넣어 주고 압력 추를 바로 세워 정위치에 놓으신 후 올바른 사용법으로 사용합니다.



3 E:01과 물없음이 표기됩니다.

- ▶ 가열판에 600cc의 가열물을 넣지 않고 사용했기 때문에 발생하는 현상입니다. 올바른 사용법으로 사용하시면 됩니다.



4 E:03와 물없음이 표기됩니다.

- ▶ 조리 중 가열물이 없을 시 발생하는 현상입니다.
 - ※ 압력뚜껑을 열 때에는 압력표시봉이 밑으로 떨어져 있는지 확인하고 압력추를 젓혀서 내부의 수증기를 제거한 후 가열판에 600cc의 가열물을 넣어주십시오.



5 문자판에 물없음이 표시됩니다.

- ▶ 보온 중 가열판에 물이 없을 때 발생하는 현상입니다.



6 문자판이 "깜박깜박"합니다.

- ▶ 제품 사용중 정전이 발생하였다는 표시입니다. 시작/취소 버튼 이외 버튼을 1회 눌러 주시면 안정됩니다.



7 압력패킹에 이물질이 묻어 있을 경우 압력이 새거나 고장의 원인이 될 수 있으니 주기적으로 세척하여 항상 청결을 유지하여 주십시오.

8 압력패킹은 소모품으로 주기적으로 교체하여 사용하는 것이 좋습니다.

9 게르마늄단지와 내솥은 수작업하여 약 1,300℃에서 구워낸 도자기입니다. 따라서 유약의 색상상태와 진원상태는 제품에 따라 차이가 있을 수 있습니다.

10 연속 사용 시 가열물이 부족할 수 있으니, 확인 후 보충하여 주십시오.