

ながたにえん  
長谷園の  
とうちん  
陶珍



伊賀焼窯元 長谷園  
www.igamono.co.jp



ふた・陶製すのこ・本体を破損された場合は「パーツ販売」が可能です。

長谷園 公式通販サイト パーツ販売  
store.igamono.jp



創業天保3年 伊賀焼窯元 長谷園  
ながたに  
長谷製陶株式会社  
Nagatani Seito Co., Ltd.

 0120-529-500

〒518-1325 三重県伊賀市丸柱569  
TEL 0595-44-1511 FAX 0595-44-1001  
MAIL customer@igamono.co.jp  
長谷園のwebサイト www.igamono.co.jp



長谷園だより  
nagataniien.life

土鍋レシピなど、  
楽しい情報はこちらです。

2025・8・3000

## 陶珍 ご使用上の注意

- 電子レンジ専用調理器です。直火・IHではご使用になれません。
- 電子レンジは500Wまたは600Wにて調理してください。高出力(700～1000W)またはオートタイプの電子レンジの場合は、手で調節してください。
- 土鍋のように、ご使用前にお粥を炊いて目止めをすることは不要です。
- 加熱直後の取り扱いには十分ご注意ください。電子レンジから取り出す際はミトンなどをご使用の上、付属の敷板にのせてください(素手で扱いますとやけどをする恐れがあります)。
- 「陶珍」を凍らせないでください。割れる恐れがあります。
- 「陶珍」(特に底部)をテーブル等の上で滑らせないでください。家具を傷つける恐れがあります。
- 「陶珍」は吸水性がありますので、長時間汁気のものを入れておくとにじみ出てくる場合があります。
- 汚れは中性洗剤をスポンジにつけて手洗いし、十分に乾かしてください(食器乾燥機使用可)。乾燥が不十分ですとカビの原因になります(電子レンジ(500W)で約3分加熱して湿気を飛ばすと簡単に乾燥できます)。
- 「陶珍」についてにおいては重曹(カビ臭さには酢)が効果的です。「陶珍」を大きめの鍋に入れてお湯を張り、スプーン1杯の重曹(酢の場合もスプーン1杯)を入れて煮沸し、しばらくおいてから洗ってください。
- レシピの電子レンジ加熱時間は500Wの場合の目安です。600Wの場合は0.8倍を目安にしてください。
- レシピは「陶珍 小」を使用しています。「陶珍 大」の場合は分量を約2倍に、加熱時間は1～2分長くしてください。



## 白米

陶製のこ  
不使用



### 《材料》

ごはん … 約165g  
(茶碗に軽く2杯分)



ボウルに水を張り、約1分浸けます。

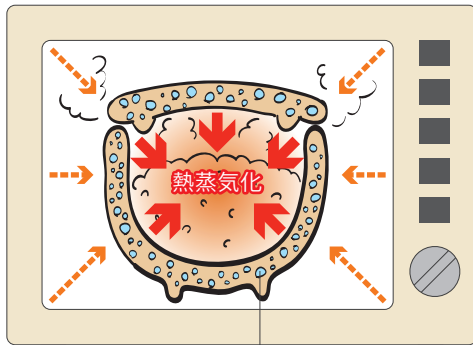
### 【「陶珍」で冷蔵したごはんの場合】

#### 《作り方》

①炊いたごはんを「陶珍」に入れ、冷蔵庫で保存する。

②①を冷蔵庫から取り出し、ふたに水を含ませて(写真)、電子レンジ(500W)で3分加熱する。

気孔が多い伊賀の粗土が水を含み、  
電子レンジの加熱で熱蒸気化。  
冷めたごはんをふっくらと蒸し直し、  
べたつかず、おいしく温めます。



… マイクロ波

— 容器に含まれた水分

### 【密閉容器で冷蔵したごはんの場合】

「白米」の要領でふたと本体にも水を含ませ、ごはん(約165g)を入れて電子レンジ(500W)で3分加熱する。

### 【ラップに包んで冷凍したごはんの場合】

「白米」の要領でふたと本体にも水を含ませ、ラップを外したごはん(約165g)を入れて電子レンジ(500W)で4～5分加熱する。



## あつめし

陶製のこ  
不使用



### 《材料》

ごはん … 約165g  
(茶碗に軽く2杯分)  
お好みの刺身 … 70g  
ねぎ(小口切り) … 少々  
しょうが(千切り) … 少々  
白ごま … 少々  
熱いほうじ茶 … 130ml  
A | しょうゆ … 大さじ1.5  
| みりん … 大さじ1

### 《作り方》

①炊いたごはんを「陶珍」に入れ、冷蔵庫で保存する。

②刺身をAに漬けておく。

③①を冷蔵庫から取り出し、ふたに水を含ませて(白米のレシピ参照)、電子レンジ(500W)で3分加熱する。②・ほうじ茶をかけ、ふたをして2分蒸らす。ねぎ・しょうが・白ごまをかける。

## 基本の使い方

1



ポウルに水を張り、「陶珍」を入れてふた・本体に十分水を含ませる。約1分で水から上げ、表面の水気を拭く。

2



「陶製すのこ」をセットする。

※レシピによっては「陶製すのこ」は使いません。

3



食材を盛り付ける。

4



ふたをして電子レンジで加熱する。

陶器でチンする  
「陶珍」で本格蒸し調理!



## 温野菜



### 《材料》

ブロッコリー … 適量  
アスパラ … 適量  
ウィンナー … 適量

### 《作り方》

①「基本の使い方」の要領で「陶珍」に食材をセットし、電子レンジ(500W)で3分加熱する。

※食材の大きさに合わせて加熱時間は調整してください。



## 冷凍枝豆&しゅうまい



### 《材料》

冷凍枝豆 … 適量  
冷凍しゅうまい … 適量

### 《作り方》

①「基本の使い方」の要領で「陶珍」に食材をセットし、電子レンジ(500W)で3分加熱する。

※冷凍食材の大きさに合わせて加熱時間は調整してください。

# 一器多様な「陶珍」

## その①

### 冷蔵・冷凍ごはんをおいしく温め直し

“呼吸する土”といわれる伊賀の粗土に含ませた水分が、電子レンジのマイクロ波により熱蒸気化され、冷めたごはんをふっくらと蒸し直します。吸水性が高いため、ごはんがべたつくこともありません。

## その②

### おいしく蒸し調理

熱蒸気の蒸し効果で、冷凍食材もしっとりおいしく解冻調理します。生の野菜・肉・魚なども電子レンジで簡単に調理できます。

## その③

### 温かい器としてそのまま食卓へ

蓄熱力の高い「陶珍」は、電子レンジで容器本体も芯から温めるのでなかなか冷めません。調理後はそのまま食卓に運び、温かい器としてお使いください。料理が映えるシンプルな形と色合いを大切に、器としてのデザインにもこだわりました。

## その④

### 保冷器や保存器にも

呼吸する素地の特徴をいかせば、素地が含んだ水分が外側から蒸発するときの気化熱で「陶珍」内部が冷えます。冷たい料理を冷たいまま保つ保冷器・盛り付けた食材の鮮度を保つ保存器としてお使いいただけます。



冷やしフルーツ



#### 《材料》

お好みのフルーツ … 適量  
氷 … 適量

#### 《作り方》

①ボウルに水を張り、「陶珍」を入れてふた・本体に十分水を含ませる。約1分で水から上げ、表面の水気を拭く。

②「陶製すのこ」を敷き、フルーツと氷を入れて盛り付ける。

※伊賀の粗土は吸水性があり、素地に含ませた水分が外側から蒸発するときの気化熱で、容器の内部を冷たく保ちます。



ポテトサラダ



陶製すのこ  
不使用

#### 《材料》

じゃがいも … 2個  
玉ねぎ … 1/4個  
パセリ(みじん切り) … 少々  
黒オリーブ … 6粒  
A マヨネーズ … 40g  
塩 … 小さじ1/2  
こしょう … 少々

#### 《作り方》

①じゃがいもは皮をむき、4~6等分に切る。玉ねぎは薄切りにして水にさらし、水気を絞る。黒オリーブは半分に切る。

②水を含ませた「陶珍」にじゃがいもを入れてふたをし、電子レンジ(500W)で6分加熱する。

③じゃがいもをつぶし、熱いうちに玉ねぎ・パセリ・黒オリーブ・Aを加えてよく混ぜる。