Welcome to
Delicious World!
ココット&ココットダッチオーブンの世界にようこそ！
Cocotte
グリルを楽しむ
使いこなしBOOK
Cocotte
Dutch oven

Welcome to
Delicious World!

ココット&ココットダッチオーブンの世界にようこそ！

家族や友人、大切な人に、美味しい手作りの料理を食べてもらいたい。

食事は全ての基礎となるとても大事なもの。
食べてもらう人のことを想いながら作ることが、
本当に美味しい料理を作るコツ。

時間がない時はお手軽に、
ちょっと余裕のある時はひと手間加え、
休日には手作りのパンやスイーツで癒しのひととき・・・

がんばり過ぎず、楽しく、
時にはお手軽に、時には本格的に。

ココットやココットダッチオーブンで
これまでとは少し違った、新しい料理の楽しさを感じていただけたらと思います。

ココット＆ココットダッチオーブンの世界にようこそ！

グリルを楽しむ 使いこなしBOOK

ココット&ココットダッチオーブンの世界にようこそ!
グリルを楽しむ 使いこなしBOOK

もくじ

Introduction:
お料理を作り始める前に

P05....仕組みや特徴のご紹介

P05....グリル操作は、とてもシンプル

P07....実際に、取り付けてみましょう

P08....安心してお使いいただくために、大事なこと

scene1

メニューを選んであとはおまかせ 自動調理レシピ

P09...自動調理機能を使いこなしましょう

自動調理レシピ Cocotte

ココットで作る 自動調理レシピ

P10....ココットで焼き魚

P11....姿焼を焼いてみましょう

P12....切身を焼いてみましょう

P13....干物を焼いてみましょう

P14....とりもも焼き

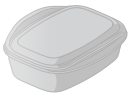
P15....ハンバーグ

P16....ステーキ

P17....焼きもち
ココットの【タイマー設定】であたため直し

自動調理レシピ Cocotte Dutch oven

ココットダッチオーブンで作る 自動調理レシピ



P18....グラタン

P19....肉じゃが

P20....ポトフ

P21....蒸し野菜 根菜

P22....蒸し野菜 葉・茎野菜

P23....パウンドケーキ

P24....コラム
なぜ、おいしい?ココットとココットダッチオーブン料理

scene2

忙しい時も“おいしい”は大事! さっと作れる、お手軽レシピ

お手軽レシピ Cocotte

ココットで作る お手軽レシピ

P26....直火で焼いたアスパラの肉巻き

P27....鶏ひき肉のつくね焼き

P28....薬味たっぷり京揚げ焼き

P29....辛子醤油仕込みのかじき磯辺パン粉焼き

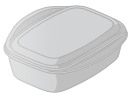
P30....いわしの白ごま焼き

P31....ノンフライ調理のささみカツ

P32....ヘルシーメンチカツ

お手軽レシピ Cocotte Dutch oven

ココットダッチオーブンで作る お手軽レシピ



P33....じんわり味染み込むさばのみそ煮

P34....グリルでほっこり筑前煮

P35....エビチリ

P36....厚切りベーコンとひよこ豆の煮込み

P37....たらのトマト煮

P38....気分はイタリアン!なすのラザニア風

P39....コラム おいしさの決め手、調味料のお話

※グリルを安全に正しくお使いいただくために、機器に付属の取扱説明書をお読みください。
※各レシピページの「調理時間の目安」には、漬け込みなどの時間は含まれておりません。
※各レシピページの「加熱/余熱時間」は目安です。お好みで調節してください。
※庫内が熱いと、焼き色が濃くなるため、指定時間よりも短めに設定し、様子を見ながら焼いてください。

Cocotte …ココットを使ったレシピ

Cocotte Dutch oven …ココットダッチオーブンを使ったレシピ

scene3

時間がある日は こだわり活かせる、ひと手間レシピ

ひと手間レシピ Cocotte

ココットで作る ひと手間レシピ

P41....えびのガーリック焼き

P42....するめいかの香草ナッツパン粉焼き

P43....鶏むね肉の梅しそ焼き

P44....さんまのかば焼き丼

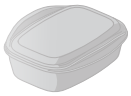
P45....しそとしょうが香るかにみそのドリア

P46....チーズの風味香るミラノ風カツレツ

P47....トマトソースの作り方
炒りパン粉の作り方

ひと手間レシピ Cocotte Dutch oven

ココットダッチオーブンで作る ひと手間レシピ



P48....焼いた肉団子の甘酢あんかけ

P49....里芋と鶏とエリンギの辛味こうじみそ煮

P50....れんこんのおろし蒸し焼き

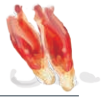
P51....じっくり焼き上げた豚バラ巻きミートローフ

P52....コラム 知っておくと便利な、
肉料理の火通りちょいワザ

P53....野菜のパエリア

scene4

作り手の個性がでます 待つことを楽しむ、漬け込みレシピ



漬け込みレシピ Cocotte

ココットで作る 漬け込みレシピ

P55....ぶりの一夜干し

P56....ししゃもの南蛮漬け

P57....漬け込みあじの梅しそ焼き

P58....漬け込みさばの柚子風味焼き

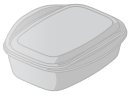
P59....漬け込み鮭のはさみ焼き

scene5

極上素材で試したい 素材の力を引き出す、極旨レシピ

極旨 レシピ Cocotte Dutch oven

ココットダッチオーブンで作る 極旨レシピ



P61....たまねぎの丸焼き

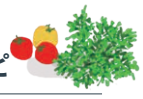
P62....じゃがいものアンチョビ焼き

P63....男前に豪快に！焼きそら豆
丸ごと焼き野菜

P64....グリルでゆでたまご

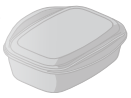
scene6

パンやスイーツもおまかせ！ 癒しのひととき、ティータイムレシピ



ティータイムレシピ Cocotte Dutch oven

ココットダッチオーブンで作る ティータイムレシピ



P66....ダッチパン

P67....ダッチパン応用編

P69....プリン

P70....さつまいものタルト

P71....ベリーケーキ

P72....シナモンケーキ

Conclusion：お料理は、おわりが肝心

P73....使った後は、さっとお手入れ

P74....おわりに

Introduction：お料理を作り始める前に

仕組みや特徴のご紹介

グリルの魅力を広げるココットとココットダッチオーブンには、それぞれ得意分野があります。
扱い方のポイントを知って、おいしい世界へ一歩を踏み出しましょう。

ココット

ココットの得意分野は、魚や肉などの焼きもの調理です。直火調理で外はパリッ、中身はふっくら美味しく仕上がるのが特徴です。両面同時に加熱することで形をくずさず、きれいな状態で焼き上げることができます。

グリルのお手入れが簡単に

こだわりのふた形状が、グリル庫内への油の飛び散りを抑えます。

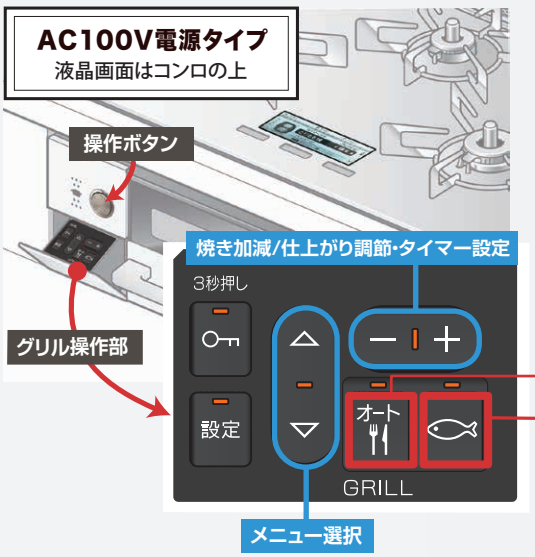
ふたの開口スリット

このスリットにより直火効果でこんがり美味しい焼き色が付きます。

内側の底はこだわりのウェーブ形状

食材から落ちた余分な脂がたまる溝は、調理中の食材に脂がつかないこだわりのウェーブ形状です。

グリル操作は、とてもシンプル



オートメニュー → ココット、ココットダッチオーブン 選択画面

ココット、ココットダッチオーブンの設定画面を表示します。

スイッチで切り替え

▼▲でメニューを選びます。

魚オートメニュー → ココット 焼き魚 選択画面

焼き魚の設定画面を表示します。

ココットダッチオーブン

ココットダッチオーブンの得意分野は、煮込みや蒸し焼き、パンやケーキの調理です。
食材の中までしっかり熱が通るので、やわらかく仕上がります。
食卓にそのまま運べて、特別感を演出できます。

持ちやすい取っ手
ミトンでも開閉しやすい形状です。

シンプルなデザイン
料理を際立たせるシンプルなデザインでどんな食卓にもよく合います。

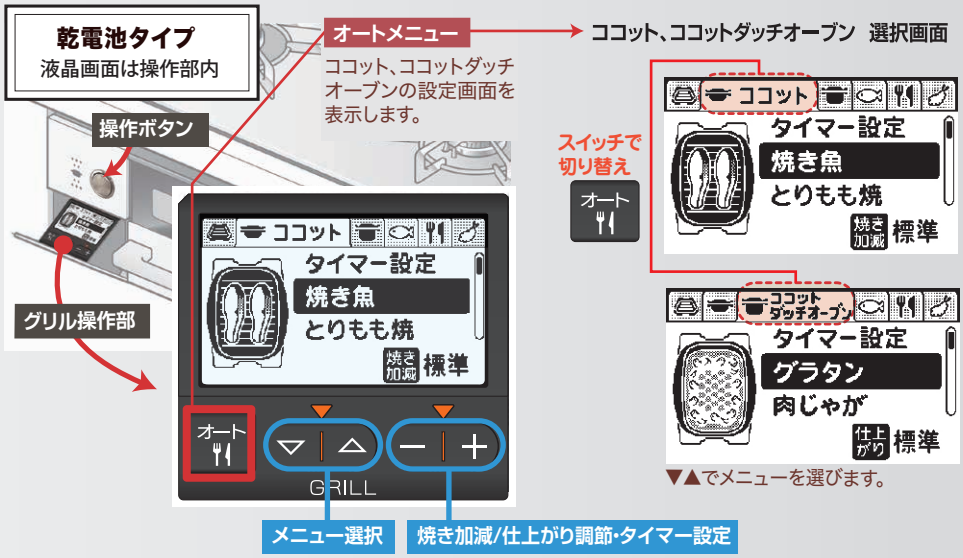
深さにこだわりました
塊肉や煮込み料理を考慮した容器の深さをデザインしました。

二重のフッ素加工
本体内側にフッ素加工を施し、汚れが落ちやすく簡単にお手入れができます。

使いやすさを追求しました
料理でもお手入れでも扱いやすい軽さを追求しました。

オーブン内網

ココットダッチオーブンには、オーブン内網が付属されています。蒸す料理や脂が多く出る料理などに使用したり、焼いたケーキやパンなどを冷ますときにお使いください。

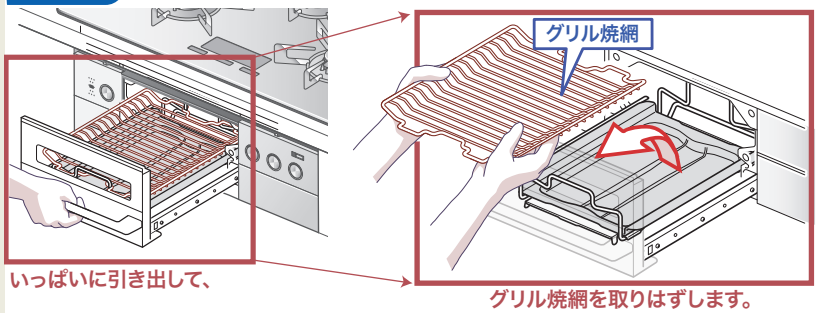


新機能
メモリー機能搭載！

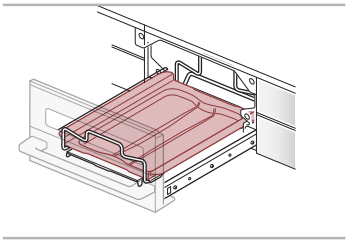
メモリー機能搭載で、前回使用したメニューが最初に液晶表示されるようになりました。

Let's Try! 実際に、取り付けてみましょう

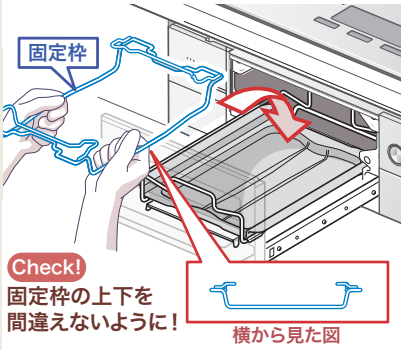
STEP1 グリルとびらを引き出し、【グリル焼網】を取りはずします。

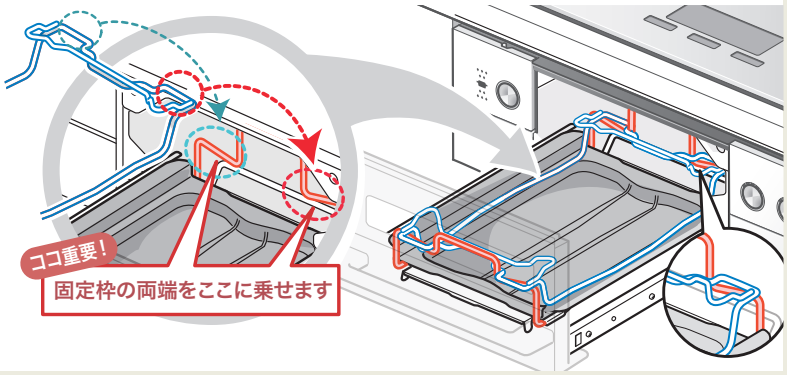


Check! 【グリル皿】は、はずさない！

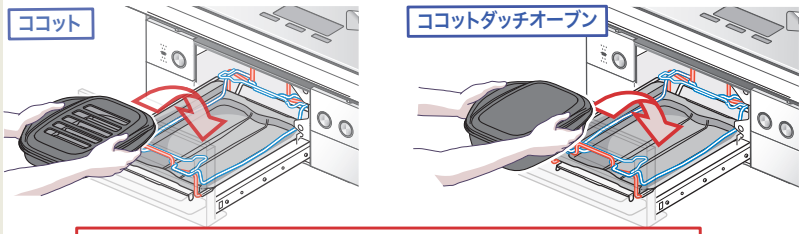


STEP2 ココット、ココットダッチオーブン用の【固定枠】を、取り付けます。

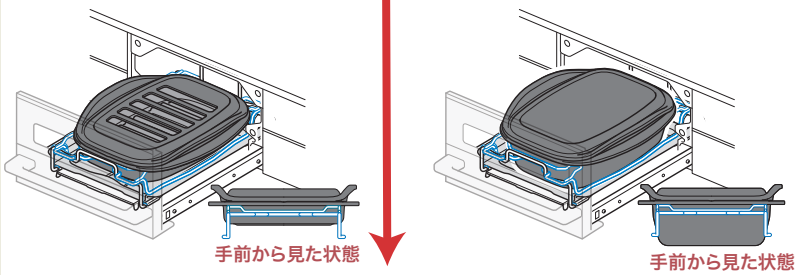




STEP3 【固定枠】に、ココット、ココットダッチオーブンを取り付けます。



中身をこぼさないよう両手で持って、固定枠の上におきましょう



しっかり固定枠にはまったら、取り付け完了です！

グリル点火は、食材を入れた後！

食材を入れずに点火すると変形・変色の原因になります。

安心してお使いいただくために、大事なこと

安全のために守って欲しい4つのこと

1.専用のココット、ココットダッチオーブンを使いましょう

ココットとココットダッチオーブンのふたを入れ替えて使用しないでください。
他の調理器具を使うと、調理がうまくできなかったり、燃焼不良や火災の原因になることがあります。

2.ココット、ココットダッチオーブン調理に対応したグリルを使いましょう

非対応グリルでのご使用は、変形・変色、火災の原因になることがあります。安全に楽しくお使いいただくためにも、ココット、ココットダッチオーブン調理に対応したグリルをご使用ください。

3.付属の固定枠を取り付けてから、ココット、ココットダッチオーブンを取り付けましょう

固定枠を忘れると、途中で火が消えたり、燃焼不良の原因となります。
点火してから気づいたときは、すぐに火を止め、グリルを冷ましてから固定枠を取り付けてご使用ください。

4.グリルとびらは閉じて使用しましょう

グリルとびらを開けたまま使用したり、ひんぱんに開け閉めすると、ワークトップを焦がしたり、機器の上部が過熱され、やけどをすることがあります。

お手入れしやすい状態をキープする3つのコツ

1.硬いもので、こすらない

金属製フライ返しやとがった硬いものでこすると、フッ素コートを傷めてしまいます。
お手入れの際は、硬いブラシや研磨スポンジでこすらないようにしましょう。
取り分けるときは、木製やシリコンのスプーン・おたま・トングを使いましょう。

2.でき上がった料理は、別の容器に移して保存

調理後そのままの状態で長時間保存をすると、フッ素コートを傷めてしまう場合があります。
料理を保存するときは、必ず別の容器に移しましょう。

3.汚れは、中性洗剤で優しく落とす

酸性やアルカリ性の洗剤、みがき粉、食器洗い乾燥機は、塗装面を傷めます。
長くご愛用いただくためにも、調理後は中性洗剤で優しく汚れを落とし、すぐに水気をふき取りましょう。

その他、気をつけておきたいこと

グリルとびらは、ゆっくり開閉

勢いよく開閉すると、振動で中身がこぼれてやけどをすることがあります。

ふたを開けるときは、慎重に

できあがってすぐふたを開けると、立上がる湯気でやけどをすることがあります。

持ち運びは、ミトンなどを使って

やけどしたり、熱くて落としたりしないように、ミトンなどを使って持ち運びましょう。化学繊維を使ったミトンなどは、溶ける可能性があるので使用しないでください。厚手の綿素材のミトンなどをおすすめします。

オーブンシートを使用する場合

ココットダッチオーブンからはみ出さないようにしてください。
※ココットでは使わないでください。

たまった脂はふき取ってから

続けて焼くときはたまった脂を必ずキッチンペーパーなどでふき取ってから、次の調理をしてください。

食卓に乗せるときは、鍋敷き必須

調理後は大変熱いので、鍋敷きをお使いください。
ただし、木製や樹脂加工の鍋敷きは使わないでください。
また、ココットとココットダッチオーブンのふたを鍋敷きとして使わないでください。

熱いうちに、水をかけない

水がはじけ飛び、やけどをすることがあります。
お手入れは本体が冷めてから行いましょう。

ぬれたままで、放置しない

ぬれたまま置いておくと、ステンレス製の台やシンクを傷めることがあります。

scene1

メニューを選んであとはおまかせ

自動調理レシピ

自動調節機能を使いこなしましょう

火力も加熱時間も自動で調節します。
材料を入れて、
メニューと好みの仕上がりを設定したら、
あとはグリルにおまかせです。

調理中は何もしなくて大丈夫。

グリルに調理をまかせると、料理の手順に余裕が生まれます。
余裕が生まれると、様々なことが同時にできます。

誰でも簡単に操作できるようわかりやすさを追求しました。

直感的にメニューを見つけられるように、
液晶に表示されるアイコンにもこだわりました。
料理と合わせて液晶画面も楽しんでいただけるように、表現も一つ一つ工夫しています。

自動調理レシピ Cocotte

魚をもっと食卓へ！ ココットで焼き魚

ココットは焼き魚の仕上がりにも、こだわりがあります。

魚に合わせて、焼き加減を設定するだけで
ふっくらおいしく自動調理します。
途中で魚を裏返さないので、身くずれの心配もありません。

食材をココットにくっつきにくくするには

調理前、ココットの中にサラダ油を
塗っておきます。

ココットで魚を調理するメリット
グリルの大掃除から解放されます。

気軽に焼き魚を楽しむには、お手入れのしやすさも大事な要素。
グリル焼網で魚を焼くと庫内に脂が飛び散り、後のお手入れが大変です。

でもココットなら飛び散る脂の量を抑えるので、
調理後のお手入れも楽になります。

下準備のひと手間で、素材の状態をワンランク上げましょう

魚をおいしく上手に焼く、ちょっとしたコツをご紹介！

冷凍された魚

冷蔵庫に移して、ゆっくり解凍します。急な温度変化を与えるとドリップ（汁）が出て、おいしさが逃げてしまいます。

冷蔵された魚

使用する前に冷蔵庫から出し、常温に慣らしてから調理します。

新鮮な生魚（姿身）

さっと水洗いしてぬめりを取りキッチンペーパーで水気をふき取ってから使用します。

みそやかすで漬け込んだ魚

焦げつきを防ぐため、
「みそ」や「かす」をふき取ってから使用します。

下処理されていない生魚

下処理されていない生魚を調理するときは
下処理をしてから調理しましょう。

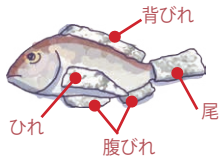
- **うろこはうろこ取りなどで丁寧にこそぎ落とします。**
- **苦味の原因になる内臓やえらは取ります。**

十字の切り込みを入れる

- **たいや赤魚など皮が厚めの魚**
  熱で皮が縮まないよう、切り込みを入れます。
- **脂がのった旬の魚**
  加熱中に皮が破れて脂が飛び散らないよう、切り込みを入れます。

魚の尾やひれを焦がさない方法

魚の尾やひれは焦げやすいので、多めに塩を付けたり、アルミはくで包んでおくと、焦げ方が少なくなります。



ふり塩で引き締める

塩をふると、身が引き締まり、身くずれしにくくなります。
塩焼きにする場合は、魚の重量の2％程度の塩を付けます。
身の厚いところには厚く、薄いところには薄く塩を付けます。

青魚の場合

しっかりめに塩をふります。
塩を身に馴染ませてから、調理します。

白身魚の場合

少なめに塩をふります。
身に塩が浸透し過ぎる前に調理します。

川魚、いか・えびの場合

焼く直前にさっと塩をふります。
時間をおかず、すぐ調理します。

自動調理レシピ Cocotte

姿焼を焼いてみましょう

ココットモードで、自動で魚を焼き上げます。焼き加減の目安を参考に、色んな姿焼に挑戦してみてください。

作り方

1. 下ごしらえした魚をココットに並べ、ふたをしてグリルに入れます。

中央に　　中央に寄せる　　ぶつ切りにして中央に寄せる

2. ●AC100V電源タイプ

を押して、【ココット 焼き魚】を選びます。

●乾電池タイプ

オート を押して、【ココット】を選び、▽ △ で【焼き魚】を選びます。

3. 魚の大きさや種類に合わせて − ＋ で【焼き加減】を選び、点火します。

■焼き加減の目安

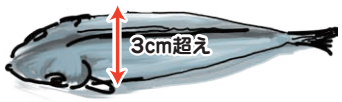
焼き加減 ＜ 強め ＞	焼き加減 ＜ 標準 ＞
あじ(170g以下)――1～2匹	にじます(120g以下)――1～2匹
いさき(170g以下)――1～2匹	あゆ(90g以下)――1～3匹
さんま(170g以下)――1～2匹	いわし(80g以下)――1～3匹
	きす(120g以下)――1～2匹
	小あじ(50g以下)――1～4匹
	塩さんま――1～2匹

4. でき上がったら、器に盛り付けます。

※予熱はしないでください。

こんなときは、ココットの【タイマー設定】をご利用ください

- リストに記載されていない魚を焼くとき
- 自動調理後、焼き足したいとき
- 厚みが３cmを超える魚を焼くとき



続けて焼くとき

ココットの中にたまった脂を必ずキッチンペーパーなどでふき取ってから、次の魚を焼いてください。

自動調理レシピ Cocotte

切身を焼いてみましょう

ココットモードで、切身を自動で焼き上げます。生のものや、漬け込んだものなど、多様な魚が楽しめるのも、切身の魅力です。

作り方

1. 下ごしらえした魚をココットに並べ、ふたをしてグリルに入れます。

1～2切

中央に寄せる

4切

身の厚い側を中央に寄せる

2. ●AC100V電源タイプ

を押して、【ココット 焼き魚】を選びます。

●乾電池タイプ

オート を押して、【ココット】を選び、▽ △ で【焼き魚】を選びます。

3. 魚の大きさや種類に合わせて − ＋ で【焼き加減】を選び、点火します。

■焼き加減の目安

焼き加減 ＜ 強め ＞	焼き加減 ＜ 標準 ＞	焼き加減 ＜ 弱め ＞
さば（骨付き） さわら（骨付き）	さけ、さば、さわら、ぶり、たい、甘だい 塩ざけ、塩さば	ぶりの照り焼き さば・かれいのみりん漬け さば・さわらのみそ漬け たい・赤魚のかす漬け

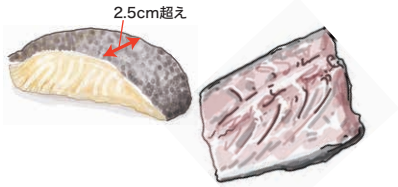
各切身の大きさの目安は80～100gです。

4. でき上がったら、器に盛り付けます。

※予熱はしないでください。

こんなときは、ココットの【タイマー設定】をご利用ください

- リストに記載されていない魚を焼くとき
- 自動調理後、焼き足したいとき
- 火が通りにくい厚みが2.5cmを超える切身、骨付きの厚めの切身を焼くとき



続けて焼くとき

ココットの中にたまった脂を必ずキッチンペーパーなどでふき取ってから、次の魚を焼いてください。

自動調理レシピ Cocotte

干物を焼いてみましょう

魚の旨味が凝縮された干物を、自動で焼き上げます。
ふっくらおいしい焼き上がりをお楽しみください。

作り方

1. 魚をココットに並べ、ふたをしてグリルに入れます。

中央に　身が重ならないように　重ならないように

2. ●AC100V電源タイプ

を押して、【ココット 焼き魚】を選びます。

●乾電池タイプ

オート を押して、【ココット】を選び、▽ △ で【焼き魚】を選びます。

3. 魚の大きさや種類に合わせて − ＋ で【焼き加減】を選び、点火します。

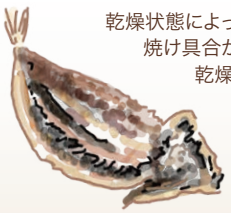
■焼き加減の目安

焼き加減 ＜ 標準 ＞	焼き加減 ＜ 弱め ＞
・ほっけのひらき ・あじのひらき ・ししゃも（大きめ）―5匹	・ししゃも（小さめ）―10匹 ・さんまのひらき ・かわはぎのみりん干し

4. でき上がったら、器に盛り付けます。

※予熱はしないでください。

乾燥している魚を焼くとき



乾燥状態によって、焼き色や焼け具合が変わります。乾燥しているほど焼けやすくなります。

こんなときは、ココットの【タイマー設定】をご利用ください

・リストに記載されていない魚を焼くとき
・自動調理後、焼き足したいとき

続けて焼くとき

ココットの中にたまった脂を必ずキッチンペーパーなどでふき取ってから、次の魚を焼いてください。

自動調理レシピ Cocotte

とりもも焼き

とりもも肉の余分な脂を落としながら、皮をパリッとおいしく焼き上げます。

調理時間の目安 30分　自動調理時間 17分

材料　2人分

とりもも肉 ―― 2枚（200g/枚）
塩 ―― 適量
こしょう ―― 適量

作り方

1. とりもも肉の厚い部分に切り込みを入れ、肉の厚さを均一にします。皮にフォークで穴をあけ、塩、こしょうをふります。

2. ココットにとりもも肉の皮が上になるように並べ、ふたをしてグリルに入れます。

3. オート を押して、**【ココット】**を選び、
▽ △ を押して、**【とりもも焼き】**を選び、
－ ＋ で**【焼き加減】**を選び、点火します。

4. でき上がったら、器に盛り付けます。

続けて焼くとき

ココットの中にたまった脂を必ずキッチンペーパーなどでふき取ってから、次の調理をしてください。

自動調理レシピ Cocotte

ハンバーグ

火の通り具合がわかりにくいハンバーグも、自動調理なら安心です。

調理時間の目安 50分　自動調理時間 17分

材料　4個分

A
- ひき肉（牛と豚の合挽き）―300g
- 塩―適量
- こしょう―適量
- ナツメグ―適量

たまねぎ―中1個（200g）

パン粉（乾燥）―2/3カップ（30g）

牛乳―大さじ3

卵―1個

<ソース>

焼き汁―大さじ2

B
- トマトケチャップ―大さじ3
- ウスターソース―小さじ1
- バター―大さじ1/2

作り方

1. ボウルにパン粉と牛乳を混ぜておき、溶き卵とみじん切りにしたたまねぎを加えて、さっくり混ぜます。

2. 1にAを加えて、さらに混ぜます。

肉が温まらないよう、指先を使って、軽やかに混ぜます。

3. 2を4等分して形を整え、中央にくぼみを付けます。

手の平に乗せてくぼませます。

4. ココットに3を並べ、ふたをしてグリルに入れます。

並べ方のコツ
できるだけ中央に寄せ
ハンバーグが重ならな
ように並べます。

5. オート を押して、【ココット】を選び、

▽ △ を押して、【ハンバーグ】を選び、

－ ＋ で【焼き加減】を選び、点火します。

6. でき上がったら、器に盛り付けます。

7. <ソース>別の鍋に調理後の焼き汁とBを入れ、コンロで煮詰めます。

8. 6に7のソースをかけます。

続けて焼くとき

ココットの中にたまった脂を必ずキッチンペーパーなどでふき取ってから、次の調理をしてください。

ソースの代わりに大根おろしを添えると、和風仕立てになります。

自動調理レシピ Cocotte

ステーキ

自動調理の絶妙な火加減で肉本来の味わいと旨味がお楽しみいただけます。仕上げにこだわれば色々な演出ができる基本のステーキレシピです。

調理時間の目安 25分　自動調理時間 16分

材料　2人分

- 牛サーロイン ―― 2枚（約250g/枚）
- 塩 ―― 適量
- 黒こしょう ―― 適量

<ソース>
- 焼き汁 ―― 適量
- ビーフコンソメスープ ―― 100ml（お湯にビーフコンソメの素を溶かしたもの）
- 赤ワイン ―― 大さじ1
- A
  - みりん ―― 大さじ1
  - しょうゆ ―― 少々
  - こしょう ―― 少々

作り方

1. 肉は調理前に、室温に戻しておきます。
焼く直前に牛サーロインの筋切りをし、
両面に塩、こしょうをふります。

包丁を入れて
筋を切ります。

2. ココットに**1**を並べ、
ふたをしてグリルに入れます。

並べ方のコツ
できるだけ中央に寄せ、
2枚のステーキが
重ならないように
並べます。

3. オート を押して、**【ココット】**を選び、

▽ △ を押して、**【ステーキ】**を選び、

－ ＋ で**【焼き加減】**を選び、点火します。

4. でき上がったら、器に盛り付けます。

5. <ソース>ボウルに調理後の焼き汁と
ビーフコンソメスープ、赤ワインを入れて
よく混ぜ、ざるにペーパーを敷きこします。

6. 別の鍋に**5**と**A**を入れ、味を調えてコンロで
煮詰めます。

7. **4**に**6**のソースをかけます。

続けて焼くとき

ココットの中にたまった脂を必ずキッチンペーパーなどでふき取ってから、次の調理をしてください。

あっさりとしたソースならこのまま大根おろしを添えます。
赤身などのあっさりしたお肉にはソースを煮詰めて、最後にバター（10g程度）を入れてよく混ぜ、かけます。

自動調理レシピ Cocotte

焼きもち

直火効果できれいに焼けます。ココットで焼くため、膨らみ過ぎてグリル庫内にくっつく心配がありません。

調理時間の目安 15分

自動調理時間 10分

材料 4個分

切りもち―4個（約50g/個）

作り方

1. ココットにアルミはくを敷きます。
2. 1に切りもちを並べ、ふたをしてグリルに入れます。

   並べ方のコツ
   切りもち同士がくっつかないように少し離して並べましょう。

3. オート を押して、【ココット】を選び、
   ▽△ を押して、【焼きもち】を選び、
   −＋ で【焼き加減】を選び、点火します。
4. でき上がったら、器に盛り付けます。

Cocotte

直火効果で冷めた揚げものを、サクッとおいしく！ ココットの【タイマー設定】であたため直し

ココット独自のウェーブ形状が余分な油をしっかり落とすので、油の摂り過ぎが心配な方にもおすすめです。

あたため方はとっても簡単！

1. 室温に戻しておいた揚げものを、イラストのようにココットの中に重ならないよう並べ、ふたをしてグリルに入れます。
2. オート を押して、【ココット】を選び、
   ▽△ を押して、【タイマー設定】を選び、
   −＋ で【加熱時間】を設定し、点火します。
3. でき上がったら、器に盛り付けます。

えび天	かきあげ	コロッケ	とんかつ
4尾	2個	4個	2枚
加熱 7～8分	加熱 6～7分	加熱 8～9分	加熱 9～10分

自動調理レシピ Cocotte Dutch oven

グラタン

ココットダッチオーブンに材料を入れ、メニューをセットするだけ！
マカロニを下ゆでしない手間要らずなので、忙しい時の一品にぜひ！

調理時間の目安 60分　自動調理時間 32分

材料　2〜4人分

- たまねぎ ―― 1/2個（125g）
- むきえび ―― 100g
- とりむね肉 ―― 80g
- マッシュルーム（水煮・スライス） ―― 50g
- マカロニ（3〜4分ゆでタイプ） ―― 120g
- ホワイトソース ―― 1缶（290g）
- 牛乳 ―― 250ml
- 塩 ―― 適量
- こしょう ―― 適量
- チーズ ―― 80g
- パン粉（乾燥） ―― 大さじ2（8g）

作り方

1. たまねぎは薄切り、とりむね肉は一口大に切ります。
むきえびは背わたを取ります。

背わたの取り方
竹串でひっかけて
引っ張り出します。

2. ボウルにホワイトソースと牛乳を入れ、ダマがなくなるまで混ぜ、塩、こしょうで味を調えます。
マカロニを入れ、
よく混ぜます。

3〜4分ゆでタイプの
マカロニはゆでずに
入れます。

3. 2に1とマッシュルームを入れ混ぜます。

4. ココットダッチオーブンに3を流し込みます。
その上にチーズとパン粉を
のせ、ふたをしてグリルに
入れます。

マカロニがソースから
出ていると、焼き上げたときに
固くなる場合があるため、
ソースに沈めます。

5. オート を押して、【ココットダッチオーブン】を選び、
▽△ を押して、【グラタン】を選び、
－＋ で【仕上がり】を選び、点火します。

6. でき上がったら、グリルから取り出します。

ゆで時間が3分未満のマカロニを使うと、
うまく調理できない場合があります。

マカロニの調理ポイント

ゆで時間が4分より長いマカロニを使う場合は、パッケージに記載された時間通りに下ゆでをしてからお使いください。

とろみが足りない場合

作り方2で生クリーム100mlを追加してください。
ただし、焼き色が付きにくくなります。

自動調理レシピ Cocotte Dutch oven

肉じゃが

煮込み料理はココットダッチオーブンの得意分野。煮汁がしっかり染み込んだホクホクの肉じゃがを、自動調理でご堪能いただけます。

調理時間の目安 75分　自動調理時間 45分

材料　4人分

牛薄切り肉	150g	
じゃがいも	3個（300g）	
たまねぎ	1個（250g）	
にんじん	1/2本（100g）	
A 水	300ml	
A しょうゆ	大さじ4	
A 酒	大さじ3	
A 砂糖	大さじ2	
A みりん	大さじ1	

作り方

1. 牛薄切り肉は一口大に切ります。
じゃがいもは4等分に、たまねぎはくし形に、
にんじんは一口大の乱切りにします。

2. Aは混ぜ合わせておきます。

3. ココットダッチオーブンに1を混ぜ合わせて入れます。
Aを入れ、ふたをしてグリルに入れます。

調味料は全体にまんべんなくかけます。

牛肉は汁の中に
牛肉はかたまりやすいのでほぐしてから、汁の中に沈めます。牛肉が汁から出ていると、固くなることがあります。

4. オート を押して、【ココットダッチオーブン】を選び、
▽ △ を押して、【肉じゃが】を選び、点火します。

5. でき上がったら、器に盛り付けます。

じゃがいもが大きい場合
大きめに切ったじゃがいもは、ふちの方に入れると火通りがよくなります。

別ゆでしたいんげんを添えても、彩り良く仕上がります。

自動調理レシピ Cocotte Dutch oven

ポトフ

素材を入れてセットするだけ！シンプルに素材の味が引き立つ煮込み料理です。

調理時間の目安 75分　自動調理時間 45分

材料　4人分

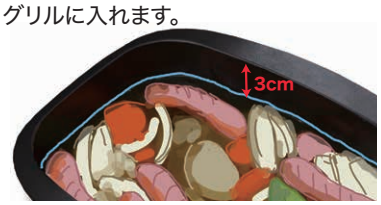
じゃがいも	2個（200g）
たまねぎ	1個（250g）
にんじん	中1本（150g）
ウィンナー	8本
コンソメ	2個（10g）
水	600ml
ローリエ	1枚

作り方

1. じゃがいもは4等分に、たまねぎはくし形に、にんじんは一口大の乱切りにします。ウィンナーは切り込みを入れます。

ハーブまたは別ゆでしたブロッコリーを添えても、彩り良く仕上がります。

2. ココットダッチオーブンにすべての材料を入れ、ふたをしてグリルに入れます。



水面の高さを調整

ココットダッチオーブンの上から3cm下が水面になるように、水の量を調整しましょう。

3. オート を押して、**【ココットダッチオーブン】**を選び、

▽ △ を押して、**【ポトフ】**を選び、点火します。

4. でき上がったら、器に盛り付けます。

自動調理レシピ Cocotte Dutch oven

蒸し野菜 根菜

食物繊維が豊富な硬い根菜も、ココットダッチオーブンなら芯までほっくり蒸しあがります。素材から引き出される自然な甘みをお楽しみください。

調理時間の目安 70分　自動調理時間 25分

材料

2～4人分

にんじん	1/2本(100g)
さつまいも	1本(180g)
れんこん	100g
じゃがいも	1個(100g)
かぼちゃ	130g
水	50ml

ココットダッチオーブンにオーブン内網を入れて調理します。

作り方

1. にんじん、さつまいも、れんこん、かぼちゃは厚さ1cm程度に、じゃがいもは4等分に切ります。
切ったさつまいもとじゃがいもは水に、れんこんは酢水に浸しておきます。

2. ココットダッチオーブンにオーブン内網を入れ、水を入れます。
1の材料を入れ、ふたをしてグリルに入れます。

3. オート を押して、【ココットダッチオーブン】を選び、
▽ △ を押して、【蒸し野菜】を選び、
－ ＋ で【根菜】を選び、点火します。

4. でき上がったら、器に盛り付けます。

材料の並べ方

野菜が大きいとふたに近くなり、焦げる場合があるので、斜めにずらして入れます。

まずは何も付けずに素材の味をお楽しみください。

自動調理レシピ Cocotte Dutch oven

蒸し野菜 葉・茎野菜

葉物や皮の薄い野菜も、ゆでずに蒸すことができます。手軽にたっぷり、野菜の栄養を取りたい方におすすめのレシピです。

調理時間の目安 45分　自動調理時間 15分

材料

2～4人分

キャベツ	120g
ブロッコリー	4房（80g）
グリーンアスパラガス	2本（35g）
パプリカ	1/2個（70g）
さやいんげん	4本（15g）
水	50ml

ココットダッチオーブンにオーブン内網を入れて調理します。

作り方

1. キャベツは芯を取り、幅4cm程度の角切りにします。グリーンアスパラガスは根元の硬い部分を少し切り落とし、硬い皮をむいてから、半分の長さに切ります。パプリカは4等分に切り、さやいんげんはヘタを切り落とします。

ピーラーを使うと力を入れず、簡単にむけます。

2. ココットダッチオーブンにオーブン内網を入れ、水を入れます。
1の材料とブロッコリーを入れ、ふたをしてグリルに入れます。

3. オート を押して、**【ココットダッチオーブン】**を選び、
▽△ を押して、**【蒸し野菜】**を選び、
－＋ で**【葉茎菜】**を選び、点火します。

4. でき上がったら、器に盛り付けます。

材料の並べ方

ブロッコリーの色が気になる場合は下向きに入れます。
キャベツは容器に触れると、変色する場合があります。

塩やみそを添えたり、
アボカドディップやサワークリームを
添えて、お召し上がりください。

自動調理レシピ Cocotte Dutch oven

パウンドケーキ

手作りおやつを楽しみましょう！同量の素材を混ぜて自動調理で焼くだけ。
基本を押さえたパウンドケーキが簡単に作れます。

調理時間の目安 120分　自動調理時間 26分

材料

8人分

無塩バター	150g
砂糖	150g
卵（Mサイズ）	3個
A 薄力粉	150g
A ベーキングパウダー	小さじ1/2（2g）

作り方

1. 無塩バター、卵は室温に戻し、Aは一緒にふるっておきます。ココットダッチオーブンにオーブンシートを敷き込んでおきます。

2. ボウルに無塩バターを入れて泡立て器でクリーム状にし、砂糖を2～3回に分けて加え、白っぽくなるまでよく混ぜます。

3. 卵を溶きほぐし、2に5～6回に分けて加え、さらによく混ぜます。

4. 3にふるっておいたAを入れ、ゴムべらで切るように混ぜます。ココットダッチオーブンに生地を流し入れ平らにします。ふたをしてグリルに入れます。

生地の表面を平らにする
布巾を敷いた台の上で、3cm位の高さから数回垂直に落とし、空気を抜きながら表面を平らにします。

5. オート を押して、【ココットダッチオーブン】を選び、
▽ △ を押して、【パウンドケーキ】を選び、
－ ＋ で【仕上がり】を選び、点火します。

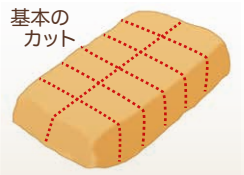
6. でき上がったら、ココットダッチオーブンからオーブンシートごと取り出します。オーブン内網にのせ、冷まします。

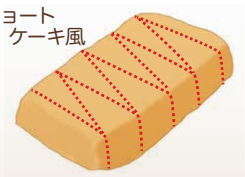
7. 好みの大きさに切り分け、器に盛り付けます。

お好みでホイップクリームやラズベリー、ミントを添えてお召し上がりください。

パウンドケーキをカットする

カットの仕方で、仕上がりの雰囲気が大きく変わります。

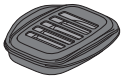




コラム

なぜ、おいしい？ ココットとココットダッチオーブン料理

グリルの熱を効率よく利用するココットとココットダッチオーブン。
おいしく焼きあがる秘密をご紹介します。



ココット 焼きもの料理が得意です！

焼き魚やノンフライ調理、串焼き、ステーキなど直火を活かした焼きもの調理がココットの得意分野です。

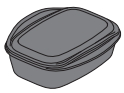
おいしさの秘密その１ 直火を通す、ふたの開口スリット

グリルには、遠赤外線効果の高いセラミックバーナーを搭載しています。
ココットの特徴でもあるふたの**開口スリット**からセラミックバーナーの直火が入り、こんがりおいしい焼き色がつきます。

外はパリッ、
中身はふっくら
おいしく
仕上がります。

おいしさの秘密その２ こだわり設計のウェーブ形状

ココットのふたを開くとたくさんの溝が連なっています。これをウェーブ形状といいます。
配置や高さにこだわり、余分な脂が落ちても調理中の食材につかないよう設計されています。
魚や肉はもちろん、ノンフライ料理もベタつかずパリッと仕上げます。
また、食材に触れる面が少ないのでくっつきにくく、取り出しやすいのも魅力です。
ココット調理は、焼きものの仕上がりにこだわる方に、特におすすめです。



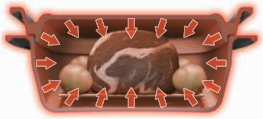
ココットダッチオーブン

煮込み料理や蒸し焼き料理、パンやケーキ作りが得意です！

食材を均等に加熱し、余熱でじっくり火を通す。内側からおいしさを引き出すのが一番の得意分野です。

おいしさの秘密 ゆっくり食材に熱を入れる

ココットダッチオーブンは、食材の外から芯へ、熱をゆっくり入れていくのが特徴です。これは“容器を通すこと”によって、グリルの熱を均等に食材に伝えることができるからです。
特に、加熱することで甘くなるにんじんやさつまいもなどは、より素材の甘みが引き出され、ほっくりとした自然の甘さに仕上がります。
塊肉などの料理も、じっくり火が通ることでやわらかく仕上がります。



また、食材の水分と少量の水で蒸し料理が簡単にできます。
蒸し料理は、旨みを引き出し、ギュッと内側に閉じ込めるので、食材本来の味を存分に楽しめます。
ココットダッチオーブンは、素材の持ち味を引き出す料理に特におすすめです。

scene2

忙しい時も“おいしい”は大事！さっと作れる、お手軽レシピ

お手軽レシピ Cocotte

直火で焼いた アスパラの肉巻き

アスパラを丸ごと肉巻きにした豪快さが魅力です。
見た目も食べ応えも立派で、お手軽に作れる一品です。

調理時間の目安 35分　　Cocotte 加熱時間 12分

材料　2〜3人分

- グリーンアスパラガス ―― 6本
- 豚バラ薄切り肉 ―― 6枚
- 塩 ―― 適量
- こしょう ―― 適量

作り方

1. グリーンアスパラガスは根元の硬い部分を少し切り落とし、硬い皮を取り除きます。

ピーラーを使うと力を入れず、簡単にむけます。

2. 豚バラ肉を重ならないように広げて塩、こしょうをふります。グリーンアスパラガスを芯にして、豚バラ肉を巻き付けます。

3. ココットに**2**を並べ、ふたをしてグリルに入れます。

並べ方のコツ
中央に寄せて並べます。

4. オート を押して、**【ココット】**を選び、
▽ △ を押して、**【タイマー設定】**を選び、
− ＋ でタイマーを**【12分】**に設定し、点火します。

5. でき上がったら、器に盛り付けます。

お手軽レシピ Cocotte

鶏ひき肉のつくね焼き

直火調理が得意なココットで手作りのつくねを焼き上げます。
細かく刻んだ素材の味が、香ばしく引き出されるレシピです。

調理時間の目安 75分　　Cocotte 加熱時間 12分

材料　2人分

とりひき肉	300g
卵	1/2個
しいたけ	2枚
にんじん	30g
しょうが	10g
片栗粉	大さじ2
A しょうゆ	小さじ2
A 砂糖	小さじ2
A 酒	小さじ2
A 塩	少々
大根おろし	100g

作り方

1. しいたけ、にんじん、しょうがは千切りにし、片栗粉をまぶしておきます。

2. ボウルにとりひき肉、卵、Aを入れてよく混ぜ、1を加えてさっと混ぜ合わせます。
6等分にして長さ9cm程度の俵型に整えます。

手にくっつかないよう少量の油を付けてから俵型に整えましょう。

3. 2をココットに並べ、ふたをしてグリルに入れます。

並べ方のコツ
ココットの端から少し離して、つくね同士がくっつかないように並べます。

4. オート を押して、【ココット】を選び、
▽ △ を押して、【タイマー設定】を選び、
− ＋ でタイマーを【12分】に設定し、点火します。

5. でき上がったら、器に盛り付け、大根おろしを添えます。

お好みで赤たまねぎのスライスを添えて、お召し上がりください。

赤たまねぎのスライス
薄くスライスして、氷水にさらし、辛味を取ります。

お手軽レシピ Cocotte

薬味たっぷり 京揚げ焼き

京揚げと相性の良い薬味を詰めて直火でこんがり焼き上げます。
ちょっとしたおつまみとしても楽しめる、大人の一品です。

調理時間の目安 40分　　Cocotte 加熱時間 10分

材料　2人分

京揚げ	2枚
ねぎ	1本
しょうが	1片
みょうが	2個
ゆず	1/8個
A 合わせみそ	大さじ2
A みりん	大さじ1
A 花かつお	5g

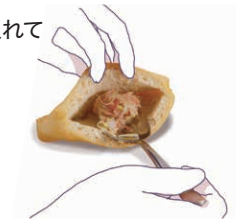
作り方

1. ねぎは斜め切りに、しょうが、みょうが、ゆずは千切りにします。

2. ボウルにAと1を入れ、よく混ぜ合わせます。

3. 京揚げの1辺に切れ目を入れて2を詰め、形を整えます。

   詰め物を入れ過ぎないように形よく入れましょう。



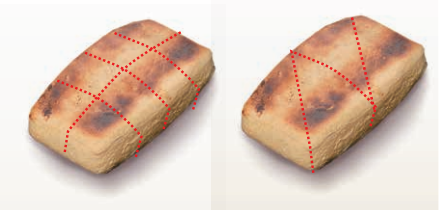
4. ココットに3を並べ、ふたをしてグリルに入れます。

   並べ方のコツ
   京揚げ同士がくっつかないように並べます。

5. オート を押して、【ココット】を選び、
   ▽ △ を押して、【タイマー設定】を選び、
   − ＋ でタイマーを【10分】に設定し、点火します。

6. でき上がったら、食べやすい大きさに京揚げを切り、器に盛り付けます。

京揚げの切り方



カットの仕方を工夫すると、品よく見せたり、カジュアルなおつまみに見せたり、色々な仕上がりを演出できます。

お手軽レシピ Cocotte

辛子醤油仕込みの かじき磯辺パン粉焼き

からし醤油で下味を付けたかじきと、もみのりの香りが食欲を刺激します。洋食にも和食にも、酒の肴にも合うレシピです。

調理時間の目安 75分　　Cocotte 加熱時間 12分

材料　4人分

かじき―― 4切(約80g/切)

A
- しょうゆ――― 大さじ3
- 練りからし―― 小さじ2

薄力粉 ――――― 適量

卵 ――――――― 1個

B
- 炒りパン粉*1―1カップ(45g)
- 焼きのり――― 1枚

サラダ油――――― 適量

*1 炒りパン粉の作り方はP.47を参照ください。

作り方

1. かじきは塩(分量外)をふって10分程度おき、水気を取ります。

水気の切り方
キッチンペーパーではさんで、水気をふき取ります。

2. Aを混ぜて1のかじきにまぶし、下味を付けます。焼きのりは手でもんで、もみのりにし、炒りパン粉と混ぜておきます。

バットの中で混ぜたAをかじきの両面にまぶして下味を付けます。

3. キッチンペーパーで2のかじきの水気をふき取り、薄力粉、溶き卵、混ぜ合わせたBの順に衣を付け、手で軽くおさえます。

4. スプーンやオイルスプレーを使い、3の上面にサラダ油をかけます。

5. ココットに4を並べ、ふたをしてグリルに入れます。

6. オート を押して、【ココット】を選び、

▽△ を押して、【タイマー設定】を選び、

－＋ でタイマーを【12分】に設定し、点火します。

7. でき上がったら、器に盛り付けます。

お手軽レシピ Cocotte

いわしの白ごま焼き

焼けたごまの香ばしさがたまらない、いわしの白ごま焼き。
冷めてもおいしくいただけるので、お弁当のおかずにも使えます。

調理時間の目安 65分　加熱/余熱 12分/1分

材料　2人分

いわし ――4匹（約70g/匹）
（頭と腹を取ったもの）

A
- 酒 ―――― 大さじ1
- しょうゆ ―――― 大さじ1
- おろししょうが ―1片分

薄力粉 ―――― 適量
卵 ―――― 1個
すりごま（白）―――― 60g

作り方

1. いわしは水洗いをし、キッチンペーパーで水気を取ります。

2. いわしの腹に切れ目を2・3本入れ、塩（分量外）をふって10分程度おき、水気を取ります。

水気の切り方
いわしの皮は薄いので、キッチンペーパーにはさんで、優しく水気をふき取ります。

3. Aに2を10分程度漬け込みます。

4. キッチンペーパーで3の水気をふき取り、薄力粉、溶き卵、すりごまの順に衣を付け、手で軽くおさえます。

5. ココットに4を並べ、ふたをしてグリルに入れます。

並べ方のコツ
焦げやすい尾を端に、互い違いに並べます。

6. オート を押して、【ココット】を選び、
▽ △ を押して、【タイマー設定】を選び、
－ ＋ でタイマーを【12分】に設定し、点火します。

7. 消火後は、そのままグリルの中で【1分】休ませます。（余熱）

8. でき上がったら、器に盛り付けます。

お好みで甘酢みょうがを
添えて、お召し上がりください。

お手軽レシピ Cocotte

ノンフライ調理の ささみカツ

梅肉の酸味とチーズのコクのある風味が、あっさりとした肉質のささみに良く合います。健康を気遣う方におすすめのレシピです。

調理時間の目安 75分　　Cocotte 加熱時間 12分

材料　2人分

- とりささみ――4本(約50g/本)
- 薄力粉――適量
- 梅干し――2個
- スライスチーズ――2枚
- A
  - 薄力粉――大さじ4
  - 卵――1/2個
  - 水――大さじ2
- 炒りパン粉*1――1カップ(45g)

*1 炒りパン粉の作り方はP.47を参照ください。

作り方

1. 梅干しは種を取り除いてたたきます。
スライスチーズは縦に4等分します。

2. とりささみは筋を取り、縦半分に切り込みを入れてひらき、包丁の背で軽くたたきます。

筋を引っ張りながら、筋の横に切り込みを入れていきます。

包丁の腹で身をおさえ筋だけ引き抜きます。

縦に切り込みを入れ、ひらきます。肉厚なささみは火通りを均一にするため、軽くたたいて平らにします。

3. ひらいた面に薄く薄力粉をまぶし、**1**の梅干しとささみの大きさに合わせたチーズをはさみ込んで身を閉じます。

4. 混ぜ合わせた**A**に**3**をくぐらせ、炒りパン粉を付けて手で軽くおさえます。

5. ココットに**4**を並べ、ふたをしてグリルに入れます。

並べ方のコツ
中央に寄せながら交互にずらし、重ならないように並べます。

6. オート を押して、**【ココット】**を選び、
▽△ を押して、**【タイマー設定】**を選び、
－＋ でタイマーを**【12分】**に設定し、点火します。

7. でき上がったら、器に盛り付けます。

お手軽レシピ Cocotte

ヘルシーメンチカツ

定番のメンチカツもココットなら少量の油で調理でき、とてもヘルシーです。

調理時間の目安 90分　加熱/余熱 12分/2分

材料　4人分

- ひき肉（牛と豚の合挽き） 320g
- たまねぎ 150g
- マッシュルーム 4個
- A
  - こしょう 少々
  - ナツメグ 少々
  - 塩 小さじ1
- 薄力粉 適量
- 卵 1個
- 炒りパン粉*1 1カップ(45g)
- サラダ油 適量

*1 炒りパン粉の作り方はP.47を参照ください。

作り方

1. たまねぎ、マッシュルームはみじん切りにし、炒めて冷ましておきます。

2. ボウルにひき肉とAを入れてよく混ぜ、1を入れて軽く混ぜたら、4等分にして小判形に整えます。

   手にくっつかないよう少量の油を付けてから、小判形に整えましょう。

3. 2に薄力粉、溶き卵、炒りパン粉の順に衣を付け、手で軽くおさえます。

4. スプーンやオイルスプレーを使い、3の上面にサラダ油をかけます。

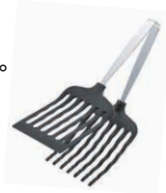
5. ココットに4を並べ、ふたをしてグリルに入れます。

   並べ方のコツ
   中央に寄せながらくっつかないように並べます。

6. オート を押して、【ココット】を選び、
   ▽ △ を押して、【タイマー設定】を選び、
   − ＋ でタイマーを【12分】に設定し、点火します。

7. 消火後は、そのままグリルの中で【2分】休ませます。(余熱)

8. でき上がったら、器に盛り付けます。



お好みで練りからしとウスターソースなどを付けて、お召し上がりください。

お手軽レシピ Cocotte Dutch oven

じんわり味染み込む さばのみそ煮

おかずの王道さばのみそ煮。しっかりと味が染み込んだ、
やわらかなさばの味わいを、お手軽に実現できるのが魅力です。

調理時間の目安 45分　Cocotte Dutch oven 加熱/余熱 15分/10分

材料　4人分

さば ―― 4切（約100g/切）
しょうが ―― 15g

A
- 酒 ―― 100ml
- 水 ―― 50ml
- みそ ―― 大さじ4
- 砂糖 ―― 大さじ2
- みりん ―― 大さじ1

作り方

1. さばの皮に切り込みを入れます。
しょうがは皮をむいて薄切りにし、Aは混ぜ合わせておきます。

味が染み込むように、切り込みを入れます。

2. ココットダッチオーブンにしょうが、さば、合わせたAの順に入れます。
ふたをしてグリルに入れます。

3. オート を押して、【ココットダッチオーブン】を選び、
▽ △ を押して、【タイマー設定】を選び、
－ ＋ でタイマーを【15分】に設定し、点火します。

4. 消火後は、そのままグリルの中で【10分】休ませます。（余熱）

5. でき上がったら、器に盛り付けます。

さばの皮の上にしょうががのっていると、くっつく場合があります。

お好みでみそ煮と相性の良い針しょうがとさっとゆでた絹さやを添えて、お召し上がりください。
＊針しょうが…針のように細く切ったしょうが

お手軽レシピ Cocotte Dutch oven

グリルでほっこり 筑前煮

下ごしらえまで済ませたら、あとはグリルに任せましょう。
ほっこり優しい味の筑前煮は、心が和むおいしさです。

調理時間の目安 85分　Cocotte Dutch oven 加熱/余熱 25分/15分

材料　4人分

- とりもも肉 ―― 200g
- にんじん ―― 中1本（150g）
- ごぼう ―― 100g
- れんこん ―― 150g
- たけのこ（水煮）―― 150g
- 干ししいたけ（もどす）―― 5枚（40g）

A
- だし汁 ―― 300ml
- 砂糖 ―― 大さじ5
- しょうゆ ―― 大さじ5
- 酒 ―― 大さじ2

作り方

1. にんじん、ごぼう、れんこん、たけのこは一口大の乱切り、干ししいたけはいちょう切りにします。
とりもも肉は一口大に切ります。
Aは混ぜ合わせておきます。

火通りが均一になるよう、大きさを揃えて切ります。

2. ココットダッチオーブンに1の材料を混ぜ合わせて入れます。合わせたAを入れ、ふたをしてグリルに入れます。

片寄らないように入れます。

3. オート を押して、【ココットダッチオーブン】を選び、
▽ △ を押して、【タイマー設定】を選び、
－ ＋ でタイマーを【25分】に設定し、点火します。

4. 消火後は、そのままグリルの中で【15分】休ませます。（余熱）

5. でき上がったら、器に盛り付けます。

余熱終了後、一度全体を混ぜると、味がなじみます。

お好みで彩りにさっとゆでた絹さやを添えて、
お召し上がりください。

お手軽レシピ Cocotte Dutch oven

エビチリ

下ごしらえした材料をココットダッチオーブンに入れ、スイッチを押すだけ! 驚くほど簡単にできます。

調理時間の目安 60分　Cocotte Dutch oven 加熱/余熱 12分/5分

材料　2〜4人分

- 無頭えび ―― 16尾(300g)
- 片栗粉 ―― 大さじ1
- 長ねぎ ―― 30g

A
- 水 ―― 100ml
- トマトケチャップ ―― 大さじ4
- 砂糖 ―― 大さじ2
- 酒 ―― 大さじ2
- とりがらスープの素 ―― 小さじ1
- 豆板醤 ―― 小さじ1
- 塩 ―― 小さじ1/2
- 片栗粉 ―― 大さじ1/2
- にんにく ―― 5g
- しょうが ―― 5g

作り方

1. えびは尾を残して殻をむき、背に切り込みを入れ、背わたを取り除きます。

まな板の上で横向きにえびを押さえて,切り込みを入れます。　指で引っ張って背わたを取ります。

2. 1を軽く洗って、キッチンペーパーで水気をふき取り、片栗粉(大さじ1)をまぶしておきます。

3. 長ねぎ、Aのにんにく、しょうがをみじん切りにしておきます。

4. Aは混ぜ合わせておきます。

5. ココットダッチオーブンに2を入れ、長ねぎのみじん切りをのせ、合わせたAを上にかけます。ふたをしてグリルに入れます。

並べ方のコツ
えびは重ねず、全体に並べます。

6. オート を押して、【ココットダッチオーブン】を選び、

▽ △ を押して、【タイマー設定】を選び、

− ＋ でタイマーを【12分】に設定し、点火します。

7. 消火後は、そのままグリルの中で【5分】休ませます。(余熱)

8. でき上がったら、器に盛り付けます。

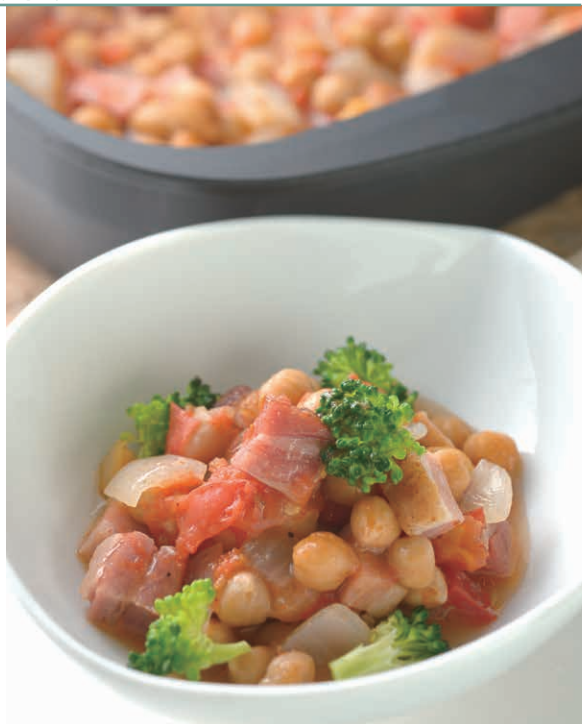
お好みでゆでたチンゲン菜を添えて、お召し上がりください。

お手軽レシピ Cocotte Dutch oven

厚切りベーコンとひよこ豆の煮込み

カレーのスパイス・クミンと相性の良い厚切りベーコンとひよこ豆を使った、食欲を刺激するエスニック風味の煮込みです。

調理時間の目安 60分　Cocotte Dutch oven 加熱/余熱 20分/10分



材料　4〜6人分

- 厚切りベーコン ―― 150g
- たまねぎ ―― 1個（200g）
- トマト ―― 2個（300g）
- ひよこ豆（水煮・缶詰） ―― 300g
- A
  - バター ―― 10g
  - コンソメの素 ―― 5g
  - クミンシード ―― 2g
  - 塩 ―― 2g
  - こしょう ―― 少々

作り方

1. 厚切りベーコン、たまねぎ、トマトは角切りにします。

火通りが均一になるよう大きさを揃えて切ります。

2. ココットダッチオーブンに1と水気を切ったひよこ豆、Aを入れて軽く混ぜ、ふたをしてグリルに入れます。

3. オート を押して、【ココットダッチオーブン】を選び、

▽ △ を押して、【タイマー設定】を選び、

− ＋ でタイマーを【20分】に設定し、点火します。

4. 消火後は、そのままグリルの中で【10分】休ませます。（余熱）

5. でき上がったら、器に盛り付けます。

お好みでゆでたブロッコリーを添えて、お召し上がりください。

クミンの香り

クミンの香りや味は種よりもパウダーの方がエスニック感が強くでます。
レシピのクミンシード（種）を使うと、やわらかいエスニック風に仕上げられます。
強めの風味がお好みの方はクミンパウダーをお試しください。

お手軽レシピ Cocotte Dutch oven

たらのトマト煮

白身魚のたらを完熟トマトとフレッシュバジルで煮込んだ爽やかなレシピです。トマトの赤色が、華やかな食卓を演出します。

調理時間の目安 50分　Cocotte Dutch oven 加熱/余熱 15分/5分

材料　4人分

- たら ―― 4切（約60g/切）
- 塩 ―― 少々
- こしょう ―― 少々
- トマト（完熟） ―― 2個
- たまねぎ ―― 100g
- にんにく ―― 1片（5g）
- フレッシュバジル ―― 2枝
- オリーブオイル ―― 50ml

A
- コンソメの素 ―― 5g
- 塩 ―― 2g
- 砂糖 ―― 2g
- こしょう ―― 少々

作り方

1. たらに塩（分量外）をふって10分程度おき、キッチンペーパーで水気を取ります。

2. 1のたらに塩、こしょうをしておきます。

3. トマトは角切り、たまねぎとにんにくはみじん切りにします。

4. ココットダッチオーブンに2のたらの皮を下にして並べます。

5. その上に3とフレッシュバジル、Aを入れてオリーブオイルをかけ、ふたをしてグリルに入れます。

バジルが一箇所に片寄らないよう、全体に散らしましょう。

6. オート を押して、【ココットダッチオーブン】を選び、▽△ を押して、【タイマー設定】を選び、－＋ でタイマーを【15分】に設定し、点火します。

7. 消火後は、そのままグリルの中で【5分】休ませます。（余熱）

8. でき上がったら、器に盛り付けます。

お好みでフレッシュバジルを添えて、お召し上がりください。彩りが目にもおいしく映ります。

お手軽レシピ Cocotte Dutch oven

気分はイタリアン！ なすのラザニア風

なすと相性の良いホワイトソースとミートソースでラザニア風に仕上げました。よく冷えた白ワインと太陽が似合うレシピです。

調理時間の目安 60分　Cocotte Dutch oven 加熱/余熱 15分/5分

材料　4人分

- なす ―― 3本
- 牛乳 ―― 約300ml
- ベーコン ―― 120g
- マッシュルーム（水煮・スライス） ―― 100g
- ミートソース（缶詰） ―― 約300g
- ホワイトソース（缶詰） ―― 約300g
- ピザ用チーズ ―― 80g

作り方

1. なすは皮をむいて厚さ1cmの斜め切りにし、牛乳に10分程度浸しておきます。

なすのアクを取るため、牛乳に浸します。アクを取った牛乳は使いません。

2. ココットダッチオーブンにミートソースの3分の1量を敷き、それぞれ半量のなすとベーコン、マッシュルームを散らします。

3. 続けて残りのミートソースの半量を敷き、ホワイトソースの半量を重ね入れます。

4. さらに、残りのなす、ベーコン、マッシュルームを散らし、残りのミートソースとホワイトソースをかけて、チーズをまんべんなくかけ、ふたをしてグリルに入れます。

5. オート を押して、【ココットダッチオーブン】を選び、▽△ を押して、【タイマー設定】を選び、－＋ でタイマーを【15分】に設定し、点火します。

6. 消火後は、そのままグリルの中で【5分】休ませます。（余熱）

7. でき上がったら、グリルから取り出します。

お好みでパセリのみじん切りを散らします。

コラム

おいしさの決め手、調味料のお話

料理の名脇役、調味料。調味料の役割は、ただ単に味を調えるだけではありません。
その特性や使いどころを上手に利用すると、ひと味違う料理が楽しめます。

例えば塩一つとっても、辛さが際立っていたり、まろやかな辛さだったりと、原料や製造法の違いでいろいろな味があり、どれを選んでいいのか迷うところです。
そんな時は、まず味見をしてみましょう。そして、「おいしい！」と思うものを使ってみることから始めましょう。
自分好みのおいしい調味料で料理すれば、おいしいものができること間違いなしです。

■調味料の基本は足し算

調味料を加える基本は足し算です。
足し算する順番を少し気にかけるだけで、おいしさはグンっと変わります。

酒は料理の最初に

酒は肉や魚の臭みを取りやわらかくするので、料理の最初に入れます。

砂糖は塩より先に

塩には食材を締めるはたらきがあるので、塩の後に砂糖を加えても甘味が浸透しにくく、塩味がたってしまいます。

しょうゆとみそは料理の最後に

しょうゆやみそは風味を楽しむものです。最後に加えることで香りが活きてきます。

■ちょっとだけ、応用してみませんか?

塩やこしょうにもちょっとだけこだわって、実際のレシピで応用してみましょう！

海水塩と岩塩

海水塩

海水が原料の塩

魚介の味を引き立たせるので、魚介の料理におすすめです。

P.11 魚の姿焼
P.55 ぶりの一夜干し
など

岩塩

昔、海だったところが陸地になり結晶化した塩

肉の味を引き立たせるので、肉料理におすすめです。

P.15 ハンバーグ
P.16 ステーキ
P.46 ミラノ風カツレツ
P.51 ミートローフ
など

黒こしょうと白こしょう

黒こしょう

辛味、香りが強く肉の臭みを消すため肉料理におすすめです。

P.16 ステーキ
P.26 アスパラの肉巻き
P.32 メンチカツ
P.46 ミラノ風カツレツ
P.51 ミートローフ
など

白こしょう

上品な香りで淡泊な素材や淡い色の料理に合います。
魚料理におすすめです。

P.18 グラタン
P.37 たらのトマト煮
P.41 えびのガーリック焼き
P.42 するめいかの香草ナッツパン粉焼き
P.45 かにみそのドリア
など

scene3

時間がある日は
こだわり活かせる、ひと手間レシピ

ひと手間レシピ Cocotte

えびのガーリック焼き

白ワインとオリーブオイルで仕上げたえびのガーリック焼きは、人が集まる賑やかなひとときにもおすすめの一品です。

調理時間の目安 30分　　加熱時間 10分

材料　4人分

- えび ―― 16尾（350g）
- 塩 ―― 5g
- にんにく ―― 1片（5g）
- A
  - 塩 ―― 少々
  - こしょう ―― 少々
  - オリーブオイル ―― 大さじ1
  - 白ワイン ―― 大さじ1

作り方

1. えびは頭からはさみを入れ、背側の殻を切ってひらき、指でつまんで背わたを取ります。

さらに、くさみを取るため、塩でもみ洗いし、キッチンペーパーで水気をふき取ります。

2. ボウルに1のえびと薄切りにしたにんにく、Aを入れ、よく混ぜます。

3. ココットに2を並べ、ふたをしてグリルに入れます。

並べ方のコツ
えびが重ならないように並べます。
にんにくはえびの上に並べます。

4. オート を押して、【ココット】を選び、

▽ △ を押して、【タイマー設定】を選び、

－ ＋ でタイマーを【10分】に設定し、点火します。

5. でき上がったら、器に盛り付けます。

お好みでパセリのみじん切りをふって、レモンを添えて、お召し上がりください。

ひと手間レシピ Cocotte

するめいかの香草ナッツパン粉焼き

ハーブとナッツを効かせた、香ばしさいっぱいの衣で焼き上げます。
おつまみに最高の一品です。

調理時間の目安 75分　　加熱時間 12分

材料　4人分

- するめいか ―― 1杯
- 塩 ―― 少々
- こしょう ―― 少々
- ハーブ ―― 大さじ2（イタリアンパセリなど、ドライでも可）
- ナッツ ―― 大さじ2（アーモンドなど）
- 薄力粉 ―― 適量
- 卵 ―― 1個
- 炒りパン粉*1 ―― 1カップ（45g）
- サラダ油 ―― 適量

*1 炒りパン粉の作り方はP.47を参照ください。

作り方

1. いかの胴体と足を手でつかんで離します。

胴体の骨やワタを取って洗い、皮目には切れ目を入れ、1cm幅の輪切りにします。

取り出した肝と足は目の下で切り離します。
足は2～3本ずつ切ります。
キッチンペーパーでいかの水気をふき取り、塩、こしょうをします。

2. ハーブはみじん切り、ナッツは粗く刻み、炒りパン粉と混ぜます。

3. 1に薄力粉、溶き卵、2のパン粉の順に衣を付け、手で軽くおさえます。

4. スプーンやオイルスプレーを使い、3の上面にサラダ油をかけます。

5. ココットに4を並べ、ふたをしてグリルに入れます。

並べ方のコツ
重ならないように並べます。

6. オート を押して、【ココット】を選び、
▽ △ を押して、【タイマー設定】を選び、
－ ＋ でタイマーを【12分】に設定し、点火します。

7. でき上がったら、器に盛り付けます。

お好みでハーブ、レモンを添えて、お召し上がりください。

ひと手間レシピ Cocotte

鶏むね肉の梅しそ焼き

あっさりとしたとりむね肉を、梅しそ風味で蒸し焼きにしました。程よい酸味が味わえる大人のレシピです。

調理時間の目安 30分　加熱時間 10分

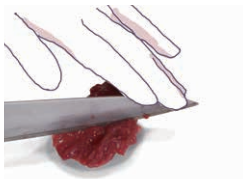
材料　2人分

- とりむね肉 ―― 280g
- 塩 ―― 少々
- 酒 ―― 少々
- しいたけ ―― 4枚
- A 梅干し ―― 2個
- A しその葉 ―― 4枚
- A みりん ―― 小さじ2

作り方

1. とりむね肉はそぎ切りにし、表面に切れ目を入れ、塩と酒をふります。

2. しいたけは軸を取り、大きいものは半分に切ります。Aの梅干しは身をたたき、しその葉は千切りにし、みりんと混ぜ合わせます。



梅干しのたたき方

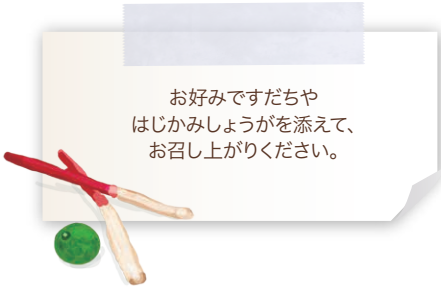
3. 1と2を混ぜ合わせ、ココットにとりのむね肉を中央、しいたけを周りに並べます。ふたをしてグリルに入れます。

4. オート を押して、【ココット】を選び、

▽ △ を押して、【タイマー設定】を選び、

－ ＋ でタイマーを【10分】に設定し、点火します。

5. でき上がったら、器に盛り付けます。



ひと手間レシピ Cocotte

さんまのかば焼き丼

香ばしく焼き上げた蒲焼と、熱々のご飯が食欲をかき立てます。
脂の乗ったさんまで、是非挑戦していただきたいレシピです。

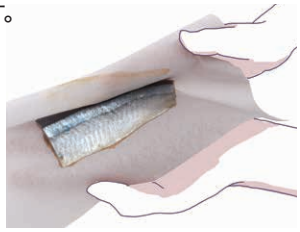
調理時間の目安 40分　　加熱時間 10分

材料　2人分

- さんま（3枚におろしたもの）―― 2匹分
- 塩 ―― 少々
- こしょう ―― 少々
- A
  - 酒 ―― 大さじ2
  - しょうゆ ―― 大さじ2
- 薄力粉 ―― 適量
- B
  - 砂糖 ―― 大さじ1
  - 酒 ―― 大さじ1
  - しょうゆ ―― 大さじ1
  - みりん ―― 大さじ1
- ごはん ―― 茶碗2杯

作り方

1. さんまは塩をふって10分程度おき、水気を取り、こしょうをふります。



水気の切り方
キッチンペーパーではさんで、こすらないように水気を取ります。

2. Aに1を10分程度漬け込みます。

3. キッチンペーパーで2の水気をふき取り、半分の長さに切ります。
両面に薄力粉を薄くまぶし、ココットに皮が上になるように並べ、ふたをしてグリルに入れます。

並べ方のコツ
重ならないように並べます。

4. オート を押して、【ココット】を選び、
▽ △ を押して、【タイマー設定】を選び、
－ ＋ でタイマーを【10分】に設定し、点火します。

5. 鍋によく混ぜ合わせたBのたれを入れ、火にかけます。
ひと煮立ちしたら弱火にして、とろみがつくまで煮詰めます。

6. でき上がったら、5のたれに漬け、ごはんをよそった器に盛り付けます。

お好みで粉さんしょうをふり、
小口切りの青ねぎ、すだちを添えて、
お召し上がりください。

ひと手間レシピ Cocotte

しそとしょうが香る かにみそのドリア

しそとしょうがをアクセントにした、大人のための贅沢な一品です。

調理時間の目安 45分　　Cocotte 加熱時間 12分

材料　4人分

A
- ごはん ―― 400g
- 紅しょうが ―― 20g
- しその葉 ―― 8枚
- バター ―― 10g
- 塩 ―― 少々
- こしょう ―― 少々

B
- ホワイトソース（缶詰） ―― 約300g
- 生クリーム ―― 大さじ2
- かにの身（缶詰） ―― 120g
- かにみそ ―― 50g

チーズ（ピザ用） ―― 60g

作り方

1. ボウルにAのごはん、細かく切った紅しょうがとしその葉、バターを入れてよく混ぜ、塩、こしょうをします。

2. 別のボウルにBのホワイトソース、生クリーム、かにの身、かにみそを入れ、よく混ぜます。

3. ココットに1を入れ、その上に2を全体に流し入れます。チーズを全体にのせ、ふたをしてグリルに入れます。

4. オート を押して、【ココット】を選び、▽△ を押して、【タイマー設定】を選び、－＋ でタイマーを【12分】に設定し、点火します。

5. でき上がったら、器に盛り付けます。

このレシピでは、しその葉と紅しょうがを合わせましたが、ゆずや甘酢しょうがも、かにみそのドリアと相性が良いです。

ひと手間レシピ Cocotte

チーズの風味香る ミラノ風カツレツ

食欲をそそる一品をヘルシーに楽しめます。

調理時間の目安 100分　加熱時間 12分

材料　2人分

- 豚ヒレ肉 ―― 4枚(40g/枚)
- 塩 ―― 少々
- こしょう ―― 少々
- 薄力粉 ―― 適量
- 卵 ―― 1個
- A 炒りパン粉*1 ―― 80g
- A 粉チーズ ―― 40g
- 溶かしバター ―― 10g
- オリーブオイル ―― 15ml
- トマトソース*2 ―― 120g
- レモン ―― 適量

*1 *2
炒りパン粉とトマトソースの作り方はP.47を参照ください。

作り方

1. Aの炒りパン粉と粉チーズは混ぜ合わせておきます。

2. 豚ヒレ肉をラップにはさみ、めん棒などでたたいて薄くのばし、塩、こしょうをします。

3. 2の豚ヒレ肉に薄力粉、溶き卵、Aの順に衣を付け、手で軽くおさえ、ココットに並べます。スプーンなどで、溶かしバターとオリーブオイルを上面にかけ、ふたをしてグリルに入れます。

4. オート を押して、【ココット】を選び、
▽ △ を押して、【タイマー設定】を選び、
－ ＋ でタイマーを【12分】に設定し、点火します。

5. でき上がったら、器に盛り付けます。トマトソースをかけ、レモンを添えます。

仕上げにパセリのみじん切りを散らすと、華やかに仕上がります。

トマトソースの作り方

ミラノ風カツレツにかける本格トマトソースの作り方をご紹介します。
他レシピの仕上げにも使えるので、アレンジ用素材としてご活用ください。

材料

カットトマト（水煮・缶詰）	約400g
たまねぎ	100g
にんにく	1片（5g）
フレッシュバジル	2枚
オリーブオイル	50ml
コンソメ	1個（5g）
砂糖	少々
塩	少々
こしょう	少々

容器に移して冷蔵保存もできますが、
できるだけ早めに使い切りましょう。

作り方

1. たまねぎ、にんにくはみじん切りに、フレッシュバジルは手でちぎっておきます。

2. 鍋にオリーブオイルと1のにんにくを入れ、弱火で炒めます。
にんにくの水分が飛んだら1のたまねぎを入れ、さらによく炒めます。

3. たまねぎが透明になったら、コンソメ、カットトマト、
1のフレッシュバジルを入れ、15分程度煮込みます。

4. トマトが木べらなどで簡単につぶせるやわらかさになったら、砂糖、塩、こしょうで味を調えます。

味付けのポイント

使用するトマトの酸味によって、
砂糖、塩、こしょうの量が
変わってきます。
バランスを見ながら、味を調えましょう。

使いどころのヒント

P.46のミラノ風カツレツ以外にも、P.15のハンバーグや、P.16のステーキのソースとしても、ご活用いただけます。

炒りパン粉の作り方

ノンフライ料理に使用するパン粉はあらかじめローストしておくと、
見た目もきれいに仕上がります。

材料　約1カップ分

パン粉（乾燥）	50g

作り方

1. フライパンにパン粉を入れます。

2. コンロの温度設定モードを180～200℃に設定し、点火します。
10分程度こまめにかき混ぜ、きつね色になるまで炒めます。

使用例：P.46 ミラノ風カツレツ

炒りパン粉は冷凍保存可能です！

炒りパン粉は冷凍保存ができます。
時間に余裕があるときは、次回分も
炒って冷凍保存しておきましょう。
※室温に戻してから使用します。

ひと手間レシピ Cocotte Dutch oven

焼いた肉団子の甘酢あんかけ

ごま油の香る甘酢あんで仕上げる焼肉団子です。豆腐をつなぎに使うので、ふんわりとした食感の焼肉団子に仕上がります。

調理時間の目安 100分　Cocotte Dutch oven 加熱/余熱 18分/10分

材料　4人分

豚ひき肉		400g
卵		1/2個
A	塩	小さじ1
	こしょう	少々
	酒	大さじ1
	砂糖	少々
豆腐(木綿)		100g
れんこん		40g
干ししいたけ		4枚
たまねぎ		160g
長ねぎ		1/2本
片栗粉		大さじ3
B	しょうゆ	30ml
	中華スープ	40ml
	酢	40ml
	酒	40ml
	砂糖	25g
	トマトケチャップ	大さじ1
(水溶き片栗粉)		
	水	大さじ1
	片栗粉	大さじ1
ごま油		少々

作り方

1. 干ししいたけは先に戻しておきます。豆腐は軽く水気を切ります。

2. れんこん、戻した干ししいたけ、たまねぎ、長ねぎはみじん切りに、水気を切った豆腐はつぶします。

3. ボウルに豚ひき肉、溶き卵、Aを入れ、よく混ぜ合わせます。

4. 別のボウルに2を入れ、片栗粉をまぶし、3と混ぜ合わせます。

5. 4を8等分して丸め、ココットダッチオーブンに並べ、ふたをしてグリルに入れます。

6. オート を押して、【ココットダッチオーブン】を選び、▽△ を押して、【タイマー設定】を選び、－＋ でタイマーを【18分】に設定し、点火します。

7. 消火後は、そのままグリルの中で【10分】休ませます。(余熱)

8. 鍋にBを入れてひと煮立ちさせ、水溶き片栗粉(大さじ1)でとろみを付けてごま油を入れ、甘酢あんを作ります。

9. でき上がったら、器に盛り付け、8の甘酢あんをかけます。

お好みで肉団子にパクチーを添えて、
お召し上がりください。
パクチーが苦手な方は、肉団子と相性が
良いしょうがの千切りなどを添えてください。

ひと手間レシピ Cocotte Dutch oven

里芋と鶏とエリンギの辛味こうじみそ煮

ココットダッチオーブンが得意な煮込み料理。にんにくと唐辛子が効いた辛味こうじみそが、ほっとする味わいを作り出します。

調理時間の目安 75分　Cocotte Dutch oven 加熱/余熱 15分/15分

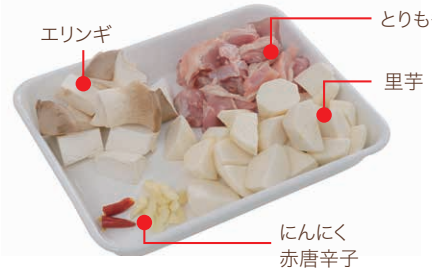
材料　4人分

- 里芋 500g（正味）
- とりもも肉 160g
- エリンギ 1本（100g）
- にんにく 1片（5g）
- 赤唐辛子 1本

A
- こうじみそ 大さじ3
- 砂糖 大さじ2
- 酒 大さじ2
- みりん 大さじ2
- オリーブオイル 大さじ2

作り方

1. 里芋は皮をむいて一口大に、とりもも肉、エリンギも一口大に切ります。
にんにくは薄切りにし、赤唐辛子は半分に切って種を出しておきます。



2. Aは混ぜ合わせておきます。

3. ココットダッチオーブンに、1とAを入れてよく混ぜ、ふたをしてグリルに入れます。

4. オート を押して、【ココットダッチオーブン】を選び、
▽ △ を押して、【タイマー設定】を選び、
− ＋ でタイマーを【15分】に設定し、点火します。

5. 消火後は、そのままグリルの中で【15分】休ませます。（余熱）

6. でき上がったら、器に盛り付けます。

お好みで辛味こうじみそ煮と相性の良いゆでた青菜（ほうれん草や小松菜など）を添えて、お召し上がりください。

ひと手間レシピ Cocotte Dutch oven

れんこんのおろし蒸し焼き

蒸し焼き素材と、滑らかなあんの2つの食感が楽しめます。
和食の料理人気分で挑みたい一品です。

調理時間の目安 75分　Cocotte Dutch oven 加熱/余熱 12分/15分

材料　4人分

- れんこん ―― 250g
- 塩 ―― 2g
- 卵 ―― 1個
- えび ―― 8尾
- エリンギ ―― 1本(100g)
- かまぼこ ―― 50g
- さやいんげん ―― 4本

A
- だし汁 ―― 400ml
- 酒 ―― 大さじ1
- しょうゆ ―― 大さじ1
- みりん ―― 小さじ2

(水溶き片栗粉)
- 水 ―― 大さじ1と1/2
- 片栗粉 ―― 大さじ1と1/2

作り方

1. えび、エリンギ、かまぼこは1cmの角切りに、さやいんげんはヘタを取って3cm幅に切ります。

2. れんこんをすりおろし、塩と卵を入れて混ぜます。

3. 1と2を混ぜ合わせ、ココットダッチオーブンに流し入れ平らにのばします。ふたをしてグリルに入れます。

4. オート を押して、【ココットダッチオーブン】を選び、▽△ を押して、【タイマー設定】を選び、−＋ でタイマーを【12分】に設定し、点火します。

5. 消火後は、そのままグリルの中で【15分】休ませます。(余熱)

6. 鍋にAを入れてひと煮立ちさせ、水溶き片栗粉でとろみを付け、あんを作ります。

7. でき上がったら、器に盛り付け、6のあんをかけます。

お好みでれんこんと相性の良い
練りわさびを添えて、
お召し上がりください。

ひと手間レシピ Cocotte Dutch oven

じっくり焼き上げた豚バラ巻き ミートローフ

じっくり焼き上げた、ボリューム満点なミートローフ。
子どもから大人まで楽しめるパーティーにぴったりな一品です。

調理時間の目安 100分　Cocotte Dutch oven 加熱/余熱 25分/30分

材料　6人分

- ひき肉（牛と豚の合挽き） 500g
- たまねぎ 1/2個（125g）
- しめじ 100g
- パン粉（乾燥） 3/4カップ（35g）
- 牛乳 大さじ4
- A
  - 卵 1個
  - 塩 小さじ1/2
  - 黒こしょう 少々
  - ナツメグ 小さじ1/2
- 豚バラ薄切り肉 10枚
- ローリエ 1枚

〈ソース〉

- 焼き汁 大さじ2
- B
  - トマトケチャップ 大さじ3
  - ウスターソース 小さじ1
  - バター 大さじ1/2

ココットダッチオーブンにオーブン内網を入れて調理します。

作り方

1. ココットダッチオーブンにオーブンシートを敷き込み、ローリエ、オーブン内網の順に入れます。

2. たまねぎはみじん切り、しめじは大きめのみじん切りにします。
パン粉と牛乳は混ぜておきます。

3. 台の上にオーブンシートを敷き、豚バラ肉を並べます。

4. ひき肉に2とAの材料を加え、粘りが出るまでよく混ぜ合わせます。

5. 手にサラダ油（分量外）を付け、4をオーブン内網の大きさまで平らに広げ、3の上にのせ、豚バラ肉で包むように巻きます。

6. ココットダッチオーブンに5を裏返して入れ、容器の大きさになるまで手で平らに広げます。
ふたをしてグリルに入れます。

7. オート を押して、【ココットダッチオーブン】を選び、
▽ △ を押して、【タイマー設定】を選び、
− ＋ でタイマーを【25分】に設定し、点火します。

8. 消火後は、そのままグリルの中で【30分】休ませます。（余熱）

9. でき上がったら、器に盛り付けます。

コラム

知っておくと便利な、肉料理の火通りちょいワザ

お肉は、表面を焼き固めることで旨みがギュッととじ込められます。
その火通りや仕上がりを左右するのが加熱時間です。
このコラムでは、お肉の加熱時間や火通りを見極めるヒントをご紹介します。

■ 料理の食感を左右する加熱時間

食材はもちろん、切り方や厚さによって、最適な加熱時間は違います。
レシピの分量や時間はひとつの目安です。
自分好みのちょうどいい火の通り加減を見付けてください。

■ 脂で変わる、お肉の加熱時間

同じ牛肉でも、赤身と脂がのったお肉とでは火の入り方が全く違います。
脂が多いほど火通りが早く、焦げやすい傾向にあるので、脂がのったお肉は加熱時間を少し短くすると、丁度良い焼き加減になります。

■ 焼き加減の具体的な確認方法

火の通り加減がわかるブロシェット（金串）を使いこなしましょう。

＊ブロシェットとは、串焼き料理に使われる金串のことです。

ブロシェット（金串）を使って火の通り具合を調べましょう

①食材にブロシェットを刺し、5秒おく。
②5秒後引き抜いて、唇にあてる。

唇にそっとあてて見ましょう。

生ぬるい	火が通っている
冷たい	火が通っていない

ハンバーグなどは、刺した時に出てくる肉汁の様子で火通りを確認します。

肉汁が透明	火が通っている
肉汁が濁る	火が通っていない
肉汁が出ない	火が通っていない 火が通りすぎ

この時の火加減や加熱時間を経験として覚えていくと、感覚的に火通りの加減がわかってくるようになります。

10. <ソース>別の鍋に調理後の焼き汁と**B**を入れ、コンロで煮詰めます。

11. **9**に**10**のソースをかけます。

豚バラ肉を巻かない場合

豚バラ肉を巻かずにミートローフを焼く場合は、加熱時間を少し短くしてください。（5分程度）

ひと手間レシピ Cocotte Dutch oven

野菜のパエリア

サフランの色と香りがしっかり付いたヘルシーな野菜のパエリアは、みんなでワイワイ取り分けたくなるような楽しいレシピです。

調理時間の目安 85分　Cocotte Dutch oven 加熱/余熱 15分/10分

材料　4人分

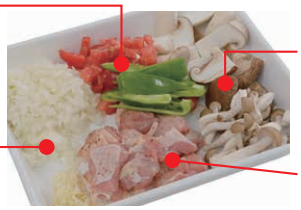
- たまねぎ ―― 1/2個
- にんにく ―― 1片(5g)
- トマト(小) ―― 1個
- しいたけ ―― 2枚
- しめじ ―― 1/4パック
- エリンギ ―― 1本
- ピーマン ―― 1個
- とりもも肉 ―― 160g
- 塩 ―― 少々
- こしょう ―― 少々

A
- コンソメスープ ―― 300ml
- 白ワイン ―― 大さじ2
- サフラン―ふたつまみ(約0.2g)
- 塩 ―― 小さじ1
- こしょう ―― 少々

- 米 ―― 150g
- オリーブオイル ―― 大さじ2

作り方

1. たまねぎ、にんにくはみじん切りにします。トマトは角切りに、しいたけ、しめじ、エリンギは一口大に、ピーマンは短冊切りにします。



2. とりもも肉は一口大に切り、塩、こしょうをふり下味を付けます。

3. Aのコンソメスープと白ワインを小さめの鍋に入れて煮たたせ、サフランを加えます。

4. 3に2のとりもも肉を入れ、弱火でサフランの色が付くまで煮て(約5分)、塩、こしょうでスープの味を調えます。

とりもも肉はスープの中に入れたままにします。

5. 4に1のピーマンを入れ、さっとゆでて取り出しておきます。

6. ココットダッチオーブンに研いだ米を入れ、4のスープととりもも肉を入れます。さらにオリーブオイルを入れ、ピーマン以外の1の材料を入れ、ふたをしてグリルに入れます。

作り方にある順番通りに入れます。

7. オート を押して、【ココットダッチオーブン】を選び、

▽ △ を押して、【タイマー設定】を選び、

− ＋ でタイマーを【15分】に設定し、点火します。

8. 消火後は、そのままグリルの中で【10分】休ませます。(余熱)

9. でき上がったら、軽く混ぜ、5のピーマンを散らし、器に盛り付けます。

scene4

作り手の個性がでます
待つことを楽しむ、漬け込みレシピ

漬け込みレシピ Cocotte

ぶりの一夜干し

魚の旨味が濃縮された一夜干しを、手作りして、焼き上げる。
待つことの先にある喜びと感動を、存分にご体感ください。

調理時間の目安 25分　　Cocotte 加熱時間 12分

材料　　4人分

ぶり ――― 4切（約70g/切）

A
- 本みりん ――― 大さじ8
- 酒 ――― 大さじ4
- しょうゆ ――― 大さじ2
- 塩 ――― 適量

作り方

1. ぶりは塩（分量外）をふって10分程度おき、キッチンペーパーで水気を取ります。

2. Aを混ぜ合わせ、ぶりを1時間以上漬け込みます。

3. ざるに2を並べ、そのまま冷蔵庫で半日から一日おきます。（ラップはかけない）

網を敷いた金属製のバットもご利用いただけます。

4. ココットに3のぶりを並べ、ふたをしてグリルに入れます。

並べ方のコツ
中央に寄せて重ならないように並べます。

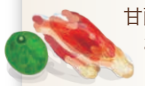
5. オート を押して、【ココット】を選び、

▽ △ を押して、【タイマー設定】を選び、

－ ＋ でタイマーを【12分】に設定し、点火します。

6. でき上がったら、器に盛り付けます。

みりん風調味料は焦げやすいため、本みりんを使います。



お好みで千切りにしたみょうがの甘酢漬けとすだちを添えて、お召し上がりください。

一夜干しを作る楽しみ

白身魚は味がしまり、青身魚は深みが増す一夜干し。
魚は干して余分な水分を抜くと、生の状態よりも旨味が増します。
知れば知るほど奥深さが増す一夜干しの世界、その面白さの一端を、ぜひご体感ください。

漬け込みレシピ Cocotte

ししゃもの南蛮漬け

ココットに材料を入れ、焼いて漬け込むだけ。酸味を効かせた爽やかな味わいの南蛮漬けが、気軽にお楽しみいただけます。

調理時間の目安 40分　　加熱時間 15分

材料　2〜3人分

- ししゃも ―― 8匹
- たまねぎ ―― 1/2個（120g）
- セロリ ―― 1/2本（60g）
- にんじん ―― 1/4本（40g）
- しょうが ―― 1片（5g）

A
- だし汁 ―― 50ml
- 酢 ―― 50ml
- 砂糖 ―― 大さじ2
- しょうゆ ―― 大さじ1
- 酒 ―― 大さじ1
- 塩 ―― 少々
- 赤唐辛子 ―― 1本

作り方

1. たまねぎ、セロリ、にんじん、しょうがは千切りにし、混ぜ合わせます。

2. Aは混ぜ合わせておき、種を取って輪切りにした赤唐辛子を入れます。

3. ココットに1を全体に入れ、その上にししゃもを並べ、Aを全体に流し入れます。
ふたをしてグリルに入れます。

並べ方のコツ
ししゃもは頭を中央に向け、
重ならないよう交互に並べます。

4. オート を押して、【ココット】を選び、
▽ △ を押して、【タイマー設定】を選び、
− ＋ でタイマーを【15分】に設定し、点火します。

5. でき上がったら、バットにししゃもを取り出し、一緒に焼いた野菜と汁をかけて15分程度漬け込みます。

6. 5を器に盛り付けます。

しっかり漬け込みたい方

しっかり味が染み込んだ
南蛮漬けがお好みの方は、
ふた付きの容器に
ししゃもと野菜を移し、
冷蔵庫で十分冷やしてから、
お召し上がりください。

漬け込みレシピ Cocotte

漬け込みあじの梅しそ焼き

あじに仕込んだ梅としそが、焼き上げる過程で身に馴染みます。
なんとも上品な酸味の味わいに、驚かされる一品です。

調理時間の目安 40分　　Cocotte 加熱時間 10分

材料　2人分

あじ―2匹分（約35g/切）
（3枚おろしにしたもの）
塩 ―――― 少々
A
- 酒 ―――― 大さじ2
- みりん ―――― 大さじ2

B
- 梅干し ―――― 2個
- しその葉 ―――― 4枚

作り方

1. 3枚おろしにしたあじの中骨を取り、身が厚い方に、後で具がはさめるよう、斜めに切り込みを入れます。

2. **1**に塩をふって、10分程度おき、キッチンペーパーで水気を取り、**A**に10分程度漬け込みます。

3. **B**の梅干しは細かくたたき、しその葉は千切りにし、混ぜ合わせます。

4. **2**の水気をキッチンペーパーでふき取り、**3**をあじの切れ目にスプーンなどではさみます。

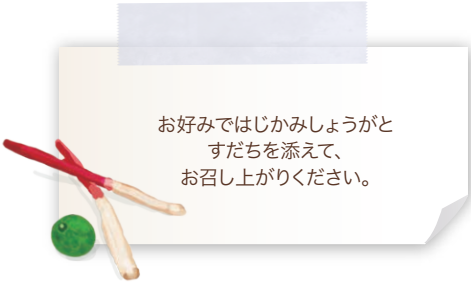
具を入れすぎたり、切れ目を開きすぎて、身をくずさないよう注意します。

5. ココットに**4**を皮を上にして並べ、ふたをしてグリルに入れます。

並べ方のコツ
尾を端に並べます。

6. オート を押して、**【ココット】**を選び、
▽ △ を押して、**【タイマー設定】**を選び、
－ ＋ でタイマーを**【10分】**に設定し、点火します。

7. でき上がったら、器に盛り付けます。



漬け込みレシピ Cocotte

漬け込みさばの柚子風味焼き

柚子と白ごまの爽やかな香ばしさが、漬け込みさばのしっかりとした味わいを、品よく引き立てます。

調理時間の目安 35分　　Cocotte 加熱時間 14分

材料　4人分

- さば ―― 4切（約70g/切）
- 塩 ―― 少々
- こしょう ―― 少々
- ゆず ―― 1個
- 白ごま ―― 小さじ2
- A
  - しょうゆ ―― 大さじ4
  - みりん ―― 大さじ2
  - 酒 ―― 大さじ2
  - ごま油 ―― 大さじ2

作り方

1. さばは皮目に5mm間隔位の切れ目を入れます。塩をふって、10分程度おき、キッチンペーパーで水気を取り、こしょうをふります。

中まで味が染み込むように、切れ目を入れます。

2. ゆずは輪切りにします。

3. **A**を混ぜ合わせ、**1**のさばと**2**のゆずを30分程度漬け込みます。

4. **3**のさばとゆずを取り出し、ココットに皮が上になるように並べ、白ごまをふって、ゆずをのせます。ふたをしてグリルに入れます。

並べ方のコツ
身の厚い方を中央に並べます。

5. オート を押して、**【ココット】**を選び、

▽ △ を押して、**【タイマー設定】**を選び、

－ ＋ でタイマーを**【14分】**に設定し、点火します。

6. でき上がったら、器に盛り付けます。

お好みで焼きさばと相性の良いかぶの甘酢漬けを添えて、お召し上がりください。

漬け込みレシピ Cocotte

漬け込み鮭のはさみ焼き

カラフルな色が目にも楽しい、漬け込み鮭のはさみ焼きです。
お子様も食べやすいマヨネーズ味だから、おいしい笑顔が浮かびます。

調理時間の目安 75分　　加熱時間 15分

材料　4人分

- 生鮭 ―― 4切（約90g/切）
- A
  - 酒 ―― 大さじ2
  - しょうゆ ―― 大さじ2
- B
  - しいたけ ―― 1枚
  - ねぎ ―― 1/3本
  - 赤ピーマン ―― 1/6個
  - グリーンアスパラガス ―― 1本
- 卵 ―― 2個
- C
  - 砂糖 ―― 小さじ1
  - 塩 ―― 少々
  - こしょう ―― 少々
- マヨネーズ ―― 大さじ4

作り方

1. 生鮭は塩（分量外）をふって、10分程度おき、キッチンペーパーで水気を取ります。

2. 生鮭の中央に、後で具がはさめるよう、切り込みを入れ、Aに10分漬け込みます。

3. Bのしいたけ、ねぎ、赤ピーマンは小さめの角切りにし、グリーンアスパラガスは根元を少し切り落とし、硬い皮をむき、大きさを合わせて小さく切ります。
Bの材料はさっとゆでておきます。

4. 卵を溶きほぐし、Cと混ぜて鍋に流し入れ、弱火で半熟の炒り卵を作ります。

5. ボウルに3と4、マヨネーズを入れて混ぜ合わせ、水気を取った2の生鮭にスプーンなどではさみます。

6. ココットに5を並べ、ふたをしてグリルに入れます。

並べ方のコツ
重ならないようにして、中央に寄せて並べます。

7. オート を押して、【ココット】を選び、
▽ △ を押して、【タイマー設定】を選び、
－ ＋ でタイマーを【15分】に設定し、点火します。

8. でき上がったら、器に盛り付けます。

お好みでレモンを添えて、お召し上がりください。

scene5

極上素材で試したい
素材の力を引き出す、極旨レシピ

極旨 レシピ Cocotte Dutch oven

たまねぎの丸焼き

ココットダッチオーブンが、たまねぎのおいしさを内側から引き出します。シンプルに素材の味を楽しめるレシピです。

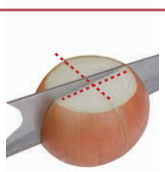
調理時間の目安 70分　Cocotte Dutch oven 加熱/余熱 20分/30分

材料　4人分

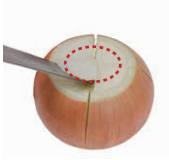
たまねぎ	4個	塩	適量
ベーコン	60g	こしょう	適量
ハーブ（タイム・ローズマリーなど）	適量	オリーブオイル	大さじ2

作り方

1. たまねぎの皮はむかずに、根と先の部分を少し切り落とします。上から十字に切れ目を深く入れ、上の部分を2cm程度えぐってくぼみを作ります。ベーコンは千切りにします。



十字に切れ目



円錐形にえぐる

2. ココットダッチオーブンに1のたまねぎを入れ、塩、こしょうをし、オリーブオイルをかけます。ベーコンとハーブをたまねぎのくぼみにのせ、ふたをしてグリルに入れます。

3. オート を押して、**【ココットダッチオーブン】**を選び、

▽ △ を押して、**【タイマー設定】**を選び、

− ＋ でタイマーを**【20分】**に設定し、点火します。

4. 消火後は、そのままグリルの中で**【30分】**休ませます。（余熱）

5. でき上がったら、器に盛り付けます。

お好みで岩塩やポン酢をかけて、
お召し上がりください。

極旨 レシピ Cocotte Dutch oven

じゃがいものアンチョビ焼き

じっくり火を入れたじゃがいもの甘さとアンチョビの塩加減がたまらなく合う一品。メイン料理を引き立てる名脇役です。

調理時間の目安 65分　Cocotte Dutch oven 加熱/余熱 20分/25分

材料　4人分

じゃがいも(小)	600g	オリーブオイル	30ml
にんにく	1片(5g)	塩	少々
アンチョビ	40g	こしょう	少々

作り方

1. じゃがいもはよく洗い、皮はむかず、底に1cm程度の厚みを残して、2mm程度の間隔で切れ目を入れます。

大きめのじゃがいもは半分にしてから、同様に切れ目を入れます。

2. にんにくは薄切り、アンチョビは細かく切っておきます。

3. ココットダッチオーブンに**1**の切れ目を上にして入れ、その上に**2**をのせます。
塩、こしょうをふってオリーブオイルをかけ、ふたをしてグリルに入れます。

4. オート を押して、**【ココットダッチオーブン】**を選び、
▽△ を押して、**【タイマー設定】**を選び、
−＋ でタイマーを**【20分】**に設定し、点火します。

5. 消火後は、そのままグリルの中で**【25分】**休ませます。(余熱)

6. でき上がったら、器に盛り付けます。

そら豆の大きさによって、時間を加減してください。

極旨 レシピ Cocotte Dutch oven

男前に豪快に！ 焼きそら豆

素材の旨味を存分にご賞味ください！

Cocotte Dutch oven 加熱/余熱 10分/5分

材料

そら豆 ── 10本（約40g/本）

作り方

1. ココットダッチオーブンにそら豆を重ねて入れ、ふたをしてグリルに入れます。
2. オート を押して、**【ココットダッチオーブン】**を選び、▽△ を押して、**【タイマー設定】**を選び、－＋ でタイマーを**【10分】**に設定し、点火します。
3. 消火後は、そのままグリルの中で**【5分】**休ませます。（余熱）
4. でき上がったら、グリルから取り出します。

極旨 レシピ Cocotte Dutch oven

丸ごと焼き野菜

じっくり余熱を効かせて、食材の芯まで火を通した丸ごと焼き野菜は、素材の力をとことん味わう、シンプルで贅沢なレシピです。

材料

じゃがいも 丸ごと4個（約100g/個）
Cocotte Dutch oven 加熱/余熱 25分/20分

にんじん 丸ごと3本（約150g/本）
Cocotte Dutch oven 加熱/余熱 20分/20分

さつまいも 丸ごと2本（約200g/本）
Cocotte Dutch oven 加熱/余熱 25分/20分

作り方

1. ココットダッチオーブンにオーブンシートを敷き込みます。
2. よく洗って水気を切った丸ごと野菜を、ココットダッチオーブンに入れ、ふたをしてグリルに入れます。
3. オート を押して、**【ココットダッチオーブン】**を選び、▽△ を押して、**【タイマー設定】**を選び、－＋ でタイマーを**【加熱時間】**に設定し、点火します。
4. 消火後は、そのままグリルの中で**【20分】**休ませます。（余熱）
5. でき上がったら、器に盛り付けます。

丸ごと焼き野菜は、食材ごとに最適な加熱時間が違うため、1種類ずつ調理をしましょう。

極旨 レシピ Cocotte Dutch oven

グリルで ゆでたまご

ココットダッチオーブンは、ゆでたまごを作ることもできます。
コンロ上が別の調理でいっぱいの時などにぜひご活用ください。

加熱/余熱 **10分/5分**

材料　4個分

卵 ―――― 4個
水 ―――― 50ml

ココットダッチオーブンに
オーブン内網を入れて
調理します。

作り方

1. 卵は常温に戻しておきます。

2. ココットダッチオーブンにオーブン内網と水を入れます。
卵を並べ、ふたをしてグリルに入れます。

3. オート を押して、**【ココットダッチオーブン】**を選び、
▽ △ を押して、**【タイマー設定】**を選び、
－ ＋ でタイマーを**【10分】**に設定し、点火します。

4. 消火後は、そのままグリルの中で**【5分】**休ませます。（余熱）

5. でき上がったら、グリルから取り出します。

ゆでたまごの黄身の固さ

余熱時間で調節してください。

ゆでたまごを活用しましょう

ゆでたまごは、ちょっと加工をすればいろいろな料理に応用できます。
スライスしたゆでたまごをサラダやグラタンに、細かく刻んだものをソースに使うなど。ぜひご活用ください。

scene6

パンやスイーツもおまかせ!
癒しのひととき、ティータイムレシピ

ティータイムレシピ Cocotte Dutch oven

ダッチパン

何にでも合う食事パン。ダッチオーブンで作る本格的な焼き立てパンの香りをお楽しみください。

調理時間の目安 180分　Cocotte Dutch oven 加熱/余熱 16分/6分

材料　ココットダッチオーブン1台分

強力粉	250g
砂糖	17g
ドライイースト（予備発酵不要のもの）	5g
塩	3g
水*1	165～170ml
無塩バター	12g

*1　夏場は常温の水を、冬場はぬるま湯（35℃前後）を使います。

作り方

1. ココットダッチオーブンにオーブンシートを敷き込んでおきます。

2. ボウルに強力粉、ドライイースト、砂糖、塩を入れ、水をそそぎ、こねます。
   水の量は生地のやわらかさを見て調整してください。

3. 生地がひとかたまりになってきたら、無塩バターを加え、こねます。

4. 3を台に出して表面がきれいになるまでよくこね、形を丸く整えます。

5. 無塩バター（分量外）を薄く塗ったボウルに4の生地を入れて、固く絞ったぬれ布巾またはラップをかけ、約2倍になるまで発酵させます。
   （一次発酵：50分程度）

6. 手の平で全体を軽く押してガス抜きをし、生地を8等分にして丸めます。とじ目を下にして並べ、固く絞ったぬれ布巾をかけ、生地を休ませます。
   （15分程度）

7. 手の平でガス抜きをし、形を整え、ココットダッチオーブンに入れます。固く絞ったぬれ布巾をかけ、ココットダッチオーブンの8分目の高さになるまで発酵させます。
   （最終発酵：30分程度）

8. 布巾を取り、ふたをしてグリルに入れます。

9. オート を押して、【ココットダッチオーブン】を選び、
   ▽ △ を押して、【ケーキ/パン強】を選び、
   － ＋ でタイマーを【16分】に設定し、点火します。

10. 消火後はそのままグリルの中で【6分】休ませます。（余熱）

11. ココットダッチオーブンからすぐにパンを取り出します。オーブン内網にのせ、冷まします。

生地の発酵について

発酵させる時間は、季節によって異なります。
生地の発酵具合に合わせて、時間を加減してください。
最終発酵で生地を発酵させ過ぎると、焦げやすくなります。

ティータイムレシピ Cocotte Dutch oven

ダッチパン応用編

基本のダッチパン（P.66）の応用編です。具材や材料を変えるだけで、いろいろな味わいのダッチパンが作れます。
個性豊かなダッチパンの世界をどうぞお楽しみください。

ブラックオリーブダッチパン

調理時間の目安 200分　Cocotte Dutch oven 加熱/余熱 16分/6分

基本の材料に輪切りのブラックオリーブをトッピングしました。

材料	ココットダッチオーブン1台分	
強力粉	250g	ダッチパンの材料
砂糖	17g	
ドライイースト（予備発酵不要のもの）	5g	
塩	3g	
水*1	165～170ml	
無塩バター	12g	
ブラックオリーブ（輪切り）	80g	具材
オリーブオイル	小さじ1	

*1 夏場は常温の水を、冬場はぬるま湯（35℃前後）を使います。

作り方　※1～5までは、基本のダッチパンと同じ作り方です。

1. ココットダッチオーブンにオーブンシートを敷き込んでおきます。ブラックオリーブは水気を取っておきます。

2. ボウルに強力粉、ドライイースト、砂糖、塩を入れ、水をそそぎ、こねます。
水の量は生地のやわらかさを見て調整してください。

3. 生地がひとかたまりになってきたら、無塩バターを加え、こねます。

4. 3を台に出して表面がきれいになるまでよくこね、形を丸く整えます。

5. 無塩バター（分量外）を薄く塗ったボウルに4の生地を入れて、固く絞ったぬれ布巾またはラップをかけ、約2倍になるまで発酵させます。
（一次発酵：50分程度）

6. 手の平で全体を軽く押してガス抜きをし、めん棒で幅約36cm×奥行き約25cmにのばします。
（目安はこのBOOKの見開きサイズの大きさです。）

7. 6の生地の奥側を2cm程度残して、生地全体にオリーブオイルを塗り、ブラックオリーブを散らします。手前から奥に向かってくるくると丸め、とじ目が離れないように指でつまんでしっかり閉じます。

8. 7の生地を包丁などで幅約3cmずつ12等分に切り分けます。ココットダッチオーブンにとじ目を下にして網目状に並べます。固く絞ったぬれ布巾をかけ、生地が隣の生地とくっつく程度になるまで発酵させます。
（最終発酵：30分程度）

9. 布巾を取り、ふたをしてグリルに入れます。

10. オート を押して、【ココットダッチオーブン】を選び、
▽ △ を押して、【ケーキ/パン強】を選び、
－ ＋ でタイマーを【16分】に設定し、点火します。

11. 消火後はそのままグリルの中で【6分】休ませます。（余熱）

12. ココットダッチオーブンからすぐにパンを取り出します。オーブン内網にのせ、冷まします。

生地の発酵について

発酵させる時間は、季節によって異なります。
生地の発酵具合に合わせて、時間を加減してください。
最終発酵で生地を発酵させ過ぎると、焦げやすくなります。

具材を変えて
いろいろなパンを楽しみましょう。

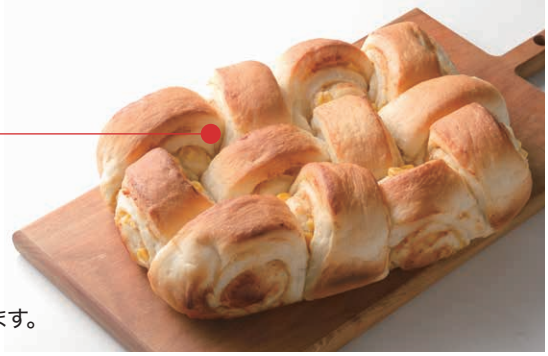
左ページの『具材』のバリエーション

こんぶ × チーズパン

塩昆布 ―――― 10g
ピザ用チーズ ―――― 30g

塩昆布は細かく刻みます。

コーンツナマヨパン



コーン（ホール・缶詰）―――― 50g
ツナ（フレーク・缶詰）―― 1缶（約70g）
マヨネーズ ―――― 40g

コーンは水気を取り、ツナは油を切っておきます。
ツナとマヨネーズを混ぜて生地に広げ、コーンを散らします。

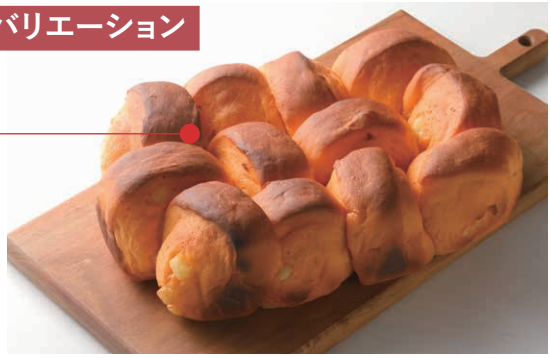
シナモンロール

シナモンシュガー ―――― 40g
くるみ ―――― 50g

くるみはローストして刻んでおきます。
生地は8等分にし、横向きに並べます。
最終発酵ではココットダッチオーブンの8分目の高さになるまで発酵させます。

左ページの『具材』と『ダッチパンの材料』のバリエーション

トマチーハーブパン



（材料）
水　→ トマトジュース（無塩）に変更
塩　→ ハーブソルトに変更
無塩バター → オリーブオイルに変更

（具材）
固形プロセスチーズ ―――― 80g

固形プロセスチーズは角切りにします。

ティータイムレシピ Cocotte Dutch oven

プリン

ココットダッチオーブンで作る、大きなプリンです。おいしさと一緒に、みんなで取り分ける楽しさも味わえます。

調理時間の目安 85分　Cocotte Dutch oven 加熱/余熱 9分/15分

材料　8人分

卵（Mサイズ）―― 6個
A 牛乳 ―― 540ml
A 砂糖 ―― 100g
バニラオイル ―― 少々

<カラメル>
砂糖 ―― 80g
水 ―― 大さじ2
熱湯 ―― 大さじ1

作り方

1. ココットダッチオーブンにオーブンシートを敷き込んでおきます。

2. 鍋に砂糖と水を入れて火にかけ、茶褐色に焦がして熱湯を加え、カラメルを作ります。作ったカラメルをココットダッチオーブンに流し入れ、冷まします。

3. 鍋にAを入れて火にかけ、人肌より少し温かい程度で砂糖を溶かし、バニラオイルを入れます。

4. ボウルに卵を割りほぐし、3を合わせてこします。

5. 2に4を流し入れ、ふたをしてグリルに入れます。

6. オート を押して、【ココットダッチオーブン】を選び、▽ △ を押して、【タイマー設定】を選び、− ＋ でタイマーを【9分】に設定し、点火します。

7. 消火後は、そのままグリルの中で【15分】休ませます。（余熱）

8. でき上がったら、粗熱を取り、冷蔵庫で冷やします。（2時間程度）

9. 冷えたら、別の容器に移します。

ティータイムレシピ Cocotte Dutch oven

さつまいものタルト

さつまいもの上品な甘味を感じられるタルトです。ゆっくりと時間が流れる素敵なティータイムにぴったりのレシピです。

調理時間の目安 125分　Cocotte Dutch oven 加熱/余熱 15分/20分

材料　8人分

- さつまいも――600g
- A
  - 卵（Mサイズ）――1個
  - 生クリーム――150ml
  - 砂糖――80g
- バニラエッセンス――少々
- ビスケット（全粒粉タイプ）――100g
- 無塩バター――40g

作り方

1. 無塩バター、卵は室温に戻しておきます。ココットダッチオーブンにオーブンシートを敷き込んでおきます。

2. ビニール袋にビスケットを入れ、めん棒などで細かくなるまでしっかりつぶします。バターを入れ、めん棒を転がしながらのばすように、よく馴染ませます。

3. ココットダッチオーブンに2を入れ、しっかり押さえながら敷き詰めます。

4. さつまいもは2cmの厚さに切って、蒸し器でやわらかくなるまで強火で蒸し、裏ごしします。

5. Aは混ぜ合わせておきます。

6. ボウルに4とAを少しずつ入れながら混ぜ、バニラエッセンスを加えます。

7. 3に6を流し入れ、平らにします。ふたをして、グリルに入れます。

8. オート を押して、【ココットダッチオーブン】を選び、▽△ を押して、【タイマー設定】を選び、－＋ でタイマーを【15分】に設定し、点火します。

9. 消火後は、そのままグリルの中で【20分】休ませます。（余熱）

10. でき上がったら、ココットダッチオーブンからオーブンシートごと取り出し、しっかり冷ましてから、冷蔵庫で冷やします。

11. 好みの大きさに切り分け、器に盛り付けます。

お好みでカラメルとホイップクリームを添えて、お召し上がりください。

カラメルの作り方

鍋に砂糖（40g）と水（大さじ1）を入れて火にかけ、カラメルを作ります。

ティータイムレシピ Cocotte Dutch oven

ベリーケーキ

ベリーをたくさんトッピングした可愛いらしいケーキです。
三角にカットして、スイーツな気分を盛り上げましょう。

調理時間の目安 90分　Cocotte Dutch oven 加熱/余熱 15分/15分

材料　8人分

砂糖	30g
クリームチーズ	70g
ココナッツオイル*1	30g
卵（Mサイズ）	1個
生クリーム	100ml
ホットケーキミックス	150g
ビスケット*2	100g
無塩バター	40g
イチゴ（小）	6粒（約60g）
ブルーベリー	18～20粒（約30g）
ホワイトチョコレート（板チョコ）	30g

*1 ココナッツオイルはサラダ油、無塩バターでも代用可
*2 ビスケットは、パイ菓子でも代用可(16枚程度)

作り方

1. クリームチーズは室温に戻し、ホワイトチョコレートは粗く刻んでおきます。イチゴは半分に切っておきます。ココットダッチオーブンにオーブンシートを敷き込んでおきます。

2. ビニール袋にビスケットを入れ、めん棒などで細かくなるまでしっかりつぶします。バターを入れ、めん棒を転がしながらのばすように、よく馴染ませます。

3. ココットダッチオーブンに2を入れ、しっかり押さえながら敷き詰めます。

4. 砂糖とクリームチーズを泡立て器で、なめらかになるまで混ぜ合わせます。

5. 液状に溶かしたココナッツオイルと卵、生クリームを4に加え、そのつどよく混ぜます。

6. 5にホットケーキミックスを入れ、ゴムべらでさっくり混ぜ合わせ、3に流し入れ、平らにします。

7. 6に1のホワイトチョコレートを全体に散らし、イチゴとブルーベリーをのせ、ふたをしてグリルに入れます。

8. オート を押して、【ココットダッチオーブン】を選び、
▽ △ を押して、【ケーキ/パン弱】を選び、
－ ＋ でタイマーを【15分】に設定し、点火します。

9. 消火後は、そのままグリルの中で【15分】休ませます。（余熱）

10. でき上がったら、ココットダッチオーブンからオーブンシートごと取り出し、しっかり冷まします。

11. 好みの大きさに切り分け、器に盛り付けます。

ティータイムレシピ Cocotte Dutch oven

シナモンケーキ

シナモンの風味が効いた、甘さ控えめ、大人の味のケーキです。
上質の紅茶とともに、素敵なティータイムをお楽しみください。

調理時間の目安 85分　Cocotte Dutch oven 加熱/余熱 10分/15分

材料　8人分

A
- 薄力粉 ―― 150g
- シナモンパウダー ― 大さじ1

無塩バター ―― 100g
砂糖 ―― 120g
卵（Mサイズ） ―― 2個
牛乳 ―― 30ml
くるみ ―― 80g

溶かしバター（無塩） ― 大さじ1

B
- シナモンパウダー ― 小さじ1
- パウダーシュガー ― 小さじ2

作り方

1. 無塩バター、卵は室温に戻し、くるみは粗く刻んでおきます。ココットダッチオーブンにオーブンシートを敷き込んでおきます。

2. Aを合わせてふるい、砂糖もふるっておきます。

3. ボウルに無塩バターを入れてよく混ぜ、2の砂糖を2～3回に分けて入れ、白っぽくなるまでよく混ぜます。

4. 卵を溶きほぐし、3に少しずつ入れてよく混ぜ、牛乳とAを入れ、ある程度混ぜたら、くるみの2/3量を入れ、混ぜ合わせます。

5. ココットダッチオーブンに4を流し入れ平らにし、残りのくるみを全体に散らします。ふたをしてグリルに入れます。

6. オート を押して、【ココットダッチオーブン】を選び、▽ △ を押して、【タイマー設定】を選び、－ ＋ でタイマーを【10分】に設定し、点火します。

7. 消火後は、そのままグリルの中で【15分】休ませます。（余熱）

8. でき上がったら、ココットダッチオーブンからオーブンシートごと取り出します。オーブン内網にのせ、粗熱を取ります。

9. 溶かしバターを8に塗り、混ぜ合わせたBをかけて仕上げます。

10. 好みの大きさに切り分け、器に盛り付けます。

Conclusion: お料理は、おわりが肝心

使った後のお手入れ

調理後、十分冷めてから
お手入れをしましょう。

お手入れが楽だと、
次のお料理がもっと楽しくなります。

フッ素コートを長く保つため、
やわらかいスポンジをおすすめします。

**ココット、ココットダッチオーブンの
お手入れ方法**

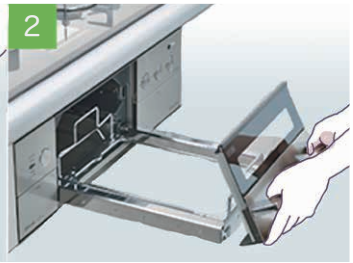
洗剤を含ませた布などで汚れをふき取り、
乾いた布で洗剤や水気をふき取ります。

汚れがこびりついた時

水につけ置きし、汚れを
浮かせてから、洗剤をつけて
丸洗いをしましょう。

ご使用後は、そのつどお手入れをしましょう。汚れが焼きついてしまうと、通常のお手入れでは落ちにくくなります。
硬いブラシやたわし、スポンジの硬い面、みがき粉などは、表面のフッ素コートが傷つくので、ご使用にならないでください。
汚れはやさしくふき取りましょう。ココット、ココットダッチオーブン、グリル皿は、食器洗い乾燥機には対応していません。

分解できるグリル　パーツごとに洗えるので、お掃除ラクラク！



ココットやココットダッチオーブンの固定枠をはずしたら、
グリル皿、グリルとびらの順にはずします。

クリアコートのグリル皿
洗剤を含ませた布で汚れをふき取り、乾いた布で洗剤や水気をふき取ります。汚れがこびりついたときは、つけ置きした後、洗剤で丸洗いしてください。

臭いが気になるときは

ココットやココットダッチオーブンに付いた臭いが気になるときは、
一度きれいに洗い、ドリップバッグなどのコーヒーかすと水を入れて加熱し、冷ましておくと臭いが軽減されます。

方法

1. きれいに洗ったココットまたはココットダッチオーブンにコーヒーかすと水を入れ、ふたをしてグリルに入れます。
2. オート を押して、**【ココット】**または**【ココットダッチオーブン】**を選び、
   ▽ △ を押して、**【タイマー設定】**を選び、
   − ＋ で**【加熱時間】**を設定し、点火します。
3. 消火後は、そのままグリルの中で容器が冷めるまで、2〜3時間置いておきます。
4. グリルから容器を取り出し、もう一度洗います。

（量と時間の目安）

容器	コーヒーかすの量	水量	加熱時間
ココット	1杯程度	300ml	15分
ココットダッチオーブン	2杯程度	800ml	20分

※水の量が多く、熱くなっていますので持つときはミトンなどをお使いください。グリルとびらの開け閉めや取り扱いには十分ご注意ください。

おわりに

ココットとココットダッチオーブンでつくる
はじめてのレシピ、いかがでしたか？

材料を少し変えてみたり、
焼き時間を変えてみたり、

あなたらしく、
幅広く楽しんでみてください。

笑顔あふれる食卓の一躍を担えることを願って…。

Welcome to
Delicious World!

ココット&ココットダッチオーブンの世界にようこそ！

グリルを楽しむ
使いこなしBOOK

Cocotte & Cocotte Dutch oven

JS0044-081X02(03)
DP000005240370
180400 ◎
（工場管理）