

KINYO

5星料理在我家

微電腦全能壓力鍋 X 廚房裡的美味副手

-50%
料理時間

2.5L
大滿足

3種

烹調方式

9種

菜單選擇

10道

安全防護

24小時 預約上菜 | 自動保溫+保壓



POINT
01

蒜頭香菇雞湯

暖心暖胃，補元氣

★份量 | 2-4人
★烹煮時間 | 10 mins
★難易度 ★★☆☆☆

準備食材

- 雞腿320g (切塊)
- 蒜頭50g
- 香菇6朵 (切片)
- 蔥2條 (切蔥花狀)

調味

- 鹽適量
- 米酒2匙
- 水適量

製作步驟

- 一、將雞腿、蒜頭、香菇一起放入內鍋，並加入米酒，倒入水淹過食材。
 - 二、闔蓋後，設定壓力鍋：
 - ①功能選擇：**煲湯**。
 - ②烹調方式：**快煮**(可依偏好調整烹調方式與時間)。
 - ③按下開始鍵。
 - ④待烹煮完成，完全洩壓後開蓋。
 - ⑤加入蔥花後，攪拌品嚐味道，可加入適量鹽巴調整鹹度。
- (以上食材、作法僅供參考，可依個人/家庭口味做調整)

POINT
10

紅燒花生滷豬蹄

骨肉分離口感，軟嫩喇嘴

★份量 | 2-4人
★烹煮時間 | 55 mins
★難易度 ★★★★★

準備食材

- 豬蹄700g
- 蔥2支(切段)
- 蒜頭45g
- 花生適量
- 薑片適量
- 辣椒2條

調味

- 滷包1包
- 醬油80mL
- 蠔油250mL
- 米酒120mL
- 冰糖20g

製作步驟

- 一、煮一鍋水燒開，將清洗過的豬蹄放入，川燙約3分鐘後撈起，沖水去除雜質。
- 二、將豬蹄及所有食材、調味料全部放入鍋內。
- 三、闔蓋後，設定壓力鍋：
 - ①功能選擇：**豆類/蹄筋**。
 - ②烹調方式：**慢燉**(可依偏好調整烹調方式與時間)。
 - ③按下開始鍵。
 - ④待烹煮完成，完全洩壓後開蓋享用美味。



POINT 09

舒肥料理

鮮嫩健康雞胸肉

低卡營養，健康滿分

- ★份量 | 1-2人
- ★烹煮時間 | 65 mins
- ★難易度 ★☆☆☆☆

準備食材

- 雞胸肉 1塊

調味

- 鹽半匙
- 黑胡椒 適量

製作步驟

- 一、在內鍋中裝入一半的水，闔蓋。
- 二、按下保溫鍵，面板螢幕呈現「bb」，讓水於保溫狀態靜置5-10分鐘。
- 三、取出雞胸肉，兩面撒上適量黑胡椒和鹽巴搓揉調味。
- 四、調味後，將雞胸肉放進耐熱溫度達80度以上的夾鏈袋，並拉上夾鏈條只留約2公分的開口。
- 五、打開壓力鍋，把夾鏈袋慢慢泡入水中，並將袋內的空氣於開口擠出，呈現真空狀態；空氣全排出後再拉上開口至完全緊閉，讓夾鏈袋完全泡入水中。（注意開蓋時的熱氣與水溫，小心燙手）
- 六、最後自行計時1小時，即可開蓋完成舒肥料理。



（以上食材、作法僅供參考，可依個人/家庭口味做調整）

POINT 02

紅豆紫米湯圓

粒粒香甜，暖心養氣嗜甜湯

- ★份量 | 2-4人
- ★烹煮時間 | 45 mins
- ★難易度 ★☆☆☆☆

準備食材

- 紅豆紫米 1.5杯
- 湯圓一板

調味

- 冰糖適量
- 水800ml

製作步驟

- 一、紅豆紫米先洗淨備用。
- 二、依序將食材紅豆紫米、水、冰糖加進壓力鍋。
- 三、闔蓋後，設定壓力鍋：
 - ①功能選擇：**豆類/蹄筋**。
 - ②烹調方式：**標準**（可依偏好調整烹調方式與時間）。
 - ③按下開始鍵。
 - ④待烹煮完成，完全洩壓後開蓋。
 - ⑤開蓋後攪拌品嚐味道，再適量調整甜度。
- 四、煮一鍋熱水，待水滾後放入湯圓
- 五、湯圓煮熟浮起後，撈出放入紫米紅豆湯即完成。



POINT 03

家常滷控肉

皮Q肉嫩，家傳美食

- ★份量 | 2-4人
- ★烹煮時間 | 55 mins
- ★難易度 ★★☆☆☆

準備食材

- ☐ 五花肉約500g (切塊)
- ☐ 蔥2支(切段)
- ☐ 蒜頭4-5顆
- ☐ 薑片2-3片
- ☐ 八角3顆

調味

- ☐ 醬油適量
- ☐ 米酒2匙
- ☐ 糖適量
- ☐ 胡椒粉適量
- ☐ 滷包1包
- ☐ 番茄醬1匙
- ☐ 水250mL

製作步驟

- 一、把所有食材及調味料放入壓力鍋。
- 二、闔蓋後，設定壓力鍋：
 - ①功能選擇：**豆類/蹄筋**。
 - ②烹調方式：**慢燉**(可依偏好調整烹調方式與時間)。
 - ③按下開始鍵。
 - ④待烹煮完成，完全洩壓後開蓋享用美味。

(以上食材、作法僅供參考，可依個人/家庭口味做調整)



POINT 08

無水料理

紅酒燉牛肉

經典異國名菜，香濃多層次

- ★份量 | 3-4人
- ★烹煮時間 | 40 mins
- ★難易度 ★★☆☆☆

準備食材

- ☐ 洋蔥1顆(切丁)
- ☐ 蘑菇80g(對切)
- ☐ 牛番茄2顆(切塊)
- ☐ 紅蘿蔔2/3條(切塊)
- ☐ 牛肋條350g(切塊)
- ☐ 蒜頭2瓣

調味

- ☐ 紅酒 100mL
- ☐ 月桂葉2片
- ☐ 綜合香料2匙
- ☐ 鹽適量

製作步驟

- 一、將牛肉放入平底鍋煎至表面金黃。
- 二、將食材放入壓力鍋，順序為洋蔥、番茄、蘑菇、紅蘿蔔、牛肉、蒜頭，再淋上紅酒、綜合香料、月桂葉即可闔蓋。
- 三、闔蓋後，設定壓力鍋：
 - ①功能選擇：**牛肉/羊肉**。
 - ②烹調方式：**標準**(可依偏好調整烹調方式與時間)。
 - ③按下開始鍵。
 - ④待烹煮完成，完全洩壓後開蓋。
 - ⑤再加入適量鹽調味即完成。

(以上食材、作法僅供參考，可依個人/家庭口味做調整)



POINT 07

南瓜濃湯

香濃滑口，喝不膩的餐廳級湯品

- ★份量 | 3-4人
- ★烹煮時間 | 20 mins
- ★難易度 ★★☆☆☆

準備食材

- ☐ 南瓜400g (切塊)
- ☐ 洋蔥半顆 (切碎丁)

調味

- ☐ 奶油20g
- ☐ 鹽適量
- ☐ 黑胡椒適量
- ☐ 牛奶150mL

製作步驟

- 一、南瓜可依個人喜好決定是否去皮。
- 二、將切塊南瓜放入壓力鍋，闔蓋。
- 三、闔蓋後，設定壓力：
 - ①功能選擇：**快煮燉品**。
 - ②烹調方式：**快煮**(可依偏好調整烹調方式與時間)。
 - ③按下開始鍵。
 - ④待烹煮完成，完全洩壓後開蓋。
- 四、將平底鍋熱鍋，融化奶油，加入洋蔥拌炒至透明感。
- 五、煮好的南瓜與牛奶一起倒入拌炒完成的洋蔥平底鍋內，小火攪拌均勻。若太濃稠可適量增加牛奶。
- 六、最後裝碗撒上胡椒粉即可完成。



POINT 04

鮮菇紅棗栗子飯

綿密鬆軟，來一口秋天的滋味

- ★份量 | 3-4人
- ★烹煮時間 | 20 mins
- ★難易度 ★☆☆☆☆

準備食材

- ☐ 白米3杯
- ☐ 香菇3朵(切片)
- ☐ 栗子7顆 (對半切)
- ☐ 紅棗4顆
- ☐ 櫻花蝦10g

調味

- ☐ 胡椒鹽適量
- ☐ 黑胡椒適量
- ☐ 醬油1大匙
- ☐ 水(水與米比例1:1)

製作步驟

- 一、白米洗淨備用。
 - 二、平底鍋熱鍋加入適量油，放入香菇與櫻花蝦拌炒至有香氣。
 - 三、拌炒後，連同米與所有食材、調味料放入壓力鍋，稍微拌勻。
 - 四、闔蓋後，設定壓力鍋。
 - ①功能選擇：**白米飯**。
 - ②烹調方式：**慢燉**(可依偏好調整烹調方式與時間)。
 - ③按下開始鍵。
 - ④待烹煮完成，完全洩壓後開蓋。
 - ⑤可先拌勻品嚐味道，再適量調整鹹度。
- (以上食材、作法僅供參考，可依個人/家庭口味做調整)



POINT 05

和風鮭魚炊飯

香味四溢，餐桌上的日式風情

- ★份量 | 2-4人
- ★烹煮時間 | 12 mins
- ★難易度 ★☆☆☆☆

準備食材

- ☐ 鮭魚350g (切塊)
- ☐ 白米2杯
- ☐ 紅蘿蔔60g (切絲)
- ☐ 鴻喜菇150g (去蒂頭)
- ☐ 蔥1根 (切蔥花)

調味

- ☐ 米酒1匙
- ☐ 味霖1匙
- ☐ 醬油1匙
- ☐ 白胡椒適量
- ☐ 昆布高湯2杯

製作步驟

- 一、將鮭魚去除魚刺，抹上鹽巴與白胡椒去腥，再加入米酒混合靜置10分鐘洗淨白米及其他食材後備用
- 二、平底鍋放入適量油，將鮭魚煎至微金黃色即可起鍋備用
- 三、依序將白米、鮭魚、紅蘿蔔、鴻喜菇放入壓力鍋，再加入米酒、味霖、醬油、昆布高湯
- 四、闔蓋後，設定壓力鍋
 - ①功能選擇：**白米飯**
 - ②烹調方式：**標準**(可依偏好口感調整烹調方式與時間)
 - ③按下開始鍵
 - ④待烹煮完成，完全洩壓後開蓋
 - ⑤開蓋後加入蔥花攪拌品嚐味道，再適量調整鹹度



(以上食材、作法僅供參考，可依個人/家庭口味做調整)

POINT 06

鮮味海產粥

簡單美味，味蕾鮮滋味

- ★份量 | 3-4人
- ★烹煮時間 | 23 mins
- ★難易度 ★

準備食材

- ☐ 白米2杯
- ☐ 香菇5朵(切片)
- ☐ 西洋芹1根(切塊)
- ☐ 魚片適量
- ☐ 透抽適量
- ☐ 鮮蝦適量

調味

- ☐ 水750mL
- ☐ 鹽巴適量

製作步驟

- 一、白米、食材洗淨備用
- 二、將所有食材及水放入壓力鍋中
- 三、闔蓋後，設定壓力鍋
 - ①功能選擇：**煮粥**
 - ②烹調方式：**標準**(可依偏好口感調整烹調方式與時間)
 - ③按下開始鍵
 - ④待烹煮完成，完全洩壓後開蓋
 - ⑤再加入適量鹽調味即完成

(以上食材、作法僅供參考，可依個人/家庭口味做調整)

