

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%
烹煮時間

1.8L
大容量

5 種
料理模式

10 種
自選菜單

日本大金不沾塗層



POINT
01

低溫烹調

鮮嫩健康雞胸肉

低卡營養，健康滿分

★份量 | 1-2人

★烹煮時間 | 30 mins

★難易度 ★☆☆☆☆

POINT
02

蒜頭香菇雞湯

暖心暖胃，補元氣

★份量 | 2-4人

★烹煮時間 | 依選擇功能而有所不同

★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、將雞胸肉兩面撒上適量黑胡椒和鹽巴搓揉調味。
- 二、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。
- 三、打開壓力鍋，先在內鍋中裝入一半的水量。
- 四、把裝有雞胸肉的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。
- 五、關蓋後，設定壓力鍋
 - ① 功能選擇：低溫烹調（可依偏好口感調整溫度與時間）
 - ② 按下開始鍵
 - ③ 待烹煮完成，完全洩壓後開蓋
 - ④ 再取出夾鏈袋即可

（以上食材、作法僅供參考，可依個人/家庭口味做調整）



準備食材

雞腿 320g (切塊)

蒜頭 50g

香菇 6朵 (切片)

蔥 2條 (切段)

調味

鹽 2.5匙

米酒 2匙

水 750mL

製作步驟

- 一、平底鍋熱鍋後，雞皮朝下放入雞腿煎5分鐘，再撒一些鹽至雞腿上。
- 二、雞油逼出後，加入一半的蒜頭跟雞油一起炒香，雞腿不須翻動，拌炒蒜頭即可。
- 三、將雞腿兩面煎到金黃微焦後，連同蒜頭取出備用。
- 四、把所有食材一起放入壓力鍋，並加入水、米酒、剩餘蒜頭。
- 五、關蓋後，設定壓力鍋：
 - ① 功能選擇：增壓快煮或燜燒燉煮皆可（依個人口味選擇，若偏好軟嫩口感可選擇燜燒燉煮）
 - ② 按下開始鍵。
 - ③ 待烹煮完成，完全洩壓後開蓋。
 - ④ 加入蔥後，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
03

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 | 10 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)
- 葱1根 (切葱花)

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。
- 二、洗淨白米及其他食材後備用。
- 三、平底鍋放入適量油，將鮭魚煎至微金黃色即可起鍋備用。
- 四、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。
- 五、關蓋後，設定壓力鍋
 - ① 功能選擇：增壓快煮(可依偏好口感調整時間)
 - ② 按下開始鍵
 - ③ 待烹煮完成，完全洩壓後開蓋
 - ④ 開蓋後加入葱花攪拌品嚐味道，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
04

無水烹調 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 | 15 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
- 鹹適量

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 菜單選擇：無水烹調(可依偏好口感調整烹調方式與時間)
 - ② 按下開始鍵。
 - ③ 待烹煮完成，完全洩壓後開蓋
 - ④ 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

鮮味海產粥

簡單美味，味蕾鮮滋味

★份量 | 3-4人

★烹煮時間 | 18 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、關蓋後，設定壓力鍋
 - ① 功能選擇：粥品
 - ② 按下開始鍵
 - ③ 待烹煮完成，完全洩壓後開蓋
 - ④ 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
06

肉末蒸蛋

滑嫩下飯，營養美味

★份量 | 2-4人

★烹煮時間 | 20 mins

★難易度 ★☆☆☆☆

準備食材

- 豬絞肉(適量)
- 雞蛋 2顆
- 高湯或水 300g
- 葱花 (適量)

調味

- 醬油適量
- 鹽適量

製作步驟

- 一、將豬絞肉用醬油、鹽等調味料抓勻。
- 二、先將豬絞肉炒熟，加入蒜末、薑末等爆香，再起鍋備用。
- 三、將雞蛋打散，加入適量水或高湯，用醬油、鹽等調味。將蛋液過篩去除氣泡和雜質，幫助蒸蛋更滑嫩。
- 四、將炒好的豬絞肉先放入耐熱容器，再倒入蛋液。
- 五、在壓力鍋內倒入2-3碗水。
- 六、裝好食材的耐熱容器放進壓力鍋。
- 七、關蓋後，設定壓力鍋。
- ① 功能選擇：蒸煮料理(可依偏好口感調整時間)
- ② 按下開始鍵
- ③ 待烹煮完成，完全洩壓後開蓋
- 八、煮好後，取出蒸蛋，撒上蔥花即完成



(以上食材、作法僅供參考，可依個人/
家庭口味做調整)

POINT
07

家常滷控肉

皮Q肉嫩，家傳美食

★份量 | 2-4人

★烹煮時間 | 20 mins

★難易度 ★★★☆☆

準備食材

- 五花肉約500g(切塊)
- 蔥2支(切段)
- 蒜頭4顆
- 薑片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、先煮一鍋水，待滾水後，將五花肉放入汆燙3-4分鐘，肉呈白色後關火撈起
- 二、將煮過的五花肉沖水，去除殘留雜質
- 三、把所有食材及調味料一同放入壓力鍋
- 四、闔蓋後，設定壓力鍋：
 - ① 菜單選擇：豆類燉肉(可依偏好口感調整烹調方式與時間)
 - ② 按下開始鍵。
 - ③ 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

鮮菇栗子飯

綿密鬆軟，來一口秋天的滋味

★份量 | 3-4人

★烹煮時間 | 6 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)
- 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(可依偏好口感調整烹調方式與時間)
 - ② 按下開始鍵。
 - ③ 待烹煮完成，完全洩壓後開蓋
 - ④ 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)

