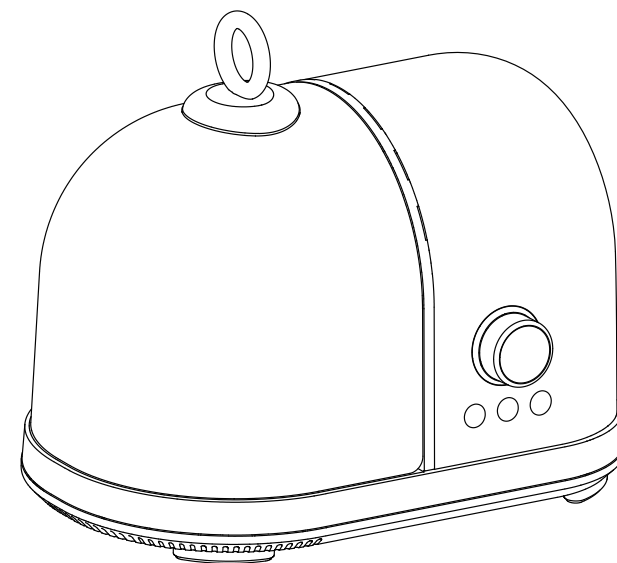


solac



**solac**

膠囊空氣烤炸鍋

SAF-702W

委製/進口商：群光電子股份有限公司

地址：新北市三重區光復路二段69號

客服電話：0800-828-772

<http://www.chiconyitd.com/tw/>

## 產品規格

額定電壓：110V／60Hz

額定功率：720W(氣炸鍋)；500W(燒烤)

產品尺寸：309mm(L)\*225mm(W)\*266mm(H)

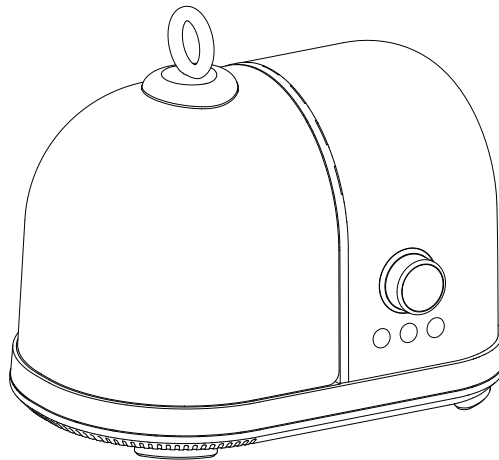
氣炸鍋容量：1.2L(0.6L\*2)

氣炸鍋溫度設定：65°C-200°C，時間設定：1-45分鐘


燒烤溫度設置：105°C-220°C，時間設定：1-90分鐘

可拆卸不銹鋼炸籃：2入

產品產地：中國



## 安全及注意事項

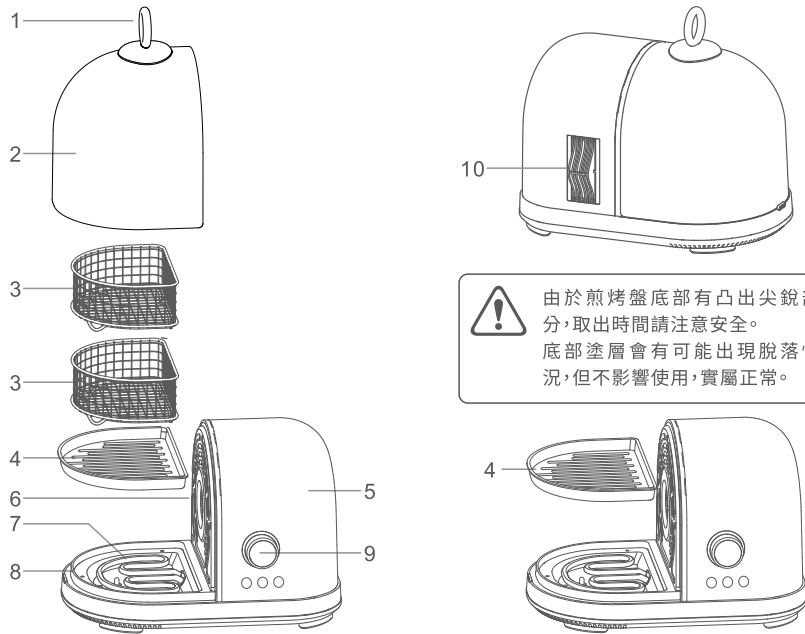
 請注意，熱表面高溫危險。

- 本產品為家用電器，僅適用於家庭之室內運用，任何戶外等的用途均在禁用之列。
- 本產品主機，不可浸泡在水中。
- 如電源線軟線損壞，為了避免危險，必須有製造商或專業人員來更換。
- 非本公司提供的配件，請勿運用於本電器中，以免引起不必要的人身傷害、電擊及火災等情況發生。
- 未經授權，請勿對本電器進行拆開、維修、或改裝等行為。
- 若產品使用前，發現包裝、產品破損，請不要使用並退回零售商或經銷商處理。
- 仔細核對電器底部的銘牌，確認本電器的電氣規格與您的家用一致。
- 本產品非可移動電器，使用時，要放置在水平、穩固的檯面上。
- 本電器為發熱電器，請留意周圍使用環境，不可有易燃、易爆物靠近。
- 新產品使用前，請用乾爽的抹布清潔機器(請勿用濕布)，避免電擊傷害事故。
- 使用產品時，留意烤盤上的高溫警告標，避免赤裸的手指碰觸烤盤而燙傷。
- 產品使用時，濕潤的肢體部位，請勿觸摸電源線、控制面板等帶電部位。
- 產品使用時，請勿讓電源線碰觸鋒利的物品，及高溫源等，避免電氣事故。
- 產品使用完成後，先進行必要的清潔，存儲於乾爽、通風的環境並避免陽光曝曬。
- 主機、烤盤及玻璃罩其表面在工作時或剛使用完後會變燙，請勿接觸以免燙傷。
- 避免發生危險，本產品不能在外接定時器或獨立的遙控控制系統的方式下運行。
- 本電器不預期供生理、感知、心智能力、經驗或知識不足之使用者(包含孩童)使用，除非在對其負有安全責任的人員之監護或指導下安全使用。
- 孩童應受監護，以確保孩童不嬉玩電器。

## 控制面板



## 配件名稱

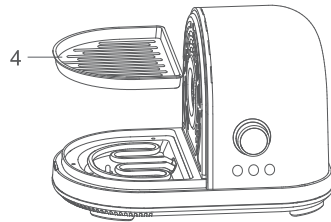


### 氣炸組合

- 1. 玻璃罩提手
- 2. 玻璃罩
- 3. 炸籃
- 4. 煎烤盤
- 5. 主機
- 6. 導風板
- 7. 煎烤發熱管
- 8. 煎烤反射板
- 9. 旋鈕
- 10. 排煙口

### 煎烤組合

由於煎烤盤底部有凸出尖銳部分，取出時間請注意安全。底部塗層會有可能出現脫落情況，但不影響使用，實屬正常。

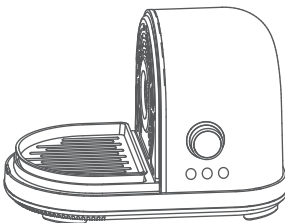


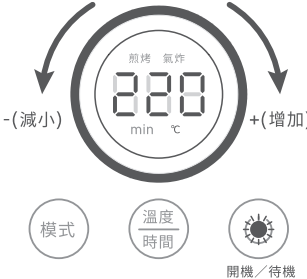
## 氣炸使用方式

<p>1</p>	<p>將炸籃清潔乾淨後，水平放置在安全平直的檯面上，將準備好的食物放入炸籃中；請勿將食物堆積太滿，需要一次烹飪較多食物時，可以使用兩個炸籃疊加在一起使用。</p> <p><b>警告</b> 注意：請勿將食物塞滿整個炸籃，否則風道受阻會影響烹飪效果，夾在中間的食物比較難熟。</p> <p>【參看圖1】</p>
<p>2</p>	<p>將主機水平放置在安全、平整的檯面上再將煎烤盤放在煎烤發熱管上，然後把裝好食物的炸籃依順序放在煎烤盤上。(如左圖所示)</p> <p>注意：請將煎烤盤、炸籃平穩的放在主機上，炸籃盡量居中放置。</p> <p>註：煎烤盤在氣炸模式只做接油盤使用。</p> <p>【參看圖2】</p>
<p>3</p>	<p>蓋上玻璃罩：將玻璃罩從上向下平穩的放置在主機上，注意玻璃罩尾部卡在主機限位槽內，避免玻璃罩滑落。</p> <p>【參看圖3】</p>
<p>4</p>	<p>接通電源，所有顯示閃亮一次，機器發出一聲“bi”的長鳴，開機待機燈呼吸顯示，其它均不顯示。</p> <p>觸摸開機／待機鍵，開機／待機燈長亮，同時數碼屏點亮，顯示“000”。</p> <p>【參看圖4】</p>

<p>5</p> 	<p>觸摸一次“模式”鍵，數碼屏“氣炸”模式燈和“溫度”顯示燈點亮，默認顯示氣炸最高溫度200°C，氣炸發熱管和風機同時開始工作。【參看圖5】</p> <p>在溫度顯示狀態下，旋轉旋鈕可以調節烹飪溫度，順時針旋轉旋鈕增加溫度，逆時針旋轉旋鈕減低溫度，最低可設定65°C。</p> <p>如果需要設定烹飪時間，觸摸一次“溫度/時間”鍵，顯示屏切換到顯示烹飪時間25分鐘，“min”時間顯示燈點亮，“°C”溫度顯示燈熄滅。此時旋轉旋鈕可以調節烹飪時間，順時針旋轉旋鈕增加時間，逆時針旋轉旋鈕減低時間氣炸功能默認25分鐘，可設定最長時間為45分鐘，設定好烹飪時間，開始倒數計時，倒數計時結束後，工作完成，發出一聲“嗶”的提示音。【參看圖6】</p> <p>炸完食物後，拔掉電源線，清洗好煎烤盤（接油盤）、炸籃等，貯藏備下次使用。</p>
<p>6</p> 	<p>炸完食物後，拔掉電源線，清洗好煎烤盤（接油盤）、炸籃等，貯藏備下次使用。</p>

### 煎烤使用方式

<p>1</p> 	<p>將主機水平放置在安全、平直的台面上，再將煎烤盤放在煎烤發熱管上（如左圖所示）</p> <p>注意：請把煎烤盤平穩的放在煎烤發熱管上，使煎烤盤與發熱管充分接觸。</p> <p>【參看圖一】</p>
--	--

<p>2</p> 	<p>接通電源，所有顯示閃亮一次，機器發出一聲“bi”的長鳴，開機/待機燈呼吸顯示，其它均不顯示。</p> <p>觸摸開機/待機鍵，開機/待機燈長亮，同時數碼屏點亮，顯示“000”。</p> <p>【參看圖2】</p>
<p>3</p> 	<p>觸摸兩次“模式”鍵，數碼屏“煎烤”模式燈和“溫度”顯示燈點亮，默認顯示煎烤最高溫度220°C，煎烤發熱管開始工作。（氣炸發熱管和風機不啟動工作）</p> <p>在溫度顯示狀態下，旋轉旋鈕可以調節烹飪溫度，順時針旋轉旋鈕增加溫度，逆時針旋轉旋鈕減低溫度，最低可設定105°C。</p> <p>【參看圖3】</p>
<p>4</p> 	<p>如果需要定烹飪時間，觸摸一次“溫度/時間”鍵，顯示屏切換到顯示烹飪時間60分鐘，“min”時間顯示燈點亮，“°C”溫度顯示燈熄滅。此時旋轉旋鈕可以調節烹飪時間，順時針旋轉旋鈕增加時間，逆時針旋轉旋鈕減低時間煎烤功能默認60分鐘，可定最長時間為90分鐘，設定好烹飪時間後，開始倒計時，倒計時結束後，工作完成，發出一聲“bi”的提示音。【參看圖6】</p>
<p>5</p> 	<p>煎烤完食物後，拔掉電源線，清洗好煎烤盤等，貯藏備下次使用。</p>



### 警告

- 1、首次使用前，需對產品預熱，請設置氣炸功能鍵，200°C，10分鐘。
- 2、必須蓋上玻璃罩後，才能按氣炸鍵。
- 3、使用氣炸功能操作過程中，禁止按煎烤鍵。
- 4、加熱時玻璃罩表面高溫，請勿觸摸。
- 5、請待玻璃罩冷卻後再清洗，以免破裂。
- 6、排煙口禁止覆蓋。
- 7、小心排煙口排出的蒸汽，以免燙傷。
- 8、使用期間或使用後，煎烤盤、反射盤、導風板及玻璃罩仍處於高溫，請勿觸摸。
- 9、請勿使用金屬製鏟、棒或刀等利器，令煎烤盤受損。

### 清潔保養

#### 清潔

請仔細清洗，保持整潔，長期使用

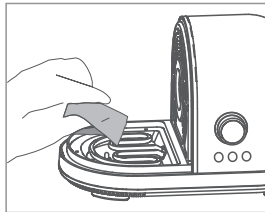
- 拔出插頭、待冷卻後清洗。
- 使用清洗劑清洗時請選用廚房用清洗劑(餐具、烹調器具用)
- 選用柔軟的海綿抹布。

#### 配件清洗

- 有附著的髒污時，用溫水泡一段時間。
- 用海綿在稀釋過清潔劑的水里或溫水中清洗，並用水沖洗。
- 炸籃、煎烤盤(接油盤)，可用熱水浸再清洗，亦可在洗碗機中清洗，玻璃罩要冷卻後才能放水中或洗碗機中清洗。
- 用乾布將水擦乾，使其充分乾燥。

#### 主體清洗

- 清洗主機外殼時，先將布浸泡在稀釋過清潔劑的水中，擰乾後擦拭乾淨，並用乾布把殘留的清洗劑和水分擦乾。
- 清潔主機內部時，必須拔掉電源，等待整機冷卻後再用乾紙巾或乾抹布擦拭。



### 警告

禁止用水沖洗或用濕布、濕紙巾等帶有液體的清潔工具清洗主機內部、發熱管、風扇葉為導電原器件，避免不必要的風險。

#### 保養

- 本產品宜經常使用，以維持電器良好的工作狀態。
- 如長期不用請將本產品保存在乾燥通風處以防電器受潮。
- 按正確的步驟，將機器組合收藏，以備下次使用。

#### 注意

- 請不要使用釋劑去污粉、漂白粉、化學抹布、金屬鏟、尼龍刷等清潔用具。
- 請不要將主機放入洗碗機、烘乾機等。
- 請不要過度搓洗煎烤盤(接油盤)，以免磨損。
- 請不要強力搓洗主體外殼。
- 請不要將產品主體浸於水中或向其潑水。
- 請不要將電源線浸於水中或向其潑水。

### 常見問題及維護

常見問題	問題原因	處理方法
插上電源後，機器沒反應，操作面板無顯示	沒有插入電源，或電源有問題	插上電源或請電工處理電源問題
按下電源開關，機器報警	機器內部線路有問題	退回經銷商處理
機器開機工作後，烤盤溫度過低或過高	開機後，沒有調節溫度 本機可調105-220°C	旋轉旋鈕，增加或減少溫度
機器在氣炸食物時，油煙非常大	接油盤裝滿了油，就會溢出，產生油煙	倒掉接油盤的油，繼續使用
機器工作一段時間後，突然停機，且5聲“be”	本產品程序有時間設定 完成時會自動關機	再次按程序開機，可以再次工作
顯示E1	氣炸傳感器開路	請到各經銷商 服務店維修更換
顯示E2	氣炸傳感器短路	
顯示E3	煎烤傳感器開路	
顯示E4	煎烤傳感器短路	

## 限用物質含有情況聲明

單元(註)	限用物質及其化學符號					
	鉛(Pb)	汞(Hg)	鎘(Cd)	六價鉻(Cr <sup>6+</sup> )	多溴聯苯(PBB)	多溴二苯醚(PBDE)
電源線	0	0	0	0	0	0
線路板	0	0	0	0	0	0
發熱管	0	0	0	0	0	0
接油盤	0	0	0	0	0	0
煎烤盤	0	0	0	0	0	0
氣炸盤	0	0	0	0	0	0
炸籃	0	0	0	0	0	0
矽膠件	0	0	0	0	0	0
塑膠件	0	0	0	0	0	0
五金件	0	0	0	0	0	0
內部線	0	0	0	0	0	0

備考1. “超出0.1 wt %”及“超出0.01 wt %”係指限用物質之百分比含量超出百分比含量基準值。

備考2. “○”係指該項限用物質之百分比含量未超出百分比含量基準值。

備考2. “-”係指該項限用物質為排除項目。

## 保證書

- 本公司產品皆經過嚴密檢查與試驗，請安心使用。
- 感謝您選購本產品，自購買日期起一年內，在正常使用下故障，本公司免費維修。
- 本機內部任何零件，如非本公司技術人員裝修，而使機器故障，本公司將不負保證責任。
- 保固期間被如有下列之情況亦酌收材料工本費：
  1. 未使用說明書或本公司人員所示範之正確使用方法，不論是故意或過失因素發生之故障。
  2. 改造或變更原來構造時，所發生之故障。
  3. 因火災或其他天災及其他人為因素等，所發生故障。
  4. 經查證非本公司銷售之機器，無發提供保證書、有效發票正本及經銷商蓋章印者。
  5. 消耗品、附件等，雖在有效保固期間，恕不免費保證。
  6. 若遺失本保證書，恕不補發。

<b>solac</b> 膠囊空氣烤炸鍋		SAF-702W
購買日期：	年 月 日	(保固期限為自購買日期一年內)
機身序號：		
經銷商蓋章處		

(本保固書須經經銷商蓋章並填寫日期須與機號相同方始生效)

sOlac

# 氣炸 *cooking* 食堂 *fun!*

滿足味蕾與健康的  
秘密武器！





sOlac

200

⏪ + - ⏩

⏻ ⏹ ⏸



# 目錄

<b>Part 1</b>	<b>尋找鮮美</b>	香料炸蝦	05
		清爽鮭魚	07
		香烤魷魚	09
<b>Part 2</b>	<b>滿足味蕾</b>	任性炸雞	11
		嫩烤排骨	13
		蒜香骰子牛	15
<b>Part 3</b>	<b>簡單料理</b>	酥脆薯條	17
		起司地瓜	19
		一口法式吐司	21
<b>Part 4</b>	<b>吃出新意</b>	酪梨焗蛋	23
		番茄焗蛋	25
		彩虹雞肉串	27
		葡式蛋塔	29
		爆漿炸鮮奶	31

請根據實際食材及個人喜好調整氣炸/煎烤的溫度與時間，食譜僅供參考。



LATINO  
BREWERY

# 香料炸蝦

銷魂下酒菜

## 食材

白蝦、蠔油、薑蒜、花椒、蔥花、辣椒粉、孜然粉、料酒、食用油

## 步驟



### Step 1

將白蝦清洗乾淨，去蝦線、剪蝦鬚。

### Step 2

處理好的白蝦放入盆中，打入1個雞蛋，再依照自己喜好放入蠔油、薑蒜、花椒、蔥花、辣椒粉、孜然粉、料酒等調味品，醃製時可放入一點食用油，攪拌均勻後醃製20分鐘。

### Step 3

醃製好的蝦放入炸籃中，氣炸魚設置190°C，時間15分鐘即可上桌。

注意：請根據蝦的大小調整加熱時長

*Tips*

白蝦開背更入味！



谷  
物

KK

# 清爽鮭魚

增肌減脂者必吃

## 食材

鮭魚2塊、鹽、橄欖油、黑胡椒粉、檸檬半顆

## 步驟



### Step 1

鮭魚提前解凍好，厚切成段，撒上黑胡椒與鹽巴。



### Step 2

檸檬切片，將檸檬片放在魚上，靜置醃製15—20分鐘。



### Step 3

設置煎烤溫度160°C，鍋熱後倒入少許橄欖油。



### Step 4

放入鮭魚，反面煎1-2分鐘，煎的過程中不要翻動魚塊，另外兩面稍微煎至金黃色，即可出鍋上桌。



# 香烤魷魚

與啤酒邂逅的夜晚

---

## 食材

魷魚、蒜末、青蔥、蠔油、孜然粉、辣椒粉、食用油、料酒、白芝麻

## 步驟



### Step 1

魷魚先洗淨，較長的部分可對半切，瀝乾水分。



### Step 2

加入蔥花、蒜末、孜然粉、辣椒粉、料酒，依照個人喜好放一點食用油，醃製10分鐘。



### Step 3

魷魚倒入炸籃，氣炸185°C，時間10分鐘左右，中途可翻動炸籃裡的魷魚，裝盤時撒上些許白芝麻即可上桌。





# 任性炸雞

## 來份炸雞少油

### 食材

雞翅、薑蒜、醬油、料酒、蜂蜜、黑胡椒粉

### 步驟



#### Step 1

雞翅洗乾淨，用小刀在雞翅正面划2小刀方便入味。

#### Step 2

根據愛好加入薑末、蒜末、料酒、醬油、黑胡椒、辣椒粉，混合均勻醃製1.5小時。

#### Step 3

將醃好的雞翅放入炸籃，表面再刷上一層醃料。

#### Step 4

氣炸190°C，炸15分鐘即可上桌。

*Tips*

剩五分鐘的時候在雞翅表面刷一層蜂蜜水，讓表面更加香甜酥脆。



# 嫩烤排骨

滲入骨子裡的誘惑力

---

## 食材

排骨、薑蒜、檸檬葉、醬油、白砂糖、胡椒粉、料酒

## 步驟



### Step 1

將排骨洗淨後切成段。



### Step 2

準備一個大碗、放入排骨、薑蒜、檸檬葉、醬油、白砂糖、胡椒粉、料酒。拌勻後醃製30分鐘以上。



### Step 3

把排骨放入炸籃，氣炸190°C，時間15–20分鐘即可出鍋。

注意：若排骨肉較厚，加熱時間可適當延長



# 蒜香骰子牛

配上蒜片更銷魂

## 食材

雪花骰子牛、黑胡椒、奶油、海鹽、蒜片

## 步驟



### Step 1

骰子牛以廚房紙巾吸乾表面水分，直到牛肉表面不會黏住廚房紙巾。



### Step 2

用海鹽和黑胡椒醃一會兒，用手捏均勻，醃製15–20分鐘。



### Step 3

氣炸杯換上煎烤盤，把溫度調到190°C，鍋熱後放入一小塊奶油。



### Step 4

放入骰子牛和蒜片，蒜片微焦即可取出，骰子牛煎至各面均勻上色，調160°C中火煎牛肉表面微焦即可上桌。



# 酥脆薯條

大人小孩都喜歡

## 食材

馬鈴薯、鹽、食用油

## 步驟



### Step 1

馬鈴薯切條（寬度約1cm左右）在鹽水中浸泡20分鐘。馬鈴薯不要切太細，炸製過程中食物會因為水分蒸發而體積變小。

### Step 2

薯條撈起瀝乾，用廚房紙巾吸乾表面水分。

### Step 3

薯條放入盆裡，倒少許鹽拌勻調味，可不加油炸製，或是放少許油，讓炸出來的薯條色澤更好。

### Step 4

薯條放入炸籃，氣炸溫度200°C，氣炸20—25分鐘即可上桌。

*Tips*

馬鈴薯一定要充分瀝乾水分哦！





# 起司地瓜

濃郁牽絲的鬆軟口感

## 食材

地瓜、莫札瑞拉起司 5g、牛奶100ml、煉乳 3g、雞蛋1個、奶油

## 步驟



### Step 1-2

地瓜清洗乾淨，在四分之一處下刀切開，蒸20分鐘至鬆軟。將雞蛋打成蛋液。



### Step 3-4

錫箔紙將蒸好的地瓜包住，以湯匙挖出地瓜肉，地瓜皮留在錫箔紙裡。  
取一個乾淨的碗，放入地瓜，用湯匙壓碎後加入煉乳、牛奶、奶油攪拌均勻。



### Step 5-6

攪拌好的地瓜泥用湯匙舀回錫紙包裹的地瓜皮裡，抹上蛋液後鋪上一層厚莫札瑞拉起司條，氣炸溫度180°C，時間10—15分鐘，表面焦黃即可上桌。



# 一口法式吐司

浪漫優雅的味道

## 食材

吐司、煉乳、雞蛋、牛奶、麵包粉

## 步驟



### Step 1

將雞蛋打成蛋液，倒入牛奶  
(比例1:1)

### Step 2

吐司去邊，切成小正方塊，兩塊小吐司片中間放一層煉乳，做成夾心狀。

### Step 3

將夾心方塊吐司裹上蛋奶混合液，接著裹上麵包粉，氣炸190°C，炸15分鐘左右即可上桌。



# 酪梨焗蛋

營養美味無負擔

## 食材

酪梨、雞蛋、鹽、黑胡椒

## 步驟



### Step 1

將酪梨對半切，果核取出，果肉需要多挖一點出來，預留雞蛋的空間。



### Step 2

對半切的酪梨各打一顆雞蛋進去，撒上鹽巴、黑胡椒調味。



### Step 3

放置在空盤上，設置溫度200°C，時間10–15分鐘即可上桌。



# 番茄焗蛋

異國風情美味

---

## 食材

番茄、雞蛋、鹽、黑胡椒、莫札瑞拉起司

## 步驟



### Step 1

番茄洗淨，切掉一圈番茄蒂。挖掉部分番茄中心果肉。



### Step 2

在番茄內撒上少許鹽，打入一顆雞蛋，再撒上少許鹽和黑胡椒，最後撒上莫札瑞拉起司粉。



### Step 3

將番茄放置在氣炸盤上，用錫箔紙固定以防番茄滾動，氣炸200°C，時間10—15分鐘即可上桌。





# 彩虹雞肉串

簡單食物串出精采

## 食材

雞胸肉、彩椒、洋蔥、鮮香菇、蒜末、醬油、蠔油、料酒、黑胡椒粉、孜然粉、橄欖油、辣椒粉

## 步驟



### Step 1

雞肉、彩椒、洋蔥切成小方塊、鮮香菇十字切成4小塊。

### Step 2

雞肉單獨醃製，放蒜末、醬油、料酒、黑胡椒粉，醃製15分鐘。

### Step 3

彩椒、香菇和洋蔥一起放入醃製盆中，放入蠔油、黑胡椒、孜然粉，攪拌均勻，醃製10分鐘。  
(亦可加入適量辣椒粉)

### Step 4-5

用竹籤將雞肉、香菇、洋蔥、彩椒塊串起，用橄欖油在表面稍微刷兩下。

將雞肉串放入炸籃中，氣炸190°C，時間15分鐘即可上桌。



KINFC

# 葡式蛋塔

外酥內軟的香甜美味

---

## 食材

蛋塔皮 4 個、奶油 35g、牛奶 50g、白糖 10g、雞蛋 1 個

## 步驟



### Step 1

雞蛋加糖攪拌均勻，再加入牛奶、奶油充分攪拌均勻。



### Step 2

塔液過篩後倒入塔皮中約9分滿。



### Step 3

氣炸鍋預熱5分鐘，200°C，烤20分鐘。



# 爆漿炸鮮奶

街頭點心輕鬆做

## 食材

鮮奶 250 ml、玉米粉 30g、白糖 20g、雞蛋 1 個、麵包粉

## 步驟



### Step 1

把鮮奶、玉米粉、白糖倒入鍋中均勻攪拌，開小火，邊加熱邊攪拌成濃稠糊狀。



### Step 2

模具墊上一層保鮮膜，倒入鮮奶糊並冷卻，冷卻後放入冰箱冷藏凝固。



### Step 3

將鮮奶凍脫模切成方塊，先裹上一層玉米粉，再裹一層雞蛋液，最後裹上麵包粉。



### Step 4

氣炸 160°C 預熱 5 分鐘，把鮮奶凍放入炸籃，烤 10 分鐘即可上桌。

**solac**

