

# MUJI 無印良品

## フライパン 取扱説明書

家庭用

お買い上げいただきありがとうございます。  
ご使用前に必ずこの取扱説明書をお読みください。  
そして、いつでも取り出せるところに大切に保管してください。

- 商品に破損やガタツキ等がないか、安全を確認してから使用してください。
- 品質には万全を期していますが、万一不具合があった場合は、使用しないで、購入店、またはお客様室(7 ページ)まで連絡してください。

## Frying Pan User Guide

For domestic use

Thank you for your purchase.  
Please read carefully this guide before use.  
Also, please keep this manual in a place readily accessible.

- Do not use this product before you make sure it is safe after you check it if it is not damaged, wobble and so on.
- We always take the utmost care about our products. However, if you find any problem, please refrain from using the product and contact the store where you purchased it.

## スチールのフライパンについて

スチールのフライパンはフッ素樹脂などの表面加工フライパンに比べるとこびりつきやすいですが、使っていくうちに油がなじみ、使いやすくなっていきます。また、一般的なアルミフライパンに比べて重く、使い方によってはサビが発生します。しかし、スチールのフライパンは、蓄熱性が高いため熱が均等に回りやすく、焼いたり炒めたりする調理で、焼きムラが少なく仕上げることができます。お手入れをすることで、長い年月使えるスチールのフライパンの良さをお楽しみください。

## 目次

---

ご注意とお願い	3
各部の名称	4
使用上のご注意	5
ご使用方法	6-7
お客様室 お問い合わせ先	7

## About steel frying pans

Food stuff tends to stick to steel frying pans rather than those whose surfaces are treated with fluorine resin, that is, non-stick frying pans. However, as you keep on using them, you will find that the oil settles on them easily and find them handy.

Steel frying pans are heavier than typical aluminum frying pans. Depending on how you use them, they may become rusty.

Nevertheless, steel has high heat conduction and transfers heat swiftly into food stuff. As a result, steel frying pans are preferable for broiling or fry up food."

By always keeping them in good conditions, you may enjoy the benefits of steel frying pans for a long time.

## Contents

---

Precautions and Notes	8
Part names	9
Precautions for use	10
How to use	11-12

# ご注意とお願い

ご使用前によくお読みの上、必ずお守りください。

## 表示マークの意味について











■製品を正しくご使用いただくために、誤った取り扱いにより生じる危害や損害の程度を以下の表示で区分しています。

 <b>警告</b>	死亡、または重傷を負う恐れがある内容を示しています。	 <b>注意</b>	軽傷、または物的損害を負う恐れがある内容を示しています。
---	----------------------------	---	------------------------------







## ■図記号について

 <b>禁止</b>	してはいけない内容(禁止)を表しています。	 <b>必ずおこなう</b>	必ずお守りいただく内容を表しています。
---	-----------------------	---	---------------------

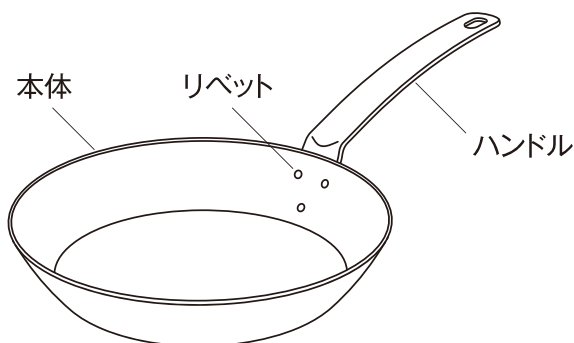
## 警告

-  ハンドルがゆるんだ状態で使用しないでください。脱落してヤケドをする危険があります。
-  本体・ハンドルが、変形など損傷した場合は、使用しないでください。また、改造や応急手当をして使用する事は危険ですとおやめください。
-  調理中は絶対に側を離れないでください。また、空焚きは絶対にしないでください。火災の原因となります。
-  ストープの上では使用しないでください。
-  電子レンジでは使用しないでください。
-  揚げ物・天ぷら料理には使用しないでください。
-  縁まで油や水・食品を満たした状態で使用しないでください。また、ハンドルを体や手・衣類に引っ掛けないよう十分ご注意ください。
-  調理中や調理直後は、本体・ハンドルが熱くなっており、ヤケドをする危険があります。必ず鍋つかみ(ミトン等)を使用して十分ご注意ください。
-  フライパンは五徳の中央ののせて、安定した状態でご使用ください。
-  お子様を使用する際は、必ず大人が側について指導してください。

## 注意

-  フライパンでの煮物(汁物)の調理は、しないでください。塩分等がサビ発生の原因となります。
-  熱くなった本体を急冷しないでください。歪みや変形の原因となります。
-  落下等の強い衝撃を与えないでください。変形や破損の原因となります。
-  漂白剤は使用しないでください。
-  いきなり強火にせず、弱～中火で加熱をはじめ、本体が温まってから強火でご使用ください。いきなり強火で使用すると、歪みや変形の原因となります。
-  オープンは使用できますが、オープン的大小によっては使用できない場合があります。

# 各部の名称



## 品質表示

表面加工：本体・ハンドル／窒化加工  
リベット／ニッケルメッキ  
材料の種類：スチール

寸法	底面の寸法	底の厚さ
22cm	約15cm	1.6mm
26cm	約18cm	1.6mm

### 窒化加工とは

表面を窒素で硬くさせ、サビにくくする加工です。

### 窒化加工の表面状態について

- 全体に薄いグレーの色合いをしているのは窒化加工によるものです。部分的に筋模様がついていたり、白っぽい斑点がありますが、商品の品質、耐食性、安全性には影響ありません。
- 窒化加工後に、黒っぽい微粒子が付着している場合があります。鉄分ですので問題ありません。
- フライパンを洗浄後、水分を拭き取る際、キッチンペーパーやふきんに鉄分が付き黒くなります。白のふきん等、色移りが気になるものでは拭かないでください。

# 使用上のご注意

---

## ガスコンロで使用する際のご注意

- 炎が底面からはみ出さないように火力調整してご使用ください。
- 隣接するコンロの炎がハンドルにあたらないように、フライパンの向きを調節してください。

## IH(電磁)調理器・クッキングヒーターで使用する際のご注意

- ご使用のIH調理器の「取扱説明書」をご確認の上、正しくご使用ください。  
IH調理器の機種により、使用できない場合があります。
- IH調理器は電源を入れると急激に加熱するため、すぐに油の発火温度に達します。  
ご使用の際は火力(出力)を弱～中で加熱を始めてください。
- 効率よく加熱していただくために、底に付着している水滴はきれいに拭き取ってください。
- 加熱中に「ブーン」「ジー」等の音が生じることがありますが、IH調理器とフライパンが共鳴しているもので、フライパンの異常ではありません。
- IH調理器は、調理後もしばらくの間トッププレートが熱くなります。  
調理後は、トッププレートの上で空のフライパン等を放置しないでください。
- 本体の歪みや変形によって、IH調理器に反応しなくなる場合があります。

## お手入れ・保管について

- 調理後は温かいうちにたわしや竹のササラを使用してお湯で汚れを洗い落とし、水気をよく取り、保管してください。
- 浸け置き洗いはしないでください。サビが発生したり、ハンドルが変質する原因となります。
- 料理を保存しないでください。サビの原因となりますので、料理は他の容器に移して保管してください。
- 濡れたまま、汚れがついたまま保管しないでください。サビ発生の原因となります。
- サビが発生した場合は磨き粉でこすり落としてください。
- 高所への保管は避けてください。落下による事故のおそれがあります。

## 調理内容についてのご注意

- ごぼうやれんこんなどを調理すると、成分がスチールと反応して黒く変色しますが、無害ですので安心してお召し上がりください。

# ご使用方法

## ❗ はじめてご使用になる前に

はじめてご使用になる前に、「油ならし」をおこなってください。

スチールの調理器具は扱い方を間違えると、すぐにサビたり、こげついたりします。

<油ならしの方法>をしっかりと守ってご使用いただければ、長くご使用いただけます。

2回目以降使用の際は「油ならし」は不要です。

### なぜ「油ならし」をするの？

フライパンに油がなじむと、こげつきにくくサビにくくなります。これはフライパン表面に小さな穴がたくさんあいていて、この穴に油が入り込むことでフライパンの表面に薄い油の膜がつくられるからです。中火以下でじっくりと油を熱し、全体を均等に加熱させることが目的です。

### <油ならしの方法>

①2～3分熱し、一旦火をとめます。

※中火以下で底面から炎が出ないようにご注意ください。

※IH調理器の場合は、弱～中火で加熱してください。

②手で触れられる温度まで冷まします。

⊖ 加熱後は水で急冷しないでください。変形の原因となります。

③0.5カップ程度の油をまわし入れ、弱火で5分程加熱し、全体にまんべんなく油がなじんだら、火をとめ、余分な油をオイルポットに戻します。

④キッチンペーパーで内側をまんべんなく油がなじむように拭いてください。

キッチンペーパーが黒くなりますが、鉄分ですので安心してご使用ください。

※しばらく使用しない場合は、その外側も同様に軽く拭いて油をなじませてください。

## ❗ 調理前に

2回目以降使用される際、調理前に「油返し」をおこなってください。

スチールのフライパンは、使い込んでいくうちに自然に油がなじみ、本体全体が真っ黒になっていきます。ただし、油がなじんで食材がこびりつかなくなるまでは「油返し」をおこなってください。

### なぜ「油返し」をするの？

使い始めてすぐは、油がフライパンになじんでないため、食材がフライパンにこびりつきます。こびりつきを防ぐために油返しをおこなってください。

その後、油を入れて調理を開始すると、こびりつきが少なくなります。

### <油返しの方法>

①フライパンを火にかけて、2～3分程度、十分に温めます。

※中火以下で底面から炎が出ないようにご注意ください。

②0.5カップ程度の油を入れて、フライパンの内側全体に油をなじませます。

③油が熱くなり、かすかに油煙が出てきたら、火をとめ、油をオイルポットに戻します。

④これで「油返し」は終了です。

⊖ 加熱後は水で急冷しないでください。変形の原因となります。

## ❗ 調理後に

調理後、フライパンが温かいうちに、たわしや竹のササラを使って、洗剤を使用せずにお湯で洗浄してください。洗浄後は水気を取り、良く乾燥させてから、フライパンの内側・外側にキッチンペーパー等で油を薄く塗ってください。

### なぜ、洗剤を使用してはいけないの？

使い込んでいくうちに油がなじみ、サビにくく、こげつきにくくなります。

洗剤を使用すると、油が洗い流されてしまい、サビやすく、こげつきやすくなってしまいます。

### 汚れがひどい場合は

強力でしつこい油汚れがフライパンについた場合、スポンジに食器用中性洗剤を付けて洗浄してください。スポンジでも取れない場合は、クレンザーをご使用いただくか、金属たわしで表面の汚れをこそぎ落としてください。ただし油膜が取れてしまうので、水気を取り、良く乾燥させ、フライパンの内側・外側にキッチンペーパー等で油を薄く塗ってください。調理前には、「油ならし」を再度おこなってください。

### こげついてしまったら

こげついてしまったら、お湯を入れてしばらく煮立たせ、こげつきをふやかしてからたわしや竹のササラで取り除きます。洗浄後は水気を取り、良く乾燥させてから、フライパンの内側・外側にキッチンペーパー等で油を薄く塗ってください。

株式会社

**良品計画**

〒170-8424 東京都豊島区東池袋4-26-3

お客様室でんわ 0120-14-6404

# Precautions and Notes

Please read carefully the following messages and observe them when using the product.

## Signs











■ To ensure that you use this product correctly, the following signs are indicated according to the level of injury or damage that may arise if the product is used incorrectly.

 <b>Warning</b>	Indicates a situation which may result in death or serious injury.	 <b>Precaution</b>	Indicates a situation which may result in slight injury or property damage.
--	--	---	---







## ■ Graphic symbols

 <b>Prohibition</b>	Indicates acts or behaviors to be prohibited.	 <b>MUST</b>	Indicates the rules you have to observe.
--	---	---	--

## **Warning**

-  Do not use if the handle is loose. Doing so may cause the handle to come off, resulting in burns.
-  Do not use the product if its body or handle is deformed or damaged. Also, refrain from using the product modified or temporarily mended.
-  Never stay away from the product during cooking. Furthermore, never heat the product without food stuff in it. Otherwise, a fire disaster may occur.
-  Do not use the product on a room heater.
-  Do not use the product in a microwave oven.
-  Do not use the product for deep-fried food or tempura.
-  Do not use the product filled with oil, water or food stuff to the brim. Also, take the utmost care not to get your body, hands or clothes caught by the handle.
-  You are exposed to the danger of burn injury during and immediately after cooking as the body and handle are very hot. When you handle the product, take the utmost care to wear kitchen mittens or something.
-  Use the frying pan in a stable condition placing it at the centre of the spider.
-  If a child uses the product, an adult person must accompany him/her to provide proper instructions.

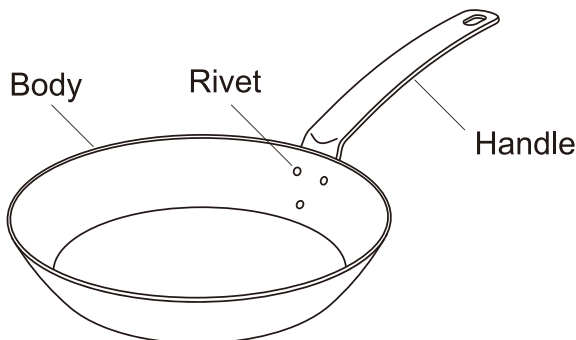
## **Precaution**

-  Do not use for simmering food, such as soups and stews. Salt, etc. contained in the food may cause rust.
-  Do not cool the body while it is hot rapidly. Otherwise, it may warp or deform.
-  Do not drop the frying pan to make a strong impact. Otherwise, it may warp or deform.
-  Do not use bleaching agents.
-  Do not apply a high flame without preparation. Start applying a small or medium flame and then apply a high flame after it gets warm enough. If you apply a high flame without preparation, the frying pan may deform or warp.
-  Ovens may be used, but they may not be used depending on their sizes.



# Part names

---



## Quality indication

Surface treatment: Body, Handle/Nitriding  
Rivet/Nickel plating  
Material: Steel

Dimemtions	Bottom surface dimentionns	Bottom thickness
22cm	Approx. 15cm	1.6mm
26cm	Approx. 18cm	1.6mm

### What is nitriding?

The surface is hardened with nitrogen and made resistible to rust.

### Nitrided surface conditions

- The overall colour of the surface is light grey due to nitriding. The surface is partially striped or whitish dots but it does not adversely affect the product quality, corrosion resistance or safety.
- It may have blackish particles after the nitriding process. They are iron particles and do not have any problem.
- When you use kitchen paper or a dish cloth to wipe off the moisture from the frying pan after washing it, it may be blacked by iron particles. Do not use white dishcloths and the like to avoid color staining.

# Precautions for use

---

## Precautions for using a gas stove

- Adjust the fire power so that the flame does not expand out of the bottom.
- Adjust the orientation of the frying pan so that the flame generated by the adjacent stove does not come into touch with the handle.

## Precautions for using an IH (electromagnetic) cooker or a cooking heater

- Use the IH cooker by carefully reading and referring to its "User's Manual" attached. Some types of IH cooker may not be used.
- If you turn on the IH cooker, it heats very rapidly. Therefore, the ignition temperature of oil is reached very soon. When using it, start heating by adjusting the fire power to apply a small flame or medium heat.
- To ensure that the heating process is fulfilled efficiently, wipe off the moisture from the bottom.
- During the heating process, buzzing sounds or other noises may occur. Those sounds are generated as a result of the resonance between the IH cooker and the frying pan. They do not mean the presence of some type of abnormality.
- The top plate of the IH cooker remains hot for some time even after the cooking process is complete. After cooking, do not leave an empty frying pan and the like over the top plate.
- The frying pan may not react to the IH cooker if it is deformed or warped.

## Maintenance and storage

- After using the product and while it is still warm, remove the dirt by using a scrubbing brush, remove the moisture and then store it.
- Do not soak before washing. Doing so may cause the product to rust and the handle to deteriorate.
- Do not use the product for storing food because it will cause rust. Food should be stored in separate containers.
- Do not store the product while it is still wet or dirty. Doing so may cause it to rust.
- Remove rust by using polishing powder.
- Do not store the product in a high place. It may drop, resulting in accidents.

## Precautions for cooking

- If you cook burdock, lotus, etc., their contents react to steel and the surface is blackened. However, this phenomenon provides no hazardous effects to the food.

# How to use

---

## Before use

### **Before using the frying pan, do the seasoning of the pan.**

If you use steel cookwares, they may get rusty soon or food stuff stick to them if they are used incorrectly.

You may keep the life span of the frying pan long if you correctly follow the steps described in the seasoning process.

The seasoning process is not required when you use the frying pan for the second time onwards.

### **Why is the "seasoning" process necessary?**

If the oil is coated over the frying pan, food stuff does not stick to its surface or it does not get rusty easily.

The surface of the frying pan is rough and uneven. As the oil penetrates into the surface, it forms a thin film covering the surface.

Apply a small flame or medium flame for some time to heat the entire surface uniformly.


### **<Seasoning process>**

(1) Heat the frying pan for 2 to 3 minutes and stop the fire.

\* Use a small flame or medium flame and ensure that it does not expand out of the bottom.

\* Apply a small flame or medium flame when using an IH cooker.

(2) Cool it until you may touch it by hand.

 Do not rapidly cool down the product with water while it is hot. Doing so may cause deformation.

(3) Pour a half cup of oil into the frying pan, turn it to spread the oil over the surface and heat it for 5 minutes by applying a small flame. When the oil is coated uniformly over the entire surface, stop the flame and return the excess oil into the oil pot.

(4) By using a sheet of kitchen paper, wipe the inner surface so that the oil is coated uniformly over it.

The sheet of kitchen paper is blackened by iron particles. Therefore, there is no problem.

\* If you do not use the frying pan for some time, you should lightly wipe its outside in the same manner to let the oil be coated uniformly.

## Before cooking

### **When using the frying pan for the second time onwards, conduct the "re-seasoning" process before cooking.**

As you use the steel frying pan repeatedly, the oil spontaneously is coated over the surface and it entirely becomes blackish. However, you are advised to conduct the "re-seasoning" process until the oil is coated over the surface and food stuff no longer sticks to it.

### **Why is the "re-seasoning" process necessary?**

Immediately after starting to use the frying pan, the oil has not been coated over the surface of it and food stuff tends to stick to it.

To prevent it from sticking to it, you should conduct the "re-seasoning" process.

After that, food stuff rarely sticks to the surface after you put the oil and start cooking.

### **<Re-seasoning process>**


(1) Place the frying pan on the flame and heat it for 2 to 3 minutes.

\* Use a medium or small flame and ensure that it does not expand out of the bottom.

(2) Pour a half cup of oil into the frying pan, turn it to spread the oil over the surface.

(3) When the oil becomes hot and it slightly emits oil smoke, turn off the flame and return the oil into the oil pot.

(4) Now, the "re-seasoning" process is complete.

 Do not rapidly cool down the product with water while it is hot. Doing so may cause deformation.

## **! After cooking**

After using the frying pan and while it is still warm, wash it by using a scrubbing brush and hot water without a detergent. After washing the frying pan, remove the moisture and let it dry. Then, use a sheet of kitchen paper to wipe the inner and outer surfaces so that the oil spreads and it is coated uniformly.

### **Why may no detergents be used?**

As you use the frying pan repeatedly, the oil spontaneously is coated over the surface, it becomes resistible to rust and food stuff rarely sticks to it. On the other hand, if you use a detergent, the oil is washed away. As a result, it tends to be rusty and food stuff sticks to it.

### **If the frying pan is heavily dirty:**

If persistent oil dirt is stuck to the frying pan, use a sponge impregnated with a dishwashing neutral detergent to wash it. If the dirt may not be removed by using the sponge, use a cleanser or wire wool to remove it from the surface. However, as the oil film is removed, the inner and outer surfaces of the frying pan should be coated with thinly the oil by using a sheet of kitchen paper and the like after removing the moisture from the frying pan and letting it dry. Before cooking, repeat the "re-seasoning" procedure.

### **If food stuff is stuck to the frying pan**

If food stuff is stuck to the frying pan, pour a certain amount of hot water and boil it for some time. When the food stuff becomes soft, remove it by using a scrubbing brush. After washing the frying pan, remove the moisture and let it dry. Then, use a sheet of kitchen paper to wipe the inner and outer surfaces so that the oil spreads and it is coated uniformly.