

保持了铁锅的优良特性的同时，拥有超高的防锈性，  
并且不需要复杂的保养、这是一个“理想终极的铁锅”！

# COCOpan

## 用户手册

请注意：

为了正确和安全地使用产品，请在使用前仔细阅读说明书。  
该产品在使用过程中会产生高温，请小心操作。

# 理想终极的「铁锅」

COCOpan是由经过特殊热处理的铁制成的终极煎锅。特殊的热处理方式在铁板表面形成了氮化铁层和氧化铁层，使煎锅具有极强的防锈和韧性。

## COCOpan的特点

- 它能储存热量并充分的传递给食物，因此炒出来的菜肴会香溢扑鼻。
- 容易让油渗入的COCOpan的表面具有很强的抗磨损性，不会出现裂痕。
- 每次你在烹饪中使用它，你都会同时得到铁的营养成分。
- 极度防锈，易于清理。
- 适合在所有热源上使用，包括200V电磁炉。

\* 关于表面颜色不均匀

虽然特殊的热处理可能会造成表面颜色的不均匀，但由于「氮化铁层+氧化铁层」是均匀形成的，所以表面颜色的不均匀对于产品性能没有问题。

## 为了长期实用COCOpan

### 第一次使用之前，做“渗油”

COCOpan有防锈的性质，但没有涂层来防止生锈。因此，建议COCOpan可以在清洗锅的内外，并在渗油后立即使用。不需要在上油前将锅子空烤。

第一次使用时，先把油均匀的倒入锅内（渗油的方式）

- ①在锅中把油导入大约锅的1/3的深度，用小火加热大约5分钟。
- ②关火，把油放回油锅或其他容器中。
- ③用一张厨房纸，擦拭锅内的油，均匀地擦入。

## 每次使用前，做“回油”。

专业厨师和懂得使用铁锅的人在开始做饭前总是做的是“回油”。这有助于防止食物烧焦，使其更加美味。

- ①将锅放在炉子上，用中火加热。
- ②加入一勺油，让其覆盖在锅的表面。
- ③当油热了并充分渗到锅里时，把油放回油瓶。这就是回油。之后，在锅中加入所需的油，开始烹饪。

※这一步的目的是使油均匀地分布在锅的表面，并确保油与锅的表面充分渗入。

## 当使用完后

➤铁锅不是一个储存容器。完成的菜肴应立即转移到另一个容器中。

- ①当锅热了以后，用普通的刷子或竹的刷子在热水中清洗（不要使用洗碗机）。在清洗之前，用纸巾尽可能多地擦去油和污垢。
- ②然后在储存之前将水滴沥干并擦掉。

如果用洗涤剂清洗铁锅，和油垢一起往往能去除铁锅上的「渗入」的油膜，所以要按上述方法使用

➤为了水煮、蒸煮烹饪之后的护理

用水烹饪结束后，因为热水会部分地去除薄膜，需要彻底清洗锅体，并在锅体表面涂上一层薄薄的油。

## 保养铁锅

➤如果铁锅上有烧焦的痕迹，该怎么办？

将水煮沸一段时间以软化浮渣，使其更容易去除。之后，用擦洗刷或竹刷清除浮渣。

➤如果污渍被粘住，该怎么办？

\*在这种情况下，请使用燃气灶。

①将煤气灶的火力调到最大，使热量直接作用于铁锅的脏污部分，并加热到没有烟为止将其烧掉。

②锅体冷却后，用金属刷子或刮刀将锅的里面和外面的污垢刮掉。

③用坚硬的尼龙或金属刷子和清洁剂擦洗整个锅，然后用水冲洗并拍干。锅体冷却后，用金属刮刀或铲子刮掉前后的污垢。用水冲洗并拍干。然后在中火上“煎”大约5分钟。当锅体冷却后，做以下工作「渗油」①、②、③，然后把它收起来。

# 想要做好吃的「烤」、「炸」或「炒」菜，最重要的因素是什么？

答案是"烹饪温度"

如果你买了很好的材料并准备也得很好，但却把烹饪温度弄错了（特别是温度太高的话），那么你所有的努力都将付之东流。你已经不能重新做了。烹饪温度如此重要有三个原因。

## 1.糖分

无论是食物中的糖还是作为调料添加的糖，当糖被加热到大约170-180°C时，就会变得非常香，这被称为焦糖化。这被称为糖的焦糖化。

## 2.油

当油也被加热时，它通常与糖处于相同的温度范围，它具有独特的克拉气味和香味。

## 3.蛋白质和糖类，或氨基酸和糖类

当这些东西结合在一起时，会发生化学反应，加热后会使整个房子产生非常诱人的气味和香气。一种被称为melanoidin的物质是这种"美味气味和香气"的来源。

这三种情况几乎都发生在相同的温度范围内。这三者是否都存在取决于所使用的原料和调料，但无论如何，它们都是一道好的「烤」、「炒」或「炸」菜肴的关键。当一道菜被烧烤或油炸时，其表面通常被描述为"金黄色"。

170-180°C是一个参考标准的温度。

这个温度是如此重要的原因请自行了解。在电视烹饪节目中，经常有一种说法「一定要把锅体热到油开始冒烟」，但事实上油开始冒烟的状态代表温度是太高的。如果锅里的油开始冒烟，这意味着油正在受损。它的味道不好，也不健康。请遵守温度上限。

最近，有一种在太高温下烹饪食物的趋势。

在许多日本家庭中，烘烤和油炸的烹饪温度似乎太高。对于那些使用带有氟树脂涂装的煎锅的人来说，情况尤其如此。氟树脂在高达约260° C的温度下不会熔化。然而，许多人在几个月后买了新的平底锅，因为他们已经融化了树脂。尽管正确的烹饪温度的上限刚刚超过180°C，但很可能食物的烹饪温度为260°C或更高。这不仅不好吃，而且对您的健康也不好。

为什么会发生这种情况？原因似乎在于含氟树脂的“热传导性”。氟树脂的导热性是铁的1/217。这不是一个能对比好不好的导热性的问题。铁锅上的含氟聚合物涂层是一层非常薄的膜，因此热量在一定程度上被传递，但关键是不够。因此，许多人倾向于用大火烹饪，因为热量不能像铁器那样迅速渗透到食物中。这意味着需要根据工具的特点，以不同的方式使用它们。烹饪的基本原则是“正确的原料、正确的工具、正确的烹饪方式”。我们希望您喜欢为你的家人和自己做饭。

# 在电磁炉上使用时要注意

在燃气灶中，火焰产生的热量围绕着锅体，对其进行加热。另一方面，电磁炉只加热锅底，锅底与顶板接触，呈甜甜圈形状。加热的甜甜圈和锅内其他部分之间的巨大温差会导致底座因热膨胀而变形（向外凸起）。

## 如何使用

开始时，将锅放在 "低" 档，加热一段时间，然后逐渐增加到 "中" 档，达到合适的温度后开始烹饪。这样你就可以防止锅底发生变化。

## 如果底部变形了会怎样？

食用油往往会积聚在底座的凹陷处。在灶台上会有轻微的晃动和不稳定。然而，你仍然能够像以前一样做饭。你可以按原样使用它。不幸的是，不可能把底部弄平。

## ●关于COOCpan防烫夹

- 千万不要粗暴地使用，锅体可能会掉下来，导致受伤。
- 用COCOpan进行烹饪和移动的时候，请使用专用的COCOpan防烫夹。

### 产品描述

---

锅的材料：冷轧钢板

---

底部厚度：

1.6毫米厚（下记以外的，所有的系列）

2.0毫米厚（COCOpan烧烤，COCOpan晨曦）

3.0毫米厚（COCOpan铁锅S，M）

3.2毫米厚（COCOpan Premier，COCOpan铁锅L）

生产地：日本

---

防烫夹的材质：不锈钢

生产地：中国

---

<https://www.cocopan.co.jp>

感谢您的购买。

请将此手册保存，以备将来使用。



# COCOpan夹持器

使用说明书

- 材料：不锈钢430
- 生产国：中国
- 尺寸：20.5x11.5x2.8cm
- 重量：147克

## ■ 注意事项

- 请不要将该产品用于COCOpan以外的产品。
- 请用该产品将锅子牢牢地夹住。只是使用一半部分夹住的话，容易滑落。
- 当使用该产品，如果有任何轻微的晃动或滑动，请不要使用。  
如果夹持部分被油覆盖，有滑落的风险。如果有这种附着物，请在使用前擦拭干净。
- 握住锅子的时候，请不要松开手的力量，否则可能锅子会掉下来。
- 烹饪时请不要翻动锅子。
- 如果重量（包括锅的重量）超过3公斤，请不要使用。
- 请不要用该产品直接接触食物。