

# HÖGSMA

AA-2106292-1  
© Inter IKEA Systems B.V. 2012



Design and Quality  
IKEA of Sweden



**ก่อนที่จะใช้แป้งครั้งแรก**

เพื่อให้สามารถทำความสะอาดคราบไขมันออกจากแป้งได้ง่าย และช่วยให้แป้งทนความชื้นได้มากขึ้น คุณควรชโลมน้ำมันที่ใช้กับอาหารได้ลงบนแป้งก่อน เช่น น้ำมันแร่หรือน้ำมันพืช ทาน้ำมันครั้งแรกแล้วเช็ดออก จากนั้นทาซ้ำอีกครั้งหลังผ่านไป 24 ชั่วโมง

**การดูแลรักษาแป้งไม่**

- ใช้ผ้าเปียกเช็ดแป้ง หรือใช้แปรงขัดให้สะอาด อย่าปล่อยให้แป้งโดนน้ำเป็นเวลานาน เช่น อย่าปล่อยให้แป้งแช่อยู่ในน้ำ หรือให้ถูกความชื้น เพราะจะทำให้เกิดรอยแตกในเนื้อไม้ได้
- เช็ดแป้งให้แห้ง อย่าใช้ความร้อนสูงเร่งให้แห้ง
- ใช้กระดาษทรายขัดและทาน้ำมันซ้ำ เพื่อปรับสภาพเนื้อไม้

**คำแนะนำบางประการ**

- ควรแยกแป้งที่ใช้เตรียมอาหารต่างชนิดกัน ใก้ดิบอาจมีแบคทีเรียบางประเภท ซึ่งไม่ควรให้ปนเปื้อนกับอาหารที่รับประทานแบบดิบๆ ดังนั้นควรล้างอุปกรณ์เครื่องใช้ต่างๆ และแป้งที่ใช้หั่นใก้ดิบให้สะอาดหมดจด
- มีข้อแนะนำอีกว่า ควรแยกแป้งที่ใช้กับอาหารบางชนิด เช่น หัวหอม ปลา เป็นต้น เพราะอาหารเหล่านี้มีกลิ่นแรง ซึ่งกลิ่นอาจจะติดไปกับส่วนประกอบอื่นๆ ได้ง่าย

**ENGLISH**

中文

繁體

한국어

日本語

**BAHASA INDONESIA****BAHASA MALAYSIA**

عربي

ไทย

4

6

7

8

9

10

11

13

14

### Before using the chopping board for the first time

To make it easier to protect your chopping board against grease and to increase its natural resistance to moisture, it should be treated with oil approved for contact with food, for instance mineral oil or vegetable oil. Oil once, wipe off any surplus oil and then repeat the treatment 24 hours later.

### Looking after your chopping board

- Clean your chopping board by wiping it with a wet cloth or scrubbing it with a brush. Do not allow the chopping board to be in contact with water for a prolonged period of time, to soak or be moist. This can cause the wood to split.
- Dry the chopping board carefully but do not use high temperature to speed up the drying process.
- To recondition the chopping board, it may be rubbed with sandpaper and re-oiled.

### قبل استخدام لوح التقطيع للمرة الأولى

لجعل حماية لوح التقطيع ضد الدهون أكثر سهولة و لزيادة مقاومته الطبيعية للرطوبة، يجب معالجته بزيت موافق عليه للملامسة الأطعمة، كمثال زيت معدني أو زيت نباتي. ضع الزيت مرة واحدة و قم بإزالة أي فوائض زيت ثم أعد المعالجة بعد 24 ساعة.

### كيفية العناية بلوح التقطيع

- نظف لوح التقطيع بقطعة قماش رطبة أو بحكه بفرشاة. لا تدع لوح التقطيع يبقى في الماء لفترة طويلة. لا تترك لوح التقطيع مغموراً في الماء أو نديا فقد يسبب ذلك تشققات.
- جففه جيدا و لكن لا تعرض لوح التقطيع لدرجة حرارة عالية لتسريع عملية التجفيف.
- لترميم و إعادة تأهيل لوح التقطيع، بكل بساطة صنف السطح بصفرة ناعمة و أعد دهنه بالزيت.

### كلمات قليلة للنصح

- إنها فكرة جيدة أن تستعملي ألواح تقطيع مختلفة لمختلف أنواع الطعام، الدجاج النيئ، على سبيل المثال، ربما يحتوي بكتيريا لا يجب السماح لها أن تصل بالأطعمة التي تؤكل نيئة. لذلك فإن أدوات المطبخ وألواح التقطيع التي تلامس الدجاج النيئ يجب دائما غسلها بعناية تامة.
- من المفيد أيضاً استعمال ألواح تقطيع للأطعمة مثل البصل، السمك إلخ. فتلك الأطعمة ذات روائح قوية يمكنها بسهولة الانتقال لمكونات أخرى.

bawang, ikan dll. Bau yang kuat dengan mudah akan dipindahkan kepada bahan-bahan lain.

**A few words of advice**

- It is a good idea to use different chopping boards for different types of food. Uncooked chicken, for example, may contain bacteria that should not be allowed to come into contact with foods that are eaten raw. Utensils and chopping boards that have come into contact with raw chicken should therefore always be washed very carefully.
- It is also advisable to use separate chopping boards for foods such as onion, fish etc. These have strong smells that can easily be transferred to other ingredients.

### 第一次使用砧板之前

为了便于防止您的砧板受到油脂侵蚀，增强其天然的防水性，应使用可与食物接触的油，例如，矿物油或植物油，进行处理。先上一遍油，将多余的油擦掉，24小时后，重复这个处理。

### 爱护您的砧板

- 清洁砧板可用湿布擦洗或用刷子刷洗。不要让砧板长时间与水接触，以此浸泡或弄湿砧板。这会导致木材开裂。
- 让砧板彻底干燥，但不要高温加速干燥过程。
- 为使砧板恢复原貌，可用砂纸打磨并重新上油。

### 几点建议

- 种类不同的食物使用不同的砧板是一个好主意。例如，生鸡会带有细菌，不应与生吃的食物接触。因此，与生鸡接触的厨具和砧板应仔细地予以清洗。
- 此外，洋葱、鱼等食物应使用另外的砧板。这些食物气味浓烈，很容易就会将气味沾染到其他原料上。

### Sebelum kali pertama menggunakan landas cincang

Untuk memudahkan anda melindungi landas cincang daripada minyak dan untuk menambahkan ketahanan semulajadinya terhadap lembapan, ia patut dirawat dengan minyak yang sesuai dengan makanan contohnya minyak mineral atau minyak sayur-sayuran. Lumurkan minyak sekali, lap lebihan minyak dan ulang rawatan selepas 24 jam.

### Cara menjaga landas cincang anda

- Bersihkan landas cincang dengan mengelap menggunakan kain basah atau memberusnya. Jangan biarkan landas cincang terkena air untuk jangka masa yang panjang. Jangan biarkan landas cincang terendam atau lembap kerana ini mungkin menyebabkan rekahan.
- Keringkan dengan sempurna, tetapi jangan gunakan suhu yang tinggi untuk mempercepatkan proses pengeringan.
- Untuk memulihkan landas cincang, gosok permukaan dengan kertas pasir dan sapu minyak.

### Nasihat

- Ia adalah satu idea yang baik untuk menggunakan landas cincang yang berlainan untuk jenis makanan yang berlainan. Sebagai contoh, ayam yang belum dimasak mungkin mengandungi bakteria yang tidak sepatutnya terkena makanan yang dimakan mentah. Peralatan dan landas cincang yang terkena ayam yang belum masak perlu dibasuh dengan teliti.
- Adalah juga dinasihatkan untuk menggunakan landas cincang yang berlainan untuk makanan seperti

**Sebelum pertama kali digunakan**

Untuk memudahkan perlindungan papan potong Anda terhadap minyak dan meningkatkan ketahanan alami terhadap kelembaban, haruslah dirawat dengan minyak yang boleh terkontak dengan makanan, misalkan minyak mineral atau minyak sayur. Minyak sekali, lap bersih minyak yang berlebihan dan kemudian ulangi perawatan 24 jam kemudian.

**Cara memelihara papan potong anda**

- Bersihkan papan potong menggunakan kain lembab atau gosok dengan sikat. Jangan biarkan berada dalam air untuk jangka waktu yang lama. Jangan rendam atau dibiarkan lembab. Ini dapat menyebabkan kayu rusak.
- Keringkan dengan hati-hati tetapi dengan suhu tinggi untuk mempercepat proses pengeringan.
- Untuk pemulihan kembali keadaan, cukup amplas dengan kertas pasir halus dan sapukan kembali dengan minyak.

**Saran**

- Adalah ide yang baik dengan menggunakan papan yang berbeda untuk jenis makanan yang berbeda. Ayam mentah, misalnya, kemungkinan mengandung bakteri tidak boleh terkontak dengan makanan yang akan dimakan mentah. Peralatan makan dan papan potong yang telah terkontak dengan ayam mentah harus selalu dicuci bersih.
- Hal ini juga dianjurkan untuk menggunakan papan potong yang terpisah untuk makanan, seperti bawang merah, ikan dll. Bau yang kuat dengan mudah dapat dipindahkan ke bahan lain.

**第一次使用砧板前**

爲了使砧板避免接觸油脂及增加其天然的抗潮力，應塗上可接觸食物的保養油，如礦油或植物油。上一次油，擦掉多餘的保養油，24小時後再上一次油。

**砧板保養說明**

- 用溼布將砧板擦拭乾淨或用刷子刷拭乾淨。不可使砧板長期泡水或受潮，這會造成木頭破裂。
- 小心擦乾砧板，請勿以高溫快速的方式烘乾。
- 為修復砧板，可用砂紙磨光表面並重新上油。

**建議事項**

- 不同種類的食物最好使用不同的砧板。舉例來說，生雞肉可能藏有細菌，不可接觸生食的食物。接觸過生雞肉的器具及砧板於使用過後一定要仔細清洗。
- 也建議應隨著食物的不同而個別使用不同的砧板，像是洋蔥，魚類等。食物的強烈味道會很容易轉附在其他食材。

**처음 도마를 사용하기 전에**

도마를 기름으로부터 보호하고 수분에 대한 저항성을 키우기 위해서는 식품과 접촉이 가능한 미네랄오일, 식물성오일 등의 오일로 도마 표면을 관리해주어야 합니다. 오일을 바른 후 여분의 오일을 닦아내고 24시간 후 과정을 반복하면 됩니다.

**도마 관리방법**

- 젖은 천이나 브러시로 닦아서 도마를 세척하세요. 오랜 시간동안 물과 접촉하도록 놔두고 물에 담가두거나 젖은 상태로 두면 나무가 갈라질 수 있습니다.
- 도마를 꼼꼼하게 건조시키세요. 단, 건조 과정을 단축하려고 높은 온도에 노출시키면 안됩니다.
- 표면을 사포로 밀고 오일을 다시 발라주면 다시 새것처럼 사용할 수 있습니다.

**사용 팁**

- 식재료에 따라 도마를 구분해 사용하면 좋습니다. 예를 들어, 익히지 않은 닭고기에는 익히지 않은 상태로 섭취하는 음식이 접촉하면 안될 박테리아가 있을 수 있습니다. 그래서 익히지 않은 닭고기와 접촉한 주방 기구와 도마는 매우 깨끗하게 씻어야 합니다.
- 양파나 생선 등의 식재료도 도마를 구분해 사용하는 것이 좋습니다. 향이 강한 이와 같은 재료들의 냄새가 다른 재료에 전이되기 쉽기 때문입니다.

**まな板を初めてご使用になる前に**

本来の防湿性を強化し、油がつきにくくするため、食べ物にふれても安全なミネラルオイルや植物油などを塗ってください。オイルを一度塗り、余分な油をふきとった後24時間たってからもう一度このお手入れを行ってください。

**まな板のお手入れ方法**

- まな板を洗浄するにはぬれたな布でふくか、ブラシでこすってください。まな板を水に浸けたまま長い間放置しないでください。木が割れることがあります。
- まな板を十分乾かしてください。しかし速く乾かすために高温に当てないでください。
- まな板の表面を調整するには、中細のサンドペーパーで表面を丁寧にこすった後オイルを塗ってください。

**アドバイス**

- 食品別にまな板を使い分けることをおすすめします。例えば生の鶏肉には細菌がついている場合があるので、生で食べる食品に触れないようにしてください。生の鶏肉に触れた調理器具やまな板は十分に洗浄してください。
- また、玉ねぎ、魚などにおいの強い食品には、他の食品ににおいが移らないよう別のまな板を使用することをおすすめします。