




user manual
guide de l'utilisateur
gebruikershandleiding
benutzerhandbuch
manual del usuario
brugervejledning
brukerhåndbok
manuale per l'utente

PM175X
PM176X



Important safety instructions	4 - 5
Oven & accessories	6
Control panel	7
Before operation	7
Setting the clock	8
Microwave cooking advice	9 - 10
Microwave safe cookware	10
Microwave power levels	11
Manual operation	11
Other convenient functions	12 - 13
Auto programmes operation	14
Auto programmes charts	15 - 17
Recipes for auto programmes AC-6 & AC-7	17 - 18
Cooking charts	19 - 20
Recipes	20 - 22
Care & cleaning	23
What to do if...	24
Guarantee/customer service	25
Specifications	26
Important information	26
Installation	27 - 28

The symbol  on the product or on its packaging indicates that this product may not be treated as household waste. Instead it shall be handed over to the applicable collection point for the recycling of electrical and electronic equipment. By ensuring this product is disposed of correctly, you will help prevent potential negative consequences for the environment and human health, which could otherwise be caused by inappropriate waste handling of this product. For more detailed information about recycling of this product, please contact your local city office, your household waste disposal service or the shop where you purchased the product.



IMPORTANT SAFETY INSTRUCTIONS

IMPORTANT SAFETY INSTRUCTIONS: READ CAREFULLY AND KEEP FOR FUTURE REFERENCE

To avoid the danger of fire.

The microwave oven should not be left unattended during operation. Power levels that are too high, or cooking times that are too long, may overheat foods resulting in a fire.

The electrical outlet must be readily accessible so that the unit can be unplugged easily in an emergency. The AC power supply must be 230 V, 50 Hz, with a minimum 10 A distribution line fuse, or a minimum 10 A distribution circuit breaker.

It is recommended that a separate circuit serving only this appliance be provided.

Do not store or use the oven outdoors.

If food being heated begins to smoke, DO NOT OPEN THE DOOR. Turn off and unplug the oven and wait until the food has stopped smoking. Opening the door while food is smoking may cause a fire.

Only use microwave-safe containers and utensils. See Page 10.

Do not leave the oven unattended when using disposable plastic, paper or other combustible food containers.

Clean the waveguide cover, the oven cavity, the turntable and turntable support after use. These must be dry and free from grease. Built-up grease may overheat and begin to smoke or catch fire.

Do not place flammable materials near the oven or ventilation openings. Do not block the ventilation openings.

Remove all metallic seals, wire twists, etc., from food and food packages. Arcing on metallic surfaces may cause a fire.

Do not use the microwave oven to heat oil for deep frying. The temperature cannot be controlled and the oil may catch fire.

To make popcorn, only use special microwave popcorn makers.

Do not store food or any other items inside the oven.

Check the settings after you start the oven to ensure the oven is operating as desired.

See the corresponding hints in the operation manual and the cookery book section.

To avoid the possibility of injury

WARNING:

Do not operate the oven if it is damaged or malfunctioning. Check the following before use:

- The door; make sure the door closes properly and ensure it is not misaligned or warped.
- The hinges and door safety latches; check to make sure they are not broken or loose.
- The door seals and sealing surfaces; ensure that they have not been damaged.
- Inside the oven cavity or on the door; make sure there are no dents.
- The power supply cord and plug; ensure that they are not damaged.

Never adjust, repair or modify the oven yourself. It is hazardous for anyone other than a competent person to carry out any service or repair operation which involves the removal of a cover which gives protection against exposure to microwave energy.

Do not operate the oven with the door open or alter the door safety latches in any way.

Do not operate the oven if there is an object between the door seals and sealing surfaces.

Do not allow grease or dirt to build up on the door seals and adjacent parts. Follow the instructions for "Care & Cleaning" on page 23. Failure to maintain the oven in a clean condition could lead to a deterioration of the surface that could adversely affect the life of the appliance and possibly result in a hazardous situation.

Individuals with PACEMAKERS should check with their doctor or the manufacturer of the pacemaker for precautions regarding microwave ovens.

To avoid the possibility of electric shock

Under no circumstances should you remove the outer cabinet.

Never spill or insert any objects into the door lock openings or ventilation openings. In the event of a spill, turn off and unplug the oven immediately and call an authorised ELECTROLUX service agent.

Do not immerse the power supply cord or plug in water or any other liquid.

Do not allow the power supply cord to run over any hot or sharp surfaces, such as the hot air vent area at the top rear of the oven.

Do not attempt to replace the oven lamp yourself or allow anyone who is not authorised by ELECTROLUX to do so. If the oven lamp fails, please consult your dealer or an authorised ELECTROLUX service agent.



If the power supply cord of this appliance is damaged, it must be replaced with a special cord. The exchange must be made by an authorised ELECTROLUX service agent.

To avoid the possibility of explosion and sudden boiling:

WARNING: Liquids and other foods must not be heated in sealed containers since they are liable to explode.

Never use sealed containers. Remove seals and lids before use. Sealed containers can explode due to a build up of pressure even after the oven has been turned off. Take care when microwaving liquids. Use a wide-mouthed container to allow bubbles to escape.

Microwave heating of beverages can result in delayed eruptive boiling, therefore care has to be taken when handling the container.

To prevent sudden eruption of boiling liquid and possible scalding:

1. Stir liquid prior to heating/reheating.
2. It is advisable to insert a glass rod or similar utensil into the liquid whilst reheating.
3. Let liquid stand for at least 20 seconds in the oven at the end of cooking time to prevent delayed eruptive boiling.

Do not cook eggs in their shells, and whole hard boiled eggs should not be heated in microwave ovens since they may explode even after microwave cooking has ended. To cook or reheat eggs which have not been scrambled or mixed, pierce the yolks and the whites, or the eggs may explode. Shell and slice hard boiled eggs before reheating them in the microwave oven.

Pierce the skin of such foods as potatoes, sausages and fruit before cooking, or they may explode.

To avoid the possibility of burns

Use pot holders or oven gloves when removing food from the oven to prevent burns.

Always open containers, popcorn makers, oven cooking bags, etc., away from the face and hands to avoid steam burns.

To avoid burns, always test food temperature and stir before serving and pay special attention to the temperature of food and drink given to babies, children or the elderly.

Temperature of the container is not a true indication of the temperature of the food or drink; always check the food temperature.

Always stand back from the oven door when opening it to avoid burns from escaping steam and heat.

Slice stuffed baked foods after heating to release steam and avoid burns.

Keep children away from the door to prevent them burning themselves.

To avoid misuse by children

WARNING: Only allow children to use the oven without supervision when adequate instructions have been given so that the child is able to use the oven in a safe way and understands the hazards of improper use.

This appliance is not intended for use by persons (including children) with reduced physical, sensory or mental capabilities, or lack of experience and knowledge, unless they have been given supervision or instruction concerning use of the appliance by a person responsible for their safety.

Children should be supervised to ensure that they do not play with the appliance.

Do not lean or swing on the oven door. Do not play with the oven or use it as a toy.

Children should be taught all important safety instructions: use of pot holders, careful removal of food coverings; paying special attention to packaging (e.g. self-heating materials) designed to make food crisp, as they may be extra hot.

Other warnings

Never modify the oven in any way.

This oven is for home food preparation only and may only be used for cooking food. It is not suitable for commercial or laboratory use.

To promote trouble-free use of your oven and avoid damage.

Never operate the oven when it is empty.

When using a browning dish or self-heating material, always place a heat-resistant insulator such as a porcelain plate under it to prevent damage to the turntable and turntable support due to heat stress. The preheating time specified in the dishes instructions must not be exceeded.

Do not use metal utensils, which reflect microwaves and may cause electrical arcing. Do not put cans in the oven.

Only use the turntable and the turntable support designed for this oven. Do not operate the oven without the turntable.

To prevent the turntable from breaking:

- (a) Before cleaning the turntable with water, leave the turntable to cool.
- (b) Do not put hot foods or hot utensils on a cold turntable.
- (c) Do not put cold foods or cold utensils on a hot turntable.

Do not place anything on the outer cabinet during operation.

NOTE:

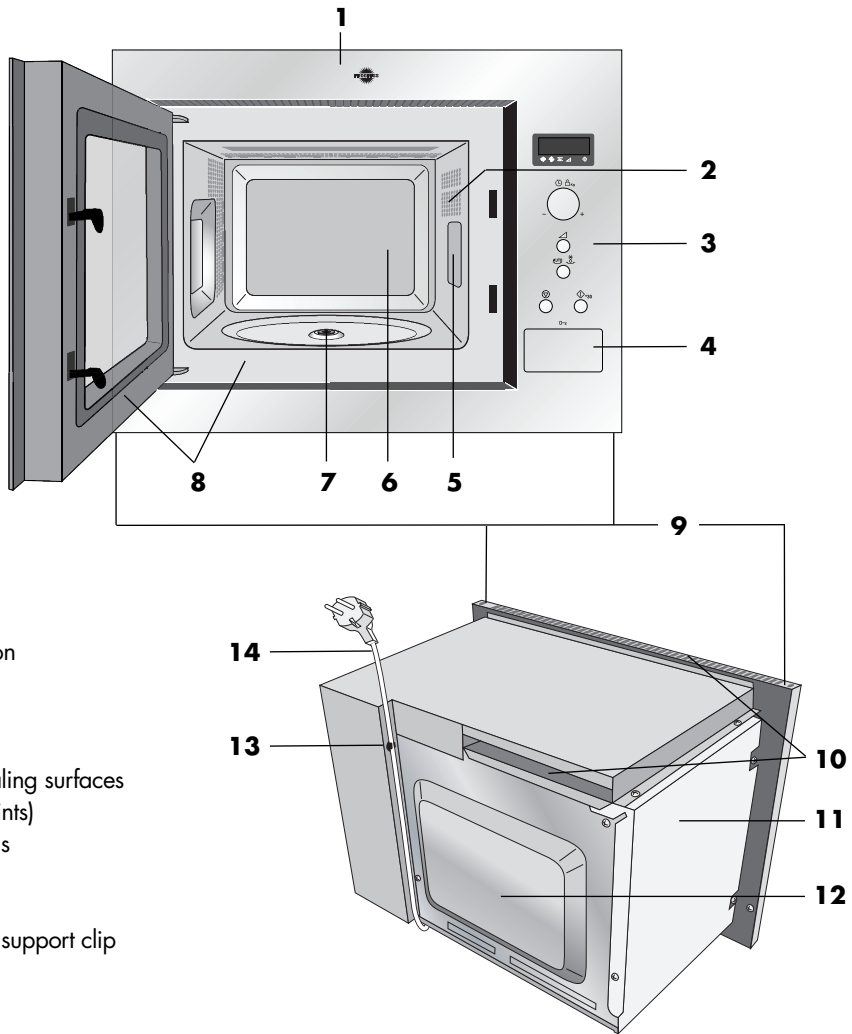
If you are unsure how to connect your oven, please consult an authorised, qualified electrician.

Neither the manufacturer nor the dealer can accept any liability for damage to the oven or personal injury resulting from failure to observe the correct electrical connection procedure.

Water vapour or drops may occasionally form on the oven walls or around the door seals and sealing surfaces. This is a normal occurrence and is not an indication of microwave leakage or a malfunction.



OVEN & ACCESSORIES



1. Front trim
2. Oven lamp
3. Control panel
4. Door opening button
5. Waveguide cover
6. Oven cavity
7. Seal packing
8. Door seals and sealing surfaces
9. Fixing points (4 points)
10. Ventilation openings
11. Outer cover
12. Rear cabinet
13. Power supply cord support clip
14. Power supply cord

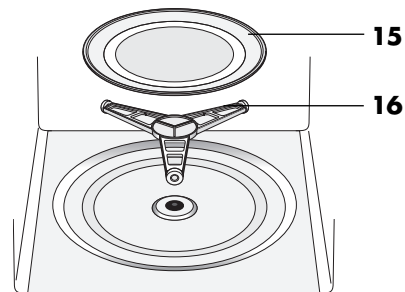
ACCESSORIES:

Check to make sure the following accessories are provided:

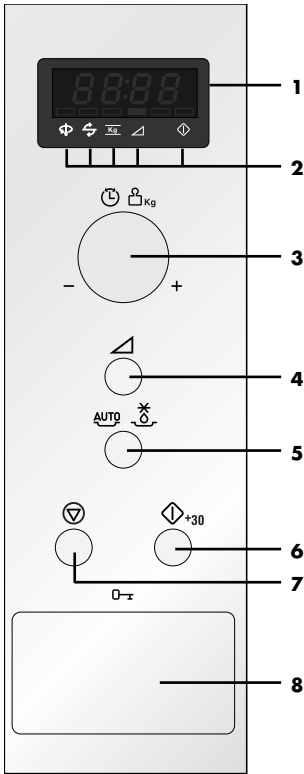
(15) Turntable **(16)** Turntable support

(17) 4 fixing screws (not shown).

- Place the turntable support in the seal packing on the floor of the cavity.
- Then place the turntable on the turntable support.
- To avoid turntable damage, ensure dishes or containers are lifted clear of the turntable rim when removing them from the oven.



NOTE: When you order accessories, please mention two items: part name and model name to your dealer or authorised ELECTROLUX service agent.



1 Digital Display

2 Indicators

The appropriate indicator will flash or light up, just above each symbol according to the instruction. When an indicator is flashing, press the appropriate button (having the same symbol) or carry out the necessary operation.

- Stir
- Turn over
- Weight
- Microwave power level
- Cooking in progress

3 TIMER/WEIGHT knob

4 MICROWAVE POWER LEVEL button

5 AUTO PROGRAMMES button

Press to select one of the 12 automatic programmes.

6 START/+30 button

7 STOP button

8 DOOR OPEN button

BEFORE OPERATION



Plug in the oven.

1. The oven display will flash:



2. Touch the **STOP** button the display will show:



To set the clock, see next page.

Using the **STOP** button

Use the **STOP** button to:

1. Erase a mistake during programming.
2. Stop the oven temporarily during cooking.
3. Cancel a programme during cooking, touch twice.



SETTING THE CLOCK

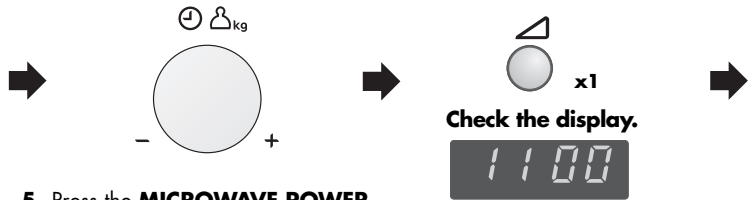
There are two setting modes: 12 hour clock and 24 hour clock.
To set the clock, follow the example below.

Example: To set the 12 hour clock to 11:35.

1. To set the 12 hour clock, hold the **MICROWAVE POWER LEVEL** button down for 3 seconds. **12 H** will appear in the display.

2. Set the hours.
Rotate the **TIMER/WEIGHT** knob until the correct hour is displayed (11).

3. Press the **MICROWAVE POWER LEVEL** button to change from hours to minutes.



4. Set the minutes.
Rotate the **TIMER/WEIGHT** knob until the correct minute is displayed (35).

5. Press the **MICROWAVE POWER LEVEL** button to start the clock.

Check the display.
11:35

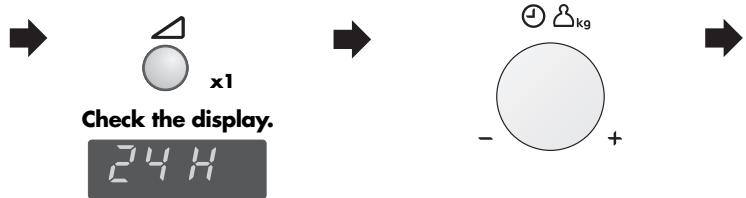


Example: To set the 24 hour clock to 23:35.

1. To set the 24 hour clock, hold the **MICROWAVE POWER LEVEL** button down for 3 seconds. **12 H** will appear in the display.

2. Press the **MICROWAVE POWER LEVEL** button to change from 12 hours to 24 hours.

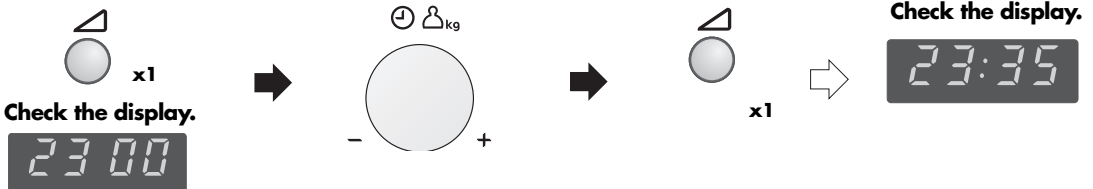
3. Set the hours.
Rotate the **TIMER/WEIGHT** knob until the correct hour is displayed (23).



4. Press the **MICROWAVE POWER LEVEL** button to change from hours to minutes.

5. Set the minutes.
Rotate the **TIMER/WEIGHT** knob until the correct minute is displayed (35).

6. Press the **MICROWAVE POWER LEVEL** button to start the clock.



NOTE:

1. You can rotate the **TIMER/WEIGHT** knob clockwise or counter-clockwise.
2. Press the **STOP** button if you make a mistake during programming.
3. If the electrical power supply to your microwave oven is interrupted, the display will intermittently

show **12 H** after the power is reinstated. If this occurs during cooking, the programme will be erased. The time of day will also be erased.

4. When you want to reset the time of day, follow the above example again.



Microwaves are energy waves, similar to those used for TV and radio signals.

Electrical energy is converted into microwave energy, which is directed into the oven cavity via a waveguide. To prevent food and grease entering the waveguide it is protected by the waveguide cover.

Microwaves cannot pass through metal, because of this the oven cavity is made of metal and there is a fine metal mesh on the door. During cooking the microwaves bounce off the sides of the oven cavity at random.

Microwaves will pass through certain materials, such as glass and plastic, to heat the food. (See 'Microwave safe cookware' on page 10.)

To cook/defrost food in a microwave oven, the microwave energy must be able to pass through the container to penetrate the food. Therefore it is important to choose suitable cookware.

Round/oval dishes are preferable to square/oblong ones, as the food in the corners tends to overcook.

A variety of cookware can be used as listed on page 10.

Water, sugar and fat in food absorb microwaves which cause them to vibrate. This creates heat by friction, in the same way your hands get warm when you rub them together.

The outer areas of the food are heated by the microwave energy, then the heat moves to the centre by conduction, as it does in conventional cooking. It is important to turn, rearrange or stir food to ensure even heating.

Once cooking is complete, the oven automatically stops producing microwaves.

Standing time is necessary after cooking, as it enables the heat to disperse equally throughout the food.

Microwaves cook food faster than conventional cooking. It is therefore essential that certain techniques are followed to ensure good results. Many of the following techniques are similar to those used in conventional cooking.

FOOD CHARACTERISTICS

Composition	Foods high in fat or sugar (e.g. Christmas pudding, mince pies) require less heating time. Care should be taken as overheating can lead to fire.
Density	Food density will affect the amount of cooking time needed. Light porous foods, such as cakes or bread, cook more quickly than heavy, dense foods, such as roasts and casseroles.
Quantity	The cooking time must be increased as the amount of food placed in the oven increases. E.g. Four potatoes will take longer to cook than two.
Size	Small foods and small pieces cook faster than large ones, as microwaves can penetrate from all sides to the centre. For even cooking make all the pieces the same size.
Shape	Foods which are irregular in shape, such as chicken breasts or drumsticks, take longer to cook in the thicker parts. Round shapes cook more evenly than square shapes when microwave cooking.
Temperature of food	The initial temperature of food affects the amount of cooking time needed. Chilled foods will take longer to cook than food at room temperature. Cut into foods with fillings, e.g. jam doughnuts, to release heat or steam.

COOKING TECHNIQUES

Arrange	Place the thickest parts of food towards the outside of the dish. E.g. Chicken drumsticks.
Cover	Use vented microwave cling film or a suitable lid.
Pierce	Foods with a shell, skin or membrane must be pierced in several places before cooking or reheating as steam will build up and may cause food to explode, e.g. Potatoes, Fish, Chicken, Sausages. Important: Eggs should not be heated using microwave power as they may explode, even after cooking has ended, e.g. poached, fried, hard boiled.
Stir, turn and rearrange	For even cooking it is essential to stir, turn and rearrange food during cooking. Always stir and rearrange from the outside towards the centre.
Stand	Standing time is necessary after cooking to enable the heat to disperse equally throughout the food.
Shield	Some areas of food being defrosted may become warm. Warm areas can be shielded with small pieces of foil, which reflect microwaves, e.g. legs and wings on a chicken.



MICROWAVE COOKING ADVICE

USING A FOOD THERMOMETER TO DETERMINE COOKING TIME

Once cooked, every drink and every foodstuff has a certain internal temperature at which the cooking process can be switched off and the food will be

cooked. The internal temperature can be ascertained with a food thermometer. The most important temperatures are specified in the temperature table.

Drink / Food	Internal temp. at the end of cooking time	Internal temp. after 10 - 15 min standing
Heating drinks (Coffee, Water, Tea, etc.)	65-75 °C	
Heating milk	60-65 °C	
Heating soup	75-80 °C	
Heating stew	75-80 °C	
Poultry	80-85 °C	85-90 °C
Lamb Rare	70 °C	70-75 °C
Well done	75-80 °C	80-85 °C
Roast beef Rare	50-55 °C	55-60 °C
Medium	60-65 °C	65-70 °C
Well done	75-80 °C	80-85 °C
Pork, Veal	80-85 °C	80-85 °C



MICROWAVE SAFE COOKWARE

Cookware	Microwave safe	Comments
Aluminium foil / foil containers	✓ / ✗	Small pieces of aluminium foil can be used to shield food from overheating. Keep foil at least 2 cm from the oven walls, as arcing may occur. Foil containers are not recommended unless specified by the manufacturer, e.g. Microfoil®, follow instructions carefully.
Browning dishes	✓	Always follow the manufacturers instructions. Do not exceed heating times given. Be very careful as these dishes become very hot.
China and ceramics	✓ / ✗	Porcelain, pottery, glazed earthenware and bone china are usually suitable, except for those with metallic decoration.
Glassware e.g. Pyrex®	✓	Care should be taken if using fine glassware as it can break or crack if heated suddenly.
Metal	✗	It is not recommended to use metal cookware when using microwave power as it will arc, which can lead to fire.
Plastic / polystyrene e.g. fast food containers	✓	Care must be taken as some containers warp, melt or discolour at high temperatures.
Cling film	✓	Should not touch the food and must be pierced to let the steam escape.
Freezer / roasting bags	✓	Must be pierced to let steam escape. Ensure bags are suitable for microwave use. Do not use plastic or metal ties, as they may melt or catch fire due to the metal arcing.
Paper - plates, cups and kitchen paper	✓	Only use for warming or to absorb moisture. Care must be taken as overheating may cause fire.
Straw and wooden containers	✓	Always attend the oven when using these materials as overheating may cause fire.
Recycled paper and newspaper	✗	May contain extracts of metal which will cause 'arcing' and may lead to fire.

MICROWAVE POWER LEVELS



Your oven has 5 power levels. To choose the power level for cooking, follow the advice given in the recipe section. Generally the following recommendations apply:

800 W used for fast cooking or reheating e.g. soup, casseroles, canned food, hot beverages, vegetables, fish, etc.

560 W used for longer cooking of dense foods such as roast joints, meat loaf and plated meals, also for sensitive dishes such as cheese sauce and sponge cakes. At this reduced setting, the sauce will not boil over and food will cook evenly without over cooking at the sides.

400 W for dense foods which require a long cooking time when cooked conventionally, eg. beef dishes, it is advisable to use this power setting to ensure the meat will be tender.

240 W to defrost, select this power setting, to ensure that the dish defrosts evenly. This setting is also ideal for simmering rice, pasta, dumplings and cooking egg custard.

80 W For gentle defrosting, eg. cream gateaux or pastry.

W = WATT

To set the power, touch the **MICROWAVE POWER LEVEL** button until the desired level is displayed.

If **MICROWAVE POWER LEVEL** button is touched once, **800** will be displayed. If you miss your desired level, continue touching the **MICROWAVE POWER LEVEL** button until you reach the level again.

If the level is not selected, the level 800 W is automatically set.

MANUAL OPERATION



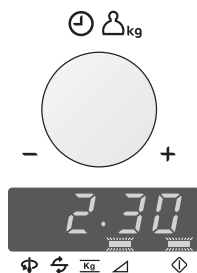
Your oven can be programmed for up to 90 minutes. (90.00) The input unit of cooking (defrosting) time varies from 10 seconds to five minutes. It depends on the total length of the cooking (defrosting) time as shown on the table.

Cooking time	Increasing unit
0-5 minutes	10 seconds
5-10 minutes	30 seconds
10-30 minutes	1 minute
30-90 minutes	5 minutes

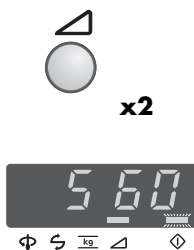
Example:

Suppose you want to heat soup for 2 minutes and 30 seconds on 560 W microwave power.

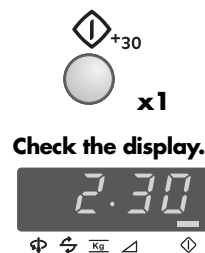
1. Enter the desired cooking time by rotating the **TIMER/WEIGHT** knob clockwise. (2 min. & 30 sec.)



2. Choose desired power by pressing the **MICROWAVE POWER LEVEL** button twice.



3. Press the **START/+30** button to begin cooking.



NOTE:

- When the door is opened during the cooking process, the cooking time on the digital display stops automatically. The cooking time starts to count down again when the door is closed and the **START/+30** button is pressed.
- If you wish to know the power level during cooking, press the **MICROWAVE POWER LEVEL** button. As long as your finger is touching the **MICROWAVE POWER LEVEL** button, the power level will be displayed.
- You can rotate the **TIMER/WEIGHT** knob clockwise or counterclockwise. If you rotate the knob counterclockwise, the cooking time will decrease from 90 minutes by degrees.



OTHER CONVENIENT FUNCTIONS

1. MULTIPLE SEQUENCE COOKING

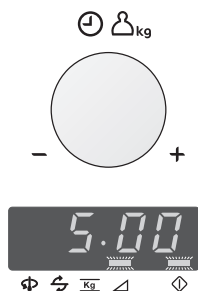
A maximum of 3 sequences can be input, consisting of manual cooking time and mode.

Example:

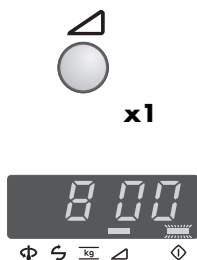
To cook: 5 minutes on 800 W power (Stage 1)
16 minutes on 240 W power (Stage 2)

STAGE 1

1. Enter the desired cooking time by rotating **TIMER/WEIGHT** knob.

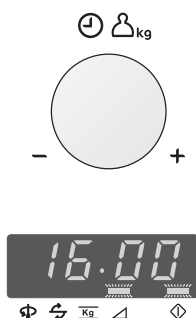


2. Choose the desired power level by pressing the **MICROWAVE POWER LEVEL** button once.

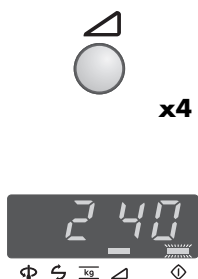


STAGE 2

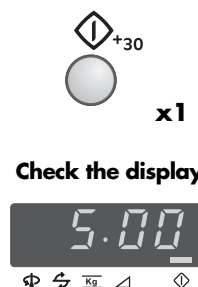
3. Enter desired time by rotating **TIMER/WEIGHT** knob.



4. Choose the desired power level by pressing the **MICROWAVE POWER LEVEL** button four times.



5. Press the **START/+30** button once to begin cooking.



Check the display.

(The oven will begin to cook for 5 minutes on 800 W, and then for 16 minutes on 240 W.)



2. ADD 30 SECONDS FUNCTION

The **START/+30** button allows you to operate the two following functions:

a. Direct start

You can directly start cooking on 800 W microwave power level for 30 seconds by pressing the **START/+30** button.



NOTE:

To avoid the misuse by children the **START/+30** button can be used only within 3 minutes after preceding operation, i.e., closing the door, pressing the **STOP** button or cooking completion.

b. Extend the cooking time

You can extend the cooking time during manual cooking for multiples of 30 seconds if the button is pressed while the oven is in operation.

3. TO CHECK THE POWER LEVEL

To check the microwave power level during cooking press the **MICROWAVE POWER LEVEL** button.



x1

As long as your finger is touching the **MICROWAVE POWER LEVEL** button the power level will be displayed.

The oven continues to count down although the display shows the power level.

4. SAFETY LOCK FUNCTION

TO SET THE SAFETY LOCK FUNCTION

1. Press and hold the **STOP** key for 3 seconds.



x1 for 3 seconds

The display will show:



TO CANCEL THE SAFETY LOCK FUNCTION

1. Press and hold the **STOP** key for 3 seconds.



x1 for 3 seconds

The display will show the time of day, if set.

NOTE: When the Safety Lock is set you cannot input any buttons except the **STOP** button.



AUTO PROGRAMMES OPERATION

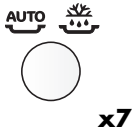
The **AUTO PROGRAMMES** function automatically works out the correct cooking mode and cooking time. You can choose from 7 **AUTO COOK** menus and 5 **AUTO DEFROST** menus. What you need to know when using this automatic function:

1. Press the **AUTO PROGRAMMES** button once, the display will appear as shown. The menu can be chosen by pressing the **AUTO PROGRAMMES** button until the desired menu number is displayed. See pages 15 - 17 "**AUTO PROGRAMMES** charts".
To select a defrost menu, press the **AUTO PROGRAMMES** button at least 8 times. If you press the button 8 times, **Ad - 1** will appear in the display. The menu will be changed automatically by holding down the **AUTO PROGRAMMES** button.
 2. The weight or quantity of the food can be input by rotating the **TIMER/WEIGHT** knob until the desired weight is displayed.
 - Enter the weight of the food only. Do not include the weight of the container.
 - For food weighing more or less than weights given in the automatic chart, use manual programmes. For best results, follow the cooking charts on pages 19 - 20.
 3. To start cooking press **START/+30** button.
- When action is required (e.g. to turn food over), the oven stops and the audible signals sound, remaining cooking time and any indicator will flash on the display. To continue cooking, press the **START/+30** button.

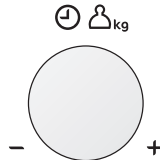
Example:

To cook gratin weighing 1,0 kg using **AUTO COOK AC-7**.

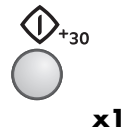
1. Select the menu required by pressing the **AUTO PROGRAMMES** button seven times.



2. Enter the weight by rotating the **TIMER/WEIGHT** knob clockwise.



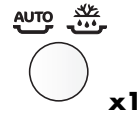
3. Press the **START/+30** button.



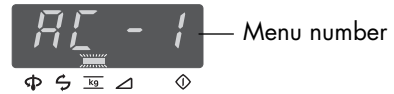
Check the display.



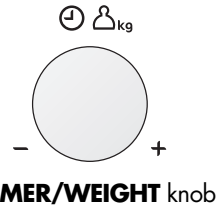
1.



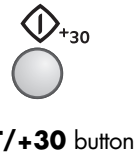
AUTO PROGRAMMES button



2.























3.



The final temperature will vary according to the initial food temperature. Check food is piping hot after cooking. If necessary, you can extend the cooking time and change the power level.































BUTTON	AUTO COOK NO.	WEIGHT (Increasing Unit) / UTENSILS	PROCEDURE
   x1	AC-1 Cook Frozen Vegetables 	0,1 - 0,6 kg (100 g) Bowl and lid	<ul style="list-style-type: none"> • Add 1 tbsp water per 100 g and salt as desired. (For mushrooms no additional water is necessary). • Cover with a lid. • When audible signal sounds, stir and re-cover. • After cooking, stand for approx. 2 min. <p>IMPORTANT: If frozen vegetables are compacted together, cook manually.</p>
   x2	AC-2 Cook Fresh Vegetables 	0,1 - 0,6 kg (100 g) Bowl and lid	<ul style="list-style-type: none"> • Cut into small pieces, eg. strips, cubes or slices. • Add 1 tbsp water per 100 g and salt as desired. (For mushrooms no additional water is necessary). • Cover with a lid. • When audible signal sounds, stir and re-cover. • After cooking, stand for approx 2 min.
   x3	AC-3 Cook Frozen Ready Meals (Stirrable) 	0,3 - 1,0 kg* (100 g) Bowl and lid	<ul style="list-style-type: none"> • Transfer meal to suitable microwave-proof dish. • Cover with a lid. • Cook without cover if the manufacturer instructs. • When audible signal sounds, stir and re-cover. • After cooking, stir and stand for approx. 2 min.
   x4	AC-4 Cook Frozen Gratin 	0,2 - 0,6 kg (100 g) Shallow, oval gratin dish and microwave cling film or original container and microwave cling film	<ul style="list-style-type: none"> • Remove the frozen gratin from the package. If the container is not suitable for microwave ovens, transfer gratin to a suitable microwave proof dish. • Cover with microwave cling film. • If the container is suitable for microwave ovens, remove original paper cover and cover with microwave cling film. • After cooking, let stand for approx. 5 min.
   x5	AC-5 Cook Boiled and Jacket Potatoes 	0,1 - 0,8 kg (100 g) Bowl & lid	<p>Boiled Potatoes: Peel the potatoes and cut them into similar sized pieces.</p> <p>Jacket Potatoes: Choose potatoes of similar size and wash them.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Put the boiled or jacket potatoes into a bowl. • Add the required amount of water (per 100 g), approx 2 tbsp and a little salt. • Cover with a lid. • When audible signal sounds, stir and re-cover. • After cooking, stand for approx. 2 min.

Important: Chilled foods are cooked from 5 °C, frozen foods are cooked from -18 °C.



AUTO PROGRAMMES CHARTS

BUTTON	AUTO COOK NO.	WEIGHT (Increasing Unit) / UTENSILS	PROCEDURE
   x6	AC-6 Cook Fish fillet with sauce 	0,4 - 1,2 kg* (100 g) Gratin dish and microwave cling film	<ul style="list-style-type: none"> • See recipes for "Fish Fillet with Sauce" on page 17. * Total weight of all ingredients.
   x7	AC-7 Cook Gratin 	0,5 - 1,5 kg* (100 g) Gratin dish	<ul style="list-style-type: none"> • See recipes for "Gratin" on page 18. * Total weight of all ingredients.

BUTTON	AUTO DEFROST NO.	WEIGHT(Increasing Unit) / UTENSILS	PROCEDURE
   x8	Ad-1 Defrost Steak and Chops 	0,2 - 0,8 kg (100 g) Flan dish (See note on page 17.)	<ul style="list-style-type: none"> • Place the food in a flan dish in the centre of the turntable. • When the audible signal sounds, turn the food over, rearrange and separate. Shield thin parts and warm spots with small pieces of aluminium foil. • After defrosting, wrap in aluminium foil for 10 - 15 min, until thoroughly defrosted.
   x9	Ad-2 Defrost Minced Meat 	0,2 - 0,8 kg (100 g) Flan dish (See note on page 17.)	<ul style="list-style-type: none"> • Place the block of minced meat in a flan dish in the centre of the turntable. • When the audible signal sounds, turn the food over. Remove the defrosted parts if possible. • After defrosting cover with aluminium foil, stand for 5 - 10 min, until thoroughly defrosted.
   x10	Ad-3 Defrost Poultry 	0,9 - 1,5 kg (100 g) Flan dish (See note on page 17.)	<ul style="list-style-type: none"> • Place the poultry in a flan dish in the centre of the turntable. • When the audible signal sounds, turn over and shield thin parts and warm spots with small pieces of aluminium foil. • After defrosting, rinse with cold water, cover with aluminium foil and stand for 15 - 30 min until thoroughly defrosted. • Finally clean the poultry under running water.
   x11	Ad-4 Defrost Cake 	0,1 - 1,4 kg (100 g) Plate	<ul style="list-style-type: none"> • Remove all packaging from the cake. • Place directly on the turntable, or on a plate in the middle of the turntable. • After defrosting, cut the cake into similar sized pieces keeping space between each piece and let stand for 10 - 30 min until evenly defrosted.
   x12	Ad-5 Defrost Bread 	0,1 - 1,0 kg (100 g) Flan dish (Only sliced bread is recommended for this programme.)	<ul style="list-style-type: none"> • Distribute in a flan dish in the centre of the turntable. For 1,0 kg distribute directly on the turntable. • When the audible signal sounds, turn over, rearrange and remove defrosted slices. • After defrosting cover in aluminum foil and stand for 5 - 15 min, until thoroughly defrosted.

Important: Chilled foods are cooked from 5 °C, frozen foods are cooked from -18 °C.



NOTES: Auto Defrost

1. Steaks and Chops should be frozen in one layer.
2. Minced meat should be frozen in a thin shape.
3. After turning over, shield the defrosted portions with small, flat pieces of aluminium foil.
4. The poultry should be processed immediately after defrosting.
5. Gateaux topped and coated with cream are very sensitive to microwave energy. For the best result, if the cream begins to soften rapidly, it is best to remove it from the oven immediately and stand for 10 - 30 minutes at room temperature.

RECIPES FOR AUTO PROGRAMMES AC-6 & AC-7



FISH FILLET WITH SAUCE (AC-6)

Fish fillet with piquant sauce

0,4 kg	0,8 kg	1,2 kg	
140 g	280 g	420 g	canned tomatoes (drained)
40 g	80 g	120 g	corn
4 g	8 g	12 g	chilli sauce
12 g	24 g	36 g	onion (finely chopped)
1 tsp	1-2 tsp	2 tsp	red wine vinegar
			mustard, thyme, cayenne pepper
200 g	400 g	600 g	fish fillet
			salt

1. Mix ingredients for the sauce.
2. Place the fish fillet in a round gratin dish with the thin ends toward the centre and sprinkle with salt.
3. Spread the sauce on the fish fillet.
4. Cover with microwave cling film and cook on **AUTOCOOK (AC-6)**, "Fish fillet with sauce".
5. After cooking, stand for approx. 2 min.

FISH FILLET WITH SAUCE (AC-6)

Fish fillet with curry sauce

0,4 kg	0,8 kg	1,2 kg	
200 g	400 g	600 g	fish fillet
			salt
40 g	80 g	120 g	banana (sliced)
160 g	320 g	480 g	ready-made curry sauce

1. Place the fish fillet in a round gratin dish with the thin ends toward the centre and sprinkle with salt.
2. Spread the banana and the ready-made curry sauce on the fish fillet.
3. Cover with microwave cling film and cook on **AUTOCOOK (AC-6)**, "Fish fillet with sauce".
4. After cooking, stand for approx. 2 min.



RECIPES FOR AUTO PROGRAMMES AC-6 & AC-7

GRATIN (AC-7)

Spinach gratin

0,5 kg	1,0 kg	1,5 kg	
5 g	10 g	15 g	butter or margarine (to grease the dish)
150 g	300 g	450 g	leaf spinach (defrosted, drained)
15 g	30 g	45 g	onion (finely chopped)
			salt, pepper & nutmeg
150 g	300 g	450 g	boiled potatoes (sliced)
35 g	75 g	110 g	cooked ham (diced)
50 g	100 g	150 g	crème fraîche
1	2	3	eggs
40 g	75 g	115 g	grated cheese
			paprika powder

1. Mix together the leaf spinach with the onion and season with salt, pepper and nutmeg.
2. Grease the gratin dish. Place alternate layers of potato slices, diced ham and spinach in the dish. The top layer should be spinach.
3. Mix the eggs with crème fraîche, add salt and pepper and pour over the gratin.
4. Cover the gratin with the grated cheese, sprinkle with paprika powder and cook on **AUTOCOOK (AC-7)**, "Gratin".
5. After cooking, stand for 5-10 min.

GRATIN (AC-7)

Potato and courgette gratin

0,5 kg	1,0 kg	1,5 kg	
5 g	10 g	15 g	butter or margarine (to grease the dish)
200 g	400 g	600 g	boiled potatoes (sliced)
115 g	230 g	345 g	courgette (finely sliced)
75 g	150 g	225 g	crème fraîche
1	2	3	eggs
1/2	1	2	clove of garlic (crushed)
			salt & pepper
40 g	80 g	120 g	feta cheese (diced)
10 g	20 g	30 g	sunflower kernel
			paprika powder

1. Grease the gratin dish and place alternate layers of potato slices and courgette in the dish.
2. Mix the eggs with crème fraîche, season with salt, pepper and garlic and pour over the gratin.
3. Crumble the feta cheese and sprinkle over the gratin.
4. Finally sprinkle the gratin with sunflower kernels and paprika powder and cook on **AUTOCOOK (AC-7)**, "Gratin".
5. After cooking, stand for 5-10 min.



ABBREVIATIONS USED

tblsp = tablespoon	Cup = cupful	g = gram	ml = millilitre	min = minutes
tsp = teaspoon	KG = kilogram	l = litre	cm = centimetre	

TABLE: HEATING FOOD & DRINK

Food / Drink	Quantity -g/ml-	Power -Setting-	Time -Min-	Method
Coffee, 1 cup	150	800 W	approx. 1	do not cover
Milk, 1 cup	150	800 W	approx. 1	do not cover
Water, 1 cup	150	800 W	1 ¹ / ₂ -2	do not cover
6 cups	900	800 W	10-12	do not cover
1 bowl	1000	800 W	11 ¹ / ₂ -13	do not cover
One plate meal (vegetables, meat and trimmings)	400	800 W	3-6	sprinkle some water onto the sauce, cover stir half way through the heating
Stew / Soup	200	800 W	1 ¹ / ₂ -2 ¹ / ₂	cover, stir after heating
Vegetables	200	800 W	2-2 ¹ / ₂	if necessary add some water, cover
	500	800 W	4-5	stir half way through the heating
Meat, 1 slice*	200	800 W	3-4	thinly spread sauce over the top, cover
Fish fillet*	200	800 W	2-3	cover
Cake, 1 piece	100	400 W	¹ / ₂	place in a flan dish
Baby food, 1 glass	190	400 W	approx. 1	transfer into a suitable microwave container, after heating stir well and test the temperature
Melting butter or margarine*	50	800 W	¹ / ₂	cover
Melting chocolate	100	400 W	2-3	stir occasionally

* from chilled

TABLE: THAWING & COOKING

Food	Quantity -g-	Power -Setting-	Cooking time -Min-	Added water -lbsps/ml-	Method	Standing time -Min-
Fish fillet	300	800 W	10-12	-	cover	1-2
One plate meal	400	800 W	9-11	-	cover, stir after 6 minutes	2
Broccoli	300	800 W	7-9	3-5lbsps	cover, stir half way through cooking	2
Peas	300	800 W	7-9	3-5lbsps	cover, stir half way through cooking	2
Mixed vegetables	500	800 W	11-13	3-5lbsps	cover, stir half way through cooking	2

TABLE: THAWING

Food	Quantity -g-	Power -Setting-	Thawing time -Min-	Method	Standing time -Min-
Roast meat (e.g. pork, beef, lamb, veal)	1500	80 W	58-64	place in a flan dish, turn halfway through defrosting	30-90
	1000	80 W	42-48		30-90
	500	80 W	19-23		30-90
Goulash	500	240 W	8-12	stir halfway through defrosting	10-15
Sausages, 8 pieces	600	240 W	6-9	place next to each other,	5-10
4 pieces	300	240 W	4-5	turn half way through defrosting	5-10
Chicken legs	200	240 W	4-5	turn half way through defrosting	10-15
Fish fillet	400	240 W	7-10	turn half way through defrosting	5-10
Bread rolls, 2 pieces	80	240 W	approx. 1	only partially defrost	-
Cake, 1 slice	150	80 W	2-5	place in a flan dish	5
Fruit e.g. cherries, strawberries, raspberries, plums	250	240 W	4-5	spread them out evenly turn half way through defrosting time	5

The times shown in the table are guidelines which may vary according to freezing temperature, quality and weight of the foodstuffs.



COOKING CHARTS

TABLE: COOKING MEAT, FISH, POULTRY & VEGETABLES

Fish, Poultry & Vegetables	Quantity -g-	Power -Setting-	Time -Min-	Method	Standing time -Min-
Roasts (pork, veal, lamb)	500	800 W	8-10*	season to taste, place in a shallow flan dish turn over after *	10
	1000	400 W	10-12		
	1500	800 W	19-21*		10
		400 W	11-14		
		800 W	33-36*		10
		400 W	13-17		
Roast beef (medium)	1000	800 W	9-11*	season to taste, place in a flan dish, turn over after *	10
		400 W	5-7		
Fish fillet	200	800 W	3-4	season to taste, place in a flan dish, cover	3
Chicken	1200	800 W	21-24	season to taste, place in a shallow flan dish, turn half way through cooking	3
Chicken legs	200	800 W	3-4	season to taste, place in a flan dish, cover	3
Broccoli	500	800 W	9-11	add 4-5 tbsps water, cover, stir halfway through cooking	-
Peas	500	800 W	9-11	cover, add 4-5 tbsps water, stir halfway through cooking	-
Carrots	500	800 W	10-12	cut into rings, add 4-5 tbsps water, cover,	-
	300	800 W	7-9	stir halfway through cooking	-
Boiled Potatoes	500	800 W	9-11	cut into large pieces of a similar size, add a little salt, add 150 ml water, cover, stir occasionally during cooking	-



RECIPES

All the recipes in this book are calculated on the basis of 4 servings - unless otherwise stated.

ADAPTING RECIPES FOR THE MICROWAVE OVEN

If you would like to adapt your favourite recipes for the microwave, you should take note of the following: Shorten cooking times by a third to a half. Follow the example of the recipes in this book.

Foods which have a high moisture content such as meat, fish, poultry, vegetables, fruit, stews and soups can be prepared in your microwave without any difficulty. Foods which have little moisture, such as

platters of food, should have the surface moistened prior to heating or cooking.

The amount of liquid to be added to raw foods, which are to be braised, should be reduced to about two thirds of the quantity in the original recipe. If necessary, add more liquid during cooking.

The amount of fat to be added can be reduced considerably. A small amount of butter, margarine or oil is sufficient to flavour food. For this reason your microwave is excellent for preparing low-fat foods as part of a diet.

MUSHROOM SOUP

Utensil: Bowl with lid (2 l Capacity)

Ingredients

- 200 g mushrooms, sliced
- 50 g onion, finely chopped
- 300 ml meat stock
- 300 ml cream
- 25 g flour
- 25 g butter or margarine (25 g)
- salt, pepper
- 1 egg
- 150 g cream

1. Place the vegetables and the stock in the bowl, cover and cook.
8-9 min. ◁ 800 W
2. Blend all the ingredients in a mixer.
3. Mix the flour and butter to a paste and blend into the soup. Season with salt and pepper, cover and cook. Stir after cooking.
4-6 min. ◁ 800 W
4. Mix the egg yolk with the cream, gradually stir into the soup. Heat for a short time, but do not let it boil!
1-2 min. ◁ 800 W
After cooking, stand for approx. 5 min.



ZÜRICH VEAL STEW

Utensil: Dish with lid (2 l capacity)

Ingredients

600 g veal fillet
 10 g butter or margarine
 50 g onion, finely chopped
 100 ml white wine
 seasoned gravy browning,
 for approx. 1/2 l gravy
 300 ml cream
 1 tbsp parsley, chopped

1. Cut the veal into strips.
2. Grease the dish with the butter. Put the meat and onion into the dish, cover and cook. Stir once during cooking.
7-10 min. ◀ 800 W
3. Add the white wine, gravy browning and cream, stir, cover and continue cooking. Stir occasionally.
4-5 min. ◀ 800 W
4. Stir the mixture after cooking, stand for approx. 5 min. Garnish with parsley.

STUFFED HAM

Utensil: Bowl with lid (2 l capacity)
 Oval gratin dish (approx.
 26 cm long)

Ingredients

125 g leaf spinach, chopped
 125 g fromage frais, 20 % fat content
 40 g Emmental cheese, grated
 pepper, paprika
 6 slices cooked ham (300 g)
 125 ml water
 125 ml cream
 20 g flour
 20 g butter or margarine
 10 g butter or margarine to grease
 the dish

1. Mix the spinach with the cheese and fromage frais, season to taste.
2. Place a tablespoon of the filling on top of each slice of the cooked ham, and roll up. Secure the ham with a wooden skewer.
3. Make a béchamel sauce; to do this, pour the water and cream into a bowl and heat.
3-4 min. ◀ 800 W
 Mix the flour and butter to make a roux, add to the liquid, and whisk until dissolved. Cover, cook until thick.
1 min. ◀ 800 W
 After cooking, leave to stand for approximately 2 minutes.
 Stir and taste.
4. Place the sauce into the greased dish, place the filled rolls of ham into sauce and cook with lid.
3-4 min. ◀ 800 W
 After cooking, stand for approx. 5 min.

LASAGNE

Utensil: Bowl with lid (2 l capacity)
 Shallow square gratin dish with lid
 (approx 20 x 20 x 6 cm)

Ingredients

300 g tinned tomatoes
 50 g ham, chopped
 50 g onion, finely chopped
 1 clove of garlic, crushed
 250 g minced beef
 2 tbsp tomato puree
 salt, pepper
 150 ml crème fraiche
 100 ml milk
 50 g Parmesan cheese, grated
 1 tsp mixed chopped herbs
 1 tsp olive oil
 1 tsp vegetable oil to grease the dish
 125 g lasagne verde
 1 tbsp Parmesan cheese, grated

1. Chop the tomatoes, mix with the ham and onion, garlic, minced meat and tomato puree. Season, cover and cook.
7-9 min. ◀ 800 W
2. Mix the crème fraiche with the milk, Parmesan cheese, herbs, oil, and spices.
3. Grease the dish and cover the bottom of the mould with about 1/3 of the pasta. Put half of the minced meat mixture on the pasta and pour on some sauce. Repeat and finish with the remaining pasta. Cover the pasta with sauce and sprinkle with Parmesan cheese. Cook with the lid on.
15-17 min. ◀ 560 W
 After cooking, stand for approx. 5-10 min.



RECIPES

RATATOUILLE

Utensils: Bowl with lid (2 l capacity)

Ingredients

5 tbsp olive oil
1 clove garlic, crushed
50 g onion, sliced
250 g aubergine, cubed
200 g courgette, cubed
200 g pepper, large cubes
75 g fennel, large cubes
1 bouquet garni
200 g finned artichoke hearts, cut into quarters
salt, pepper

1. Place the olive oil and garlic in the bowl. Add the prepared vegetables, except the artichoke hearts, and season with pepper. Add the bouquet garni, cover and cook, stirring once.

19-21 min. ◁ **800 W**

For the last 5 min, add the artichoke hearts and cook.

2. Season the ratatouille to taste with salt and pepper. Remove the bouquet garni before serving. After cooking, stand for approx. 2 min.

Tip: Ratatouille can be served hot with meat dishes. Served cold, it also makes an excellent starter.

Tip: A bouquet garni consists of: one stalk of parsley, a bunch of herbs suitable for seasoning soup, one stalk of lovage, one stalk of thyme, several bay leaves.

SOLE FILLETS

Utensils: Shallow, oval oven dish with microwave cling film (approx. 26 cm long)

Ingredients

400 g sole fillets
1 lemon, whole
150 g tomatoes
10 g butter
1 tbsp vegetable oil
1 tbsp parsley, chopped
salt, pepper
4 tbsps white wine
20 g butter or margarine

1. Wash the fish and pat dry. Remove any bones.
2. Cut the lemon and the tomatoes into thin slices.
3. Grease the oven dish with butter. Place the fish fillets in the dish and drizzle the vegetable oil
4. Sprinkle parsley over the dish, place the tomato slices on top and season. Place the lemon slices on top of the tomatoes and pour the white wine over them.
5. Place small pats of butter on top of the lemon, cover and cook.

13-16 min. ◁ **800 W**

After cooking, stand for approx. 2 min.

Tip: This recipe can also be used for Cod, Haddock, Halibut, Mullet or Plaice.

FRUIT JELLY WITH VANILLA SAUCE

Utensils: Dish with lid (2 l capacity)
Dish with lid (1 l capacity)

Ingredients

150 g redcurrants, washed and stalks removed
150 g strawberries, washed and haulms removed
150 g raspberries, washed and hulls removed
250ml white wine
100 g sugar
50 ml lemon juice
8 gelatin leaves
300 ml milk
1/2 vanilla pod
30 g sugar
15 g cornflour

Tip: You can also use defrosted frozen fruits.

1. Put some of the fruit to one side for decoration. Purée the rest of the fruit with the white wine, put it into a dish, cover and heat.

7-9 min. ◁ **800 W**

2. Stir in the sugar and the lemon juice.
3. Soak the gelatin in cold water for approx. 10 min, then take it out and squeeze dry. Stir the gelatin in with the hot purée until it has dissolved. Place the jelly in the refrigerator and leave to set.
4. To make the vanilla sauce; put the milk into the other dish. Slit the vanilla pod and remove the insides, stir this into the milk with the sugar and the cornflour. Cover and cook, stir during cooking and again at the end.

3-4 min. ◁ **800 W**

5. Turn out the jelly onto a plate and decorate with the whole fruit. Pour the vanilla sauce over the jelly.



CAUTION: DO NOT USE COMMERCIAL OVEN CLEANERS, STEAM CLEANERS, ABRASIVE, HARSH CLEANERS, ANY THAT CONTAIN SODIUM HYDROXIDE OR SCOURING PADS ON ANY PART OF YOUR MICROWAVE OVEN.

CLEAN THE OVEN AT REGULAR INTERVALS AND REMOVE ANY FOOD DEPOSITS. Failure to maintain the oven in a clean condition could lead to a deterioration of the surface that could adversely affect the life of the appliance and possibly result in a hazardous situation.

Oven exterior

The outside of your oven can be cleaned easily with mild soap and water. Make sure the soap is wiped off with a moist cloth, and dry the exterior with a soft towel.

Oven controls

Open the door before cleaning to de-activate the oven controls. Care should be taken when cleaning the oven control. Using a cloth dampened with water only, gently wipe the panel until it becomes clean. Avoid using excessive amounts of water. Do not use any sort of chemical or abrasive cleaner.

Oven Interior

1. For cleaning, wipe any splatters or spills with a soft damp cloth or sponge after each use while the oven is still warm. For heavier spills, use a mild soap and wipe several times with a damp cloth until all residues are removed. Do not remove the waveguide cover.
2. Make sure that mild soap or water does not penetrate the small vents in the walls which may cause damage to the oven.
3. Do not use spray type cleaners on the oven interior.

Turntable and turntable support

Remove the turntable and turntable support from the oven. Wash the turntable and turntable support in mild soapy water. Dry with a soft cloth. Both the turntable and the turntable support are dishwasher safe.

Door

To remove all trace of dirt, regularly clean both sides of the door, the door seals and sealing surfaces with a soft, damp cloth. Do not use harsh abrasive cleaners or sharp metal scrapers to clean the oven door glass since they can scratch the surface, which may result in shattering of the glass.

NOTE: A steam cleaner should not be used.



WHAT TO DO IF...

SYMPTOM	POSSIBLE SYMPTOMS/REMEDIES
... the microwave appliance is not working properly?	Check that <ul style="list-style-type: none"> - the fuses in the fuse box are working, - there has not been a power outage. - If the fuses continue to blow, please contact a qualified electrician.
... the microwave mode is not working?	Check that <ul style="list-style-type: none"> - the door is properly closed, - the door seals and their surfaces are clean, - the START/+30-button has been pressed.
... the turntable is not turning?	Check that <ul style="list-style-type: none"> - the turntable support is correctly connected to the drive, - the ovenware does not extend beyond the turntable, - food does not extend beyond the edge of the turntable preventing it from rotating. - there is nothing in the well beneath the turntable.
... the microwave will not switch off?	<ul style="list-style-type: none"> - Isolate the appliance from the fuse box. - Call an authorised ELECTROLUX service agent.
... the interior light is not working?	<ul style="list-style-type: none"> - Call an authorised ELECTROLUX service agent. The interior light bulb can be exchanged only by a trained ELECTROLUX service agent.
... the food is taking longer to heat through and cook than before?	<ul style="list-style-type: none"> - Set a longer cooking time (double quantity = nearly double time) or - if the food is colder than usual, rotate or turn from time to time or - set a higher power setting.

NOTE: If you cook the food over the standard time with only 800 W, the power of the oven will lower automatically to avoid overheating. (The microwave power level will be reduced to 560 W). After pausing for 90 seconds, 800 W power can be reset.

Cooking Mode	Standard time	Reduced Power
Microwave 800 W	20 minutes	Microwave 560 W



Standard Guarantee conditions

We, Electrolux, undertake that if within 12 months of the date of the purchase this Electrolux appliance or any part thereof is proved to be defective by reason only of faulty workmanship or materials, we will, at our option repair or replace the same FREE OF CHARGE for labour, materials or carriage on condition that:

- Appliance has been correctly installed and used only on the electricity supply stated on the rating plate.
- Appliance has been used for normal domestic purposes only, in accordance with manufacturer's instructions.
- Appliance hasn't been serviced, maintained, repaired, taken apart or tampered with by person not authorised by us.
- Electrolux Service Force Centre must undertake all service work under this guarantee
- Any appliance or defective part replaced shall become the Company's property.
- This guarantee is in addition to your statutory and other legal rights.

Exclusions

- Damage, calls resulting from transport, improper use, neglect, light bulbs, removable parts of glass, plastic.
- Costs for calls to put right appliance which is improperly installed, calls to appliances outside United Kingdom.
- Appliances found to be in use within a commercial environment, plus those which are subject to rental agreements.
- Products of Electrolux manufacturer that are not marketed by Electrolux

Service and Spare Parts

If your appliance requires service or spare parts, contact your local Service Force Centre:

08445 616 616 (Call will be routed to Service Force Centre covering your postcode area).

For address of local Service Force Centre and further information, please visit:

www.serviceforce.co.uk

Before calling out an engineer, please ensure you have read the details under the heading "What to do if..."

When you contact the Service Force Centre you will need to give the following details:

Your name, address and postcode, your telephone number, clear concise details of the fault, model and serial number of the appliance (found on the rating plate), the purchase date.

Please note a valid purchase receipt or guarantee documentation is required for in guarantee service calls.

Customer Care

For general enquiries concerning your Electrolux appliance, or for information on Electrolux products, contact our Customer

Care Department by letter or telephone at the address below or visit our website at

www.electrolux.co.uk

Customer Care Department, Electrolux Major Appliances, Addington Way, Luton, Bedfordshire, LU4 9QQ

Tel: (Calls may be recorded for training purposes)

0844 5 613 613

For Customer Service in The Republic of Ireland

please contact us at the address below: Electrolux Group (Irl) Ltd, Long Mile Road, Dublin 12, Republic of Ireland

Tel: 00353 (0)1 4090753, Email:

service.eid@electrolux.ie

European Guarantee

This appliance is guaranteed by Electrolux in each of the countries listed at the back of this user manual, for the period

specified in the appliance guarantee or otherwise by law. If you move from one of these countries to another of the

countries listed, the appliance guarantee will move with you subject to the following qualifications:-

- The appliance guarantee starts from the date you first purchased the appliance which will be evidenced by production of a valid purchase document issued by the seller of the appliance. progress 23
- The appliance guarantee is for the same period and to the same extent for labour and parts as exists in your new country of residence for this particular model or range of appliances.
- The appliance guarantee is personal to the original purchaser of the appliance and cannot be transferred to another user.
- The appliance is installed and used in accordance with instructions issued by Electrolux and is only used within the home, i.e. is not used for commercial purposes.
- The appliance is installed in accordance with all relevant regulations in force within your new country of residence.

The provisions of this European Guarantee do not affect any of the rights granted to you by law.



SPECIFICATIONS

AC Line Voltage	: 230 V, 50 Hz, single phase
Distribution line fuse/circuit breaker	: Minimum 10 A
AC Power required:	Microwave : 1.2 kW
Output power:	Microwave : 800 W (IEC 60705)
Microwave Frequency	: 2450 MHz * (group2/Class B)
Outside Dimensions:	PM175X : 492 mm (W) x 370 mm (H) x 316 mm (D) PM176X : 592 mm (W) x 370 mm (H) x 316 mm (D)
Cavity Dimensions	: 285 mm (W) x 202 mm (H) x 298 mm (D) **
Oven Capacity	: 17 litres **
Turntable	: ø 272 mm, glass
Weight	: approx. 15.5 kg
Oven lamp	: 25 W/240 - 250 V

* This Product fulfils the requirement of the European standard EN55011.

In conformity with this standard, this product is classified as group 2 class B equipment.

Group 2 means that the equipment intentionally generates radio-frequency energy in the form of electromagnetic radiation for the heat treatment of food.

Class B equipment means that the equipment is suitable to be used in domestic establishments.

** Internal capacity is calculated by measuring maximum width, depth and height.

Actual capacity for holding food is less.



This oven complies with the requirements of Directives 2004/108/EC and 2006/95/EC.

SPECIFICATIONS ARE SUBJECT TO CHANGE WITHOUT NOTICE AS PART OF
CONTINUOUS IMPROVEMENT



IMPORTANT INFORMATION

Ecologically responsible disposal of packaging materials and old appliances

Packaging materials

Electrolux microwave ovens require effective packaging to protect them during transportation.

Only the minimum packaging necessary is used.

Packaging materials (e.g. foil or styrofoam) can place children at risk.

Danger of suffocation. Keep packaging material away from children.

All packaging materials used are environment friendly and can be recycled. The cardboard is made from recycled paper and the wooden parts are untreated. Plastic items are marked as follows:

«PE» polyethylene eg packaging film

«PS» polystyrene eg packaging (CFC-free)

«PP» polypropylene eg packaging straps

By using and re-using the packaging, raw materials are saved and waste volume is reduced.

Packaging should be taken to your nearest recycling centre.

Contact your local council for information.

Disposal of old appliances

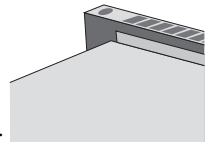
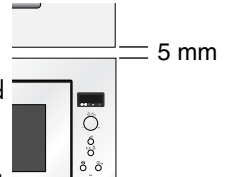
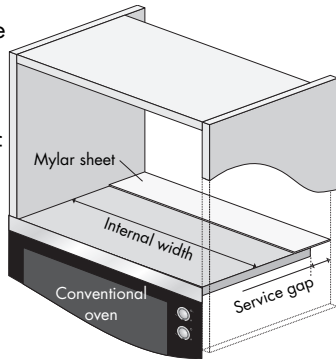
Old appliances should be made safe before disposal by removing the plug, and cutting off and disposing of the power cable.

It should then be taken to the nearest recycling centre. Check with your local Council or Environmental Health Office to see if there are facilities in your area for recycling the appliance.



INSTALLING THE APPLIANCE

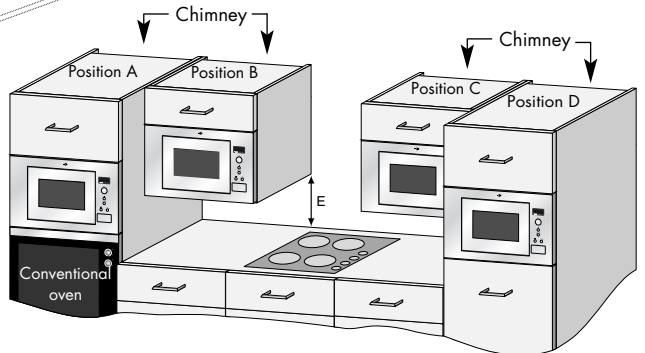
1. Remove all packaging and check carefully for any signs of damage.
2. This oven is designed to fit into a 360 mm high cupboard as standard.
When fitting into a 350 mm high cupboard:- Unscrew and remove the 4 feet from the bottom of the oven. There are 3 tall feet and 1 short foot. Replace the 3 tall feet with those provided in the accessory pack. Do not replace the short foot.
3. If fitting the microwave oven above a conventional oven (position A) then use the mylar sheet provided.
 - a. Cut the Mylar sheet to fit the internal width of the unit.
 - b. Peel back the protective cover on the tape and fix to the rear of the shelf so that it covers the service gap. (See diagram.)
4. Fit the appliance into the kitchen cupboard slowly, and without force, until the front frame of the oven seals against the front opening of the cupboard.
5. Ensure the appliance is stable and not leaning. Ensure that a 5 mm gap is kept between the cupboard door above and the top of the frame (see diagram.)
6. Fix the oven in position with the screws provided. The fixing points are located on the top and bottom corners of the oven (see diagram, item 9, on page 6).
7. It is important to ensure that the installation of this product conforms to the instructions in this operation manual and the hob or conventional oven manufacturer's installation instructions.



SAFE USE OF THE APPLIANCE

If fitting the microwave in position B or C:

- The cupboard must be a minimum of 500 mm (E) above the worktop and must **not** be installed **directly** above a hob.
- This appliance has been tested and approved for use near domestic gas, electric and induction hobs only.
- Sufficient space between hob and microwave should be allowed to prevent overheating of microwave oven, surrounding cupboard and accessories.
- Do not operate the hob without pans when the microwave oven is operating.
- Care should be taken when attending to the microwave oven while the hob is on.



POSITION	NICHE SIZE			CHIMNEY (min)	Gap Between Cupboard & Ceiling
	W	D	H		
A	560	550	360	50	50
B + C	460	300	350	15	50
	460	300	360	15	50
	560	300	350	15	50
	560	300	360	15	50
D	460	500	350	40	50
	460	500	360	40	50
	560	500	350	40	50
	560	500	360	40	50

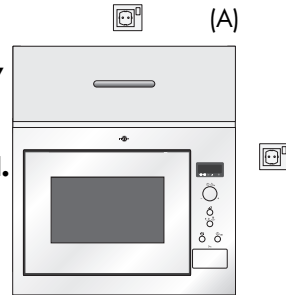
Measurements in (mm)



INSTALLATION

CONNECTING THE APPLIANCE TO THE POWER SUPPLY

- **The electrical outlet should be readily accessible so that the unit can be unplugged easily in an emergency. Or it should be possible to isolate the oven from the supply by incorporating a switch in the fixed wiring in accordance with the wiring rules.**
- **The socket should not be positioned behind the cupboard.**
- The best position is above the cupboard, see (A).
When not connecting the power supply cord to position (A) it should be removed from the support clip (see diagram, item 13, on page 6) and routed under the oven.
- Connect the appliance to a single phase 230 V/50 Hz alternating current via a correctly installed earth socket.
The socket must be fused with a 10 A fuse.
- **The power supply cord may only be replaced by an electrician.**
- Before installing, tie a piece of string to the power supply cord to facilitate connection to point (A) when the appliance is being installed.
- When inserting the appliance into the high-sided cupboard, DO NOT crush the power supply cord.
- Do not immerse the power supply cord or plug in water or any other liquid.



ELECTRICAL CONNECTIONS




WARNING:
THIS APPLIANCE MUST BE EARTHED
The manufacturer declines any liability
should this safety measure not be
observed.

If the plug that is fitted to your appliance is not suitable for your socket outlet, you must call your local Electrolux service agent.



Avertissements importants de sécurité	30 - 32
Four et accessoires	33
Bandeau de commande	34
Avant la mise en service	34
Régler l'horloge	35
Conseils de cuisson aux micro-ondes	36 - 37
Vaisselle pour fours à micro-ondes	38
Niveau de puissance du micro-ondes	39
Fonctionnement manuel	39
Autres fonctions pratiques	40 - 41
Fonctionnement automatique	42
Tableaux de programmes automatiques	43 - 45
Recettes pour programmes automatiques AC-6 et AC-7	45 - 46
Tableaux de cuisson	47 - 48
Recettes	48 - 50
Entretien et nettoyage	51
Que faire si...	52
Garantie/service-clientèle	53
Declaration de conditions de garantie (belgique)	54
Caracteristiques	55
Information importante	55
Installation	56 - 57

Le symbole  sur le produit ou son emballage indique que ce produit ne peut être traité comme déchet ménager. Il doit plutôt être remis au point de ramassage concerné, se chargeant du recyclage du matériel électrique et électronique. En vous assurant que ce produit est éliminé correctement, vous favorisez la prévention des conséquences négatives pour l'environnement et la santé humaine qui, sinon, seraient le résultat d'un traitement inapproprié des déchets de ce produit. Pour obtenir plus de détails sur le recyclage de ce produit, veuillez prendre contact avec le bureau municipal de votre région, votre service d'élimination des déchets ménagers ou le magasin où vous avez acheté le produit.



AVERTISSEMENTS IMPORTANTS DE SÉCURITÉ

AVERTISSEMENTS DE SECURITE IMPORTANTES: LES LIRE ATTENTIVEMENT ET LES CONSERVER SOIGNEUSEMENT POUR CONSULTATIONS ULTERIEURES.

Pour éviter tout danger d'incendie

Vous devez surveiller le four lorsqu'il est en fonctionnement. Un niveau de puissance trop élevé, ou un temps de cuisson trop long, peuvent entraîner une augmentation de la température des aliments conduisant à leur enflamment.

La prise secteur doit être facilement accessible de manière à ce que la fiche du cordon d'alimentation puisse être aisément débranchée en cas d'urgence.

La tension d'alimentation doit être égale à 230 V, 50 Hz avec un fusible de distribution de 10 A minimum, ou un disjoncteur de 10 A minimum.

Nous conseillons d'alimenter ce four à partir d'un circuit électrique indépendant.

Ne rangez pas et n'utilisez pas le four à l'extérieur.

Si les aliments que chauffe le four viennent à fumer, N'OUVREZ PAS LA PORTE. Mettez le four hors tension, débranchez la prise du cordon d'alimentation et attendez que la fumée se soit dissipée. Ouvrez le four alors que les aliments fument peut entraîner leur enflamment. N'utilisez jamais d'eau.

N'utilisez que des récipients et des ustensiles conçus pour les fours à micro-ondes. Voir la page 38.

Surveillez le four lorsque vous utiliser des récipients en matière plastique à jeter, des récipients en papier ou tout autre récipient pouvant s'enflammer.

Nettoyez le cadre du répartiteur d'ondes, la cavité du four, le plateau tournant et le pied du plateau après chaque utilisation du four. Ces pièces doivent être toujours sèches et dépourvues de graisse. Les accumulations de graisse peuvent s'échauffer au point de fumer ou de s'enflammer.

Ne placez pas des produits susceptibles de s'enflammer au voisinage du four ou de ses ouvertures de ventilation. N'obstruez pas les ouvertures de ventilation.

Retirez toutes les étiquettes, fils, etc. métalliques qui peuvent se trouver sur l'emballage des aliments. Ces éléments métalliques peuvent entraîner la formation d'un arc électrique qui à son tour peut produire un incendie. N'utilisez pas ce four pour faire de la friture. La température de l'huile ne peut pas être contrôlée et l'huile peut s'enflammer.

N'employez pas de récipients en matière plastique, papier, carton et tous matériaux qui ne supporteraient pas l'effet de la chaleur de la résistance.

Ne faites rien sécher dans le four à micro-onde. Des objets peuvent s'enflammer (papier journal, vêtements...)

Pour faire des popcorns, n'utilisez que les ustensiles conçus pour les fours à micro-ondes.

Ne conservez aucun aliment ou produit à l'intérieur du four. Vérifiez les réglages après mise en service du four et assurez-vous que le four fonctionne correctement. Lisez et utilisez cette notice d'utilisation.

Pour éviter toute blessure

AVERTISSEMENT:

N'utilisez pas le four s'il est endommagé ou ne fonctionne pas normalement. Vérifiez les points suivants avant tout emploi du four:

- La porte: assurez-vous qu'elle ferme correctement, qu'elle ne présente pas de défaut d'alignement et qu'elle n'est pas voilée.
- Les charnières et les loquets de sécurité: assurez-vous qu'ils ne sont ni endommagés ni desserrés.
- Le joint de porte et la surface de contact: assurez-vous qu'ils ne sont pas endommagés.
- L'intérieur de la cavité et la porte: assurez-vous qu'ils ne sont pas cabossés.
- Le cordon d'alimentation et sa prise: assurez-vous qu'ils ne sont pas endommagés.

Vous ne devez rien réparer ou remplacer vous-même dans le four. Faites appel à un personnel qualifié. N'essayez pas de démonter l'appareil ni d'enlever le dispositif de protection contre l'énergie micro-onde, vous risqueriez d'endommager le four et de vous blesser.

Ne faites pas fonctionner le four porte ouverte et ne modifier pas les loquets de sécurité de la porte.

N'utilisez pas le four si un objet est interposé entre le joint de porte et la surface de contact du joint.

Ne laissez pas les dépôts de graisse ou de saleté s'incruster sur les joints de porte et les surfaces voisines. Reportez-vous aux instructions de la section "Entretien et Nettoyage" page 51. Le non-respect des consignes de nettoyage du four entraînera une détérioration de la surface susceptible d'affecter le bon fonctionnement de l'appareil et de présenter des risques.

Si vous avez un STIMULATEUR CARDIAQUE, consultez votre médecin ou le fabricant du stimulateur afin de connaître les précautions que vous devez prendre lors de l'utilisation du four.

Dans le cas de petites quantités (une saucisse, un croissant, etc.) posez un verre d'eau à côté de l'aliment.

Pour éviter toute secousse électrique

Dans aucun cas vous ne devez déposer la carrosserie extérieure du four.

N'introduisez aucun objet ou liquide dans les ouvertures des verrous de la porte ou dans les ouïes d'aération. Si un liquide pénètre dans le four, mettez-le immédiatement hors tension, débranchez la prise du cordon d'alimentation et adressez-vous à un service après-vente.

Ne plongez pas la prise du cordon d'alimentation dans l'eau ou tout autre liquide.

Ne laissez le cordon d'alimentation au-dessus d'aucune surface chaude ou pointue, telle que la zone de ventilation du four.

Ne tentez pas de remplacer vous-même la lampe du four et ne laissez personne d'autre qu'un professionnel qualifié faire ce travail.

Si la lampe du four grille, adressez-vous au revendeur ou à un service après-vente ELECTROLUX.



Si le cordon d'alimentation de cet appareil est endommagé, faites-le remplacer par un professionnel qualifié.

Les interrupteurs de verrouillage de sécurité incorporés empêchent le four à micro-ondes de fonctionner lorsque la porte est ouverte.

N'installez pas et n'utilisez pas votre appareil si celui-ci présente une anomalie lors du déballage. Installez ou positionnez ce four uniquement selon les instructions d'installation contenues dans cette notice.

Si l'installation électrique nécessite une modification pour le branchement de votre appareil, faites appel à un électricien qualifié.

Pour éviter toute explosion ou ébullition soudaine

AVERTISSEMENT: Les liquides ou autres aliments ne doivent pas être réchauffés dans des récipients fermés car ils risquent d'exploser.

N'utilisez jamais aucun récipient scellé. Retirez les rubans d'étanchéité et le couvercle avant toute utilisation d'un tel récipient. Un récipient scellé peut exploser en raison de l'augmentation de pression et ce, même après que le four a été mis hors service.

Prenez des précautions lorsque vous employez les micro-ondes pour chauffer des liquides. Utilisez des récipients à large ouverture de manière que les bulles puissent s'échapper.

Le chauffage par micro-ondes des boissons peut avoir comme conséquence l'ébullition éruptive retardée, donc le soin doit être pris en manipulant le récipient.

Pour éviter toute ébullition soudaine et tout risque:

1. Remuez le liquide avant de le chauffer ou de le réchauffer.
2. Placez une tige de verre ou un objet similaire dans le récipient contenant le liquide.
3. Conservez le liquide quelque temps dans le four pendant au moins 20 secondes à la fin de la période de chauffage de manière à éviter toute ébullition soudaine différée.

N'utilisez pas de produits chimiques corrosifs dans cet appareil.

Ne pas cuire les oeufs dans leur coquille et ne pas réchauffer les oeufs durs entiers dans le four micro-ondes car ils risquent d'exploser même après que le four ait fini de chauffer. Pour cuire ou réchauffer des oeufs qui n'ont pas été brouillés ou mélangés, percez le jaune et le blanc pour éviter qu'ils n'exploient. Retirer la coquille des oeufs durs et coupez-les en tranches avant de les réchauffer dans un four à micro-ondes.

Percez la peau des aliments tels que les pommes de terre et les saucisses avant de les cuire, car ils peuvent exploser.

Pour éviter toute brûlure

Utilisez un porte-récipient ou des gants de protection lorsque vous retirez les aliments du four de façon à éviter toute brûlure.

Ouvrez les récipients, les plats à popcorn, les sacs de cuisson, etc. de telle manière que la vapeur qui peut s'échapper ne puisse vous brûler les mains ou le visage.

Pour éviter toute brûlure, contrôlez la température des aliments et remuez-les avant de les servir, en particulier lorsqu'ils sont destinés à des bébés, des enfants ou des personnes âgées. Réchauffez les biberons sans la tétine.

La température du récipient est trompeuse et ne reflète pas celle des aliments que vous devez vérifier.

Tenez-vous éloigné du four au moment où vous ouvrez sa porte de manière à éviter toute brûlure due à la vapeur ou à la chaleur.

Coupez en tranches les plats cuisinés farcis après chauffage afin de laisser s'échapper la vapeur et d'éviter les brûlures.

Veillez à ce que les enfants ne touchent pas la porte du four pour éviter les brûlures.

Pour éviter toute mauvaise utilisation par les enfants

AVERTISSEMENT: Ne laissez les enfants utiliser le four sans surveillance que si des instructions appropriées ont été données de manière à ce que les enfants puissent utiliser le four en toute sécurité et comprennent les dangers encourus en cas d'utilisation incorrecte.

L'utilisation de cet appareil n'est pas destinée aux personnes (y compris les enfants) souffrant d'un handicap physique, sensoriel ou mental ou ne justifiant pas de l'expérience et des connaissances nécessaires, à moins qu'elles ne soient supervisées ou n'aient été formées à l'utilisation de cet appareil par une personne responsable de leur sécurité.

Les enfants doivent être sous constante supervision afin d'assurer qu'ils ne jouent pas avec l'appareil.

Le verre à feu, la porcelaine, la faïence, la céramique, la terre cuite non poreuse résistent aux températures élevées et peuvent satisfaire à toutes les utilisations. Les récipients de cuisson peuvent devenir brûlants par conduction de la chaleur des aliments vers le récipient. Portez des gants de protection pour les retirer du four.

Il est recommandé de couvrir les aliments dans la plupart des cas; ils seront plus savoureux et votre appareil restera propre. Cependant, avant de cuire des aliments ou de réchauffer des liquides dans une bouteille ou un récipient hermétique, retirez le bouchon ou le couvercle.

Faites attention en retirant les couvercles ou les films de protection des plats car une vapeur brûlante est soudainement libérée.

Les enfants ne doivent se servir du four que sous la surveillance d'un adulte.

Empêchez qu'ils ne s'appuient sur la porte du four. Ne les laissez pas jouer avec le four qui n'est pas un jouet.

Vous devez enseigner aux enfants les consignes de sécurité telles: l'usage d'un porte-récipient, le retrait avec précaution des produits d'emballage des aliments. Vous devez leur dire de porter une attention particulière aux emballages (par exemple, ceux qui sont destinés à griller un aliment) dont la température peut être très élevée.

Autres avertissement.

Ne modifiez ou n'essayez pas de modifier le four.

Vous ne devez pas déplacer le four pendant son fonctionnement.

Ce four a été conçu pour la préparation d'aliments et ne doit être utilisé que pour leur cuisson. Il n'a pas été étudié pour un usage commercial ou scientifique.

Pour éviter une anomalie de fonctionnement et pour éviter d'endommager le four.



AVERTISSEMENTS IMPORTANTS DE SÉCURITÉ

Ne jamais faire fonctionner le four sans plateau tournant ou à vide. Sinon vous risquez d'endommager le four.

Si vous utilisez un plat brunisseur ou un plat en matière autochauffante, interposez une protection contre la chaleur (par exemple, un plat en porcelaine) de manière à ne pas endommager le plateau tournant et le pied du plateau. Le temps de préchauffage précisé dans le guide de recette ne doit pas être dépassé.

Assurez-vous que la porte est bien fermée, que ses surfaces sont propres. Nettoyez-les régulièrement avec une éponge humide, pour éviter l'accumulation de toutes graisses, salissures, éclaboussures. Ces dépôts absorbent l'énergie et réduisent d'autant l'efficacité du four. N'utilisez pas la cavité du four pour stocker. Ne laissez pas de produits en papier, des ustensiles de cuisine ou des aliments dans la cavité lorsque l'appareil n'est pas utilisé.

Ne faites jamais chauffer de bouillote à l'intérieur de four à micro-ondes.

N'utilisez pas une sonde thermique d'un four traditionnel dans votre four à micro-ondes. Cependant, afin de connaître la température de cuisson à cœur, vous pouvez mesurer le degré de cuisson de l'aliment avec un thermomètre <<spécial viande>>. Ne laissez pas ce thermomètre dans le four en fonctionnement. Débranchez l'appareil s'il n'est pas utilisé pendant un certain temps (vacances...).

N'utilisez aucun ustensile métallique car ils réfléchissent les micro-ondes et peuvent provoquer un arc électrique. N'oubliez pas d'enlever les liens et les agrafes métalliques. Ne tentez pas de cuire ou de réchauffer les aliments dans une boîte de conserve et n'utilisez pas de bouteilles capsulées.

N'utilisez que le plateau tournant et le pied du plateau conçus pour ce four. N'utilisez jamais le four sans le plateau tournant.

Pour éviter de casser le plateau tournant:

- Avant de nettoyer le plateau tournant, laissez-le refroidir.
- Ne placez pas des aliments chauds ou un plat chaud sur le plateau tournant lorsqu'il est froid.
- Ne placez pas des aliments froids ou un plat froid sur le plateau tournant lorsqu'il est chaud.

Ne posez aucun objet sur la carrosserie du four pendant son fonctionnement.

REMARQUES:

Si vous avez des doutes quant à la manière de brancher le four, consulter un technicien qualifié.

Ni le fabricant ni le distributeur ne peuvent être tenus pour responsable des dommages causés au four ou des blessures personnelles qui résulteraient de l'inobservation des consignes de branchement électrique.

Des gouttes d'eau peuvent se former sur les parois de la cavité du four, autour des joints et des portées d'étanchéité. Cela ne traduit pas un défaut de fonctionnement ni des fuites de micro-ondes.

Des gouttes d'eau peuvent se former sur les parois de la cavité du four, autour des joints et des portées d'étanchéité. Cela ne traduit pas un défaut de fonctionnement ni des fuites de micro-ondes.

Assurez-vous également que les décors ne sont pas à base d'éléments métalliques. Dans le doute, n'hésitez pas à procéder au test du verre d'eau.

- **Test du verre d'eau** Ce test très simple vous permet de juger si un récipient est apte à la cuisson par micro-ondes. Placez dans le four le récipient à tester vide et posez à l'intérieur ou à côté de celui-ci un verre rempli d'eau qui absorbera l'énergie micro-ondes. Faites fonctionner le four pendant 1 minute à la puissance maximum. Si le récipient à tester reste froid, il convient à la cuisson par micro-ondes.
- Le papier absorbant vous rendra de grands services, vous l'utiliserez par exemple pour envelopper le pain, les brioches, les cakes... à décongler, pour griller le bacon dont il absorbera l'excès de matières grasses. Évitez l'emploi des serviettes en papier de couleur qui pourraient déteindre. Le papier sulfurisé et le papier paraffiné conviennent parfaitement pour les cuissons en papillotes et pour couvrir les plats. Les assiettes et les gobelets en carton seront réservés pour réchauffer à faible température.
- Les matières plastiques (plats, tasses, boîtes de congélation et emballages en plastique) de qualité alimentaire réagissent plus ou moins bien aux températures élevées et aux matières grasses chaudes. Réservez plutôt ces récipients aux utilisations à faibles températures et à la décongélation. Respectez les instructions du fabricant en utilisant du plastique dans le four. Évitez d'utiliser des matières plastiques avec des aliments ayant une forte teneur en matières grasses ou en sucre, (ou des boissons) car ceux-ci atteignent des températures élevées et pourraient faire fondre certains plastiques.

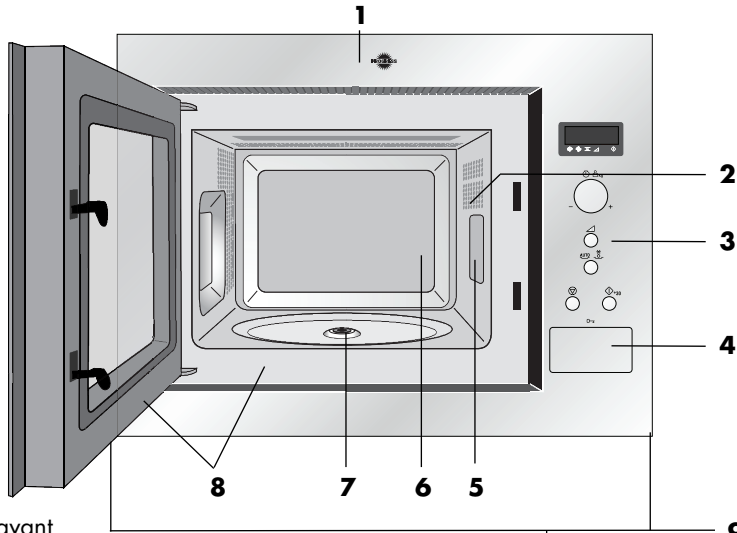
Certaines formes de récipients favorisent une pénétration plus homogène des micro-ondes dans les aliments.

Préférez les récipients peu profonds aux angles arrondis (plats ronds ou ovales), adaptez au mieux les dimensions du plat au volume des préparations, choisissez un plat de forme circulaire du genre moule à savarin chaque fois que la nature de la préparation le permet.

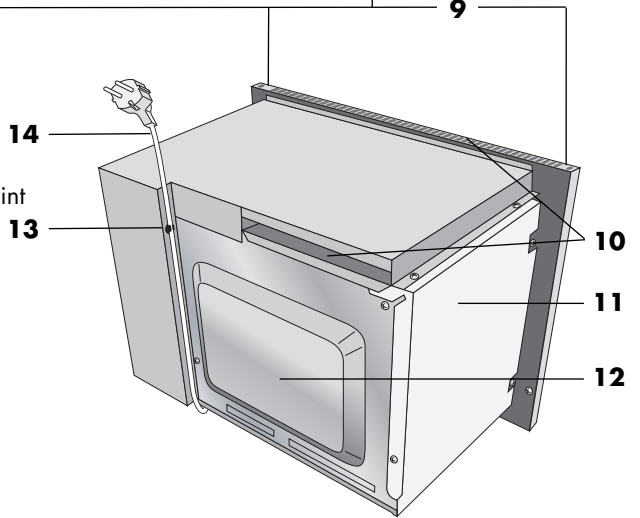
RÉCIPIENTS EN ALUMINIUM

Les barquettes en aluminium peuvent être utilisées en toute sécurité pour réchauffer des aliments dans le four à micro-ondes, dans les conditions suivantes :

1. Les barquettes en aluminium ne doivent pas dépasser 4 cm de profondeur.
2. N'utilisez pas de couvercles en film d'aluminium.
3. Les barquettes en aluminium doivent être remplis d'aliments au moins aux deux tiers. N'utilisez jamais de récipients vides.
4. Les barquettes en aluminium ne doivent pas être en contact ou proche des parois du four (distance minimum 1 cm). La barquette en aluminium devra être placée sur un plat retourné au four.
5. Les barquettes en aluminium ne doivent jamais être réutilisées dans le four à micro-ondes.
6. Si le four à micro-ondes a été utilisé pendant 15 minutes ou plus, laissez-le refroidir avant de le réutiliser.
7. Le récipient et le plateau tournant peuvent devenir très chauds pendant leur utilisation.
Utilisez des gants de protection.
8. Les durées de réchauffage ou de cuisson peuvent être prolongées avec un récipient en film d'aluminium. Assurez-vous que les aliments sont chauds avant de servir.



1. Encadrement avant
2. Eclairage du four
3. Bandeau de commande
4. Ouverture de la porte
5. Entraînement
6. Cavité du four
7. Joint de porte et surface de contact du joint
8. Cadre d'ouverture de la porte
9. Points de fixation (x4)
10. Ouvertures de ventilation
11. Enveloppe extérieure
12. Compartiment arrière
13. Cordon d'alimentation clip de support
14. Cordon d'alimentation



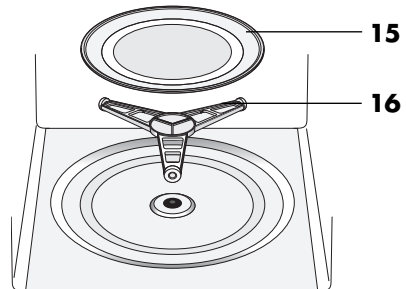
ACCESSOIRES:

Vérifiez que les accessoires suivants sont fournis:

(15) Plateau tournant **(16)** Support d'entraînement
(17) 4 vis de fixation (non visualisées)

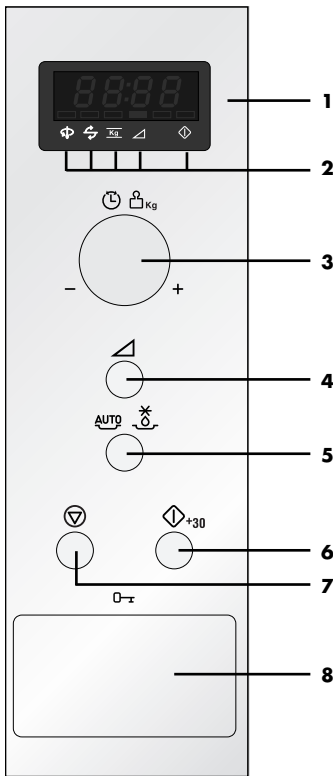
- Placez le pied du plateau tournant dans l'entraînement sur la base inférieure de la cavité.
- Placez ensuite le plateau tournant sur le support de rotation.
- Pour éviter d'endommager le plateau tournant, veillez à ce que les plats ou les récipients soient levés sans toucher le bord du plateau tournant lorsque vous les enlevez du four.

REMARQUE: Lorsque vous commandez des accessoires, veuillez mentionner deux éléments: le nom de la pièce et le nom du modèle à votre revendeur ou un service après vente ELECTROLUX.





BANDEAU DE COMMANDE



1 Affichage numérique

2 Symboles

L'indicateur correspondant clignotera ou s'allumera juste au-dessus du symbole, en fonction de l'instruction. Lorsqu'un indicateur clignote, appuyez sur la touche correspondante (marquée du même symbole) ou effectuez l'action nécessaire.

☞ Remuer

↺ Retourner

kg KG/Poids

▲ Niveau de puissance

◇ Cuisson

3 Bouton rotatif **MINUTEUR/POIDS**

4 Touche **NIVEAU DE PUISSANCE MICRO-ONDES**

5 Touche **PROGRAMMES AUTOMATIQUES**

Appuyez pour sélectionner l'un des 12 programmes automatiques.

6 Touche **START/+30**

7 Touche **ARRET**

8 Touche **OUVERTURE DE LA PORTE**



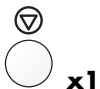
AVANT LA MISE EN SERVICE

Branchez la prise

1. L'affichage indique:



2. Appuyez sur la touche **ARRET**, l'affichage indique:



Réglez l'horloge comme suit.

Utilisation de la touche **ARRET (STOP)**.

Utilisez la touche **ARRET** pour:

1. Effacer une erreur durant la programmation du four.
2. Interrompre momentanément la cuisson.
3. Arrêter un programme de cuisson (dans ce cas, appuyez deux fois sur cette touche).



Il y a deux modes de réglage : horloge sur 12 heures et horloge sur 24 heures.

Pour régler l'horloge, suivre l'exemple ci-dessous.

Exemple: Pour régler l'horloge en mode 12 heures à 11:35.

1. Pour sélectionner l'horloge sur 12 heures, maintenez la touche **NIVEAU DE PUISSANCE MICRO-ONDES** enfoncée pendant 3 secondes. **12 H** apparaît dans l'affichage.

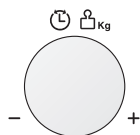
2. Réglez les heures. Tournez le bouton rotatif **MINUTEUR/POIDS** jusqu'à ce que l'heure correcte s'affiche (11).

3. Appuyez sur la touche **NIVEAU DE PUISSANCE MICRO-ONDES POUR** passer des heures aux minutes.



4. Réglez les minutes. Tournez le bouton rotatif **MINUTEUR/POIDS** jusqu'à ce que le réglage des minutes correct s'affiche (35).

5. Appuyez sur la touche **NIVEAU DE PUISSANCE MICRO-ONDES** à pour afficher l'horloge.

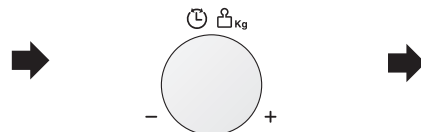


Exemple: Pour régler l'horloge en mode 24 heures à 23:35.

1. Pour sélectionner l'horloge sur 24 heures, maintenez la touche **NIVEAU DE PUISSANCE MICRO-ONDES** enfoncée pendant 3 secondes. **12 H** apparaît dans l'affichage.

2. Appuyez sur la touche **NIVEAU DE PUISSANCE MICRO-ONDES POUR** passer des 12 heures aux 24 heures.

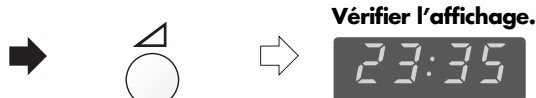
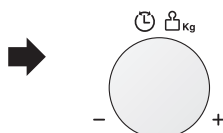
3. Réglez les heures. Tournez le bouton rotatif **MINUTEUR/POIDS** jusqu'à ce que l'heure correcte s'affiche (23).



4. Appuyez sur la touche **NIVEAU DE PUISSANCE MICRO-ONDES POUR** passer des heures aux minutes.

5. Réglez les minutes. Tournez le bouton rotatif **MINUTEUR/POIDS** jusqu'à ce que le réglage des minutes correct s'affiche (35).

6. Appuyez sur la touche **NIVEAU DE PUISSANCE MICRO-ONDES** à pour afficher l'horloge.



REMARQUES:

1. Vous pouvez tourner le bouton rotatif **MINUTEUR/POIDS** dans le sens des aiguilles d'une montre ou dans le sens contraire.
2. Appuyez sur la touche **ARRET (STOP)** en cas d'erreur de programmation.
3. Si l'alimentation électrique de votre four à micro-ondes

est interrompue, l'affichage indiquera par intermittence **12 H** après le retour du courant. Si cela a lieu pendant la cuisson, le programme sera effacé. L'heure sera également effacée.

4. Pour régler l'heure à nouveau, suivez à nouveau l'exemple ci-dessus.



CONSEILS DE CUISSON AUX MICRO-ONDES

Les micro-ondes sont des ondes d'énergie similaires à celles des signaux de télévision et de radio. L'énergie électrique est convertie en énergie à micro-ondes. Cette énergie se propage dans la cavité du four par le biais d'un guide d'ondes.

Le guide d'ondes est protégé par un couvercle afin d'empêcher toute pénétration de graisse et d'aliments.

Dans la mesure où les micro-ondes ne peuvent pas traverser le métal, la cavité du four est en métal et la porte est recouverte d'une fine grille métallique. Durant la cuisson, les micro-ondes rebondissent de manière aléatoire sur les parois de la cavité du four.

Les micro-ondes traversent certains matériaux, tels que le verre et le plastique, permettant ainsi la cuisson des aliments (voir Section « Vaisselle pour fours à micro-ondes » pages 38).

L'énergie à micro-ondes doit donc pouvoir traverser le matériau du récipient pour cuire/décongeler les aliments.

Il est par conséquent important de choisir des plats adaptés à la cuisson au four à micro-ondes.

Choisissez de préférence des plats ronds/ovales plutôt que des récipients carrés/ou longs, car les aliments placés dans les angles tendent à être trop cuits. Il est possible d'utiliser un vaste éventail de plats (voir liste pages 38).

Les micro-ondes sont absorbées par les molécules d'eau, de graisse et de sucre contenues dans les aliments. Sous l'effet des micro-ondes, ces molécules se mettent à vibrer. Cette agitation génère suffisamment de chaleur pour cuire les aliments (de la même façon que vos mains se réchauffent lorsque vous les frottez).

L'énergie à micro-ondes chauffe l'extérieur des aliments et la chaleur se propage au centre par conduction, comme pour la cuisson conventionnelle. Il est par conséquent important de retourner, redistribuer ou remuer les aliments durant la cuisson pour assurer une cuisson uniforme.

Une fois la cuisson terminée, le four cesse automatiquement de produire des micro-ondes.

Il est nécessaire de laisser les aliments reposer après la cuisson, afin de permettre à la chaleur de se propager de manière uniforme.

Les micro-ondes cuisent les aliments plus rapidement que les méthodes de cuisson conventionnelles. Il est par conséquent essentiel de respecter certaines techniques pour garantir de bons résultats. Bon nombre des techniques suivantes sont semblables à celles utilisées dans les méthodes de cuisson traditionnelles.

CARACTÉRISTIQUES DES ALIMENTS

Composition	Les aliments riches en graisse ou en sucre (p. ex. les plum-puddings et les pièces minces) exigent un temps de cuisson moindre. Procédez avec soin, car ils pourraient prendre feu en cas de surchauffe!
Densité	La densité des aliments affecte le temps de cuisson nécessaire. Les aliments légers et poreux, tels que les gâteaux et le pain, cuisent plus rapidement que les aliments lourds et denses, tels que les rôtis et les ragoûts.
Quantité	Le temps de cuisson s'accroît proportionnellement à la quantité des aliments placés dans le four. Il faut ainsi plus de temps pour cuire quatre pommes de terre que deux.
Taille	Les aliments/morceaux de petite taille cuisent plus rapidement dans la mesure où les micro-ondes peuvent se propager au centre des aliments de tous les côtés. La cuisson est d'autant plus régulière que les morceaux ont la même taille.
Forme	Les aliments dont la forme est irrégulière, tels que le blanc de poulet ou les pilons exigent un temps de cuisson supérieur pour leurs parties les plus épaisses. Les aliments de forme arrondie cuisent de façon plus uniforme que les aliments de forme carrée.
Température	La température initiale des aliments affecte le temps de cuisson nécessaire. Les aliments congelés cuisent moins vite que les aliments qui se trouvent à température ambiante. Faites une entaille dans les aliments fourrés (beignets à la confiture, etc.) pour laisser la chaleur ou la vapeur s'échapper.



TECHNIQUES DE CUISSON

Disposez les aliments	Placez les parties les plus épaisses des aliments vers l'extérieur du plat (p. ex. pilons).
Recouvrez	Utilisez un film alimentaire pour micro-ondes ou un couvercle adéquat.
Percez	Les aliments qui comportent une coquille, une peau ou une membrane doivent être percés à plusieurs reprises avant d'être cuits ou réchauffés, car l'accumulation de vapeur pourrait les faire exploser (p. ex. pommes de terre, poisson, poulet, saucisses). Important: il est déconseillé de cuire les oeufs au four à micro-ondes, car ceux-ci risquent d'exploser, même une fois la cuisson terminée (p. ex. oeufs pochés, frites, durs).
Remuez, tournez et redispensez les aliments	Pour obtenir une cuisson uniforme, il est essentiel de remuer, tourner et redispensez les aliments pendant la cuisson. Remuez et redispensez toujours les aliments en partant de l'extérieur vers le centre.
Laissez reposer	Il est nécessaire de laisser les aliments reposer après la cuisson, afin de permettre à la chaleur de se propager de manière uniforme.
Protégez	Certaines parties des aliments peuvent chauffer quand on les décongèle. Protégez ces parties à l'aide de petites sections de film aluminium qui réfléchiront les micro-ondes (p. ex. les pattes et les ailes d'un poulet).

DÉTERMINATION DU TEMPS DE CUISSON AVEC LE THERMOMÈTRE DE CUISINE

À la fin de la cuisson, chaque boisson et chaque aliment ont une certaine température intérieure (température à cœur). Une fois cette température atteinte, on peut arrêter la cuisson, on obtiendra un bon résultat.

Vous pouvez déterminer la température intérieure à l'aide d'un thermomètre de cuisine. Le tableau des températures ci-dessous indique les températures principales.

Boisson / aliment	Température intérieure à la fin du temps de cuisson	Température intérieure après un temps de repos de 10 - 15 min
Réchauffer des boissons (Café, thé, eau, etc.)	65-75 °C	
Réchauffer du lait	60-65 °C	
Réchauffer des soupes	75-80 °C	
Réchauffer des potées	75-80 °C	
Volailles	80-85 °C	85-90 °C
Viande Saignant	70 °C	70-75 °C
d'agneaubien cuit	75-80 °C	80-85 °C
Rosbeef Saignant	50-55 °C	55-60 °C
à point	60-65 °C	65-70 °C
bien cuit	75-80 °C	80-85 °C
Viande de porc, de veau	80-85 °C	80-85 °C



VAISSELLE POUR FOURS À MICRO-ONDES

Kochgeschirr	Mikrowellensicher	Kommentare
Film aluminium/ barquettes en aluminium	✓ / ✗	Il est possible d'utiliser de petites sections de film aluminium pour prévenir la surchauffe des aliments. Le film aluminium doit être distant de 2 cm au moins des parois du four pour éviter la formation d'arcs électriques. Il est déconseillé d'utiliser des barquettes en aluminium, à moins que leur usage ne soit spécifié par le fabricant. Respectez soigneusement les consignes d'utilisation.
Plats brunisseurs	✓	Respectez toujours les consignes du fabricant. Ne dépassez jamais les temps de cuisson indiqués. Procédez avec soin car ces plats peuvent être très chauds.
Porcelaine et céramique	✓ / ✗	Les plats en porcelaine, poterie, faïence et porcelaine tendre conviennent généralement à une utilisation en micro-ondes, sauf s'ils comportent des décorations métalliques.
Plats en verre (p. ex. Pyrex ®)	✓	Procédez avec soin en cas d'utilisation de plats en verre fin, car ils risquent de se casser ou de se fendre en cas de changement de température soudain.
Métal	✗	L'utilisation de plats en métal dans un four à micro-ondes est déconseillée, en raison du risque d'arc électrique et d'incendie.
Récipient en plastique/ polystyrène (contenants de restauration rapide)	✓	Procédez avec soin car certains récipients peuvent se déformer, fondre ou se décolorer à température élevée.
Film alimentaire	✓	Le film ne doit pas être au contact des aliments et doit être percé pour laisser la vapeur s'échapper.
Sacs de congélation /brunisseurs	✓	Ils doivent être percés pour laisser la vapeur s'échapper. Vérifiez que les sacs conviennent à une utilisation en micro-ondes. N'utilisez pas d'attaches en plastique ou en métal, car elles risqueraient de fondre ou de prendre feu (arc électrique).
Assiettes, gobelets essuie-tout en papier	✓	Ils ne doivent être utilisés que pour réchauffer ou absorber et l'humidité. Procédez avec soin car ils peuvent prendre feu en cas de surchauffe.
Récipients en paille ou en bois	✓	Ne laissez pas le four sans surveillance lorsque vous utilisez ces matériaux car ils peuvent prendre feu en cas de surchauffe.
Papier recyclé journaux	✗	Ils peuvent contenir des fragments de métal, susceptibles et de produire un arc électrique et de provoquer un incendie.

NIVEAU DE PUISSANCE DU MICRO-ONDES



Vous avez le choix entre 5 niveaux de puissance. Consultez les indications fournies dans les recettes pour déterminer le niveau de puissance à utiliser. D'une manière générale, nous vous conseillons de procéder comme suit:

800 W Pour une cuisson rapide ou pour réchauffer un plat (par ex. soupes, ragoûts, conserves, boissons chaudes, légumes, poisson, etc.)

560 W Pour cuire plus longtemps les aliments plus denses, tels que les rôtis, les pains de viande, les plats sur assiettes et les plats délicats tels que les sauces au fromage et les gâteaux de Savoie.

Ce niveau de puissance réduit évitera de faire déborder vos sauces et assurera une cuisson uniforme de vos aliments (les côtés ne seront pas trop cuits).

400 W Convient aux aliments denses nécessitant une cuisson traditionnelle prolongée (les plats de bœuf par exemple). Ce niveau de puissance est recommandé pour obtenir une viande tendre.

240 W Décongélation: utilisez ce niveau de puissance pour décongeler vos plats de manière uniforme. Idéal pour faire mijoter le riz, les pâtes, les boulettes de pâte et cuire la crème renversée.

80 W Pour décongeler délicatement les aliments tels que les gâteaux à la crème ou les pâtisseries.

W = WATT

Pour régler la puissance, appuyez sur la touche de **NIVEAU DE PUISSANCE MICRO-ONDES** jusqu'à ce que le niveau désiré soit affiché. Si vous n'appuyez qu'une seule fois sur la touche de **NIVEAU DE PUISSANCE MICRO-ONDES**, **1** sera affiché. Si vous dépassez la puissance que vous désirez utiliser, continuez d'appuyer sur la touche **NIVEAU DE PUISSANCE MICRO-ONDES** jusqu'à ce que le niveau de puissance désiré soit à nouveau affiché. **Si vous ne choisissez aucun niveau de puissance, c'est le niveau 800 W qui est automatiquement utilisé.**

FONCTIONNEMENT MANUEL

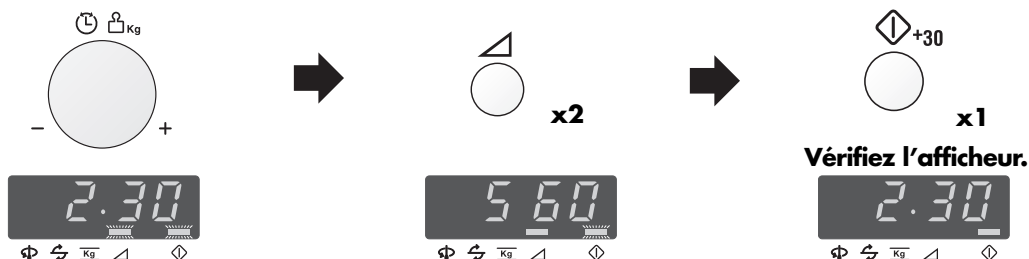


Vous pouvez choisir le temps de cuisson 90 minutes (90.00). L'augmentation du temps de cuisson (décongélation) varie de 10 secondes à cinq minutes. Elle dépend de la durée totale de cuisson (décongélation) indiquée dans le tableau.

Temps de cuisson	Poids ou volume
0-5 minutes	10 secondes
5-10 minutes	30 secondes
10-30 minutes	1 minute
30-90 minutes	5 minutes

Exemple: Supposons que vous vouliez réchauffer une soupe pendant 2 minutes et 30 secondes à mi-puissance 560 W.

1. Entrez le temps de cuisson souhaité en tournant le bouton rotatif **MINUTEUR/POIDS** dans le sens des aiguilles d'une montre. (2 min. 30 sec.)
2. Choisissez le niveau de puissance voulu en appuyant deux fois sur la touche **NIVEAU DE PUISSANCE MICRO-ONDES**.
3. Appuyez une fois sur la touche **START/+30** pour démarrer la cuisson.



REMARQUES :

1. Quand la porte est ouverte pendant le processus de cuisson, le temps de cuisson de l'affichage numérique s'arrête automatiquement. Le temps de cuisson reprend le décompte à rebours quand la porte est fermée et que la touche **START/+30** est appuyée.
2. Si vous voulez connaître le niveau de puissance pendant la cuisson, appuyez sur la touche **NIVEAU DE PUISSANCE MICRO-ONDES**. Tant que votre doigt est appuyé sur la touche **NIVEAU DE PUISSANCE MICRO-ONDES**, le niveau de puissance est affiché.
3. Vous pouvez tourner le bouton rotatif **MINUTEUR/POIDS** dans le sens des aiguilles d'une montre ou en sens inverse. Si vous tournez le bouton dans le sens inverse, le temps de cuisson diminue par paliers à partir de 90 minutes.



AUTRES FONCTIONS PRATIQUES

1. CUISSON A SEQUENCES MULTIPLES

Il est possible de saisir un maximum de 3 séquences, comprenant le temps et mode de cuisson normale.

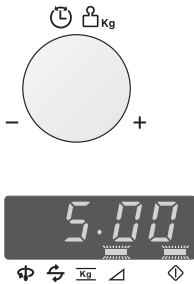
Exemple:

Pour cuire: 5 minutes à la puissance 800 W (Etape 1)

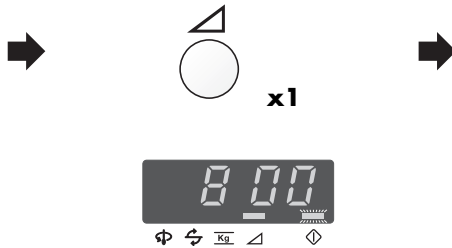
16 minutes à la puissance 240 W (Etape 2)

ETAPE 1

1. Entrez le temps de cuisson souhaité en tournant le bouton rotatif **MINUTEUR/POIDS**.

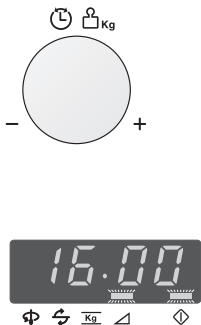


2. Choisissez le niveau de puissance voulu en appuyant une fois sur la touche **NIVEAU DE PUISSANCE MICRO-ONDES**.

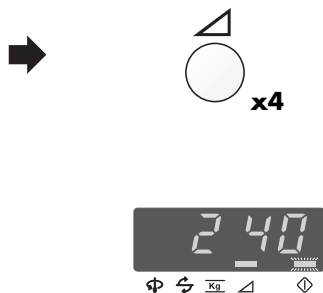


ETAPE 2

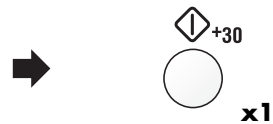
3. Entrez le temps de cuisson souhaité en tournant le bouton rotatif **MINUTEUR/POIDS**.



4. Choisissez le niveau de puissance voulu en appuyant quatre fois sur la touche **NIVEAU DE PUISSANCE MICRO-ONDES**.



5. Appuyez une fois sur la touche **START/+30** pour démarrer la cuisson.



Vérifier l'affichage.



(Le four cuira d'abord pendant 5 minutes à puissance 800 W, puis pendant 16 minutes à 240 W.)



2. FONCTION AJOUTER 30 SECONDES

La touche **START/+30** vous permet d'utiliser les deux fonctions suivantes:

a. Démarrage direct

Vous pouvez commencer directement la cuisson micro-ondes à la puissance 800 W pendant 30 secondes en appuyant sur la touche **START/+30**.



REMARQUE:

Pour éviter une manipulation abusive par les enfants, la touche **START/+30** peut être utilisée uniquement dans la 3 minutes qui suit l'opération précédente, par exemple, la fermeture de la porte ou l'appui sur la touche **ARRET (STOP)**.

b. Augmentation du temps de cuisson

Vous pouvez prolonger le temps de cuisson pendant la cuisson manuelle par paliers de 30 secondes en appuyant de nouveau sur la touche pendant le fonctionnement du four.

3. VERIFICATION DU NIVEAU DE PUISSANCE

Pour vérifier le niveau de puissance du micro-ondes pendant la cuisson, appuyez sur la touche **NIVEAU DE PUISSANCE MICRO-ONDES**.



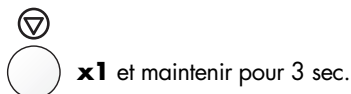
Tant que vous gardez appuyé la touche **NIVEAU DE PUISSANCE MICRO-ONDES**, le niveau de puissance est affiché.

Le four continue le décompte à rebours bien que l'affichage indique le niveau de puissance.

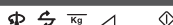
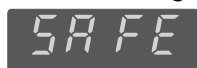
4. VERROUILLAGE DE SECURITE

POUR ETABLIR LA FONCTION VERROUILLAGE DE SECURITE

1. Appuyez sur la touche **STOP** et maintenez-la enfoncée pendant 3 secondes.



Vérifier l'affichage.



POUR ANNULER LA FONCTION VERROUILLAGE DE SECURITE

1. Appuyez sur la touche **STOP** et maintenez-la enfoncée pendant 3 secondes.



L'affichage indiquera l'heure, si la fonction est établie.

REMARQUE: Quand la fonction Verrouillage de sécurité est établie vous ne pouvez utiliser aucune touche autre que la touche **STOP**.



FONCTIONNEMENT AUTOMATIQUE

Le fonction **AUTOMATIQUE** calcule automatiquement le mode et le temps de cuisson corrects. Vous disposez de 7 programmes de **CUISSON AUTOMATIQUE** et 5 programmes de **DÉCONGÉLATION AUTOMATIQUE**.

Ce que vous devez savoir lors de l'utilisation de cette fonction:

1. Appuyez une fois sur la touche **PROGRAMMES AUTOMATIQUE** pour faire apparaître l'affichage suivant.

Pour choisir le programme voulu, appuyez sur la touche **PROGRAMMES AUTOMATIQUE** jusqu'à l'affichage de ce programme. Voir pages 43 - 45 tableau de **PROGRAMMES AUTOMATIQUE**.

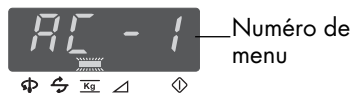
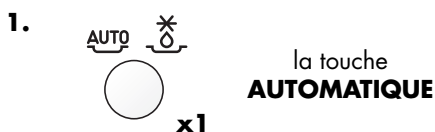
Pour sélectionner un menu de décongélation, appuyez sur le touche **PROGRAMMES AUTOMATIQUE** 8 fois au moins. Lorsque vous aurez appuyé sur cette touche 8 fois, **Rd-1** s'affichera à l'écran. Vous pouvez changer le menu automatiquement en maintenant appuyé le touche **PROGRAMMES AUTOMATIQUE**.

2. Pour choisir le poids d'aliments, tournez le bouton **MINUTEUR/POIDS** jusqu'à l'affichage des paramètres de poids voulus.

- Indiquez le poids des aliments seulement. Ne pas inclure le poids du récipient.
- Pour un aliment dont le poids est supérieur ou inférieur aux quantités données dans le tableaux de automatique, utilisez les programmes manuels. Pour obtenir les meilleurs résultats, suivre les tableaux de cuisson (pages 47 - 48).

3. Pour démarrer la cuisson, appuyez sur la touche **START/+30**.

Lorsqu'une action de votre part est nécessaire (par exemple retourner les aliments), le four s'arrête, les signaux sonores retentissent et le temps restant et le voyant clignotent sur l'affichage. Pour continuer la cuisson, appuyez sur le bouton **START/+30**.

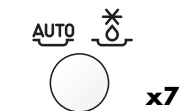


La température finale varie selon la température initiale des aliments. Vérifiez que la nourriture est très chaude après cuisson. Si nécessaire, vous pouvez rallonger le temps de cuisson et changer le niveau de puissance.

Exemple:

Pour cuire 1,0 kg de Gratin servez vous **CUISSON AUTOMATIQUE AC-7**.

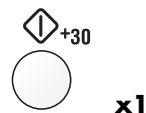
1. Sélectionnez le menu nécessaire en appuyant sept fois sur la touche **PROGRAMMES AUTOMATIQUE**.



2. Entrez le poids en tournant le bouton rotatif **MINUTEUR/POIDS** dans le sens des aiguilles d'une montre.



3. Appuyez sur la touche **START/+30**.













Vérifiez l'affichage.



TABLEAUX DE PROGRAMMES AUTOMATIQUES

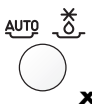







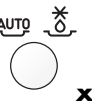

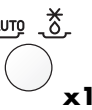

TOUCHE	CUISSON AUTOMATIQUE	QUANTITÉ/ UTENSILES	PROCÉDURE
 x1	AC-1 Cuisson Légumes surgelés 	0,1 - 0,6 kg (100 g) Bol et couvercle	<ul style="list-style-type: none"> • Ajoutez 1 cuillère à soupe d'eau par 100 g et une pointe de sel. (Pour les champignons, il n'est pas nécessaire d'ajouter de l'eau). • Mettez un couvercle. • Quand que le signal sonore retentit, remuer et couvrez à nouveau. • Après cuisson, laissez reposer pendant env. 2 min. <p>IMPORTANT: Si les légumes surgelés sont compactés, cuisez-les manuellement.</p>
 x2	AC-2 Cuisson Légumes frais 	0,1 - 0,6 kg (100 g) Bol et couvercle	<ul style="list-style-type: none"> • Coupez les légumes en morceaux (cubes, tranches, rondelles). • Ajoutez 1 cuillère à soupe d'eau par 100 g et une pointe de sel. (Pour les champignons, il n'est pas nécessaire d'ajouter de l'eau). • Mettez un couvercle. • Quand que le signal sonore retentit, remuez et couvrez à nouveau. • Après cuisson, laissez reposer pendant env. 2 min.
 x3	AC-3 Cuisson Plats préparés surgelés À remuer (Mélangeables) 	0,3 - 1,0 kg* (100 g) Bol et couvercle	<ul style="list-style-type: none"> • Versez le contenu dans un plat conçu pour la cuisson micro-ondes. • Ajoutez du liquide si le constructeur le recommande. • Mettez un couvercle. Faites cuire à découvert si le constructeur le recommande. • Quand le signal sonore retentit, remuer et couvrir à nouveau. • Après cuisson, laissez reposer pendant env. 2 min.
 x4	AC-4 Cuisson Gratin surgelés 	0,2 - 0,6 kg (100 g) Plat à gratin ovale peu profond et couvercle ou original contenant et couvercle	<ul style="list-style-type: none"> • Retirez l'emballage du gratin congelé. Si le contenant ne convient pas pour les fours à micro-ondes, placez le gratin dans un plat à gratin. • Mettez un film étirable pour micro-ondes. • Si le contenant convient pour les fours à micro-ondes, retirez le couvercle d'origine et couvrir de film étirable pour micro-ondes. • Après cuisson, laissez reposer pendant env. 5 min.
 x5	AC-5 Cuisson Pommes de terre bouillies, Pommes de terre en robe des champs 	0,1 - 0,8 kg (100 g) Bol et couvercle	Pommes de terre bouillies: Pelez les pommes de terre et les coupez-les en morceaux de taille similaire. Pommes de terre en robe des champs: Choisissez des pommes de terre de taille similaire et lavez-les. <ul style="list-style-type: none"> • Placez Pommes de terre bouillies ou Pommes de terre en robe des champs dans un bol. • Ajoutez la 2 CS d'eau par 100 g et un peu de sel. • Recouvrez d'un couvercle • Quand que le signal sonore retentit, remuez et couvrez à nouveau. • Après cuisson, laissez reposer les pommes de terre pendant 2 min.

Important: La température initiale des aliments réfrigérés est de 5 °C. Celle des aliments congelés est de -18 °C.



TABLEAUX DE PROGRAMMES AUTOMATIQUES

TOUCHE	CUISSON AUTOMATIQUE	QUANTITÉ/ UTENSILES	PROCÉDURE
 x6	AC-6 Cuisson Filet de poisson en sauce 	0,4 - 1,2 kg* (100 g) Plat à gratin et plastique micro-ondes	<ul style="list-style-type: none"> Voir recettes pour le "Filet de Poisson en Sauce" à la pages 45 - 46. * Poids total de tous les ingrédients
 x7	AC-7 Cuisson Gratin 	0,5 - 1,5 kg* (100 g) Plat à gratin et plastique micro-ondes	<ul style="list-style-type: none"> Voir recettes pour le "Gratin" à la page 46. * Poids total de tous les ingrédients.

TOUCHE	DÉCONGÉLATION AUTOMATIQUE	QUANTITÉ/ UTENSILES	PROCÉDURE
 x8	Ad-1 Décongélation Steaks et Côtelettes 	0,2 - 0,8 kg (100 g) Plat à gratin (Voir remarque à la page 45.)	<ul style="list-style-type: none"> Placer les aliments dans un plat à gratin au centre du plateau tournant. Quand que le signal sonore retentit, retourner les aliments, redistribuer et séparer. Protéger les parties minces et les parties déjà chaudes avec du papier aluminium. Après décongélation, emballer dans du papier aluminium pendant 10 - 15 min, jusqu'à complète décongélation.
 x9	Ad-2 Décongélation Viande hachée 	0,2 - 0,8 kg (100 g) Plat à gratin (Voir remarque à la page 45.)	<ul style="list-style-type: none"> Placez le morceau de viande hachée dans un plat à gratin au centre du plateau tournant. Quand le signal sonore retentit, retourner la viande. Retirer les parties décongelées si possible. Après décongélation, couvrir de papier aluminium et laisser reposer pendant 5-10 min, jusqu'à complète décongélation.
 x10	Ad-3 Décongélation Volaille 	0,9 - 1,5 kg (100 g) Plat à gratin (Voir remarque à la page 45.)	<ul style="list-style-type: none"> Placer la volaille dans un plat à gratin, côté poitrail dessous, au milieu du plateau tournant. Quand le signal sonore retentit, retourner la volaille et protéger les parties minces et les parties déjà chaudes avec des petits morceaux de papier aluminium. Après décongélation, couvrez d'une feuille de papier aluminium et laissez reposer 15-30 min jusqu'à complète décongélation. Enfin, lavez la volaille sous l'eau courante.

Important: La température initiale des aliments réfrigérés est de 5 °C. Celle des aliments congelés est de -18 °C.

TABLEAUX DE PROGRAMMES AUTOMATIQUES



TOUCHE	DÉCONGÉLATION AUTOMATIQUE	QUANTITÉ / UTENSILES	PROCÉDURE
	Ad-4 Décongélation Gâteau 	0,1 - 1,4 kg (100 g) Plat	<ul style="list-style-type: none"> Retirer tout l'emballage du gâteau. Placer directement sur le plateau tournant, ou sur une assiette au centre du plateau tournant. Après décongélation, couper le gâteau en portions identiques espacées et laisser reposer pendant 10-30 min, jusqu'à ce que le gâteau soit uniformément décongelé.
	Ad-5 Décongélation Pain 	0,1 - 1,0 kg (100 g) Plat à gratin (Ce programme n'est recommandé que pour le pain en tranches.)	<ul style="list-style-type: none"> Répartir sur un plat à gratin, au centre du plateau tournant. Pour un pain de 1,0 kg, disposer directement sur le plateau tournant. Quand le signal sonore retentit, retourner, redistribuer et enlever les tranches décongelées. Après décongélation, couvrir de papier aluminium et laisser reposer pendant 5-15 min, jusqu'à complète décongélation.

Important: La température initiale des aliments réfrigérés est de 5 °C. Celle des aliments congelés est de -18 °C.

REMARQUES: Décongélation Automatique

1. Les steaks et côtelettes doivent être congelés en une couche.
2. Congelez la viande hachée en tranches fines.
3. Après avoir retourné, protégez les parties décongelées avec de petits morceaux plats de papier aluminium.
4. La volaille doit être cuite immédiatement après décongélation.
5. Les entremets recouverts de crème fouettée sont très sensibles aux micro-ondes. Pour obtenir les meilleurs résultats, lorsque la crème commence à se ramollir rapidement, il faut sortir immédiatement l'entremets du four et terminer sa décongélation à température ambiante pendant 10 à 30 minutes.

RECETTES POUR PROGRAMMES AUTOMATIQUES AC-6 ET AC-7



FILET DE POISSON EN SAUCE (AC-6)

Filets de poisson avec sauce piquante

0,4 kg	0,8 kg	1,2 kg	
140 g	280 g	420 g	tomates en boîte (égouttées)
40 g	80 g	120 g	mais
4 g	8 g	12 g	sauce au Piment
12 g	24 g	36 g	oignon (haché menu)
1 tsp	1-2 tsp	2 tsp	vinaigre de vin rouge
			moutarde, thym, poivre de cayenne
200 g	400 g	600 g	filet de poisson (réfrigérer)
			sel

1. Mélangez les ingrédients pour la sauce.
2. Mettez le filet de poisson dans le plat avec les extrémités fines vers le centre et saupoudrez avec sel.
3. Etalez la sauce préparée sur le filet de poisson.
4. Couvrez avec du plastique micro-ondes et faites cuire en **CUISSON AUTOMATIQUE AC-6** "Filet de Poisson en Sauce".
5. Après la cuisson, laisser reposer env. 2 min.



RECETTES POUR PROGRAMMES AUTOMATIQUES AC-6 ET AC-7

FILET DE POISSON EN SAUCE (AC-6)

Filet de poisson au curry

0,4 kg	0,8 kg	1,2 kg	
200 g	400 g	600 g	de filet de poisson sel
40 g	80 g	120 g	banane (en tranche)
160 g	320 g	480 g	sauce curry (prêt à servir)

1. Mettez le filet de poisson dans le plat avec les extrémités fines vers le centre et saupoudrez avec sel.
2. Étalez la sauce prêt à servir et banane sur le filet de poisson.
3. Couvrez avec du plastique micro-ondes et faites cuire en **CUISSON AUTOMATIQUE AC-6** "Filet de Poisson en Sauce".
4. Après la cuisson, laisser reposer env. 2 min.

GRATIN (AC-7)

Gratin d'épinards

0,5 kg	1,0 kg	1,5 kg	
5 g	10 g	15 g	beurre ou margarine (beurrer le plat)
150 g	300 g	450 g	d'épinards en branches surgelés (décongeler, égoutter)
15 g	30 g	45 g	oignon (haché menu)
150 g	300 g	450 g	sel, poivre et muscade
35 g	75 g	110 g	pommes de terre (coupées en rondelles)
50 g	100 g	150 g	jambon cuit (coupé en dés)
1	2	3	crème fraîche
40 g	75 g	115 g	œufs
			fromage (râper)
			paprika en poudre

1. Mélangez les épinards en branches avec l'oignon. Assaisonnez avec du sel, du poivre et de la noix de muscade râpée.
2. Beurrez le plat et remplissez-le de rondelles de pomme de terre, les dés de jambon et les épinards en couches alternées dans le plat. Terminez par une couche d'épinards.
3. Mélanger les œufs et la crème fraîche, saler et poivrer et verser sur le gratin.
4. Saupoudrer le gratin de fromage râpé et de poudre de paprika et cuire sur **CUISSON AUTOMATIQUE AC-7**, "Gratin".
5. Après cuisson, laissez reposer pendant env. 5-10 min.

GRATIN (AC-7)

Gratin de pommes de terre et courgettes

0,5 kg	1,0 kg	1,5 kg	
200 g	400 g	600 g	pommes de terre bouillies (coupées en lamelles)
115 g	230 g	345 g	courgettes (en tranches fines)
75 g	150 g	225 g	crème fraîche
1	2	3	œufs
1/2	1	2	de ail (pressée)
40 g	80 g	120 g	sel, poivre
10 g	20 g	30 g	fromage Gouda (râper)
			graines de tournesol
			paprika en poudre

1. Beurrez le plat. Remplissez-le de lamelles de pomme de terre et de tranches de courgettes en couches alternées.
2. Mélanger les œufs et la crème fraîche, assaisonner avec l'ail, le sel et le poivre et verser sur le gratin.
3. Saupoudrer le Gouda sur le gratin.
4. Enfin, saupoudrer le gratin de graines de tournesol et de paprika et cuire sur **CUISSON AUTOMATIQUE AC-7**, "Gratin".
5. Après cuisson, laissez reposer pendant env. 5-10 min.



ABREVIATIONS UTILISEES

CC = cuillerée à café	MG = matière grasse	g = gramme	ml = millilitre	Min = Minute
CS = cuillerée à soupe	kg = kilogramme	l = litre	cm = centimètre	

TABLEAU: RECHAUFFAGE DE BOISSONS ET DE METS

Boissons/ mets	Quant -g/ml-	Puissance -Niveau-	Temps -Min-	Conseils de préparation
Café, 1 Tasse	150	800 W	env. 1	ne pas couvrir
Lait, 1 Tasse	150	800 W	env. 1	ne pas couvrir
Eau, 1 Tasse	150	800 W	1 ¹ / ₂ -2	ne pas couvrir
6 Tasses	900	800 W	10-12	ne pas couvrir
1 Terrine	1000	800 W	11 ¹ / ₂ -13	ne pas couvrir
Une assiette-repas (Légumes, Viande et Garnitures)	400	800 W	3-6	asperger la sauce d'eau, couvrir, mélanger à mi-réchauffage
Potée / Consommé	200	800 W	1 ¹ / ₂ -2 ¹ / ₂	couvrir, remuer après le réchauffage
Légumes	200	800 W	2-2 ¹ / ₂	au besoin, ajouter de l'eau, couvrir et mélanger à mi-réchauffage
Viande 1 Tranche*	200	800 W	3-4	tartiné d'un peu de sauce, couvrir
Filet de Poisson*	200	800 W	2-3	couvrir
Gâteau, 1 portion	100	400 W	1 ¹ / ₂	poser dans un plat à gratin
Aliments pour bébés. 1 pot	190	400 W	env. 1	transférer dans un récipient convenant aux micro-ondes, bien mélanger après le réchauffage et vérifier la température
Faire fondre de la margarine ou du beurre*	50	800 W	1 ¹ / ₂	couvrir
Chocolat à fondre	100	400 W	2-3	mélanger de temps en temps

* température du réfrigérateur

TABLEAU: DECONGELATION ET CUISSON D'ALIMENTS

Aliments	Quant -g-	Puissance -Niveau-	Temps -Min-	Addition d'eau -CS/ml-	Conseils de préparation	Repos -Min-
Filet de poisson	300	800 W	10-12	-	couvrir	1-2
Une assiette-repas	400	800 W	9-11	-	couvrir, mélanger au bout de 6 minute	2
Brocoli	300	800 W	7-9	3-5	couvrir, mélanger à mi-cuisson	2
Pois	300	800 W	7-9	3-5	couvrir, mélanger à mi-cuisson	2
Macédoine de légumes	500	800 W	11-13	3-5	couvrir, mélanger à mi-cuisson	2

TABLEAU: DECONGELATION D'ALIMENTS

Aliments	Quant -g-	Puissance -Niveau-	Temps -Min-	Conseils de préparation	Repos -Min-
Viande rôtie (p.ex. porc, boeuf, agneau, veau)	1500	80 W	58-64	placer dans un plat à gratin, retourner à mi-décongélation	30-90
	1000	80 W	42-48		30-90
	500	80 W	19-23		30-90
Goulasch	500	240 W	8-12	mélanger à mi-décongélation	10-15
Saucisses: 8	600	240 W	6-9	placer l'une à côté de l'autre, retourner à mi-décongélation	5-10
4	300	240 W	4-5		5-10
Cuisse de poulet	200	240 W	4-5	retourner à mi-décongélation	10-15
Filets de poisson	400	240 W	7-10	retourner à mi-décongélation	5-10
2 petits pains	80	240 W	env. 1	décongeler en partie seulement	-
Gâteau, 1 portion	150	80 W	2-5	poser dans un plat à gratin	5
Fruit: par ex. cerises, fraises, framboises, prunes	250	240 W	4-5	répartir uniformément, retourner à mi-décongélation	5

Les temps indiqués dans ce tableau sont des valeurs approximatives qui peuvent varier en fonction de la température des aliments surgelés, de la nature et du poids des aliments.



TABLEAUX DE CUISSON

TABLEAU: CUISSON DE VIANDES, DE POISSONS, DE VOLAILLES ET LEGUMES FRAIS

Viande, volaille et légumes	Quant -g-	Puissance -Niveau-	Temps -Min-	Conseils de préparation	Repos -Min-
Rôtis (p.ex. porc, veau, agneau)	500	800 W	8-10*	assaisonner, placer dans un plat à gratin peu profond, retourner à mi-cuisson	10
		400 W	10-12		
	1000	800 W	19-21*		10
		400 W	11-14		
	1500	800 W	33-36*		10
		400 W	13-17		
Rôti de bœuf (à point)	1000	800 W	9-11*	assaisonner, placer dans un plat à gratin, retourner à mi-cuisson	10
		400 W	5-7		
Filet de poisson	200	800 W	3-4	assaisonner, placer dans un plat à gratin, couvrir	3
Poulet	1200	800 W	21-24	assaisonner, placer dans un plat à gratin peu profond, retourner à mi-cuisson	3
Cuisses de poulet	200	800 W	3-4	assaisonner, placer dans un plat à gratin	3
Brocoli	500	800 W	9-11	séparer en bouquets, ajouter 4-5 CS d'eau, couvrir, remuer de temps en temps pendant la cuisson	-
Pois	500	800 W	9-11	ajouter 4-5 CS d'eau, couvrir, remuer de temps en temps pendant la cuisson	-
Carottes	500	800 W	10-12	couper en rondelles, couvrir, ajouter 4-5 CS d'eau, couvrir, remuer de temps en temps pendant la cuisson	-
	300	800 W	7-9		-
Pommes de terre	500	800 W	9-11	couper en gros morceaux de taille égale, ajouter un peu de sel, ajouter 150 ml d'eau, couvrir, remuer de temps en temps pendant la cuisson	-



RECETTES

Toutes les recettes de cette notice sont, à défaut d'indication contraire, prévues pour quatre personnes.

ADAPTATION DE RECETTES

CONVENTIONNELLES A LA CUISSON AUX MICRO-ONDES

Si vous voulez préparer vos recettes favorites avec le micro-ondes, vous devez respecter les conseils suivants: réduisez les temps de cuisson d'un tiers à la moitié. Suivez les indications des recettes de cette notice; les aliments à forte teneur en liquide comme la viande, le poisson, les volailles, les légumes, les fruits, les potées et les soupes peuvent être cuits facilement au micro-ondes.

Il faut humecter la surface des aliments à faible teneur en humidité comme par exemple les plats cuisinés; pour les aliments crus qui doivent être cuits à l'étuvée, réduisez l'addition de liquide aux deux tiers de la quantité indiquée dans la recette originale. Le cas échéant, rajoutez du liquide pendant la cuisson; On peut considérablement réduire l'addition de graisse. Une faible quantité de beurre, de margarine ou d'huile suffit à donner du goût aux mets. Le micro-ondes est donc idéal pour cuire des plats à faible teneur en matières grasses, par exemple dans le cadre d'un régime.

SOUPE AUX CHAMPIGNONS DE PARIS

Vaisselle: terrine à couvercle (2 litres)

Ingrédients

- 200 g de champignons de Paris coupés en tranches
- 50g oignon, haché menu
- 300 ml de bouillon de viande
- 300 ml de crème
- 25 g de farine
- 25 g de beurre ou de margarine sel et poivre
- 1 jaune d'œuf
- 150 g de crème fraîche

1. Mettez les légumes et le bouillon de viande dans la terrine, couvrez et faites cuire.
8 - 9 Mn. ◁ 800 W
 2. Réduisez tous les ingrédients en purée au mixer. Ajoutez la crème.
 3. Pétrissez la farine et le beurre et mélangez bien à la soupe la pâte ainsi obtenue. Salez, poivez, couvrez et faites cuire. Remuez à la fin du temps de cuisson.
4 - 6 Mn. ◁ 800 W
 4. Mélangez le jaune d'œuf et la crème fraîche, puis mélangez-les peu à peu à la soupe. Réchauffez sans faire bouillir.
1 - 2 Mn. ◁ 800 W
- Après la cuisson, laissez reposer la soupe environ 5 minutes.



EMINCÉ DE VEAU À LA ZURICHOISE

Vaisselle: Terrine à couvercle (2 l)

Ingrédients

600 g	de filet de veau
1 CS	de beurre ou de margarine
50 g	oignon, haché menu
100 ml	de vin blanc
	fond de sauce rôti, pour environ 1/2 l de sauce
300 ml	de crème
1 CS	de persil haché

1. Couper le veau en bandes.
2. Beurrer le plat. Disposer la viande et l'oignon dans le plat, couvrir et cuire. Remuer une fois en cours de cuisson.
7 - 10 Mn. ◁ **800 W**
3. Ajouter le vin blanc, le fond de sauce et la crème. Mélanger, couvrir et continuer la cuisson. Mélanger de temps en temps.
4 - 5 Mn. ◁ **800 W**
4. Une fois la cuisson terminée, mélanger et laisser reposer env. 5 min. Saupoudrer de persil.

JAMBON FARCÉ

Vaisselle: Plat à gratin ovale
(env. 26 cm de long)

Ingrédients

125 g	d'épinards en branches, coupés
125 g	de fromage blanc à 20 % MG
40 g	d'emmental râpé
	poivre moulu, paprika
6	tranches de jambon cuit (300 g)
125 ml	d'eau
125 ml	de crème
20 g	de farine
20 g	de beurre ou de margarine
10 g	de beurre ou de margarine pour graisser le plat

1. Mélanger les épinards avec le fromage râpé et le fromage frais, assaisonner.
2. Garnir chaque tranche de jambon avec une cuillerée à soupe de farce, la rouler et y enfoncer une pique.
3. Faire une sauce béchamel: verser l'eau et la crème dans un bol et réchauffer.
3 - 4 Mn. ◁ **800 W**
Mélanger la farine et le beurre pour faire un roux, ajouter le liquide et battre au fouet jusqu'à obtention d'un mélange homogène. Couvrir et cuire jusqu'à ce que la sauce épaississe.
1 Mn. ◁ **800 W**
Mélanger et vérifier l'assaisonnement.
4. Verser la sauce dans le plat graissé. Y disposer les roulades de jambon farcies et cuire avec le couvercle.
3 - 4 Mn. ◁ **800 W**
Après la cuisson, laisser reposer env. 5 min.

LASAGNE AU FOUR

Vaisselle: Terrine à couvercle (2 l)
Plat carré peu profond avec
couvercle (environ 20 x 20 x 6 cm)

Ingrédients

300 g	de tomates en boîte
50 g	de jambon, coupé
50 g	oignon, haché menu
1	gousse d'ail broyée
250 g	de bœuf haché
2 CS	de concentré de tomate
	sel, poivre
150 ml	de crème fraîche
100 ml	de lait
50 g	de parmesan râpé
1 CC	d'herbes variées hachées
1 CC	d'huile d'olive
1 CC	d'huile végétale pour graisser le plat
125 g	de lasagnes vertes
1 CC	de parmesan râpé

1. Couper les tomates et les mélanger avec le jambon, l'oignon, l'ail, le bœuf haché et le concentré de tomate. Assaisonner, couvrir et cuire.
7 - 9 Mn. ◁ **800 W**
2. Mélanger la crème fraîche, le lait, le parmesan, les herbes, l'huile et les épices.
3. Graisser le plat et couvrir le fond avec environ 1/3 des lasagnes. Disposer la moitié du mélange de viande hachée sur les lasagnes et verser un peu de sauce. Recommencer et terminer avec le reste des lasagnes. Couvrir les lasagnes de sauce et saupoudrer de parmesan. Cuire avec le couvercle.
15 - 17 Mn. ◁ **560 W**
Après la cuisson, laisser reposer env. 5-10 min.



RECETTES

RATATOUILLE SPECIALE

Vaisselle: terrine à couvercle (2 litre)

Ingrédients

5 CS d'huile d'olive
 1 gousse d'ail broyée
 50 g oignon, coupé en rondelles
 250 g petite aubergine, coupée en gros dés
 200 g courgette, coupée en gros dés
 200 g poivron, coupés en gros dés
 75 g tubercule de fenouil, coupés en gros dés
 poivre
 1 bouquet garni
 200 g boîte de cœurs d'artichaut
 sel et poivre

FILETS DE SOLE

Vaisselle: Plat à four ovale peu profond et film alimentaire pour microondes (env. 26 cm de long)

Ingrédients

400 g de filets de sole
 1 citron entier
 150 g tomates
 10 g de beurre
 1 CS d'huile végétale
 1 CS de persil haché
 sel, poivre
 4 CS de vin blanc
 20 g de beurre ou de margarine

Conseil: Vous pouvez aussi utiliser de la sébaste, du mullet, du carrelet ou du cabillaud.

GELÉE DE FRUITS ROUGES À LA SAUCE À LA VANILLE

Vaisselle: 2 terrines à couvercle (2 litres)

Ingrédients

150 g de groseilles
 150 g de fraises
 150 g de framboises
 250 ml de vin blanc
 100 g de sucre
 50 ml de jus de citron
 8 feuilles de gélatine
 300 ml de lait
 pulpe d'une 1/2 gousse de vanille
 30 g de sucre
 15 g de fécule

1. Mettez l'huile d'olive et la gousse d'ail dans la terrine. Ajoutez les légumes à l'exception des cœurs d'artichaut, poivrez. Ajoutez le bouquet garni, couvrez et faites cuire en remuant de temps en temps.

19 - 21 Mn. ◁ **800 W**

Cinq minutes avant la fin de la cuisson, ajoutez les cœurs d'artichaut et réchauffez.

2. Salez et poivrez. Retirez le bouquet garni avant de servir. Après la cuisson laissez la ratatouille reposer approximativement 2 min.

Conseils: Servez la ratatouille chaude avec des plats de viande. Froide, c'est un excellent hors-d'œuvre.

Conseils: Un bouquet garni est composé de: une racine de persil légumes à potage, une branche de livèche, une branche de thym et quelques feuilles de laurier.

1. Lavez et séchez les filets de sole. Enlevez les arêtes.
2. Couper le citron et les tomates en tranches fines.
3. Beurrer le plat. Disposer les filets de poisson dans le plat et asperger d'huile végétale.
4. Saupoudrer le poisson de persil, le recouvrir des tranches de tomates et assaisonner. Placer les tranches de citron sur les tomates et arroser de vin blanc.
5. Parsemer le citron de noisettes de beurre, couvrir et cuire.

13 - 16 Mn. ◁ **800 W**

Après la cuisson, laisser reposer env. 2 min.

1. Lavez les fruits, équeutez-les et séchez-les. Gardez-en quelques-uns pour la décoration. Réduire le reste des fruits en purée avec le vin blanc, versez-les dans la terrine, couvrez et réchauffez.

7 - 9 Mn. ◁ **800 W**

2. Incorporez le sucre et le jus de citron.
3. Faites tremper la gélatine approximativement 10 minutes dans l'eau puis retirez-la et extrayez l'eau. Mélangez la gélatine à la purée de fruits chaude jusqu'à ce qu'elle soit dissoute. Mettez la gelée au réfrigérateur jusqu'à ce qu'elle soit ferme.
4. Versez le lait dans une terrine. Ouvrez la gousse de vanille et grattez-en la pulpe. Mélangez la pulpe de la vanille, le sucre et la fécule au lait, courez et faites cuire. Remuez de temps en temps et après la cuisson.

3 - 4 Mn. ◁ **800 W**

5. Démoulez la gelée sur un plat et garnissez-la avec les fruits entiers. servez-la avec la sauce à la vanille.

Conseil: Vous pouvez également utiliser des fruits décongelés.



NE PROCÉDEZ AU NETTOYAGE QU'APRÈS AVOIR DÉBRANCHÉ L'APPAREIL.

ATTENTION: N'UTILISEZ PAS DE DÉCAPE FOURS VENDUS DANS LE COMMERCE OU DE PRODUITS ABRASIFS OU AGRESSIFS, OU DE PRODUITS QUI CONTIENNENT DE LA SOUDE CAUSTIQUE, OU DE TAMPONS ABRASIFS SUR UNE PARTIE QUELCONQUE DE VOTRE FOUR À MICRO-ONDES.

REMARQUE: VEILLENZ À CE QUE LE COUVERCLE DE GUIDE D'ONDES ET LES ACCESSOIRES SOIENT CONSTAMMENT PROPRES. Si vous laissez de la graisse s'accumuler dans la cavité ou sur les accessoires, celle-ci risquera de chauffer et de provoquer la formation d'un arc et de fumée, voire même de prendre feu lors de l'utilisation suivante du four.

Extérieur du four

Nettoyez l'extérieur du four au savon doux et à l'eau. Rincez pour éliminer l'eau savonneuse et séchez avec un chiffon doux.

Bandeau de commande

Ouvrez la porte avant de le nettoyer pour rendre inopérante le minuteur et le bandeau de commande. Évitez de mouiller abondamment le bandeau. N'utilisez pas de produit chimique ou abrasif.

Intérieur du four

1. Pour un nettoyage facile, essuyez les éclaboussures et les dépôts à l'aide d'un chiffon doux et mouillé ou une éponge après chaque utilisation et pendant que le four est encore tiède. Si les tâches résistent à un simple nettoyage, utilisez de l'eau savonneuse puis essuyez à plusieurs reprises à l'aide d'un chiffon mouillé jusqu'à ce que tous les résidus soient éliminés.
Les éclaboussures accumulées peuvent chauffer, commencer à fumer, prendre feu et provoquer la formation d'un arc.
2. Assurez-vous que l'eau savonneuse ou l'eau ne pénètrent pas dans les petits trous des parois. Sinon, elle risque de causer des dommages au four.
3. N'utilisez pas un vaporisateur pour nettoyer l'intérieur du four.

Plateau tournant et pied du plateau:

Enlevez tout d'abord le plateau tournant et le pied du plateau. Puis, lavez le plateau tournant et le pied du plateau au moyen d'eau savonneuse. Enfin, essuyez le plateau tournant et le pied du plateau avec un chiffon doux et mettez-les tous deux sur l'égouttoir à vaisselle avant de les remettre en place.

Porte

Pour enlever toutes les impuretés, nettoyez fréquemment la porte des deux côtés, le joint de la porte ainsi que la surface des joints à l'aide d'un chiffon humide. Il est déconseillé d'utiliser des produits de nettoyage abrasifs ou des grattoirs en métal pointus pour nettoyer la vitre de la porte du four afin de ne pas rayer sa surface ni affaiblir le verre.

NOTE: Veillez à ne pas utiliser de décape four.



QUE FAIRE SI...

SYMPTÔME	REMÈDES DE SYMPTÔMES POSSIBLES
... le four micro-ondes ne fonctionne pas correctement ?	Vérifiez <ul style="list-style-type: none"> - que les fusibles de la boîte à fusibles n'ont pas sauté, - qu'il n'y a pas de coupure de courant. - Si les fusibles continuent de sauter, faites appel à un électricien qualifié.
... le mode micro-ondes ne fonctionne pas ?	Vérifiez <ul style="list-style-type: none"> - que la porte est bien fermée, - que les joints de la porte et leurs surfaces sont propres, - que la touche START/+30 (démarrage) a été enfoncée.
... la plateau tournant ne fonctionne pas ?	Vérifiez <ul style="list-style-type: none"> - que le support du plateau tournant est raccordé correctement à l'entraînement, - que le plat de cuisson ne dépasse pas du plateau tournant, - que les aliments ne dépassent pas du plateau tournant l'empêchant de tourner, - qu'il n'y a rien dans la cavité située sous le plateau tournante.
... le four à micro-ondes ne s'éteint pas ?	<ul style="list-style-type: none"> - Isolez l'appareil de la boîte à fusibles. - Contactez votre revendeur ou un service après vente ELECTROLUX agréé.
... l'éclairage intérieur ne fonctionne pas ?	<ul style="list-style-type: none"> - Contactez votre revendeur ou un service après vente ELECTROLUX agréé. L'ampoule de l'éclairage intérieur peut seulement être remplacée par votre revendeur ou un service après vente ELECTROLUX agréé.
... les aliments mettent plus longtemps à chauffer et à cuire qu'auparavant ?	<ul style="list-style-type: none"> - Réglez un temps de cuisson plus long (pour quantité double = temps presque double) ou - si l'aliment est plus froid que d'habitude, tournez-le ou retournez-le de temps en temps ou - réglez à une puissance de cuisson supérieure.

REMARQUE: si vous cuisinez les aliments pendant la durée standard avec seulement 800 W, la puissance du four sera réduite automatiquement pour éviter la surchauffe. (La puissance des micro-ondes sera réduite à 560 W). Après une pause de 90 secondes, la puissance (800 W) peut être rétablie.

Mode de cuisson	Temps standard	Puissance réduite
Micro-ondes 800 W	20 minutes	Micro-ondes 560 W



Garantie

Conformément à la Législation en vigueur, votre Vendeur est tenu, lors de l'acte d'achat de votre appareil, de vous communiquer par écrit les conditions de garantie et sa mise en oeuvre appliquées sur celui-ci.

Sous son entière initiative et responsabilité, votre Vendeur répondra à toutes vos questions concernant l'achat de votre appareil et les garanties qui y sont attachées. N'hésitez pas à le contacter.

Si vous devez nous contacter

Pour tenir nos engagements, nous écoutons les Consommateurs Info Conso Electrolux est le lien privilégié entre la marque et ses Consommateurs. Il assure en permanence une double mission : satisfaire au mieux vos exigences et tirer parti de cette proximité pour améliorer sans cesse les produits que nous vous proposons.

AVANT L'ACHAT

Toute une équipe répond avec clarté et précision à vos sollicitations concernant l'éventail de nos gammes de produits et vous apporte des infos pour vous aider dans votre choix en fonction de vos propres besoins.

APRÈS L'ACHAT

Exprimez-vous sur la perception que vous avez de nos produits et votre satisfaction à l'usage. Mais interrogez aussi nos spécialistes sur l'utilisation et l'entretien de vos appareils. C'est alors que notre mission prend tout son sens.

Ecouter, comprendre, agir : trois temps essentiels pour tenir l'engagement de la marque dans le plus grand respect du Consommateur.

Info Conso Electrolux BP 50142 - 60307 SENLIS CEDEX

Tél. : 08 90 71 03 44 (0,15 € TTC/mn), Fax : 03 44 62 21 54, E-MAIL : info.conso@electrolux.fr
Permanence téléphonique du lundi au vendredi

Pour toute autre question :

Centre Contact Consommateurs, BP 20139 - 60307 SENLIS CEDEX

Tél. : 08 92 68 24 33 (0,34 € TTC/mn), E-MAIL : ehp.consommateur@electrolux.fr

Permanence téléphonique du lundi au vendredi
Electrolux Home Products France S.A.S. au capital de 67 500 000 € - 562 076 125 RCS
COMPIEGNE

Dans le souci d'une amélioration constante de nos produits, nous nous réservons le droit d'apporter à leurs caractéristiques toutes modifications liées à l'évolution technique (décret du 24.03.78).

Garantie Européenne

Cet appareil est garanti par Electrolux dans chacun des pays énumérés au dos de cette notice et pour la période spécifiée par la garantie ou, à défaut, par la législation en vigueur. Si vous déménagez d'un pays dans un autre pays repris dans la liste, la garantie déménagera avec vous dans les conditions suivantes:

- La garantie commence à la date à laquelle l'appareil a effectivement été acheté à l'origine telle qu'elle apparaîtra sur production d'un document d'achat valable délivré par le vendeur de l'appareil.
- La garantie est valable pour la même période et couvre le remplacement de pièces détachées et la main-d'oeuvre dans les mêmes conditions que celles prévues pour votre nouveau pays de résidence pour le type de modèle ou la gamme d'appareils particuliers.
- La garantie de l'appareil est exclusivement reconnue à l'acheteur d'origine et ne peut être cédée à un autre utilisateur de l'appareil.
- L'appareil devra être installé et utilisé conformément aux instructions fournies par Electrolux, l'usage étant limité à des applications ménagères et à des fins non commerciales.
- L'appareil sera installé conformément à toutes les prescriptions et législations en vigueur dans votre nouveau pays de résidence.

Les dispositions de cette garantie européenne n'affecte en aucune manière les droits qui vous sont reconnus par la loi.



DECLARATION DE CONDITIONS DE GARANTIE (BELGIQUE)

Nos appareils sont produits avec le plus grand soin. Malgré cela, un défaut peut toujours se présenter. Notre service clientèle se chargera de réparer ceci sur demande, pendant ou après la période de garantie. La durée de vie de l'appareil n'en sera pas pour autant amputée. La présente déclaration de conditions de garantie est basée sur la Directive de l'Union Européenne 99/44/CE et les dispositions du Code Civil. Les droits légaux dont le consommateur dispose au titre de cette législation ne peuvent être altérés par la présente déclaration de conditions de garantie.

Cette déclaration ne porte pas atteinte aux obligations de garantie du vendeur envers l'utilisateur final. L'appareil est garanti dans le cadre et dans le respect des conditions suivantes:

1. Compte tenu des dispositions stipulées aux paragraphes 2 à 15, nous remédierons sans frais à toute défectuosité qui se manifeste au cours de la période de 24 mois à compter de la date de livraison de l'appareil au premier consommateur final. Ces conditions de garantie ne sont pas d'application en cas d'utilisation à des fins professionnelles ou de façon équivalente.
2. La prestation sous garantie implique que l'appareil est remis dans l'état qu'il avait avant que la défectuosité ne survienne. Les composants défectueux sont remplacés ou réparés. Les composants remplacés sans frais deviennent notre propriété.
3. Afin d'éviter des dommages plus sévères, la défectuosité doit immédiatement être portée à notre connaissance.
4. L'application de la garantie est soumise à la production par le consommateur des preuves d'achat avec la date d'achat et/ou la date de livraison.
5. La garantie n'interviendra pas si des dommages causés à des pièces délicates, telles que le verre (vitrocéramique), les matières synthétiques et le caoutchouc, résultent d'une mauvaise utilisation.
6. Il ne peut pas être fait appel à la garantie pour des anomalies bénignes qui n'affectent pas la valeur et la solidité générales de l'appareil.
7. L'obligation de garantie perd ses effets lorsque les défectuosités sont causées par:
 - une réaction chimique ou électrochimique provoquée par l'eau,
 - des conditions environnementales anormales en général,
 - des conditions de fonctionnement inadaptées,
 - un contact avec des produits agressifs.
8. La garantie ne s'applique pas pour les défectuosités, dues au transport, survenues en dehors de notre responsabilité. Celles causées par une installation ou un montage inadéquat, par un manque d'entretien, ou par le nonrespect des indications de montage et d'utilisation, ne seront pas davantage couvertes par la garantie.
9. Ne sont pas couvertes par la garantie, les défectuosités qui proviennent de réparations ou d'interventions pratiquées par des personnes non qualifiées ou inexpérimentées, ou qui ont pour cause l'adjonction d'accessoires ou de pièces de rechange non d'origine.
10. Les appareils aisément transportables doivent être délivrés ou envoyés au service clientèle. Les interventions à domicile ne peuvent s'entrevoir que pour des appareils

volumineux ou pour des appareils encastrables.

11. Si des appareils sont encastrés, sous-encastrés, fixés ou suspendus de telle sorte que le retrait et la remise en place de ceux-ci dans leur niche d'encastrement prennent plus d'une demi-heure, les frais de prestation qui en découlent seront portés en compte. Les dommages connexes causés par ces opérations de retrait et de remise en place sont à charge de l'utilisateur.
12. Si au cours de la période de garantie, la réparation répétée d'une même défectuosité n'est pas concluante, ou si les frais de réparations sont jugés disproportionnés, le remplacement de l'appareil défectueux par un autre de même valeur peut être accompli en concertation avec le consommateur. Dans ce cas nous nous réservons le droit de réclamer une participation financière calculée au prorata de la période d'utilisation écoulée.
13. La réparation sous garantie n'entraîne pas de prolongation de la période normale de garantie, ni le départ d'un nouveau cycle de garantie.
14. Nous octroyons une garantie de douze mois sur les réparations, limitée à la même défectuosité.
15. Hormis les cas où une responsabilité est imposée légalement, cette déclaration de conditions de garantie exclut toute indemnisation de dommages extérieurs à l'appareil dont le consommateur voudrait faire prévaloir les droits. Dans le cas d'une responsabilité reconnue légalement, la compensation n'excèdera pas la valeur d'achat de l'appareil. Ces conditions de garantie sont valables uniquement pour des appareils achetés et utilisés en Belgique. Pour les appareils exportés, l'utilisateur doit d'abord s'assurer qu'ils satisfont aux conditions techniques (p. ex. : la tension, la fréquence, les prescriptions d'installation, le type de gaz, etc.) pour le pays concerné, et qu'ils supportent les conditions climatiques et environnementales locales. Pour les appareils achetés à l'étranger, l'utilisateur doit d'abord s'assurer qu'ils répondent bien aux qualifications requises en Belgique. Des adaptations indispensables ou souhaitées ne sont pas couvertes par la garantie et ne sont pas possibles dans tous les cas. Le service clientèle se tient à votre disposition, également après expiration de la période de garantie.

Adresse de notre service clientèle:

Belgique / België

Electrolux Home Products Belgium ELECTROLUX SERVICE
Bergensesteenweg 719 1502 Lembeek
Téléphone 02/363.04.44
Téléfax 02/363.04.00 02/363.04.60
E-mail: consumer.services@electrolux.be

Luxembourg / Luxemburg

Grand-Duché de Luxembourg ELECTROLUX HOME PRODUCTS
Rue de Bitbourg, 7 L-1273 Luxembourg-Hamm
Téléphone 00 352 42 431-1
Téléfax 00 352 42 431-360
E-mail: consumer-service.luxembourg@electrolux.lu



Tension d'alimentation c.a.	: 230 V, 50 Hz, monophasé
Fusible/disjoncteur d'alimentation	: Minimum 10 A
Tension c.a. requise	: 1.2 kW
Puissance de sortie	: 800 W (IEC 60705)
Fréquence des micro-ondes	: 2450 MHz * (groupe 2/classe B)
Dimensions extérieures	PM175X : 492 mm (W) x 370 mm (H) x 316 mm (D) PM176X : 592 mm (W) x 370 mm (H) x 316 mm (D)
Dimensions de la cavité	: 285 mm (W) x 202 mm (H) x 298 mm (D) **
Capacité du four	: 17 litres **
Plaque tournante	: ø 272 mm, verre
Poids	: env. 15.5 kg
Lampe du four	: 25 W/240 - 250 V

- * Ce produit répond aux exigences de la norme européenne EN55011. Conformément à cette norme, ce produit est un équipement de groupe 2, classe B. Groupe 2 signifie que cet équipement génère volontairement de l'énergie RF sous forme de rayonnement électromagnétique pour le traitement thermique d'aliments. Classe B signifie que l'équipement est adapté à une utilisation domestique.
- ** La capacité intérieure est calculée en multipliant la largeur, la profondeur et la hauteur maximales. La contenance réelle pour les aliments est inférieure à celle-ci.



Ce four est conforme aux exigences des Directives 2004/108/EC et 2006/95/EC. DANS LE CADRE DE NOTRE POLITIQUE D'AMELIORATION CONTINUE LES CARACTERISTIQUES PEUVENT ETRE MODIFIEES SANS PREAVIS

INFORMATION IMPORTANTE



Elimination des matériaux d'emballages et des appareils usagés de façon écologique

Matériaux d'emballage

Les fours à micro-ondes Electrolux dépendent d'un emballage efficace pour leur protection pendant le transport. Seul l'emballage minimum nécessaire est utilisé.

Les matériaux d'emballage (p. ex. film plastique ou polystyrène expansé) sont un danger pour les enfants.

Risque d'asphyxie. Gardez les matériaux d'emballage hors de la portée des enfants.

Tous les matériaux d'emballages utilisés respectent l'environnement et sont recyclables. Le carton est fabriqué en papier recyclé et les pièces en bois ne sont pas traitées. Les articles en plastiques sont repérés de la façon suivante :

- «PE» polyéthylène p. ex. film d'emballage
- «PS» polystyrène p. ex. emballage (sans CFC)
- «PP» polypropylène p. ex. sangles d'emballage

La réutilisation des emballages économise les matières premières et réduit le volume des déchets.

Apportez l'emballage à la déchetterie la plus proche.

Renseignez-vous auprès de votre municipalité pour en savoir plus.

Elimination des appareils usagés

Les appareils usagés doivent être sécurisés avant leur mise au rebut en enlevant la prise, en coupant, et en jetant le câble d'alimentation électrique.

L'appareil doit ensuite être apporté à la déchetterie la plus proche. Demandez à la municipalité ou à l'administration responsable de la salubrité publique s'il existe dans la région une déchetterie qui recyclera l'appareil.

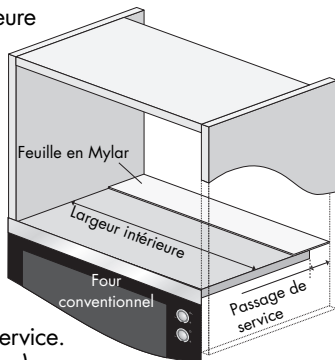


INSTALLATION

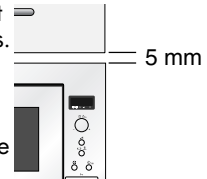
INSTALLATION DE L'APPAREIL

1. Retirez tout l'emballage et contrôlez soigneusement pour détecter les traces de détérioration possibles.
2. Ce four est conçu pour s'adapter de façon standard dans un élément de cuisine de 360 mm de haut. Pour l'installation dans un élément de 350 mm de haut : dévissez et retirez les quatre pieds de la partie inférieure du four. Il y a 3 pieds longs et un pied court. Remplacez les 3 pieds longs par ceux qui sont fournis dans le paquet d'accessoires. Ne remplacez pas le pied court.
3. Si vous installez le four à micro-ondes au-dessus d'un four conventionnel (position A) utilisez la feuille en Mylar fournie.

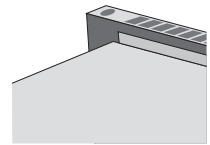
- a. Découpez la feuille en Mylar pour qu'elle corresponde à la largeur intérieure de l'appareil.
- b. Pelez la pellicule protectrice du ruban adhésif et fixez à l'arrière de l'étagère de façon à couvrir le passage de service. (voir illustration.)



4. Insérez l'appareil dans l'élément de cuisine lentement et sans forcer, jusqu'à ce que le cadre avant de l'appareil soit scellé contre l'ouverture avant de l'élément.
5. Confirmez que l'appareil est stable et qu'il ne penche pas. Confirmez qu'il y a bien un jeu de 5 mm entre la porte de l'élément de cuisine au-dessus et le haut du cadre de l'appareil (voir illustration).



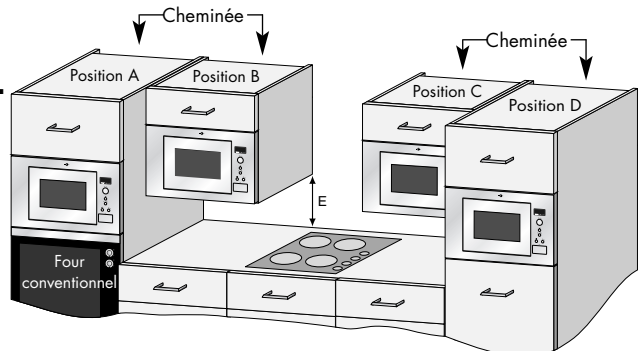
6. Fixez le four en position avec les vis fournies. Les points de fixation sont situés au niveau des coins supérieurs et inférieurs du four (voir illustration, repère 9, à la page 33).
7. Il est important de s'assurer que l'installation de ce produit est bien conforme aux instructions fournies dans cette notice et dans les instructions d'installation du fabricant du four conventionnel.



UTILISATION SURE DE L'APPAREIL

Si vous installez le four à micro-ondes en position B ou C :

- L'élément de cuisine doit être au minimum à 500 mm (E) au-dessus du plan de travail et il ne doit **pas** être installé **directement** au-dessus d'une cuisinière ou plaque de cuisson.
- Cet appareil a été testé et homologué pour l'utilisation à proximité de cuisinières à gaz, électrique et à induction uniquement.
- Un espace suffisant doit être prévu entre la cuisinière et le four à micro-ondes pour éviter la surchauffe du four à micro-ondes, des éléments de cuisine et des accessoires environnants.
- Ne laissez pas la cuisinière allumée sans casserole pendant l'utilisation du four à micro-ondes.
- Procédez avec soin quand vous utilisez le four à micro-ondes avec la cuisinière allumée.



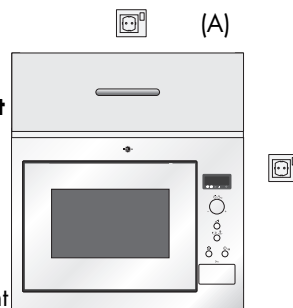
Position	Taille du logement W D H	Cheminée (minimum)	Jeu entre élément et plafond
A	560 x 550 x 360	50	50
B + C	460 x 300 x 350	15	50
	460 x 300 x 360	15	50
	560 x 300 x 350	15	50
	560 x 300 x 360	15	50
D	460 x 500 x 350	40	50
	460 x 500 x 360	40	50
	560 x 500 x 350	40	50
	560 x 500 x 360	40	50

Mesures en mm



RACCORDEMENT DE L'APPAREIL A L'ALIMENTATION ELECTRIQUE

- **La prise électrique doit être directement accessible de manière à pouvoir débrancher l'appareil facilement en cas d'urgence. Sinon, il devrait être possible d'isoler le four électriquement au niveau du secteur en incorporant un sectionneur dans le câblage fixe conformément à la réglementation concernant le câblage.**
- **La prise ne doit pas se trouver derrière le meuble.**
- La meilleure position est au-dessus de meuble comme illustré au point (A). Si le cordon d'alimentation n'est pas branché à l'emplacement (A), il doit être retiré du clips de support (voir le point 13, en page 33) et le acheminé sous le four.
- Branchez l'appareil à une prise de terre et de courant alternatif 230 V/50 Hz correctement installée. Cette prise doit contenir un fusible de 10 ampères.
- **Le cordon d'alimentation ne peut être remplacé que par un électricien.**
- Avant l'installation, nouez une morceau de ficelle autour du cordon d'alimentation pour faciliter le branchement au point (A).
- Si l'appareil est encastré dans un meuble haut, n'écrasez pas le cordon d'alimentation.
- N'immergez pas le cordon ni la prise dans de l'eau ou tout autre liquide.
- L'appareil ne doit pas être raccordé à l'aide d'un prolongateur, d'une prise multiple ou d'un raccordement multiple (risque d'incendie). Vérifiez que la prise de terre est conforme aux règlements en vigueur.



CONNEXIONS ELECTRIQUES




AVERTISSEMENT :
CET APPAREIL DOIT ETRE MIS A LA TERRE
Le fabricant décline toute responsabilité si
cette consigne de sécurité n'est pas respectée.

Si la prise dont est doté votre appareil ne convient pas à votre prise murale, vous devez contacter votre revendeur ou réparateur ELECTROLUX agréé.



INHOUD

Belangrijke aanwijzingen m.b.t. de veiligheid	.59 - 61
Apparaat en toebehoren	.62
Bedieningspaneel	.63
Vóór het in gebruik nemen	.63
Instellen van de klok	.64
Tips voor het koken in de magnetronoven	.65 - 66
Magnetronbestendig kookgerei	.67
Vermogensstanden	.68
Handmatig gebruik	.68
Andere nuttige functies	.69 - 70
Automatisch gebruik	.71
Tabellen automatische programma's	.72 - 74
Recepten voor automatische kookprogramma's AC-6 en AC-7	.74 - 75
Tabellen	.76 - 77
Recepten	.77 - 79
Reiniging en onderhoud	.80
Wat te doen als	.81
Garantie/serviceafdeling	.82 - 84
Garantie/serviceafdeling (België)	.85
Technische gegevens	.86
Belangrijke informatie	.86
Installatie-aanwijzing	.87 - 88

Het symbool  op het product of op de verpakking wijst erop dat dit product niet als huishoudafval mag worden behandeld, maar moet worden afgegeven bij een verzamelpunt waar elektrische en elektronische apparatuur wordt gerecycled. Als u ervoor zorgt dat dit product op de juiste manier wordt verwijderd, voorkomt u mogelijke negatieve gevolgen voor mens en milieu die zich zouden kunnen voordoen in geval van verkeerde afvalverwerking. Voor gedetailleerdere informatie over het recyclen van dit product, kunt u contact opnemen met de gemeente, de gemeentereiniging of de winkel waar u het product hebt gekocht.



BELANGRIJK VOOR UW VEILIGHEID: LEES DE VOLGENDE AANWIJZINGEN GOED DOOR EN BEWAAR DEZE GEBRUIKSAANWIJZING.

Om brand te voorkomen

Magnetronovens mogen tijdens het gebruik niet zonder toezicht worden gelaten. Te hoge vermogens of te lange bereidingstijden kunnen de levensmiddelen oververhitten en brand veroorzaken.

Het stopcontact moet altijd bereikbaar zijn, zodat de stekker er in geval van nood makkelijk kan worden uitgetrokken. De netspanning moet 230 V wisselspanning, 50 Hz zijn en de zekering moet minstens 10 A zijn.

Wij raden u aan het apparaat aan een aparte stroomkring aan te sluiten.

Het apparaat niet in de open lucht bewaren of opstellen.

NOOIT DE DEUR OPENEN, als in het apparaat verwarmde levensmiddelen beginnen te roken. Het apparaat uitschakelen, de stekker uit het stopcontact trekken en wachten tot de levensmiddelen niet meer roken. Als u de deur opent tijdens de rookontwikkeling kan dat brand veroorzaken.

Alleen voor magnetrons geschikt servies gebruiken, zie pag. 67.

Het apparaat nooit zonder toezicht laten, als u verpakkingen van kunststof, papier of ander brandbaar materiaal gebruikt.

De afdekking van de microgolvengeleider, de ovenruimte, het draaiplateau en het draaimechanisme na gebruik van het apparaat reinigen. Deze onderdelen moeten droog en vetvrij zijn. Achterblijvende vetspatten kunnen oververhit raken, gaan roken of ontbranden.

Geen brandbare materialen in de buurt van het apparaat of de ventilatie-openingen bewaren.

De ventilatie-openingen nooit blokkeren.

Alle metalen sluitingen, draden enz. van levensmiddelen en verpakkingen verwijderen. Vonkvorming op metalen oppervlakken kan tot brand leiden.

De magnetron niet gebruiken om levensmiddelen in olie of vet te frituren. De temperatuur kan niet gecontroleerd worden en het vet kan vlam vatten. Alleen speciaal daarvoor geschikte popcorn in de magnetron bereiden.

Geen levensmiddelen of andere voorwerpen in het apparaat bewaren.

Na het starten van het apparaat de instellingen controleren om er zeker van te zijn dat het apparaat zoals gewenst werkt. Deze gebruiksaanwijzing gebruiken.

Om verwondingen te voorkomen

WAARSCHUWING:

Het apparaat niet gebruiken als het beschadigd is of niet goed functioneert. Controleer het volgende voordat u het apparaat inschakelt:

- De deur moet correct sluiten en mag niet verkeerd uitgelijnd of vervormd zijn.
- De scharnieren en veiligheidsvergrendelingen van de deur mogen niet kapot of los zijn.
- De deurafdichtingen en afsluitvlakken mogen niet beschadigd zijn.
- In de ovenruimte en de deur mogen geen deuken of andere beschadigingen aanwezig zijn.
- Het aansluitnoer en de stekker mogen niet beschadigd zijn.

Voer in geen geval zelf reparaties of wijzigingen aan uw magnetron uit. Reparaties, vooral reparaties waarbij de afdekking van het apparaat moet worden verwijderd, mogen alleen door vakmensen worden uitgevoerd. Onveilige reparaties kunnen tot aanzienlijke risico's voor de gebruiker leiden. Wend u daarom in geval van storing altijd tot onze service-afdeling. Alleen originele ELECTROLUX-onderdelen voldoen aan alle eisen!

Nooit op enigerlei wijze veranderingen aanbrengen aan de veiligheidsvergrendeling van de deur.

Het apparaat nooit inschakelen als zich voorwerpen tussen de deurafdichtingen en de afsluitvlakken bevinden.



BELANGRIJKE AANWIJZINGEN M.B.T. DE VEILIGHEID

Laat vet of vuil zich niet ophopen op de afdichtingen van de deur of aangrenzende delen. Volg de instructies in hoofdstuk "Reiniging en onderhoud", Pag. 80. Als u de oven niet schoonhoudt, kan dat leiden tot aantasting van het oppervlak, wat de levensduur van het toestel negatief kan beïnvloeden en mogelijk gevaarlijke situaties veroorzaakt.

Personen met PACEMAKERS moeten bij hun arts of bij de fabrikant informeren naar voorzorgsmaatregelen bij het omgaan met magnetrons.

Om elektrische schokken te voorkomen

De ommanteling van het apparaat mag in geen geval worden verwijderd.

Nooit vloeistof in de openingen van de veiligheidsvergrendelingen van de deur of ventilatieopeningen laten komen of voorwerpen in deze openingen steken. Als u grotere hoeveelheden vloeistof morst, het apparaat direct uitschakelen, de stekker uit het stopcontact trekken en contact opnemen met onze service-afdeling.

Het aansluitsnoer en de stekker nooit in water of andere vloeistof leggen.

Het aansluitsnoer mag niet over hete of scherpe oppervlakken geleid worden, zoals bijvoorbeeld de hete ventilatie-openingen bovenaan de achterwand van het apparaat.

In geen geval proberen om de ovenlamp zelf te vervangen. Dit mag alleen door vakmensen geschieden.

Als de ovenlamp uitvalt, neem dan contact op met onze service-afdeling.

Als het aansluitsnoer beschadigd is, moet het door een nieuw speciaal snoer worden vervangen. Vervangen mag alleen door vakmensen geschieden.

Om explosies en plotseling koken te voorkomen

WAARSCHUWING: levensmiddelen in vloeibare en andere vorm mogen niet in afgesloten bakjes verwarmd worden; ze zouden kunnen exploderen.

Nooit afgesloten bakjes gebruiken. Sluitingen en afdekkingen verwijderen. Afgesloten bakjes kunnen door de drukverhoging zelfs na uitschakelen van het apparaat nog exploderen.

Wees voorzichtig bij het verwarmen van vloeistoffen.

Kopjes of bekers met een grote opening gebruiken, opdat luchtballen kunnen ontsnappen.

Wees bij het verwarmen van vloeistoffen in de magnetron voorzichtig als u het kopje of de beker uit de oven neemt; het kan tot kookpuntvertraging komen en de vloeistof kan plotseling hevig overkoken of spatten.

Om verbrandingen door plotseling overkoken (kookpuntvertraging) te voorkomen:

1. De vloeistof vóór het verwarmen omroeren.
2. Bij het verwarmen van vloeistoffen een glazen staafje of lepeltje in het glas of kopje zetten.
3. Laat de vloeistof tenminste 20 seconden na het koken in de oven staan om kookvertraging te voorkomen.

Eieren niet in de dop koken. Hardgekookte eieren mogen niet in de magnetron verwarmd worden, omdat ze zelfs na het verwarmen kunnen exploderen. Voor het koken of opwarmen van eieren die niet geklutst of geroerd worden, eidooier en eiwit inprikken, zodat ze niet kunnen exploderen. Vóór het opwarmen in de magnetron de doppen van gekookte eieren verwijderen en de eieren in plakjes snijden.

Levensmiddelen met een schil of vel, zoals aardappelen, worstjes of fruit, altijd eerst enkele malen met een vork inprikken, zodat de stoom kan ontsnappen.

Om verbranding te voorkomen

Gebruik pannelappen als u levensmiddelen uit de ovenruimte neemt.

Schalen, popcorn-verpakkingen, braadzakjes enz. altijd van gezicht en handen afgewend openen om verbranding door stoom te voorkomen.



Om verbrandingen te voorkomen altijd de temperatuur van de levensmiddelen controleren en ze voor het serveren omroeren. Wees extra voorzichtig als de levensmiddelen of dranken voor baby's, kinderen of oudere personen bestemd zijn.

La température du récipient est trompeuse et ne reflète pas celle des aliments que vous devez vérifier.

Tenez-vous éloigné du four au moment où vous ouvrez sa porte de manière à éviter toute brûlure due à la vapeur ou à la chaleur.

Coupez en tranches les plats cuisinés farcis après chauffage afin de laisser s'échapper la vapeur et d'éviter les brûlures.

Veillez à ce que les enfants ne touchent pas la porte du four pour éviter les brûlures.

Om foutieve bediening door kinderen te voorkomen

WAARSCHUWING: kinderen mogen het apparaat alleen onder toezicht gebruiken of als ze voldoende instructies voor een veilig gebruik hebben gekregen en de gevaren van ondeskundig gebruik begrijpen.

Dit apparaat is niet bestemd om gebruikt te worden door personen (met inbegrip van kinderen) met een beperkt fysiek, zintuiglijk of geestelijk vermogen, of gebrek aan ervaring of kennis, tenzij ze het apparaat gebruiken onder toezicht van een persoon die voor hun veiligheid verantwoordelijk is.

Op kinderen moet toezicht worden gehouden om te voorkomen dat ze met het apparaat spelen.

Niet tegen de ovendeur leunen of aan de deur hangen.

De magnetron is geen speelgoed!

Kinderen moet u vertrouwd maken met alle belangrijke aanwijzingen m.b.t. de veiligheid: bijv. gebruik van pannelappen en voorzichtig afnemen van deksels.

Let vooral op verpakkingen die levensmiddelen knapperig maken (bijv. zelfbruinende gerechten); deze worden bijzonder heet.

Overige aanwijzingen

Breng op geen enkele wijze veranderingen aan het apparaat aan.

Dit apparaat is alleen bedoeld voor huishoudelijk gebruik en mag alleen voor het bereiden van levensmiddelen worden gebruikt. Het is niet geschikt voor industriële doeleinden of voor gebruik in een laboratorium.

Om foutieve bediening en beschadiging van het apparaat te voorkomen

Het apparaat nooit inschakelen als er geen levensmiddelen in staan.

Bij het gebruik van bruiningservies of zelfverwarmende materialen moet een hittebestendige isolatie (bijv. een porseleinen bord) tussen servies en draaiplateau worden gezet. Daardoor worden beschadigingen door warmte van het draaiplateau en het draaimechanisme voorkomen. De aangegeven opwarmtijd voor het servies mag niet worden overschreden.

Geen metalen servies gebruiken, omdat microgolven gereflecteerd worden en dit tot vervorming leidt.

Geen conservenblikken in het apparaat zetten.

Alleen het voor dit apparaat bedoelde draaiplateau en draaimechanisme gebruiken. Gebruik de oven niet zonder het draaiplateau.

Om te voorkomen dat het draaiplateau barst:

- (a) Vóór het reinigen het draaiplateau laten afkoelen.
- (b) Geen hete gerechten of heet servies op het koude draaiplateau zetten.
- (c) Geen koude levensmiddelen of koud servies op het hete draaiplateau zetten.

Geen voorwerpen op de ommanteling zetten als het apparaat in werking is.

AANWIJZINGEN:

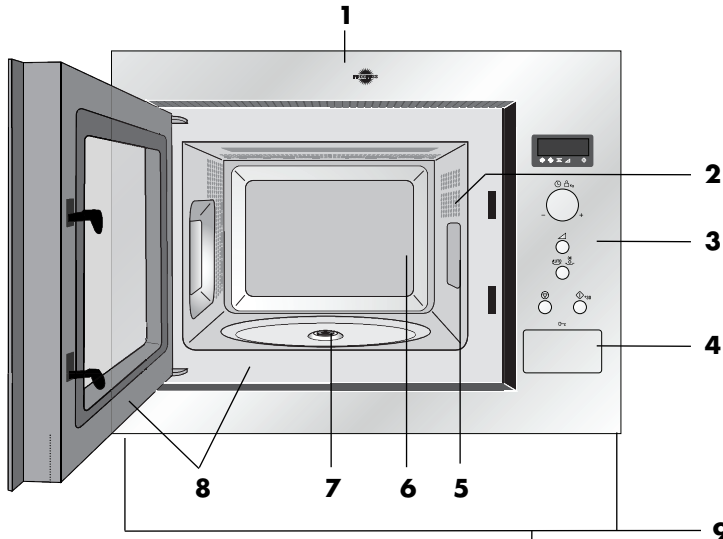
Wend u met vragen over de aansluiting van het apparaat tot een erkend installateur.

Zowel de fabrikant als de handelaar kunnen geen verantwoording op zich nemen voor beschadigingen van het apparaat of verwondingen van personen, die als gevolg van een foutieve elektrische aansluiting ontstaan.

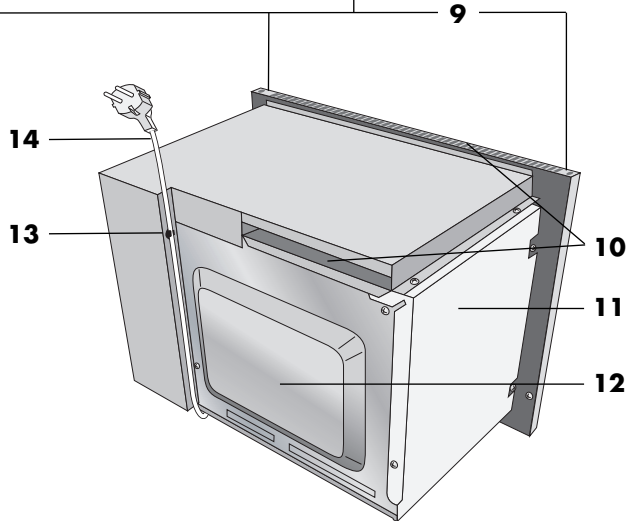
Op de wanden in de ovenruimte resp. rond de deurafdichtingen en afsluitvlakken kunnen zich waterdamp en druppels vormen. Dit is normaal en is geen aanwijzing dat er microgolven naar buiten komen of dat er van een andere storing sprake is.



APPARAAT EN TOEBEHOREN



1. Front
2. Ovenlamp
3. Bedieningspaneel
4. Toets om de deur te openen
5. Afdekking van de microgolvengeleider
6. Ovenruimte
7. Aandrijfas
8. Deurafdichtingen en afsluitvlakken
9. Bevestigingspunten (4 plaatsen)



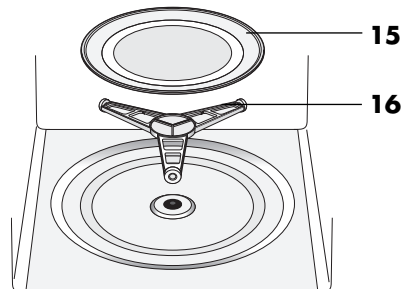
TOEBEHOREN:

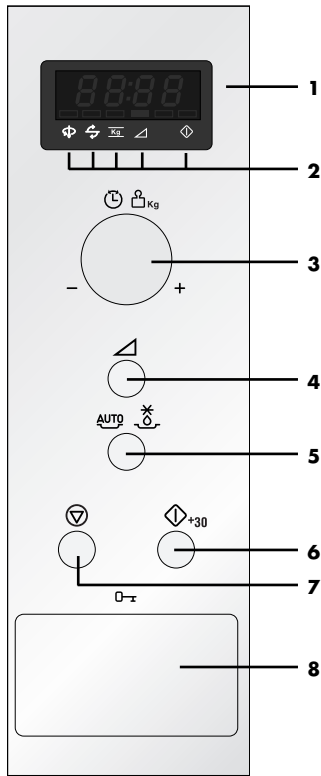
Controleer of de volgende onderdelen zijn meegeleverd:

(15) draaiplateau (16) draaimechanisme
(17) 4 bevestigingsschroeven (niet afgebeeld)

- Het draaimechanisme in de aandrijfas in de bodem van de ovenruimte plaatsen.
- Dan het draaiplateau erop zetten.
- Om schade aan het draaiplateau te voorkomen, moet u erop letten, dat servies bij het uitnemen niet de rand van het draaiplateau raakt.

AANWIJZING: Geef bij het bestellen van onderdelen uw handelaar of onze service-afdeling de naam van het onderdeel en de modelaanduiding op.





1 display

2 symbolen

De indicatie boven het symbool knippert of gaat branden. Als een indicatie knippert, de betreffende toets (met hetzelfde symbool) indrukken of de benodigde bedieningshandeling uitvoeren.

omroeren

omkeren

kg/gewicht

symbool voor vermogensstanden

symbool voor bereidingsproces

3 knop TIJDSCHAKELKLOK/GEWICHT

4 toets VERMOGENSSTAND

5 toets AUTOMATISCHE PROGRAMMA'S

Deze toets indrukken om een van de 12 automatische programma's te kiezen.

6 toets START/+30

7 toets STOP

8 toets om de deur te openen

VÓÓR HET IN GEBRUIK NEMEN



De stekker in het stopcontact steken.

1. De indicatie begint te knipperen.



2. Toets **STOP** indrukken. Indicatie controleren.



De klok volgens onderstaande aanwijzingen instellen.

Gebruik van toets **STOP**

1. Wissen van een invoerfout bij het programmeren.

2. Lopend proces even onderbreken.

3. Wissen van een programma tijdens het lopende proces door tweemaal indrukken.



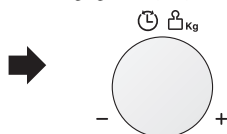
INSTELLEN VAN DE KLOK

De klok kan als 12-uurs of als 24-uurs-klok worden ingesteld.

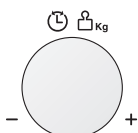
Voorbeeld: Instellen van de 12-uurs-klok op 11:35 uur.

1. Om de 12-uurs-klok in te stellen toets **VERMOGENSSTAND** 3 seconden ingedrukt houden.

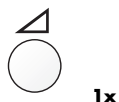
12 H verschijnt op het display.



4. De minuten instellen. Knop **TIJDSCHAKELKLOK/GEWICHT** draaien, tot de juiste minuten worden aangegeven (35).



5. Toets **VERMOGENSSTAND** indrukken om de klok te starten.



3. Toets **VERMOGENSSTAND** indrukken om van de uren naar de minuten te gaan.



Voorbeeld: Instellen van de 24-uurs-klok op 23:35 uur.

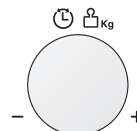
1. Om de 24-uurs-klok in te stellen toets **VERMOGENSSTAND** 3 seconden ingedrukt houden.

24 H verschijnt op het display.



2. Toets **VERMOGENSSTAND** indrukken om van de uren naar de 12 gaan te 24 gaan.

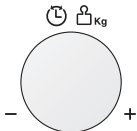
3. Stel de uren in. Knop **TIJDSCHAKELKLOK/GEWICHT** draaien, tot het juiste uur wordt aangegeven (23).



4. Toets **VERMOGENSSTAND** indrukken om van de uren naar de minuten te gaan.



5. De minuten instellen. Knop **TIJDSCHAKELKLOK/GEWICHT** draaien, tot de juiste minuten worden aangegeven (35).



6. Toets **VERMOGENSSTAND** indrukken om de klok te starten.



AANWIJZING:

- U kunt knop **TIJDSCHAKELKLOK/GEWICHT** rechtsom en linksom draaien.
- Druk toets **STOP** in als u bij het programmeren een fout hebt gemaakt.
- Als de stroomvoorzorging naar het apparaat wordt onderbroken, laat het display regelmatig **12 H** zien

als de stroomvoorzorging weer hersteld is. Als dat tijdens een bereidingsproces gebeurt, wordt het programma gewist.

- Als u de dagtijd opnieuw wilt instellen, gaat u te werk zoals hierboven beschreven.



Microgolven zijn energiegolven net als de golven die voor tv- en radiosignalen worden gebruikt.

Elektrische energie wordt omgezet in microgolvenenergie die via een geleider naar de ovenruimte wordt geleid.

Om te voorkomen dat er voedsel en vet in deze komt, wordt de golfgeleider beschermd door een afdekking. Metaal laat geen microgolven door en daarom is de ovenruimte van metaal vervaardigd en is de ovenruimte voorzien van een dunne metalen laag. Tijdens het koken worden de microgolven door de zijwanden van de ovenruimte weerkaatst.

Bepaalde materialen zoals glas en kunststof laten microgolven door om het voedsel op te warmen. (Zie 'Magnetron-bestendig kookgerei' op pag. 67).

Om voedsel te bereiden/ontdooien in een magnetronoven moet het servies microgolven doorlaten die in het voedsel doordringen.

Daarom is het belangrijk om geschikt servies te gebruiken.

Ronde/ovale schalen verdienen de voorkeur boven vierkante/rechthoekige schalen aangezien het voedsel in de hoeken overgaar wordt. Een verscheidenheid aan servies kan worden gebruikt, zoals vermeld op pag. 67.

Water, suiker en vet in voedsel absorberen microgolven en gaan hierdoor trillen. Door de wrijving ontstaat warmte, op dezelfde manier dat je handen warm worden als je ze tegen elkaar wrijft.

De buitenkant van het voedsel wordt door de microgolvenenergie verwarmd en hierna verplaatst de warmte zich door geleiding naar het midden, net als bij conventioneel koken. Het is belangrijk om het voedsel om te keren, te herschikken of om te roeren met het oog op een gelijkmatige verwarming.

Na het koken houdt de oven automatisch op met het produceren van microgolven.

Na het koken is een bepaalde standtijd nodig aangezien de warmte zich hierdoor gelijkmatig door het voedsel verspreidt.

Microgolven koken voedsel sneller dan conventioneel koken. Daarom is het essentieel dat bepaalde technieken worden gebruikt om goede resultaten te garanderen. Een groot aantal van de volgende technieken zijn gelijk aan de technieken gebruikt bij conventioneel koken.

EIGENSCHAPPEN VAN LEVENSMIDDELEN

Samenstelling	Voedsel met een hoog vet- of suikergehalte (bijv. pasteijsjes) vereist een kortere verwarmingstijd. Voorzichtigheid is geboden aangezien oververhitting brand kan veroorzaken.
Dichtheid	De dichtheid van voedsel heeft invloed op de vereiste kooktijd. Licht, poreus voedsel zoals cake of brood, kookt sneller dan zwaar, compact voedsel zoals braadstukken en ovenschotels.
Hoeveelheid	De kooktijd moet verlengd worden naarmate de hoeveelheid voedsel in de oven groter is. Bijv. vier aardappelen vereisen een langere kooktijd dan twee aardappelen.
Afmetingen	Voedsel met kleine afmetingen en kleine stukken koken sneller dan grote stukken omdat de microgolven het voedsel van alle kanten tot het midden binnendringen. Zorg ervoor dat alle stukken dezelfde afmetingen hebben zodat ze gelijkmatig gaar worden.
Vorm	De dikkere gedeelten van voedsel met onregelmatige afmetingen zoals kippenborsten of kippenpoten, vereisen een langere kooktijd. Voedsel met ronde vormen wordt gelijkmatiger gaar dan voedsel met vierkante vormen tijdens het koken in de magnetron.
Temperatuur	De oorspronkelijke temperatuur van het voedsel heeft invloed op de vereiste kooktijd. Gekoeld voedsel vereist een langere kooktijd dan voedsel op kamertemperatuur. Prik met een vork in voedsel met vulling, bijvoorbeeld donuts met jam, om de warmte of stoom te laten ontsnappen.



TIPS VOOR HET KOKEN IN DE MAGNETRONOVEN

KOOKTECHNIEKEN

Rangschikken	Plaats de dikste gedeelten van het voedsel dichtbij de rand van de schaal. Bijv. kippenpoten.
Afdekken	Gebruik magnetronfolie of een geschikt deksel.
Doorprikken	Voedsel met een schil of vel moet op verschillende plaatsen worden ingeprikt voor het koken of opwarmen aangezien de hoeveelheid stoom toeneemt en het voedsel kan laten ontploffen. Bijv. aardappelen, vis, kip, worst. Belangrijk: Eieren mogen niet in de magnetron worden opgewarmd omdat ze kunnen ontploffen, zelfs na het koken. Bijv. gepocheerde, gebakken of hardgekookte eieren.
Roeren, omkeren en anders rangschikken	Voor een gelijkmatig resultaat is het belangrijk om voedsel om te roeren, om te keren en te anders rangschikken tijdens het koken. Het voedsel altijd vanaf de buitenkant naar het midden omroeren en herschikken.
Standtijd	Standtijd is nodig na het koken aangezien de warmte zich hierdoor gelijkmatig door het voedsel verspreidt.
Afdekken	Sommige delen van voedsel dat wordt ontdooid, kunnen warm worden. De warme delen kunnen worden afgedekt met kleine stukjes folie die de microgolven weerkaatsen. Bijv. kippenpoten en kippenvleugels.

VOEDSELTHERMOMETER GEBRUIKEN OM DE BEREIDINGSTIJD TE BEPALEN

De kerntemperatuur van levensmiddelen en dranken kunt u vaststellen met een voedselthermometer.

In onderstaande tabel vindt u een overzicht van temperaturen.

Product	Kerntemperatuur ne het bereiden	Kerntemperatuur na 10-15 minuten standtijd
Dranken verwarmen (koffie, water, thee, enz.)	65-75 °C	
Melk verwarmen	60-65 °C	
Soep verwarmen	75-80 °C	
Stoofschotel verwarmen	75-80 °C	
Gevogelte	80-85 °C	85-90 °C
Lamsvlees	70 °C	70-75 °C
roze van binnen	75-80 °C	80-85 °C
door en door gaar		
Rosbief	50-55 °C	55-60 °C
roze van binnen	60-65 °C	65-70 °C
door en door gaar	75-80 °C	80-85 °C
Varkensvlees, kalfsvlees	80-85 °C	80-85 °C

MAGNETRONBESTENDIG KOOKGEREI



Servies	Geschikt voor de magnetron	Opmerkingen
Aluminiumfolie / servies van folie	✓ / ✗	Kleine stukjes aluminiumfolie kunnen worden gebruikt om het voedsel tegen oververhitting te beschermen. Zorg ervoor dat het folie minstens 2 cm van de ovenwanden is verwijderd aangezien vonkvorming kan optreden. Servies van folie is niet aanbevolen, tenzij voorgeschreven door de fabrikant, bijv. Microfoil®. Alle voorschriften nauwgezet opvolgen.
Bruineringservies	✓	Altijd de voorschriften van de fabrikant opvolgen. De vermelde kooktijden niet overschrijden. Oppassen want deze schalen kunnen zeer heet worden.
Porselein en keramiek	✓ / ✗	Porselein, keramiek en geglazuurd aardewerk zijn doorgaans geschikt, behalve aardewerk met metalen versiering.
Glas bijv. Pyrex®	✓	Wees voorzichtig met dun glas aangezien dit kan breken of scheuren als het plotseling wordt verwarmd.
Metaal	✗	Het is niet aanbevolen om metalen servies in de magnetron te gebruiken. Dit veroorzaakt vonkvorming en kan tot brand leiden.
Kunststof/polystyreen bijv. servies waarin fastfood wordt verkocht	✓	Wees voorzichtig aangezien dergelijk servies kan vervormen, smelten of verkleuren bij hoge temperaturen.
Huishoudfolie	✓	Het huishoudfolie mag het voedsel niet aanraken en moet ingeprikt worden om de stoom te laten ontsnappen.
Vries-/braadzakken	✓	Moeten ingeprikt worden om de stoom te laten ontsnappen. Controleer of de zakken geschikt zijn voor gebruik in de magnetron. Gebruik geen plastic of metalen binddraad aangezien dit kan smelten of vlam vatten door vonkvorming van het metaal.
Papier – borden, kopjes en keukenrol	✓	Gebruik papier uitsluitend om op te warmen of vocht te absorberen. Wees voorzichtig aangezien oververhitting brand kan veroorzaken.
Stro en hout	✓	Let altijd goed op bij het gebruik van dit materiaal aangezien oververhitting brand kan veroorzaken.
Kringlooppapier en krantenpapier	✗	Kan stukjes metaal bevatten die vonkvorming veroorzaken en tot brand kunnen leiden.en



VERMOGENSSTANDEN

Voor het handmatig gebruik kunt u kiezen uit 5 verschillende vermogensstanden. Richt u daarbij naar de aanwijzingen in de recepten.

In het algemeen gelden de volgende adviezen:

800 watt voor snel koken of verwarmen, bijv. voor soep, éénpansgerechten, gerechten uit blik, hete dranken, groente, vis enz.

560 watt voor langer koken van compactere levensmiddelen zoals vlees en gehakt en voor gerechten als cake. Bij deze lage instelling koken sauzen niet over en de gerechten worden gelijkmatig gaar, zonder dat ze aan de rand hard worden of overlopen.

400 watt voor compactere gerechten die bij het bereiden op traditionele wijze een langere tijd nodig hebben, bijv. rundvleesgerechten. Bij deze instelling blijft het vlees mals.

240 watt kiest u om gelijkmatig te ontdoeien. Deze stand is ook geschikt om rijst en pasta te koken.

80 watt voor voorzichtig ontdoeien, bijv. voor slagroomtaart of bladerdeeg.

W = WATT

Om het vermogen in te stellen toets **VERMOGENSSTAND** indrukken, tot de gewenste vermogensstand wordt aangegeven. Als u toets **VERMOGENSSTAND** één maal indrukt, verschijnt **800**. Als u de gewenste vermogensstand mist, toets **VERMOGENSSTAND** zo vaak indrukken, tot de gewenste stand weer wordt aangegeven. **Als u deze toets niet indrukt, werkt het apparaat automatisch met vol vermogen (800 watt).**



HANDMATIG GEBRUIK

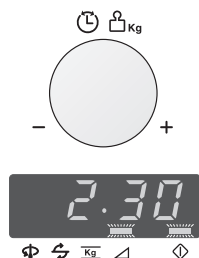
Bij handmatig gebruik kunt u een bereidingstijd van max. 90 minuten (90.00) instellen.

De tijdseenheid varieert van 10 seconden tot 5 minuten, afhankelijk van de totale bereidingstijd zoals aangegeven in de tabel.

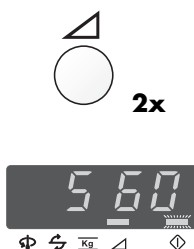
bereidingstijd	tijdseenheden
0-5 minuten	10 seconden
5-10 minuten	30 seconden
10-30 minuten	1 minuut
30-90 minuten	5 minuten

Voorbeeld: Soep verwarmen, 2 minuten en 30 seconden met 560 watt vermogen.

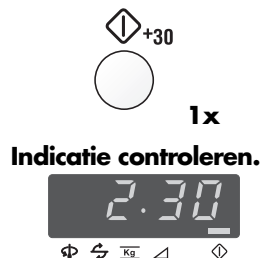
1. Voer door knop **TIJDSCHAKELKLOK/GEWICHT** rechtsom te draaien de gewenste bereidingstijd in.



2. Stel het gewenste vermogen in door toets **VERMOGENSSTAND** twee maal in te drukken.



3. Start het proces door toets **START/+30** één maal in te drukken.



AANWIJZINGEN:

- Als u de ovendeur tijdens het bereidingsproces opent, wordt de bereidingstijd op het display automatisch aangehouden. Het terugtellen van de tijd gaat weer verder als u de deur sluit en toets **START/+30** indrukt.
- Als u tijdens het bereidingsproces de vermogensstand wilt controleren, drukt u toets **VERMOGENSSTAND** in. Zolang uw vinger deze toets aanraakt, wordt de vermogensstand aangegeven.
- U kunt knop **TIJDSCHAKELKLOK/GEWICHT** rechtsom of linksom draaien. Als u de knop linksom draait, wordt de bereidingstijd trapsgewijze vanaf 90 minuten vermindert.



1. KOKEN IN VERSCHILLENDE FASES

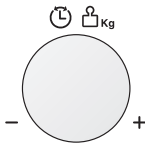
U kunt een reeks van (maximaal) 3 standen programmeren.

Voorbeeld:

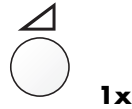
koken: 5 minuten bij 800 watt vermogen (fase 1)
16 minuten bij 240 watt vermogen (fase 2)

FASE 1

1. Voer door knop **TIJDSCHAKELKLOK/GEWICHT** rechtsom te draaien de gewenste tijd in.

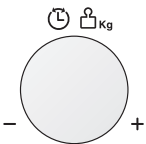


2. Stel het gewenste vermogen in door één maal toets **VERMOGENSSTAND** in te drukken.



FASE 2

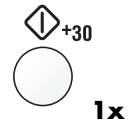
3. Voer door knop **TIJDSCHAKELKLOK/GEWICHT** rechtsom te draaien de gewenste tijd in.



4. Stel het gewenste vermogen in door toets **VERMOGENSSTAND** vier maal in te drukken.



5. Start het proces door toets **START/+30** in te drukken.



Controleer het display.



(Het apparaat werkt nu 5 minuten op 800 watt en aansluitend 16 minuten op 240 watt.)



ANDERE NUTTIGE FUNCTIES

2. SNELSTARTFUNCTIE

Met toets **START/+30** kunt u de volgende functies bedienen:

a. Direct starten

U kunt direct 30 seconden lang op een vermogen van 800 watt koken, als u toets **START/+30** indrukt.



AANWIJZING:

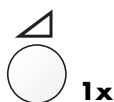
Om misbruik door kinderen te voorkomen, kan toets **START/+30** slechts 3 minuten na de voorafgaande bedieningshandeling, d.w.z. sluiten van de deur of indrukken van toets **STOP** worden gebruikt.

b. Verlengen van de bereidingstijd

Tijdens handmatig gebruik kunt u de bereidingstijd door herhaald op de toets te drukken steeds met 30 seconden verlengen.

3. CONTROLEREN VAN DE VERMOGENSSTAND

Om tijdens het bereidingsproces de vermogensstand te controleren, drukt u toets **VERMOGENSSTAND** in.



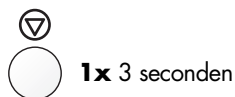
Zolang u met uw vinger toets **VERMOGENSSTAND** aanraakt, wordt de vermogensstand aangegeven.

Het terugtellen van de tijd gaat verder, ook als op het display de vermogensstand wordt aangegeven.

4. VEILIGHEIDSFUNCTIE

INSTELLEN VAN DE VERGRENDELFUNCTIE

1. Druk toets **STOP** 3 seconden lang in.

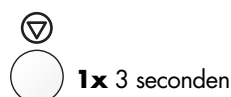


Controleer het display.



OPHEFFEN VAN DE VERGRENDELFUNCTIE

1. Druk toets **STOP** 3 seconden lang in.



Als de veiligheidsfunctie is ingesteld, geeft het display de dagtijd aan.

AANWIJZING: als de veiligheidsvergrendeling is ingesteld, kunt u m.u.v. toets **STOP** geen toetsen gebruiken.



De automatische programma's berekenen de juiste methode en bereidingstijd. U kunt kiezen uit 7 **automatische kookprogramma's** en 5 **automatische ontdooiprogramma's**.

Let daarbij op het volgende:

1. Druk toets **AUTOMATISCHE PROGRAMMA'S één maal in, de indicatie komt dan overeen met de afbeelding.**

Het menu kiest u door toets **AUTOMATISCHE PROGRAMMA'S** in te drukken tot het gewenste menunummer wordt aangegeven. Zie pag. 72 - 74, tabellen **AUTOMATISCHE PROGRAMMA'S**.

Om een ontdooi-menu te kiezen moet u toets **AUTOMATISCHE PROGRAMMA'S** minstens 8 maal indrukken. Als u deze toets 8 maal indrukt, verschijnt **Rd - 1** in het display. Het menu wijzigt automatisch, als u toets **AUTOMATISCHE PROGRAMMA'S** ingedrukt houdt.

2. Voer door knop **TIJDSCHAKELKLOK/GEWICHT te draaien het gewenste gewicht in.**

- Alleen het gewicht van de levensmiddelen invoeren. Het gewicht van het servies niet meerekenen.
- Voor gerechten met een hoger of lager gewicht dan in de tabel aangegeven kiest u handmatig gebruik. Let op de aanwijzingen in de tabel om goede resultaten te bereiken. Zie pag. 76 - 77.

3. Start het proces door toets **START/+30 in te drukken.**

Als een bedieningshandeling noodzakelijk is (bijv. levensmiddelen omkeren) stopt het apparaat automatisch, er klinkt een akoestisch signaal, de resterende bereidingstijd en andere symbolen worden knipperend aangegeven. Om het proces voort te zetten toets **START/+30** indrukken.

1.



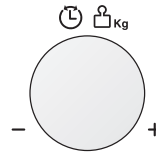
toets **AUTOMATISCHE PROGRAMMA'S**

x1



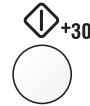
menunummer

2.



knop **TIJDSCHAKELKLOK/GEWICHT**

3.

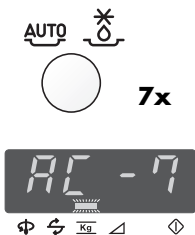


toets **START/+30**

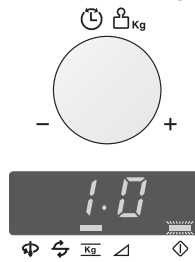
De temperatuur aan het einde van de bereidingstijd hangt af van de uitgangstemperatuur. Controleer of de levensmiddelen gaar genoeg zijn. Indien nodig kunt u de bereidingstijd verlengen en een hoger vermogen instellen.

Voorbeeld: Voor het bereiden van een ovenschotel met een gewicht van 1 kg kiest u **AUTOMATISCHE KOOKPROGRAMMA AC-7**.

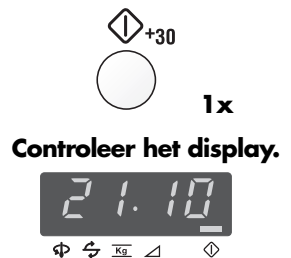
1. Kies het gewenste menu door toets **AUTOMATISCHE PROGRAMMA'S 7 maal in te drukken.**



2. Voer door knop **TIJDSCHAKELKLOK/GEWICHT rechtsom te draaien het gewicht in.**























3. Druk toets **START/+30 in.**



Controleer het display.



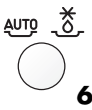

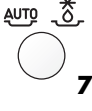

TABELLEN AUTOMATISCHE PROGRAMMA'S

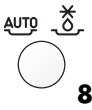



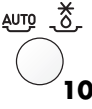

TOETS	KOOK-PROGRAMMA	HOEVEELHEID (gewichts-eenheid)/SERVIES	TIPS
   1x	AC-1 koken Diepgevroren groente 	0,1 - 0,6 kg (100 g) Schaal met deksel	<ul style="list-style-type: none"> Per 100 g 1 el water en wat zout toevoegen (voor paddestoelen is geen extra water nodig). Met een deksel afdekken. Roer het gerecht om als het geluidssignaal klinkt, en dek het weer af. Na het bereiden uit de oven halen en ca. 2 minuten laten staan. BELANGRIJK: voor compact bevroren groente handmatig gebruik kiezen.
   2x	AC-2 koken Verse groente 	0,1 - 0,6 kg (100 g) Schaal met deksel	<ul style="list-style-type: none"> In stukjes snijden, bijv. reepjes of plakken. Per 100 g 1 el water en wat zout toevoegen (voor paddestoelen is geen extra water nodig). Met een deksel afdekken. Roer het gerecht om als het geluidssignaal klinkt, en dek het weer af. Na het bereiden uit de oven halen en ca. 2 minuten laten staan.
   3x	AC-3 koken Diepgevroren gerechten (Roerbaar) 	0,3 - 1,0 kg* (100 g) Schaal met deksel	<ul style="list-style-type: none"> Gerecht in een voor de magnetron geschikte schaal doen. Indien door de fabrikant aangegeven, wat vloeistof toevoegen. Met een deksel afdekken. Indien door de fabrikant aangegeven, zonder deksel koken. Roer het gerecht om als het geluidssignaal klinkt, en dek het weer af. afdekken. Na het bereiden uit de oven halen en ca. 2 minuten laten staan.
   4x	AC-4 koken Diepgevroren ovenschotels 	0,2 - 0,6 kg (100 g) Platte, ovale ovenschaal met magnetronfolie of voor de magnetron geschikte originele verpakking met magnetronfolie	<ul style="list-style-type: none"> Ovenschotel uit de verpakking nemen. Evt. in een ovenschaal overdoen. Met magnetronfolie afdekken. Als de verpakking geschikt voor de magnetron is, papieren deksel verwijderen en met magnetronfolie afdekken. Na het bereiden uit de oven halen en ca. 5 minuten laten staan.
   5x	AC-5 koken Gekookte aardappelen en aardappelen in de schil 	0,1 - 0,8 kg (100 g) Schaal met deksel	Gekookte aardappelen: aardappelen schillen en in even grote stukken snijden. In de schil gekookte aardappelen: aardappelen van gelijke grootte uitzoeken en wassen. <ul style="list-style-type: none"> Aardappelen in een schaal doen. Benodigde hoeveelheid water (ca. 2 el per 100 g) en wat zout toevoegen. Met een deksel afdekken. Roer het gerecht om als het geluidssignaal klinkt, en dek het weer af. Na het bereiden uit de oven halen en ca. 2 minuten laten staan.

Belangrijk: Gekoelde voedingsmiddelen worden vanaf 5 °C opgewarmd, bevroren voedingsmiddelen vanaf -18 °C.

TABELLEN AUTOMATISCHE PROGRAMMA'S









TOETS	KOOK-PROGRAMMA	HOEVEELHEID (gewichts-eenheid)/SERVIES	TIPS
 6x	AC-6 koken Visfilet met saus 	0,4 - 1,2 kg* (100 g) Gratinschaal met magnetronfolie	<ul style="list-style-type: none"> • Zie recept "Visfilet met saus" op pag. 74 - 75. * Totale gewicht van alle ingrediënten.
 7x	AC-7 koken Ovenschotels 	0,5 - 1,5 kg* (100 g) Gratinschaal	<ul style="list-style-type: none"> • Zie recept "Ovenschotels" op pag. 75. * Totale gewicht van alle ingrediënten.

TOETS	ONTDOOI-PROGRAMMA	HOEVEELHEID (gewichts-eenheid)/SERVIES	TIPS
 8x	Ad-1 ontdooien Befstuk en karbonade 	0,2 - 0,8 kg (100 g) Ovenschaal (zie AANWIJZING op pag. 74.)	<ul style="list-style-type: none"> • Leg de voedingsmiddelen op een platte schaal in het midden van het draaiplateau. • Zodra het geluidssignaal klinkt, dient het omgedraaid te worden, dienen de delen van elkaar gehaald te worden en vervolgens anders neergelegd te worden. Dek de dunne delen en warme plekken af met aluminiumfolie. • Wikkel na het ontdooien in aluminiumfolie en laat 10-15 minuten staan totdat het volledig is ontdooid.
 9x	Ad-2 ontdooien Gehakt 	0,2 - 0,8 kg (100 g) Ovenschaal (zie AANWIJZING op pag. 74.)	<ul style="list-style-type: none"> • Leg het blok gehakt in een platte schaal op het midden van het draaiplateau. • Draai het gehakt om zodra het geluidssignaal klinkt. Verwijder de reeds ontdooide delen indien mogelijk. • Dek na het ontdooien af met aluminiumfolie en laat het 5-10 minuten staan totdat het volledig is ontdooid.
 10x	Ad-3 ontdooien Gevogelte 	0,9 - 1,5 kg (100 g) Ovenschaal (zie AANWIJZING op pag. 748.)	<ul style="list-style-type: none"> • Leg de kip met het borststuk naar beneden in een platte schaal op het midden van het draaiplateau. • Keer, zodra het geluidssignaal klinkt, het gevogelte en dek de dunne delen en warme plekken af met aluminiumfolie. • Na het ontdooien met aluminiumfolie afdekken en 15-30 minuten laten staan, tot alles volledig ontdooid is. • Gevogelte onder stromend water afspoelen.

Belangrijk: Gekoelde voedingsmiddelen worden vanaf 5 °C opgewarmd, bevroren voedingsmiddelen vanaf -18 °C.



TABELLEN AUTOMATISCHE PROGRAMMA'S

TOETS	ONTDOOI-PROGRAMMA	HOEVEELHEID (gewichtseenheden)/SERVIES	TIPS
  11x	Ad-4 ontdoeien Gebak 	0,1 - 1,4 kg (100 g) Plat bord	<ul style="list-style-type: none"> • Verwijder de verpakking van de cake. • Plaats de cake direct op het draaiplateau, of op een bord in het midden van het draaiplateau. • Snijd de cake na het ontdoeien in gelijke plakken en leg ze iets uit elkaar. Laat de cake 15-30 minuten staan totdat de cake volledig is ontdooid.
  12x	Ad-5 ontdoeien Brood 	0,1 - 1,0 kg (100 g) Ovenschaal (Voor dit programma alleen sneetjes brood.)	<ul style="list-style-type: none"> • Verdeel de boterhammen over een platte schaal in het midden van het draaiplateau. Een brood met een gewicht van 1 kg kunt u rechtstreeks over het draaiplateau verdelen. • Als het geluidssignaal klinkt, dienen de boterhammen omgedraaid te worden, anders neergelegd te worden en reeds ontdooidde boterhammen uitgenomen te worden. • Dek na het ontdoeien af met aluminiumfolie en laat het 5-15 minuten staan totdat het volledig is ontdooid.

Belangrijk: Gekoelde voedingsmiddelen worden vanaf 5 °C opgewarmd, bevroren voedingsmiddelen vanaf -18 °C.

BELANGRIJK: automatische ontdooiprogramma's

1. Biefstukken en karbonades naast elkaar (in 1 laag) invriezen.
2. Gehakt plat invriezen.
3. Na het omkeren de al ontdooidde delen met strookjes aluminiumfolie afdekken.
4. Gevogelte moet meteen na het ontdoeien worden bereid.
5. Taarten voorzien van een garnering en room zijn heel gevoelig voor de energie van de magnetron. Als de room snel ontdooit, dient het direct uit de magnetronoven genomen te worden om 10-30 minuten op kamertemperatuur te laten staan, om de beste resultaten te krijgen.



RECEPTEN VOOR AUTOMATISCHE KOOKPROGRAMMA'S AC-6 EN AC-7

VISFILET MET SAUS (AC-6) visfilet met pikante saus

0,4 kg	0,8 kg	1,2 kg	
140 g	280 g	420 g	tomaten uit blik (uitgelekt)
40 g	80 g	120 g	mais
4 g	8 g	12 g	chilisaus
12 g	24 g	36 g	uien (gesnipperd)
1 tsp	1-2 tsp	2 tsp	rode wijnazijn
			mosterd, tijm, cayennepeper
200 g	400 g	600 g	visfilet
			zout

1. De ingrediënten voor de saus door elkaar mengen.
2. De gezouten visfilets met de dunne einden naar het midden in een ronde ovenschaal leggen.
3. De saus over de filets gieten.
4. Met magnetronfolie afdekken en met **AUTOMATISCH KOOKPROGRAMMA (AC-6)** "Visfilet met saus".
5. Laat het gerecht na het koken 2 minuten staan.



VISFILET MET SAUS (AC-6)

visfilet met kerriesaus

0,4 kg	0,8 kg	1,2 kg	
200 g	400 g	600 g	visfilet
			zout
40 g	80 g	120 g	bananen (in kleine stukjes)
160 g	320 g	480 g	kant-en-klare kerriesaus

1. De gezouten visfilets met de dunne einden naar het midden in een ronde ovenschaal leggen.
2. De saus over de filets gieten en de stukjes banaan erop leggen.
3. Met magnetronfolie afdekken en met **AUTOMATISCH KOOKPROGRAMMA (AC-6)** "Visfilet met saus".
4. Laat het gerecht na het koken 2 minuten staan.

OVENSCHOTELS (AC-7)

spinazieschotel

0,5 kg	1,0 kg	1,5 kg	
5 g	10 g	15 g	boter of margarine (voor het invetten van de schaal)
150 g	300 g	450 g	bladspinazie (ontdooien en afgieten)
15 g	30 g	45 g	uien (gesnipperd)
			zout, peper, nootmuskaat
150 g	300 g	450 g	aardappelen (in plakjes)
35 g	75 g	110 g	gekookte ham (in blokjes)
50 g	100 g	150 g	crème fraîche
1	2	3	ei (eren)
40 g	75 g	115 g	geraspte kaas
			paprikapoeder

1. Spinazie en ui met elkaar vermengen en zout, peper en nootmuskaat toevoegen.
2. Ovenschaal invetten. Om en om laagjes aardappel, ham en spinazie in de schaal leggen. De bovenste laag moet spinazie zijn.
3. Meng de eieren met de crème fraîche, voeg zout en peper toe en giet over de gratin.
4. Met geraspte kaas en paprikapoeder bestrooien. Met **AUTOMATISCH KOOKPROGRAMMA (AC-7)** "Ovenschotels".
5. Laat het gerecht na het koken 5-10 minuten staan.

OVENSCHOTELS (AC-7)

aardappel-courgetteschotel

0,5 kg	1,0 kg	1,5 kg	
5 g	10 g	15 g	boter of margarine (voor het invetten van de schaal)
200 g	400 g	600 g	aardappelen (in plakjes)
115 g	230 g	345 g	courgettes (in plakjes)
75 g	150 g	225 g	crème fraîche
1	2	3	ei (eren)
1/2	1	2	teentjes knoflook (geperst)
			zout, peper
40 g	80 g	120 g	kaas (geraspt)
10 g	20 g	30 g	zonnebloempitten
			paprikapoeder

1. Ovenschaal invetten en om en om laagjes aardappel en courgette in de schaal leggen.
2. Meng de eieren met de crème fraîche, voeg zout, peper en knoflook toe en giet over de gratin.
3. Met geraspte kaas en paprikapoeder bestrooien.
4. Besprenkel als laatste de gratin met zonnebloempitten en paprikapoeder en kook op de stand **AUTOMATISCH KOOKPROGRAMMA (AC-7)** "Ovenschotels".
5. Laat het gerecht na het koken 5-10 minuten staan.



TABELLEN

GEBRUIKTE AFKORTINGEN

el = eetlepel
tl = theelepel

kp - kopje
kg = kilogram

g = gram
l = liter

ml = milliliter
cm = centimeter

min. = minuten

TABEL: DRANKEN EN GERECHTEN VERWARMEN

Drank/gerecht	Hoeveelheid (g/ml)	Vermogensstand	Tijd (min.)	Tips
Koffie, 1 kopje	150	800 W	ca. 1	niet afdekken
Melk, 1 kopje	150	800 W	ca. 1	niet afdekken
Water, 1 kopje	150	800 W	1 ¹ / ₂ -2	niet afdekken
6 kopjes	900	800 W	10-12	niet afdekken
1 kom	1000	800 W	11 ¹ / ₂ -13	niet afdekken
Gerecht geserveerd op een bord (groente, vlees en garnituur)	400	800 W	3-6	wat water op de saus sprenkelen, afdekken, halverwege het opwarmproces roeren
Eénpansgerecht / Soup	200	800 W	1 ¹ / ₂ -2 ¹ / ₂	afdekken, na het verwarmen omroeren
Groente	200	800 W	2-2 ¹ / ₂	indien nodig water toevoegen, afdekken, halverwege het opwarmproces roeren
500	800 W	4-5		
Vlees 1 plak*	200	800 W	3-4	saus dun over de toplaag verdelen, afdekken
Visfilet *	200	800 W	2-3	afdekken
Gebak, 1 stuk	100	400 W	1/2	op een rooster leggen
Babyvoeding. 1 potje	190	400 W	ca. 1	in een voor de magnetron geschikt bakje plaatsen, na het opwarmen goed roeren en de temperatuur testen
Margarine of boter smelten*	50	800 W	1/2	afdekken
Chocolade smelten	100	400 W	2-3	af en toe roeren

* vanaf koelkasttemperatuur

TABEL: ONTDOOIEN EN KOKEN

Product	Hoeveelheid (g)	Vermogensstand	Tijd (min.)	Water toevoegen(el)	Tips	Standtijd (min.)
Visfilet	300	800 W	10-12	-	afdekken	1-2
Maaltijd op bord	400	800 W	9-11	-	afdekken, na 6 minuten roeren tijd omroeren	2
Broccoli	300	800 W	7-9	3-5	afdekken, halverwege de kooktijd omroeren	2
Erwtjes	300	800 W	7-9	3-5	afdekken, halverwege de kooktijd omroeren	2
Gemengde groente	500	800 W	11-13	3-5	afdekken, halverwege de kooktijd omroeren	2

TABEL: ONTDOOIEN

Product	Hoeveelheid (g)	Vermogensstand	Tijd (min.)	Tips	Standtijd (min.)
Geroosterd vlees (varken, rundvlees, lamsvlees)	1500	80 W	58-64	in een platte schaal leggen,	30-90
biefstuk, schnitzel	1000	80 W	42-48	halverwege de ontdooitijd omkeren	30-90
500	80 W	19-23			30-90
Goulash	500	240 W	8-12	halverwege de ontdooitijd roeren	10-15
Worstjes: 8 stuks	600	240 W	6-9	naast elkaar leggen, halverwege de ontdooitijd omdraaien	5-10
4 stuks	300	240 W	4-5		5-10
Kippenbout	200	240 W	4-5	halverwege de ontdooitijd omdraaien	10-15
Visfilet	400	240 W	7-10	halverwege de ontdooitijd omdraaien	5-10
Broodjes, 2 stuks	80	240 W	env. 1	slechts gedeeltelijk ontdooien	-
Gebak, 1 stuk	100-150	80 W	2-5	plaats in een platte schaal	5
Fruit, (bijv. kersen, aardbeien, frambozen, pruimen)	250	240 W	4-5	gelijkmatig verdelen, halverwege de ontdooitijd omdraaien	5

De in de tabel vermelde tijden zijn richtlijnen, die naargelang de vriestemperatuur, kwaliteit en gewicht van de levensmiddelen kunnen variëren.



TABEL: VLEES, VIS EN GEVOGELTE BRADEN EN VERSE GROENTE KOKEN

Product	Hoeveelheid (g)	Vermogensstand	Tijd (min.)	Tips	Standtijd (min.)
Vlees (varkensvlees, rundvlees, lamsvlees)	500	800 W	8-10*	naar smaak kruiden, in een platte schaal leggen,	10
		400 W	10-12	na * omkeren	
	1000	800 W	19-21*		10
		400 W	11-14		
	1500	800 W	33-36*		10
		400 W	13-17		
Biefstuk (medium)	1000	800 W	9-11*	naar smaak kruiden, in een schaal leggen,	10
		400 W	5-7	na * omkeren	
Visfilet	200	800 W	3-4	op smaak brengen, in platte schaal leggen, afdekken	3
Kip	1200	800 W	21-24	op smaak brengen, in ondiepe schaal leggen, halverwege de kooktijd omkeren	3
Kippenbout	200	800 W	3-4	op smaak brengen, in een platte schaal leggen	3
Broccoli	500	800 W	9-11	in roosjes verdelen, 4-5 el water toevoegen, afdekken, tijdens het koken af en toe roeren	-
Erwtjes	500	800 W	9-11	afdekken, 4-5 el water toevoegen, tijdens het koken af en toe roeren	-
Wortels	500	800 W	10-12	in plakjes snijden, 4-5 el water toevoegen, afdekken -	-
	300	800 W	7-9	tijdens het koken af en toe roeren	-
Aardappelen, lekooft	500	800 W	9-11	in grote gelijke stukken snijden, een beetje zout en 150 ml toevoegen, afdekken, tijdens het koken af en toe roeren	-

RECEPTEN



Alle recepten in deze gebruiksaanwijzing zijn, tenzij anders aangegeven, bedoeld voor 4 porties.

AANPASSEN VAN TRADITIONELE

RECEPTEN

Als u uw vanouds beproefde recepten wilt aanpassen voor de magnetron, moet u op het volgende letten:

De bereidingstijden met een derde tot de helft verkorten. Zie ook de recepten in deze gebruiksaanwijzing. Levensmiddelen met veel vocht zoals vlees, vis, gevogelte, groente, fruit, éénpansgerechten en soep kunnen zonder problemen in de magnetron worden bereid. Bij gerechten met

weinig vloeistof zoals maaltijden op een bord moet u het oppervlak wat vochtig maken.

Toevoegen van vloeistoffen bij rauwe levensmiddelen die gestoofd worden, tot ca. tweederde van de hoeveelheid in het originele recept reduceren. Indien nodig tijdens het bereidingsproces wat vloeistof toevoegen.

Toevoegen van vet kan aanzienlijk gereduceerd worden.

Een kleine hoeveelheid boter, margarine of olie is voldoende om het gerecht smaak te geven. Daarom is de magnetron uitstekend geschikt voor het bereiden van vetarme gerechten.

CHAMPIGNONSOEP

Servies: Schaal met deksel (2 l inhoud)

ingrediënten

200 g champignons, in plakjes

50 g ui, gesnipperd

300 ml vleesbouillon

300 ml room

25 g bloem

25 g boter of margarine

zout, peper

1 eidooier

150 g crème fraîche

1. Champignons en bouillon in de schaal doen en afgedekt koken.

8 - 9 min. \triangleleft **800 W**

2. Met een mixer alle ingrediënten pureren. De room toevoegen.

3. Meng de bloem en de boter tot een deeg en roer door de soep. Voeg peper en zout toe en kook de soep met het deksel erop. Roer na het koken.

4 - 6 min. \triangleleft **800 W**

4. De eidooier met de crème fraîche vermengen en lepel voor lepel door de soep mengen. Nog even verwarmen, maar niet meer laten koken!

1 - 2 min. \triangleleft **800 W**

Na afloop van de kooktijd ca. 2 minuten laten nagaren.



RECEPTEN

KALFSVLEES IN ROOMSAUS

Servies: Schaal met deksel (2 l inhoud)

Ingrediënten

- 600 g kalfsfilet
- 10 g boter of margarine
- 50 g ui, gesnipperd
- 100 ml witte wijn
gekruid jusblokje voor ongeveer 1/2 liter jus
- 300 ml room
- 1 el peterselie, gehakt

1. Snij het kalfsvlees in reepjes.
2. Vet de schaal in met boter. Plaats de ui en het vlees toe in de schaal, dek af en kook. Roer een enkele keer tijdens het koken.
7 - 10 min. ◁ 800 W
3. Voeg de witte wijn, het jusblokje en de room toe, roer, dek af en laat verder koken. Roer af en toe.
4 - 5 min. ◁ 800 W
4. Na afloop van de kooktijd het mengsel omroeren en ca. 5 minuten laten nagaren. Met peterselie garneren.

GEVULDE HAM

Servies: Schaal met deksel (2 l inhoud)

Ovale ovenschotel (ca. 26 cm lang)

Ingrediënten

- 125 g bladspinazie, fijngehakt
- 125 g kwark, 6 % vet
- 40 g Emmentaler kaas, gemalen
peper, paprika
- 6 plakjes gekookte ham (300 g)
- 125 ml water
- 125 ml room
- 20 gl bloem
- 20 g boter of margarine
- 10 g boter of margarine om de schaal in te vetten

1. Vermeng de spinazie met de kaas en kwark, en breng dit mengsel op smaak.
2. Leg op elk plakje gekookte ham een eetlepel van de vulling en rol het op. Steek de ham vast met een houten pen.
3. Maak een bechamelsaus: giet hiervoor het water en de room in een kom, dek deze af en verwarm.
3 - 4 min. ◁ 800 W
Meng de boter met de bloem om een roux te maken, voeg aan de vloeistof toe en roer met een garde tot een glad mengsel ontstaat. Dek af, kook tot de roux dik is.
1 min. ◁ 800 W
Roer en proef.
4. Giet de saus in de ingevette schaal, leg de gevulde hamrolletjes erin en kook het met de deksel erop.
3 - 4 min. ◁ 800 W
Na afloop van de kooktijd ca. 5 minuten laten nagaren.

LASAGNE AL FORNO

Servies: Schaal met deksel (2 l inhoud)

Ondiepe, vierkante schaal met deksel (ca. 20 x 20 x 6 cm)

Ingrediënten

- 300 g tomaten uit blik
- 50 g ham, fijngesneden
- 50 g ui, gesnipperd
- 1 teentje knoflook, geperst
- 250 g gehakt
- 2 el tomatenpuree
zout, peper
- 150 ml crème fraîche
- 100 ml melk
- 50 g Parmezaanse kaas, geraspt
- 1 tl gemengde kruiden, gehakt
- 1 tl olijfolie
- 1 tl plantaardige olie om de schaal in te vetten
- 125 g groene lasagne
- 1 el Parmezaanse kaas, geraspt

1. Snij de tomaten in kleine stukjes, meng met de ham, ui, knoflook, gehakt en tomatenpuree. Op smaak brengen, afdekken en koken.
7 - 9 min. ◁ 800 W
2. Meng de crème fraîche met de melk, Parmezaanse kaas, kruiden, olie en specerijen.
3. Vet de schaal in en leg 1/3 van de lasagnebladen op de bodem. Leg de helft van het gehaktmengsel op de pasta en giet hier wat saus over. Herhaal dit en zorg dat de laatste laag de resterende pasta is. Giet de saus over de pasta en bestrooi met Parmezaanse kaas. Kook het gerecht met gesloten deksel.
15 - 17 min. ◁ 560 W
Na afloop van de kooktijd ca. 5-10 minuten laten nagaren.



RATATOUILLE

Servies: Schaal met deksel (2 l inhoud)
ingrediënten

5 el	olijfolie
1 teentje	knoflook, geperst
50 g	ui, in plakjes
250 g	aubergine, in blokjes gesneden
250 g	courgette, in blokjes gesneden
200 g	peper, in grote stukjes gesneden
75 g	venkel, in grote stukjes gesneden
1	bouquet garni
200 g	artisjokhartten uit blik, in vieren zout, peper

ZEETONGFILET

Servies: Ondiepe, ovale ovenschotel met
magnetronfolie (ca. 26 cm lang)

ingrediënten

400 g	tongfilet
1	citroen, heel
150 g	tomaten
1 tl	boter
1 el	plantaardige olie
1 el	peterselie, gehakt zout, peper
4 el	witte wijn
20 g	boter of margarine

Tip: Voor dit gerecht kunt u ook roodbaars, heilbot, harder, schol of kabeljauw gebruiken.

BESSENGELEI MET VANILLES AUS

Servies: Schalen met deksel (2 l inhoud)
Schalen met deksel (1 l inhoud)

ingrediënten

150 g	rode aalbessen, gewassen en ontdaan van kroontjes
150 g	aardbeien, gewassen en ontdaan van kroontjes
150 g	frambozen, gewassen en ontdaan van kroontjes
250 ml	witte wijn
100 g	suiker
50 ml	citroensap
8	blaadjes gelatine
300 ml	melk
1/2	vanillestokje
30 g	suiker
15 g	maïsmeeel

Tip: U kunt ook diepvriesfruit gebruiken, dat moet dan eerst worden ontdooid.

- Olijfolie en knoflook in de schaal doen. Groente m.u.v. de artisjokhartten toevoegen en met peper kruiden. Bouquet garni toevoegen en afgedekt stoven. Tussendoor één maal omroeren.

19 - 21 min. ◁ **800 W**

5 minuten voor het einde de artisjokhartten toevoegen.

- De ratatouille met zout en peper op smaak brengen. Het bouquet garni voor het opdienen verwijderen. Na het stoven ongeveer 2 minuten laten staan.

Tip: Bij vleesgerechten serveren. Het gerecht smaakt koud uitstekend als voorgerecht.

Tip: Een bouquet garni bestaat uit: takje peterselie, bosje soepgroente, takje lavas, takje tijm, enkele laurierbladeren.

- De filets wassen en droog deppen. Graten verwijderen.
- Snij de citroen en de tomaten in dunne plakjes.
- Vet de schaal in met boter. Leg de visfilets in de schotel en besprenkel met plantaardige olie.
- Strooi peterselie over de vis, leg de plakjes tomaten erop en breng op smaak. Leg de plakjes citroen bovenop de tomaten en giet hier witte wijn over.
- Leg kleine klontjes boter bovenop de citroen, dek af en kook.

13 - 16 min. ◁ **800 W**

Na afloop van de kooktijd ca. 2 minuten laten nagaren.

- Een paar vruchten achterhouden voor de garnering. De rest met de witte wijn pureren, in de schaal doen en afgedekt verwarmen.

7 - 9 min. ◁ **800 W**

- Suiker en citroensap mengen.
- Laat de gelatine ongeveer 10 minuten in koud water weken, haal uit het water en knijp droog. Roer de gelatine door de warme vruchtenpuree totdat deze oplost. Zet de gelei in de koelkast en laat stijf worden.
- Vanillesaus bereiden; giet de melk in de andere schaal. Snij het vanillestokje open en schraap de vanille uit, roer dit in de melk met het suikermengsel en de maïsmeeel. Afdekken en koken, tijdens het koken roeren, aan het einde van de kooktijd nogmaals roeren.

3 - 4 min. ◁ **800 W**

- Keer de schaal met de gelei om op een bord en garner met het resterende fruit. Giet de vanillesaus over de gelei.



REINIGING EN ONDERHOUD

WAARSCHUWING: GEBRUIK GEEN COMMERCIËLE OVENREINIGERS, STOOMREINIGERS, SCHURENDE REINIGINGSMIDDELEN, SCHOONMAAKMIDDELEN DIE NARIUMHYDROXIDE BEVATTEN OF SCHUURSPONSJES. DIT GELDT VOOR ALLE DELEN. VAN UW MAGNETRON.

REINIG DE MAGNETRONOVEN REGELMATIG EN VERWIJDER ALLE VOEDSELRESTEN. Als u de oven niet regelmatig reinigt dan kan dit slijtage van ovenbekleding veroorzaken waardoor de levensduur van het apparaat wordt verkort en gevaarlijke situaties kunnen ontstaan.

Ommanteling

De buitenkant van het apparaat met een mild sopje schoonmaken. Goed met een droge doek afnemen en met een handdoek nadrogen.

Bedieningspaneel

Voor het reinigen de deur openen om het bedieningspaneel te deactiveren.

Het paneel voorzichtig met een vochtige doek schoonmaken. Nooit te veel water en geen chemische of schurende reinigingsmiddelen gebruiken, omdat het bedieningspaneel daardoor kan worden beschadigd.

Ovenruimte

1. Na elk gebruik het nog warme apparaat met een zachte, vochtige doek of spons afnemen, om lichte verontreinigingen te verwijderen. Voor sterke verontreinigingen een mild sopje gebruiken en verschillende keren met een zachte, vochtige doek of spons grondig afnemen, tot alle resten volledig verwijderd zijn. Verwijder nooit de afdekking van de microgolvengeleider.
2. Let erop dat er geen zeepsop of water door de kleine openingen in de wand dringt, omdat het apparaat daardoor beschadigd kan raken.
3. Gebruik geen reinigingsspray in de ovenruimte.

Draaiplateau en draaimechanisme:

Verwijder eerst het draaiplateau en het draaimechanisme uit de ovenruimte. Draaiplateau en mechanisme met een mild sopje schoonmaken en met een zachte doek afdrogen. Beide delen kunnen in de afwasautomaat worden gereinigd.

Apparaatdeur

De deur, de deurafdichting en de afsluitvlakken regelmatig met een vochtige doek afnemen om verontreinigingen te verwijderen. Gebruik geen agressieve schuurmiddelen of scherpe metalen schrapers om de ruit van de ovendeur te reinigen aangezien hierdoor krassen op het oppervlak kunnen ontstaan waardoor de ruit kan breken.

AANWIJZING: Gebruik geen stoomreiniger.



SYMPTOOM	DE MOGELIJKE REMEDIES VAN SYMPTOMEN
... de magnetron niet goed functioneert?	Controleer of <ul style="list-style-type: none"> - de zekering in de huisinstallatie in orde is, - de stroom misschien uitgevallen is. - Als de zekeringen in de huisinstallatie meermaals uitschakelen, neem dan contact op met een erkend elektro-installateur.
... de magnetron niet werkt?	Controleer of <ul style="list-style-type: none"> - de deur goed gesloten is, - de deurafdichtingen en de afsluitvlakken schoon zijn, - toets START/+30 is ingedrukt.
... het draaiplateau niet draait?	Controleer of <ul style="list-style-type: none"> - het draaimechanisme goed op de aandrijving zit, - het gebruikte servies niet buiten het draaiplateau uitsteekt , - levensmiddelen niet buiten het draaiplateau uitsteken en het zo blokkeren, - zich geen etensresten onder het draaiplateau bevinden.
... de magnetron niet uitschakelt?	<ul style="list-style-type: none"> - Trek de stekker uit het stopcontact of schakel de zekering in de huisinstallatie uit. - Neem contact op met onze service-afdeling.
... de ovenverlichting uitvalt?	<ul style="list-style-type: none"> - Neem contact op met onze service-afdeling. Vervangen van de ovenverlichting mag alleen door vakmensen geschieden.
... de levensmiddelen langzamer heet en gaar worden dan voorheen?	<ul style="list-style-type: none"> - Stel een langere tijd in (dubbele hoeveelheid = bijna dubbele tijd) of - als de levensmiddelen kouder zijn dan anders, tussendoor omroeren of omkeren of - een hoger vermogen instellen.

AANWIJZING:

Als u de levensmiddelen langer dan de standaardtijd met steeds 800 W verwarmt, wordt het vermogen van het apparaat automatisch verlaagd om oververhitting te voorkomen. (Het magnetronvermogen wordt tot 560 W verlaagd.) Na een pauze van 90 seconden kan weer een vermogen van 800 W worden ingesteld.

kookmethode	standaardtijd	verlaagd vermogen
magnetron 800 W	20 minuten	magnetron 560 W



GARANTIE/SERVICEAFDELING

GARANTIEVOORWAARDEN NEDERLAND

Onze producten worden met de grootst mogelijke zorgvuldigheid geproduceerd. Desondanks kan het voorkomen dat er een defect optreedt. Onze servicedienst zal dit op verzoek herstellen, zowel binnen als buiten de garantietermijn. De levensduur van het product wordt daardoor niet negatief beïnvloed. Onderstaande garantievoorwaarden zijn gestoeld op de EU Richtlijn 99/44/EG en het Burgerlijk Wetboek. De daaruit voortvloeiende rechten blijven onverlet. Ook de garantieverplichtingen van de verkoper naar de eindgebruiker blijven onaangetast. Voor dit product verlenen wij garantie volgens onderstaande voorwaarden:

1. Wij verhelpen kosteloos met inachtneming van de voorwaarden 2 tot en met 15 gebreken aan het product die zich openbaren binnen 24 maanden vanaf de datum van levering aan de eindgebruiker. In geval van professioneel of daarmee gelijk te stellen gebruik is de garantie beperkt tot 12 maanden. Voor tweedehands producten geldt eveneens een termijn van 12 maanden.
2. De garantieprestatie houdt in dat het product kosteloos wordt teruggebracht in de toestand die het had voor het defect optrad. Gebrekkige onderdelen worden hersteld of vervangen. Kosteloos vervangen onderdelen worden ons eigendom.
3. Het gebrek moet terstond gemeld worden om mogelijke verdere schade te voorkomen. De garantieaanspraak vervalt indien het gebrek niet binnen twee maanden na vaststelling is gemeld.
4. Voor een beroep op garantie dient het aankoopbewijs met aankoop- en/of leveringsdatum te worden overlegd. Bij ontbreken daarvan dient ander overtuigend bewijs te worden overlegd.
5. De garantie heeft geen betrekking op schade aan kwetsbare onderdelen, zoals (vitrokeramisch) glas, kunststof, rubber, die ontstaan is door onzorgvuldig gebruik.
6. De garantie heeft geen betrekking op kleine afwijkingen van de gestelde kwaliteit die voor de waarde en deugdelijkheid van het product onbeduidend zijn.
7. De garantie geldt evenmin voor schade veroorzaakt door:
 - chemische en elektrochemische inwerking van water,
 - abnormale milieuomstandigheden in het algemeen,
 - voor het product oneigenlijke bedrijfsomstandigheden,
 - contact met agressieve stoffen.
8. De garantie heeft geen betrekking op gebreken door transportschade die buiten onze verantwoordelijkheid is ontstaan, niet-vakkundige installatie of montage, verkeerd gebruik, gebrekkig onderhoud, of het niet in acht nemen van de gebruiks- of montageaanwijzingen.
9. Het recht op garantie vervalt wanneer het defect werd veroorzaakt door herstelling of ingrepen door derden die niet bevoegd of niet deskundig zijn, of wanneer het product voorzien werd van toebehoren of onderdelen die niet origineel zijn en daardoor een defect veroorzaken.
10. Producten die gemakkelijk kunnen worden vervoerd dienen te worden overhandigd aan of gezonden naar onze servicedienst. Herstelling ter plaatse kan slechts worden gevraagd voor grote of ingebouwde producten.
11. Indien het product zodanig is ingebouwd, ondergebouwd, opgehangen of geplaatst dat de benodigde tijd voor het in- en uitbouwen samen meer dan 30 minuten bedraagt, worden de hierdoor ontstane extra kosten aan de gebruiker in rekening gebracht. Schade die ontstaat door abnormale in- of uitbouw komt ten laste van de gebruiker.
12. Indien binnen de garantieperiode de herstelling van hetzelfde defect herhaaldelijk mislukt of de herstellingskosten disproportioneel zijn wordt in overleg met de gebruiker een gelijkwaardige vervanging geleverd. In geval van vervanging behouden we ons het recht voor om een vergoeding te rekenen naar rato van de verstreken gebruiksperiode.
13. Herstelling onder garantie heeft geen verlenging van de garantietermijn noch aanvang van een nieuwe garantietermijn tot gevolg.
14. Op herstellingen geven wij een garantie van 12 maanden, uitsluitend op hetzelfde gebrek.
15. Verdere of andere aanspraken, in het bijzonder vergoeding van schade ontstaan buiten het product, zijn uitgesloten voor zover een aansprakelijkheid niet wettelijk is vastgelegd.
16. In geval van aansprakelijkheid zal een vergoeding de aankoopwaarde van het product niet overtreffen, tenzij wettelijk anders is bepaald.

Deze garantievoorwaarden gelden voor in Nederland gekochte en/of in gebruik zijnde producten. Indien een product naar het buitenland wordt gebracht dient de gebruiker na te gaan of het product voldoet aan de technische voorwaarden (o.a. spanning, frequentie,



installatievoorschriften, gassoort, klimaatomstandigheden) in het betreffende land. Voor in het buitenland aangeschafte producten dient de gebruiker zich te vergewissen van de bepalingen in Nederland. Noodzakelijke of gewenste aanpassingen vallen niet onder de garantie, en kunnen niet altijd worden aangebracht.

Ook na afloop van de garantietermijn staat onze servicedienst u ter beschikking.

Adres Servicedienst: Electrolux Service, Vennootsweg 1, 2404 CG ALPHEN AAN DEN RIJN

Reparatievoorwaarden

Onze reparatievoorwaarden zijn conform de afspraak tussen de Consumentenbond en Vlehan*.

Art. 1

Aan de consument zal na een melding van een storing zo mogelijk direct, doch uiterlijk binnen één werkdag worden medegedeeld op welke dag het bezoek van de technicus zal plaatsvinden. De reparatie zal als regel binnen zeven werkdagen na de melding zijn uitgevoerd.

Art. 2

- a) Alvorens de reparatie wordt verricht zal de technicus een onderzoek uitvoeren naar de vermoedelijke oorzaak van de gemelde storing. Aan de hand hiervan zal hij een zo nauwkeurig mogelijke, gespecificeerde begroting maken van de totale reparatiekosten inclusief voorrijkosten en diagnose-kosten. Desgevraagd zal deze begroting door de technicus schriftelijk worden vastgelegd.
- b) Indien de consument met het begrote bedrag niet akkoord gaat, zal op verzoek het te repareren toestel worden teruggebracht in de staat waarin het aan de technicus werd aangeboden. Nadat dit is geschied, zullen alleen de kosten van voorrijden en arbeidsloon in rekening worden gebracht op basis van de werkelijke bestede tijd, danwel van een vooraf vastgesteld tarief.

Art. 3

Indien tijdens het uitvoeren van de reparatie duidelijk wordt dat:

- a) de oorspronkelijke reparatie door redelijkerwijs niet te voorzien omstandigheden niet tegen het begrote bedrag kan worden uitgevoerd, of
- b) ook andere dan in de begroting voorzien reparaties noodzakelijk zijn, zal overleg met de consument plaatsvinden en een herziene kostenbegroting worden gemaakt. In geval de consument daarmee alsnog niet akkoord gaat, geldt eveneens het in artikel 2b bepaalde.

Art. 4

De reparatie zal zoveel mogelijk tijdens het eerste bezoek worden uitgevoerd. Indien om het toestel in werkende staat te brengen een tweede bezoek noodzakelijk is, zal:

- a) direct, doch uiterlijk binnen één werkdag door de betreffende service-organisatie of door de technicus met de consument de datum voor een tweede bezoek worden afgesproken.
- b) een herhalingsbezoek zal als regel binnen tien werkdagen na de melding plaatsvinden.
- c) voor een tweede of daaropvolgend bezoek zal geen voorrijtarief in rekening worden gebracht, tenzij de noodzaak voor een herhalingsbezoek aan de consument is toe te schrijven.

Art. 5

De consument ontvangt een gespecificeerde rekening met vermelding van type en serienummer van het apparaat, omschrijving van de diagnose, toegepaste tarieven, gebruikte onderdelen en materialen en een korte omschrijving van de verrichte werkzaamheden. De betaling van de rekening dient tegen afgifte van een reparatienota direct contant of door middel van een gegarandeerd betaalmiddel plaats te vinden.

Art. 6

Op elke uitgevoerde en betaalde reparatie zal bij normaal huishoudelijk gebruik een volledige garantie van minimaal 3 maanden worden gegeven. Deze garantie omvat het kosteloos uitvoeren van een hernieuwde reparatie. Op de uitgewisselde en betaalde onderdelen geldt een garantietermijn van 12 maanden. Bij een beroep op garantie op de reparatie dient de consument op verzoek de gespecificeerde rekening van de voorgaande reparatie aan de technicus te overleggen.

Art. 7

Indien na driemaal uitvoeren van eenzelfde reparatie hetzelfde defect bij normaal huishoudelijk gebruik opnieuw optreedt binnen de onder art. 6 bedoelde garantietermijn en redelijkerwijs een afdoend resultaat bij het opnieuw uitvoeren van de reparatie niet verwacht kan worden, zal aan de consument een nieuw exemplaar of soortgelijk toestel van hetzelfde merk worden aangeboden tegen bijbetaling op basis van een per product te bepalen jaarlijks afschrijvingspercentage.

Art. 8

Vervangen onderdelen stelt de technicus weer ter beschikking van de consument, met uitzondering van de onder garantie of tegen een gereduceerde prijs vervangen onderdelen.



Art. 9

Een reparatie dient op zodanige wijze te worden uitgevoerd, dat een toestel daarna weer volledig voldoet aan de veiligheidsvoorschriften, die op grond van een van fabriekswege aangebracht veiligheidskeurmerk gelden, danwel bij het ontbreken daarvan, aan de wettelijke vereisten terzake. Dit houdt ondermeer in, dat reparaties moeten worden uitgevoerd met originele en door de fabrikant ook terzake van veiligheidskeur-merken en -voorschriften gegarandeerde onderdelen.

*) Vereniging Leveranciers van Huishoudelijke Apparaten in Nederland

Adres service-afdeling, Nederland

AEG fabrieksservice Postbus 120 2400 AC Alphen aan den Rijn

Service-informatielijn (voor bezoek servicetechnicus en onderdelen) tel. 0172-468 300

Consumentenbelangen (voor algemene, product- of gebruiksinformatie) tel. 0172-468 172

Vanzelfsprekend kunt u ook tijdens de lange levensduur van uw product op ons rekenen.

Daarom nodigen wij u van harte uit uw product kosteloos te registreren op onze internetsite

www.mijnapparaten.nl. Wij kunnen u dan nog

beter van dienst zijn met informatie over producten,gebruiksaanwijzingen, tips, innovaties, oplossingen voor onverhoopte storingen etc.

Europese Garantie

Dit apparaat wordt door Electrolux in elk van de achter in deze handleiding genoemde landen gedurende de in het bij het apparaat behorende garantiebewijs genoemde periode of anderszins bij de wet gegarandeerd. Als u van een van deze landen verhuist naar een ander van de hieronder genoemde landen, verhuist de garantie op het apparaat met u mee. De volgende beperkingen zijn hierop van toepassing:

- De garantie op het apparaat begint op de datum van eerste aankoop van het apparaat. Deze datum dient te worden aangetoond door overlegging van een geldig, door de verkoper van het apparaat afgegeven aankoopbewijs.
- De garantie op het apparaat geldt voor dezelfde periode en in dezelfde mate voor arbeidsloon en onderdelen als van toepassing in uw nieuwe land van vestiging op dit specifieke model of deze specifieke serie apparaten.
- De garantie op het apparaat is persoonlijk, geldt dus voor de oorspronkelijke koper van het apparaat en kan niet worden overgedragen op een andere gebruiker.
- Het apparaat wordt geïnstalleerd en gebruikt in overeenstemming met de door Electrolux afgegeven instructies en wordt alleen in huis gebruikt, dat wil zeggen, het apparaat wordt niet gebruikt voor commerciële doeleinden.
- Het apparaat wordt geïnstalleerd in overeenstemming met alle relevante voorschriften die in uw nieuwe land van vestiging van kracht zijn. De voorwaarden van deze Europese garantie tasten geen van de aan u bij de wet verleende rechten aan.



WAARBORGVOORWAARDEN

Onze toestellen worden met de grootst mogelijke zorgvuldigheid geproduceerd. Desondanks kan het voorkomen dat er een defect optreedt. Onze klantendienst zal dit op verzoek herstellen, zowel binnen als buiten de waarborgtermijn.

De levensduur van het toestel wordt daardoor niet negatief beïnvloed. Onderstaande waarborgvoorwaarden zijn gestoeld op de EU Richtlijn 99/44/EG en het Burgerlijk Wetboek. De daaruit voortvloeiende rechten blijven onverlet. Ook de waarborgverplichtingen van de verkoper naar de eindgebruiker blijven onaangetast. Voor dit toestel verlenen wij waarborg volgens onderstaande voorwaarden:

1. Wij verhelpen kosteloos met inachtneming van de voorwaarden 2 tot en met 15 gebreken aan het toestel die zich openbaren binnen 24 maanden vanaf de datum van levering aan de eindgebruiker. Deze waarborgvoorwaarden zijn niet van toepassing in geval van professioneel of daarmee gelijk te stellen gebruik.
2. De waarborgprestatie houdt in dat het toestel kosteloos wordt teruggebracht in de toestand die het had voor het defect optrad. Gebrekkige onderdelen worden hersteld of vervangen. Kosteloos vervangen onderdelen worden ons eigendom.
3. Het gebrek moet terstond gemeld worden, om mogelijke verdere schade te voorkomen.
4. Voor een beroep op waarborg dient het aankoopbewijs met aankoop- en/of leveringsdatum te worden overlegd.
5. De waarborg heeft geen betrekking op schade aan kwetsbare onderdelen, zoals (vitrokeramisch) glas, kunststof, rubber, die ontstaan is door onzorgvuldig gebruik.
6. De waarborg heeft geen betrekking op kleine afwijkingen van de gestelde kwaliteit die voor de waarde en deugdelijkheid van het toestel onbeduidend zijn.
7. De waarborg geldt evenmin voor schade veroorzaakt door:
 - chemische en elektrochemische inwerking van water,
 - abnormale milieuomstandigheden in het algemeen
 - voor het toestel oneigenlijke bedrijfsomstandigheden
 - contact met agressieve stoffen.
8. De waarborg heeft geen betrekking op gebreken door transportschade die buiten onze verantwoordelijkheid is ontstaan, niet vakkundige installatie of mo
9. Het recht op waarborg vervalt wanneer het defect werd veroorzaakt door herstelling of ingrepen door derden die niet bevoegd of niet deskundig zijn, of wanneer het toestel voorzien werd van toebehoren of onderdelen die niet origineel zijn en daardoor een defect veroorzaken.
10. Toestellen die gemakkelijk kunnen worden vervoerd dienen te worden overhandigd of gezonden naar onze klantendienst. Herstelling ter plaatse kan slechts worden gevraagd voor grote of ingebouwde toestellen.
11. Indien het toestel zodanig is ingebouwd, ondergebouwd, opgehangen of geplaatst dat de benodigde tijd voor het in- en uitbouwen samen meer dan 30 minuten bedraagt, dan worden de hierdoor ontstane extra kosten aan de gebruiker in rekening gebracht. Schade die ontstaat door abnormale in- of uitbouw komt ten laste van de gebruiker.
12. Indien binnen de waarborgperiode de herstelling van hetzelfde gebrek meermaals mislukt of de herstellingskosten disproportioneel zijn wordt in overleg met de gebruiker een gelijkwaardige vervanging geleverd. In geval van vervanging behouden we ons het recht voor om een vergoeding te rekenen naar rato van de verstreken gebruiksperiode.
13. Herstelling onder waarborg heeft geen verlenging van de waarborgtermijn noch aanvang van een nieuwe waarborgtermijn tot gevolg.
14. Op herstellingen geven wij een waarborg van 12 maanden, uitsluitend op hetzelfde gebrek.
15. Verdere of andere rechten, in het bijzonder vergoeding van schade ontstaan buiten het toestel, zijn uitgesloten voor zover een aansprakelijkheid niet wettelijk is vastgelegd. In geval van aansprakelijkheid zal een vergoeding de aankoopwaarde van het toestel niet overtreffen.

Deze waarborgvoorwaarden gelden voor in België gekochte en/of in gebruik zijnde toestellen. Indien een toestel naar het buitenland wordt gebracht dient de gebruiker na te gaan of het toestel voldoet aan de technische voorwaarden (o.a. spanning, frequentie, installatievoorschriften, gassoort, klimaatomstandigheden) in het betreffende land. Voor in het buitenland aangeschafte toestellen dient de gebruiker zich zelf te vergewissen van de bepalingen in België. Noodzakelijke of gewenste aanpassingen vallen niet onder de waarborg, en kunnen niet altijd worden aangebracht. Ook na afloop van de waarborgtermijn staat onze klantendienst u ter beschikking. ntage, verkeerd gebruik, gebrekkig onderhoud, of het niet in acht nemen van de gebruiks- of montageaanwijzingen.



TECHNISCHE GEGEVENS

Aansluiting aan	: 230 V, 50 Hz, één fase
Zekering	: min. 10 A
Opgenomen vermogen magnetron	: 1,2 kW
Nuttig vermogen magnetron	: 800 W (IEC 60705)
Microgolvenfrequentie	: 2450 MHz * (groep 2/klasse B)
Buitenafmetingen	PM175X : breedte x hoogte x diepte: 492 x 370 x 316 mm PM176X : breedte x hoogte x diepte: 592 x 370 x 316 mm
Afmetingen ovenruimte	: breedte x hoogte x diepte: 285 x 202 x 298 mm **
Inhoud ovenruimte	: 17 liter **
Draaiplateau	: ø 272 mm, glas
Gewicht	: ca. 15,5 kg
Ovenlamp	: 25 W/240 - 250 V

* Dit apparaat voldoet aan de eisen van de Europese norm EN55011.

Het apparaat wordt overeenkomstig deze norm als apparaat in groep 2, klasse B geclassificeerd.

Groep 2 betekent dat het apparaat hoogfrequente energie in de vorm van elektromagnetische straling voortbrengt voor het verwarmen van levensmiddelen.

Apparaat uit klasse B betekent dat het apparaat geschikt is voor huishoudelijk gebruik.

** De inhoud van de ovenruimte wordt bepaald door max. gemeten breedte, diepte en hoogte.

De daadwerkelijke opnamecapaciteit van levensmiddelen is echter geringer.

Dit apparaat voldoet aan de EU-richtlijnen 2004/108/EC en 2006/95/EC.

IN HET KADER VAN DE TECHNISCHE VOORUITGANG KUNNEN DE TECHNISCHE GEGEVENS TE ALLEN TIJDE ZONDER OPGAVE VAN REDENEN GEWIJZIGD WORDEN.



BELANGRIJKE INFORMATIE

Milieuvriendelijke afvalverwerking van verpakking en oude apparaten

Verpakking

Onze magnetrons moeten worden vervoerd en hebben daarom een effectieve beschermende verpakking nodig. Daarbij beperken wij ons tot het absoluut noodzakelijke.

Delen van de verpakking (bijv. folie, styropor) kunnen gevaarlijk zijn voor kinderen.

Verstikkingsgevaar! Houd de verpakking uit de buurt van kinderen.

Alle gebruikte verpakkingsmaterialen zijn niet milieu-onvriendelijk en kunnen worden hergebruikt. Het karton is van oud papier gemaakt, het hout is onbehandeld. De kunststoffen hebben de volgende aanduidingen:

>PE< voor polyethyleen, bijv. de folieverpakking

>PS< voor geschuimd, cfk-vrij polystyreen, bijv. de hoekbeschermers

>PP< voor polypropyleen, bijv. de verpakkingsbanden

Door hergebruik van de verpakking hoeven minder grondstoffen te worden gebruikt en wordt de hoeveelheid afval kleiner.

Informeer bij uw gemeente naar de mogelijkheden voor afvalverwerking in uw woonplaats.

Oude apparaten

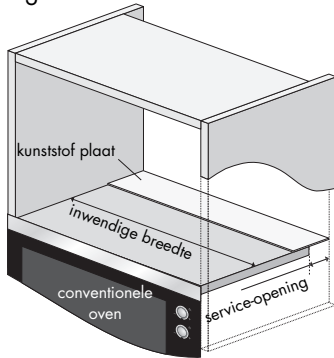
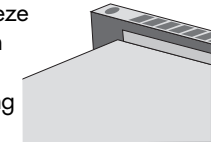
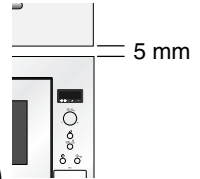
Oude apparaten moeten vóór het weggooien onbruikbaar worden gemaakt: stekker uit het stopcontact trekken en aansluitsnoer afsnijden.

Als u uw oude apparaat afdankt, lever het dan in bij uw vakhandelaar of informeer bij uw gemeente naar de mogelijkheden voor afvalverwerking in uw woonplaats.



INSTALLEREN VAN HET APPARAAT

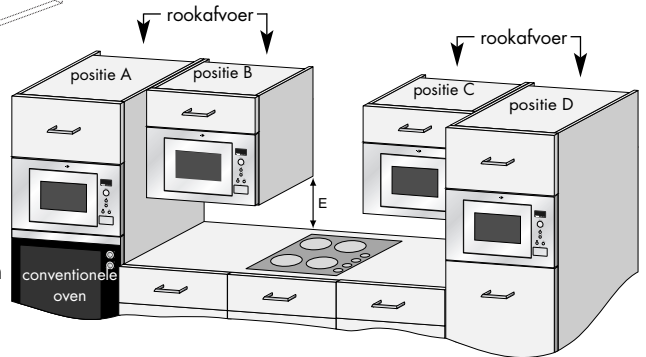
1. Verwijder de verpakking en controleer het apparaat op transportschade.
2. Dit apparaat is bedoeld voor inbouw in een kast van 360 mm hoog. Als het apparaat in een 350 mm hoge kast moet worden ingebouwd: De 4 voeten (3 hoge en 1 lage) aan de onderkant van het apparaat losschroeven. De 3 hoge voeten vervangen door de meegeleverde voeten. De lage voet hoeft niet te worden vervangen.
3. Als u de magnetron boven een oven (positie A) inbouwt, moet u de meegeleverde kunststof plaat gebruiken.
 - a. De plaat uitsnijden op de inwendige breedte van de kast.
 - b. Het beschermfolie van het plakband trekken en de plaat zodanig aan de achterste rand van de plank bevestigen, dat de service-opening wordt afgedekt (zie afbeelding.)
4. Schuif het apparaat langzaam en zonder geweld in de inbouwkast, tot de voorste lijst van het apparaat een naadloze afsluiting vormt met de voorste opening van de kast.
5. Let erop dat het apparaat stabiel is en recht staat. Zorg ervoor dat een afstand van 5 mm tussen de kastdeur erboven en het bovenste deel van de lijst wordt aangehouden (zie afbeelding).
6. Bevestig het apparaat m.b.v. de meegeleverde schroeven in deze positie. De bevestigingspunten bevinden zich in de hoeken boven en onder (zie afbeelding 9 op pag. 62).
7. Het is belangrijk dat u ervoor zorgt dat de installatie van dit apparaat voldoet aan de aanwijzingen in deze gebruiksaanwijzing en de aanwijzingen van de fabrikant van kookplaat of oven.



VEILIG GEBRUIK VAN HET APPARAAT

Als u de magnetron in positie B of C inbouwt:

- De kast moet een afstand van min. 500 mm (E) tot het werkblad hebben en de magnetron mag **niet direct** boven een kookplaat worden ingebouwd.
- Het apparaat is alleen getest en toegestaan voor gebruik in de buurt van gaskookplaten, elektrische kookplaten en inductiekookplaten.
- Tussen kookplaat en magnetron moet genoeg ruimte worden gelaten om oververhitting van de magnetron, van de inbouwkast en van de toebehoren te voorkomen.
- Als de magnetron in gebruik is, schakel dan de kookplaat niet in als er geen pannen op staan.
- Wees bij het bedienen van de magnetron bijzonder voorzichtig als de kookplaat ook ingeschakeld is.



positie	nismaat breedte x hoogte x diepte	rookafvoer (min.)	afstand tussen kast en plafond
A	560 x 550 x 360	50	50
B + C	460 x 300 x 350	15	50
	460 x 300 x 360	15	50
	560 x 300 x 350	15	50
	560 x 300 x 360	15	50
D	460 x 500 x 350	40	50
	460 x 500 x 360	40	50
	560 x 500 x 350	40	50
	560 x 500 x 360	40	50

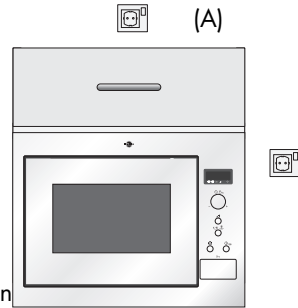
Afmetingen in mm



INSTALLATIE-AANWIJZING

AANSLUITING OP HET STROOMNET

- **Zorg ervoor dat de stekker makkelijk bereikbaar is, zodat hij in geval van nood snel uit het stopcontact kan worden getrokken. Of het moet mogelijk zijn om de stroom naar de oven uit te schakelen door middel van een schakelaar die volgens de bedradingsvoorschriften is opgenomen in de vaste bedrading.**
- **Plaats het stopcontact niet achter de kast.**
- De best plek is boven de kast (A).
Als het aansluitsnoer niet wordt aangesloten op punt (A), moet het van de snoerdrager (zie afb. 13 op pag. 62) worden losgenomen en onder het apparaat door worden geleid.
- Het apparaat aansluiten op een volgens de voorschriften geïnstalleerd stopcontact met randaarde met een eenfasige wisselspanningsaansluiting (230 V/50 Hz). Stopcontact met 10 A zekeren.
- **Het aansluitsnoer mag alleen door een erkend installateur worden vervangen.**
- Vóór het opstellen een stuk touw aan het aansluitsnoer aanbrengen. Daardoor wordt dan bij het inbouwen de aansluiting aan punt (A) vereenvoudigd.
- Bij het inschuiven van het apparaat in een hoge kast mag het aansluitsnoer NOOIT beklemd raken.
- Aansluitsnoer of stekker niet in water of andere vloeistof dompelen.



ELEKTRISCHE AANSLUITING




WAARSCHUWING:

DIT APPARAAT MOET GEAARD ZIJN
Als deze veiligheidsmaatregel niet wordt opgevolgd, is de fabrikant niet aansprakelijk voor schade.

Als de stekker die zich aan het apparaat bevindt niet in uw stopcontact past, neem dan contact op met onze serviceafdeling.



Wichtige Sicherheitshinweise	90 - 92
Gerät & Zubehör	93
Bedienblende	94
Vor Inbetriebnahme	94
Einstellen der Uhr	95
Hinweis für das kochen mit mikrowellen.	96 - 97
Mikrowellensicheres kochgeschirr	98
Hinweis zur Leistungseinstellung	99
Manuelle-Betrieb	99
Andere nützliche Funktionen	100 - 101
Automatik-Betrieb	102
Automatik-Tabelle	103 - 105
Rezepte für Automatik AC-6 & AC-7	106
Gar-Tabellen	107 - 108
Rezepte	108 - 110
Reinigung & Pflege	111
Was tun, wenn...	112
Garantie/Kundendienst	113
Garantie/Kundendienst (Belgien)	114
Technische daten	115
Wichtige Hinweise	115
Aufstellanweisungen	116 - 117

Das Symbol  auf dem Produkt oder seiner Verpackung weist darauf hin, dass dieses Produkt nicht als normaler Haushaltsabfall zu behandeln ist, sondern an einem Sammelpunkt für das Recycling von elektrischen und elektronischen Geräten abgegeben werden muss. Durch Ihren Beitrag zum korrekten Entsorgen dieses Produkts schützen Sie die Umwelt und die Gesundheit Ihrer Mitmenschen. Umwelt und Gesundheit werden durch falsches Entsorgen gefährdet. Weitere Informationen über das Recycling dieses Produkts erhalten Sie von Ihrem Rathaus, Ihrer Müllabfuhr oder dem Geschäft, in dem Sie das Produkt gekauft haben.



WICHTIGE SICHERHEITSHINWEISE

WICHTIG FÜR IHRE SICHERHEIT: LESEN SIE DIE FOLGENDEN HINWEISE AUFMERKSAM DURCH, UND BEWAHREN SIE DIE BETRIEBUNGSANLEITUNG AUF.

Zur Vermeidung von Feuer

Mikrowellengeräte sollten während des Betriebs nicht unbeaufsichtigt gelassen werden. Zu hohe Leistungsstufen oder zu lange Garzeiten können das Gargut überhitzen und Feuer verursachen.

Die Steckdose muss ständig zugänglich sein, so dass der Netzstecker im Notfall einfach abgezogen werden kann.

Die Netzspannung muss 230 V Wechselstrom, 50 Hz betragen und sollte mit einer Sicherung von mindestens 10 A oder einem Sicherungsautomaten von mindestens 10 A ausgestattet sein.

Es wird empfohlen das Gerät an einen separaten Stromkreis anzuschließen.

Das Gerät nicht im Freien lagern oder aufstellen.

NIEMALS DIE TÜR ÖFFNEN, wenn im Gerät erwärmte Lebensmittel zu rauchen beginnen. Das Gerät ausschalten, den Netzstecker ziehen und warten, bis die Lebensmittel nicht mehr rauchen. Öffnen der Tür während der Rauchentwicklung kann Feuer verursachen.

Nur für Mikrowellengeräte vorgesehene Behälter und vorgesehene Geschirr. Siehe Seite 98.

Niemals das Gerät unbeaufsichtigt lassen, wenn Kunststoff-, Papier- oder andere brennbare Lebensmittelbehälter verwendet werden.

Den Spritzschutz für den Hohlleiter, den Garraum, den Drehteller und den Drehteller-Träger nach der Verwendung des Gerätes reinigen. Diese Bauteile sollten trocken und fettfrei sein. Zurückbleibende Fettspritzer können überhitzen, zu rauchen beginnen oder sich entzünden.

Keine brennbaren Materialien in der Nähe des Geräts (einheitliche Wortschreibung verwenden).

Niemals die Lüftungsöffnungen blockieren.

Alle Metallverschlüsse, Drähte usw. von Lebensmitteln und Verpackungen entfernen. Funkenbildung auf Metalloberflächen kann zu Feuer führen.

Das Mikrowellengerät nicht zum Frittieren von Lebensmitteln in Öl oder Fett verwenden. Temperaturen können nicht kontrolliert werden und das Fett kann sich entzünden.

Zum Herstellen von Popcorn sollte nur für Mikrowellengeräte vorgesehene Popcorn-Geschirr verwendet werden.

Keine Lebensmittel oder andere Gegenstände im Gerät lagern.

Die Einstellungen nach dem Starten des Geräts überprüfen um sicherzustellen, dass das Gerät wie gewünscht arbeitet. Diese Bedienungsanleitung zusammen verwenden.

Zur Vermeidung von Verletzungen

WARNHINWEIS:

Das Gerät nicht betreiben, wenn es beschädigt ist oder Fehlfunktionen aufweist. Überprüfen Sie vor dem Betrieb die folgenden Punkte:

- Die Tür muss einwandfrei schließen und darf nicht schlecht ausgerichtet oder verzogen sein.
- Die Scharniere und Türsicherheitsverriegelungen dürfen nicht gebrochen oder lose sein.
- Die Türdichtungen und Dichtungsflächen dürfen nicht beschädigt sein.
- Im Garraum und an der Tür dürfen keine Dellen oder andere Beschädigungen vorhanden sein.
- Das Netzkabel und der Netzstecker dürfen nicht beschädigt sein.

Nehmen Sie unter keinen Umständen Reparaturen oder Änderungen an Ihrem Mikrowellengerät selbst vor. Reparaturen, insbesondere solche, bei denen die Abdeckung des Geräts entfernt werden muss, dürfen ausschließlich von entsprechend qualifizierten Technikern vorgenommen werden.

Das Gerät nicht bei geöffneter Tür oder mit auf irgendeine Weise veränderter Türsicherheitsverriegelung betreiben.

Niemals das Gerät betreiben, wenn sich Gegenstände zwischen den Türdichtungen und den abdichtenden Oberflächen befinden.



Darauf achten, dass sich weder Fett noch Schmutz auf den Türdichtungen bzw. den benachbarten Geräteteilen ansammeln. Befolgen Sie die Hinweise unter "Reinigung & Pflege" auf Seite 111. Wird das Gerät nicht saubergehalten, kann dies die Oberfläche beeinträchtigen und sich negativ auf die Lebensdauer des Geräts auswirken. Schlimmstenfalls kann die Sicherheit des Geräts beeinträchtigt werden.

Personen mit HERZSCHRITTMACHERN sollten ihren Arzt oder den Hersteller des Herzschrittmachers nach Vorsichtsmaßnahmen beim Umgang mit Mikrowellengeräten befragen.

Zur Vermeidung von elektrischem Schlag

Unter keinen Umständen sollte das äußere Gehäuse entfernt werden.

Niemals Flüssigkeiten in die Öffnungen der Türsicherungsverriegelung oder Lüftungsöffnungen kommen lassen oder Gegenstände in diese Öffnungen stecken. Wenn größere Mengen Flüssigkeiten verschüttet werden, müssen Sie sofort das Gerät ausschalten, den Netzstecker ziehen und den ELECTROLUX autorisierten Kundendienst anfordern.

Niemals das Netzkabel bzw. den Netzstecker in Wasser oder andere Flüssigkeiten legen.

Das Netzkabel darf nicht über heiße oder scharfe Oberflächen geföhrt werden, wie zum Beispiel über den heißen Lüftungsöffnungen an der oberen Rückwand des Gerätes.

Auf keinen Fall versuchen, die Garraumlampe selbst auszuwechseln, sondern nur von einem von ELECTROLUX Kundendienst lassen! Wenn die Garraumlampe ausfallen sollte, wenden Sie sich bitte an Ihren Elektrohändler oder eine von ELECTROLUX autorisierte Kundendienststelle!

Wenn das Netzkabel beschädigt ist, muss es durch ein neues Spezialkabel ersetzt werden.

Bitte das Auswechseln durch einen von ELECTROLUX autorisierten Kundendienst vornehmen lassen.

Zur Vermeidung von Explosionen und plötzlichem Sieden:

WARNUNG: Speisen in flüssiger und anderer Form dürfen nicht in verschlossenen Gefäßen erhitzt werden, da sie explodieren könnten.

Niemals verschlossene Behälter verwenden. Verschlüsse und Abdeckungen entfernen. Verschlossene Behälter können durch den Druckanstieg selbst nach dem Ausschalten des Gerätes noch explodieren.

Beim Erhitzen von Flüssigkeiten vorsichtig sein. Behälter mit großer Öffnung verwenden, damit entstehende Blasen entweichen können.

Beim Erhitzen von Flüssigkeiten in Mikrowellengeräten beim Entnehmen des Behälters vorsichtig sein, da es zu einem verspätetem Aufwallen durch Siedeverzug kommen kann.

Um Verbrennungen durch plötzliches Überkochen (Siedeverzug) zu vermeiden:

1. Die Flüssigkeiten vor dem Kochen/Erhitzen umrühren.
2. Es wird empfohlen, während des Erhitzens einen Glasstab oder ähnlichen Gegenstand in den Behälter zu stecken.
3. Nach dem Erhitzen die Flüssigkeit noch kurze Zeit im Gerät stehen lassen für mindestens 20 Sekunden, um verspätetes Aufwallen durch Siedeverzug zu verhindern.

Eier nicht in der Schale kochen. Hartgekochte Eier dürfen nicht in Mikrowellengeräten erwärmt werden, da sie selbst nach der Erwärmung explodieren können. Zum Kochen oder Aufwärmen von Eiern, die nicht verquirlt oder verrührt wurden, das Eigelb und Eiweiß anstechen, damit es nicht explodiert. Vor dem Aufwärmen im Mikrowellengerät die Schale von gekochten Eiern entfernen und die Eier in Scheiben schneiden.

Die Schale von Lebensmitteln, z.B. Kartoffeln, Würstchen oder Obst, vor dem Garen anstechen, damit der Dampf entweichen kann.

Zur Vermeidung von Verbrennungen

Beim Entnehmen von Gargut aus dem Garraum sollten Topflappen o.ä. verwendet werden.

Behälter, Popcorneschirr, Kochbeutel, usw. immer vom Gesicht und den Händen abgewandt öffnen, um Verbrennungen durch Dampf zu vermeiden.



WICHTIGE SICHERHEITSHINWEISE

Um Verbrennungen zu vermeiden, immer die Lebensmitteltemperatur prüfen und umrühren, bevor Sie das Gargut servieren. Besondere Vorsicht ist geboten, wenn die Lebensmittel oder Getränke an Babys, Kinder oder ältere Personen weitergereicht werden.

Die Temperatur des Behälters ist kein echter Hinweis auf die tatsächliche Temperatur des Lebensmittels oder Getränks; immer die Temperatur prüfen.

Halten Sie beim Öffnen der Gerätetür ausreichenden Abstand, um Verbrennungen durch austretende Hitze oder Dampf zu vermeiden.

Schneiden Sie gefüllte, gebackene Speisen nach dem Garen in Scheiben, um den Dampf entweichen zu lassen und Verbrennungen zu vermeiden.

Kinder vom Türglas fernhalten, um Verbrennungen zu vermeiden.

Zur Vermeidung von Fehlbedienung durch Kinder

WARNUNG: Kinder dürfen das Gerät nur unter Aufsicht benutzen oder wenn sie ausreichende Anweisungen zur sicheren Benutzung erhalten haben und die Gefahren eines unsachgemäßen Gebrauchs verstehen.

Dieses Gerät darf von Personen (einschließlich Kindern) mit eingeschränkten physischen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten bzw. mangelnder Erfahrung oder Kenntnissen nur dann verwendet werden, wenn sie unter Aufsicht einer für ihre Sicherheit verantwortlichen Person stehen oder von dieser in der Verwendung des Gerätes unterwiesen wurden.

Kinder sind zu beaufsichtigen und sollten nicht mit dem Gerät spielen.

Nicht an die Gerätetür lehnen oder an der Tür hängend schwingen. Das Mikrowellengerät ist kein Spielzeug!

Kinder sollten mit allen wichtigen Sicherheitshinweisen vertraut gemacht werden: z.B. Verwendung von Topflappen und vorsichtiges Abnehmen von Deckeln. Beachten Sie besonders Verpackungen, die Lebensmittel knusprig machen (z.B. selbstbräunende Materialien), indem sie besonders heiß werden.

Sonstige Hinweise

Niemals das Gerät auf irgendeine Weise verändern.

Dieses Gerät ist nur für den Hausgebrauch vorgesehen und darf nur zum Garen von Lebensmitteln verwendet werden. Es eignet sich nicht für gewerbliche Zwecke oder den Gebrauch in einem Labor.

Zur Vermeidung von Fehlfunktionen und Beschädigungen dieses Geräts

Das Gerät niemals leer in Betrieb nehmen.

Bei der Verwendung von Bräunungsgeschirr oder selbsterwärmenden Materialien muss eine wärmefeste Isolierung (z.B. ein Porzellanteller) zwischen Geschirr und Drehteller gestellt werden. Dadurch werden Beschädigungen des Drehtellers und des Drehteller-Trägers durch Wärme vermieden. Die angegebene Aufheizzeit für das Geschirr sollte nicht überschritten werden.

Kein Metallgeschirr verwenden, da Mikrowellen reflektiert werden und dies zu Funkenbildung führt. Keine Konserven in das Gerät stellen.

Nur den für dieses Gerät vorgesehenen Drehteller und den Drehteller-Träger verwenden. Benutzen Sie das Mikrowellengerät nicht ohne den Drehteller.

Um das Zerspringen des Drehtellers zu vermeiden:

- (a) Vor dem Reinigen, den Drehteller abkühlen lassen.
- (b) Kein heißes Gargut oder heißes Geschirr auf den kalten Drehteller stellen.
- (c) Kein kaltes Lebensmittel oder kaltes Geschirr auf den heißen Drehteller stellen.

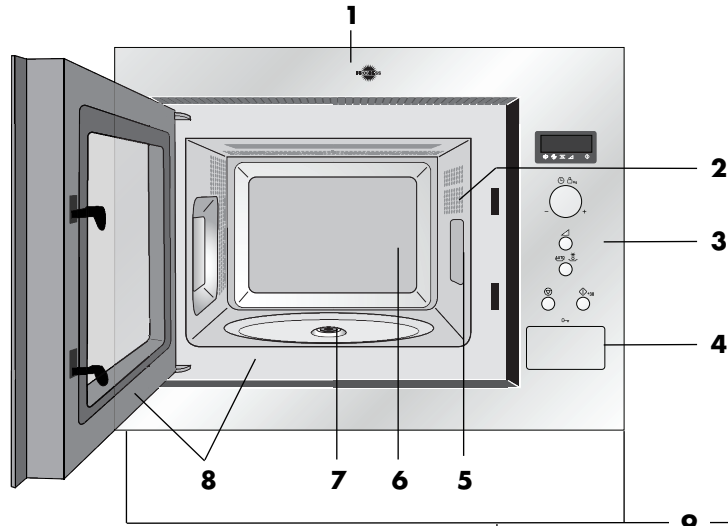
Während das Gerät arbeitet, keine Gegenstände auf das äußere Gehäuse stellen.

HINWEISE:

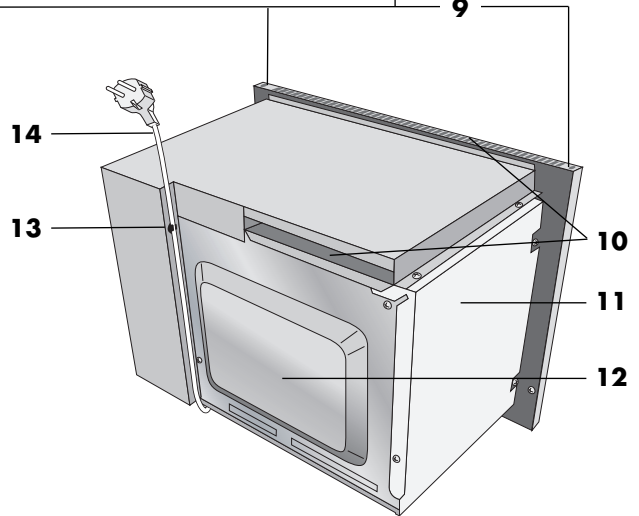
Bei Fragen zum Anschluss des Geräts wenden Sie sich bitte an einen autorisierten Elektrofachmann.

Sowohl der Hersteller als auch der Händler können keine Verantwortung für Beschädigungen des Geräts oder Verletzungen von Personen übernehmen, die als Folge eines falschen elektrischen Anschlusses entstehen.

Wasserdampf und Tropfen können sich auf den Wänden im Innenraum bzw. um die Türdichtungen und Dichtungsoberflächen bilden. Dies ist normal und ist kein Anzeichen für den Austritt von Mikrowellen oder einer sonstigen Fehlfunktion.



1. Gerätefront
2. Innenbeleuchtung
3. Bedienblende
4. Türöffnungs-Taste
5. Spritzschutz für den Hohlleiter
6. Garraum
7. Antrieb
8. Türdichtungen und Dichtungsoberflächen



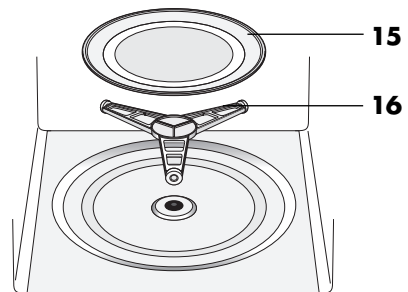
ZUBEHÖR:

Überprüfen Sie, dass folgende Zubehörteile mitgeliefert wurden:

- (15)** Drehteller **(16)** Drehteller-Träger
(17) 4 Befestigungsschrauben (nicht abgebildet)

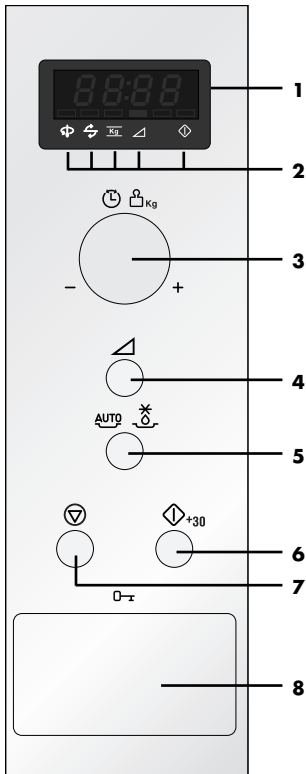
- Den Drehteller-Träger in die Antriebswelle am Garraumboden einsetzen.
- Dann den Drehteller darauf legen.
- Um Schäden am Drehteller zu vermeiden, ist darauf zu achten, dass Geschirr und Behälter bei der Entnahme nicht den Rand des Drehtellers berühren.

HINWEIS: Bei der Bestellung von Zubehör, teilen Sie Ihrem Händler oder dem ELECTROLUX autorisierten Kundendienst bitte folgende Angaben mit: Name des Zubehörteils und Bezeichnung des Modells.





BEDIENBLENDE



1 Anzeigefeld mit 2 Symbolen

Die Anzeige über dem Symbol blinkt oder leuchtet auf. Wenn eine Anzeige blinkt, die entsprechende Taste (mit demselben Symbol) drücken oder den erforderlichen Bedienungsschritt durchführen.

- Umrühren
- Wenden
- KG/Gewicht
- Symbol für Mikrowellen-Leistungsstufen
- Symbol für Garvorgang

3 ZEITSCHALTUHR/GEWICHT

4 **MIKROWELLEN-LEISTUNGSTUFEN**-Taste zum Einstellen der Mikrowellenleistung

5 **AUTO** -Taste für Auftau- und Gar-Automatikprogramme Diese Taste zur Auswahl von einem der 12 Automatikprogramme drücken.

6 **START/+30**-Taste

7 **STOP**-Taste

8 **TÜRÖFFNUNGS**-Taste



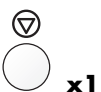
VOR INBETRIEBNAHME

Das Gerät an eine Steckdose anschließen.

1. Die Anzeige beginnt zu blinken.



2. Die **STOP**-Taste drücken. Anzeige prüfen.



Die Uhr gemäß der nachstehenden Anleitung einstellen.

Benutzung der **STOP**-Taste

1. Löschen eines Eingabefehlers beim Programmieren.
2. Vorübergehendes Unterbrechen des laufenden Betriebs.
3. Löschen eines Programms während des laufenden Betriebs durch zweimaliges Drücken.

EINSTELLEN DER UHR



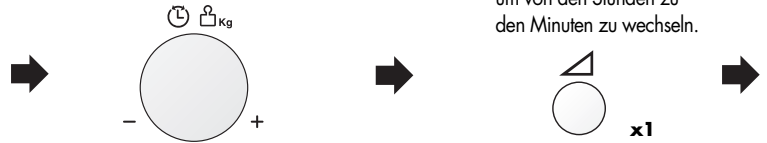
Die Uhr läuft im 12 Stunden- oder im 24 Stunden-Format.

Beispiel: Einstellen der 12 Stunden-Uhr auf 11.35 Uhr.

1. Um die Uhr auf das 12 Stunden-Format einzustellen, die **MIKROWELLEN-LEISTUNGSSTUFEN**-Taste 3 Sekunden lang gedrückt halten. **12 H** erscheint auf dem Display.

2. Stellen Sie die Stunden ein. Den **ZEITSCHALTUHR/ GEWICHT**-Knopf drehen, bis die richtige Stunde angezeigt wird (11).

3. Drücken Sie die **MIKROWELLEN-LEISTUNGSSTUFEN**-Taste um von den Stunden zu den Minuten zu wechseln.

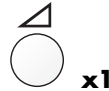
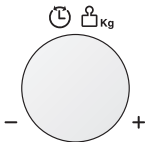


Anzeige prüfen.



4. Stellen Sie die Minuten ein. Den **ZEITSCHALTUHR/GEWICHT**-Knopf drehen, bis die richtigen Minuten angezeigt werden (35).

5. Drücken Sie die **MIKROWELLEN-LEISTUNGSSTUFEN**-Taste um die Uhr zu starten.



Anzeige prüfen.



Beispiel: Einstellen der 24 Stunden-Uhr auf 23.35 Uhr.

1. Um die Uhr auf das 24 Stunden-Format einzustellen, die **MIKROWELLEN-LEISTUNGSSTUFEN**-Taste 3 Sekunden lang gedrückt halten. **12 H** erscheint auf dem Display.

2. Drücken Sie die **MIKROWELLEN-LEISTUNGSSTUFEN**-Taste um von den 12 Stunden zu den 24 Stunden zu wechseln.

3. Stellen Sie die Stunden ein. Den **ZEITSCHALTUHR/ GEWICHT**-Knopf drehen, bis die richtige Stunde angezeigt wird (23).



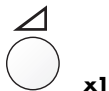
Anzeige prüfen.



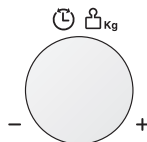
4. Drücken Sie die **MIKROWELLEN-LEISTUNGSSTUFEN**-Taste um von den Stunden zu den Minuten zu wechseln.

5. Stellen Sie die Minuten ein. Den **ZEITSCHALTUHR/GEWICHT**-Knopf drehen, bis die richtigen Minuten angezeigt werden (35).

6. Drücken Sie die **MIKROWELLEN-LEISTUNGSSTUFEN**-Taste um die Uhr zu starten.



Anzeige prüfen.



Anzeige prüfen.



HINWEIS:

1. Sie können den **ZEITSCHALTUHR/GEWICHT**-Knopf im oder gegen den Uhrzeigersinn drehen.
2. Drücken Sie die **STOP**-Taste, wenn Sie beim Programmieren einen Fehler gemacht haben.
3. Wenn die Stromversorgung Ihres Mikrowellengerätes unterbrochen wird, meldet das Display in Abständen

12 H, nachdem die Stromversorgung wiederhergestellt wurde. Wenn das während des Garvorgangs passiert, wird das Programm gelöscht. Die Uhrzeit wird ebenfalls gelöscht.

4. Wenn Sie die Uhrzeit neu einstellen möchten, verfahren Sie wie im obigen Beispiel.



HINWEIS FÜR DAS KOCHEN MIT MIKROWELLEN

Mikrowellen sind Energiewellen ähnlich denen, die für Fernseh- und Radiosignale benutzt werden.

Elektrische Energie wird in Mikrowellenenergie umgewandelt, welche mittels eines Wellenleiters in den Herdinnenraum geleitet wird.

Um zu verhindern, dass Speisen und Fett in den Wellenleiter gelangen, ist dieser durch eine Abdeckung geschützt.

Mikrowellen können nicht durch Metall dringen, daher besteht der Herdinnenraum aus Metall und die Tür ist mit einem feinen Netzwerk aus Metall versehen.

Während des Kochvorgangs werden die Mikrowellen von den Seiten des Herdinnenraums reflektiert.

Mikrowellen können bestimmte Materialien, wie Glas oder Kunststoff, durchdringen, um die Speisen zu erwärmen. (Siehe ‚Mikrowellensicheres Kochgeschirr‘ auf den Seiten 98).

Um Speisen in einem Mikrowellenherd zu kochen/aufzutauen, muss die Mikrowellenenergie den Behälter durchdringen können, um in die Speisen einzudringen.

Es ist daher wichtig, das geeignete Kochgeschirr zu wählen.

Runde/ovale Schüsseln sind besser geeignet als quadratische oder rechteckige, da die Speisen in den

Ecken leicht überkocht werden. Eine Vielfalt an Behältern, die zum Kochen geeignet sind, ist auf den Seiten 98 aufgeführt.

Die Mikrowellen werden von dem in den Speisen enthaltenen Wasser, Zucker oder Fett absorbiert und bringen diese zum vibrieren. Dadurch wird Wärme durch Reibung erzeugt, ähnliche der Wärme, die erzeugt wird, wenn Sie Ihre Hände reiben.

Die äußeren Bereiche der Speisen werden durch die Mikrowellenenergie erwärmt, dann wird die Wärme durch Konduktion wie beim konventionellen Kochen ins Innere der Speisen geleitet. Es ist wichtig, die Speisen gelegentlich zu wenden, umzuarrangieren oder umzurühren, um eine gleichmäßige Erwärmung zu gewährleisten.

Sobald der Kochvorgang beendet ist, stellt der Herd die Produktion von Mikrowellen automatisch ein.

Die Standzeit nach dem Kochen ist erforderlich, damit die Hitze sich gleichmäßig in den Speisen verteilen kann.

Mikrowellenherde kochen schneller als konventionelle Herde. Es ist daher wichtig, dass bestimmte Techniken eingehalten werden, um ein gutes Ergebnis zu gewährleisten. Viele der folgenden Techniken sind dieselben, die auch beim herkömmlichen Kochen benutzt werden.

CHARAKTERISTIKEN DER NAHRUNGSMITTEL

Zusammensetzung	Nahrungsmittel mit hohem Fett- oder Zuckergehalt (z. B. Plumpudding, gefülltes Gebäck) benötigen eine geringere Zeit zum Erwärmen. Hier sollte Sorgfalt walten, da ein Überhitzen Feuer verursachen kann.
Dichte	Die Dichte der Nahrungsmittel beeinflusst die Zeit, die zum Kochen benötigt wird. Leichte, poröse Nahrungsmittel, wie Kuchen oder Brot, sind schneller gar als schwere, dichte Nahrungsmittel, wie Braten oder Eintöpfe.
Menge	Mit zunehmender Menge an Nahrungsmitteln, die in den Mikrowellenherd gestellt werden, muss auch die Kochzeit erhöht werden, z. B. vier Kartoffeln brauchen länger zum Kochen als zwei.
Größe	Kleine Nahrungsmittel und kleine Stücke werden schneller gekocht als große, da die Mikrowellen von allen Seiten in die Mitte eindringen können. Damit alle Stücke gleichmäßig gekocht werden, schneiden Sie sie alle gleichgroß.
Form	Nahrungsmittel mit unregelmäßiger Form, wie Hühnerbrust oder Hähnchenkeule, brauchen länger, bis die dickeren Teile gegart sind. Runde Formen sind beim Kochen im Mikrowellenherd schneller gekocht als quadratische.
Temperatur	Die Ausgangstemperatur der Nahrungsmittel beeinträchtigt die für sie erforderliche Kochzeit. Gekühlte Nahrungsmittel brauchen länger zum Kochen als Nahrungsmittel mit Zimmertemperatur. Schneiden Sie gefüllte Nahrungsmittel, wie einen Berliner, ein, um Wärme oder Dampf entweichen zu lassen.

HINWEIS FÜR DAS KOCHEN MIT MIKROWELLEN



KOCHTECHNIKEN

Anordnen	Legen Sie die Nahrungsmittel mit dem dicksten Teil nach außen in die Schüssel. z. B. Hähnchenkeule
Abdecken	Benutzen Sie Mikrowellen-Folie oder einen geeigneten Deckel.
Einstechen	Nahrungsmittel mit Schale, Haut oder Membran müssen vor dem Kochen oder Aufwärmen an mehreren Stellen eingestochen werden, da sich sonst Dampf entwickeln würde, der das Nahrungsmittel zum explodieren bringen könnte. z. B. Kartoffeln, Fisch, Hühnchen, Würstchen. Wichtig: Eier sollten nicht mit Mikrowellenenergie gekocht werden, da sie explodieren können, und dies sogar, nachdem der Kochvorgang abgeschlossen ist; z. B. pochieren, braten, hartkochen.
Umrühren, umdrehen & umarrangieren	Für gleichmäßiges Kochen ist es wichtig, dass die Nahrungsmittel während des Kochens umgerührt, umgedreht und umarrangiert werden. Immer von außen zur Mitte hin umrühren und umarrangieren.
Stehen	Die Standzeit nach dem Kochen ist erforderlich, damit die Hitze sich gleichmäßig in den Nahrungsmitteln verteilen kann.
Abdecken	Beim Auftauen von Nahrungsmitteln können bestimmte Teile davon erwärmt werden. Warme Bereiche können durch kleine Stücke Alufolie, welche die Mikrowellen reflektieren, abgedeckt und geschützt werden; z. B. Hühnerflügel und -beine.

GARZEITBESTIMMUNG MIT DEM SPEISETHERMOMETER

Jedes Getränk und jede Speise hat nach Ende des Garvorgangs eine bestimmte Innentemperatur, bei der der Garvorgang abgeschlossen werden kann und das Ergebnis gut ist. Die Innentemperatur können

Sie mit einem Speisethermometer feststellen. In der Temperaturtabelle sind die wichtigsten Temperaturen angegeben.

Getränk / Speise	Innentemperatur am Ende der Garzeit	Innentemperatur nach 10 - 15 Minuten Standzeit
Getränke erhitzen (Kaffee, Wasser, Tee, etc.)	65-75 °C	
Milch erhitzen	60-65 °C	
Suppen erhitzen	75-80 °C	
Eintöpfe erhitzen	75-80 °C	
Geflügel	80-85 °C	85-90 °C
Lammfleisch	Leicht angebraten Gut durchgebraten	70 °C 75-80 °C
Roastbeef	Leicht angebraten Halb durchgebraten Gut durchgebraten	50-55 °C 60-65 °C 75-80 °C
Schweine-, Kalbfleisch	80-85 °C	80-85 °C



MIKROWELLENSICHERES KOCHGESCHIRR

Kochgeschirr	Mikrowellensicher	Kommentare
Alufolie / Behälter aus Alufolie	✓ / ✗	Ein kleines Stück Alufolie kann dazu benutzt werden, die Nahrungsmittel vor dem Überhitzen zu schützen. Halten Sie die Folie mindestens 2 cm von den Herdwänden entfernt, da sonst Lichtbögen auftreten können. Behälter aus Alufolie sind nicht zu empfehlen, es sei denn sie sind vom Hersteller hierfür vorgesehen, wie z. B. Microfoil® – befolgen Sie die Anweisungen sorgfältig.
Anbratschüsseln	✓	Befolgen Sie immer die Anweisungen des Herstellers. Überschreiten Sie nicht die angegebenen Kochzeiten. Nehmen Sie sich in Acht, da diese Schüsseln sehr heiß werden können.
Porzellan & Keramik	✓ / ✗	Porzellan, Keramik, glasiertes Tongeschirr und feines Porzellan. Porzellan sind in der Regel geeignet, außer wenn es mit metallischem Dekor verziert ist.
Glaswaren, z. B. Pyrex®	✓	Bei der Benutzung von Glaswaren sollte Vorsicht walten, da diese durch plötzliche Erhitzung zerbrechen oder springen können.
Metall	✗	Kochgeschirre aus Metall sind bei der Benutzung von Mikrowellenenergie nicht zu empfehlen, da es zur Bildung von Lichtbögen kommen kann, die einen Brand auslösen können.
Kunststoff / Styropor, z. B. Fastfood-Behälter	✓	Hierbei ist Vorsicht angesagt, da manche Behälter sich bei hohen Temperaturen verbiegen, schmelzen oder verfärben.
Frischhaltefolie	✓	Sollte die Nahrungsmittel nicht berühren und muss eingestochen werden, damit der Dampf entweichen kann.
Gefrier- / Bratbeutel	✓	Müssen eingestochen werden, damit der Dampf entweichen kann. Stellen Sie sicher, dass die Beutel für die Benutzung in der Mikrowelle geeignet sind. Benutzen Sie keine Verschlüsse aus Kunststoff oder Metall, da diese schmelzen oder aufgrund der Bildung von Lichtbögen Feuer fangen können.
Papierteller und -tassen & Küchenpapier	✓	Nur zum Erwärmen oder zum Absorbieren von Feuchtigkeit benutzen. Hier sollte Sorgfalt walten, da ein Überhitzen Feuer verursachen kann.
Stroh- und Holzbehälter	✓	Behalten Sie den Herd ständig im Auge, da ein Überhitzen dieser Materialien Feuer verursachen kann.
Recyceltes Papier & Zeitungen	✗	Können u. U. Metallrückstände enthalten, die Lichtbögen verursachen und einen Brand auslösen können.

HINWEIS ZUR LEISTUNGSEINSTELLUNG



Für den manuellen Betrieb stehen 5 verschiedene Leistungsstufen zur Auswahl. Zur Wahl der Mikrowellenleistung sollten Sie sich an den Angaben in dem nachfolgenden rezepten orientieren. Generell gelten folgende Empfehlungen:

800 W Für schnelles Garen oder Erwärmen, z.B. für Suppen, Eintöpfe, Dosengerichte, heiße Getränke, Gemüse, Fisch usw.

560 W Zum längeren Garen von kompakteren Speisen wie Braten, Hackbraten und Tellergerichten, auch für empfindliche Gerichte wie Käsesoßen oder Rührkuchen. Mit dieser niedrigeren Einstellung kochen Soßen nicht über und die Speisen garen gleichmäßig, ohne am Rand hart zu werden oder überzulaufen.

400 W Für kompaktere Speisen, die beim Garen mit herkömmlichen Methoden eine lange Garzeit erfordern, z.B. Rindfleischgerichte, wird diese Leistungsstufe empfohlen, damit das Fleisch zart bleibt.

240 W (Auftau-Einstellung) Wählen Sie diese Stufe zum Auftauen, damit Speisen gleichmäßig auftauen. Diese Stufe ist auch bestens geeignet, um Reis, Nudeln und Klöße zu köcheln und gebackenen Eierpudding zu kochen.

80 W Zum sanften Auftauen, z.B. für Sahnetorten oder Blätterteig.

W = Watt

Um die Leistung einzustellen, die **MIKROWELLEN-LEISTUNGSSTUFEN**-Taste drücken, bis die gewünschte Leistungsstufe angezeigt wird. Wenn die **MIKROWELLEN-LEISTUNGSSTUFEN**-Taste einmal gedrückt wird, erscheint **800**. Falls die gewünschte Leistungsstufe überschritten wird, die **MIKROWELLEN-LEISTUNGSSTUFEN**-Taste so oft drücken bis die gewünschte Stufe wieder angezeigt wird. **Wenn die Taste nicht gedrückt wird, arbeitet das Gerät automatisch mit voller Leistung 800 W.**

MANUELLE-BETRIEB



Der manuelle Betrieb ermöglicht das Einstellen einer Garzeit bis zu 90 Minuten. (90.00)

Die Zeiteinheit zum Garen (Auftauen) variiert von 10 Sekunden bis fünf Minuten, in Abhängigkeit von der Gesamtgar- oder auftauzeit, wie in der Tabelle aufgeführt.

Garzeit

0-5 Minuten
5-10 Minuten
10-30 Minuten
30-90 Minuten

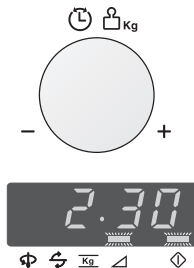
Zeiteinheiten

10 Sekunden
30 Sekunden
1 Minute
5 Minuten

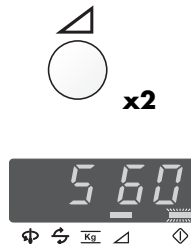
Beispiel:

Erhitzen von Suppe für 2 Min. 30 Sek. mit 560 W Mikrowellenleistung.

1. Geben Sie durch Drehen des **ZEITSCHALTUHR/GEWICHT**-Knopfs im Uhrzeigersinn die gewünschte Garzeit ein.



2. Die gewünschte Leistung durch zweimaliges Drücken der **MIKROWELLEN-LEISTUNGSSTUFEN**-Taste einstellen.



3. Starten Sie den Garvorgang durch einmaliges Drücken der **START/+30**-Taste.



Anzeige prüfen.

HINWEIS:

1. Wird die Gerätetür während des Garvorgangs geöffnet, wird die Garzeit auf dem Display automatisch angehalten. Die Rückwärtszählung der Garzeit setzt wieder ein, wenn die Tür geschlossen und die **START/+30**-Taste gedrückt wird.
2. Wenn Sie während des Garvorgangs die Leistungsstufe überprüfen wollen, drücken Sie die **MIKROWELLEN-LEISTUNGSSTUFEN**-Taste. Solange Ihr Finger diese Taste berührt, wird die Leistungsstufe angezeigt.
3. Sie können den **ZEITSCHALTUHR/GEWICHT**-Knopf im oder entgegen dem Uhrzeigersinn drehen. Wenn Sie den Drehknopf entgegen dem Uhrzeigersinn drehen, wird die Garzeit graduell von 90 Minuten vermindert.



ANDERE NÜTZLICHE FUNKTIONEN

1. GAREN MIT VERSCHIEDENEN GARFOLGEN

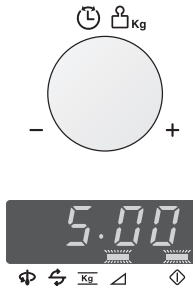
Eine Folge von (maximal) 3 Stufen kann programmiert werden.

Beispiel:

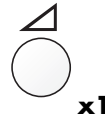
Garen: 5 Minuten bei 800 W Leistung (Stufe 1)
16 Minuten bei 240 W Leistung (Stufe 2)

STUFE 1

1. Geben Sie durch Drehen des **ZEITSCHALTUHR/GEWICHT-**Knopfs im Uhrzeigersinn die gewünschte Garzeit ein.

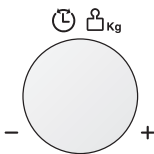


2. Die gewünschte Leistung durch einmaliges Drücken der **MIKROWELLEN-LEISTUNGSSTUFEN-**Taste wählen.

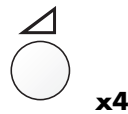


STUFE 2

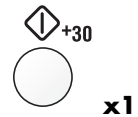
3. Geben Sie durch Drehen des **ZEITSCHALTUHR/GEWICHT-**Knopfs im Uhrzeigersinn die gewünschte Garzeit ein.



4. Die gewünschte Leistung durch viermaliges Drücken der **MIKROWELLEN-LEISTUNGSSTUFEN-**Taste wählen.



5. Drücken Sie die **START/+30**-Taste, um den Garvorgang zu starten.



Überprüfen Sie das Display.



(Das Gerät arbeitet nun 5 Minuten lang bei 800 W und anschließend 16 Minuten bei 240 W.)



2. 30-SEKUNDENFUNKTION

Mit der **START/+30**-Taste können Sie die folgenden Funktionen bedienen:

a. Direktstart

Sie können sofort 30 Sekunden lang mit einer Leistung von 800 W kochen, wenn Sie die **START/+30**-Taste drücken.



HINWEIS:

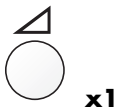
Um einen Missbrauch durch Kinder zu verhindern, kann die **START/+30**-Taste nur 3 Minute nach dem vorausgehenden Bedienungsschritt, d. h. Schließen der Tür oder Drücken der **STOP**-Taste, betätigt werden.

b. Verlängern der Garzeit

Während des manuellen Kochens können Sie die Kochzeit durch wiederholten Tastendruck jeweils um weitere 30 Sekunden verlängern.

3. ÜBERPRÜFEN DER LEISTUNGSTUFE

Um während des Garvorgangs die Mikrowellen-Leistungstufe zu überprüfen, drücken Sie die **MIKROWELLEN-LEISTUNGSTUFEN**-Taste.



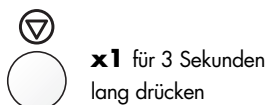
Solange Sie mit dem Finger die **MIKROWELLEN-LEISTUNGSTUFEN**-Taste berühren, wird die Leistungsstufe angezeigt.

Die Rückzählung der Garzeit läuft weiter, auch wenn auf dem Display die Leistungsstufe angezeigt wird.

4. SICHERHEITSPERRFUNKTION

EINSTELLEN DER SICHERHEITSPERRFUNKTION

1. Drücken Sie die **STOP**-Taste und halten Sie sie 3 Sekunden lang heruntergedrückt.

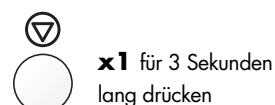


Anzeige prüfen.



AUFHEBEN DER SICHERHEITSPERRFUNKTION

1. Drücken Sie die **STOP**-Taste und halten Sie sie 3 Sekunden lang heruntergedrückt.



Bei eingestellter
Sicherheitsfunktion zeigt das
Display die Tageszeit an.

HINWEIS: Bei eingestellter Sicherheitssperre können Sie keine Tasten außer der **STOP**-Taste betätigen.



AUTOMATIK-BETRIEB

Die **AUTOPROGRAMM** Funktion berechnet automatisch die richtige Betriebsart und Garzeit. Sie können unter 7 **AUTOKOCH** -Menüs und 5 **AUTOAUFTAU** -Menüs auswählen. Folgendes müssen Sie bei der Verwendung dieser Automatikfunktion beachten:

1. Drücken Sie die **AUTOPROGRAMM**-Taste einmal, die Anzeige entspricht dann der Abbildung. Das Menü wird gewählt durch Drücken der **AUTOPROGRAMM**-Taste, bis die gewünschte Menünummer angezeigt wird. Siehe Seiten 103 - 105 "**AUTOPROGRAMM**-Tabelle". Um ein Auftau-Menü zu wählen, ist die Taste **AUTOPROGRAMM** mindestens acht mal zu drücken. Wenn Sie die Taste acht mal drücken, erscheint **Ad - 1** im Display. Das Menü ändert sich automatisch, wenn die **AUTOPROGRAMM**-Taste gedrückt gehalten wird.

2. Das Gewicht der Speise durch Drehen des **ZEITSCHALTUHR/GEWICHT**-Knopfs eingeben, bis das gewünschte Gewicht angezeigt wird.

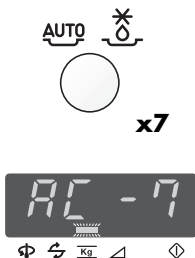
- Nur das Gewicht des Garguts eingeben. Das Gewicht des Geschirrs nicht mit einbeziehen.
- Speisen und Nahrungsmittel, die weniger oder mehr wiegen als die in den **AUTOPROGRAMM** -Tabellen angegebenen Gewichte/Mengen, müssen in manuellem Betrieb gegart/aufgetaut werden. Beste Ergebnisse erzielen Sie, wenn Sie sich an die Kochtabellen auf den Seiten 107 - 108 halten.

3. Um den Garvorgang zu beginnen, die **START/+30**-Taste drücken. Wenn ein Bedienungsschritt erforderlich ist (z.B. zum Wenden der Speisen), stoppt das Gerät automatisch, das akustische Signal ertönt, die verbleibende Garzeit u. a. Symbole werden blinkend angezeigt. Um den Garvorgang fortzusetzen, drücken Sie die **START/+30**-Taste.

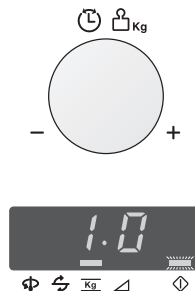
Beispiel:

Zum Garen von Auflauf mit einem Gewicht von 1,0 kg verwenden Sie **AUTOKOCH** AC-7.

1. Wählen Sie das gewünschte Menü durch siebenmaliges Drücken der **AUTOPROGRAMM**-Taste.



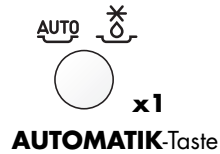
2. Geben Sie das Gewicht durch Drehen des **ZEITSCHALTUHR/GEWICHT**-Knopfs im Uhrzeigersinn ein.



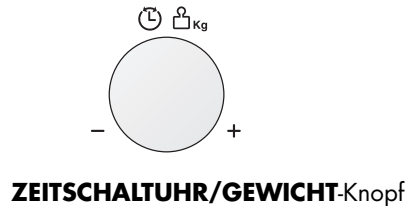
3. Drücken Sie die **START/+30**-Taste.



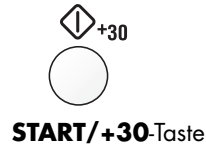
1.



2.















3.



Die Temperatur am Ende der Garzeit hängt von der Ausgangstemperatur ab. Vergewissern Sie sich, dass die Speisen nach dem Garen ausreichend gegart sind. Falls erforderlich, können Sie die Garzeit verlängern und eine höhere Leistungsstufe einstellen.













TASTE	AUTOKOCH	MENGE (Gewichtseinheit) / GESCHIRR	VERFAHREN
  x1	AC-1 Garen Tiefkühl-Gemüse 	0,1 - 0,6 kg (100 g) Schüssel mit Deckel	<ul style="list-style-type: none"> • Pro 100 g 1 EL Wasser und etwas Salz zufügen. (Für Pilze ist kein zusätzliches Wasser erforderlich). • Mit einem Deckel abdecken. • Beim Ertönen des akustischen Signals umrühren und erneut bedecken. • Nach dem Garen ca. 2 Min. stehen lassen. WICHTIG: Kompakt gefrorenes Gemüse im manuellen Betrieb garen.
  x2	AC-2 Garen Frisches Gemüse 	0,1 - 0,6 kg (100 g) Schüssel mit Deckel	<ul style="list-style-type: none"> • In kleine Stücke schneiden, z. B. Streifen, Würfel oder Scheiben. • Pro 100 g 1 EL Wasser und etwas Salz zufügen. (Für Pilze ist kein zusätzliches Wasser erforderlich). • Mit einem Deckel abdecken. • Beim Ertönen des akustischen Signals umrühren und erneut bedecken. • Nach dem Garen ca. 2 Min. stehen lassen.
  x3	AC-3 Garen Tiefkühl-Fertiggerichte Spiesen (Rührbar) 	0,3 - 1,0 kg* (100 g) Schüssel mit Deckel	<ul style="list-style-type: none"> • Die Speise in ein geeignetes Mikrowellen-Gefäß geben. • Mit einem Deckel abdecken. • Falls vom Hersteller empfohlen, ohne Deckel garen. • Beim Ertönen des akustischen Signals umrühren und erneut bedecken. • Nach dem Garen ca. 2 Min. stehen lassen.
  x4	AC-4 Garen Tiefkühl-Auflauf 	0,2 - 0,6 kg (100 g) Flache, ovale Auflaufform mit Mikrowellenfolie oder mikrowellengeeigneten original Behälter mit Mikrowellenfolie	<ul style="list-style-type: none"> • Nehmen Sie den gefrorenen Auflauf aus der Packung. Wenn der Behälter nicht für die Mikrowelle geeignet ist, bitte in eine Auflaufform geben Punkt fehlt. • Mit Mikrowellenfolie abdecken. • Wenn der Behälter für Mikrowellen geeignet ist, bitte den Originalpapierfilm abziehen und mit Mikrowellenfolie abdecken. • Nach dem Garen ca. 5 Min stehen lassen.

Wichtig: Gekühlte Nahrungsmittel werden von 5 °C, tiefgefrorene Nahrungsmittel von -18 °C gekocht.












AUTOMATIK-TABELLE

TASTE	AUTOKOCH	MENGE (Gewichtseinheit) / GESCHIRR	VERFAHREN
 x5	AC-5 Garen Salzkartoffeln, Pellkartoffeln 	0,1 - 0,8 kg (100 g) Schüssel mit Deckel	Salzkartoffeln: Die Kartoffeln schälen und in gleichgroße Stücke schneiden. Pellkartoffeln: Kartoffeln von etwa gleicher Größe auswählen und waschen. <ul style="list-style-type: none"> Die Salzkartoffeln oder Pellkartoffeln in eine Schüssel geben. Die erforderliche Menge Wasser (ca. 2 EL je 100 g) und etwas Salz hinzugeben. Mit einem Deckel abdecken. Beim Ertönen des akustischen Signals umrühren und erneut bedecken. Nach dem Garen ca. 2 Min. stehen lassen.
 x6	AC-6 Garen Fischfilet mit Sauce 	0,4 - 1,2 kg* (100 g) Auflaufform mit Mikrowellenfolie	<ul style="list-style-type: none"> Siehe Rezepte für "Fischfilet mit Sauce" auf Seite 106. <p>* Gesamtgewicht von allen Zutaten.</p>
 x7	AC-7 Garen Aufläufe 	0,5 - 1,5 kg* (100 g) Auflaufform	<ul style="list-style-type: none"> Siehe Rezepte für "Aufläufe" auf Seite 106. <p>* Gesamtgewicht von allen Zutaten.</p>

TASTE	AUTOAUFTAU	MENGE (Gewichtseinheit) / GESCHIRR	VERFAHREN
 x8	Ad-1 Auftau Steak und Kotelett 	0,2 - 0,8 kg (100 g) Auflaufform (Siehe wichtig auf Seite 105.)	<ul style="list-style-type: none"> Die Speisen in eine flache Schüssel geben und in die Mitte des Drehtellers stellen. Beim Ertönen des akustischen Signals die Speisen umdrehen, umarrangieren und von einander trennen. Dünne Teile und warme Stellen mit Aluminiumfolie abschirmen. Nach dem Auftauen 10-15 Min. in Aluminiumfolie einwickeln, bis das Fleisch ganz aufgetaut ist.
 x9	Ad-2 Auftau Hackfleisch 	0,2 - 0,8 kg (100 g) Auflaufform (Siehe wichtig auf Seite 105.)	<ul style="list-style-type: none"> Das Gehackte in eine flache Schüssel geben und in die Mitte des Drehtellers stellen. Beim Ertönen des akustischen Signals die Speisen umdrehen. Wenn möglichen, die aufgetauten Teile entnehmen. Nach dem Auftauen 5-10 Min. in Aluminiumfolie einwickeln, bis das Gehackte ganz aufgetaut ist.

Wichtig: Gekühlte Nahrungsmittel werden von 5 °C, tiefgefrorene Nahrungsmittel von -18 °C gekocht.



TASTE	AUTOAUFTAU	MENGE (Gewichtseinheit) / GESCHIRR	VERFAHREN
  x10	Ad-3 Auftau Geflügel 	0,9 - 1,5 kg (100 g) Auflaufform (Siehe wichtig unten.)	<ul style="list-style-type: none"> • Das Geflügel mit der Brust nach unten in eine flache Schüssel geben und in die Mitte des Drehtellers stellen. • Beim ertönen des akustischen Signals das Geflügel umdrehen und dünne Teile sowie warme Stellen mit kleinen Stücken Aluminiumfolie abdecken. • Nach dem Auftauen Spülen mit Wasser und mit Aluminiumfolie abgedeckt 15-30 Min. stehen lassen, bis alles vollständig aufgetaut ist. • Zum Abschluss das Geflügel unter laufendem Wasser säubern.
  x11	Ad-4 Auftau Kuchen 	0,1 - 1,4 kg (100 g) Flachen Teller	<ul style="list-style-type: none"> • Den Kuchen aus der Verpackung nehmen. Verpackung befreien. • Direkt auf die Drehplatte oder auf einen Teller in der Mitte der Drehplatte stellen. • Den Kuchen nach dem Auftauen in gleichgroße Stücke schneiden, dabei zwischen jedem Stück etwas Platz lassen, dann 10-30 Min. stehen lassen, bis der Kuchen gleichmäßig aufgetaut ist.
  x12	Ad-5 Auftau Brot 	0,1 - 1,0 kg (100 g) Auflaufform (Für dieses Programm werden nur Brot-scheiben empfohlen.)	<ul style="list-style-type: none"> • In einer flachen Schüssel verteilen und in die Mitte des Drehtellers stellen. Brote von 1,0 kg direkt auf die Drehplatte geben. • Beim ertönen des akustischen Signals das Brot umdrehen, umarrangieren und aufgetaute Scheiben entnehmen. • Nach dem Auftauen 5-15 Min. in Aluminiumfolie einwickeln, bis das Brot ganz aufgetaut ist.

Wichtig: Gekühlte Nahrungsmittel werden von 5 °C, tiefgefrorene Nahrungsmittel von -18 °C gekocht.

HINWEIS: Auto-Auftau

1. Steaks, Koteletts und Hähnchenschenkel sollten nebeneinander (einlagig) eingefroren werden.
2. Hackfleisch sollte flach eingefroren werden.
3. Nach dem Wenden die aufgetauten Portionen mit dünnen Aluminiumstreifen abdecken.
4. Das Geflügel sollte sofort nach dem Auftauen weiter verarbeitet werden.
5. Mit Sahne überzogene Torten reagieren sehr empfindlich auf Mikrowellenenergie. Für beste Ergebnisse die Torte sofort aus dem Mikrowellengerät nehmen, wenn die Sahne weich zu werden beginnt, und 10-30 Min. bei Zimmertemperatur stehen lassen.



REZEPTE FÜR AUTOMATIK AC-6 & AC-7

FISCHFILET MIT SAUCE (AC-6)

Fischfilet mit pikanter Sauce

0,4 kg	0,8 kg	1,2 kg	
140 g	280 g	420 g	Tomaten aus der Dose (abgetropft)
40 g	80 g	120 g	Mais
4 g	8 g	12 g	ChillisaUCE
12 g	24 g	36 g	Zwiebel (fein gehackte)
1 TL	1-2 TL	2 TL	Rotweinessig
			Senf, Thymian, Cayenne-Pfeffer
200 g	400 g	600 g	Fischfilet
			Salz

1. Die Zutaten für die Sauce mischen.
2. Die gesalzenen Fischfilets mit den dünnen Enden zur Mitte in eine runde Auflaufform geben.
3. Die fertig zubereitete Sauce über die Filets gießen.
4. Mit Mikrowellenfolie abdecken und mit **AUTOKOCH AC-6** für "Fischfilet mit Sauce" garen.
5. Nach dem Kochen 2 Min. stehen lassen.

FISCHFILET MIT SAUCE (AC-6)

Fischfilet mit Curry-Sauce

0,4 kg	0,8 kg	1,2 kg	
200 g	400 g	600 g	Fischfilet
			Salz
40 g	80 g	120 g	Bananen (in kleinen Stücken)
160 g	320 g	480 g	Currysauce (fertig zubereitete)

1. Die gesalzenen Fischfilets mit den dünnen Enden zur Mitte in eine runde Auflaufform geben.
2. Die fertig zubereitete Sauce und die Bananen über die Filets geben.
3. Mit Mikrowellenfolie abdecken und mit **AUTOKOCH AC-6** für "Fischfilet mit Sauce" garen.
4. Nach dem Kochen 2 Min. stehen lassen.

AUFLÄUFE (AC-7)

Spinatauflauf

0,5 kg	1,0 kg	1,5 kg	
5 g	10 g	15 g	Butter oder Margarine (zum Einfetten der Schüssel)
150 g	300 g	450 g	Blattspinat (auftauen und abgießen)
15 g	30 g	45 g	Zwiebel (fein gehackt)
150 g	300 g	450 g	Salz, Pfeffer, Muskat
35 g	75 g	110 g	Kartoffeln (in Scheiben)
50 g	100 g	150 g	gekochter Schinken (gewürfelt)
1	2	3	Crème fraîche
40 g	75 g	115 g	Eier
			geriebenen Käse
			Paprikapulver

1. Den Blattspinat mit der Zwiebel mischen und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen.
2. Die Auflaufform einfetten. Abwechselnd die Kartoffelscheiben, die Schinkenwürfel und den Spinat in die Auflaufform schichten. Die letzte Lage sollte Spinat sein.
3. Die Eier mit der Crème Fraiche mischen, Salz und Pfeffer hinzufügen und über den Auflauf gießen.
4. Den Auflauf mit dem geriebenen Käse und Paprika bestreuen. Mit **AUTOKOCH AC-7** für "Aufläufe" garen.
5. Nach dem Kochen 5-10 Min. stehen lassen.

AUFLÄUFE (AC-7)

Kartoffel-Zucchini-Auflauf

0,5 kg	1,0 kg	1,5 kg	
5 g	10 g	15 g	Butter oder Margarine (zum Einfetten der Schüssel)
200 g	400 g	600 g	Kartoffeln (in Scheiben)
115 g	230 g	345 g	Zucchini (feine Scheiben)
75 g	150 g	225 g	Crème Fraiche
1	2	3	Ei(er)
1/2	1	2	Zehen Knoblauch (zerdrückt)
			Salz, Pfeffer
40 g	75 g	120 g	Gouda (geriebenen)
10 g	20 g	30 g	Sonnenblumenkerne
			Paprikapulver

1. Die Auflaufform einfetten und abwechselnde Lagen von Kartoffelscheiben und Zucchinis-scheiben in die Schüssel geben.
2. Die Eier mit der Crème Fraiche mischen, Salz, Pfeffer und Knoblauch hinzufügen und über den Auflauf gießen.
3. Den Auflauf mit dem geriebenen Gouda und Paprika bestreuen.
4. Zum Schluss den Auflauf mit Sonnenblumenkernen und Paprikapulver bestreuen und auf **AUTOKOCH AC-7** für "Aufläufe" garen.
5. Nach dem Kochen 5-10 Min. stehen lassen.



VERWENDETE ABKÜRZUNGEN

EL = Esslöffel	Ta = Tasse	g = Gramm	ml = Milliliter	min = Minuten
TL = Teelöffel	kg = Kilogramm	l = Liter	cm = Zentimeter	

TABELLE: ERHITZEN VON GETRÄNKEN & SPEISEN

Getränk / Speise	Menge -g/ml	Leistung -Stufe-	Zeit -Min-	Verfahrenshinweise
Kaffee, 1 Tasse	150	800 W	ca. 1	nicht abdecken
Milch, 1 Tasse	150	800 W	ca. 1	nicht abdecken
Wasser, 1 Tasse	150	800 W	1 1/2-2	nicht abdecken
6 Tassen	900	800 W	10-12	nicht abdecken
1 Schüssel	1000	800 W	11 1/2-13	nicht abdecken
En Telleressen (Gemüse, Fleisch und Beilagen)	400	800 W	3-6	etwas Wasser auf die Sauce geben, bedecken, nach halber Kochzeit umrühren
Eintopf / Suppe	200	800 W	1 1/2-2 1/2	abdecken, nach dem Erhitzen umrühren
Gemüse	200	800 W	2-2 1/2	wenn nötig, etwas Wasser hinzufügen, nach halber Kochzeit umrühren
500	800 W	4-5		
Fleisch, 1 Scheibe*	200	800 W	3-4	die Sauce dünn darüber verteilen, bedecken
Fischfilet*	200	800 W	2-3	abdecken
Kuchen, 1 Scheibe	100	400 W	1/2	in eine flache Schüssel legen
Babynahrung, 1 Glas	190	400 W	ca. 1	in einen geeigneten mikrowellensicheren Behälter umfüllen, nach dem Erwärmen gut umrühren und die Temperatur überprüfen
Margarine oder Butter schmelzen *	50	800 W	1/2	abdecken
Schmelzen von Schokolade	100	400 W	2-3	gelegentlich umrühren

*ab Kühlschranktemperatur

TABELLE: AUFTAUEN & GAREN

Lebensmittel	Menge -g-	Leistung -Stufe-	Garzeit -Min-	Wasser Zugabe -EL-	Verfahrenshinweise	Standzeit -Min-
Fischfilet	300	800 W	10-12	-	abdecken	1-2
Tellergericht	400	800 W	9-11	-	bedecken, nach 6 Min. umrühren	2
Brokkoli	300	800 W	7-9	3-5	bedecken, nach halber Kochzeit umrühren	2
Erbsen	300	800 W	7-9	3-5	bedecken, nach halber Kochzeit umrühren	2
Mischgemüse	500	800 W	11-13	3-5	bedecken, nach halber Kochzeit umrühren	2

TABELLE: AUFTAUEN

Lebensmittel	Menge -g-	Leistung -Stufe-	Auftauzeit -Min-	Verfahrenshinweise	Standzeit -Min-
Bratenfleisch (z.B. Schwein, Rind, Lamm, Kalb)	1500	80 W	58-64	in eine flache Schüssel geben; nach halber Auftauzeit umdrehen	30-90
	1000	80 W	42-48		30-90
	500	80 W	19-23		30-90
Gulasch	500	240 W	8-12	nach halber Auftauzeit umrühren	10-15
Würstchen, 8 Stück	600	240 W	6-9	nebeneinander legen; nach halber Auftauzeit umdrehen	5-10
4 Stück	300	240 W	4-5		5-10
Hähnchenschenkel	200	240 W	4-5	nach halber Auftauzeit umdrehen	10-15
Fischfilet	400	240 W	7-10	nach halber Auftauzeit umdrehen	5-10
Brötchen, 2 Stück	80	240 W	ca. 1	nur zum Teil aufgetaut	-
Kuchen, 1 Stück	150	80 W	2-5	in eine flache Schüssel legen	5
Obst wie Erdbeeren Himbeeren, Kirschen, Pflaumen	250	240 W	4-5	gleichmäßig verteilen, nach halber Auftauzeit umdrehen	5

Die in der Tabelle angegebenen Zeiten sind Richtwerte, die je nach Gefrieretemperatur, Beschaffenheit und Gewicht der Lebensmittel variieren können.



GAR-TABELLEN

TABELLE: GAREN VON FLEISCH, FISCH, GEFLÜGEL & FRISCHEM GEMÜSE

Lebensmittel	Menge -g-	Leistung -Stufe-	Zeit -Min-	Verfahrenshinweise	Standzeit -Min-
Braten (Schwein, Kalb, Lamm)	500	800 W	8-10*	nach Geschmack würzen, in eine flache Auflaufform legen, nach * wenden	10
		400 W	10-12		
	1000	800 W	19-21*		10
		400 W	11-14		
	1500	800 W	33-36*		10
		400 W	13-17		
Roastbeef (medium)	1000	800 W	9-11*	nach Geschmack würzen, in eine Auflaufform legen, nach * wenden	10
		400 W	5-7		
Fischfilet	200	800 W	3-4	nach Geschmack würzen, in eine flache Schüssel geben, bedecken	3
Hähnchen	1200	800 W	21-24	nach Geschmack würzen, in eine flache Schüssel geben, nach halber Kochzeit umdrehen	3
Hähnchenschenkel	200	800 W	3-4	nach Geschmack würzen, in eine flache Schüssel geben	3
Brokkoli	500	800 W	9-11	in Röschen zerteilen, 4-5 Essl. Wasser hinzufügen, während des Kochens gelegentlich umrühren	-
Erbsen	500	800 W	9-11	Bedecken, 4-5 Essl. Wasser hinzufügen, während des Kochens gelegentlich umrühren	-
Möhren	500	800 W	10-12	in Stücke schneiden, bedecken, 4-5 Essl. Wasser hinzufügen,	-
	300	800 W	7-9	bedecken, während des Kochens gelegentlich umrühren	-
Gekochte Kartoffeln	500	800 W	9-11	in größere, gleichgroße Stücke schneiden, etwas Salz hinzufügen, 150 ml Wasser hinzufügen, bedecken, während des Kochens gelegentlich umrühren	-



REZEPTE

Alle Rezepte in diesem Buch sind - wenn nicht anders angegeben - für 4 Portionen berechnet.

ABWANDLUNG VON KONVENTIONELLEN REZEPTEN

Wenn Sie Ihre altbewährten Rezepte auf die Mikrowelle abwandeln wollen, sollten Sie folgendes beachten:

Die Garzeiten um ein Drittel bis zur Hälfte verkürzen.

Orientieren Sie sich an den Rezepten in diesem Buch.

Flüssigkeitsreiche Lebensmittel wie Fleisch, Fisch, Geflügel, Gemüse, Obst, Eintöpfe und Suppen können problemlos in der Mikrowelle zubereitet werden. Bei flüssigkeitsarmen Lebensmitteln, wie Tellergerichte, sollte

die Oberfläche vor dem Erhitzen oder Garen angefeuchtet werden.

Die Flüssigkeitszugabe bei rohen Lebensmitteln, die gedünstet werden, auf etwa zwei Drittel der Menge im Originalrezept reduzieren. Falls notwendig, während des Garens Flüssigkeit zugeben.

Die Fettzugabe kann erheblich reduziert werden. Eine kleine Menge Butter, Margarine oder Öl ist ausreichend, um der Speise Geschmack zu geben. Deshalb ist die Mikrowelle hervorragend zur Zubereitung fettarmer Speisen im Rahmen einer Diät geeignet.

CHAMPIGNONSUPPE

Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)

Zutaten

200 g Champignons, in Scheiben

50 g Zwiebel, fein gehackt

300 ml Fleischbrühe

300 ml Sahne

25 g Mehl

25 g Butter oder Margarine

Salz, Pfeffer

1 Eigelb

150 g Rahm

1. Das Gemüse mit der Fleischbrühe in die Schüssel geben und abgedeckt garen.

8-9 Min. ◁ 800 W

2. Mit einem Mixer alle Zutaten pürieren. Die Sahne zufügen.

3. Mehl und Butter zu einer Masse vermischen und in die Suppe rühren. Mit Salz und Pfeffer würzen, bedecken und kochen. Nach dem Kochen umrühren.

4-6 Min. ◁ 800 W

4. Das Eigelb mit dem Rahm (Crème Fraîche) verühren, nach und nach in die Suppe rühren. Das Ganze nochmals kurz erhitzen, jedoch nicht mehr kochen lassen!

1-2 Min. ◁ 800 W

Nach dem Kochen ca. 5 Min. ruhen lassen.



ZÜRICHER GESCHNETZELTES

Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)

Zutaten

600 g	Kalbsfilet
10 g	Butter oder Margarine
50 g	Zwiebel, fein gehackt
100 ml	Weisswein
	gewürztes Saucenpulver für ca. ½ l Bratensauce hinzufügen
300 ml	Sahne
1 EL	Petersilie, gehackt

1. Das Kalbfleisch in Streifen schneiden.
2. Die Schüssel mit Butter einfetten. Fleisch und Zwiebeln in die Schüssel geben, bedecken und kochen. Während des Kochens einmal umrühren.

7-10 Min. ◁ 800 W

3. Weißwein, Saucenpulver und Sahne hinzufügen, umrühren, bedecken und weiterkochen lassen. Gelegentlich umrühren.

4-5 Min. ◁ 800 W

4. Nach dem Kochen die Mischung einrühren und ca. 5 Min. stehen lassen. Mit Petersilie garnieren.

GEFÜLLTER SCHINKEN

Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)
Ovale Auflaufschüssel
(ca. 26 cm lang)

Zutaten

125 g	Blattspinat, gehackt
125 g	Speisequark, 20 % F.i.Tr.
40 g	geriebener Emmentalerkäse
	Pfeffer, Paprika
6	Scheiben gekochter Schinken (300 g)
125 ml	Wasser
125 ml	Sahne
20 g	Mehl
20 g	Butter oder Margarine
10 g	Butter oder Margarine zum Einfetten der Form

Tipp: Sie können für dieses Rezept fertig zubereitete Bechamelsauce kaufen.

1. Den Spinat mit Käse und Quark mischen, nach Geschmack würzen.
2. Auf jede Schinkenscheibe einen Essl. Füllung geben und aufrollen. Den Schinken mit einem Holzspießchen zusammenhalten.

3. Machen Sie eine Bechamelsauce: Hierzu Wasser und Sahne in eine Schüssel geben und erhitzen.

3-4 Min. ◁ 800 W

Mehl und Butter zu einer Mehlschwitze vermischen, die Flüssigkeit hinzufügen und rühren, bis sie sich aufgelöst hat. Bedecken, kochen lassen, bis die Sauce dick wird.

1 Min. ◁ 800 W

Umrühren und abschmecken.

4. Geben Sie die Sauce in die eingefettete Auflaufschüssel, legen sie die gefüllten Schinkenröllchen auf die Sauce und kochen Sie das Ganze mit Deckel.

3-4 Min. ◁ 800 W

Nach dem Kochen ca. 5 Min. ruhen lassen.

LASAGNE

Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)
Flache quadratische Schüssel
mit Deckel (ca. 20 x 20 x 6 cm)

Zutaten

300 g	Tomaten aus der Dose
50 g	Schinken, gehackt
50 g	Zwiebel, fein gehackt
1	Knoblauchzehe, zerdrückt
250 g	Gehacktes
2 EL	Tomatenmark
	Salz, Pfeffer
150 ml	Crème fraiche
100 ml	Milch
50 g	geriebener Parmesankäse
1 TL	gemischte gehackte Kräuter
1 TL	Olivöl
1 TL	Pflanzenöl zum Einfetten der Schüssel
125 g	Lasagne verde
1 EL	geriebener Parmesankäse

1. Die Tomaten klein schneiden, mit dem Schinken, Zwiebeln, Knoblauch, Gehacktem und Tomatenmark mischen. Würzen, bedecken und kochen.

7-9 Min. ◁ 800 W

2. Die Crème fraiche mit Milch, Parmesankäse, Kräutern, Öl und Gewürzen mischen.

3. Die Schüssel einfetten und den Boden mit ca. 1/3 der Nudeln bedecken. Die Hälfte der Gehacktesmischung auf die Nudeln geben und etwas Sauce darüber schütten. Wiederholen und mit den übrigen Nudeln abschließen. Die Nudeln mit Sauce bedecken und mit Parmesankäse bestreuen. In bedecktem Zustand kochen.

15-17 Min. ◁ 560 W

Nach dem Kochen ca. 5-10 Min. ruhen lassen.



REZEPTE

GEMÜSETOPF

Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)

Zutaten

5 EL	Olivenöl
1	Knoblauchzehe, zerdrückt
50 g	Zwiebel, in Scheiben
250 g	Auberginen, gewürfelt
250 g	Zucchini, gewürfelt
200 g	Paprikaschoten, in große Würfel geschnitten
75 g	Fenchel, in große Würfel geschnitten
1	Bouquet garni
200 g	Dose Artischockenherzen, aus der Dose, geviertelt
	Salz, Pfeffer

1. Das Olivenöl und die Knoblauchzehe in die Schüssel geben. Das vorbereitete Gemüse mit Ausnahme der Artischockenherzen dazugeben und mit Pfeffer würzen. Das Bouquet garni zufügen und abgedeckt garen. Zwischendurch einmal umrühren.

19-21 Min. \triangleleft **800 W**

Die letzten 5 Minuten die Artischockenherzen zufügen und erhitzen.

2. Das Ratatouille mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Bouquet garni vor dem Servieren herausnehmen. Nach dem Kochen ca. 2 Min. ruhen lassen.

Tipp: Den heißen Gemüsetopf zu Fleischgerichten servieren. Kalt schmeckt er ausgezeichnet als Vorspeise.

Tipp: Ein Bouquet garni besteht aus: einer Petersilienwurzel, einem Bund Suppengrün, einem Zweig Liebstöckel, einem Zweig Thymian, einigen Lorbeerblättern.

SEEZUNGENFILETS

Geschirr: Flache, ovale Auflaufform mit Mikrowellen-Frischhaltefolie (ca. 26 cm lang)

Zutaten

400 g	Seezungenfilets
1	ganze Zitrone
150 g	Tomaten
10 g	Butter
1 EL	Pflanzenöl
1 EL	Petersilie, gehackt
	Salz, Pfeffer

4 EL	Weisswein
20 g	Butter oder Margarine

Tipp: Für dieses Gericht können Sie auch Rotbarsch, Heilbutt, Meeräsche, Scholle oder Kabeljau verwenden

1. Die Seezungenfilets waschen und trockentupfen. Vorhandene Gräten entfernen.
2. Zitrone und Tomaten in dünne Scheiben schneiden.
3. Die Schüssel mit Butter einfetten. Die Fischfilets in die Schüssel geben und mit Olivenöl beträufeln.
4. Den Fisch mit Petersilie bestreuen, die Tomatenscheiben darauf legen und würzen. Die Zitronenscheiben auf die Tomaten legen und den Weißwein darüber gießen.

5. Kleine Butterflockchen auf die Zitrone geben, bedecken und kochen.

13-16 Min. \triangleleft **800 W**

Nach dem Kochen ca. 2 Min. ruhen lassen.

BEERENGRÜTZE MIT VANILLESAUCE

Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)
Schüssel mit Deckel (1 l Inhalt)

Zutaten

150 g	Johannisbeeren, gewaschen und verlesen
150 g	Erdbeeren, gewaschen und entstielt
150 g	Himbeeren, gewaschen und entstielt
250 ml	Weißwein
100 g	Zucker
50 ml	Zitronensaft
8	Blatt Gelatine
300 ml	Milch
1/2	Vanilleschote
30 g	Zucker
15 g	Stärkemehl

Tipp: Sie können auch gefrorenes Obst verwenden, wenn dieses zuvor aufgetaut wurde.

1. Einige Früchte zum Garnieren zurück-behalten. Die restlichen Beeren mit dem Weißwein pürieren, in die Schüssel geben und abgedeckt erhitzen.

7-9 Min. \triangleleft **800 W**

2. Den Zucker und den Zitronensaft einrühren.
3. Die Gelatine circa 10 Min. in kaltem Wasser einweichen, herausnehmen und ausdrücken. Die Gelatine in das heiße Püree rühren, bis sie sich aufgelöst hat. Die Götterspeise in den Kühlschrank stellen und fest werden lassen.
4. Zur Herstellung der Vanillesauce die Milch in die andere Schüssel geben. Die Vanilleschote aufschlitzen und das Innere zusammen mit dem Zucker und dem Stärkemehl in die Milch rühren. Bedecken und kochen, während des Kochens und am Ende des Kochvorgangs umrühren.

3-4 Min. \triangleleft **800 W**

5. Die Götterspeise auf einen Teller stürzen und mit den übrigen Früchten dekorieren. Die Vanillesauce über die Götterspeise gießen.



VORSICHT: ZUR REINIGUNG DÜRFEN KEINESFALLS KOMMERZIELLE OFENREINIGER, DAMPFREINIGER, SCHEUERMITTEL, SCHARFE REINIGUNGSMITTEL, NATRIUMHYDROXID ENTHALTENDE REINIGUNGSMITTEL ODER SCHEUERSCHWÄMME VERWENDET WERDEN. DIES GILT FÜR ALLE TEILE DES GERÄTS.

SÄUBERN SIE DIE MIKROWELLE IN REGELMÄßIGEN ABSTÄNDEN UND ENTFERNEN SIE ALLE MÖGLICHEN ESSENSRESTE. WIRD DAS GERÄT NICHT SAUBERGEHALTEN, KANN DIES DIE OBERFLÄCHE BEEINTRÄCHTIGEN UND SICH NEGATIV AUF DIE LEBENSDAUER DES GERÄTS AUSWIRKEN. SCHLIMMSTENFALLS KANN DIE SICHERHEIT DES GERÄTS BEEINTRÄCHTIGT WERDEN.

Gerätegehäuse

Die Außenseite des Gerätes mit einer milden Seifenlauge reinigen. Die Seifenlauge gründlich mit einem feuchten Tuch abwischen und mit einem Handtuch nachtrocknen.

Bedienfeld

Vor dem Reinigen die Tür öffnen, um das Bedienfeld zu inaktivieren.

Das Bedienfeld vorsichtig mit einem feuchten Tuch reinigen. Niemals zuviel Wasser und keine chemischen oder scheuernden Reiniger verwenden, da das Bedienfeld dadurch beschädigt werden kann.

Geräteinnenraum

1. Nach jedem Gebrauch das noch warme Gerät zur Reinigung mit einem weichen, feuchten Tuch oder Schwamm abwischen, um leichte Verschmutzungen zu entfernen. Für starke Verschmutzungen eine milde Seifenlauge verwenden und mehrmals mit einem weichen, feuchten Tuch oder Schwamm gründlich nachwischen, bis alle Rückstände vollständig entfernt sind. Entfernen Sie nicht den Spritzschutz für den Hohlleiter.
2. Sicherstellen, dass weder Seifenlauge noch Wasser durch die kleinen Öffnungen an der Wand eindringen, da dies das Gerät beschädigen kann.
3. Verwenden Sie keine Sprühreiniger im Garraum.

Drehteller und Drehteller-Träger

Entfernen Sie zuerst den Drehteller und den Drehteller-Träger aus dem Garraum. Den Drehteller und den Träger mit einer milden Seifenlauge reinigen und mit einem weichen Tuch trocknen. Beide Teile sind spülmaschinenfest.

Gerätetür

Die Tür, die Türdichtung und die Dichtungsoberflächen des öfteren mit einem feuchten Tuch abwischen, um Verschmutzungen zu entfernen. Keine starken, scheuernden Reinigungsmittel oder Metallschaber zum Reinigen der Glasscheibe des Geräts verwenden, da diese Hilfsmittel die Oberfläche verkratzen und das Glas somit zum Zerspringen bringen könnten.

HINWEIS: Dampfreiniger dürfen nicht verwendet werden.



WAS TUN, WENN...

SYMPTOM	MÖGLICHE SYMPTOM-HILFSMITTEL
... das Mikrowellengerät nicht arbeitet?	Überprüfen Sie, ob <ul style="list-style-type: none"> - der Netzstecker eingesteckt ist, - die Sicherungen in der Installation in Ordnung sind, - eventuell der Strom ausgefallen ist, Sollten die Sicherungen mehrfach auslösen, rufen Sie bitte einen zugelassenen Elektroinstallateur.
... die Mikrowelle nicht arbeitet?	Überprüfen Sie, ob <ul style="list-style-type: none"> - die Tür richtig geschlossen ist, Speisereste oder Fremdkörper in der Tür klemmen, - die Türdichtungen und Türdichtungsflächen sauber sind, - die START/+30-Taste gedrückt wurde.
... sich der Drehteller nicht dreht?	Überprüfen Sie, ob <ul style="list-style-type: none"> - das Drehkreuz richtig auf dem Antrieb sitzt, der Drehteller ausgeschaltet ist, - Geschirr verwendet wird, das über den Drehteller herausragt oder - Lebensmittel über den Drehteller ragen und ihn somit blockieren, - sich Speisereste unter dem Drehteller befinden.
... die Mikrowelle nicht abschaltet?	<ul style="list-style-type: none"> - Ziehen Sie den Netzstecker oder schalten Sie die Sicherung aus. - Rufen Sie den ELECTROLUX-Kundendienst oder Ihren Fachhändler.
... die Garraumlampe ausfällt?	<ul style="list-style-type: none"> - Rufen Sie den ELECTROLUX-Kundendienst oder eine durch ELECTROLUX geschulte Elektro-Fachkraft an. Der Austausch der Garraumbeleuchtung darf nur durch diese durchgeführt werden.
... die Speisen langsamer heiß und gar werden als bisher?	<ul style="list-style-type: none"> - Stellen Sie eine längere Garzeit ein (doppelte Menge = fast doppelte Zeit) oder, - wenn die Speisen kälter waren als sonst, drehen Sie diese zwischendurch um oder wenden Sie sie oder - stellen Sie eine höhere Leistung ein.

HINWEIS: Wenn Sie die Speise über die Standardzeit hinaus mit nur 800 W garen, wird die Leistung des Herds automatisch gesenkt, um ein Überhitzen zu vermeiden. (Die Mikrowellenleistung wird auf 560 W gesenkt). Nach einer Pause von 90 Sekunden kann die hohe Leistung 800 W wieder eingestellt werden.

Betriebsart	Standardzeit	Reduzierte Leistung
Mikrowelle 800 W	20 Minuten	Mikrowelle 560 W



Der Endabnehmer dieses Gerätes (Verbraucher) hat bei einem Kauf dieses Gerätes von einem Unternehmer (Händler) in Deutschland im Rahmen der Vorschriften über den Verbrauchsgüterkauf gesetzliche Rechte, die durch diese Garantie nicht eingeschränkt werden. Diese Garantie räumt dem Verbraucher also zusätzliche Rechte ein. Dies vorausgeschickt, leisten wir, Electrolux Vertriebs GmbH, gegenüber dem Verbraucher Garantie für dieses Gerät für den Zeitraum von 24 Monaten ab Übergabe zu den folgenden Bedingungen:

1. Mit dieser Garantie haften wir dafür, daß dieses neu hergestellte Gerät zum Zeitpunkt der Übergabe vom Händler an den Verbraucher die in unserer Produktbeschreibung für dieses Gerät aufgeführten Eigenschaften aufweist. Ein Mangel liegt nur dann vor, wenn der Wert oder die Gebrauchstauglichkeit dieses Gerätes erheblich gemindert ist.
Zeigt sich der Mangel nach Ablauf von sechs (6) Monaten ab dem Übergabezeitpunkt, so hat der Verbraucher nachzuweisen, daß das Gerät bereits zum Übergabezeitpunkt mangelhaft war. Nicht unter diese Garantie fallen Schäden oder Mängel aus nicht vorschriftsmäßiger Handhabung sowie Nichtbeachtung der Einbauvorschriften und Gebrauchsanweisungen.
2. Dieses Gerät fällt nur dann unter diese Garantie, wenn es von einem Unternehmer in einem der Mitgliedstaaten der Europäischen Union gekauft wurde, es bei Auftreten des Mangels in Deutschland betrieben wird und Garantieleistungen auch in Deutschland erbracht werden können. Mängel müssen uns innerhalb von zwei (2) Monaten nach Kenntnis angezeigt werden.
3. Mängel dieses Gerätes werden wir innerhalb angemessener Frist nach Mitteilung des Mangels unentgeltlich beseitigen; die zu diesem Zweck erforderlichen Aufwendungen, insbesondere Transport-, Wege-, Arbeits- und Materialkosten werden von uns getragen. Über diese Nachbesserung hinausgehende Ansprüche werden durch diese Garantie dem Verbraucher nicht eingeräumt.
4. Bei Großgeräten (stationär betriebene Geräte) ist im Garantiefall unter der für den Endabnehmer kostengünstigen Rufnummer 0180 322 66 22 * die nächstgelegene Kundendienststelle zu benachrichtigen, von welcher Ort, Art und Weise der Garantieleistungen festgelegt werden. Nachbesserungsarbeiten werden, soweit möglich, am Aufstellungsort, sonst in unserer Kundendienstwerkstatt durchgeführt.

5. Garantieleistungen bewirken weder eine Verlängerung noch einen Neubeginn der Garantiezeit für dieses Gerät; ausgewechselte Teile gehen in unser Eigentum über.
 6. Mängelansprüche aus dieser Garantie verjähren in zwei (2) Jahren ab dem Zeitpunkt der Übergabe des Gerätes vom Händler an den Verbraucher, der durch Original-Kaufbeleg (Kassenzettel, Rechnung) zu belegen ist; wenn dieses Gerät gewerblich oder - bei Waschgeräten und Wäschetrocknern - in Gemeinschaftsanlagen genutzt wird, beträgt die Verjährungsfrist sechs (6) Monate.
- Electrolux Service GmbH, Electrolux Hausgeräte Vertriebs GmbH Fürther Str. 246, 90429 Nürnberg**
* EUR 0,09 pro angefangener Minute aus dem deutschen Festnetz (u. U. abweichend aus Mobilfunk)

Europäische Garantie

Für dieses Gerät besteht in den am Ende dieser BenutzereinFORMATION aufgeführten Ländern eine Garantie von Electrolux für den Zeitraum, der in der Gerätegarantie oder andernfalls gesetzlich festgelegt ist. Wenn Sie aus einem dieser Länder in ein anderes der unten aufgeführten Länder ziehen, wird die Gerätegarantie unter folgenden Voraussetzungen mit übertragen:

- Die Gerätegarantie beginnt an dem Datum, an dem Sie das Gerät gekauft haben. Dies wird durch ein gültiges Kaufdokument bescheinigt, das von dem Verkäufer des Gerätes ausgestellt wurde.
- Die Gerätegarantie gilt für denselben Zeitraum und in demselben Ausmaß für Arbeitszeit und Teile, wie sie für dieses spezielle Modell oder diese spezielle Gerätereihe in Ihrem neuen Aufenthaltsland gelten.
- Die Gerätegarantie ist personengebunden, d. h. sie gilt für den Erstkäufer des Geräts und kann nicht auf einen anderen Benutzer übertragen werden.
- Das Gerät wird in Übereinstimmung mit der von Electrolux herausgegebenen Anleitung installiert und verwendet und wird nur im Privathaushalt eingesetzt, d. h. nicht für gewerbliche Zwecke genutzt.
- Das Gerät wird in Übereinstimmung mit allen relevanten Bestimmungen installiert, die in Ihrem neuen Aufenthaltsland gelten.

Die Bestimmungen dieser europäischen Garantie haben keinerlei Auswirkungen auf die Rechte, die Ihnen gesetzlich zustehen.



GARANTIE/KUNDENDIENST (BELGIEN)

Unsere Geräte werden mit größter Sorgfalt hergestellt. Trotzdem kann es einmal zu einem Defekt kommen. Unser Kundendienst übernimmt auf Anfrage gerne die Reparatur, und zwar sowohl während des Garantiezeitraums als auch danach. So ist gewährleistet, dass ein Defekt nicht zu einer Verkürzung der Lebensdauer des Geräts führt.

Die vorliegenden Garantiebedingungen beruhen auf der Richtlinie der Europäischen Union 99/44/EG sowie den Bestimmungen des Bürgerlichen Gesetzbuches. Die dem Kunden aufgrund dieser Gesetze zustehenden Rechte können durch die vorliegenden Garantiebedingungen nicht geändert werden.

Diese Garantiebedingungen ziehen keine Einschränkung der Garantiepflichtungen des Verkäufers gegenüber dem Endbenutzer nach sich. Die Garantie für das Gerät erfolgt im Rahmen und unter Beachtung folgender Bedingungen:

1. Bei Beachtung der in den Absätzen 2 bis 15 niedergelegten Bestimmungen beheben wir kostenlos jeden Defekt, der während eines Zeitraums von 24 Monaten ab dem Datum der Übergabe des Geräts an den ersten Endkunden auftritt. Diese Garantiebedingungen gelten nicht im Falle einer Nutzung des Geräts zu gewerblichen oder vergleichbaren Zwecken.
2. Die Garantieleistung zielt auf eine Wiederherstellung des Gerätezustands vor dem Auftreten des Defekts ab. Die defekten Bestandteile werden ausgetauscht oder repariert. Kostenlos ausgetauschte Bestandteile gehen in unser Eigentum über.
3. Um schwereren Schäden vorzubeugen, müssen wir über den Defekt unverzüglich in Kenntnis gesetzt werden.
4. Bedingung für die Gewährung der Garantieleistung ist, dass der Kunde die Kaufbelege mit dem Kauf- und/ oder Übergabedatum vorlegt.
5. Die Garantie greift nicht, wenn Schäden an empfindlichen Bestandteilen, wie z.B. Glas (Glaskeramik), Kunststoffen oder Gummi, auf unsachgemäßen Gebrauch zurückzuführen sind.
6. Eine Inanspruchnahme der Garantie ist nicht möglich bei kleinen Veränderungen ohne Auswirkungen auf Gesamtwert und -stabilität des Geräts.
7. Die Garantiepflichtung erlischt, wenn der Defekt auf eine der folgenden Ursachen zurückzuführen ist:
 - eine chemische oder elektrochemische Reaktion infolge von Wassereinwirkung,
 - allgemein anormale Umweltbedingungen,
 - unsachgemäße Betriebsbedingungen,
 - Kontakt mit aggressiven Substanzen.
8. Die Garantie erstreckt sich nicht auf außerhalb unseres Verantwortungsbereichs auftretende Transportschäden. Auch Schäden infolge unsachgemäßer Aufstellung oder Installation, mangelnder Wartung, oder Nicht-Beachtung der Aufstellungs- und Installationshinweise sind durch die Garantie nicht gedeckt.
9. Durch die Garantie nicht gedeckt sind ferner Defekte infolge von Reparaturen oder Eingriffen durch nicht-qualifizierte oder nicht-kompetente Personen, oder infolge des Einbaus von nicht-originalen Zubehör- oder Ersatzteilen.
10. Leicht zu transportierende Geräte müssen beim Kundendienst abgegeben bzw. dorthin geschickt werden. Heimkundendienst kommt nur bei großen Geräten oder bei Einbaugeräten in Frage.
11. Bei Einbau- oder Unterbaugeräten sowie bei Geräten, die derart befestigt oder aufgehängt sind, dass für den Aus- und Wiedereinbau in die betreffende Einbaunische mehr als eine halbe Stunde erforderlich ist, werden die anfallenden Zusatzleistungen in Rechnung gestellt. Etwaige Schäden infolge derartiger Aus- und Wiedereinbauarbeiten gehen zu Lasten des Kunden.
12. Wenn während des Garantiezeitraums eine wiederholte Reparatur ein und desselben Defekts zu keinem befriedigenden Ergebnis führt, oder bei unverhältnismäßig hohen Reparaturkosten kann, in Abstimmung mit dem Kunden, ein Austausch des defekten Geräts durch ein gleichwertiges anderes erfolgen. In diesem Fall behalten wir uns das Recht vor, vom Kunden eine finanzielle Beteiligung zu verlangen, die anteilig zum verstrichenen Nutzungszeitraum berechnet wird.
13. Eine Reparatur im Rahmen der Garantie zieht weder eine Verlängerung des normalen Garantiezeitraums noch den Beginn eines neuen Garantiezyklus nach sich.
14. Auf Reparaturen gewähren wir eine Garantie von 12 Monaten, unter Beschränkung auf das Wiederauftreten desselben Defekts.
15. Mit Ausnahme der Fälle, in denen eine Haftung gesetzlich vorgeschrieben ist, wird durch die vorliegenden Garantiebedingungen jede durch den Kunden u.U. geforderte Entschädigung für über das Gerät hinausgehende Schäden ausgeschlossen. Im Falle der gesetzlich niedergelegten Haftung erfolgt maximal eine Entschädigung in Höhe des Kaufpreises des Geräts.

Diese Garantiebedingungen gelten ausschließlich für in Belgien gekaufte und benutzte Geräte. Bei Geräten, die exportiert werden, muss sich der Kunde zunächst vergewissern, dass sämtliche technische Vorgaben (z.B. Netzspannung und -frequenz, Anschlussvorschriften, Gasart usw.) für das betreffende Land erfüllt sind und dass das Gerät sich für die Klima- und Umweltbedingungen vor Ort eignet. Bei im Ausland gekauften Geräten muss der Kunde sich zunächst vergewissern, dass sie die Vorschriften und Anforderungen für Belgien erfüllen. Etwaige erforderliche oder gewünschte Änderungen sind durch die Garantie nicht abgedeckt und sind nicht in allen Fällen möglich. Der Kundendienst steht auch nach Ablauf des Garantiezeitraums jederzeit gerne zu Ihrer Verfügung.



Stromversorgung	: 230 V, 50 Hz, Einphasen
Sicherung/Sicherungsautomat	: Minimum 10 A
Leistungsaufnahme:	Mikrowelle : 1.2 kW
Leistungsabgabe:	Mikrowelle : 800 W (IEC 60705)
Mikrowellenfrequenz	: 2450 MHz * (Gruppe 2/Klasse B)
Außenabmessungen	PM175X : 492 mm (W) x 370 mm (H) x 316 mm (D)
	PM176X : 592 mm (W) x 370 mm (H) x 316 mm (D)
Garraumabmessungen	: 285 mm (W) x 202 mm (H) x 298 mm (D) **
	: 17 litres **
Drehteller	: ø 272 mm, glas
Gewicht	: ca. 15.5 kg
Garraumlampe	: 25 W/240 - 250 V

- * Dieses Produkt erfüllt die Anforderungen des europäischen Standards EN55011. Das Produkt wird standardkonform als Gerät der Gruppe 2, Klasse B eingestuft. Gruppe 2 bedeutet, dass das Gerät zweckbestimmt hochfrequente Energie in Form elektromagnetischer Strahlen zur Wärmebehandlung von Lebensmitteln erzeugt. Gerät der Klasse B bedeutet, dass das Gerät für den Einsatz im häuslichen Bereich geeignet ist.
- ** Der Garrauminhalt wird aus der max. gemessenen Breite, Tiefe und Höhe errechnet. Die tatsächliche Aufnahmekapazität von Lebensmitteln ist jedoch geringer.



Dieses Gerät entspricht den Anforderungen der EG-Richtlinien 2004/108/EC und 2006/95/EC.

DIE TECHNISCHE DATEN KÖNNEN JEDERZEIT OHNE ANGABE VON GRÜNDEN GEÄNDERT WERDEN, UM DEM TECHNISCHEN FORTSCHRITT RECHNUNG ZU TRAGEN.

WICHTIGE HINWEISE



Umweltfreundliche Entsorgung von Verpackung und Altgerät

Verpackung

Unsere Mikrowellengeräte benötigen für den Transportweg eine wirksame Schutzverpackung. Dabei beschränken wir uns auf das unbedingt Notwendige.

Verpackungsteile (z.B. Folien, Styropor) können für Kinder gefährlich sein.

Erstickungsgefahr! Verpackungsteile von Kindern fernhalten.

Alle verwendeten Verpackungsmaterialien sind umweltverträglich und wiederverwertbar.

Die Kartenteile sind aus Altpapier hergestellt, die Holzteile unbehandelt.

Die Kunststoffe sind folgendermaßen gekennzeichnet:

«PE» für Polyethylen, z.B. Verpackungsfolien

«PS» für Polystyrol, z.B. Polsterteile (grundsätzlich FCKW-frei)

«PP» für Polypropylen, z.B. Umbänderung.

Durch die Verwertung und Wiederverwendung der Verpackung können Rohstoffe gespart und das Müllvolumen verringert werden.

Geben Sie die Verpackung zur Verwertung zum nächsten Recyclingcenter.

Die Anschrift erfahren Sie bei Ihrer Stadt- bzw. Gemeindeverwaltung.

Altgerät

Bevor Sie Ihr Gerät entsorgen, machen Sie es vorher unbrauchbar. Dazu Netzstecker ziehen, Netzkabel abschneiden und beseitigen.

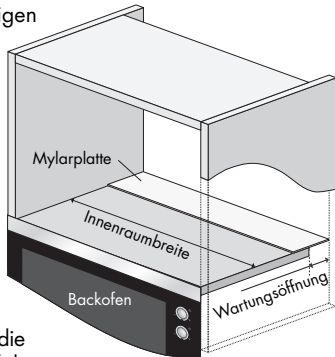
Bringen Sie das ausgediente Gerät zum nächsten Recyclingcenter oder zu Ihrem Fachhändler, der es gegen einen geringen Kostenbeitrag zurücknimmt.



AUFSTELLANWEISUNGEN

INSTALLIEREN DES GERÄTS

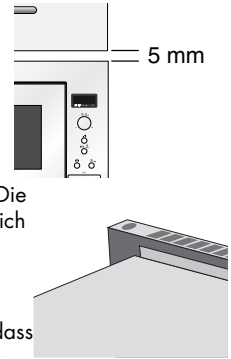
1. Entfernen Sie die gesamte Verpackung und überprüfen Sie das Gerät auf eventuelle Beschädigungen.
2. Die Standardausführung dieses Herdes ist passend für einen Einbauschrank von 360 mm Höhe ausgelegt. Wenn der Herd in einen 350 mm hohen Schrank eingebaut werden soll:-
Schrauben Sie die 4 Füße an der Unterseite des Herdes ab. Es sind 3 hohe und ein niedriger Fuß. Ersetzen Sie die 3 hohen Füße mit den im Zubehörpaket vorhandenen Füßen. Den niedrigen Fuß ersetzen Sie nicht.



3. Wenn Sie den Mikrowellenherd über einem Backofen (Position A) einbauen, benutzen Sie bitte die mitgelieferte Mylarplatte.

- a. Schneiden Sie die Mylarplatte auf die Innenbreite des Geräts zu.
- b. Ziehen Sie die Schutzfolie des Klebebands ab und befestigen Sie die Platte am hinteren Rand des Regals, so dass sie die Wartungsöffnung bedeckt. (Siehe Schaubild.)

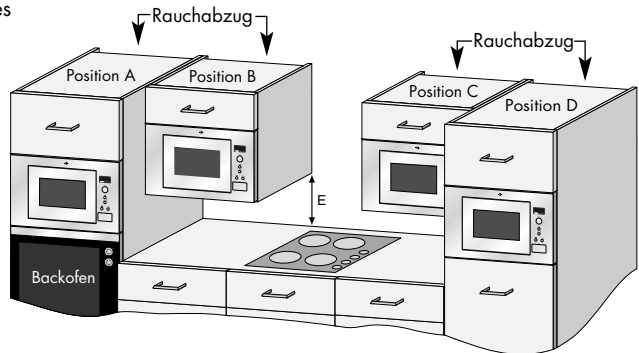
4. Fügen Sie das Gerät langsam und ohne Gewalt in den Einbauschrank ein, bis der vordere Rahmen des Herdes einen fugenlosen Abschluss mit der vorderen Öffnung des Schrankes bildet.
5. Achten Sie darauf, dass das Gerät stabil ist und gerade steht. Stellen Sie sicher, dass ein Abstand von 5 mm zwischen der darüber befindlichen Schranktür und dem Oberteil des Rahmens eingehalten wird (siehe Schaubild).
6. Befestigen Sie den Herd mithilfe der mitgelieferten Schrauben in dieser Position. Die Befestigungspunkte befinden sich an den oberen und unteren Herdedecken (siehe Schaubild, Posten 9, auf Seite 93).
7. Es ist wichtig sicherzustellen, dass die Installation dieses Produkts den Anweisungen in diesem Bedienungshandbuch sowie den Installationsanweisungen des Kochfeld- oder Backofenherstellers entspricht.



GEFAHRLOSE BENUTZUNG DES GERÄTS

Wenn Sie den Mikrowellenherd in Position B oder C einbauen:

- Der Schrank muss einen Abstand von mindestens 500 mm (E) zur Arbeitsfläche haben und die Mikrowelle darf nicht direkt über einem Kochfeld installiert werden.
- Das Gerät wurde nur für den Gebrauch in der Nähe von Gasmulden, elektrisch betriebenen Kochfeldern, sowie Induktionskochfeldern getestet und zugelassen.
- Zwischen Kochfeld und Mikrowellenherd muss genug Platz gelassen werden, um ein Überhitzen des Mikrowellenherdes, des Einbauschrankes und des Zubehörs zu vermeiden.
- Nehmen Sie das Kochfeld nicht ohne Kochtöpfe Wiederholung, wenn der Mikrowellenherd in Betrieb ist.
- Bei Benutzung des Herdes ist beim Umgang mit dem Mikrowellengerät besondere Sorgfalt geboten.



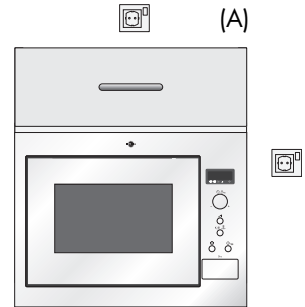
Position	Nischengröße			Rauchabzug (Minimum)	Abstand zwischen Schrank & Decke
	W	D	H		
A	560	550	360	50	50
B + C	460	300	350	15	50
	460	300	360	15	50
	560	300	350	15	50
	560	300	360	15	50
D	460	500	350	40	50
	460	500	360	40	50
	560	500	350	40	50
	560	500	360	40	50

Abmessungen in (mm)



NETZANSCHLUSS

- **Darauf achten, dass die Netzsteckdose leicht erreichbar ist, damit der Stecker im Notfall schnell abgezogen werden kann. Andernfalls sollte es möglich sein, das Gerät mithilfe eines Schalters vom Stromkreis zu trennen. Dabei sollten die geltenden Bestimmungen der elektrischen Sicherheitsnormen berücksichtigt werden.**
- **Steckdose nicht hinter dem Schrank anordnen.**
- Die beste Stelle ist über dem Schrank, vgl. (A).
Erfolgt kein Anschluss des Netzkabels zur Stelle (A), ist es vom Kabelträger (vgl. Abb., Pos. 13, auf Seite 93) abzunehmen und unter dem Gerät entlang zu führen.
- Das Gerät an einer korrekt installierten geerdeten Steckdose mit einem einphasigen Wechselstromanschluss (230 V/50 Hz) verbinden.
Steckdose mit einer Sicherung (10 A) absichern.
- **Das Netzkabel darf nur von einem Elektriker ausgetauscht werden.**
- Vor dem Aufstellen ein Stück Schnur am Netzkabel anbringen. Dadurch wird dann beim Einbau der Anschluss am Punkt (A) erleichtert.
- Beim Einsetzen des Gerätes in einen hohen Schrank darf das Netzkabel NICHT eingeklemmt werden.
- Netzkabel oder Stecker nicht in Wasser oder eine andere Flüssigkeit eintauchen.



ELEKTRISCHE ANSCHLÜSSE




WARNUNG:
DIESES GERÄT MUSS GEEDET SEIN
Bei Nichteinhaltung dieser
Sicherheitsmaßnahme lehnt der
Hersteller jegliche Haftung ab.

Wenn der an Ihrem Gerät befindliche Stecker nicht auf Ihre Steckdose passt, müssen Sie Ihren örtlichen autorisierten ELECTROLUX- Kundendienstvertreter herbei rufen.



INDICE

Medidas importantes de seguridad	119 - 121
Horno y accesorios	122
Panel de mandos	123
Antes de la puesta en funcionamiento	123
Puesta en hora del reloj	124
Consejos para cocinar con microondas	125 - 126
Utensilios de cocina aptos para microondas	127
Nivel de potencia del microondas	128
Operaciones manuales	128
Otras funciones cómodas	129 - 130
Operación programas auto	131
Tablas de programas auto	132 - 134
Recetas para programas auto AC-6 y AC-7	135
Tablas de cocción	136 - 137
Recetas	137 - 139
Limpieza y mantenimiento	140
¿Qué hacer si...	141
Garantía/servicio postventa	142 - 143
Especificaciones	144
Información importante	144
Instalación	145 - 146

El símbolo  en el producto o en su empaque indica que este producto no se puede tratar como desperdicios normales del hogar. Este producto se debe entregar al punto de recolección de equipos eléctricos y electrónicos para reciclaje. Al asegurarse de que este producto se deseche correctamente, usted ayudará a evitar posibles consecuencias negativas para el ambiente y la salud pública, lo cual podría ocurrir si este producto no se manipula de forma adecuada. Para obtener información más detallada sobre el reciclaje de este producto, póngase en contacto con la administración de su ciudad, con su servicio de desechos del hogar o con la tienda donde compró el producto.



INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD IMPORTANTES: LÉALAS ATENTAMENTE Y CONSÉRVELAS PARA CONSULTAS FUTURAS.

Para evitar incendios

Los hornos de microondas no deben dejarse funcionando sin que haya alguien controlando su cocción. Los niveles de potencia que sean demasiado altos o los tiempos de cocción demasiado largos pueden calentar excesivamente los alimentos y originar incendios.

La toma de corriente eléctrica debe estar fácilmente accesible de forma que la unidad pueda desenchufarse sin dificultades en caso de emergencia.

El suministro de C.A. debe ser de 230 V, 50 Hz, con un fusible en la línea de distribución de 10 A como mínimo, o un interruptor en el circuito de distribución de 10 A como mínimo.

Se recomienda utilizar un solo circuito separado para alimentar a este aparato.

No guarde ni use el horno en exteriores.

Si ve que sale humo de la comida que se está calentando en el horno, NO ABRA LA PUERTA. Apague y desenchufe el horno y espere hasta que deje de salir humo. Si abre la puerta mientras sale humo de la comida podría causar un incendio.

Utilice sólo recipientes, envases y utensilios adecuados para cocinar con microondas. Vedere página 127.

No deje el horno funcionando sin que haya alguien controlando su cocción cuando emplee envases desechables de plástico, papel u otros materiales combustibles para calentar o cocinar la comida.

Limpie la tapa de la guía de ondas, la cavidad del horno, el plato giratorio y el soporte del rodillo después de utilizarlos. Quiteles siempre la grasa dado que ésta podría sobrecalentarse la próxima vez que use el horno y empezar a echar humo o prenderse fuego.

No coloque materiales inflamables cerca del horno o de los orificios de ventilación. No bloquee la entrada de los orificios de ventilación.

Quite todos los precintos metálicos, envolturas de alambre, etc. que tenga la comida dado que podrían formarse arcos o chispas eléctricas en las superficies metálicas y ocasionar incendios.

No utilice el horno de microondas para freír con aceite o para calentar aceite con el que va a freír después. No se puede controlar la temperatura y podría prenderse fuego.

Para hacer palomitas de maíz (popcorn) utilice sólo un horno de microondas especial para ello.

No guarde comida ni ningún otro alimento dentro del horno. Compruebe las posiciones programadas después de poner el horno en funcionamiento para asegurarse de que su operación va a ser la correcta.

Utilice este manual de instrucciones.

Para evitar estropear el horno

ADVERTENCIA:

No haga funcionar el horno si está estropeado o funciona mal. Compruebe los puntos siguientes antes de utilizarlo:

- La puerta; asegúrese de que la puerta cierra bien y compruebe que no está ni deformada ni combada.
- Las bisagras y pestillos de seguridad de la puerta; compruebe que no están ni rotos ni flojos.
- Los sellos de la puerta y las superficies de sellado; asegúrese de que no han sufrido daños y están en perfectas condiciones.
- Dentro del horno o en la puerta; asegúrese de que no hay abolladuras.
- El cable y el enchufe de alimentación de la corriente; asegúrese de que no están estropeados.

En ningún caso ajuste, repare ni modifique el horno personalmente. Hacerlo es peligroso para cualquier persona que carezca de los conocimientos necesarios para llevar a cabo tareas de servicio o reparación que requieran la extracción de una cubierta que impida la exposición a la energía de microondas.



MEDIDAS IMPORTANTES DE SEGURIDAD

No ponga el horno a funcionar con la puerta abierta ni altere de ninguna forma los pestillos (cierres) de la puerta de seguridad.

No haga funcionar el horno si hay algún objeto atrapado entre los sellos de la puerta y las superficies de sellado.

No permita que se acumule grasa o suciedad en las juntas herméticas de la puerta ni en las superficies de alrededor. Siga las instrucciones de "Limpieza y mantenimiento", en la página 140. Si el horno no se mantiene limpio podría deteriorarse su superficie, lo que podría perjudicar a la vida útil del aparato así como provocar una situación peligrosa.

Las personas que llevan un MARCAPASOS deben comprobar con su médico o el fabricante del marcapasos las precauciones que deben tomar con respecto a los hornos de microondas.

Para evitar sacudidas eléctricas

Bajo ningún concepto se deberá desmontar la caja exterior.

No derrame nada ni introduzca ningún objeto en los orificios de los cierres de la puerta o en los orificios de ventilación. En caso de que cayera algo, apague el horno, desenchúfelo inmediatamente y llame al técnico de servicio ELECTROLUX autorizado.

No sumerja en agua ni en ningún otro líquido el cable de alimentación ni el enchufe.

No deje que el cable de alimentación cuelgue del borde de la mesa o de la superficie en la que esté situado el horno.

No permita que el cable de corriente entre en contacto con superficies calientes o afiladas, como por ejemplo el aire caliente de la parte superior trasera del microondas.

No procure substituir la lámpara usted mismo del horno o permitir a cualquier persona que no sea autorizada por ELECTROLUX a hacer tan.

Si la lámpara se estropea, consúltelo con su distribuidor o con un técnico de servicio ELECTROLUX autorizado.

Si se estropea el cable de alimentación de este aparato, deberá cambiarlo por un cable especial. El cambio debe efectuarlo un técnico de servicio ELECTROLUX autorizado.

Para evitar el riesgo de explosión y ebullición repentina:

ADVERTENCIA: No caliente líquidos ni otros alimentos en recipientes cerrados ya que podrían explotar.

No use nunca recipientes o envases sellados. Quite los cierres y tapas antes de utilizarlos. Los recipientes sellados pueden explotar al acumularse la presión incluso después de haber apagado el horno.

Tenga cuidado cuando caliente líquidos en el horno de microondas. Utilice un recipiente de boca ancha para que puedan escapar las burbujas.

El calentamiento de bebidas en el microondas puede dar lugar a un retraso en la ebullición, por lo tanto el cuidado tiene que ser tomado al manejar el envase.

Para evitar la salida repentina de líquido hirviendo y las posibles quemaduras:

1. Agite el líquido antes de calentarlo/recalentarlo.
2. Es aconsejable introducir una varilla de vidrio o utensilio similar en el líquido mientras calienta.
3. Deje el líquido en reposo al final del tiempo de cocción por 20 segundos, para evitar que hierva y salpique después.

No cocine huevos con la cáscara ni caliente huevos cocidos duros enteros en hornos microondas ya que podrían explotar incluso después de haber terminado de calentarlos en el microondas. Para cocinar o volver a calentar huevos que no estén mezclados o revueltos, pinche las yemas y las claras para que no exploten. Corte también los huevos duros con cáscara antes de calentarlos en el horno de microondas.

Agujeree la piel o cáscara de alimentos como las patatas, salchichas y fruta antes de cocinarlos porque si no podrían explotar.

Para evitar quemaduras

No toque o mueva nunca el grill inferior mientras está caliente. Utilice agarradores o manoplas especiales para horno al sacar la comida para evitar quemarse.



Abra siempre los recipientes, paquetes de palomitas de maíz, bolsas para cocinar en horno, etc., lejos de la cara y manos para evitar quemarse con el vapor.

Para evitar quemaduras, compruebe siempre la temperatura de los alimentos y remuévalos antes de servirlos, prestando especial atención a la temperatura de comidas y bebidas para bebés, niños o ancianos.

La temperatura del recipiente no es una buena indicación de la temperatura de la comida o bebida; compruebe siempre la temperatura de la comida.

Conviene siempre apartarse de la puerta del horno al abrirlo para evitar quemarse al salir el vapor y el calor.

Los alimentos rellenos cocidos al horno deben cortarse en rodajas después de calentarlos para que salga el vapor y evitar quemaduras.

Para evitar que los niños lo utilicen de forma inadecuada

ADVERTENCIA: Sólo se debe permitir a los niños utilizar el horno sin supervisión alguna cuando se les haya dado instrucciones adecuadas para que puedan usarlo de modo seguro y comprendan los peligros de un uso incorrecto.

Este aparato no está diseñado para que lo utilicen personas (niños incluidos) con capacidades físicas, sensoriales o mentales reducidas, o sin experiencia y conocimientos, a menos que una persona responsable de su seguridad les supervise o les haya dado instrucciones acerca del uso del horno.

Es preciso controlar a los niños para cerciorarse de que no jueguen con el aparato.

Los niños pueden utilizar los hornos de microondas sólo cuando estén bajo supervisión de las personas mayores.

No apoyarse ni agarrarse de la puerta del horno. No juegue con el horno ni lo utilice como un juguete.

A los niños se les debe enseñar todas las medidas de seguridad importantes tales como la utilización de guantes o manoplas para no quemarse, retirar con cuidado las envolturas de las comidas y tener un cuidado especial con los alimentos (por ej., los envueltos en materiales autocalentables) diseñados para tostar la comida porque puede que estén demasiado calientes.

Otras Notas

No intente nunca hacer ninguna modificación en el horno.

Este horno es para preparar solamente comidas en el hogar y debe utilizarse sólo para cocinar alimentos. No es adecuado para utilizarlo con fines comerciales o de laboratorio.

Para prevenir averías en el horno y para no estropearlo, tenga en cuenta lo siguiente:

No haga funcionar el horno cuando esté vacío.

Si utiliza algún plato para dorar o materiales autocalentables, coloque siempre debajo un aislador termorresistente como, por ejemplo, un plato de porcelana para evitar que se estropee el plato giratorio y el soporte del rodillo debido al esfuerzo calorífico. No debe sobrepasar el tiempo de precalentamiento especificado en las instrucciones del plato.

No utilice utensilios de metal que reflejan las microondas y pueden ocasionar arcos o chispas eléctricas. No ponga nunca latas en el horno.

Utilice sólo el plato giratorio y el soporte del rodillo diseñados para este horno. No hacer funcionar el horno sin el plato giratorio.

Para evitar que se rompa el plato giratorio:

- Antes de limpiar el plato giratorio con agua, déjelo enfriar.
- No ponga comidas ni utensilios calientes sobre un plato giratorio frío.
- No ponga comidas ni utensilios fríos sobre un plato giratorio caliente.

No coloque nada en las partes exteriores del horno mientras está funcionando.

NOTAS:

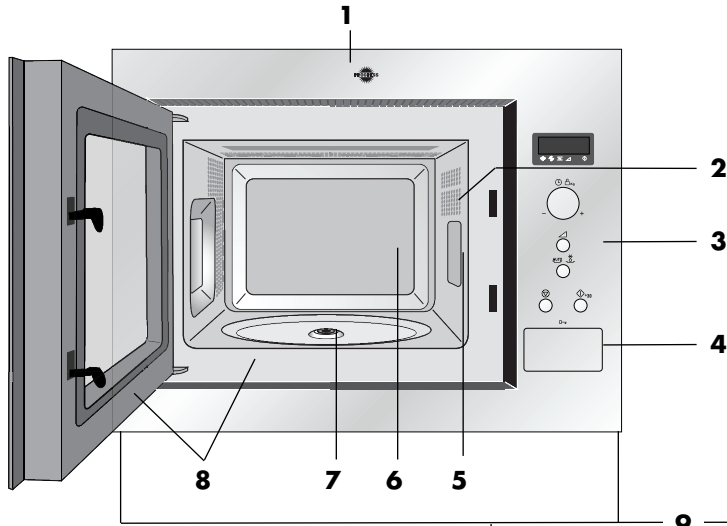
Si no está seguro de cómo conectar el horno, sírvase consultar a un electricista cualificado.

Ni el fabricante ni el proveedor aceptan responsabilidad alguna por cualquier avería del horno o heridas personales sufridas por dejar de observar el procedimiento correcto de conexión eléctrica.

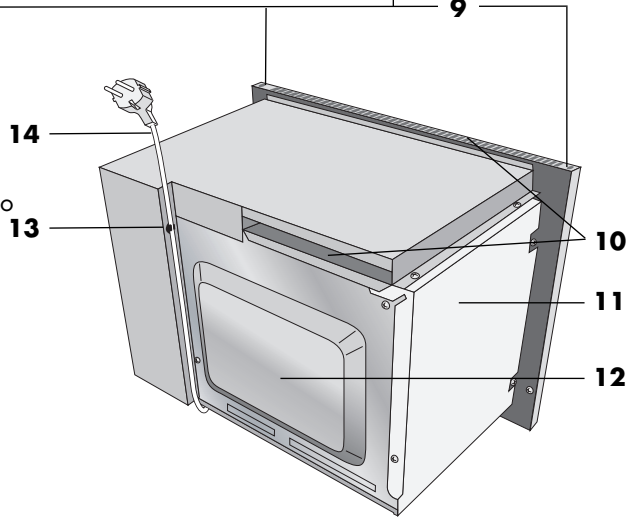
Puede que se forme vapor o gotas de agua algunas veces en las paredes del horno o cerca del sellado de las puertas y de las superficies de selladas. Esto es bastante normal y no indica que haya ninguna fuga de microondas ni ninguna avería.



HORNO Y ACCESORIOS



1. Marco frontal
2. Lámpara del horno
3. Panel de mandos
4. Tecla apertura de puerta
5. Cavity del horno
6. Guarnición estanca
7. Sellos de la puerta y superficies de sellado
8. Cierre de la puerta y marco de cierre

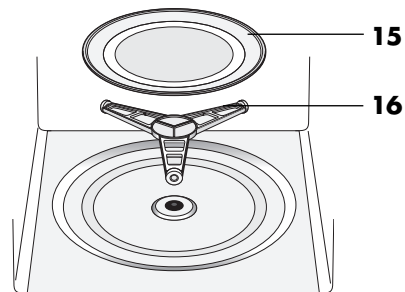


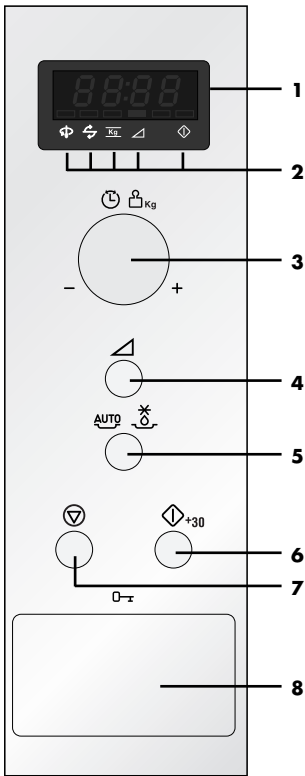
ACCESORIOS:

Compruebe que están presentes los siguientes accesorios:

- (15) El plato giratorio (16) El soporte de rodillos
- (17) 4 tornillos de fijación (no mostrado)
- Coloque el soporte de rodillos en la guarnición en el fondo del interior.
- Ponga seguidamente el plato giratorio en el soporte de rodillos.
- Para evitar daños al plato giratorio, al sacar del horno platos o recipientes conviene levantarlos apartándolos del borde del plato giratorio.

NOTA: Cuando encargue accesorios al comercio o técnico de servicio ELECTROLUX autorizado, sírvase mencionar dos cosas del nombre de la pieza y la denominación del modelo.





1 Visualizador digital

2 Indicadores

El indicador apropiado destellará o se iluminará sobre el símbolo respectivo, según la instrucción dada. Cuando el indicador destelle, pulse la tecla adecuada (que tiene el mismo símbolo), o lleve a cabo la operación necesaria.

Remover

Darle vuelta

KG/Peso

Nivel de potencia de microondas

Cocción

3 Mando **TEMPORIZADOR/PESO**

4 Botón **NIVEL DE POTENCIA DEL MICROONDAS**

5 Botón **PROGRAMAS AUTOMÁTICOS**

Pulsar para seleccionar uno de los 12 programas automáticos.

6 Botón **START/+30**

7 Botón **STOP**

8 Botón **APERTURA DE PUERTA**

ANTES DE LA PUESTA EN FUNCIONAMIENTO



Enchufe el horno a la toma de corriente.

1. En el visualizador del horno empezará a parpadear:



2. Pulse la tecla de **PARADA (STOP)**, aparecerá en el visualizador.



x1



Ponga en hora el reloj tal como se describe a continuación.

Utilización de la tecla de **STOP**

Utilice la tecla de **STOP** para:

1. Borrar los errores que haya cometido durante la programación.
2. Parar el horno temporalmente durante la cocción.
3. Cancelar un programa durante la cocción, pulsándola dos veces.

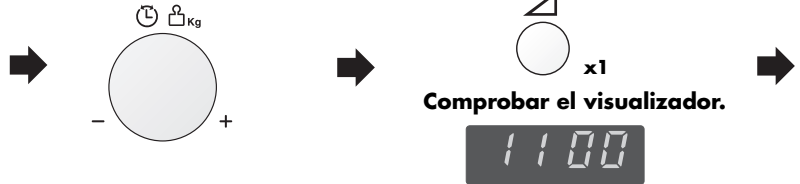


PUESTA EN HORA DEL RELOJ

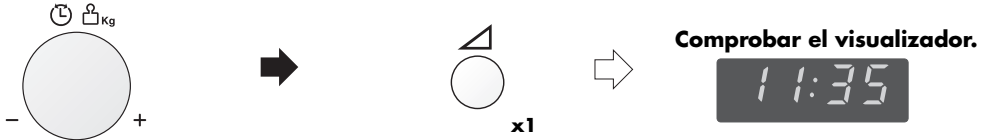
Hay dos modalidades: reloj de 12 horas y reloj de 24 horas.
Para poner en hora el reloj, seguir el ejemplo que sigue.

Ejemplo: Poner el reloj de 12 horas a las 11:35.

1. Para poner en hora el reloj de 12 horas hay que mantener pulsada la tecla de **NIVEL DE POTENCIA DEL MICROONDAS** durante 3 segundos. **12 H** aparecerá en el visualizador.
2. Poner la hora. Girar el botón de **TEMPORIZADOR/PESO** hasta que se vea la hora correcta (11).
3. Se pulsa la tecla **NIVEL DE POTENCIA DEL MICROONDAS** a cambiar de horas a minutos.



4. Poner la minutos. Girar el botón de **TEMPORIZADOR/PESO** hasta que se vea la minutos correcta (35).
5. Se pulsa la tecla **NIVEL DE POTENCIA DEL MICROONDAS** a poner en marcha el reloj.

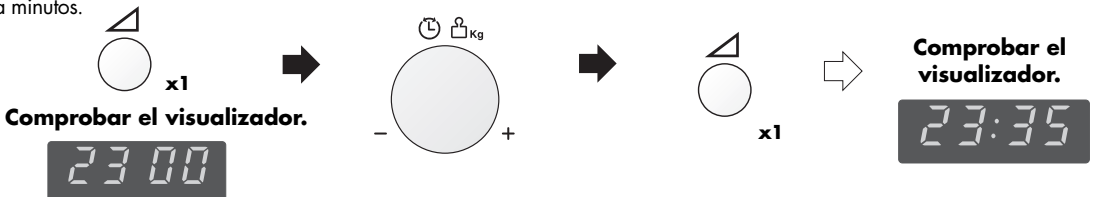


Ejemplo: Poner el reloj de 24 horas a las 23:35.

1. Para poner en hora el reloj de 24 horas hay que mantener pulsada la tecla de **NIVEL DE POTENCIA DEL MICROONDAS** durante 3 segundos. **12 H** aparecerá en el visualizador.
2. Se pulsa la tecla **NIVEL DE POTENCIA DEL MICROONDAS** a cambiar de 12 horas a 24 horas.
3. Poner la hora. Girar el botón de **TEMPORIZADOR/PESO** hasta que se vea la hora correcta (23).



4. Se pulsa la tecla **NIVEL DE POTENCIA DEL MICROONDAS** a cambiar de horas a minutos.
5. Poner la minutos. Girar el botón de **TEMPORIZADOR/PESO** hasta que se vea la minutos correcta (35).
6. Se pulsa la tecla **NIVEL DE POTENCIA DEL MICROONDAS** a poner en marcha el reloj.



NOTA:

1. El botón de **TEMPORIZADOR/PESO** puede girarse en sentido horario o antihorario.
2. Si se comete una equivocación durante la programación basta con pulsar la tecla de **STOP**.
3. Si se interrumpe la alimentación de energía eléctrica al horno de microondas, el visualizador indicará intermitentemente **88:88** después de restablecerse la corriente. Si ocurre esto mientras está usándose el horno se borrará el programa. También desaparece la hora del día.
4. Cuando haya que poner nuevamente en hora el reloj hay que seguir otra vez el ejemplo antes mencionado.



Las microondas son ondas energéticas, parecidas a las utilizadas para las señales de televisión y radio.

La energía eléctrica se convierte en energía microondas y se introduce en el interior del horno a través de una guía de ondas.

Para evitar que los alimentos y la grasa se metan en la guía de ondas, ésta está protegida por la cubierta de la guía de ondas.

Las microondas no pueden atravesar el metal; por eso, el interior del horno está hecho de metal y hay una delgada rejilla metálica en la puerta. Durante la cocción, las microondas rebotan en los laterales del interior del microondas de forma aleatoria.

Las microondas atravesarán ciertos materiales, como el vidrio y el plástico, para calentar los alimentos. (Consulte "Utensilios de cocina aptos para microondas" en las página 127).

Para cocinar o descongelar alimentos en un horno microondas, la energía microondas debe ser capaz de atravesar el recipiente para entrar en los alimentos.

Por lo tanto es importante elegir recipientes adecuados.

Los platos redondos u ovalados son mejores que los cuadrados o alargados, ya que los alimentos situados en las esquinas suelen quedar demasiado hechos.

Pueden utilizarse varios tipos de recipientes, como se indica en las página 127.

El agua, el azúcar y la grasa de los alimentos absorben las microondas, lo que los hace vibrar. Esto crea calor por fricción de igual forma que sus manos se calientan cuando frota una con la otra.

Las zonas externas de los alimentos se calientan por la energía microondas, y luego el calor se desplaza hasta el centro por conducción, igual que en los métodos convencionales de cocción. Es importante dar la vuelta, volver a colocar o remover los alimentos para asegurar que se calientan uniformemente.

Una vez terminada la cocción, el horno deja automáticamente de producir microondas.

Es necesario dejar reposar los alimentos después de la cocción para que el calor se distribuya por ellos por igual.

Las microondas cocinan los alimentos más rápidamente que los métodos convencionales de cocción. Por eso es fundamental que se sigan ciertas técnicas para asegurar buenos resultados. Muchas de las técnicas siguientes son parecidas a las utilizadas en los métodos convencionales de cocción.

CARACTERÍSTICAS DE LOS ALIMENTOS

Composición	Los alimentos con mayor contenido en grasa o azúcar (p. ej.: pudding de Navidad o pastel de frutas) necesitan menos tiempo para calentarse. Debería tenerse cuidado, ya que el sobrecalentamiento puede causar un incendio.
Densidad	La densidad de los alimentos afectará al tiempo de cocción necesario. Los alimentos ligeros y porosos, como los bizcochos o el pan, se cocinan más rápidamente que los alimentos más pesados y densos, como los asados y los guisos.
Cantidad	El tiempo de cocción debe aumentarse cuanto mayor sea la cantidad de alimentos colocados en el horno. P. ej.: cuatro patatas tardarán más en cocinarse que dos.
Tamaño	Los alimentos y trozos pequeños se cocinan más rápidamente que los más grandes, ya que las microondas pueden entrar hasta el centro desde todos los lados. Para una cocción uniforme, haga trozos del mismo tamaño.
Forma	Los alimentos con formas irregulares, como las pechugas o los muslos de pollo, tardan más en cocinarse en las partes más gruesas. Las formas redondeadas se cocinan más uniformemente que las formas cuadradas cuando se cocinan con microondas.
Temperatura	La temperatura inicial de los alimentos afecta al tiempo de cocción necesario. Los alimentos refrigerados tardarán más en cocinarse que los alimentos a temperatura ambiente. Haga un corte a los alimentos con relleno, por ejemplo bollos rellenos de mermelada, para liberar el calor o el vapor.



CONSEJOS PARA COCINAR CON MICROONDAS

TÉCNICAS DE COCCIÓN

Colocar	Ponga las partes más gruesas de los alimentos hacia el exterior del plato. P. ej.: muslos de pollo.
Tapar	Utilice film transparente para microondas dejando una abertura o bien una tapa adecuada.
Perforar	Los alimentos con cáscara, piel o membrana deben perforarse en varios sitios antes de cocinarlos o calentarlos, ya que se acumulará el vapor y puede hacer que exploten los alimentos. P. ej.: patatas, pescado, pollo, salchichas. Nota: Los huevos no deberían calentarse con energía microondas, ya que pueden explotar, incluso después de haber terminado su cocción. P. ej.: escalfados, fritos, cocidos.
Remover, dar la vuelta y volver a colocar	Para conseguir una cocción uniforme, es imprescindible remover, dar la vuelta y volver a colocar los alimentos durante la cocción. Remueva y vuelva a colocar los alimentos siempre desde fuera hacia dentro.
Reposar	Es necesario dejar reposar los alimentos después de la cocción para que el calor pueda distribuirse por ellos por igual.
Proteger	Algunas zonas de los alimentos que se estén descongelando pueden calentarse. Las zonas calientes pueden protegerse con pequeños trozos de papel de aluminio, que reflejan las microondas. P. ej.: muslos y alitas de un pollo.

DETERMINACIÓN DEL TIEMPO DE COCCIÓN CON EL TERMÓMETRO DE ALIMENTOS

Cada bebida y cada plato tiene una determinada temperatura interior (temperatura en el núcleo), una vez terminado el proceso de la cocción. Si dicho proceso de cocción se interrumpe en este punto el

resultado será satisfactorio. Dicha temperatura se puede leer en un termómetro especial para comidas. La siguiente tabla de temperaturas informa sobre las temperaturas más importantes.

Bebida/comida	Temperatura interior al final del tiempo de la cocción	Temperatura interior después de 10-15 minutos de tiempo de reposo	
Calentar bebidas (café, té, agua, etc)	65-75 °C		
Calentar leche	60-65 °C		
Calentar sopas	75-80 °C		
Calentar guisados/estofados	75-80 °C		
Aves	80-85 °C	85-90 °C	
Carne de cordero	Soasado	70 °C	
	Bien asado	75-80 °C	80-85 °C
Roast beef	Sasado	50-55 °C	55-60 °C
	Medio	60-65 °C	65-70 °C
	Bien asado	75-80 °C	80-85 °C
Carne de cerdo, ternera	80-85 °C	80-85 °C	

UTENSILIOS DE COCINA APTOS PARA MICROONDAS



Recipientes	Adecuados para microondas	Comentarios
Papel de aluminio y recipientes de papel de aluminio	✓ / ✗	Pueden utilizarse trozos pequeños de papel de aluminio para proteger los alimentos y evitar que se sobrecalienten. Mantenga el papel de aluminio a al menos 2 cm de las paredes del horno, ya que pueden formarse arcos eléctricos. No se recomiendan los recipientes de papel de aluminio a menos que lo especifique el fabricante, p. ej.: Microfoil®, siga las instrucciones atentamente.
Fuentes refractarias	✓	Siga siempre las instrucciones del fabricante. No supere los tiempos de calentamiento facilitados. Tenga mucho cuidado, ya que estas fuentes se calientan mucho.
Loza y cerámica	✓ / ✗	La porcelana, la cerámica, la cerámica vitrificada y la porcelana a base de huesos suelen ser adecuados, excepto cuando tienen adornos metálicos.
Cristalería (p. ej.: Pyrex®)	✓	Debería tenerse cuidado al utilizar cristalería delicada, ya que puede romperse o rajarse si se calienta repentinamente.
Metal	✗	No se recomienda utilizar recipientes metálicos con energía microondas, ya que formará arcos eléctricos que pueden causar un incendio.
Plásticos y poliestireno (p. ej.: recipientes de comida rápida)	✓	Debe tenerse cuidado, ya que algunos recipientes se deforman, funden o descoloran a temperaturas altas.
Film transparente	✓	No debería estar en contacto con los alimentos y debe perforarse para dejar escapar el vapor.
Bolsas para congelar y asar	✓	Deben perforarse para dejar escapar el vapor. Asegúrese de que las bolsas son adecuadas para su uso en microondas. No utilice cierres de plástico o metal, ya que pueden fundirse o prenderse debido a la formación de arcos eléctricos del metal.
Papel: platos, vasos y papel de cocina	✓	Utilícelos sólo para calentar o para absorber la humedad. Debe tenerse cuidado, ya que el sobrecalentamiento puede causar un incendio.
Recipientes de paja y madera	✓	Esté siempre atento al horno cuando utilice estos materiales, ya que el sobrecalentamiento puede causar un incendio.
Papel reciclado y de periódico	✗	Puede contener extractos de metal que formarán arcos eléctricos y pueden causar un incendio.



NIVEL DE POTENCIA DEL MICROONDAS

Hay 5 niveles diferentes de potencia de microondas preajustables para su horno. Para seleccionar el nivel de potencia de las microondas siga las indicaciones dadas en este recetas. Por lo general rigen las siguientes recomendaciones:

800 W Utilizado para cocción rápida o para recalentar, p.ej. sopas, guisos, alimentos enlatados, bebidas calientes, verduras, pescado, etc.

560 W Utilizado para la cocción más prolongada de alimentos densos, como carne asada, pasteles de carne y comidas al plato y también para platos sensibles como salsa de queso y pasteles de bizcocho. En este punto de ajuste, más reducido, la salsa no hervirá y los alimentos se cocerán uniformemente sin quemarse en los bordes.

400 W Para alimentos densos que requieren un tiempo de cocción largo en la cocina convencional, por ejemplo platos de buey. Se recomienda utilizar este ajuste de la potencia para asegurar que la carne quede tierna.

240 W (Ajuste de descongelación). Seleccione este ajuste para descongelar asegurando que el plato se descongela uniformemente. Este ajuste es también ideal para cocer a fuego lento arroz, pasta, etc. y para cocer flanes de huevo.

80 W Para descongelación cuidadosa, por ejemplo de dulces o pasteles de crema.

W - Vatios

Para regular el nivel de potencia, mantenga pulsada la tecla de **MICROONDAS** hasta ver en el visualizador el nivel deseado. Si toca la tecla sólo una vez, **800** en el visualizador aparecerá (800 W). Si sobrepasa el nivel de potencia deseado, continúe pulsando la tecla de **MICROONDAS** hasta que alcance otra vez el nivel deseado. **Si no pone ningún nivel, se seleccionará automáticamente el nivel del 800 W.**



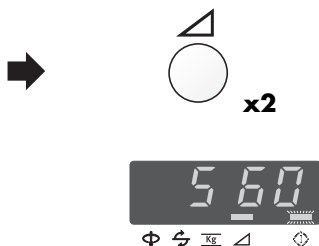
OPERACIONES MANUALES

Con las operaciones manuales podrá programar el horno para un máximo de 90 minutos (90.00). La unidad de ingreso de tiempo de cocción (descongelación) puede variar entre 10 segundos y cinco minutos. Depende del tiempo total de cocción (descongelación), tal como se enseña en la tabla.

Tiempo de cocción	Unidad
0-5 minutos	10 segundos
5-10 minutos	30 segundos
10-30 minutos	1 minuto
30-90 minutos	5 minutos

Ejemplo: Supongamos que se desea calentar sopa durante 2 minutos y 30 segundos empleando una potencia de microondas de 560 W.

1. Se pone el tiempo de cocción deseado girando el botón de **TEMPORIZADOR/PESO** en sentido horario. (2 min. & 30 seg.)
2. Elija el nivel de potencia deseado pulsando **NIVEL DE POTENCIA DEL MICROONDAS** dos veces.
3. Se pulsa la tecla de **START/ +30** para empezar la cocción.



NOTA:

1. Cuando se abre la puerta durante el proceso de cocción se para automáticamente el tiempo contado en el visualizador digital. El tiempo de cocción empieza a contarse de nuevo cuando se cierra la puerta y se pulsa la tecla de **START/ +30**.
2. Si se desea saber el nivel de potencia que se está usando durante la cocción se pulsa la tecla de **NIVEL DE POTENCIA DEL MICROONDAS**. Mientras se toca la tecla de **NIVEL DE POTENCIA DEL MICROONDAS** con el dedo se ve en el visualizador el nivel de potencia.
3. El botón de **TEMPORIZADOR/PESO** se puede girar en sentido horario o antihorario. Si se gira en sentido antihorario se reduce el tiempo de cocción desde 90 minutos en intervalos.



1. COCCIÓN EN VARIAS SECUENCIAS

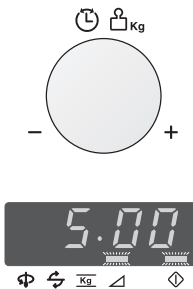
Se pueden introducir un máximo de 3 secuencias, formadas por tiempo y modo de cocción manual.

Ejemplo:

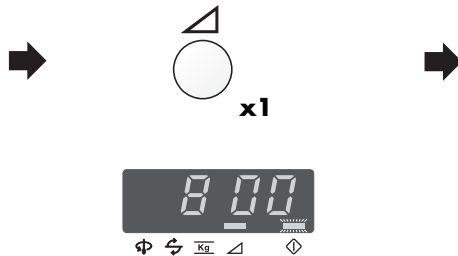
Para cocinar arroz: 5 minutos en la potencia de 800 W (Etapa 1)
16 minutos en la potencia de 240 W (Etapa 2)

ETAPA 1

1. Se pone el tiempo de cocción deseado girando el botón de **TEMPORIZADOR/PESO**.

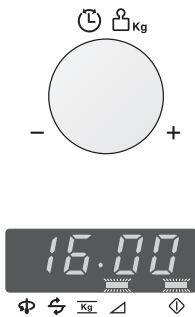


2. Elija el nivel de potencia deseado pulsando **NIVEL DE POTENCIA DEL MICROONDAS** una vez.

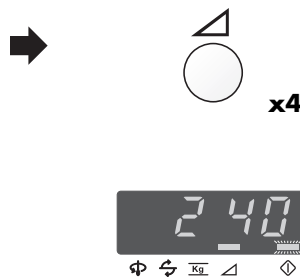


ETAPA 2

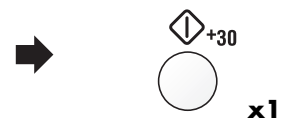
3. Se pone el tiempo deseado girando el botón de **TEMPORIZADOR/PESO**.



4. Elija el nivel de potencia deseado pulsando **NIVEL DE POTENCIA DEL MICROONDAS** cuatro veces.



5. Se pulsa la tecla de **START/ +30** una vez para empezar la cocción.



Comprobar el visualizador.



(El horno empezará a cocinar durante 5 minutos a 800 W y luego durante 16 minutos con 240 W.)



OTRAS FUNCIONES CÓMODAS

2. FUNCIÓN PARA AÑADIR 30 SEGUNDOS

La tecla de **START/+30** permite utilizar las dos funciones siguientes:

a. Inicio directo de cocción

Puede empezar la cocción directamente al nivel de potencia de microondas de 800 W durante 30 segundos pulsando el botón **START/+30**.



NOTA:

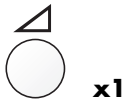
Para evitar manipulaciones indebidas por los niños la tecla de **START/+30** sólo puede usarse dentro de 3 minutos de la operación inmediatamente precedente, p.ej. el cierre de la puerta o la pulsación de la tecla de **STOP**.

b. Prolongación del tiempo de cocción.

Durante la cocción manual, puede prolongar el tiempo de cocción en múltiplos de 30 segundos pulsando el botón mientras el horno está funcionando.

3. PARA COMPROBAR EL NIVEL DE POTENCIA

Para comprobar el nivel de potencia de microondas durante la cocción se pulsa la tecla de **NIVEL DE POTENCIA DEL MICROONDAS**.



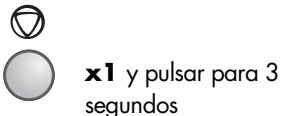
Mientras se está tocando la tecla de **NIVEL DE POTENCIA DEL MICROONDAS** con el dedo se ve en el visualizador el nivel de potencia.

El horno continúa contando el tiempo aunque el visualizador esté indicando el nivel de potencia.

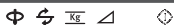
4. FUNCIÓN DE BLOQUEO DE SEGURIDAD

PARA ACTIVAR LA FUNCIÓN DE BLOQUEO DE SEGURIDAD

1. Pulse y mantenga pulsada la tecla **STOP** durante 3 segundos.



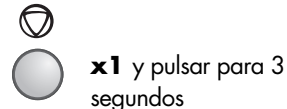
Comprobar el visualizador.



NOTA: Cuando está activado el Bloqueo de seguridad no funcionará ningún botón a excepción del botón **STOP**.

PARA CANCELAR LA FUNCIÓN DE BLOQUEO DE SEGURIDAD

1. Pulse y mantenga pulsada la tecla **STOP** durante 3 segundos.



Si el reloj está puesto en hora, podrá verse la hora en la pantalla.

OPERACIÓN PROGRAMAS AUTO



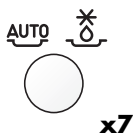
La operación **PROGRAMAS AUTO** se calcula automáticamente el modo y el tiempo de cocción correctos. Se puede elegir de entre 7 menús de **COCCIÓN AUTOMÁTICA** y 5 menús de **DESCONGELACIÓN AUTOMÁTICA**. Lo que se necesita saber cuando se usa esta función automática es:

1. Pulsar la tecla de **PROGRAMAS AUTO** una vez; en el visualizador se verá lo indicado. El menú puede elegirse pulsando la tecla de **PROGRAMAS AUTO** hasta que se vea en el visualizador el número del menú deseado. Ver las páginas 132 - 134 "**TABLAS DE PROGRAMAS AUTO**". Para seleccionar un menú de descongelar, pulse la tecla de **PROGRAMAS AUTO** al menos 8 veces. Si pulsa el botón 8 veces, le aparecerá **RD - 1** en la pantalla. El menú cambiará automáticamente manteniendo pulsado la tecla de **PROGRAMAS AUTO**.
2. El peso o la cantidad del alimento puede introducirse girando el mando de **TEMPORIZADOR/PESO** hasta que se visualice el peso o cantidad deseados.
 - Introducir sólo el peso del alimento. No incluir el peso del envase.
 - Tratándose de productos que pesen más o menos que los pesos/cantidades que se indican en la tablas, usar los programas manuales. Para conseguir los mejores resultados conviene seguir lo indicado en las tablas en las páginas 136 - 137.
3. Para empezar a cocinar, pulsar la tecla de **START/+30**. Cuando se necesita alguna acción (p.ej. dar vuelta al alimento) el horno se para y suenan las señales, y en el visualizador se verá intermitentemente el tiempo de cocción que queda y cualquier indicador. Para continuar cocinando hay que pulsar la tecla de **START/+30**.

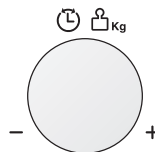
Ejemplo:

Para cocinar graten pesa 1,0 kg servirse de **COCCIÓN AUTOMÁTICA (AC-7)**.

1. Se selecciona el menú requerido pulsando siete veces la tecla de **PROGRAMAS AUTO**.



2. Se introduce el peso girando el mando de **TEMPORIZADOR/PESO** en sentido horario.



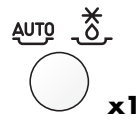
3. Se pulsa la tecla de **START/+30**.



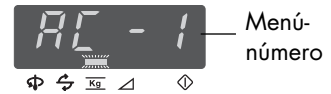
Comprobar el visualizador.



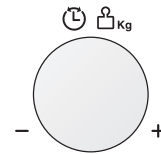
1.



Tecla de **PROGRAMAS AUTO**

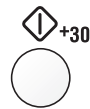


2.



Mando de **TEMPORIZADOR/PESO**

3.

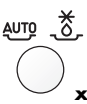

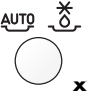
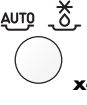



Tecla de **START/+30**

La temperatura final variará dependiendo de la temperatura de partida. Comprobar que el alimento está muy caliente después de la cocción. Si es necesario se puede prolongar el tiempo de cocción y variar el nivel de potencia.



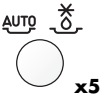

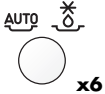

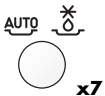

TABLAS DE PROGRAMAS AUTO

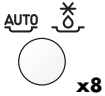

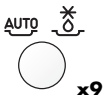

TECLA	COCCIÓN AUTOMÁTICA	CANTIDAD (Unidad de incremento)/UTENSILIOS	PROCEDIMIENTO
 x1	AC-1 Cocción Verduras congeladas 	0,1 - 0,6 kg (100 g) Fuente con tapa	<ul style="list-style-type: none"> • Agregue 1 CU de agua por 100 g y un poco de sal. (Tratándose de setas no se necesita agua adicional). • Cubrir con una tapa. • Cuando la señal audible suena, remover y cubra otra vez. • Después de la cocción, dejar en reposo el alimento durante unos. 2 min. <p>IMPORTANTE: Si se compactan juntas las verduras congeladas, cocerlas empleando el modo manual.</p>
 x2	AC-2 Cocción Verduras frescas 	0,1 - 0,6 kg (100 g) Fuente con tapa	<ul style="list-style-type: none"> • Corte en trozos pequeños, ya sea en juliana, dados o rodajas. • Agregue 1 CU de agua por 100 g y un poco de sal. (Tratándose de setas no se necesita agua adicional). • Cubrir con una tapa. • Cuando suene la señal acústica, remover y volver a tapar. • Después de la cocción, dejar en reposo el alimento durante unos. 2 min.
 x3	AC-3 Cocción Comidas congeladas preparadas (Removibles) 	0,3 - 1,0 kg* (100 g) Fuente con tapa	<ul style="list-style-type: none"> • Transferir el alimento a un plato adecuado para microondas. • Cubrir con una tapa. • Cocinar sin tapar si lo aconseja el fabricante. • Cuando suene la señal acústica, remover y volver a tapar. • Después de la cocción, dejar en reposo el alimento durante unos. 5 min.
 x4	AC-4 Cocción Gratén congeladas 	0,2 - 0,6 kg (100 g) Fuente para gratén y film de plástico para microondas o original recipiente y film de plástico para microondas	<ul style="list-style-type: none"> • Saque el gratén congelado del paquete. Si el recipiente no es apto para hornos microondas, colóquelo en un fuente para gratén y cúbralo con con film de plástico para microondas. • Si el recipiente es apto para hornos microondas, saque la cubierta de papel original y cúbralo con film de plástico para microondas. • Después de la cocción, dejar en reposo el alimento durante unos. 5 min.

Importante: Los alimentos refrigerados se cocinan a partir de 5 °C, y los congelados a partir de -18 °C.

TABLAS DE PROGRAMAS AUTO



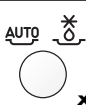


PULSANTE	COCCIÓN AUTOMÁTICA	CANTIDAD (Unidad de incremento)/UTENSILIOS	PROCEDIMIENTO
	AC-5 Cocción Patatas cocidas y asadas con piel 	0,1 - 0,8 kg* (100 g) Fuente con tapa	Patatas hervidas: pelar las patatas y cortarlas en trozos de tamaños similares. Patatas con piel: elegir patatas del mismo tamaño y lavarlas. <ul style="list-style-type: none"> • Poner las patatas cocidas o en su monda en una fuente. • Agregue la cantidad de agua requerida (por 100 g) aprox. 2 CU y un poco de sal. • Cubrir con una tapa. • Cuando suene la señal acústica, remover y volver a tapar. • Después de la cocción, dejar en reposo el alimento durante unos. 2 min.
	AC-6 Cocción Filetes de Pescado con Salsa 	0,4 - 1,2 kg* (100g) Fuente para gratén y film de plástico para microondas	<ul style="list-style-type: none"> • Ver las recetas para "Filetes de Pescado con Salsa" en la página's 135. <p>* Peso total de ingredientes.</p>
	AC-7 Cocción Gratén 	0,5 - 1,5 kg* (100 g) Fuente para gratén	<ul style="list-style-type: none"> • Ver las recetas para "Gratén" en la página 135. <p>* Peso total de ingredientes.</p>

PULSANTE	DESCONG. AUTOMÁTICA	CANTIDAD (Unidad de incremento)/UTENSILIOS	PROCEDIMIENTO
	Ad-1 Descongelación Bistec y chuletas 	0,2 - 0,8 kg* (100 g) Plato Cacerola (Ver nota en la pagina 134.)	<ul style="list-style-type: none"> • Colocar la comida en una fuente en el centro del plato giratorio. • Cuando suene la señal acústica, dar la vuelta a la comida, recolocar y separar. Proteger las partes más finas y puntos calientes con con papel de aluminio. • Tras la descongelación, envolver en papel de aluminio durante 10-15 min. hasta quedar totalmente descongelada.
	Ad-2 Descongelación Carne picada 	0,2 - 0,8 kg* (100 g) Plato Cacerola (Ver nota en la pagina 134.)	<ul style="list-style-type: none"> • Colocar el bloque de carne picada en una fuente en el centro del plato giratorio. • Cuando suene la señal acústica, dar la vuelta a la comida. Retirar las partes descongeladas si es posible. • Tras la descongelación, cubrir con papel de aluminio durante 5-10 min. hasta quedar totalmente descongelada.

Importante: Los alimentos refrigerados se cocinan a partir de 5 °C, y los congelados a partir de -18 °C.



TABLAS DE PROGRAMAS AUTO

PULSANTE	DESCONG. AUTOMÁTICA	CANTIDAD (Unidad de incremento)/UTENSILIOS	PROCEDIMIENTO
 x10	Ad-3 Descongelación Pollo	0,9 - 1,5 kg (100 g) Plato Cacerola (Ver nota mas adelante.)	<ul style="list-style-type: none"> Colocar el pollo con la pechuga hacia abajo en una fuente en el centro del plato giratorio. Cuando suene la señal acústica, dar la vuelta y proteger las partes más finas y los puntos calientes con pequeños trozos de papel de aluminio. Después de descongelar, aclaración con la agua fría y envolver en lámina de aluminio durante 15 - 30 minutos hasta que esté totalmente descongelado. Finalmente limpie el pollo bajo agua corriente.
 x11	Ad-4 Descongelación Pastel	0,1 - 1,4 kg (100 g) Plato plano	<ul style="list-style-type: none"> Retire todo el embalaje del pastel. Colocar directamente en el plato giratorio o en un plato en el centro del mismo. Tras la descongelación, cortar la tarta en trozos de tamaño similar dejando espacio entre cada uno de ellos y dejar durante 10-30 min. hasta quedar todo descongelado.
 x12	Ad-5 Descongelación Pan	0,1 - 1,0 kg (100 g) Plato Cacerola (Para este programa solamente se recomienda pan cortado en rebanadas)	<ul style="list-style-type: none"> Distribuir en una fuente y colocar en el centro del plato giratorio. Para 1 kg distribuir directamente en el plato giratorio. Cuando suene la señal acústica, dar la vuelta, recolocar y retirar las rebanadas descongeladas. Tras la descongelación, cubrir con papel de aluminio durante 5-15 min. hasta quedar totalmente descongelado.

Importante: Los alimentos refrigerados se cocinan a partir de 5 °C, y los congelados a partir de -18 °C.

IMPORTANTE: Descongelación Automática

1. Bistecs y chuletas deben congelarse en una sola capa.
2. La carne picada se debe congelar en pequeñas porciones.
3. Después de dar vuelta, proteger las partes descongeladas con trozos pequeños planos de lámina de aluminio.
4. El pollo debe cocinarse inmediatamente después de la descongelación.
5. Las tartas recubiertas de nata son muy sensibles a la energía del microondas. Para obtener los mejores resultados, si la nata comienza a ablandarse rápidamente, retire la tarta del horno de inmediato y deje reposar durante 10-30 minutos a temperatura ambiente.



FILETES DE PESCADO CON SALSA (AC-6)

Filete de pescado con salsa curry

0,4 kg	0,8 kg	1,2 kg	
200 g	400 g	600 g	filete de pescado (frío)
			sal
40 g	80 g	120 g	banana (en rodajas)
160 g	320 g	480 g	salsa curry (confeccionado)

1. Poner el filete de pescado en una cazuela plana con los extremos delgados hacia el centro.
2. Esparcir banana y la salsa confeccionada sobre el filete de pescado.
3. Cubrir con de plástico para microondas y cocer en **COCCIÓN AUTOMÁTICA AC-6**, "Filete de Pescado con salsa".
4. Después de cocinar, dejar reposar durante 2 min.

FILETES DE PESCADO CON SALSA (AC-6)

Filete de pescado con salsa picante

0,4 kg	0,8 kg	1,2 kg	
140 g	280 g	420 g	tomates en conserva (escurrir)
40 g	80 g	120 g	caiz
4 g	8 g	12 g	de salsa picante
12 g	24 g	36 g	cebolla (bien picado)
1 tsp	1-2 tsp	2 tsp	vinagre de vino tinto
			mostaza, tomillo,
			pimienta de cayenas
200 g	400 g	600 g	filete de pescado (frío)
			sal

1. Mezclar los ingredientes para la salsa.
2. Poner el filete de pescado en una cazuela plana con los extremos delgados hacia el centro.
3. Esparcir la salsa preparada sobre el filete de pescado.
4. Cubrir con de plástico para microondas y cocer **COCCIÓN AUTOMÁTICA AC-6**, "Filete de Pescado con salsa".
5. Después de cocinar, dejar reposar durante 2 min.

GRATÉN (AC-7)

Gratén de espinaca

0,5 kg	1,0 kg	1,5 kg	
5 g	10 g	15 g	mantequilla o margarina (engrasar el plato)
150 g	300 g	450 g	espinaca (descongelar y escurrir)
15 g	30 g	45 g	cebolla (bien picados)
			sal, pimienta, nuez moscada
150 g	300 g	450 g	patatas cocido (en rodajas)
35 g	75 g	110 g	de jamón cocido (en dados)
50 g	100 g	150 g	crème fraîche (nata)
1	2	3	huevo
40 g	75 g	115 g	de queso (rollado)
			pimentón para espolvorear

1. Engrasar el plato y colocar capas alternas de rodajas de patatas y calabacín en el plato.
2. Mezclar los huevos con crème fraiche, sazonar con sal, pimienta y ajo, y verter por encima del gratinado.
3. Espolvorear el queso Gouda sobre el gratinado.
4. Espolvorear con el queso rallado, y el pimiento en polvo y cocer en **COCCIÓN AUTOMÁTICA AC-7**, "Gratén".
5. Después de cocinar, dejar reposar durante 5-10 min.

GRATÉN (AC-7)

Gratén de patatas y calabacín

0,5 kg	1,0 kg	1,5 kg	
5 g	10 g	15 g	mantequilla o margarina (engrasar el plato)
200 g	400 g	600 g	potatas cocido (en rodajas)
115 g	230 g	345 g	calabacín (en rodajas finas)
75 g	150 g	225 g	crème fraîche (nata)
1	2	3	heuvo
1/2	1	2	diente de ajo (picado)
			sal y pimienta
40 g	80 g	120 g	queso Gouda (rallado)
10 g	20 g	30 g	pepitas de girasol
			pimentón para espolvorear

1. Mezclar conjuntamente las espinacas en hoja con la cebolla y condimentar con sal, pimienta y nuez moscada.
2. Engrasar el plato. Poner, alternado, capas de rodajas de patatas, dados de jamón y espinica. La capa superior debería ser de espinica.
3. Esparcirlo el queso Gouda sobre el gratén.
4. Por último, espolvorear el gratinado con semillas de girasol y pimentón, y cocinar en **COCCIÓN AUTOMÁTICA AC-7**, "Gratén".
5. Después de cocinar, dejar reposar durante 5-10 min.



TABLAS DE COCCIÓN

ABREVIATURAS EMPLEADAS

CuSop = Cucharada sopera	Ctda. = Cucharadita Tz = Taza	kg = Kilogramo g = Gramo	l = Litro ml = Mililitro	cm = Centímetro min. = Minutos
-----------------------------	----------------------------------	-----------------------------	-----------------------------	-----------------------------------

TABLA: CALENTAMIENTO DE BEBIDAS Y ALIMENTOS

Bebida/alimento	Cantidad -en g/ml-	Potencia -ajuste-	Tiempo -en minutos-	Procedimiento
Café, 1 taza	150	800 W	un.1	sin tapar
Leche, 1 taza	150	800 W	un.1	sin tapar
Agua, 1 taza	150	800 W	1 ¹ / ₂ -2	sin tapar
6 tazas	900	800 W	10-12	sin tapar
1 tazón	1000	800 W	11 ¹ / ₂ -13	sin tapar
Platos únicos (verduras, carnes y guarniciones)	400	800 W	3-6	agregar un poco de agua a la salsa, cubrir, remover transcurrida la mitad del tiempo de calentamiento
Guisados / Sopa	200	800 W	1 ¹ / ₂ -2 ¹ / ₂	tapar, remover después de calentar
Verduras	200	800 W	2-2 ¹ / ₂	si es necesario, añadir algo de agua, cubrir, remover transcurrida la mitad del tiempo de calentamiento
	500	800 W	4-5	transcurrida la mitad del tiempo de calentamiento
Carne, 1 tajada*	200	800 W	3-4	esparcir un poco de salsa por encima, tapar
Filete de pescado*	200	800 W	2-3	tapar
Tarta, 1 porción	150	400 W	1 ¹ / ₂	colocar en un molde de tarta
Comida para bebés, 1 tarro	190	400 W	un.1	pasar a un recipiente apto para microondas; después de calentar, remover bien y probar la temperatura
Derretir margarina o mantequilla*	50	800 W	1 ¹ / ₂	tapar
Chocolate fundido	100	400 W	2-3	remover de vez en cuando

* Temperatura refrigerada

TABLA: DESCONGELACIÓN Y COCCIÓN DE ALIMENTOS

Alimento	Cantidad -en g-	Potencia -ajuste-	Tiempo -en mins-	Adición de agua -CoSop-	Procedimiento	Tiempo de reposo -en minutos-
Filete de pescado	300	800 W	10-12	-	cubrir	1-2
Comida preparada	400	800 W	9-11	-	cubrir, remover transcurridos 6 minutos	2
Brécol	300	800 W	7-9	3-5	cubrir, remover transcurrida la mitad del tiempo de cocción	2
Guisantes	300	800 W	7-9	3-5	cubrir, remover transcurrida la mitad del tiempo de cocción	2
Verduras mixtas	300	800 W	11-13	3-5	cubrir, remover transcurrida la mitad del tiempo de cocción	2

TABLA: DESCONGELACIÓN DE ALIMENTOS

Alimento	Cantidad -en g-	Potencia -ajuste-	Tiempo -en mins-	Procedimiento	Tiempo de reposo
Carne Asado (por ejemplo cerdo, ternera o cordero)	1500	80 W	58-64	colocar en una fuente, dar la vuelta transcurrida	30-90
	1000	80 W	42-48	la mitad del tiempo de descongelación	30-90
	500	80 W	19-23		30-90
Goulash	500	240 W	8-12	remover transcurrida la mitad del tiempo de descongelación	10-15
Salchichas, 8	600	240 W	6-9	colocar una junto a otra, dar la vuelta transcurrida	5-10
	4	300	240 W	la mitad del tiempo de descongelación	5-10
Pata de pollo	200	240 W	4-5	dar la vuelta transcurrida la mitad del tiempo de descongelación	10-15
Filete de pescad	400	240 W	7-10	dar la vuelta transcurrida la mitad del tiempo de descongelación	5-10
Panecillos, 2	80	240 W	un.1	sólo descongelar parcialmente	-
Tarta, 1 porción	150	80 W	2-5	colocar en un molde de tarta	5
Fruta: p.ej. cerezas fresas, frambuesas, ciruelas	250	240 W	4-5	esparcirlas uniformemente, dar la vuelta transcurrida la mitad del tiempo de descongelación	5

Los tiempos indicados en esta tabla representan valores orientativos que pueden variar de acuerdo con la temperatura de congelación, la naturaleza del alimento y su peso.



TABLA: COCCIÓN DE CARNE, PESCADO, AVES Y VERDURAS FRESCAS

Pescado, aves y verduras	Cantidad -g-	Potencia -ajuste-	Tiempo -mins-	Procedimiento	Tiempo de Reposo -min-
Asados (cerdo, ternera, cordero)	500	800 W	8-10*	condimento a gusto, poner en un recipiente llano, darle vuelta transcurrida la mitad del tiempo de cocción	10
	1000	400 W	10-12		10
		800 W	19-21 *		10
	1500	400 W	11-14		10
		800 W	33-36*		
Rostbif (medio)	1000	800 W	9-11 *	Condimentar a gusto, poner en un recipiente llano, darle vuelta transcurrida la mitad del tiempo de cocción	10
		400 W	5-7		
Filete de pescado	200	800 W	3-4	sazonar al gusto, colocar en una fuente, cubrir	3
Pollo	1200	800 W	21-24	sazonar al gusto, colocar en una fuente poco profunda, dar la vuelta transcurrida la mitad del tiempo de cocción	3
Pata de pollo	200	800 W	3-4	sazonar al gusto, colocar en una fuente	3
Brécol	500	800 W	9-11	dividir en cabezuelas, añadir 4-5 CuSop de agua, cubrir, remover de vez en cuando durante la cocción	-
Guisantes	500	800 W	9-11	añadir 4-5 CuSop de agua, tapar, remover de vez en cuando durante la cocción	-
Colinabo	500	800 W	10-12	cortar en rodajas, añadir 4-5 CuSop de agua, tapar, remover de vez en cuando durante la cocción	-
	300	800 W	7-9		-
Patatas cocidas	500	800 W	9-11	cortar en trozos grandes de tamaño similar, añadir un poco de sal, agregar 150 ml de agua, tapar; remover de vez en cuando durante la cocción	-

RECETAS



Todas las recetas contenidas en el presente recetas se entienden - si no se indica lo contrario - para 4 porciones.

ADAPTACION DE RECETAS CONVENCIONALES PARA EL MICROONDAS

Si Vd. quiere modificar recetas probadas para adaptarlas al microondas, entonces debe observar lo siguiente: Reduzca los tiempos de cocción en un tercio hasta la mitad. Oriéntese por las recetas indicadas en el presente recetas. Alimentos con altos contenidos de líquido, como carne, pescado, aves, verduras, frutas, guisados/estofados y sopas, se pueden preparar sin problema alguno en el

horno de microondas. En el caso de alimentos con bajo contenido de líquido, como platos ya preparados, se debe mojar la superficie antes de calentar o cocerlos. La adición de líquido a alimentos crudos a brasear se debe reducir aproximadamente a dos tercios de la cantidad de la receta original. Si es necesario se puede agregar líquido durante la cocción. La adición de materia grasa se puede reducir notablemente. Una pequeña cantidad de mantequilla, margarina o aceite es suficiente para darles sabor a los platos. Por lo tanto, el horno de microondas es excelente para preparar alimentos con poco contenido de grasa dentro de un plan dietético.

JAMÓN RELLENO

Utensilios: Fuente con tapa (volumen 2 l)
Fuente ovalada para gratinar (aprox. 26 cm de largo)

Ingredientes

125 g de hojas de espinaca picadas
125 g de requesón, 20 % de mat.
grasa
50 g de queso Emmental
pimienta molida, pimentón
6 lonchas de jamón cocido (300 g)
125 ml de agua
125 ml de nata
20 g de harina
20 g mantequilla o margarina
10 g de mantequilla o margarina para untar el molde

- Mezclar las espinacas con el queso y el fromage frais, sazonar al gusto.
- Poner una cucharada del relleno sobre cada loncha de jamón cocido y enrollar. Atravesar el jamón con un pincho de madera.
- Hacer una salsa bechamel. Para ello, echar el agua y la nata en un recipiente y calentar.
7-9 min. ◀ 800 W
Mezclar la harina y la mantequilla para hacer una salsa, añadir al líquido y batir hasta disolver. Tapar y cocinar hasta que espese.
7-9 min. ◀ 560 W
Remover y probar.
- Colocar la salsa en el recipiente engrasado, poner los rollitos de jamón rellenos sobre la salsa y cocinar con la tapadera.
15-17 min. ◀ 560 W
Después de cocinar, dejar reposar durante 5 min. aprox.



RECETAS

LASAÑA AL HORNO

Utensilios: Fuente con tapa (volumen 2 l)
Fuente cuadrada poco profunda con tapadera (aprox. 20 x 20 x 6 cm)

Ingredientes

300 g de tomates de lata
50 g de jamón picado
50 g cebolla, bien picada
1 diente de ajo, machacado
250 g de carne ternera de vaca
2 CuSop de pulpa de tomate
sal, pimienta
150 ml Crème fraîche
100 ml de leche
50 g de queso Parmesano rallado
1 Cda. de hierbas mixtas picadas
1 Cda. de aceite de oliva
nuez moscada
1 Cda. de aceite vegetal para engrasar la fuente
125 g de lasaña verde
1 CuSop de queso parmesano rallado

1. Picar los tomates, mezclar con el jamón y la cebolla, el ajo, la ternera picada y el puré de tomate. Sazonar, tapar y cocinar.

7-9 min. ◀ 800 W

2. Mezclar la crème fraîche con la leche, el queso Parmesano, las hierbas, el aceite y las especias.
3. Engrasar la fuente y cubrir el fondo con $\frac{1}{3}$ de la pasta aproximadamente. Poner la mitad de la mezcla de carne picada sobre la pasta y verter por encima parte de la salsa. Repetir y terminar con la pasta restante. Cubrir la pasta con salsa y espolvorear con queso Parmesano. Cocinar con la tapadera puesta.

15-17 min. ◀ 560 W

Después de cocinar, dejar reposar durante 5-10 min. aprox.

SOPA DE CHAMPIÑONES

Utensilios: Fuente con tapa (volumen 2 l)

Ingredientes

200 g de champiñones, en rodajas
50 g cebolla, bien picada
300 ml de caldo de carne
300 ml de nata
25 g de harina
25 g de mantequilla o margarina
sal, pimienta
1 yema de huevo
150 g Crème fraîche

1. Poner la verdura con el caldo en la fuente, taparla y cuece.

8-9 min. ◀ 800 W

2. Preparar un puré con todos los ingredientes en la batidora.
3. Mezclar la harina y la mantequilla formando una pasta y mezclar con la sopa. Sazonar con sal y pimienta, tapar y cocinar. Remover una vez cocinada.

4-6 min. ◀ 800 W

4. Mezclar bien la yema con la nata y agregar revolviendo paulatinamente a la sopa. Calentar otra vez la sopa un poco, pero sin que hierva!

1-2 min. ◀ 800 W

Después de cocinar, dejar reposar durante 5 min. aprox.

LONCHAS DE TERNERA A LA ZURICH

Utensilios: Fuente con tapa (volumen 2 l)

Ingredientes

600 g de filete de ternera
10 g de mantequilla o margarina
50 g cebolla, bien picada
100 ml de vino blanco
espesante para salsas para aprox. $\frac{1}{2}$ l de salsa
300 ml de nata
1 CuSop de perejil, picado

1. Cortar la ternera en tiras.
2. Engrasar el recipiente con la mantequilla. Poner la carne y la cebolla en el recipiente, tapar y cocinar. Remover una vez durante la cocción.

7-10 min. ◀ 800 W

3. Añadir el vino blanco, el espesante para salsas y la nata, remover, tapar y seguir cocinando. Remover de vez en cuando.

4-5 min. ◀ 800 W

4. Remover la mezcla después de cocinar, dejar reposar durante 5 min. aprox. Adornar con perejil.



PLATO DE VERDURAS

Utensilios: Fuente con tapa (volumen 2 l)

Ingredientes

5 CuSop	de aceite de oliva
1 diente	de ajo, machacado
50 g	cebolla, en rodajas
250 g	de berenjena en dados
250 g	de calabacín en dados
200 g	de pimiento en trozos grandes
75 g	de hinojo en trozos grandes
1	Bouquet garni
200 g	lata de cogollos de alcachofa
	sal, pimienta

1. Poner el aceite de oliva y el diente de ajo en la fuente. Agregar la verdura ya preparada, con excepción de las alcachofas, y condimentar con pimienta. Añadir el 'bouquet garni', tapar y cocer. Remover en ciertos intervalos.

19-21 min. ◁ **800 W**

5 minutos antes de terminar la cocción agregar las alcachofas y calentar bien.

2. Condimentar el plato de verduras con sal y pimienta. Sacar el bouquet garni antes de servir. Después de cocinar, dejar reposar durante 2 min. aprox.

Sugerencia: Servir el plato de verduras caliente con carnes. Como entrada, sirviéndolo frío, tiene excelente sabor.

Sugerencia: Un 'bouquet garni' consiste en: una raíz del perejil, un manojo de hierbas y apio, una ramita de levística, una ramita de tomillo y algunas hojas de laurel.

FILETES DE LENGUADO

Utensilios: Fuente ovalada poco profunda con film adherente apto para microondas (aprox.26 cm de largo)

Ingredientes

400 g	de filetes de lenguado
1	limón entero
150 g	tomates
10 g	de mantequilla
1 CuSop	de aceite vegetal
1 CuSop	de perejil, picado
	sal, pimienta
4 CuSop	de vino blanco
20 g	de mantequilla o margarina

1. Lavar y secar cuidadosamente los filetes de enguado. Quitar las espinas.
2. Cortar el limón y los tomates en rodajas finas.
3. Engrasar la fuente con mantequilla. Colocar los filetes de pescado en la fuente y rociarlos con aceite vegetal.
4. Espolvorear perejil sobre el pescado, colocar las rodajas de tomate por encima y sazonar. Colocar las rodajas de limón sobre los tomates y verter el vino blanco por encima.
5. Poner pequeñas porciones de mantequilla sobre el limón, cubrir y cocinar.

13-16 min. ◁ **800 W**

Después de cocinar, dejar reposar durante 2 min. aprox.

JALEA DE BAYAS CON SALSA DE VAINILLA

Utensilios: Fuente con tapa (volumen 2 l)

Ingredientes

150 g	de grosellas, limpias y sin tallo
150 g	de fresas, lavadas y sin tallo
150 g	de frambuesas, lavadas y sin tallo
250 ml	de vino blanco
100 g	de azúcar
50 ml	de zumo de limón
8	hojas de gelatina
300 ml	de leche
1/2	palo de vainilla
30 g	de azúcar
15 g	de harina de maíz

Sugerencia: La jalea de frutas se puede acompañar muy bien con nata fría o yogur.

1. Lavar las frutas, quitar los tallos y secarlas cuidadosamente. Retener algunas frutas para usarlas de guarnición. Hacer un puré con las frutas restantes junto con el vino blanco; poner el puré en la fuente, tapar y calentar.

7-9 min. ◁ **800 W**

2. Añadir removiendo el azúcar y el zumo de limón.
3. Sumergir la gelatina en agua fría durante 10 min. aprox. y, después, sacarla y escurirla. Añadir la gelatina al puré caliente removiendo hasta que se disuelva. Colocar en el frigorífico y dejar que cuaje.
4. Para hacer la salsa de vainilla: poner la leche en el otro recipiente. Abrir el palo de vainilla y extraer el interior; añadirlo a la leche, junto con el azúcar y la harina de maíz, y remover. Tapar y cocinar removiendo durante la cocción y de nuevo al final.

3-4 min. ◁ **800 W**

5. Pasar a un plato y decorar con la fruta restante. Verter la salsa de vainilla sobre la gelatina.



LIMPIEZA Y MANTENIMIENTO

PRECAUCIÓN: NO UTILICE PRODUCTOS COMERCIALES PARA LA LIMPIEZA DE HORNO, APARATOS DE LIMPIEZA A VAPOR, PRODUCTOS ABRASIVOS, PRODUCTOS FUERTES, NINGÚN PRODUCTO QUE CONTenga HIDRÓXIDO DE SODIO NI ESTROPAJOS PARA LIMPIAR NINGUNA PARTE DEL HORNO.

LIMPIE EL HORNO EN LOS INTERVALOS REGULARES Y quite CUALQUIER DEPÓSITO DEL ALIMENTO. Si el horno no se mantiene limpio podría deteriorarse su superficie, lo que podría perjudicar a la vida útil del aparato así como provocar una situación peligrosa.

Exterior del horno

El exterior de su horno puede limpiarse fácilmente con jabón suave y agua. No se olvide de eliminar el jabón con un paño y de secar el exterior del horno con una toalla suave.

Panel de control

Antes de limpiar el panel, abra la puerta para desactivar las teclas del panel de control.

Tenga cuidado al limpiar el panel de control. Utilizando un paño humedecido solamente en agua, páselo suavemente por el panel hasta que éste quede limpio. No utilice mucha agua. No emplee ningún producto de limpieza químico o abrasivo.

Interior del horno

1. Para limpiar el horno, quite las partes de comida derramada y las salpicaduras con un paño humedecido o con una esponja, después de usarlo y mientras está todavía caliente. Para limpiar las salpicaduras o manchas más grandes, utilice jabón suave y quítelas frotando varias veces con un paño humedecido hasta que desaparezcan por completo.
2. Tenga cuidado de que el jabón o el agua no se introduzca por los pequeños orificios de las paredes porque el horno podría sufrir daños.
3. No utilice productos pulverizadores de limpieza en el interior del horno.

Plato giratorio y soporte del rodillo

Retire primero el plato giratorio y el soporte del rodillo del horno. Lave después tanto el plato giratorio como el soporte del rodillo en agua jabonosa y séquelos con un paño seco. Tanto el plato giratorio como el soporte del rodillo pueden lavarse también en un lavaplatos.

Puerta

Para retirar cualquier suciedad, limpiar a menudo con un paño húmedo la puerta por ambos lados, la junta de la puerta, y las superficies de contacto. No utilice productos de limpieza agresivos ni abrasivos o rascadores metálicos para limpiar la puerta de cristal del horno, ya que puede rayar la superficie y esto puede provocar la rotura del cristal.

NOTA: No deben utilizarse aparatos de limpieza a vapor.



SÍNTOMA	REMEDIOS POSIBLES DE LOS SÍNTOMAS
... el aparato microondas no funciona correctamente?	<p>Cerciórese de que</p> <ul style="list-style-type: none"> - funcionen los fusibles de la caja de fusibles, - no haya habido algún corte de energía - Si se siguen fundiendo los fusibles, póngase en contacto con un electricista cualificado.
... el modo microondas no funciona?	<p>Cerciórese de que</p> <ul style="list-style-type: none"> - la puerta esté bien cerrada, - el cierre hermético de la puerta y sus superficies estén limpios, - se haya pulsado el botón START/+30.
... el plato giratorio no gira?	<p>Cerciórese de que</p> <ul style="list-style-type: none"> - el soporte del plato giratorio esté correctamente enganchado al mecanismo impulsor - el recipiente colocado en el interior no sobresalga del plato giratorio, - los alimentos no sobresalgan del borde del plato giratorio impidiendo que gire. - no haya ningún objeto en el hueco bajo el plato giratorio.
... el microondas no se apaga?	<ul style="list-style-type: none"> - Aísle el aparato de la caja de fusibles. - Póngase en contacto con un agente autorizado de servicio de ELECTROLUX.
... la iluminación interior no funciona?	<ul style="list-style-type: none"> - Llame a un agente autorizado de servicio de ELECTROLUX. La bombilla interior solo puede ser sustituida por un agente autorizado de servicio de ELECTROLUX.
... los alimentos tardan más de lo normal en calentarse por completo y cocinarse?	<ul style="list-style-type: none"> - Aumente el tiempo de cocción (a cantidad doble, casi el doble de tiempo) o - si los alimentos están más fríos que de costumbre, gírelos o deles la vuelta de vez en cuando o - aumente el nivel de potencia

NOTA: Si cocina el alimento pasándose del tiempo normal usando 800 W, la potencia del horno disminuirá automáticamente para evitar un sobrecalentamiento. (El nivel de potencia del microondas se reducirá). Tras una pausa de 90 segundos, puede volver a seleccionarse el nivel alto de potencia (800 W).

Modo de cocción	Tiempo normal	Potencia Reducida
Microondas 800 W	20 minutos	Microondas 560 W



GARANTÍA/SERVICIO POSTVENTA

Condiciones de Garantía: ELECTROLUX HOME PRODUCTS ESPAÑA, S.A. garantiza al usuario del aparato cuyos datos de identificación figuran en el presente documento, durante el plazo de dos (2) años desde la fecha de su entrega, la reparación totalmente gratuita de las averías que experimente el aparato, incluyendo la presente garantía tanto el coste de las piezas de recambio como el de la mano de obra y, en su caso, el del desplazamiento del personal técnico del Servicio Oficial de la Marca al domicilio del usuario. En el supuesto de que el producto, por su tamaño y movilidad, fuera susceptible de ser transportado por el usuario al Taller Oficial de la Marca, éste quedará liberado de la obligación de trasladar su personal técnico al domicilio del usuario. Para hacer uso del derecho de garantía aquí reconocido, será requisito necesario que el aparato se destine al uso privado. También será necesario presentar al personal técnico de la marca, antes de su intervención, la factura o tique de compra del aparato o el albarán de entrega correspondiente si éste fuera posterior, en unión del presente documento.

Exclusiones: La presente garantía no cubre la instalación, nivelación, instrucciones de uso del aparato ni sustitución de lámparas. No quedan cubiertas por esta garantía y por tanto la misma quedará sin efecto en los casos de averías producidas como consecuencia de:

- Fuerza mayor (fenómenos atmosféricos, geológicos, etc.)
- Uso inadecuado o no acorde con las instrucciones del fabricante.
- Falta de mantenimiento y limpieza: filtros con objetos tales como botones, monedas, etc; condensadores con polvo, pelusa u otros elementos que impidan la libre circulación del aire; cubetas de detergente con residuos, etc.
- Uso de productos de limpieza abrasivos que causen daños en chapa, pintura y plásticos.
- La rotura accidental de componentes de plástico y vidrio.
- La instalación y/o conexión incorrectas o no reglamentarias (voltaje, presión de gas o agua, conexión eléctrica o hidráulica no adecuadas).
- Los daños estéticos no denunciados en el momento de la entrega.

La garantía no tendrá efecto en caso de manipulación de la placa de características del aparato o de los datos que figuren en la factura, tique de compra o albarán de entrega de aquél o de los consignados en este documento. Tampoco producirá efecto si se produjesen intervenciones de personal técnico no autorizado o no perteneciente al Servicio Oficial de la marca. Se informa al usuario que, además de la garantía reconocida en este documento, tiene la protección que le concede la Ley 23/2003, de 10 de julio, respecto de la exigencia de que el bien adquirido sea conforme con el contrato de compraventa, pudiendo reclamar al vendedor, en caso de disconformidad, por las faltas que se pongan de manifiesto en el plazo de dos (2) años desde la entrega. En ese supuesto, tendrá derecho a solicitar la reparación gratuita del bien o a la sustitución de éste, salvo que una de esas opciones resulte imposible o desproporcionada.

ELECTROLUX HOME PRODUCTS ESPAÑA, S.A.-Sociedad Unipersonal Albacete, n 3C - 28027 MADRID - CIF A08145872 Central Servicio Técnico, Ctra. M-300 km, 29,900 Apdo. 119 28802 Alcalá de Henares (Madrid) Recepción de Llamadas

Averías 902 116 388, Atención Usuarios: e-mail: usuarios.postventa@electrolux.es

Los recambios y accesorios on-line: <http://www.service.electrolux.com> y seleccione Tienda Virtual



Garantia Europeia

Este aparelho possui garantia da Electrolux em cada um dos países listados na parte de trás deste manual, para o período especificado na garantia do seu aparelho ou, caso contrário, pela lei. Se mudar de um destes países para outro dos países listados em baixo, a garantia do aparelho mudará também, estando sujeita aos seguintes requisitos:

- A garantia do seu aparelho tem início na data em que adquiriu o aparelho, a qual terá como prova o documento válido de compra emitido pelo vendedor do aparelho.
- A garantia do aparelho é válida para o mesmo período de tempo e para o mesmo tipo de trabalho e peças existente no seu novo país de residência para este modelo em particular ou gama de aparelhos.

- A garantia do aparelho é pessoal, para o comprador original, e não pode ser transferida para outro utilizador.
- O aparelho é instalado e usado de acordo com as instruções emitidas pela Electrolux e destina-se apenas ao uso doméstico, ou seja, não é usado para fins comerciais.
- O aparelho é instalado de acordo com todas as normas relevantes em vigor no seu novo país de residência.

As condições desta Garantia Europeia não afecta nenhum dos seus direitos concedidos por lei.



ESPECIFICACIONES

Voltaje de red de c.a.	: 230 V, 50 Hz, monofásico
Interruptor automático/ fusible de red de distribución	: 10 A como mínimo
Potencia de c.a. necesaria:	Microondas : 1.2 kW
Potencia de salida:	Microondas : 800 W (IEC 60705)
Frecuencia de microondas	: 2450 MHz *(Grupo 2/Clase B)
Dimensiones del exterior	PM175X : 492 mm (W) x 370 mm (H) x 316 mm (D) PM176X : 592 mm (W) x 370 mm (H) x 316 mm (D)
Dimensiones de la cavidad	: 285 mm (W) x 202 mm (H) x 298 mm (D) **
Capacidad del horno	: 17 litros **
Plato giratorio	: ø 272 mm, vidrio
Peso	: 15.5 kg aproximadamente
Luz del horno	: 25 W/240 - 250 V

* Este Producto cumple el requisito de la norma europea EN55011.

De acuerdo con dicha norma, este producto está clasificado como equipamiento del grupo 2, clase B.

El grupo 2 significa que el equipamiento genera intencionadamente energía por radiofrecuencia en forma de radiación electromagnética para el tratamiento por calentamiento de alimentos.

La clase B significa que el equipamiento resulta adecuado para su uso en establecimientos domésticos.

** La capacidad interna se calcula midiendo la longitud, la profundidad y la altura máxima.

La capacidad efectiva de los recipientes de los alimentos deben ser menores.

Este horno cumple los requisitos de las Directivas 2004/108/EC y 2006/95/EC.

LAS ESPECIFICACIONES ESTÁN SUJETAS A CAMBIOS SIN PREVIO AVISO COMO PARTE DEL DESARROLLO CONTINUO



INFORMACIÓN IMPORTANTE

Desechar los materiales de embalaje y los aparatos viejos de un modo responsable con el medio ambiente

Material de embalaje

Los hornos microondas Electrolux vienen eficazmente embalados para protegerlos durante el transporte. Solo se utiliza el embalaje imprescindible.

Los materiales de embalaje (p. ej. papel metalizado o espuma de estireno) pueden suponer un riesgo para los niños.

Peligro de asfixia. Mantenga el material de embalaje fuera del alcance de los niños.

Todos los materiales de embalaje que se utilizan respetan el medio ambiente y pueden reciclarse. El cartón se fabrica con papel reciclado y las piezas de madera están sin tratar. Los elementos de plástico están señalados del modo siguiente:

«PE» polietileno, p.ej. cinta de embalaje

«PS» poliestireno, p.ej. embalaje (sin CFC)

«PP» polipropileno, p.ej. correas de embalaje

Al utilizar y reutilizar el embalaje, se ahorra materia prima y se reduce el volumen de desechos.

Debe llevar el embalaje al centro de reciclaje más cercano.

Póngase en contacto con su ayuntamiento para obtener información.

Desechar aparatos viejos

Antes de desechar aparatos viejos, debe cerciorarse de que quedan seguros quitando el enchufe, cortando y tirando el cable de alimentación.

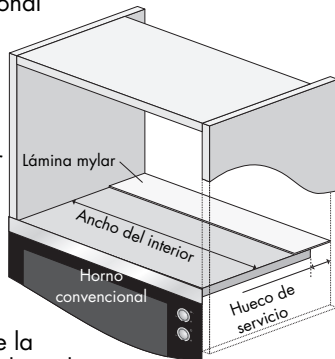
A continuación, debe llevarse al centro de reciclaje más cercano. Consulte a su ayuntamiento o a su Oficina del Medio Ambiente para comprobar si en su localidad hay un servicio para reciclar el aparato.



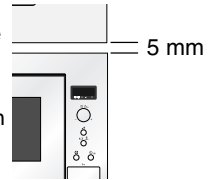
INSTALACIÓN DEL APARATO

1. Retire todo el embalaje y compruebe con cuidado si hay alguna señal de desperfectos.
2. Este horno está diseñado para instalarlo normalmente en un armario de 360 mm de altura. Si desea instalarlo en un armario de 350 mm de altura: Desatornille y extraiga las 4 patas de la parte inferior del horno. Hay 3 patas altas y 1 baja. Sustituya las 3 patas altas por las que se proporcionan en el paquete de accesorios. No sustituya la tapa baja.

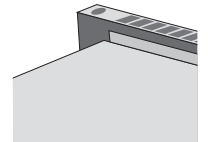
3. Si desea instalar el horno microondas sobre un horno convencional (posición A) utilice la lámina mylar que se proporciona.
 - a. Corte la lámina mylar a la medida del ancho interno del aparato.
 - b. Retire la cubierta protectora de la cinta y péguela en la parte trasera del estante de modo que cubra el hueco de servicio. (Consulte el diagrama.)



4. Instale el aparato en el armario de la cocina, lentamente y sin ejercer presión, hasta que el marco frontal del horno quede encajado en la apertura frontal del armario.
5. Cerciñese de que el aparato esté estable y no se incline. Cerciñese de que haya un hueco de 5 mm entre la puerta del armario superior y la parte de arriba del marco (consulte el diagrama).
6. Fije el horno en su posición con los tornillos que se suministran.



Los puntos de sujeción se encuentran en las esquinas superiores e inferiores del horno (consulte el diagrama, elemento 9, en la página 122).

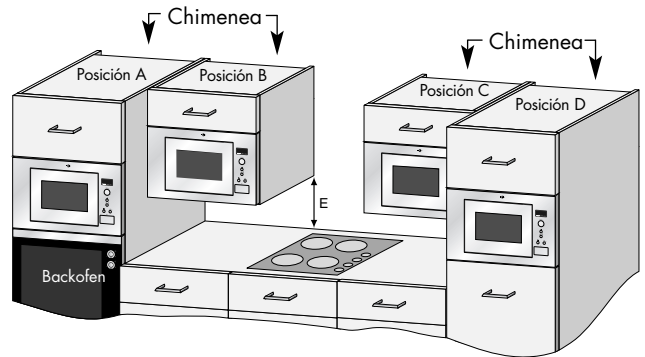


7. Es importante asegurarse de que este producto se instala siguiendo las instrucciones del presente manual de funcionamiento y las instrucciones de instalación facilitadas por el fabricante del horno convencional.

USO SEGURO DEL APARATO

Si desea instalar el horno en las posiciones B o C:

- El armario debe estar a un mínimo de 500 mm (E) por encima del mármol y **no** debe instalarse **directamente** por encima de una encimera.
- Se ha probado esta aplicación y se ha aprobado para el uso cerca del horno doméstico del tipo del gas, eléctrico y de la inducción solamente.
- Debería dejarse suficiente espacio entre la encimera y el microondas para evitar el sobrecalentamiento del horno microondas, el armario adyacente y los accesorios.
- No haga funcionar la encimera sin cazuelas cuando el horno microondas esté en funcionamiento.
- Debería irse con cuidado al manipular el horno microondas mientras la encimera está encendida.



Posición	Tamaño del habitáculo			Chimenea (mínimo)	Espacio entre el armario y el techo
	W	D	H		
A	560	550	360	50	50
B + C	460	300	350	15	50
	460	300	360	15	50
	560	300	350	15	50
	560	300	360	15	50
D	460	500	350	40	50
	460	500	360	40	50
	560	500	350	40	50
	560	500	360	40	50

Medidas expresadas en (mm)



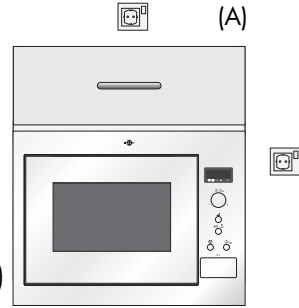
INSTALACIÓN

CONEXIÓN DEL APARATO A LA ALIMENTACIÓN ELÉCTRICA

- La salida de electricidad debe ser de fácil acceso para poder desenchufar el aparato sin dificultad en caso de emergencia. O bien, debe ser posible aislar el horno de la alimentación eléctrica incorporando un interruptor en el cableado fijo, con arreglo a las normas de cableado.
- La toma de corriente no debe encontrarse detrás del armario.
- La mejor posición es sobre el armario, consulte (A).

Si no se conecta el cable de alimentación eléctrica a la posición (A) debe desengancharlo de la presilla de sujeción (consulte el diagrama, elemento 13, en la página 122) y pasarlo por debajo del horno.

- Conecte el aparato a una corriente alterna monofásica de 230 V/50 Hz mediante una toma de corriente conectada a tierra correctamente instalada.
La toma debe disponer de un fusible de 10 A.
- **El cable de alimentación eléctrica solo puede ser sustituido por un electricista.**
- Antes de instalarlo, ate un pedazo de cuerda al cable de alimentación eléctrica para facilitar la conexión al punto (A) durante la instalación del aparato.
- Al introducir el aparato en el armario de paneles altos, NO comprima el cable de alimentación eléctrica.
- No sumerja el enchufe ni el cable de alimentación eléctrica en agua o cualquier otro líquido.



CONEXIÓN ELÉCTRICA




ADVERTENCIA:
DEBE CONECTARSE ESTE APARATO A TIERRA
El fabricante rechaza responsabilidad alguna
en caso de incumplimiento de esta medida de
seguridad.

Si el enchufe instalado en su aparato no es adecuado para la toma de corriente de que dispone, debe llamar a su agente local autorizado de servicio de ELECTROLUX.



Vigtige sikkerhedsoplysninger	148 - 150
Ovn & tilbehør	151
Betjeningspanel	152
Før ibrugtagning	152
Indstilling af uret	153
Råd om tilberedning i mikrobølgeovn	154 - 155
Kogegrej, der tåler mikroovn	155
Mikrobølgeeffekt	156
Manuel betjening	156
Andere nyttige funktioner	157 - 158
Automatisk tilberedning	159
Oversigter over automatisk tilberedning	160 - 162
Opskrifter til automatisk tilberedning AC-6 & AC-7	163
Tilberedningsoversigter	164 - 165
Opskrifter	165 - 167
Vedligeholdelse & rengøring	168
Hvad skal jeg gøre, hvis	169
Garanti/Kundeservice	170
Specifikationer	171
Vigtige oplysninger	171
Installering	172 - 173

Symbolet  på produktet eller på pakken angiver, at dette produkt ikke må behandles som husholdningsaffald. Det skal i stedet overgives til en affaldsstation for behandling af elektrisk og elektronisk udstyr. Ved at sørge for at dette produkt bliver bortskaffet på den rette måde, hjælper du med til at forebygge eventuelle negative påvirkninger af miljøet og af personers helbred, der ellers kunne forårsages af forkert bortskaffelse af dette produkt. Kontakt det lokale kommunekontor, affaldsselskab eller den forretning, hvor produkt er købt, for yderligere oplysninger om genanvendelse af dette produkt.



VIGTIGE SIKKERHEDSOPLYSNINGER

VIGTIGE SIKKERHEDSOPLYSNINGER: LÆS DETTE GRUNDIGT, OG GEM DET TIL FREMTIDIG BRUG

Sådan undgår du brand.

Du må ikke efterlade mikrobølgeovnen uden at have opsyn med den, mens den er i brug. Et for højt effektniveau eller for lang tilberedningstid kan overopvarme maden og resultere i brand.

Stikkontakten skal være nem at komme til, således at stikket let kan trækkes ud i nødtilfælde.

Strømforsyningen (vekselstrøm) skal være 230 V, 50 Hz, med en sikring på minimum 10 A eller en afbryder på minimum 10 A.

Det anbefales at benytte et separat kredsløb, som kun bruges til denne ovn.

Du må ikke opbevare eller bruge ovnen udendørs.

Hvis opvarmet mad begynder at ryge, må du IKKE ÅBNE DØREN. Sluk for ovnen, og vent, indtil maden er holdt med at ryge. Åbning af døren mens maden ryger, kan medføre brand.

Du må kun bruge beholdere og kogegejr, der er egnet til brug i en mikrobølgeovn. Se side 155.

Du må ikke efterlade mikrobølgeovnen uden at have opsyn med den, når du bruger engangsplastik, papir eller andre letantændelige beholdere.

Du skal rengøre låget over bølgelederen, ovnrummet, drejetallerkenen og drejetallerkenens sokkel efter brug. Disse enheder skal være tørre og fedtfri. Fedtphobninger kan blive overophedet og kan begynde at ryge eller blive antændt.

Anbring ikke brændbare materialer nær ved ovnen eller dens ventilationsåbninger. Undgå at blokere ventilationsåbningerne.

Fjern alle forstærkninger af metallisk art, metalgenstande osv. fra fødevarer og fødevareemballage.

Buedannelse på metalliske overflader kan forårsage brand.

Brug ikke mikrobølgeovnen til at varme olie til friturestegning.

Temperaturen kan ikke kontrolleres, og olien kan blive antændt.

Du må kun bruge specielle beholdere egnet til mikrobølgeovnen til at poppe popcorn i.

Du må ikke opbevare fødevarer eller andre genstande inde i ovnen.

Kontroller indstillingerne, efter du har startet ovnen for at sikre dig, at ovnen arbejder på det rigtige program. Se de tilsvarende bemærkninger i brugervejledningen.

Sådan undgår du personskade

ADVARSEL:

Du må ikke bruge ovnen, hvis den er beskadiget eller har funktionssvigt. Du skal kontrollere følgende før brug:

- Kontroller, at døren er ordentligt lukket og ikke er dårligt justeret eller sidder skævt.
- Kontroller, at hængslerne og dørlåsen ikke er gået i stykker eller er løse.
- Kontroller, at dørpakningen og lukkefladen ikke er beskadiget.
- Kontroller, at der ikke er nogen buler eller hak inden i ovnrummet eller på døren.
- Kontroller, at strømforsyningsledningen og stikket ikke er beskadiget

Du må aldrig selv foretage justeringer, reparere eller ændre på ovnen. Det er farligt for alle andre end en kompetent person at foretage service eller reparation, som betyder afmontering af en plade, der beskytter mod mikrobølgeenergi.

Du må ikke bruge ovnen med døren stående åben eller på nogen måde ændre på dørens sikkerhedslåse.

Lad ikke fedt eller snavs ophobe sig på dørpakningerne og tilstødende dele. Følg vejledningerne for "Vedligeholdelse & Rengøring" på side 168. Hvis ovnen ikke holdes ren, kan overfladen blive ødelagt, hvilket kan reducere apparatets levetid og eventuelt føre til en farlig situation.

Personer med PACEMAKERE skal forespørge om forsigtighedsforanstaltningerne vedrørende mikrobølgeovne hos deres læge eller pacemakerens producent.

Sådan undgår du elektrisk stød

Du må under ingen omstændigheder fjerne det udvendige kabinet.



Du må aldrig spilde væske ind i eller placere genstande i dørlåsens eller ventilationens åbninger. Hvis du har spildt væske, skal du straks slukke for ovnen, trække stikket ud og ringe til en autoriseret servicemedarbejder hos ELECTROLUX.

Du må ikke dyppe strømforsyningsledningen eller stikket i vand eller anden væske.

Du må ikke føre strømforsyningsledningen hen over en varm eller skarp overflade såsom området omkring varmluftshullet øverst på ovenns bagside.

Du må ikke forsøge selv at udskifte ovenlyset eller lade nogen anden end en autoriseret ELECTROLUX servicemedarbejder gøre det.

Hvis ovenlyset ikke fungerer, skal du kontakte din forhandler eller en autoriseret servicemedarbejder hos ELECTROLUX.

Hvis mikrobølgeovens strømforsyningsledning beskadiges, skal den erstattes af en speciel ledning.

Denne udskiftning skal foretages af en autoriseret ELECTROLUX servicemedarbejder.

Sådan undgår du risiko for eksplosion og pludselig kogning:

ADVARSEL: Væske og andre fødevarer må ikke opvarmes i lukkede beholdere, da der er risiko for, at de eksploderer.

Brug aldrig lukkede beholdere. Fjern forsegling og låg før brug. Forseglede beholdere kan eksplodere på grund af et opbygget tryk, selv efter at ovnen er slukket.

Pas på, når du opvarmer drikkevarer i mikrobølgeovnen. Brug en beholder med en bred åbning, så boblerne slipper ud.

Opvarmning af drikkevarer i mikrobølgeovnen kan resultere i forsinket kraftig kogning, og det er derfor vigtigt at være forsigtig, når du håndterer beholderen.

Sådan undgår du pludselig kraftig kogning og skoldning:

1. Rør i væsken før opvarmning/genopvarmning.
2. Vi anbefaler, at du sætter en røreske af glas eller lignende redskab i væsken under genopvarmningen.
3. Lad væsker stå mindst 20 sekunder i ovnen efter afsluttet tilberedning for at forhindre stænk fra den kogende væske.

Du må ikke koge æg med skal på, og hele hårdkogte æg må ikke opvarmes i mikrobølgeovnen, da der er risiko for, at de kan eksplodere selv efter endt kogning. For at koge eller genopvarme æg, som ikke er lavet til rørag eller er lavet til en blanding, skal du prikke hul på æggeblommerne for at undgå, at æggene eksploderer. Du skal pille skallen af æggene og skære hårdkogte æg i skiver, før du opvarmer dem i mikrobølgeovnen.

Du skal prikke hul i skindet/skrællen på fødevarer såsom kartofler, pølser og frugt før tilberedning for at undgå, at de eksploderer.

Sådan undgår du brandsår

Du skal bruge grydelapper eller grillhandsker, når du tager maden ud af ovnen for at undgå at blive brændt. Når du åbner beholdere, popcornposer, kogeposer osv., skal du holde disse væk fra ansigtet og hænderne, således at dampen kan slippe ud, og du undgår at blive forbrændt.

For at undgå forbrændinger skal du altid teste madens temperatur og røre i maden, inden du serverer den. Du skal også være særligt opmærksom på temperaturen på føde- og drikkevarer til spædbørn, børn og ældre.

Beholderens temperatur er ikke en sand indikation af føde- eller drikkevarernes temperatur.

Du skal altid teste madens temperatur.

Hold god afstand, når du åbner ovenlågen, for at undgå at blive brændt af dampen og varmen, der siver ud fra ovnen.

Efter opvarmning skal du skære fyldte, tilberedte fødevarer i skiver, så dampen kan sive ud, og du derved kan undgå forbrændinger. Du skal holde børn væk fra døren, så de ikke brænder sig.

Sådan undgår du, at børn anvender ovnen forkert

ADVARSEL: Du må kun lade børn bruge ovnen under tilsyn, når de har fået fyldestgørende instruktioner, således at de er i stand til at bruge ovnen på en sikker måde og forstår risikoen ved forkert brug.

Denne enhed er ikke beregnet til brug af personer (herunder børn) med begrænsede fysiske, sensoriske eller mentale evner eller manglende erfaring og viden, medmindre de har modtaget vejledning om brug af enheden af en person, der er ansvarlig for deres sikkerhed.

Der bør føres tilsyn med børn for at sikre, at de ikke leger med enheden.

Du må ikke lægge din vægt over på ovenlågen. Undgå at lege med ovnen eller bruge den som legetøj.

Børn skal kende alle vigtige sikkerhedsregler: de skal bruge grillhandsker og være forsigtige, når de fjerner forseglinger på fødevarer.

Børn skal være særligt opmærksomme på indpakninger (f.eks. selvopvarmende materialer), der er beregnet til at gøre maden sprød, da de kan være ekstra varme.



VIGTIGE SIKKERHEDSOPLYSNINGER

Andre advarsler

Du må aldrig på nogen måde ændre på ovnen. Ovnen er kun egnet til tilberedning af fødevarer i hjemmet og må kun bruges til madlavning. Den er ikke egnet til erhvervmæssig brug eller brug i laboratorier.

Sådan opnår du problemfri brug af ovnen og undgår skade

Du må aldrig starte ovnen, når den er tom.

Når du bruger en bruningstallerken eller et selvopvarmende materiale, skal du altid placere en varmeresistent ikke-leder såsom en porcelænstallerken under denne for at forhindre skade på drejetallerkenen og drejetallerkenens sokkel på grund af varmepåvirkningen.

De forvarmningstider, der er angivet i opskrifterne, må ikke overskrides.

Du må ikke bruge kogegrej af metal, som tilbagekaster mikrobølgerne og derved kan forårsage elektrisk buedannelse.

Du må ikke sætte dåser ind i ovnen. Du må kun bruge drejetallerkener og sokler til drejetallerkener, der er beregnet til denne ovn. Du må ikke bruge ovnen uden drejetallerken.

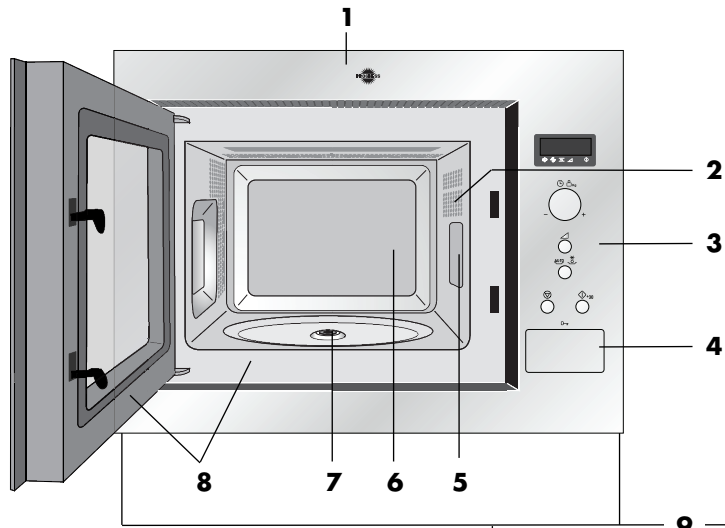
Sådan undgår du, at drejetallerkenen går i stykker:

- (a) Lad drejetallerkenen afkøle, før du rengør den med vand.
- (b) Du må ikke sætte varm mad eller varmt kogegrej på en kold drejetallerken.
- (c) Du må ikke sætte kold mad eller koldt kogegrej på en varm drejetallerken.

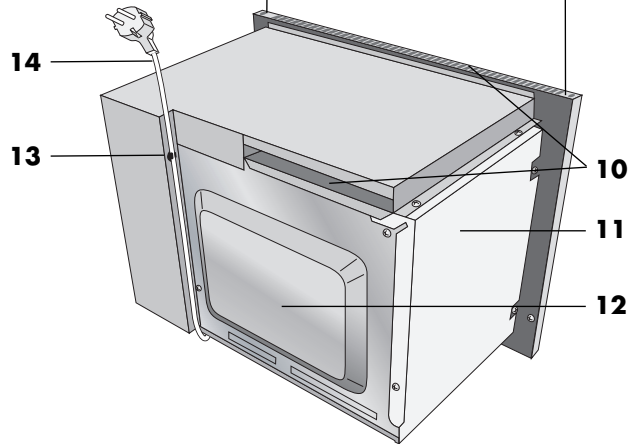
Placer ikke nogen genstand på det ydre kabinet, mens ovnen er i brug.

BEMÆRK:

Hvis du er i tvivl om, hvordan ovnen tilsluttes, skal du kontakte en autoriseret og faguddannet elektriker. Hverken producenten eller forhandleren kan påtage sig noget ansvar for beskadigelse af ovnen eller personskaade, der måtte opstå, hvis den korrekte procedure for tilslutning af ovnen ikke følges. Der kan af og til dannes vanddamp eller vanddråber på ovnvæggene eller omkring dørpakningerne og lukkefladen. Dette er helt normalt og er ikke tegn på utæthed eller anden form for funktionssvigt.



1. Frontkant
2. Ovnlys
3. Betjeningspanel
4. Døråbnings-knap
5. Plade, der beskytter bølgeleder
6. Ovnrum
7. Pakninger
8. Dørpakninger og lukkeflader
9. Fastgørelsespunkter (fire punkter)



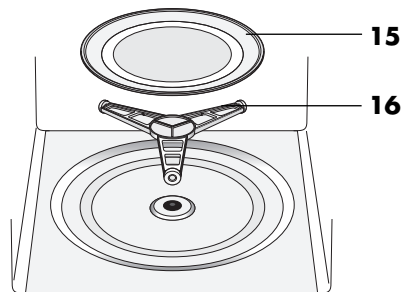
TILBEHØR:

Du skal kontrollere, om du har modtaget følgende tilbehør:

- (15) Drejetallerken (16) Sokkel til drejetallerken
 (17) 4 skruer (ikke vist)

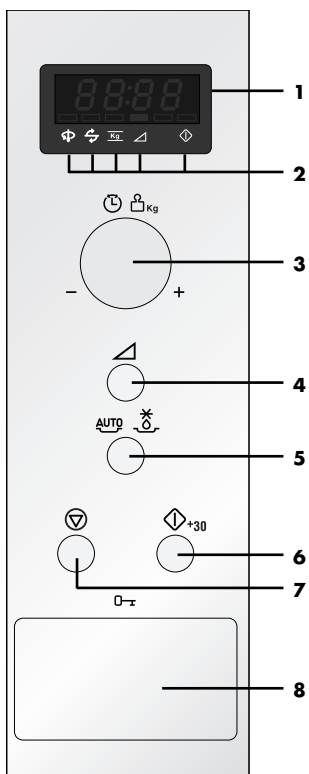
- Du skal placere soklen til drejetallerkenen på ovnrummets bund.
- Du skal herefter placere drejetallerkenen på soklen.
- For at undgå skade på drejetallerkenen skal du sikre dig, at skåle eller beholdere løftes fri af drejetallerkenens kant, når du fjerner dem fra ovnen.

BEMÆRK: Når du bestiller tilbehør, skal du nævne navnet på reservedelen og modelnavnet til din forhandler eller en autoriseret ELECTROLUX-servicemedarbejder.





BETJENINGSPANEL



1 Digitalt display

2 Indikatorer

Den pågældende indikator blinker eller lyser lige ovenover hvert enkelt symbol i overensstemmelse med vejledningen. Når en indikator blinker, skal du trykke på den tilhørende knap (der har det samme symbol) eller udføre den påkrævede handling.

⌀ Rør rundt

↺ Vend

kg Vægt

△ Mikrobølgeeffekt

◇ Tilberedningen er i gang

3 TIMER/VÆGT-drejeknap

4 MIKROBØLGEEFFEKT-knap

5 AUTOMATISKE PROGRAMMER-knap

Tryk på knappen for at vælge ét af de tolv automatiske programmer.

6 START/+30 knap

7 STOP knap

8 DØRÅBNINGS-knap



FØR IBRUGTAGNING

Tilslut ovnen.

1. Ovnens display blinker



2. Når du trykker på **STOP**-knappen, viser displayet følgende:



Brug af **STOP**-knappen

Brug **STOP**-knappen til at:

1. Slette en fejl i programmeringen.
2. Stoppe ovnen midlertidigt under tilberedning.
3. Annullere et program under tilberedningen.
Tryk i så fald to gange.

Du kan se proceduren for indstilling af uret nedenfor.



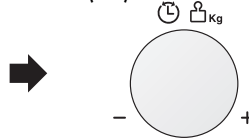
Der er to indstillingstilstande: 12-timers ur og 24-timers ur.


Eksempel: Sådan indstiller du urets 12-timersfunktion til 11:35:

1. For at indstille uret til 12-timersfunktionen skal du holde knappen for **MIKROBØLGEEFFEKT** nede i tre sekunder.  vises i displayet.

2. Indstil timetallet. Drej knappen **TIMER/VÆGT**, indtil det korrekte timetal vises (11).

3. Tryk på knappen for **MIKROBØLGEEFFEKT** for at ændre indstilling fra timer til minutter.



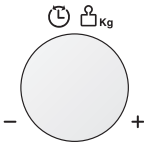
 **Kontroller displayet.**




4. Indstil minutterne. Drej på knappen **TIMER/VÆGT**, indtil det korrekte minuttal vises (35).

5. Tryk på knappen for **MIKROBØLGEEFFEKT** for at starte uret.

Kontroller displayet.




Eksempel: Sådan indstiller du urets 24-timersfunktion til 23:35:

1. For at indstille uret til 24-timersfunktionen skal du holde knappen for **MIKROBØLGEEFFEKT** nede i tre sekunder.  vises i displayet.

2. Tryk på knappen for **MIKROBØLGEEFFEKT** for at ændre indstilling fra 12 timer til 24 timer.

3. Indstil timetallet. Drej knappen **TIMER/VÆGT**, indtil det korrekte timetal vises (23).

 **Kontroller displayet.**




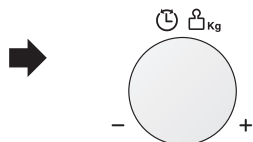
4. Tryk på knappen for **MIKROBØLGEEFFEKT** for at ændre indstilling fra timer til minutter.

5. Indstil minutterne. Drej på knappen **TIMER/VÆGT** indtil det korrekte minuttal vises (35).


6. Tryk på knappen for **MIKROBØLGEEFFEKT** for at starte uret.

Kontroller displayet.

 **Kontroller displayet.**



BEMÆRK:

1. Du kan dreje knappen **TIMER/VÆGT** med eller mod uret.
2. Tryk på **STOP**, hvis du begår en fejl i programmeringen.
3. Hvis strømforsyningen til mikrobølgeovnen afbrydes, vil displayet periodisk vise .

efter, at strømmen er tilsluttet igen. Hvis dette forekommer under tilberedningen, vil programmet blive slettet. Tidsindstillingen på uret vil også blive slettet.

4. Hvis du ønsker at indstille tiden, skal du følge eksemplet ovenfor igen.



RÅD OM TILBEREDNING I MIKROBØLGEOVN

Mikrobølger er energibølger. De ligner dem, der bruges til fjernsyns- og radiosignaler.

Elektrisk energi konverteres til mikrobølgeenergi, som ledes ind i ovnrummet via en bølgeleder.

For at forhindre mad og fedt i at trænge ind i bølgelederen er den beskyttet med et dæksel.

Mikrobølger kan ikke trænge igennem metal, så derfor er ovnrummet fremstillet af metal og der er et fint metaltrådnæt på døren. Under tilberedning kastes mikrobølgerne vilkårligt tilbage fra ovnrummets sider.

Mikrobølger kan gå igennem visse materialer, f.eks. glas og plast, og opvarmer således maden. (Se 'Kogegrej, der tåler mikroovn' på side 155.)

For at koge/optø mad i en mikrobølgeovn skal mikrobølgeenergien kunne gå igennem beholderen og trænge ind i maden.

Det er derfor vigtigt at vælge egnet kogegrej.

Runde/ovale fade er bedre end firkantede/rektangulære, da maden i hjørnerne har en tendens til at blive tilberedt for meget.

En række forskellige kogegrej kan anvendes, se side 155.

Vand, sukker og fedt i mad absorberer mikrobølger, hvilket får dem til at vibrere. Dette skaber varme ved friktion, på samme måde som hænderne bliver varme, når man gnider dem sammen.

De yderste områder af maden opvarmes af mikrobølgeenergien, så varmen bevæger sig til midten ved ledning på samme måde som ved almindelig kogning/stegning. Det er vigtigt at vende, omarrangere eller røre i maden for at sikre jævn opvarmning.

Når maden er færdig, holder ovnen automatisk op med at producere mikrobølger.

Det er nødvendigt, at maden hviler, efter at den er taget ud af mikrobølgeovnen, så varmen kan blive fordelt jævnt igennem maden.

Mikrobølger tilbereder mad hurtigere end almindelig kogning/stegning. Det er derfor væsentligt, at der følges visse teknikker for at sikre gode resultater. Mange af følgende teknikker ligner dem, der bruges ved almindelig kogning/stegning.

MADKARAKTERISTIKA

Sammensætning	Mad med højt fedt- eller sukkerindhold (f.eks. frugtkager) behøver mindre tilberedningstid. Pas på, da overopvarmning kan medføre brand.
Kompakthed	Madens kompakthed påvirker den nødvendige tilberedningstid. Lette porøse madvarer, f.eks. kager og brød, tilberedes hurtigere end tunge, kompakte madvarer, f.eks. stege og gryderetter.
Mængde	Tilberedningstiden afhænger af mængden af mad, der anbringes i ovnen. Det tager f.eks. længere tid at tilberede 4 kartofler end 2.
Størrelse	Små stykker tilberedes hurtigere end større, da mikrobølgerne kan trænge igennem fra alle sider til midten. Det er bedst, at alle stykker er af samme størrelse, for at de kan blive tilberedt jævnt.
Form	Hvis madvarerne er af uensartet form, f.eks. kyllingeb bryster eller kyllingelår, tager de tykkere dele længere tid at tilberede. Runde former tilberedes mere jævnt end firkantede former i mikroovn.
Temperatur	Madens begyndelsestemperatur påvirker den nødvendige tilberedningstid. Det tager længere tid at tilberede mad, som lige er taget ud af køleskabet, end mad der har stuetemperatur. Skær i madvarer med fyld, f.eks. doughnuts med syltetøjsfyld, så varmen eller dampen kan slippe ud.

TILBEREDNINGSMETODER

Placering	De tykkeste dele af maden skal placeres mod yderkanten af fadet, f.eks. kyllingelår.
Tildækning	Brug prikket plastfolie, der er egnet til brug i mikrobølgeovn, eller et egnet låg.
Prikning	Madvarer med skræl, skind eller hinde skal prikkes flere steder ingen tilberedning eller opvarmning, da dampen kan hobe sig op og få maden til at sprænge, f.eks. kartofler, fisk, kylling, pølser. Vigtigt: Æg må ikke tilberedes i mikrobølgeovn, da de kan sprænge, selv efter tilberedningen er slut, f.eks. pocherede, stegte, hårdkogte æg.
Omrøring, vending og omplacering	For jævn tilberedning er det vigtigt at omrøre, vende og omplacere maden under tilberedning. Maden skal altid røres og fra yderkanten og ind mod midten. omplacering
Hviletid	Det er nødvendigt, at maden får lov til at hvile, efter at den er taget ud af mikrobølgeovnen, så varmen kan blive fordelt jævnt i maden.
Beskyttelse	Ved opthøning kan nogle områder af maden blive varme. Varme områder kan beskyttes med små stykker alufolie, som tilbagekaster mikrobølger, f.eks. lår og vinger på en kylling.

RÅD OM TILBEREDNING I MIKROBØLGEOVN



BRUG AF ET MADTERMOMETER TIL AT BESTEMME TILBEREDNINGSTIDEN

Mad- og drikkevarers indre temperatur kan findes med et madtermometer. De vigtigste temperaturer er angivet i temperaturtabellen.

Drikkevarer / fødevarer	Indre temperatur efter tilberedning	Indre temperatur efter 10-15 min. hviletid
Opvarmning af drikkevarer (Kaffe, vand, te)	65-75 °C	
Opvarmning mælk	60-65 °C	
Opvarmning af suppe	75-80 °C	
Opvarmning af gryderet	75-80 °C	
Fjerkræ	80-85 °C	85-90 °C
Lam	70 °C	70-75 °C
Lyserød	75-80 °C	80-85 °C
Mør	50-55 °C	55-60 °C
Oksesteg	60-65 °C	65-70 °C
Let stegt	75-80 °C	80-85 °C
Medium	80-85 °C	80-85 °C
Mør		
Svinekød, kalvekød		



KOGEGREJ, DER TÅLER MIKROOVN

Kogegrej	Mikrobølge-sikker	Bemærkninger
Alufolie/ foliebeholdere	✓ / ✗	Små stykker alufolie kan bruges til at beskytte mad, så de ikke tilberedes for meget. Hold folien mindst 2 cm fra ovnens vægge, da der ellers dannes lysbuer. Det frarådes at anvende foliebeholdere, medmindre fabrikanten angiver, at de er egnede, f.eks. Microfoil®. Følg brugsanvisningen nøje.
Bruningsfade	✓	Følg altid producentens vejledning. Overskrid ikke den angivne tilberedningstid. Pas meget på, da disse fade kan blive meget varme.
Porcelæn og keramik	✓ / ✗	Porcelæn, keramik, glaseret lertøj, fajance o.lign. er som regel velegnede, medmindre de har metaldekoration.
Ildfast glas, f.eks. Pyrex®	✓	Der skal udvises forsigtighed, hvis der anvendes fine glasartikler, da de kan gå i stykker eller revne, hvis de opvarmes for hurtigt.
Metal	✗	Det frarådes at anvende kogegrej af metal i mikrobølgeovn, da der kan dannes lysbuer, som kan medføre brand.
Plast/polystyren, f.eks. fast food -beholdere	✓	Der skal udvises forsigtighed, da visse beholdere kan smelte, blive skæve eller misfarvede ved høje temperaturer.
Plastfolie	✓	Må ikke berøre maden og skal prikkes, så dampen kan slippe ud.
Fryse-/stegeposer	✓	Skal prikkes, så dampen kan slippe ud. Sørg for at poserne egner sig til brug i mikrobølgeovn. Brug ikke plast- eller metalclips, da de kan smelte eller der kan gå ild i dem på grund af lysbuedannelse.
Papirtallerkener, papkrus og - samt køkkenrulle	✓	Må kun anvendes til opvarmning eller til at absorbere fugt. Der skal udvises forsigtighed, da overophedning kan kopper forårsage brand.
Beholdere af strå og træ	✓	Hold altid øje med ovnen, når disse materialer anvendes, da overophedning kan forårsage brand.
Genbrugspapir og avispapir	✗	Kan indeholde små stykker metal, som kan forårsage lysbuedannelse og medføre brand.



MIKROBØLGEEFFEKT

Ovnen har fem effektiveauer. For at vælge effektiveau til tilberedning skal du følge vejledningen i opskriftssektionen. Generelt gælder følgende anbefalinger:

800 W bruges til hurtig tilberedning eller genopvarmning, f.eks. suppe, gryderetter, dåsemad, varme drikke, grønsager, fisk osv.

560 W bruges til længerevarende tilberedning af mere kompakte madvarer som f.eks. stege, forløren hare og tallerkenretter samt til sarte retter som f.eks. ostesauce og sukkerbrødskege. Ved denne lave temperatur koger saucen ikke over, og maden bliver jævnt tilberedt uden at få for meget i madens ydre områder.

400 W bruges til kompakte madvarer, som kræver lang tilberedningstid, når de tilberedes i en almindelig ovn. Disse er f.eks. oksekødsretter, hvor det tilrådes at bruge denne indstilling for at sikre, at kødet bliver mørt.

240 W bruges til optøning. Vælg denne indstilling for at sikre, at maden optøs jævnt. Denne indstilling er også ideel til tilberedning ved svag varme af ris, pasta, boller (dumplings) og æggecreme.

80 W Til langsom optøning, f.eks. cremekage eller wienerbrød.

W = Watt

For at indstille effektiveauet skal du trykke på **MIKROBØLGEEFFEKT**, indtil det ønskede niveau vises i displayet **8:00**. Hvis der trykkes på knappen for **MIKROBØLGEEFFEKT** én gang, vises **8:00** i displayet. Hvis du passerer det ønskede niveau, skal du trykke på knappen for **MIKROBØLGEEFFEKT** igen, indtil du når det ønskede niveau. **Hvis der ikke angives nogen effekt, vælges 800 W automatisk.**



MANUEL BETJENING

Ovnen kan programmeres til maksimum 90 minutters tilberedningstid. (90.00) Inputenheden for tilberedningstiden/optøningstiden varierer fra 10 sekunder til fem minutter. Som vist i oversigten afhænger det af den samlede tilberednings-/optøningstid.

Tilberedningstid	Øgningsenhed
0-5 minutter	10 sekunder
5-10 minutter	30 sekunder
10-30 minutter	1 minut
30-90 minutter	5 minutter

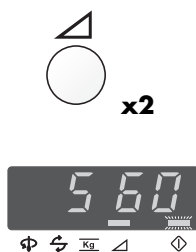
Eksempel:

Lad os f.eks. antage, at du ønsker at varme suppe i 2 minutter og 30 sekunder ved en effekt på 560 W.

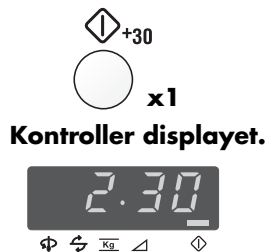
1. Vælg den ønskede tilberedningstid ved at dreje **TIMER/ VÆGT** med uret. (2 minutter og 30 sekunder.)



2. Vælg det ønskede effektiveau ved at trykke på **MIKROBØLGEEFFEKT** to gange.



3. Tryk på **START/+30** en gang for at starte tilberedningen.



BEMÆRK:

- Hvis døren åbnes under tilberedningsprocessen, stopper tilberedningstiden, der vises i det digitale display, automatisk. Tilberedningstiden begynder igen at tælle nedad, når døren lukkes, og der trykkes på **START/+30**.
- Hvis du ønsker at kende effektiveauet under tilberedningstiden, skal du trykke på knappen **MIKROBØLGEEFFEKT**. Så længe din finger rører ved knappen **MIKROBØLGEEFFEKT**, vises effektiveauet i displayet.
- Du kan dreje knappen **TIMER/VÆGT** med eller mod uret. Hvis du drejer knappen mod uret, reduceres tilberedningstiden gradvist fra 90 minutter.



1. FLERE TILBEREDNINGSFASER

Der kan højest vælges 3 tilberedningsfaser i træk, som består af den manuelle tilberedningstid og tilstand.

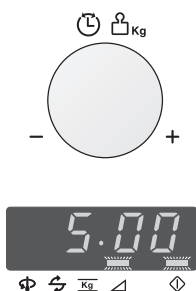
Eksempel:

Tilberedning: 5 minutter ved 800 W (Trin 1)

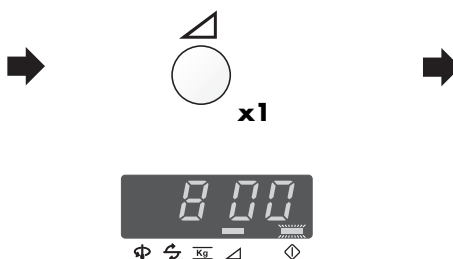
16 minutter ved 240 W (Trin 2)

TRIN 1

1. Vælg den ønskede tilberedningstid ved at dreje **TIMER/ VÆGT**.

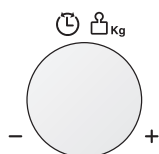


2. Vælg det ønskede effektniveau ved at trykke på **MIKROBØLGEEFFEKT** en gang.



TRIN 2

3. Vælg den ønskede tilberedningstid ved at dreje **TIMER/ VÆGT**.



4. Vælg det ønskede effektniveau ved at trykke på **MIKROBØLGEEFFEKT** fire gange.



5. Tryk på **START/+30** en gang for at starte tilberedningen.

Kontroller displayet.



(Ovnens starter tilberedningen i 5 minutter ved 800 W og herefter i 16 minutter ved 240 W.)



ANDERE NYTTIGE FUNKTIONER

2. FUNKTIONEN HURTIG TILBEREDNING

Knappen **START/+30** kan bruges til følgende to funktioner:

a. Direkte start

Du kan starte ovnen ved en effekt på 800 W i 30 sekunder ved at trykke på **START/+30**.



BEMÆRK:

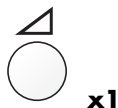
For at undgå at børn bruger knappen forkert, kan knappen **START/+30** kun bruges inden for tre minutter efter, at tilberedningen er afsluttet, dvs. efter at døren er lukket, der er trykket på **STOP**-knappen eller tilberedningstiden er udløbet.

b. Forlængelse af tilberedningstiden.

Du kan forlænge tilberedningstiden under manuel tilberedning med 30 sekunder ad gangen, hvis der trykkes på knappen, mens ovnen er i gang.

3. SÅDAN KONTROLLERES EFFEKTNIVEAUET

Du kan kontrollere mikrobølgeeffekten ved at trykke på **MIKROBØLGEEFFEKT** under tilberedningen.



Så længe din finger rører ved knappen **MIKROBØLGEEFFEKT**, vises effektniveauet i displayet.

Ovnen fortsætter med at tælle nedad, selvom displayet viser effektniveauet.

4. SIKKERHEDSLÅSFUNKTIONEN

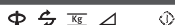
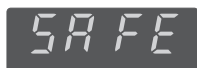
FOR AT INDSTILLE SIKKERHEDSLÅSFUNKTIONEN

1. Tryk og hold **STOP**-knappen nede i 3 sekunder.



x1 i tre sekunder

Kontroller displayet.



FOR AT ANNULERE SIKKERHEDSLÅSFUNKTIONEN

1. Tryk og hold **STOP**-knappen nede i 3 sekunder.



x1 i tre sekunder

Displayet klokkeslettet, hvis uret er indstillet.

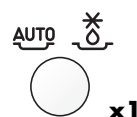
BEMÆRK: Når sikkerhedslåsen er aktiveret, kan du ikke trykke på andre knapper end **STOP**-knappen.



Funktionen **AUTOMATISK** beregner automatisk den korrekte tilberedningsmåde og tilberedningstid. Du kan vælge fra 7 menuer for **AUTOMATISK TILBEREDNING** og fem menuer for **AUTOMATISK OPTØNING**. Vær opmærksom på følgende, når du bruger denne automatiske funktion:

- Tryk på knappen **AUTOMATISKE PROGRAMMER** en gang. Displayet ser ud som vist. Du kan vælge menuen ved at trykke på **AUTOMATISKE PROGRAMMER**, indtil det ønskede nummer vises i displayet. Se oversigterne over "**AUTOMATISK TILBEREDNING**" på side 160 - 162 .
For at vælge en optøningsmenu skal du trykke på **AUTOMATISKE PROGRAMMER** mindst otte gange. Hvis du trykker på knappen otte gange, vises i displayet **Ad - 1** . Menuen ændres automatisk, hvis du holder **AUTOMATISKE PROGRAMMER** nede.
- Madens vægt eller mængde kan indstilles ved at dreje **TIMER/VÆGT**, indtil den ønskede vægt vises i displayet.
 - Du skal kun indtaste madens mængde. Inkluder ikke beholderens vægt.
 - Du skal bruge manuelle programmer til mad, der vejer mere eller mindre end, hvad der er angivet i **AUTOMATISK** oversigten. For at opnå det bedste resultat skal du følge tilberedningsoversigterne på side 164 - 165.
- For at starte tilberedningen skal du trykke på **START/+30** . Hvis det f.eks. er nødvendigt at vende maden i ovnen, stopper ovnen, og lydsignalet lyder. Den resterende tilberedningstid og alle indikatorerne blinker i displayet. For at starte tilberedningen skal du trykke på **START/+30** .

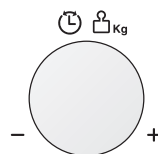
1.



AUTOMATISKE PROGRAMMER-knap

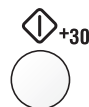


2.



TIMER/VÆGT-drejeknap

3.



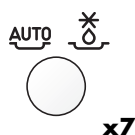
START/+30-knap

Sluttemperaturen varierer afhængig af starttemperaturen. Kontroller, at maden er rygende varm efter tilberedning. Du kan om nødvendigt forlænge tilberedningstiden og ændre effektniveauet.

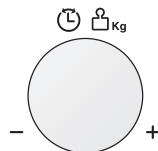
Eksempel:

For at tilberede en gratin, der vejer 1,0 kg, skal du bruge **AUTOMATISK TILBEREDNING AC-7**.

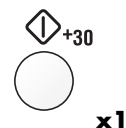
- Vælg den rette menu ved at trykke på **AUTOMATISKE PROGRAMMER** syv gange.



- Vælg den ønskede tilberedningstid ved at dreje **TIMER/ VÆGT** med uret.



- Tryk på knappen **START/+30** .











Kontroller displayet.





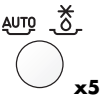

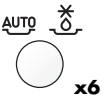

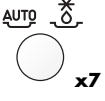

OVERSIGTER OVER AUTOMATISK TILBEREDNING

KNAP	AUTOMATISK TILBEREDNING	VÆGT (ægringsenhed) / KOGEGREJ	PROCEDURE
 x1	AC-1 Tilberedning Frosne grønsager 	0,1 - 0,6 kg (100 g) Skål med låg	<ul style="list-style-type: none"> Tilsæt 1 spsk. vand pr. 100 g, og salt efter behov. (Der er ikke behov for mere vand ved tilberedning af champignoner.) Læg låg på. Når lydsignalet lyder, skal du røre rundt og dække til på ny. Lad maden hvile i ca. 2 minutter efter endt tilberedning. <p>BEMÆRK: Hvis frosne grønsager er klumpet sammen, skal du tilberede dem manuelt.</p>
 x2	AC-2 Tilberedning Friske grønsager 	0,1 - 0,6 kg (100 g) Skål med låg	<ul style="list-style-type: none"> Skær grønsagerne i små stykker, f.eks. i strimler, tern eller skiver. Tilsæt 1 spsk. vand pr. 100 g, og salt efter behov. (Der er ikke behov for mere vand ved tilberedning af champignoner.) Læg låg på. Når lydsignalet lyder, skal du røre i maden og dække den til igen. Lad maden hvile i ca. 2 minutter efter endt tilberedning.
 x3	AC-3 Tilberedning Frosne færdigretter (omrørbare) 	0,3 - 1,0 kg* (100 g) Skål med låg	<ul style="list-style-type: none"> Læg retten over i en skål, der er egnet til mikrobølgeovnen. Læg låg på. Tilbered retten uden låg, hvis producenten tilråder det. Når lydsignalet lyder, skal du røre i maden og dække den til igen. Rør i maden og lad den hvile i ca. 1-2 minutter efter endt tilberedning.
 x4	AC-4 Tilberedning Frossen gratin 	0,2 - 0,6 kg (100 g) En lav, oval gratinskål og mikrobølgefilm eller den beholder, retten er leveret i, og mikrobølgefilm.	<ul style="list-style-type: none"> Tag den frosne gratin ud af emballagen. Hvis beholderen ikke egner sig til en mikrobølgeovn, skal du hælde gratinen over i et egnet fad. Dæk til med mikrobølgefilm. Hvis beholderen er egnet til mikrobølgeovnen, skal du fjerne papirlåget og dække til med mikrobølgefilm. Lad maden hvile i ca. 5 minutter efter endt tilberedning.

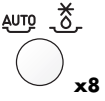

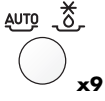

Bemærk: Kølevarer tilberedes fra 5 °C, mens frostvarer tilberedes fra -18 °C.

OVERSIGTER OVER AUTOMATISK TILBEREDNING



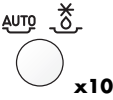

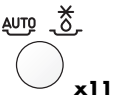

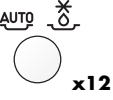

KNAP	AUTOMATISK TILBEREDNING	VÆGT (ægningsenhed) / KOEGEGREJ	PROCEDURE
	AC-5 Tilberedning Kogte og bagte kartofler 	0,1 - 0,8 kg (100 g) Skål med låg	Kogte kartofler: Skræl kartoflerne, og skær dem i lige store stykker. Bagte kartofler: Vælg kartofler af samme størrelse og skyl dem. <ul style="list-style-type: none"> • Hæld de kogte eller bagte kartofler i en skål. • Tilsæt den nødvendige mængde vand (pr. 100 g), ca. 2 spsk. og lidt salt. • Læg låg på. • Når lydsignalet lyder, skal du røre i maden og dække den til igen. • Lad kartoflerne hvile i ca. 2 minutter efter endt tilberedning.
	AC-6 Tilberedning Fiskefilet med sauce 	0,4 - 1,2 kg* (100 g) Gratinskål og mikrobølgefilm	<ul style="list-style-type: none"> • Se opskrift for "fiskefilet med sauce" på side 163. * Samlet vægt for alle ingredienser.
	AC-7 Tilberedning Gratinskål 	0,5 - 1,5 kg* (100 g) Skål med låg	<ul style="list-style-type: none"> • Se opskriften til "gratin" på side 163. * Samlet vægt for alle ingredienser.

Bemærk: Kølevarer tilberedes fra 5 °C, mens frostvarer tilberedes fra -18 °C.

KNAP	AUTOMATISK OPTØNING	VÆGT (ægningsenhed) / KOEGEGREJ	PROCEDURE
	Ad-1 Optøning Steak og koteletter 	0,2 - 0,8 kg (100 g) Tærtefad (Se bemærkning på side 162.)	<ul style="list-style-type: none"> • Anbring maden på et tærtefad midt på drejetallerkenen. • Når lydsignalet lyder, skal du vende maden, omfordele den og skille den ad. Dæk tynde lag og varme områder til med små stykker aluminiumsfolie • Lad det stå tildækket med aluminiumsfolie i 10 -15 minutter efter optøning, indtil det er helt optøet.
	Ad-2 Optøning Hakket kød 	0,2 - 0,8 kg (100 g) Tærtefad (Se bemærkning på side 162.)	<ul style="list-style-type: none"> • Anbring det hakkede kød i en tærteform midt på drejetallerkenen. • Vend maden, når lydsignalet lyder. Fjern så vidt muligt de optøede dele. • Lad det stå tildækket med aluminiumsfolie i 5 -10 minutter efter optøning, indtil det er helt optøet.



OVERSIGTER OVER AUTOMATISK TILBEREDNING

KNAP	AUTOMATISK OPTØNING	VÆGT (øgningsenhed) / KOGEGREJ	PROCEDURE
	Ad-3 Optøning Fjerkræ 	0,9 - 1,5 kg (100 g) Tærtefad (Se bemærkningen nedenfor.)	<ul style="list-style-type: none">• Læg fjerkræet med brystet nedad i et fladt fad midt på drejeskiven.• Når lydsignalet lyder, vendes kødet, og tynde kødflader samt varme kødstykker tildækkes med små stykker alufolie.• Efter optøning skal du skylle fjerkræet med koldt vand og lade det stå tildækket med aluminiumsfolie i 15 -30 minutter, indtil det er helt optøet.• Rens til sidst fjerkræ under rindende vand.
	Ad-4 Optøning Kage 	0,1 - 1,4 kg (100 g) Tallerken	<ul style="list-style-type: none">• Fjern al emballagen fra kagen.• Anbring den direkte på drejetallerkenen eller på en tallerken midt på drejetallerkenen.• Efter optøning skal du skære kagen i stykker af samme størrelse og sørge for, at der er luft mellem stykkerne. Lad kagen stå i ca. 10-30 minutter, indtil den er optøet jævnt.
	Ad-5 Optøning Brød 	0,1 - 1,0 kg (100 g) Tærtefad (Kun brød i skiver anbefales til dette program.)	<ul style="list-style-type: none">• Fordel brødsiverne på et tærtefad midt på drejetallerkenen. Ved 1,0 kg skal du fordele skiverne direkte på drejetallerkenen.• Når lydsignalet lyder, skal du vende brødet, omfordele det, og fjerne de skiver, der er optøet.• Lad brødet ligge tildækket med aluminiumsfolie i 5 -15 minutter efter optøning, indtil det er helt optøet.

Bemærk: Kølevarer tilberedes fra 5 °C, mens frostvarer tilberedes fra -18 °C.

BEMÆRK: Automatisk optøning

1. Steaks og koteletter skal nedfryses i et lag.
2. Hakket kød skal nedfryses i et tyndt lag.
3. Når maden er vendt, skal du dække de optøede dele til med små, flade stykker aluminiumsfolie.
4. Fjerkræ bør tilberedes umiddelbart efter optøning.
5. Gateaux pyntet og belagt med flødeskum er meget følsomme overfor mikrobølgeenergi. For at opnå det bedste resultat - og hvis flødeskummet begynder at smelte hurtigt - er det bedst at fjerne kagerne fra ovnen med det samme og lade dem stå i 10-30 minutter ved stuetemperatur.



FISKEFILET MED SAUCE (AC-6)

Fiskefilet med pikant sauce

0,4 kg	0,8 kg	1,2 kg	
140 g	280 g	420 g	dåsetomater (væden hældt fra)
40 g	80 g	120 g	majs
4 g	8 g	12 g	chilisaucе
12 g	24 g	36 g	løg (finthakket)
1 tsk	1-2 tsk	2 tsk	rødvinseddike, sennep, timian, cayennepeber
200 g	400 g	600 g	fiskefilet salt

1. Bland ingredienserne til saucen.
2. Anbring fiskefileten i en rund gratinskål med de tynde ender ind mod midten, og drys med salt.
3. Fordel saucen på fiskefileten.
4. Dæk til med mikrobølgefilm, og tilbered på **AUTOMATISK TILBEREDNING AC-6**, "Fiskefilet med sauce".
5. Lad det stå i ca. 2 minutter efter endt tilberedning.

FISKEFILET MED SAUCE (AC-6)

Fiskefilet med karrysauce

0,4 kg	0,8 kg	1,2 kg	
200 g	400 g	600 g	fiskefilet salt
40 g	80 g	120 g	banan (i skiver)
160 g	320 g	480 g	færdiglavet karrysauce

1. Anbring fiskefileten i en rund gratinskål med de tynde ender ind mod midten, og drys med salt.
2. Fordel bananskiverne og den færdiglavede karrysauce på fiskefileten.
3. Dæk til med mikrobølgefilm, og tilbered på **AUTOMATISK TILBEREDNING AC-6**, "Fiskefilet med sauce".
4. Lad det stå i ca. 2 minutter efter endt tilberedning.

GRATIN (AC-7)

Spinatgratin

0,5 kg	1,0 kg	1,5 kg	
5 g	10 g	15 g	smør eller margarine (til at smøre fad)
150 g	300 g	450 g	spinatblade (optøet og med væden trykket fra)
15 g	30 g	45 g	løg (finthakket)
150 g	300 g	450 g	salt, peber & muskatnød
35 g	75 g	110 g	kogte kartofler (i skiver)
50 g	100 g	150 g	kogt skinke (i tern)
1	2	3	cremefraiche
40 g	75 g	115 g	æg revet ost paprika

1. Bland spinaten med løg, og krydr med salt, peber og muskatnød.
2. Smør gratinskålen. Kom skiftevist et lag kartoffelskiver, skinke i tern og spinat i fadet. Det øverste lag bør være spinat.
3. Bland æggene med cremefraiche, tilsæt salt og peber, og hæld det over grønsagerne.
4. Fordel revet ost på gratinen, drys med paprika, og tilbered på programmet **AUTOMATISK TILBEREDNING AC-7**, "Gratin".
5. Lad det stå i 5-10 minutter efter endt tilberedning.

GRATIN (AC-7)

Kartoffel-/courgettegratin

0,5 kg	1,0 kg	1,5 kg	
5 g	10 g	15 g	smør eller margarine (til at smøre fad)
200 g	400 g	600 g	kogte kartofler (i skiver)
115 g	230 g	345 g	courgette (i tynde skiver)
75 g	150 g	225 g	cremefraiche
1	2	3	æg
1/2	1	2	fed hvidløg (knust)
40 g	75 g	120 g	salt & peber
10 g	20 g	30 g	fetaost (i tern) solsikkekerne paprika

1. Smør gratinskålen, og kom skiftevist et lag skiveskårne kartofler og courgetter i skålen.
2. Bland æggene med cremefraiche, tilsæt salt, peber og hvidløg, og hæld det over grønsagerne.
3. Smuldr fetaosten, og drys den over gratinen.
4. Drys til slut solsikkekerne og stødt paprika på gratinen, og tilbered den på **AUTOMATISK TILBEREDNING AC-7**, "Gratin".
5. Lad det stå i 5-10 minutter efter endt tilberedning.



TILBEREDNINGSOVERSIGTER

ANVENDTE FORKORTELSER

spsk. = spiseskefuld	tsk. = teskefuld kop = kopfuld	kg = kilogram g = gram	l = liter ml = milliliter	cm = centimeter min. = minutter
-------------------------	-----------------------------------	---------------------------	------------------------------	------------------------------------

OVERSIGT: OPVARMNING AF FØDE- OG DRIKKEVARER

Fødevarer/drikkevarer	Mængde -g/ml-	Effekt -Indstilling-	Tid -Min.	Tips
Kaffe, 1 kop	150	800 W	ca.1	tildækkes ikke
Mælk, 1 kop	150	800 W	ca.1	tildækkes ikke
Vand, 1 kop	150	800 W	1 ¹ / ₂ -2	tildækkes ikke
6 kopper	900	800 W	10-12	tildækkes ikke
1 skål	1000	800 W	11 ¹ / ₂ -13	tildækkes ikke
Platte (Grøntsager, kød og afpudsning)	400	800 W	3-6	hæld lidt vand i saucen, dæk til, rør halvejs gennem opvarmningen
Grøderet / Suppe	200	800 W	1 ¹ / ₂ -2 ¹ / ₂	tildæk, rør rundt efter opvarmning
Grøntsager	200	800 W	2-2 ¹ / ₂	tilsæt vand, hvis det er nødvendigt, dæk til, rør halvejs gennem opvarmning
500	800 W	4-5		
Kød, 1 skive*	200	800 W	3-4	ordel saucen i tyndt lag hen over, dæk til
Fiskefilet*	200	800 W	2-3	tildæk
Kage, 1 stykke	100	400 W	¹ / ₂	æg i lavt fad
Babymad, 1 glas	190	400 W	ca.1	læg over i passende mikroovnsbeholder, rør godt efter opvarmning, og test temperatur
Smeltning af smør eller margarine*	50	800 W	¹ / ₂	tildæk
Smelte chokolade			100	400 W 2-3 rør indimellem

*Køleskabstemperatur

OVERSIGT: OPTØNING OG TILBEREDNING

Fødevarer	Mængde -g-	Effekt -Indstilling-	Tilberedningstid -Min.-	Tilsat vand -spsk./ml-	Tips	Hviletid -Min.-
Fiskefilet	300	800 W	10-12	-	tildæk	1-2
Portionsanretning	400	800 W	9-11	-	tildæk, rør, når halvdelen af tilberedningstiden er gået	2
Broccoli	300	800 W	7-9	3-5 spsk.	tildæk, rør, når halvdelen af tilberedningstiden er gået	2
Ærter	300	800 W	7-9	3-5 spsk.	tildæk, rør, når halvdelen af tilberedningstiden er gået	2
Blandede grøntsager	500	800 W	11-13	3-5 spsk.	tildæk, rør, når halvdelen af tilberedningstiden er gået	2

OVERSIGT: OPTØNING

Fødevarer	Mængde -g-	Effekt -Indstilling-	Optøningstid - Min.-	Tips	Hviletid -Min.-
Stegt kød (f.eks. svine-, okse-, lamme- eller kalvekød)	1500	80 W	58-64	Læg i et fladt fad, vend halvejs gennem optøningen	30-90
	1000	80 W	42-48		30-90
	500	80 W	19-23		30-90
Gullasch	500	240 W	8-12	skil stykkerne ad, og rør i det, når halvdelen af optøningstiden er gået	10-15
Pølser, 8	600	240 W	6-9	placer dem ved siden af hinanden, vend dem, når halvdelen af optøningstiden er gået	5-10
4	300	240 W	4-5		5-10
Kyllingelår	200	240 W	4-5	vend, når halvdelen af optøningstiden er gået	10-15
Fiskefilet	400	240 W	7-10	vend, når halvdelen af optøningstiden er gået	5-10
Boller, 2 stk.	80	240 W	ca. 1	optø dem kun delvist	-
Kager, pr. stykke	100-150	80 W	2-5	anbring på et kagefad	5
Frugt såsom jordbær, hindbær, kirsebær, blomster	250	240 W	4-5	bred dem jævnt ud, vend dem, når halvdelen af optøningstiden er gået	5

Tilberedningstiderne anført i oversigterne er kun vejledende og kan variere i henhold til den frosne mads starttemperatur, dens sammensætning og vægt.



OVERSIGT: TILBEREDNING AF KØD, FISK, FJERKRÆ OG FRISKE GRØNSAGER

Fisk, fjerkræ og grønsager	Mængde -g-	Effekt -Indstilling-	Tid -Min.-	Tips	Hviletid -Min.-
Steg (svinekød, kalvekød, lam)	500	800 W	8-10*	krydr efter behag, og anbring i en in eine flache Auflaufform legen, flad tærteform vend efter *	10
	1000	800 W	10-12		10
		400 W	11-14		
	1500	800 W	33-36*		10
		400 W	13-17		
Oksesteg (mellestørrelse)	1000	800 W	9-11*	krydr efter behag, og anbring i en tærteform vend efter *	10
		400 W	5-7		
Fiskefilet	200	800 W	3-4	tilsæt krydderier efter smag, læg i et fladt fad, dæk til	3
Kylling	1200	800 W	21-24	tilsæt krydderier efter smag, læg i et lavt fad, vend halvvejs gennem tilberedningen	3
Kyllingelår	200	800 W	3-4	tilsæt krydderier efter smag, læg i et fladt fad	3
Broccoli	500	800 W	9-11	opdel i buketter, tilsæt 4-5 spsk. vand, dæk til, rør indimellem under tilberedningen	-
Ærter	500	800 W	9-11	dæk til, tilsæt 4-5 spsk. vand, rør indimellem under tilberedningen	-
Gulerødder	500	800 W	10-12	skær dem i ringe, tilsæt 4-5 spsk. vand, dæk til, rør indimellem under tilberedningen	-
	300	800 W	7-9	rør indimellem under tilberedningen	-
Kogte kartofler	500	800 W	9-11	skær i store stykker af ensartet størrelse, tilsæt lidt salt, tilsæt 150 ml vand, dæk til, rør indimellem under tilberedningen	-

OPSKRIFTER



Alle opskrifterne i denne bog er beregnet til 4 personer - medmindre andet er anført.

TILPASNING AF OPSKRIFTER TIL MADLAVNING I MIKROBØLGEOVN

Hvis du ønsker at tilpasse dine yndlingsopskrifter til tilberedning i mikrobølgeovnen, skal du være opmærksom på følgende:

Reducer tilberedningstiden med en tredjedel til halvdelen af tiden. Følg eksemplerne på opskrifter i denne bog. Fødevarer med et højt vandindhold såsom kød, fisk, fjerkræ, grønsager, frugt, gryderetter og supper kan nemt tilberedes i

mikrobølgeovnen. Fødevarer med et lavt vandindhold såsom portionsanretninger bør fugtes på overfladen, inden de opvarmes eller tilberedes. Den væskemængde, der skal tilsættes rå fødevarer, som skal braiseres, kan reduceres til ca. 2 tredjedele af mængden i den oprindelige opskrift. Du kan om nødvendigt tilsætte mere vand under tilberedningen. Mængden af fedt, der tilsættes, kan reduceres betydeligt. En lille mængde smør, margarine eller olie er tilstrækkeligt til at give maden smag. Det betyder, at mikrobølgeovnen er glimrende til tilberedning af fedtfattige retter som en del af en diæt.

CHAMPIGNONSUPPE

Kogegrej: Skål med låg (2 liter)

Ingredienser

- 200 g champignoner i skiver
- 50 g løg, finthakket
- 300 ml kødbouillon
- 300 ml fløde
- 25 g mel
- 25 g smør eller margarine
- salt & peber
- 1 æg
- 150 g cremefraiche

1. Anbring grønsagerne og bouillon i en skål, læg låg på og tilbered.

8-9 Min. ◁ 800 W

2. Blend alle ingredienserne i blenderen.

3. Bland mel og smør til en dej, og rør den ud i suppen. Krydr med salt og peber, læg låg på, og start mikrobølgeovnen. Rør rundt, når suppen er færdig.

4-6 Min. ◁ 800 W

4. Bland mel og smør til en smørbolle, og bland den i suppen. Tilsæt salt og peber, dæk til, og tilbered. Omrør efter tilberedning.

1-2 Min. ◁ 800 W

Lad suppen stå i ca. 5 minutter efter endt tilberedning.



OPSKRIFTER

KALVEKØD FRA ZÜRICH I FLØDESAUCE

Kogegrej: skål med låg (2 liter)

Ingredienser

- 600 g kalvefilet
- 10 g smør eller margarine
- 50 g løg, finthakket
- 100 ml hvidvin
- tilsat kulør til ca 1/2 l sovs
- 300 ml fløde
- salt & peber
- 1 spsk. hakket persille

FYLDE SKINKE

Redskaber: Skål med låg (2 l)

Ovalt gratinfad (ca. 26 cm lang)

Ingredienser

- 125 g hakkede spinatblade
- 125 g fromage frais, 20 % fedtindhold
- 40 g revet emmentalerost
- peber, paprika
- 6 skiver kogt skinke (400 g)
- 125 ml vand
- 125 ml fløde
- 20 g mel
- 20 g smør eller margarine
- 10 g smør eller margarine til smøring af fadet

LASAGNE

Kogegrej: Skål med låg (2 liter), flad firkantet souffléskål med låg (ca. 20 x 20 x 6 cm)

Ingredienser

- 300 g dåsetomater
- 50 g skinke, skåret i fine tern
- 50 g løg, finthakket
- 1 fed hvidløg, knust
- 250 g hakket oksekød
- 2 spsk. most tomat (30 g)
- oregano, timian, basilikum
- 150 ml fløde (cremefraiche)
- 100 ml mælk
- 50 g revet parmesanost
- 1 tsk. blandede hakkede krydderurter
- 1 tsk. olivenolie
- salt & peber & muskatnød
- 1 tsk. vegetabilsk olie til smøring af skålen
- 125 g grønne lasagneplader
- 1 spsk. revet parmesanost

1. Skær fileten i strimler af en fingerbreddes tykkelse.
2. Smør fadet med smør. Læg løg og kød i fadet, læg låg på, og varm det. Rør rundt én gang under tilberedningen.

7-10 Min. ◀ 800 W

3. Tilsæt hvidvin, kulør og fløde, rør rundt, læg låg på, og varm det. Rør jævnligt rundt.
4. Undersøg om kalvekødet er mørt, rør i blandingen en gang til, og lad det hvile i ca. 5 minutter. Drys persille over før servering.

4-5 Min. ◀ 800 W

1. Bland spinat med ost og fromage frais. Tilsæt krydderier efter smag.
2. Læg en spiseskefuld af fyldet på hver skive kogt skinke, og rul sammen. Hold skinkerullen sammen med en tandstikker.

3. Lav en bechamelsauce. Dette gøres ved at hælde vand og fløde sammen i en skål og opvarme.

3-4 min. ◀ 800 W

Bland mel og smør for at lave en opbugning, tilsæt væsken, og pisk, indtil den er opløst. Dæk til, og tilbered, indtil den er tyk.

1 min. ◀ 800 W

Rør, og smag

4. Hæld saucen i det smurte fad, læg de fyldte skinkeruller på saucen, og tilbered med låget på.

3-4 min. ◀ 800 W

Lad det hvile i ca. 5 min. efter tilberedning.

1. Skær tomaterne i skiver, og bland dem med skinke, løg, hvidløg, hakket kød og most tomat. Smag til med krydderier, og sæt det i ovnen med låg på.

7-9 Min. ◀ 800 W

2. Bland fløden med mælk, parmesanost, krydderurter, olie og krydderier.
3. Smør souffléskålen, og dæk bunden med ca. 1/3 af pastaen. Læg halvdelen af kødblandingen ovenpå pastaen, og hæld noget af saucen over. Tilsæt yderligere 1/3 af pastaen og endnu et lag af kødblandingen og noget sauce, og afslut med det sidste lag pasta. Dæk til sidst pastaen med masser af sauce, og drys med parmesanost. Kom smørklatter på overfladen, og sæt det i ovnen med låg på.

15-17 Min. ◀ 800 W

Lad lasagnen stå i ca. 5-10 minutter efter endt tilberedning.



RATATOUILLE

Kogegrej: Skål med låg (2 liter)

Ingredienser

- 5 spsk. olivenolie
- 1 fed hvidløg, knust
- 50 g løg, skåret i skiver
- 250 g aubergine, skåret i tern
- 250 g courgette, skåret i tern
- 200 g peber, i store tern
- 75 g fennikel, i store tern
- 1 suppevisk
- 200 g artiskokhjerter på dåse skåret i kvarter salt & peber

1. Anbring olivenolien og det knuste fed hvidløg i en skål. Tilsæt de tilberedte grønsager undtagen artiskokhjerterne, og krydr med peber. Tilsæt suppevisken, dæk til og start mikrobølgeovnen. Rør rundt en enkelt gang under tilberedningen.

19-21 Min. ◁ 800 W

I de sidste 5 minutter af tilberedningstiden skal du tilsætte artiskokhjerterne og varme retten igen.

2. Krydr retten efter behag med salt og peber. Fjern suppevisken før servering. Efter tilberedningen skal du lade ratatouillen hvile i ca. 2 minutter.

Tip: Ratatouille kan serveres varm til køddretter. Som kold ret er den også glimrende som forret. En suppevisk

Tip: består af: en stilk persille, blandede krydderurter, der egner sig til suppe, en stilk løvstikke, en stilk timian, flere laurbærblade.

SØTUNGEFILETER

Kogegrej: fladt, ovalt ildfast fad og mikrobølgefilm (ca. 26 cm lang)

Ingredienser

- 400 g søtungefileter
- 1 hel citron
- 150 g tomater
- 10 g smør eller margarine til smøring
- 1 spsk. vegetabilsk olie
- 1 spsk. hakket persille salt & peber
- 4 spsk. hvidvin
- 20 g smør eller margarine

1. Skyl søtungefileterne, og dup dem tørre. Fjern eventuelle ben.
2. Skær citronen og tomaterne i tynde skiver.
3. Smør det ildfaste fad med smør. Anbring fiskefileterne heri, og stænk dem med vegetabilsk olie.
4. Drys persille over fisken, kom tomatkiverne ovenpå, og krydr med salt og peber. Læg citronskiverne ovenpå tomaterne, og hæld hvidvin over.

5. Anbring små smørklatter ovenpå citronen, læg låg på, og start mikrobølgeovnen.

13-16 Min. ◁ 800 W

Lad fileterne hvile i ca. 2 minutter efter endt tilberedning.

Tip: Denne ret kan også tilberedes med kuller, helleflynder, multe, rødspætte eller torsk.

BÆRGELÉ MED VANILLESAUCE

Kogegrej: Skål med låg (2 liter) (1 liter)

Ingredienser

- 150 g ribs, skyllet og gjort i stand
- 150 g jordbær, skyllede og affasede
- 150 g hindbær, skyllede og affasede
- 250 ml hvidvin
- 100 g sukker
- 50 ml citronsaft
- 8 blade husblas
- 300 ml mælk
- 1/2 stang vanille
- 30 g sukker
- 15 g majsmelet

Tip: Du kan også bruge optøet, frossen frugt.

1. Læg noget af frugten til side til pynt. Blend resten af frugten med hvidvin, læg det i en skål, læg låg på, og varm blandingen.

7-9 Min. ◁ 800 W

Tilsæt sukker og citronsaft.

2. Rør sukker og citronsaft i.
3. Læg gelatinen i koldt vand i ca. 10 min. Tag den derefter op, og klem den tør. Rør gelatinen i den varme puré, indtil den er opløst. Stil geléen i køleskabet, og lad den størkne.

3-4 Min. ◁ 800 W

4. Vanillesaucen tilberedes ved at hælde mælken i den anden skål. Skær vanillestangen igennem på langs, og skrab den indvendige masse ud. Rør denne masse i mælken sammen med sukkeret og majsmelet.

Dæk til, og tilbered, omrør under tilberedningen og igen, når tilberedningen er slut.

5. Vend geléen ud på en tallerken, og dekorer den med den gemte frugt. Hæld vanillesaucen over geléen.



PAS PÅ: UNDLAD AT BENYTTE PROFESSIONELLE OVNRENSMIDLER, DAMPRENERE, SKUREMIDLER, SKRAPPE RENGØRINGSMIDLER, MIDLER, DER INDEHOLDER NATRIUMHYDROXID, ELLER SKURESVMPE PÅ NOGEN SOM HELST DEL AF DIN MIKROBØLGEOVN.

RENGØR OVNE MED JÆVNE MELLEMRUM, OG FJERN EVENTUELLE AFLEJREDE MADRESTER. Holdes ovnen ikke ren, kan dens flader beskadiges, hvilket kan påvirke apparatets levetid og måske også resultere i farlige situationer.

Ovnens ydre

Ovnens yderside er nem at rengøre med mild sæbe og vand. Sørg for at tørre sæben af med en blød klud, og tør det ydre med et blødt håndklæde.

Ovnens betjeningspanel

Åbn døren før rengøring for at deaktivere betjeningspanelet. Vær forsigtig, når du gør betjeningspanelet rent. Brug en klud, der kun er fugtet med vand, og tør forsigtigt panelet, indtil det er rent. Undgå at bruge for meget vand. Brug ikke nogen form for kemiske eller slibende rengøringsmidler.

Ovnens indre

1. I forbindelse med rengøring skal du tørre alle stænk eller pletter af med en blød, fugtig klud eller svamp efter brug, mens ovnen stadig er varm.
Hvis ovnen er meget snavset, kan du bruge en mild sæbeopløsning og tørre af flere gange med en blød klud, indtil det hele er væk.
Du må ikke fjerne pladen, der beskytter bølgelederen.
2. Sørg for, at den milde sæbeopløsning eller vandet ikke trænger ind i de små ventilationsåbninger i væggen, da det kan beskadige ovnen.
3. Brug ikke rengøringsmidler på låse inden i ovnen.

Drejetallerken og drejetallerken sokkel

Tag drejetallerkenen og soklen til drejetallerkenen ud af ovnen. Vask drejetallerkenen og soklen til drejetallerkenen med en mild sæbeopløsning. Tør med en blød klud. Både drejetallerkenen og soklen til drejetallerkenen kan gå i opvaskemaskinen.

Dør

Rengør regelmæssigt begge dørens sider, dørpakningerne og dens overflader med en blød, fugtig klud for at fjerne al snavs. Brug ikke skrappe, slibende rengøringsmidler eller skarpe metalskrabere til at rengøre glasovndøren med, da disse kan ridse overfladen, hvilket kan medføre, at glasset knuses.

BEMÆRK: Undlad at benytte en damprenser.



SYMPTOM	TJEK / TIP
... mikrobølgeovnen ikke fungerer som den skal?	Undersøg, om <ul style="list-style-type: none"> - sikringerne i sikringsdåsen fungerer, - der har været strømafbrydelse. - hvis sikringerne fortsat springer, skal du kontakte en faguddannet elektriker.
... mikrobølgeovnen fungerer ikke som den skal?	Undersøg, om <ul style="list-style-type: none"> - ovndøren er ordentligt lukket, - dørpakningerne og lukkefladerne er rene, - der er trykket på START/+30-knappen.
... drejetallerkenen ikke drejer?	Undersøg, om <ul style="list-style-type: none"> - soklen på drejetallerkenen er korrekt forbundet til drevet, - at kogegrejet ikke rager ud over drejetallerkenen, - madvarer ikke rager ud over drejetallerkenens kant og dermed forhindrer drejetallerkenen i at rotere, - der ikke er noget i fordybningen under drejetallerkenen.
... mikrobølgeovnen ikke vil slukke?	<ul style="list-style-type: none"> - Kobl ovnen fra sikringsdåsen. - Ring til Electrolux Service A/S.
... lyset i mikrobølgeovnen ikke fungerer som det skal?	<ul style="list-style-type: none"> - Ring til Electrolux Service A/S.
... det tager længere tid end før at opvarme maden helt og tilberede den?	<ul style="list-style-type: none"> - Indstil en længere tilberedningstid (dobbelt så stor mængde = næsten dobbelt så lang tid) eller - hvis maden er koldere end sædvanlig, skal du af og til vende maden, eller - indstille ovnen på en højere effekt.

BEMÆRK: Hvis maden tilberedes længere tid end standardtiden ved kun 800 W, vil ovnens effekt automatisk sænkes for at undgå overopvarmning. (Mikrobølgeovnens effektniveau reduceres til 560 W.) Efter en pause på 90 sekunder, kan ovnen igen indstilles på højt effektniveau 800 W.

Tilberedningstilstand	Standardtid	Reduceret effekt
Mikrobølgeovn 800 W	20 minutter	Mikrobølgeovn 560 W



Reklamationsret / Fejl og mangler / Afhjælpningsret

I det i lovgivningen pålagte omfang udbedes vederlagsfrit fejl og mangler ved dette produkt iht. reglerne omkring reklamationsret. Service indenfor reklamationsperioden udføres af vort serviceselskab Electrolux Service A/S. Se telefonnummer i afsnittet "Service og reservedele".

Omfang og bestemmelser

Når produktet er købt som fabriksnyt i Danmark afhjælpes fabriktions- og materialefejl, der konstateres ved apparatets normale brug i privat husholdning her i landet.

For Grønland og Færøerne gælder særlige bestemmelser. Såfremt Electrolux Service A/S skønner det nødvendigt, at produktet indsendes til værksted, sker indsendelse og returnering for vor regning og risiko.

Reklamationsretten omfatter ikke:

Afhjælpning af fejl, mangler eller skader, der direkte eller indirekte kan tilskrives uhensigtsmæssig behandling, misbrug, fejlbetjening, forkert tilslutning eller opstilling, ændringer i produktets elektriske/mekaniske dele, fejl i forsyningsnettes elektriske installationer eller defekte sikringer. Reklamationsretten dækker ikke uberettiget tilkald af service eller tilkald, hvor der ikke er fejl eller mangler ved det leverede produkt.

Hvis et servicebesøg ikke er dækket af reklamationsretten, vil der blive udstedt faktura for et servicebesøg - også under reklamationsperioden - iht. lovgivningen. Prisen for et servicebesøg kan variere i produktets levetid. Den aktuelle pris kan til enhver tid oplyses hos Electrolux Service A/S. Nærværende bestemmelser fratager Dem ikke adgang til at gøre et eventuelt ansvar efter købeloven gældende overfor den forhandler, hvor produktet er købt. Deres reklamation til os virker samtidig som reklamation overfor den forhandler, hvor produktet er købt.

Produktansvar

Dette produkt er omfattet af "Lov om produktansvar". Denne lov gælder for skader på andre ting og for personskader, som skyldes fejl ved selve det installerede produkt.

Forbehold

Produktansvaret gælder ikke, hvis den pågældende skade skyldes et eller flere af følgende forhold:

- At produktets installation ikke er udført i overensstemmelse med vor installationsanvisning.
- At produktet er anvendt til andet formål end

beskrevet.

- At de i denne brugs- og installationsanvisning nævnte sikkerhedsregler ikke er blevet fulgt.
- At en reparation er foretaget af andre end vor autoriserede serviceorganisation.
- At der er brugt uoriginale reservedele.
- At skaden er en transportskade, som måtte være opstået ved en senere transport f.eks ved flytning eller videresalg.
- At skaden skyldes en form for anvendelse, som strider mod almindelig sund fornuft.

Service

bestilles hos Electrolux Service A/S på Telefon 70 11 74 00 eller Fax 87 40 36 01

Reservedele

Private bestiller hos nærmeste forhandler eller på telefon 86 25 02 11 og forhandlere bestiller på telefon 45 88 77 55

Reservedele og tilbehør kan også bestilles on-line på <http://www.electrolux.dk>

Europæisk Garanti

Electrolux yder garanti på dette apparat i de lande, der står på listen bagest i denne vejledning, og i den periode, der er fremgår af apparatets garantibevis eller ifølge lovens krav. Hvis De flytter fra et af landene på listen til et andet land på listen, følger garantien med, dog med følgende forbehold:-

- Startdatoen for garantien er den dato, hvor apparatet oprindeligt blev købt. Der skal fremvises gyldig kvittering for købet, udstedt af den forhandler, som apparatet er købt hos.
- Mht. arbejdsløn og reservedele dækker garantien på apparatet det tidsrum og i det omfang, som gælder for den pågældende model eller produktgruppe i det nye opholdsland.
- Garantien er personlig og dækker kun apparatets oprindelige køber. Den kan ikke overdrages til en anden bruger.
- Apparatet skal installeres og anvendes i overensstemmelse med den vejledning, som Electrolux har udgivet, og det må kun bruges i husholdningen, dvs. ikke til erhvervs-mæssige formål.
- Ved installationen skal alle gældende love og bestemmelser i det nye opholdsland overholdes. Bestemmelserne i denne Europæiske Garanti påvirker ikke de rettigheder, De evt. har ifølge loven.



Vekselstrømsspænding	: 230 V, 50 Hz, enfaset
Sikring/afbryder	: Minimum 10 A
Nødvendig strømforsyning:	Mikrobølgeovn : 1.2 kW
Afgiven effekt:	Mikrobølgeovn : 800 W (IEC 60705)
Mikrobølgeovens frekvens	: 2450 MHz * (Gruppe 2 / Klasse B)
Udvendige dimensioner	PM175X : 492 mm (W) x 370 mm (H) x 316 mm (D) PM176X : 592 mm (W) x 370 mm (H) x 316 mm (D)
Ovnrummets dimensioner	: 285 mm (W) x 202 mm (H) x 298 mm (D) **
Ovnens kapacitet	: 17 liter **
Drejetallerken	: ø 272 mm
Vægt	: ca. 15.5 kg
Ovnlampe	: 25 W/240 - 250 V

- * Dette produkt opfylder kravene i europæisk standard EN55011. I overensstemmelse med denne standard klassificeres dette produkt som udstyr fra gruppe 2, klasse B. Gruppe 2 betyder, at udstyret forsætligt genererer radiofrekvensenergi i form af elektromagnetisk bestråling til varmebehandling af fødevarer. Klasse B-udstyr betyder, at apparatet er egnet til anvendelse i almindelige husstande.
- ** Den indre kapacitet beregnes ved at måle den maksimale bredde, dybde og højde. Ovnens faktiske kapacitet til at rumme mad er mindre.

Denne ovn opfylder de krav, der fremgår af direktiverne 2004/108/EC og 2006/95/EC.
SPECIFIKATIONERNE KAN ÆNDRES UDEN VARSEL SOM ET LED I EN FORTSAT FORBEDRING AF PRODUKTET.



Økologisk ansvarlig bortskaffelse af emballage og gammelt udstyr

Emballeringsmaterialer

Electrolux mikrobølgeovne kræver effektiv emballage som beskyttelse under transport. Der bruges kun den nødvendige, minimale emballage.

Emballage (såsom film eller skumplast) kan udgøre en fare for børn.

Risiko for kvælning. Opbevar emballeringsmaterialer utilgængeligt for børn.

Den emballage, der benyttes, er miljøvenlig og kan genbruges. Pap er lavet af genbrugspapir, og bestanddelene af træ er ubehandlede. Plastelementerne er mærket som følger:

"PE" polyethylen, f.eks. emballeringsfilm

"PS" polystyren, f.eks. emballering (uden klorfluorcarboner - CFC)

"PP" polypropylen, f.eks. emballeringsbånd

Ved at bruge og genbruge emballeringsmaterialer sparer man på råmaterialerne, og spildmængden reduceres.

Du bør levere eventuelle emballeringsmaterialer til den nærmeste genbrugsstation.

Kontakt dine lokale myndigheder for at få flere oplysninger.

Bortskaffelse af gammelt udstyr

Gammelt udstyr bør gøres sikkert, før det bortskaffes, ved at fjerne stikket og strømforsyningskablet.

Du bør levere eventuelle emballeringsmaterialer til den nærmeste genbrugsstation. Undersøg hos de lokale (miljø)myndigheder, om der findes genbrugsfaciliteter i dit område.

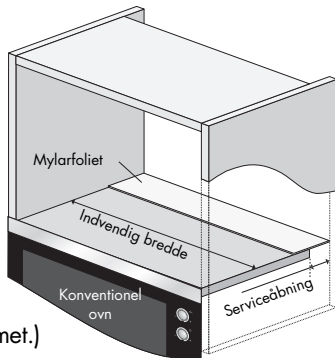


INSTALLERING

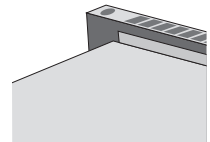
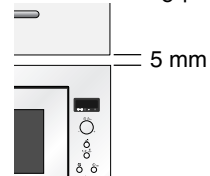
INSTALLERING AF OVNE

1. Fjern al emballage, og kontroller omhyggeligt, om der er tegn på skade.
2. Ovnen er som standard konstrueret til at passe ind i et 360 mm højt skab.
Når ovnen sættes ind i et 350 mm højt skab: Skru de fire fødder, der sidder på undersiden af ovnen, af og fjern dem. Der er 3 høje og en lav fod. Erstat de 3 høje fødder med de fødder, der leveres med tilbehørspakken. Udskift ikke den lave fod.
3. Hvis mikrobølgeovnen skal placeres oven over en konventionel ovn (position A), skal mylarfoliet, der er leveret, benyttes.
 - a. Skær mylarfoliet til, så det passer til ovnens indvendige bredde.

- b. Fjern det beskyttende lag på klæbes-trimlen, og sæt det fast på bagsiden af hylden, så det dækker serviceåbningen. (Se diagrammet.)



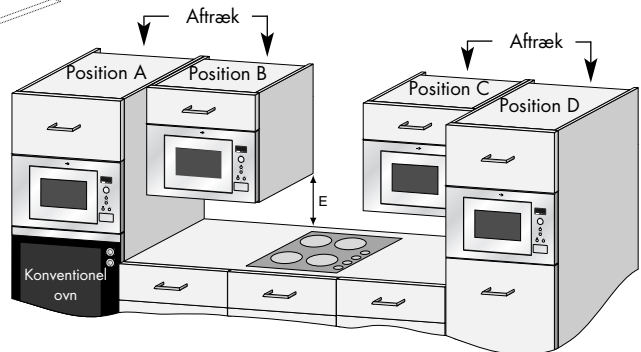
4. Placer langsomt og forsigtigt ovnen i køkkenskabet, indtil ovnens front sidder tæt mod skabets åbning.
5. Sørg for, at ovnen står stabilt og ikke sidder skråt. Du skal sikre dig, at der er en åbning på 5 mm mellem skabsdøren og toppen af rammen (se diagrammet).
6. Fastgør ovnen med de leverede skruer. Fastgøringspunkterne er placeret i hjørnerne på ovnens over- og underside (se diagrammet, punkt 9 på side 151).
7. Det er vigtigt at sikre, at ovnen installeres i overensstemmelse med instruktionerne i denne brugervejledning og brugervejledningen til det konventionelle komfur/den konventionelle ovn.



SIKKER BRUG AF OVNE

Hvis mikrobølgeovnen placeres i position B eller C:

- Skabet skal være placeret mindst 500 mm (E) over køkkenbordet og må **ikke** installeres **direkte** oven over komfuret.
- Ovnen skal være testet og godkendt kun til brug tæt på et gas-, el- eller induktionskomfur i private husholdninger.
- Der skal være god plads mellem ovnen og mikrobølgeovnen for at forhindre overopvarmning af mikrobølgeovnen, det omgivende skab og ovnens tilbehør.
- Betjen ikke komfuret uden gryder/pander på, når mikrobølgeovnen er i brug.
- Udvis forsigtighed ved brug af mikrobølgeovnen, når komfuret er tændt.



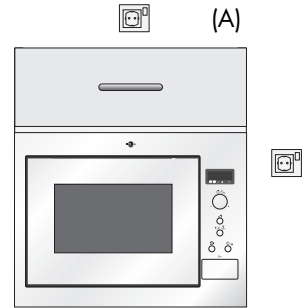
Position	Størrelse på åbningen			Aftværk (min)	Afstand mellem skab og loft
	W	D	H		
A	560	550	360	50	50
B + C	460	300	350	15	50
	460	300	360	15	50
	560	300	350	15	50
	560	300	360	15	50
D	460	500	350	40	50
	460	500	360	40	50
	560	500	350	40	50
	560	500	360	40	50

Mål i (mm)



TILSLUTNING AF OVNE TIL STRØMFORSYNINGEN

- **Stikkontakten skal være nem at komme til, således at stikket let kan trækkes ud i nødstilfælde. Eller det skal være muligt at afbryde ovnen fra strømforsyningen ved at indsætte en afbryder i den faste ledning i overensstemmelse med reglerne for elektriske tilslutninger.**
- **Stikkontakten bør ikke være placeret bag ved skabet.**
- Den bedste placering er oven over skabet, se (A).
Når strømforsyningsledningen ikke slutes til position (A), skal den fjernes fra klemmen (se diagrammet, punkt 13 på side 151) og føres ind under ovnen.
- Slut ovnen til en enfaset 230 V/50 Hz vekselstrøm via et korrekt installeret jordstik. Stikket skal være forsynet med en sikring på 10 A.
- **Strømforsyningsledningen må kun udskiftes af en elektriker.**
- Før installering skal du binde et stykke tråd fast til strømforsyningsledningen for at lette tilslutningen til punkt (A), når ovnen er installeret.
- Sørg for, at strømforsyningsledningen IKKE kommer i klemme, når ovnen placeres i skabet.
- Du må ikke dyppe strømforsyningsledningen eller stikket i vand eller anden væske.



ELEKTRISKE TILSLUTNINGER




ADVARSEL:
DENNE OVN SKAL JORDES
Producenten fraskriver sig
erstatningsansvar, hvis denne
sikkerhedsforanstaltning ikke
overholdes.

Hvis stikket, som er tilsluttet ovnen, ikke passer til stikkontakten, skal du ringe til din lokale, autoriserede ELECTROLUX serviceagent.



INNHOOLD

Viktige sikkerhetsinstruksjoner	175 - 176
Ovn & tilbehør	177
Kontrollpanel	178
Før bruk	178
Stille klokken	179
Råd for matlaging i mikrobølgeovn	180 - 181
Mikrobølgesikre kokekar	181
Mikrobølgeeffektnivåer	182
Manuell bruk	182
Andre praktiske funksjoner	183 - 184
Automatiske bruk	185
Tabeller for automatiske	186 - 188
Oppskrifter for automatiske AC-6 & AC-7	188 - 189
Tilberedningstabell	190 - 191
Oppskrifter	191 - 193
Vedlikehold & rengjøring	194
Hva du gjør hvis	195
Garanti/kundeservice	196
Spesifikasjoner	197
Viktig informasjon	197
Installering	198 - 199

Symbolet  på produktet eller på emballasjen viser at dette produktet ikke må behandles som husholdningsavfall. Det skal derimot bringes til et mottak for resirkulering av elektrisk og elektronisk utstyr. Ved å sørge for korrekt avhending av apparatet, vil du bidra til å forebygge de negative konsekvenser for miljø og helse som gal håndtering kan medføre. For nærmere informasjon om resirkulering av dette produktet, vennligst kontakt kommunen, renovasjonsselskapet eller forretningen der du anskaffet det.



VIKTIGE SIKKERHETSINSTRUKSJONER: LES NØYE OG OPPBEVAR FOR FREMTIDIG REFERANSE

For å unngå brannfare.

Mikrobølgeovnen bør holdes under oppsyn mens den er i bruk. For høye effektnivåer eller for lange tilberedningstider kan føre til overoppheting av matvarer og resultere i brann.

Strømuttaket må være lett tilgjengelig, slik at enheten lett kan kobles fra strømmettet i nødtilfeller. Vekselstrømsuttaket må være på 230 V, 50 Hz, med minimum 10 A fordelingslsikring, eller minimum 10 A fordelingskretsbyrter. Det anbefales at man benytter en separat strømkrets for kun dette apparatet.

Ovnen må ikke oppbevares eller brukes utendørs.

Hvis det begynner å ryke av maten som varmes, MÅ MAN IKKE ÅPNE DØREN. Slå av ovnen, trekk ut kontakten og vent til maten ikke ryker lenger. Å åpne døren mens det ryker av maten, kan føre til brann.

Bruk kun beholdere og utstyr som er beregnet på bruk i mikrobølgeovn. Se side 181.

Ikke la ovnen stå uten tilsyn ved bruk av engangsbeholdere i plast, papir eller andre brennbare matbeholdere.

Rengjør bølgelederdekselet, ovnsrommet, dreieplaten og dreieplatestativet etter bruk. Disse må være tørre og frie for fett. Fettavsetninger kan overopphettes og begynne å ryke eller ta fyr.

Ikke plasser antennelige materialer nær ovnen eller ventilasjonsåpninger.

Ikke blokker ventilasjonsåpningene.

Fjern alle metallforseglinger, metalltråder osv. fra mat og matemballasje.

Gnistoverslag på metalliske overflater kan forårsake brann.

Mikrobølgeovnen må ikke brukes til å varme opp olje for fritering.

Temperaturen kan ikke kontrolleres og oljen kan ta fyr.

Ved tilberedning av popkorn må man kun bruke popkornbeholdere beregnet på bruk i mikrobølgeovn.

Man må ikke oppbevare mat eller andre gjenstander inne i ovnen.

Kontroller innstillingene etter at du starter ovnen for å sikre at den fungerer som ønsket. Se tipsene og rådene i denne brukerhåndboken og i kokebokdelen.

For å unngå fare for skader

ADVARSEL:

Ikke bruk ovnen om den er skadet eller har feilfunksjoner. Før bruk, sjekk følgende punkter:

a) Døren: Pass på at døren lukkes ordentlig og sjekk at den ikke er skjev eller vridd.

b) Hengslene og sikkerhetsdørsperrer: Sjekk at de ikke er brukket eller løse.

c) Dørtetning og frontramme: Pass på at de ikke er skadet.

d) Inne i ovnsrommet eller på døren: Pass på at det ikke finnes bulker.

e) Strømledning og stikkontakt: Pass på at de ikke er skadet.

Du må aldri justere, reparere eller modifisere ovnen selv. Det er farlig for alle andre enn faglært personell å utføre eventuell service eller reparasjon som innebærer å fjerne dekslet som beskytter mot eksponering for mikrobølgeenergi.

Ikke bruk ovnen med døren åpen, eller endre dørens sikkerhetssperrer på noen måte.

Ikke bruk ovnen hvis det finnes en gjenstand mellom dørforseglingene og lukkeflatene.

Ikke la det bygge seg opp fett eller smuss på dørtetningen eller tilstøtende deler. Følg instruksjonene for "Vedlikehold & rengjøring" på side 194. Hvis man ikke holder ovnen ren kan dette føre til forringelse av overflaten, noe som videre kan redusere apparatets levetid. Det kan også føre til en farlig situasjon.

Personer med PACEMAKER bør sjekke med lege eller produsenten av pacemaker for forholdsregler angjeldende mikrobølgeovner.

For å unngå fare for elektrisk støt

Ikke under noen omstendigheter bør du fjerne den ytre kassen. Ikke søl eller før inn gjenstander i dørlåsåpningene eller ventilasjonsåpningene. Ved slikt søl, slå av ovnen, trekk ut kontakten med en gang, og ring en autorisert ELECTROLUX servicerepresentant. Ikke senk strømledningen eller kontakten i vann eller andre væsker. Ikke la strømledningen ligge over varme eller skarpe overflater, så som varmluftsventilasjonsåpningen bakerst på toppen av ovnen. Ikke prøv å skifte ut ovnslampen selv, eller la noen som ikke er autorisert av ELECTROLUX gjøre dette. Hvis ovnslampen slutter å lyse, ta kontakt med din forhandler eller en autorisert ELECTROLUX servicerepresentant. Hvis strømledningen til denne ovnen skades, må den erstattes med en spesiell ledning. Dette må utføres av en autorisert ELECTROLUX servicerepresentant.

For å unngå fare for eksplosjon og plutselig koking:

ADVARSEL: Væsker og andre matvarer må ikke varmes opp i forseglede beholdere, da de kan eksplodere.

Bruk aldri forseglede beholdere. Fjern forseglinger og lokk før bruk. Forseglede beholdere kan eksplodere pga. oppbygging av trykk selv etter at man har slått av ovnen. Utvis forsiktighet ved oppvarming av væsker i mikrobølgeovn. Bruk en beholder med vid åpning, slik at bobler kan slippe ut.



VIKTIGE SIKKERHETSINSTRUKSJONER

Oppvarming av væsker i mikrobølgeovn kan føre til forsinket eksplosjonsartet koking, derfor må man utvise forsiktighet ved håndtering av beholderen.

For å forhindre plutselig erupsjon av kokende væske og mulig skålding:

1. Rør i væsken før oppvarming/gjenoppvarming.
2. Det anbefales at man plasserer en glass-stang eller liknende redskap i væsken under oppvarming.
3. La væsken stå i ovnen i minst 20 sekunder etter tilberedning for å unngå forsinket, eksplosjonsartet sprut fra kokekarret.

Kok ikke egg i skallene, og hele, hardkokte egg bør ikke varmes opp i mikrobølgeovn fordi de kan eksplodere selv etter at mikrobølgeovnstilberedningen er avsluttet. For å koke eller varme opp egg som ikke har blitt rørt eller blandet, stikk hull på plommer og hviter, hvis ikke kan eggene eksplodere. Ta av skallet og del opp hardkokte egg før de varmes i mikrobølgeovn.

Stikk hull på skall/skinn på matvarer som poteter, pølser og frukt før tilberedning i mikrobølgeovn, hvis ikke kan de eksplodere.

For å unngå fare for brannskader

Bruk grytelapper eller -hansker når du tar mat ut av ovnen, for å unngå brannså. Åpne alltid beholdere, popkornposer, stekeposer osv. bort fra ansikt og hender for å unngå brannså fra damp.

For å unngå brannså bør du alltid teste matens temperatur og røre i den før den serveres. Vær spesielt oppmerksom på temperaturen i mat og drikke som gis til spedbarn, barn eller eldre.

Temperaturen til beholderen er ikke nødvendigvis den samme som temperaturen på maten eller drikken; sjekk alltid temperaturen på selve matvaren.

Hold litt avstand fra ovnsdøren når du åpner den, for å unngå brannså fra damp og varme som kommer ut fra døråpningen.

Del opp fylte bakerverer etter oppvarming for å slippe ut damp og unngå brannså. Hold barn borte fra døren for å forhindre dem i å brenne seg.

For å unngå at barn bruker mikrobølgeovnen feil

ADVARSEL: Barn må kun få lov å bruke ovnen uten oppsyn når de har fått tilstrekkelig instruering, slik at barnet er i stand til å bruke ovnen på en sikker måte og forstår farene ved ukorrekt bruk.

Dette apparatet er ikke beregnet for bruk av personer (inkludert barn) med begrenset fysiske, sensoriske eller mentale evner eller som mangler erfaring og kunnskap, med mindre de er under oppsyn eller har blitt gitt opplæring i bruk av apparatet av en person som er ansvarlig for deres sikkerhet.

Barn bør være under oppsyn for å sikre at de leker med apparatet.

Ikke len deg eller sving på ovnsdøren. Ikke lek med ovnen eller bruk den som et leketøy. Barn bør lære alle viktige sikkerhetsinstruksjoner: bruk av grytelapper, forsiktig fjerning av lokk over mat og å være spesielt forsiktig med emballasje (f. eks. selvoppvarmende materialer) som er utformet for å lage sprø mat, da disse kan være ekstra varme.

Andre advarsler

Ovnen må ikke modifiseres på noen måte. Denne ovnen er kun beregnet på mattilberedning i private hjem, og skal kun brukes for tilberedning av mat. Den er ikke egnet for profesjonell bruk eller bruk i laboratorier.

For å fremme problemfri bruk av ovnen og unngå skade.

Ikke bruk ovnen når den er tom.

Ved bruk av bruningsfat eller selvoppvarmende materialer, må du alltid plassere en varmemotstandig isolering, som en porselensallerken, under for å unngå skade på dreieplaten og dreieplatestativet pga. termospenning.

Oppvarmingstidene som er spesifisert i oppskrifter/instruksjoner må ikke overstiges. Ikke bruk metallredskaper som reflekterer mikrobølger og kan føre til elektrisk gnistoverslag. Ikke plasser hermetikkbokser i ovnen.

Bruk kun dreieplaten og dreieplatestativet som er beregnet for denne ovnen. Ikke bruk ovnen uten dreieplaten.

For å unngå at dreieplaten knuses:

- (a) La dreieplaten avkjøles før du rengjør den med vann.
- (b) Ikke plasser varm mat eller varme redskaper på en kald dreieplate.
- (c) Ikke plasser kald mat eller kalde redskaper på en varm dreieplate.

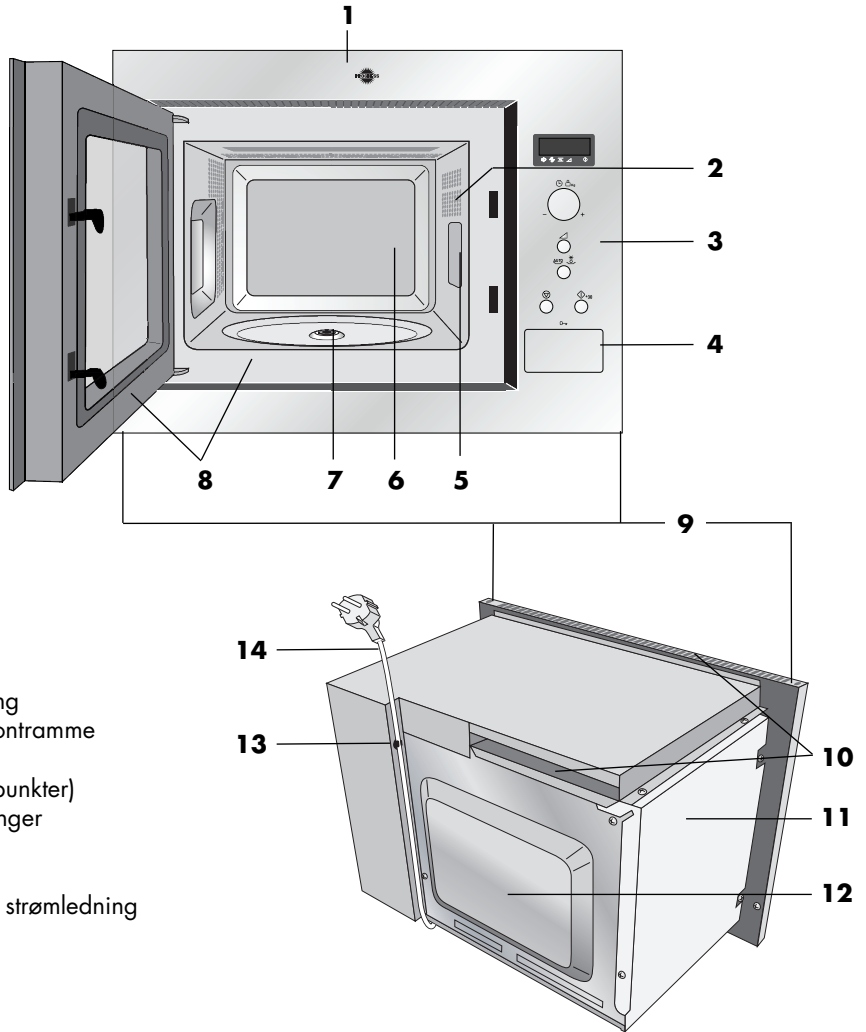
Ikke plasser noe på den ytre kassen under bruk.

MERKNAD:

Hvis du ikke er sikker på hvordan du kan koble til ovnen, kontakt en autorisert, kvalifisert elektriker.

Verken produsent eller forhandler kan påta seg ansvar for skade på ovnen eller personskader som oppstår fordi man ikke har koblet ovnen til elektrisk strømkilde på korrekt måte.

Vanndamp eller -dråper kan fra tid til annen dannes på ovnsveggene eller rundt døråpningen og frontrammen. Dette er normalt, og er ikke tegn på mikrobølgelekkasje eller feilfunksjon.



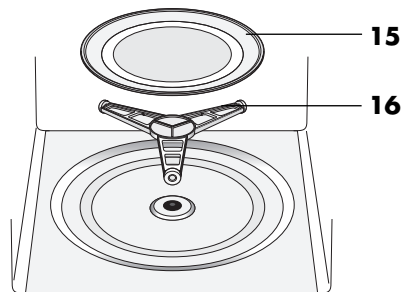
1. Frontkant
2. Ovnslampe
3. Kontrollpanel
4. Døråpnings
5. Ovnstrom
6. Forseglingpakning
7. Dørtetning og frontramme
8. Dørhåndtak
9. Festepunkter (4 punkter)
10. Ventilasjonsåpninger
11. Ytre kasse
12. Bakre kasse
13. Støtteklemme for strømledning
14. Strømledning

TILBEHØR:

Sjekk at følgende tilbehør medfølger:
(15) Dreieplate **(16)** Dreieplatestativ
(17) 4 festeskruer (ikke vist).

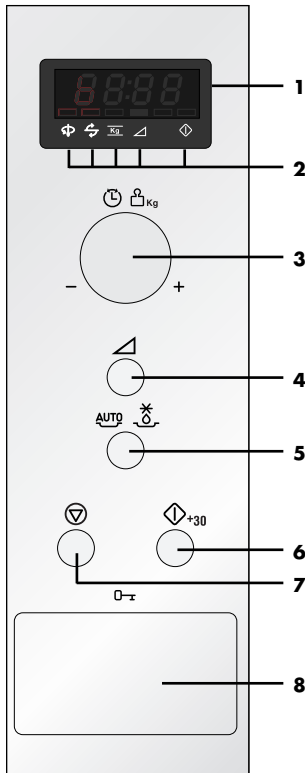
- Plasser dreieplatestativet i fordypningen i bunnen av ovnsrommet.
- Plasser så dreieplaten oppå dreieplatestativet.
- For å unngå skade på dreieplaten bør du sørge for at fat og beholdere løftes over kanten på dreieplaten når du tar dem ut av ovnen.

MERKNAD: Når du bestiller tilbehør, gir du to referanser til forhandler eller autorisert ELECTROLUX servicerepresentant: produktnummer og modellnavn.





KONTROLLPANEL



1 Digitalt display

2 Indikatorer

Tilhørende indikator vil blinke eller lyse, rett over hvert symbol i henhold til instruksjonen. Når en indikator blinker, trykker du på tilhørende knapp (med samme symbol) eller utfører den nødvendige funksjonen.

⊘ Rør

⊘ Snu

Kg Vekt

⊘ Effektnivåer, mikrobølger

⊘ Tilberedning pågår

3 TID/VEKT knapp

4 MIKROBØLGEEFFEKTIVÅ knapp

5 AUTOPROGRAMMER knappen

Trykk for å velge ett av 12 automatiske programmer.

6 START/+30 knapp

7 STOP knapp

8 DØRÅPNINGS knapp



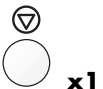
FØR BRUK

Koble til ovnen.

1. Ovnens display vil blinke:



2. Trykk på STOP-knappen, displayet viser:



For å stille klokken, se nedenfor.

Bruke STOP-knappen

Bruk **STOP** knappen for å:

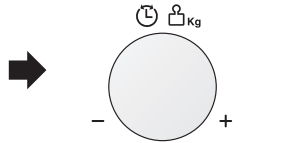
1. Slette en feil under programmering.
2. Stanse ovnen midlertidig under tilberedning.
3. Annullere et program under tilberedning, trykk to ganger.



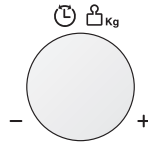
Det er to innstillingsalternativer: 12-timersklokke og 24-timersklokke.

Eksempel: For å stille 12-timersklokken til 11:35.

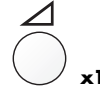
1. For å stille 12-timersklokke, hold inne **MIKROBØLGEEFFEKT**-knappen i tre sekunder. **12 H** vil vises i displayet.



2. Still inn timene. Drei **TID/VEKT** knappen til riktig time vises (11).



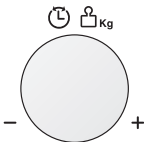
3. Trykk på **MIKROBØLGEEFFEKT**-knappen for å endre fra timer til minutter.



Kontroller displayet.



4. Still inn minuttene. Drei **TID/VEKT** knappen til riktig minutt vises (35).



5. Trykk på **MIKROBØLGEEFFEKT**-knappen for å starte klokken.



x1

Kontroller displayet.



Eksempel: For å stille 24-timersklokken til 23:35.

1. For å stille 24-timersklokke, hold inne **MIKROBØLGEEFFEKT**-knappen i tre sekunder. **12 H** vil vises i displayet.



2. Trykk på **MIKROBØLGEEFFEKT**-knappen for å endre fra 12 timer til 24 timer.

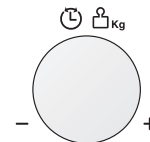


x1

Kontroller displayet.



3. Still inn timene. Drei **TID/VEKT** knappen til riktig time vises (23).



x1

Kontroller displayet.

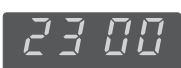


4. Trykk på **MIKROBØLGEEFFEKT**-knappen for å endre fra timer til minutter.

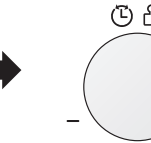


x1

Kontroller displayet.



5. Still inn minuttene. Drei **TID/VEKT** knappen til riktig minutt vises (35).



6. Trykk på **MIKROBØLGEEFFEKT**-knappen for å starte klokken.



x1

Kontroller displayet.



MERKNAD:

1. Du kan dreie **TID/VEKT** knappen med eller mot klokken.
2. Trykk på **STOP** knappen hvis du gjør en feil under programmeringen.
3. Hvis strømtilførselen til mikrobølgeovnen din avbrytes, vil displayet periodisk vise **12 H** når

strømmen kommer tilbake. Hvis dette skjer under tilberedning, slettes programmet. Gjeldende klokkeslett slettes også.

4. Når du vil stille inn klokkeslettet på nytt, følg eksempelet ovenfor igjen.



RÅD FOR MATLAGING I MIKROBØLGEOVN

Mikrobølger er energibølger lik de som brukes til TV- og radiosignaler.

Elektrisk energi omdannes til mikrobølgeenergi som ledes inn i ovnens ovnsrom via en bølgeleder.

For å hindre at mat og fett trenger inn i bølgelederen har den et bølgelederdeksel.

Mikrobølgene kan ikke gå gjennom metall. Derfor er ovnens ovnsrom laget av metall, og det er en tynn metallduk på døren. Under matlagingen støtes mikrobølgene bort fra sidene av ovnen.

Mikrobølgene går gjennom visse materialer, som glass og plast for å varme maten. (Se "Mikrobølgesikre kokekar" på side 181).

For å lage/tine mat i en mikrobølgeovn må mikrobølgeenergien kunne gå gjennom beholderen for å trenge inn i maten.

Derfor er det viktig å velge passende kokekar.

Runde/ovale skåler er å foretrekke fremfor firkantede eller avlange, siden maten i hjørnene har en tendens til å bli varmet for mye.

På side 181 finner du en liste over ulike kokekar som kan brukes.

Vann, sukker og fet mat absorberer mikrobølgene og får dem til å vibrere. Dette skaper varme gjennom friksjon, på samme måte som hendene dine blir varme når du gnir dem mot hverandre.

Ytterkantene på maten varmes opp av mikrobølgeenergien, og deretter flytter varmen seg mot midten ved hjelp av ledning, på samme måte som i vanlig matlaging. Det er viktig å snu, flytte på eller røre i maten for å sikre jevn oppvarming.

Når oppvarmingen er ferdig, stopper ovnen produksjonen av mikrobølger automatisk.

Maten må stå litt etter oppvarming, slik at varmen fordeles jevnt i maten.

Mikrobølger varmer opp maten raskere enn ordinær koking. Det er derfor viktig at visse fremgangsmåter følges for å sikre godt resultat. Mange av fremgangsmåtene nedenfor er nesten like de som brukes i vanlig matlaging.

KJENNETEGN

Ingredienser	Matvarer med mye fett eller sukker (f.eks. fete sauser eller eplepai) trenger kortere oppvarming. Man bør være forsiktig da overoppheting kan forårsake brann.
Kompakthet	Hvor kompakt maten er vil påvirke oppvarmingstiden. Lette, porøse matvarer som kaker og brød varmes raskere opp enn tunge, kompakte matvarer som f.eks. en stek eller gryterett.
Mengde	Oppvarmingstiden økes med mengden mat som plasseres i ovnen. Det tar lenger tid å koke fire poteter enn to.
Størrelse	Små matvarer og små biter varmes raskere enn store, siden mikrobølgene kan trenge inn fra alle sider og mot midten. For jevn oppvarming bør alle bitene være like store.
Fasong	Matvarer med ujevn fasong, som for eksempel kyllingbryst eller lærstykker bruker lenger tid på de tykkeste partiene. Runde fasonger varmes jevnere enn firkantede fasonger.
Temperatur	Starttemperaturen på maten vil påvirke oppvarmingstiden. Avkjølte matvarer trenger lenger tid enn matvarer med romtemperatur. Skjær i mat med fyll, for eksempel berlinerboller, for å slippe ut varme eller damp.

OPPVARMINGSTEKNIKKER

Anrette	Plasser de tykkeste bitene av maten mot kantene på skålen. f.eks. lærstykker av kylling.
Dekke til	Bruk plastfolie med luftehull for mikrobølgeovn eller et passende lokk.
Stikke hull	Matvarer med skall, skinn eller hinne må stikkes hull i flere steder før oppvarming, siden dampen som danner seg kan få maten til å eksplodere, f.eks. poteter, fisk, kylling, pølser. Viktig: Egg bør ikke kokes i mikrobølgeovn, siden de kan eksplodere selv etter at oppvarmingen er ferdig, for eksempel posjerte egg, speilegg eller kokte egg.
Rør, vend og flytt på	For å få jevn oppvarming er det viktig å røre, vende og flytte på maten under oppvarmingen. Røring og flytting skal alltid skje fra kanten mot midten.
Hvile	Hviletid er nødvendig etter oppvarming, slik at varmen fordeles jevnt i maten.
Dekke	Noen områder på matvarer som tines kan bli varme. Varme områder f.eks. på lærstykker og kyllingvinger kan dekkas med foliebitar som reflekterer mikrobølgene.



FINNE UT TILBEREDNINGSTIDER VED Å BRUKE TERMOMETER

Etter at den har blitt tilberedt, har enhver drikk eller matvare en spesiell innvendig temperatur. Når denne er nådd kan man avslutte tilberedningen, og resultatet vil

være bra. Du kan teste den interne temperaturen med et termometer. Temperaturoversikten på neste side gir deg de fleste av de viktige temperature.

Drikke / matvarer	Innvendig temperatur ved slutten av tilberedningstiden	Innvendig temperatur etter 10-15 minutters hviletid
Varme opp drikkes (kaffe, vann, te osv.)	65-75 °C	
Varme opp melk	60-65 °C	
Varme opp suppe	75-80 °C	
Varme opp gryter	75-80 °C	
Fjærkre	80-85 °C	85-90 °C
Lam	70 °C	70-75 °C
Rosa	75-80 °C	80-85 °C
Godt stekt		
Oksestek	50-55 °C	55-60 °C
Rosa	60-65 °C	65-70 °C
Medium stekt	75-80 °C	80-85 °C
Godt stekt		
Svin, kalv	80-85 °C	80-85 °C

MIKROBØLGESIKRE KOKEKAR



Kokekar	Mikrobølge-sikker	Kommentarer
Aluminiumsfolie/ foliebeholdere	✓ / ✗	Små stykker med aluminiumsfolie kan brukes til å beskytte matvarer mot overoppheting. Folien må plasseres minst 2 cm fra veggene på ovnen, siden overslag kan forekomme. Foliebeholdere anbefales ikke hvis ikke det er spesielt oppgitt fra produsenten, f.eks. Microfoil®. Følg veiledningen nøye.
Bruningspanner	✓	Følg alltid produsentens veiledning. Oppvarmingstidene som oppgis må ikke overstiges. Vær svært forsiktig, disse pannenene blir svært varme.
Porselen og keramikk	✓ / ✗	Porselen, keramikk, glaserte leirvarer og benporselen kan vanligvis brukes, bortsett fra de som har metalldekor.
Glasstøy, f.eks. Pyrex®	✓	Man bør være forsiktig med bruk av glasstøy, siden det kan knuse eller sprekke dersom det varmes opp raskt.
Metall	✗	Man anbefaler ikke bruk av metallkokekar i kombinasjon med mikrobølgeenergi. Overslag kan oppstå, og det kan forårsake brann.
Plast/styrenplast, f.eks. hurtigmat-beholdere	✓	Man bør være forsiktig med bruk av disse, siden noen beholdere deformeres, smelter eller misfarges ved høye temperaturer.
Plastfolie	✓	Den bør ikke berøre maten, og må stikkes hull i for å slippe ut damp.
Fryse-/ stekeposer	✓	De må stikkes hull i for å slippe ut damp. Pass på at posene er egnet for bruk i mikrobølgeovn. Bruk ikke plast- eller metallklips, disse kan smelte eller ta fyr på grunn av overslag.
Papir - tallerkener, kopper og tørkerull	✓	Brukes kun til forsiktig oppvarming eller for å absorbere fuktighet. Man bør være forsiktig, overoppheting kan forårsake brann.
Halm- og trebeholdere	✓	Pass alltid på når disse materialene brukes, overoppheting kan forårsake brann.
Resirkulert papir og avisepapir	✗	Disse kan inneholde rester av metall, noe som kan forårsake overslag og brann.



MIKROBØLGEEFFEKTIVÅER

Mikrobølgeovnen din har fem nivåer. For å velge effektnivå for matlaging, følg rådene som ble gitt i kokebokdelen. Vanligvis gjelder følgende anbefalinger:

800 W brukes til hurtig matlaging eller oppvarming, f.eks. supper, gryteretter, hermetiske matvarer, varme drikker, grønnsaker, fisk og lignende.

560 W brukes til lengre matlaging av tettere matvarer som stek, kjøttpudding, og ferdigmåltider, også for ømtålige retter som ostesaus og sukkerbrød. Ved denne lavere innstillingen vil ikke sausen koke over og mat vil tilberedes jevnt uten å overkoke på sidene.

400 W for tette matvarer som krever lang tilberedningstid når det tilberedes på tradisjonell måte, f.eks. retter med storfekjøtt, anbefales det å bruke denne innstillingen for å sikre at kjøttet blir mørt.

240 W for å tine, velg denne effektinnstillingen for å sikre at retten tines jevnt. Denne innstillingen er også ideell for å tilberede ris, pasta, melboller og lage eggekrem.

80 W for forsiktig tining, for eksempel kremkaker eller butterdeig.

W = Watt.

For å stille inn effekten, trykk på knappen **MIKROBØLGEEFFEKTIVÅ** inntil det ønskede nivået vises i displayet.  Hvis man trykker på knappen **MIKROBØLGEEFFEKTIVÅ** én gang. Hvis du går forbi det ønskede nivået, fortsett å trykke på **MIKROBØLGEEFFEKTIVÅ** knappen til du når det nivået igjen. **Hvis du ikke stiller inn effektnivå, stilles det automatisk til 800 W.**



MANUELL BRUK

Ovnen din kan programmeres for inntil 90 minutter. (90.00) Økningsenhetene man kan bruke for matlaging (tining) varierer fra 10 sekunder til fem minutter. Det avhenger av den totale tilberednings- eller tiningstiden, som vist i tabellen.

Tilberedningstid	Økningsenhet
0-5 minutter	10 sekunder
5-10 minutter	30 sekunder
10-30 minutter	1 minutt
30-90 minutter	5 minutter

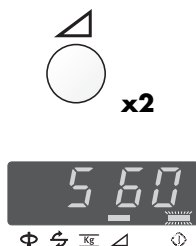
Eksempel:

Tenk deg at du vil varme opp suppe i to minutter og 30 sekunder på 560 W mikrobølgeeffektnivå.

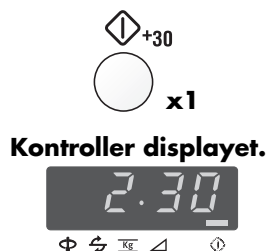
1. Tast inn ønsket tilberedningstid ved å dreie på **TID/VEKT** knappen. (2 min. og 30 sek.)



2. Velg ønsket effektnivå ved å trykke på **MIKROBØLGEEFFEKTIVÅ** -knappen to ganger.



3. Trykk på **START/+30** knappen én gang for å starte tilberedningen.



MERKNAD:

- Tilberedningstiden på det digitale displayet stopper automatisk hvis døren åpnes under tilberedningsprosessen. Tilberedningstiden telles ned igjen når døren lukkes og man trykker på **START/+30** knappen.
- Hvis du vil se effektnivået under tilberedningen, trykk på **MIKROBØLGEEFFEKTIVÅ** knappen. Så lenge fingeren din er nær **MIKROBØLGEEFFEKTIVÅ** knappen, vil effektnivået vises i displayet.
- Du kan dreie **TID/VEKT** knappen med eller mot klokken. Hvis du dreier den mot klokken vil tilberedningstiden synke gradvis fra 90 minutter.



1. TILBEREDNING I FLERE TRINN

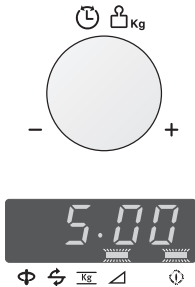
Man kan legge inn maks. tre sekvenser, som består av manuell tilberedningstid og -modus.

Eksempel:

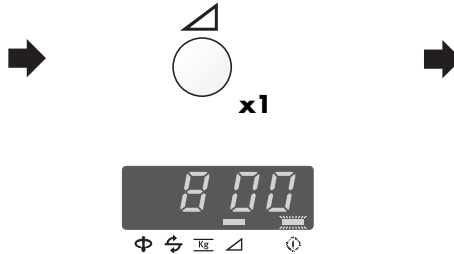
For å tilberede: 5 minutter på 800 W effekt (trinn 1)
16 minutter på 240 W effekt (trinn 2)

TRINN 1

1. Angi ønsket tilberedningstid ved å dreie på **TID/VEKT** knappen.

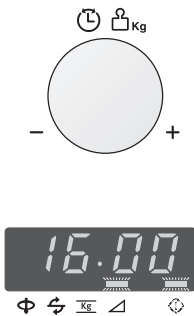


2. Velg ønsket effektnivå ved å trykke én gang på **MIKROBØLGEEFFEKTNIVÅ** knappen.

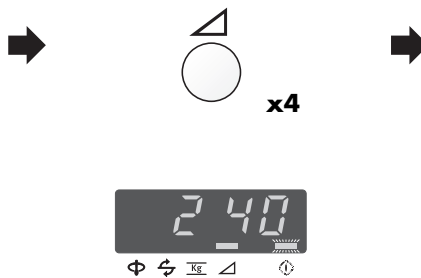


TRINN 2

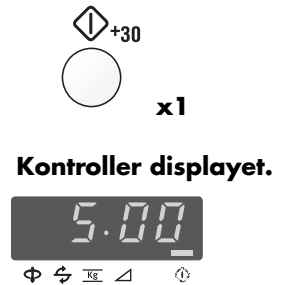
3. Angi ønsket tid ved å dreie på **TID/VEKT** knappen.



4. Velg ønsket effektnivå ved å trykke fire ganger på **MIKROBØLGEEFFEKTNIVÅ** knappen.



5. Trykk på **START/+30** knappen én gang for å starte tilberedningen.



Oven vil begynne tilberedningen for 5 minutter på 800 W, og deretter fortsette med 16 minutter på 240 W.



ANDRE PRAKTISKE FUNKSJONER

2. FUNKSJONEN LEGG TIL 30 SEKUNDER

START/+30 knappen gjør det mulig å bruke de følgende to funksjonene:

a. Direktestart

Du kan starte tilberedningen på 800 W mikrobølgeeffektnivå i 30 sekunder ved å trykke på **START/+30** knappen.



MERKNAD:

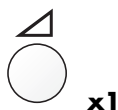
For å unngå at barn feilbruker **START/+30** knappen, kan den kun benyttes innen tre minutter etter foregående operasjon, dvs. etter at døren er lukket, man har trykket på **STOP** knappen eller tilberedningstiden er ferdig.

b. Forleng tilberedningstiden

Du kan forleng tilberedningstiden under manuell tilberedning for flere sekvenser à 30 sekunder hvis du trykker på knappen mens ovnen er i gang.

3. KONTROLLERE EFFEKTNIVÅET

For å kontrollere mikrobølgenivået under tilberedningen, trykk på **MIKROBØLGEFFEKTNIVÅ** knappen.



Så lenge fingeren din er nær **MIKROBØLGEFFEKTNIVÅ** knappen, vil effektnivået vises i displayet.

Klokken fortsetter å telle ned tiden selv om displayet viser effektnivået.

4. SIKKERHETSLÅSFUNKSJON

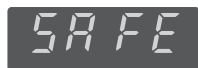
FOR Å AKTIVERE FUNKSJONEN SIKKERHETSLÅS

1. Trykk og hold inne **STOP**-knappen i tre sekunder.



x1 og hold inne i tre sekunder.

Kontroller displayet.



FOR Å KANSELLERE FUNKSJONEN SIKKERHETSLÅS

1. Trykk og hold inne **STOP**-knappen i tre sekunder.



x1 og hold inne i tre sekunder.

Displayet vil vise gjeldende klokkeslett, dersom klokken er stilt.

MERKNAD: Når sikkerhetslåsen er aktivert, kan du ikke trykke på andre knapper enn **STOP**-knappen.



Funksjonen **AUTOMATISKE** regner automatisk ut den korrekte tilberedningsmodus og tilberedningstid. Du kan velge mellom syv **AUTOTILBEREDNING** menyer og fem **AUTOTINING** menyer. Det du trenger å vite når du bruker denne automatiske funksjonen:

1. Trykker du på **AUTOPROGRAMMER**-knappen én gang, vil displayet se ut som vist her. Menyen kan velges ved å trykke på **AUTOPROGRAMMER**-knappen inntil det ønskede menynummeret vises i displayet. Se side 186 - 188 "Tabeller for **AUTOMATISKE**".

For å velge en tinningsmeny, trykk på **AUTOPROGRAMMER**-knappen minst åtte ganger. Hvis du trykker på knappen åtte ganger, **Ad - 1** vil vises i displayet. Menyen endrer seg automatisk når du holder inne **AUTOPROGRAMMER**-knappen.

2. Vekten eller kvantumet på maten kan legges inn ved å dreie på **TID/VEKT** knappen inntil ønsket vekt vises i displayet.

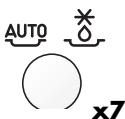
- Legg kun inn matens vekt. Ikke inkluder beholderens vekt.
- For mat som veier mer eller mindre enn det som oppgis i tilberedningstabellene, bruk manuelle programmer. For best resultat, følg tilberedningstabellene i kokeboken.

3. For å starte tilberedningsprosessen trykk på **START/+30** knappen. Når det kreves handling (f. eks. å snu maten), stopper ovnen, man hører en signallyd, resterende tilberedningstid og eventuell indikator vil blinke i displayet. For å fortsette tilberedningsprosessen, trykk på **START/+30** knappen.

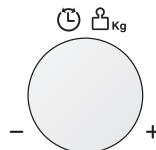
Eksempel:

For å tilberede grateng som veier 1 kg ved å bruke **AUTOMATISKE AC-7**.

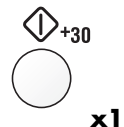
1. Velg ønsket meny ved å trykke syv ganger på **AUTOMATISKE** knappen.



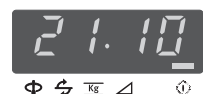
2. Legg inn vekten ved å dreie **TID/VEKT** knappen med klokken.



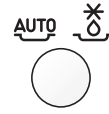
3. Tryk på **START/+30** knappen .



Kontroller displayet.



1.



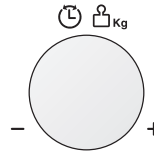
x1

Knappen **AUTOMATISKE**



Menynummer

2.



TIMER/VEKT knappen

3.























START/+30-knapp

Sluttemperaturen varierer avhengig av starttemperaturen. Kontroller at maten er rykende varm etter tilberedningen. Om nødvendig kan du forlenge tilberedningstiden og endre effektivitet.






























TABELLER FOR AUTOMATISKE

KNAPP	AUTOTILBEREDNING NR.	VEKT / UTSTYR	FREM GANGSMÅTE
   x1	AC-1 Tilbered Frosne grønnsaker 	0,1 - 0,6 kg (100 g) Bolle og lokk	<ul style="list-style-type: none">• Tilsett en ss vann pr. 100 g, og salt etter ønske. (Det er ikke nødvendig å tilsette vann til sopp.)• Dekk til med et lokk.• Når du hører et lydsignal, rør om og dekk til igjen.• La retten hvile i ca. 2 minutter etter at den er ferdig. VIKTIG: Hvis frosne grønnsaker er sammenfrosset, tilbered dem manuelt.
   x2	AC-2 Tilbered Friske grønnsaker 	0,1 - 0,6 kg (100 g) Bolle og lokk	<ul style="list-style-type: none">• Del opp i små biter, f. eks. strimler, terninger eller skiver.• Tilsett en ss vann pr. 100 g, og salt etter ønske. (Det er ikke nødvendig å tilsette vann til sopp.)• Dekk til med et lokk.• Når du hører et lydsignal, rør om og dekk til igjen.• La retten hvile i ca. 2 minutter etter at den er ferdig.
   x3	AC-3 Tilbered Frosne ferdigmåltider (som kan røres om i) 	0,3 - 1,0 kg* (100 g) Bolle og lokk	<ul style="list-style-type: none">• Flytt måltidet til en beholder som er egnet for bruk i mikrobølgeovn.• Tilsett noe væske om det anbefales av produsenten.• Dekk til med et lokk.• Tilbered uten tildekning om dette er produsentens instruksjoner.• Når man hører lydsignalet, rør og dekk til på nytt.• La retten hvile i ca. 2 minutter etter at den er ferdig.
   x4	AC-4 Tilbered Frosne gratenger 	0,2 - 0,6 kg (100 g) Grunne, ovale gratengformer og mikrobølgefolie eller originale beholdere og mikrobølgefolie	<ul style="list-style-type: none">• Fjern den frosne gratengen fra emballasjen Hvis beholderen ikke er egnet for mikrobølgeovner, ha gratengen over i en egnet beholder for mikrobølgeovn.• Dekk til med mikrobølgefolie.• Hvis beholderen er egnet for mikrobølgeovner, fjern det opprinnelige papirløkket og dekk til med mikrobølgefolie.• La retten hvile i ca. 2 minutter etter at den er ferdig.
   x5	AC-5 Tilbered Kokte og bakte poteter 	0,1 - 0,8 kg (100 g) Bolle og lokk	<p>Kokte poteter: Skrell potetene og del dem opp i mindre biter.</p> <p>Bakepotet: Velg poteter på omtrent samme størrelse og vask dem.</p> <ul style="list-style-type: none">• Legg potetene som skal kokes eller bakes i en bolle.• Tilsett nødvendig mengde vann (pr. 100 g), ca. 2 ts og litt salt.• Dekk til med et lokk.• Når du hører et lydsignal, rør om og dekk til igjen.• La retten hvile i ca. 2 minutter etter at den er ferdig.

Viktig: Avkjølt mat tilberedes fra 5 °C, frossen mat tilberedes fra -18 °C.



KNAPP	AUTOTILBEREDNING NR.	VEKT / UTSTYR	FREMGANGSMÅTE
   x6	AC-6 Tilbered Fiskefilet med saus 	0,4 - 1,2 kg* (100 g) Gratineringsform og mikrobølgefolie	<ul style="list-style-type: none"> Se oppskrift for "fiskefilet med saus" på side 188. * Samlet vekt for alle ingrediensene.
   x7	AC-7 Tilbered Grateng 	0,5 - 1,5 kg* (100 g) Gratineringsform er ferdig	<ul style="list-style-type: none"> Se oppskrift for "Grateng" på side 189. * Samlet vekt for alle ingrediensene.

KNAPP	AUTOTINING NR.	VEKT / UTSTYR	FREMGANGSMÅTE
   x8	Ad-1 Tining Biff og koteletter 	0,2 - 0,8 kg (100 g) Ildfast form (Se merknad på side 188.)	<ul style="list-style-type: none"> Legg maten i en ildfast form, og sett denne på det roterende fatet i ovnen. Vend maten når du hører lydsignalet, og pass på at alle stykkene ligger hver for seg. Beskytt tynnere deler og spesielt varme deler med aluminiumsfolie. Når tineprogrammet er fullført, pakker du maten inn i aluminiumsfolie i 10–15 minutter til den er ferdigtint.
   x9	Ad-2 Tining Kjøttdeig 	0,2 - 0,8 kg (100 g) Ildfast form (Se merknad på side 188.)	<ul style="list-style-type: none"> Legg kjøttdeigen i en ildfast form, og sett denne på det roterende fatet i ovnen. Vend kjøttdeigen når du hører lydsignalet. Fjernogså eventuell ferdigtint kjøttdeig. Når tineprogrammet er fullført, pakker du kjøttdeigen inn i aluminiumsfolie i 5–10 minutter til den er ferdigtint.
   x10	Ad-3 Tining Fjærkre 	0,9 - 1,5 kg (100 g) Ildfast form (Se merknad på side 188.)	<ul style="list-style-type: none"> Legg fjærfebrystet med oversiden ned i en lav, ildfast form midt på det roterende fatet i ovnen. Når du hører et lydsignal, vend brystet over og dekk til de tynne delene og varme stedene med små biter av aluminiumsfolie. Efter tining, skyll i kaldt vann, pakk inn i aluminiumsfolie i 15–30 minutter, inntil det har tint helt igjennom. Vask til slutt fuglen under rennende vann.
   x11	Ad-4 Tining Kake 	0,1 - 1,4 kg (100 g) Fat	<ul style="list-style-type: none"> Fjern all emballasjen fra kaken. Sett kaken på det roterende fatet i ovnen, eller på et eget fat som plasseres på fatet i ovnen. Når den er tint, skjærer du den i serveringsstykker og lager et lite mellomrom mellom hvert stykke. La kaken få hvile i 10–30 minutter, til den er ferdigtint.
   x12	Ad-5 Tining Brød 	0,1 - 1,0 kg (100 g) Flat beholder Kun oppskåret brød anbefales til dette programmet.)	<ul style="list-style-type: none"> Legg brødsnivene i en ildfast form, og sett denne på det roterende fatet i ovnen. Hvis det er snakk om mengder på over 1 kg, legges brødet direkte på det roterende fatet i ovnen. roterende fatet i ovnen. Vend brødsnivene når du hører lydsignalet, og pass på at alle stykkene ligger hver for seg. Når tineprogrammet er fullført, pakker du brødet inn i aluminiumsfolie i 5–15 minutter til det er ferdigtint.

Viktig: Avkjølt mat tilberedes fra 5 °C, frossen mat tilberedes fra -18 °C.



TABELLER FOR AUTOMATISKE

VIKTIG: Autotining

1. Biffer og koteletter bør fryses ned i ett lag.
2. Kjøttdeig bør presses flat før den fryses ned.
3. Etter å ha snudd maten, beskytt tinte deler med små biter aluminiumsfolie.
4. Fjærfe bør brukes umiddelbart etter at det er tint.
5. Kaker som er pyntet eller overtrukket med krem er svært følsomme for mikrobølgeenergi. Hvis kremen begynner å smelte, tar du kaken ut av ovnen og lar den stå i 10–30 minutter ved romtemperatur. Dette vil gi best resultat.



OPPSKRIFTER FOR AUTOMATISKE AC-6 & AC-7

FISKEFILET MED SAUS (AC-6)

Fiskefilet med pikant sauce

0,4 kg	0,8 kg	1,2 kg	
140 g	280 g	420 g	hermetiske tomater (uten saft)
40 g	80 g	120 g	majs
4 g	8 g	12 g	chilisauce
12 g	24 g	36 g	løg (finthakket)
1 tsk	1-2 tsk	2 tsk	rødvinseddike, sennep, timian, kajennepepper
200 g	400 g	600 g	fiskefilet

1. Bland ingrediensene til sausen.
2. Plasser fiskefileten i en gratinerings-form med de tynne endene mot sentrum, og dryss salt over.
3. Fordel sausen over fiskefileten.
4. Dekk til med mikrobølgefolie og tilbered på **AUTOTILBEREDNING (AC-6)**, "Fiskefilet med saus".
5. Når maten er kokt, tas den ut av ovnen. La den få hvile i 2 minutter før servering.

FISKEFILET MED SAUS (AC-6)

Fiskefilet med karrysauce

0,4 kg	0,8 kg	1,2 kg	
200 g	400 g	600 g	fiskefilet
40 g	80 g	120 g	salt
160 g	320 g	480 g	banan (i skiver) ferdiglaget karrysaus

1. Plasser fiskefileten i en rund gratine-ringsform med de tynne endene mot sentrum, og dryss salt over.
2. Fordel bananen og den ferdiglagde karrysauen over fiskefileten.
3. Dekk til med mikrobølgefolie og tilbered på **AUTOTILBEREDNING (AC-6)**, "Fiskefilet med saus".
4. Når maten er kokt, tas den ut av ovnen. La den få hvile i 2 minutter før servering.



GRATENG (AC-7) Spinatgratin

0,5 kg	1,0 kg	1,5 kg	
5 g	10 g	15 g	smør eller margarin (til å smøre formen)
150 g	300 g	450 g	Blandspinat (tint, avrent)
15 g	30 g	45 g	løg (finthakket)
			salt, pepper & muskatnød
150 g	300 g	450 g	kokte poteter (i skiver)
35 g	75 g	110 g	kogt skinke (i terninger)
50 g	100 g	150 g	cremefraiche
1	2	3	æg
40 g	75 g	115 g	revet ost
			paprika

1. Bland bladspintaten med løken og krydre med salt, pepper og muskat.
2. Smør inn gratineringsformen. Plasser potetskiver, skinke og spinat i lag oppå hverandre i formen. Det øverste laget bør være spinat.
3. Visp sammen egg, crème fraiche, salt og pepper, og hell blandingen over gratengen.
4. Dekk gratengen med revet ost, dryss paprikapulver over og tilbered på **AUTOTILBEREDNING (AC-7)**, "Grateng".
5. Når maten er kokt, tas den ut av ovnen. La den få hvile i 5-10 minutter før servering.

GRATENG (AC-7) Potet-og squash-grateng

0,5 kg	1,0 kg	1,5 kg	
5 g	10 g	15 g	smør eller margarin (til å smøre formen)
200 g	400 g	600 g	kokte poteter (i skiver)
115 g	230 g	345 g	squash (i tynne skiver)
75 g	150 g	225 g	cremefraiche
1	2	3	egg
1/2	1	2	fedd hvitløk (presset)
			salt, pepper
40 g	75 g	120 g	fetaost (i terninger)
10 g	20 g	30 g	solsikkekerner, paprikapulver

1. Bland bladspintaten med løken og krydre med salt, pepper og muskat.
2. Smør inn gratineringsformen. Plasser potetskiver, skinke og spinat i lag oppå hverandre i formen. Det øverste laget bør være spinat.
3. Smul opp fetaosten og strø over gratengen.
4. Dryss til slutt solsikkekerner og paprikapulver over gratengen og tilbered på **AUTOTILBEREDNING (AC-7)**, "Grateng".
5. Når maten er kokt, tas den ut av ovnen. La den få hvile i 5-10 minutter før servering.



TILBEREDNINGSTABELL

FORKORTELSER SOM BRUKES

ss = spiseskje	kopp = en full kopp	g = gram	ml = milliliter	min = minutter
ts = teskje	KG = kilogram	l = liter	cm = centimeter	

TABELL: VARME OPP MAT OG DRIKKE

Mat/drikke	Mengde -g/ml-	Effektnivå -Innstilling-	Tid -min-	Tips
Kaffe, 1 kopp	150	800 W	ca.1	skal ikke dekkes til
Melk, 1 kopp	150	800 W	ca.1	skal ikke dekkes til
Vann, 1 kopp	150	800 W	1 1/2-2	skal ikke dekkes til
6 kopper	900	800 W	10-12	skal ikke dekkes til
1 bolle	1000	800 W	11 1/2-13	skal ikke dekkes til
Tallerkenretter (Grønnsaker, kjøtt og tilbehør)	400	800 W	3-6	skvett litt vann over sausen og dekk til; rør etter halvgått program
Stuing / Suppe	200	800 W	1 1/2-2 1/2	til, rør etter oppvarming
Grønnsaker	200	800 W	2-2 1/2	ha i litt vann, om nødvendig og dekk til; rør etter halvgått program
500	800 W	4-5		
Kjøtt, 1 stykke*	200	800 W	3-4	dekk med et tynt lag saus, og dekk til
Fiskefilet*	200	800 W	2-3	dekk til
Kake, 1 stykke	100	400 W	1/2	legg i en ildfast form
Babymat, 1 glass	190	400 W	ca.1	ha i en beholder beregnet på mikrobølgeovner, og rør godt etter oppvarming; sjekk at maten ikke er for varm
Smelte margarin eller smør*	50	800 W	1/2	dekk til
Smelte sjokolade	100	400 W	2-3	rør med jevne mellomrom

* Kjøleskapstemperatur

TABELL: TINGING OG TILBEREDNING

Mat	Vekt -g-	Effekt -nivå-	Tid -min-	Tilsett vann -ss/ml-	Tips	Hviletid -min-
Fiskefilet	300	800 W	10-12	-	dekk til	1-2
Måltid, én tallerken	400	800 W	9-11	-	dekk til, rør etter 6 minutter	2
Brokkoli	300	800 W	7-9	3-5ss	dekk til, og rør etter halvgått program	2
Erter	300	800 W	7-9	3-5ss	dekk til, og rør etter halvgått program	2
Blandede gr.saker	500	800 W	11-13	3-5ss	dekk til, og rør etter halvgått program	2

TABELL: TINGING

Mat	Vekt -g-	Effekt -nivå-	Tid -min-	Tips	Hviletid -min-
Stekt kjøtt (f. eks. svin, okse, lam, kalv)	1500	80 W	58-64	egg i en lav, ildfast form, vend etter halvgått tining	30-90
	1000	80 W	42-48		30-90
	500	80 W	19-23		30-90
Gulasj	500	240 W	8-12	rør etter halvgått program	10-15
Pølser, 8	600	240 W	6-9	legg pølsene side om side, og snu dem etter halvgått program	5-10
4	300	240 W	4-5		5-10
Kyllinglår	200	240 W	4-5	snu dem etter halvgått program	10-15
Fiskefilet	400	240 W	7-10	snu dem etter halvgått program	5-10
Rundstykker, 2	80	240 W	ca.1	kun delvis tining	-
Kaker, pr. stykke	100-150	80 W	2-5	legg i en ildfast form	5
Frukt f. eks. kirsebær	250	240 W	4-5	fordel frukten jevnt, og vend den etter halvgått program	5
jordbær, bringebær eller plommer					

Tidene som oppgis i denne tabellen er kun retningslinjer og kan variere avhengig av starttemperatur, sammensetning og vekt.



TABELL: TILBEREDE KJØTT, FISK, FJÆRKRE OG FRISKE GRØNNSAKER

Mat	Vekt -g-	Effekt -nivå-	Tid -min-	Tips	Hviletid -min-
Stek (svin, kalv, lam)	500	800 W	8-10*	krydre etter smak, plasser i en grunn terteform snu etter *	10
		400 W	10-12		
	1000	800 W	19-21*		10
		400 W	11-14		
Oksestek (medium)	1000	800 W	33-36*	krydre etter smak, plasser i en grunn terteform snu etter *	10
		400 W	13-17		
Fiskefilet	200	800 W	3-4	krydre etter smak, legg i en lav, ildfast form, dekk til	3
Kylling	1200	800 W	21-24	krydre etter smak, legg i en lav, ildfast form, vend etter halvgjøtt tilberedning	3
Kyllinglår	200	800 W	3-4	krydre etter smak, legg i en lav, ildfast form	3
Brokkoli	500	800 W	9-11	del i små buketter, tilsett 4-5 ss vann, dekk til, rør av og til under tilberedning	-
Erter	500	800 W	9-11	dekk til, tilsett 4-5 ss vann, rør av og til under tilberedning	-
Gulrøtter	500	800 W	10-12	skjær i skiver, tilsett 4-5 ss vann, dekk til, rør	-
	300	800 W	7-9	av og til under tilberedning	-
Kokte poteter	500	800 W	9-11	skjær i større biter av lik størrelse, tilsett litt salt, tilsett 1,5 dl vann, dekk til, rør om av og til under tilberedning	-

OPPSKRIFTER



Alle oppskriftene i denne kokeboken er for 4 porsjoner – hvis ikke annet er oppgitt.

TILPASSE OPPSKRIFTER FOR MIKROBØLGEOVN

Hvis du vil tilpasse din favorittoppskrift for mikrobølgeovn, bør du legge merke til følgende: Kort ned tilberedningstiden med en tredjedel til halvparten. Følg eksemplene til oppskriftene i denne kokeboken. Matvarer som har høyt væskeinnhold, slik som kjøtt, fisk, fjærkre, grønnsaker, frukt, stuinger og supper kan tilberedes i mikrobølgeovnen uten noen problemer.

CHAMPIGNONSUPPE

Redskaper: Bolle med lokk
(kapasitet på 2 l)

Ingredienser

200 g sopp, i skiver
50 g løk, finhakket
300 ml kjøttkraft
300 ml fløte
25 g mel
25 g smør eller margarin
salt, pepper
1 egg
150 g crème fraiche

Overflaten på matvarer som inneholder lite fuktighet, slik som fat med mat, bør fuktet før oppvarming eller tilberedning. Mengden væske som tilsettes rå matvarer som breseres, bør reduseres til ca. to tredjedeler av den mengden som oppgis i originaloppskriften. Tilsett mer væske under tilberedning om det er nødvendig. Mengden fett som skal tilsettes kan reduseres vesentlig. En liten mengde smør, margarin eller olje er nok til å sette smak på maten. Derfor er mikrobølgeovnen perfekt for å tilberede mat med lite fett som en del av en slankekur.

1. Ha grønnsakene og kjøttkraften i bollen, dekk til og tilbered.
8-9 min. \triangleleft **800 W**
2. Bland alle ingrediensene i mikseren.
3. Bland mel og smør til en deig og bland inn i suppen. Krydre med salt og pepper, dekk til og tilbered. Rør etter tilberedning.
4-6 min. \triangleleft **800 W**
4. Bland eggeplommen med fløten, rør inn i suppen litt etter litt. Varm opp en kort stund, men ikke la det koke!
1-2 min. \triangleleft **800 W**
La maten få hvile i ca. 5 minutter før servering.



OPPSKRIFTER

KALVESTUING FRA ZÜRICH

Redskaper: Form med lokk
(kapasitet på 2 l)

Ingredienser

600 g kalvefilet
10 g smør eller margarin
50 g løk, finhakket
100 ml hvitvin
sukkerkulør til ca. 1/2 liter saus
300 ml fløte
1 ss persille, finhakket

1. Skjær kalvekjøttet i avlange biter.
2. Smør formen med smør. Ha kjøtt og løk i formen, dekk til, og kok. Rør én gang under koking.
7-10 min. ◁ 800 W
3. Ha i hvitvin, sukkerkulør og fløte, rør sammen, dekk til, og fortsett kokingen. Rør med jevne mellomrom.
4-5 min. ◁ 800 W
4. Rør i blandingen etter koking, og la den få hvile i ca. 5 minutter. Dryss over persille før servering.

FYLT SKINKE

Redskaper: Bolle med lokk
(kapasitet på 2 l)
Oval gratengform (ca. 26 cm lang)

Ingredienser

125 g hakkede spinatblader
125 g fromage frais med et fettinnhold på 20 %
40 g revet emmentalost
pepper, paprika
6 skiver kokt skinke (300 g)
125 ml vann
125 ml fløte
20 g mel
20 g smør eller margarin
10 g smør eller margarin for å smøre formen

1. Bland sammen spinat, ost og fromage frais, og krydre etter smak.
2. Legg en spiseskje med fyll på hver skinkeskive og rull sammen. Fest skinkerullen med en cocktailpinne e.l.
3. Lag hvit saus: Hell vann og fløte i en bolle, og varm opp.
3-4 min. ◁ 800 W
Smuldre smøret i melet, ha i væsken, og rør til du får en jevn saus. Dekk til, og kok til sausen tykner.
1 min. ◁ 800 W
Rør, og smak til med krydder.
4. Ha sausen i den smurte formen, legg skinkerullene på sausen, ha på lokk og tilbered.
3-4 min. ◁ 800 W
La maten få hvile i ca. 5 minutter før servering.

LASAGNE

Redskaper: Bolle med lokk
(kapasitet på 2 l)
Grunn, firkantet
gratineringsform med lokk
(ca. 20 x 20 x 6 cm)

Ingredienser

300 g hermetiske tomater
50 g opphakkert skinke
50 g løk, finhakket
1 fedd hvitløk, presset
250 g kjøttdeig
2 ss tomatpuré
salt, pepper
150 ml crème fraîche
100 ml melk
50 g revet parmesanost
1 ts blandet opphakkede urter
1 ts olivenolje
1 ts vegetabilsk olje til å smøre formen
125 g grønne lasagneplater
1 ss revet parmesan

1. Hakk tomatene, og bland dem med skinke, løk, hvitløk, kjøttdeig og tomatpuré. Krydre, dekk til, og kok.
7-9 min. ◁ 800 W
2. Bland sammen crème fraîche, melk, parmesanost, urter, olje og krydder.
3. Smør formen og dekk bunnen med cirka en tredel av pastaen. Ha over halvparten av kjøttblandingen og litt saus. Gjenta og avslutt med resten pastaen. Hell resten av sausen over pastaen og dryss over parmesanost. Legg på lokk og tilbered.
15-17 min. ◁ 560 W
La maten få hvile i 5-10 minutter før servering.



RATATOUILLE

Redskaper: Bolle med lokk
(kapasitet på 2 l)

Ingredienser

5 ss olivenolje
1 fedd hvitløk, presset
50 g løk, oppskåret
250 g aubergine i terninger
250 g squash i terninger
200 g paprika i store terninger
75 g fennikel i store terninger
1 suppekvast
200 g hermetiske artiskokkhjerter,
delt i fire
salt, pepper

1. Ha olivenoljen og hvitløken i ballen. Tilsett de forberedte grønnsakene, bortsett fra artiskokkhjertene, og krydre med pepper. Tilsett suppekvasten, dekk til og start ovnen. Rør om en gang.

19-21 min. \triangleleft **800 W**

Sett til artiskokkhjertene når det er fem minutter igjen og varm opp.

2. Smak til ratatouillen med salt og pepper. Fjern suppekvasten før servering. La ratatouillen hvile i ca. to minutter etter tilberedning.

Tips: Ratatouille kan serveres varm til kjøttretter. Den er også perfekt som forrett om den serveres kald.

Tips: En suppekvast består av: en stilk persille, en håndfull urter som egnes til å krydre suppen, en stilk løpстикke, en stilk timian, flere laurbærblad.

SJØTUNGEFILET

Redskaper: Lav ildfast form og plastfolie
beregnet på mikrobølgeovn
(ca. 26 cm lang)

Ingredienser

400 g filet av sjøtunge
1 sitron
150 g tomater
10 g smør
1 ss vegetabilisk olje
1 ss persille, finhakket
salt, pepper
4 ss hvitvin
20 g smør eller margarin

1. Vask fisken og tørk av den. Fjern evt. bein.
2. Skjær sitron og tomater i tynne skiver.
3. Smør formen med smør. Legg filetene i formen, og hell over vegetabilisk olje.
4. Dryss over persille, legg på tomatskiver, og krydre. Legg sitronskivene på toppen, og hell hvitvin over dem.
5. Legg små smørklatter over sitronskivene, dekk til, og kok.

13-16 min. \triangleleft **800 W**

La maten få hvile i ca. 2 minutter før servering.

Tips: Du kan bytte ut flyndrefiletten med andre typer fisk som torsk, kolje, kveite, mulle eller rødspette.

FRUKTGELE MED VANILJESAUS

Redskaper: Form med lokk
(kapasitet på 2 l)
(kapasitet på 1 l)

Ingredienser

150 g rips, vasket og renset
150 g jordbær, vasket og uten hams
150 g bringebær, vasket og uten hams
250 ml hvitvin
100 g sukker
50 ml sitronsaft
8 gelatinplater
300 ml melk
1/2 vaniljestang
30 g sukker
15 g maismel

Tips: Du kan også bruke tinte frukter.

1. Legg til side noe frukt til pynt. Lag puré av resten av frukten sammen med hvitvin, ha i en form, dekk til og varm opp.

7-9 min. \triangleleft **800 W**

2. Rør inn sukker og sitronsaft.
3. Legg gelatin i bløt i kaldt vann i ca. 10 minutter før du tar den ut og klemmer den tørr. Rør gelatinen inn i den varme pureen til den er oppløst. Plasser geleen i kjøleskapet og la stå til den stivner.
4. For å lage vaniljesausen, hell melken i den andre ballen. Del vaniljestangen på langs og skrap ut frøene inni stangen. Rør disse inn i melken sammen med sukker og maismel. Dekk til og tilbered, rør om under tilberedning og igjen etter tilberedningen.

3-4 min. \triangleleft **800 W**

5. Vend geleen ut på et fat og dekorer med resten av frukten. Hell vaniljesausen over geleen.



VEDLIKEHOLD & RENGJØRING

ADVARSEL: IKKE BRUK KOMMERSIELLE OVNRENSERE, DAMPRENGJØRING, SLIPENDE, GROVE VASKEMIDLER, MIDLER SOM INNEHOLDER KAUSTISK SODA ELLER SKUREPUTER PÅ NOEN DELER AV MIKROOVNEN.

RENGJØR OVNEN MED JEVNE MELLOMROM OG FJERN EVENTUELLE MATRESTER. Hvis ovnen ikke holdes ren kan dette føre til at overflaten skades, noe som igjen kan redusere apparatets levetid og muligvis forårsake en farlig situasjon.

Utsiden av ovnen

Du kan enkelt gjøre ren utsiden av ovnen med mild såpe og vann. Tørk av såpen med en fuktig klut, og tørk av utsiden med et mykt håndkle.

Ovnens kontrollpanel

Åpne døren før du gjør rent kontrollpanelet, slik at det deaktiveres. Vær forsiktig ved rengjøring av kontrollpanelet. Bruk en klut som bare er lett fuktet med vann, tørk forsiktig av panelet inntil det er rent. Ikke bruk for mye vann. Ikke bruk noen form for kjemisk eller slipende rengjøringsmiddel.

Innsiden av ovnen

1. For rengjøring: Tørk bort sprut eller søl med en myk, fuktig klut eller svamp etter hver bruk, mens ovnen fortsatt er varm. Ved større søl: Bruk mild såpe og tørk over flere ganger med en fuktig klut inntil alle matrester er borte. Ikke fjern bølgelederdekslet.
2. Pass på at det ikke kommer inn såpe eller vann gjennom de små ventilåpningene i veggene, da dette kan føre til skade på ovnen.
3. Ikke bruk rengjøringsmidler i sprayform inne i ovnen.

Dreieplate og dreieplatestøtte

Ta dreieplaten og dennes støtte ut av ovnen. Vask dreieplaten og støtten i mildt såpevann. Tørk med en tørr klut. Både dreieplaten og støtten kan vaskes i oppvaskmaskin.

Dør

For å fjerne alle spor av smuss, rengjør både ut- og innsiden av døren, dørforsegling og lukkeflater regelmessig med en myk, fuktig klut. Ikke bruk sterke rengjøringsmidler med slipende effekt eller skarpe metallskraper til å rengjøre glasset i ovnsdøren, da disse kan lage riper overflaten og føre til at glasset knuses.

MERK: Man bør ikke bruke damprengjørere



SYMPTOM	POSSIBLE SYMPTOMS/REMEDIES
...mikrobølgeovnen ikke virker som den skal?	Sjekk at <ul style="list-style-type: none"> - sikringene i sikringsskapet ikke har gått. - ikke strømmen har gått. - Hvis sikringene fortsetter å gå, kontakt en kvalifisert elektriker.
... mikrobølgemodus ikke virker som den skal?	Sjekk at <ul style="list-style-type: none"> - døren er lukket godt igjen. - dørtetningen og frontrammen er rene. - det er trykket på START/+30-knappen.
... dreieplaten ikke dreier?	Sjekk at <ul style="list-style-type: none"> - dreieplatestativet er korrekt koblet til drevet. - formene ikke går utover kanten av dreieplaten. - maten ikke går utover kanten av dreieplaten slik at den ikke kan rotere. - det ikke er noe i fordypningen under dreieplaten.
... mikrobølgene ikke kan slås av?	<ul style="list-style-type: none"> - Koble ovnen fra sikringsboksen. - Kontakt en autorisert ELECTROLUX - serviceagent.
... lyset inne i ovnen ikke som det skal?	<ul style="list-style-type: none"> - Ring en autorisert ELECTROLUX serviceagent. Lyspæren inne i ovnen må kun skiftes av en autorisert ELECTROLUX-serviceagent.
... det tar lengre tid å varme opp og tilberede mat enn før?	<ul style="list-style-type: none"> - Still inn en lengre tilberedningstid (dobbel mengde mat = nesten dobbel tilberedningstid) eller - Hvis maten er kaldere enn normalt, roter eller snu fra tid til annen eller - still inn et høyere effektnivå.

NOTE:Hvis du tilbereder mat lenger enn standardtid med bare 800 W, vil ovnen automatisk senke effektnivået for å unngå overoppvarming. (Effektnivået for mikrobølgene vil bli redusert til 560 W.) Etter en pause på 90 sekunder, kan du stille tilbake til høyt effektnivå 800 W.

Tilberedningsmodus	Standardtid	Redusert effektnivå
Mikrobølge 800 W	20 minutter	Mikrobølge 560 W



Service og reservedeler

Se først i kapitlet som omhandler funksjonsfeil og årsaker for å konstatere om det er en teknisk feil med produktet.

Husk alltid å oppgi produktnummer, modellbetegnelse, serienummer og kjøpsdato ved bestilling av service eller reservedeler.

Dette finner du på dataskiltet på undersiden av produktet. Ta vare på kvitteringen, den gjelder som dokumentasjon på kjøpsdato. Notér følgende nummer:

Modell betegnelse

Produktnummer

Serienummer:

Kjøpsdato

Service

Ved behov for service på ditt produkt, bør du kontakte din lokale elektrohandler for å få opplysninger om vår lokale reparatør. Du kan også ringe 81530222, eller besøke vår internettadresse **www.electrolux.no** der du finner frem til nærmeste reparatør.

Reservedeler

Kan bestilles på: Telefon: 22635850, Fax: 22725880

Internett post@e-serviceoslo.no

Leveringsbetingelser

Produkter solgt til forbruker i Norge, er underlagt Lov om forbrukerkjøp. Der det inntreffer feil eller mangler som omfattes av loven innen lovens frister, utbedres dette uten omkostninger for deg. Feil eller skader som oppstår, som er brukerbettinget eller ligger utenfor leverandørens kontroll, omfattes ikke av loven. En reparasjon vil da normalt belastes bruker.

All service/reparasjon skal utføres av serviceverksteder godkjent av leverandør.

Inngrep/reparasjoner skal kun utføres av fagperson og i henhold til gjeldende forskrifter. For ytterligere informasjon om leveringsbetingelser, be om forhandlers kjøpsinformasjon. Ved næringskjøp mellom to profesjonelle parter gjelder egne bestemmelser.

Europeisk Garanti

Dette apparatet er dekket av garantien fra Electrolux i alle de landene som er oppført på baksiden av denne håndboken for den tidsperioden som er spesifisert i apparatets garanti eller ellers gjennom kjøpsloven. Hvis du flytter fra et av disse landene til et annet land som er oppført på listen nedenfor, vil apparatets garanti flytte sammen med deg, forutsatt at følgende betingelser overholdes:

- Apparatets garanti starter fra den dato du først kjøpte apparatet, som bekreftes ved fremleggelse av gyldig kjøpsdokument, som utstedes av den som solgte deg apparatet.
- Apparatets garanti gjelder for samme periode og i samme utstrekning for arbeid og deler for denne spesifikke modellen eller typen apparat, som er i handelen i det nye landet du bor i.
- Apparatets garanti gjelder personlig for den som opprinnelig kjøpte apparatet og kan ikke overdras til annen bruker.
- Apparatet installeres og brukes i overensstemmelse med instruksjonene som er utstedt av Electrolux og må kun brukes i vanlig husholdning, dvs. må ikke brukes til kommersielle formål.
- Apparatet installeres i overensstemmelse med alle relevante forskrifter som gjelder i det nye landet du bor i. Bestemmelsene i denne europeiske garantien har ingen innflytelse på de rettighetene du innrømmes gjennom loven.



Nettspenning med vekselstrøm	: 230 V, 50 Hz, enfaset
Sikring/kretsbyter for fordelingsledning	: Minimum 10 A
Nødvendig vekselstrømsspenning:	Mikrobølge : 1.2 kW
Utgangseffekt:	Mikrobølge : 800 W (IEC 60705)
Mikrobølgefrekvens	: 2450 MHz * (Gruppe 2 / Klasse B)
Utvendige dimensjoner:	PM175X : 492 mm (W) x 370 mm (H) x 316 mm (D) PM176X : 592 mm (W) x 370 mm (H) x 316 mm (D)
Innvendige dimensjoner	: 285 mm (W) x 202 mm (H) x 298 mm (D) **
Ovnskapasitet	: 17 liter **
Dreieplate	: ø 272 mm
Vekt	: ca. 15.5 kg
Ovnslampe	: 25 W/240 - 250 V

- * Dette produktet oppfyller kravene i den europeiske standarden EN55011.
I tråd med standarden er produktet klassifisert som utstyr i gruppe 2, klasse B.
Gruppe 2 betyr at utstyret med overlegg genererer radiofrekvent energi i form av elektromagnetisk stråling for varmebehandling av mat.
Klasse B betyr at utstyret er egnet for bruk i private husholdninger.
- ** Innvendig kapasitet er beregnet ved å måle maksimal bredde, dybde og høyde.
Faktisk kapasitet for mat er mindre enn dette.



Denne ovnen er i overensstemmelse med kravene i direktiv 2004/108/EC og 2006/95/EC.
SPESIFIKASJONEN KAN ENDRES UTEN FORVARSEL SOM EN DEL AV VÅRT ARBEID FOR
KONTINUERLIG FORBEDRING.



Økologisk forsvarlig avhending av emballasje og gammelt utstyr

Emballasje

Electrolux mikrobølgeovner krever effektiv emballasje som beskyttelse under transport.
Kun minimalt med emballasje er brukt.

Emballeringsmaterialer (f. eks. folie eller polystyren) kan utgjøre en fare for barn.

Kvelningsfare. Hold emballeringsmaterialer utilgjengelig for barn.

Det er kun brukt miljøvennlig emballeringsmateriale som kan resirkuleres. Pappen er laget av resirkulert papir, og deler av tre er ubehandlet. Plastartikler er merket som følger:

«PE» polyetylen, f. eks. emballeringsfilm

«PS» polystyren, f. eks. emballering (uten klorflurkarboner – CFC)

«PP» polypropylen, f. eks. emballeringsremmer

Ved bruk og gjenbruk av emballasjen, sparer man råmaterialer og reduserer avfallsvolum.

Emballasjen bør tas med til nærmeste resirkuleringscenter.

Kontakt lokale myndigheter for mer informasjon.

Avhending av gammelt utstyr

Gammelt utstyr bør gjøres sikkert før avhending ved å fjerne støpselet og kutte av og kaste ledningen.

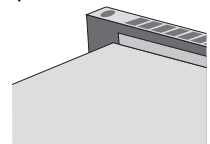
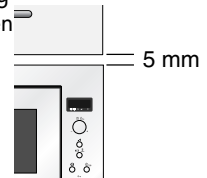
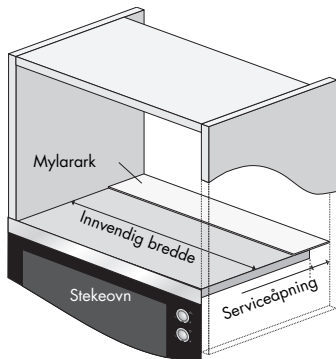
Den bør deretter tas med til nærmeste resirkuleringscenter. Sjekk med lokale myndigheter eller din elektrohandler om det finnes fasiliteter for resirkulering av utstyret i ditt nærrområde.



INSTALLERING

INSTALLERE OVNE

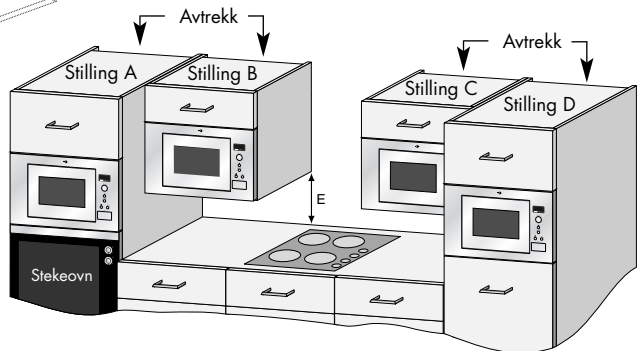
1. Fjern all emballasje og kontroller om det er tegn på skade.
2. Denne ovnen er utformet for å passe inn i et 360 mm høyt skap som standard. Ved tilpasning i et 350 mm høyt skap. Skru løs og fjern de fire føttene fra undersiden av ovnen. Det er tre høye føtter og en lav fot. Bytt de tre høye føttene ut med de som følger med i tilbehørspakken. Ikke bytt ut den lave foten.
3. Hvis mikrobølgeovnen skal tilpasses over en vanlig stekeovn (stilling A), brukes medfølgende mylarark.
 - a. Skjær mylararket slik at det passer til bredden på enheten innvendig.
 - b. Skrell av det beskyttende laget på tapen og fest til baksiden av hyllen slik at den dekker over serviceåpningen. (Se diagram.)
4. Før ovnen sakte og forsiktig inn i kjøkkenskapet, inntil ovnens fremre ramme sitter tett mot skapåpningen.
5. Sikre at enheten er stabil og ikke sitter skrått. Pass på at det er en åpning på 5 mm mellom skapdøren og toppen av rammen (se diagram.)
6. Fest ovnen med medfølgende skruer. Festepunktene finnes i ovnens øvre og nedre hjørner (se diagram, punkt 9, på side 177.)
7. Det er viktig at du forsikrer deg om at installeringen av produktet er i overensstemmelse med instruksjonene i denne brukerhåndboken og instruksjonene til produsenten av stekeovnen.



SIKKER BRUK AV OVNE

Hvis mikrobølge ovnen er tilpasset i stilling B eller C:

- Skapet må være minst 500 mm (E) over benkeflaten og må **ikke** installeres direkte over komfyrplater.
- Denne ovnen er kun testet og godkjent for bruk i nærheten av gass-, elektriske og induksjonskomfyrplater for privathusholdninger.
- Man må sørge for nok rom mellom komfyrplater og mikrobølgeovn til å forhindre overoppheting av mikrobølgeovnen, skap og tilbehør.
- Ikke bruk komfyrplatene uten gryter på når mikrobølgeovnen er i bruk.
- Utvis forsiktighet ved bruk av mikrobølgeovnen mens komfyrplatene er på.



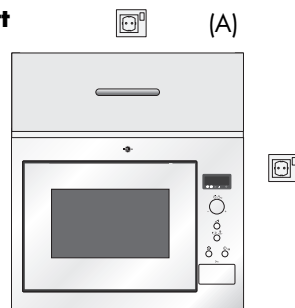
Stilling	Størrelse på åpningen			Avtrekk (min)	Åpning mellom skap og tak
	W	D	H		
A	560	550	360	50	50
B + C	460	300	350	15	50
	460	300	360	15	50
	560	300	350	15	50
	560	300	360	15	50
D	460	500	350	40	50
	460	500	360	40	50
	560	500	350	40	50
	560	500	360	40	50

Mål i (mm)



TILKOBLE OVNE TIL STRØMFORSYNING

- **Strømuttaket bør være lett tilgjengelig, slik at enheten lett kan kobles fra strømmettet i nødstilfelle. Hvis det ikke er tilfelle, skal det være mulig å bryte strømforsyningen til ovnen ved å montere en bryter på den faste ledningen i overensstemmelse med regelverk for elektriske tilkoblinger.**
- **Stikkkontakten bør ikke være plassert bak skapet.**
- Den beste plasseringen er over skapet, se (A). Når strømledningen ikke kobles til i stilling (A), bør den tas ut av støtteklemmen (se diagram, punkt 13, på side 177) og føres under ovnen.
- Koble ovnen til enfaset vekselstrøm på 230 V / 50 Hz via et korrekt installert og jordnet uttak.
Uttaket må være utstyrt med sikring på 10 A.
- **Strømledningen kan bare skiftes ut av en autorisert elektriker.**
- Før installering binder man en hyssing til strømledningen for å gjøre det lettere å koble til punkt (A) når ovnen er installert.
- Pass på at strømledningen IKKE kommer i klem når ovnen settes inn i skapet.
- Ikke senk strømledningen eller kontakten i vann eller andre væsker.



ELEKTRISKE TILKOBLINGER




ADVARSEL:
DENNE OVNE MÅ JORDES
Produsenten fraskriver seg
erstatningsansvar dersom denne
forholdsregelen ikke følges.

Hvis støpselet som finnes på ovnens strømledning ikke passer til strømuttaket, kontakt din lokale, autoriserte ELECTROLUX-serviceagent.



INDICE

Norme di Sicurezza201 - 203
Forno e accessori204
Pannello di controllo205
Prima di usare il forno205
Come impostare dell'orologio206
Consigli per la cottura a microonde.207 - 208
Recipienti per una cottura a microonde sicura.209
Livello di potenza delle microonde210
Cottura microonde210
Altre funzioni utili211 - 212
Funzioni automatica213
Tabelle di automatica214 - 216
Ricette per la cottura automatica AC-6 e AC-7217
Schede Cottura218 - 219
Ricette219 - 222
Manutenzione e pulizia223
Cosa fare se...224
Garanzia/servizio clienti225
Dati tecnici226
Informazioni importanti226
Installazione227 - 228

Il simbolo  sul prodotto o sulla confezione indica che il prodotto non deve essere considerato come un normale rifiuto domestico, ma deve essere portato nel punto di raccolta appropriato per il riciclaggio di apparecchiature elettriche ed elettroniche. Provvedendo a smaltire questo prodotto in modo appropriato, si contribuisce a evitare potenziali conseguenze negative, che potrebbero derivare da uno smaltimento inadeguato del prodotto. Per informazioni più dettagliate sul riciclaggio di questo prodotto, contattare l'ufficio comunale, il servizio locale di smaltimento rifiuti o il negozio in cui è stato acquistato il prodotto.



IMPORTANTE: ISTRUZIONI PER LA SICUREZZA PERSONALE DA LEGGERE ATTENTAMENTE E CONSERVARE PER OGNI RIFERIMENTO FUTURO.

Per evitare pericolo d'incendi

Il forno a microonde non deve rimanere incostudito durante il funzionamento. I livelli di potenza troppo alti o i tempi di cottura troppo lunghi possono surriscaldare il cibo e causare un incendio.

La presa di corrente deve essere facilmente accessibile, in modo da poter staccare facilmente il cavo di alimentazione in caso d'emergenza.

La tensione di alimentazione del forno deve essere di 230 V, 50 Hz, con un fusibile del quadro di distribuzione o un salvavita di un minimo di 10 A.

Si raccomanda di usare un circuito elettrico di alimentazione separato esclusivamente per questo prodotto.

Il forno non deve essere usato o lasciato all'aperto.

Se il cibo che si riscalda nel forno comincia a sprigionare fumo, NON APRITE LO SPORTELLLO. Spegnete il forno, staccate il cavo di alimentazione. Prima di riaprire lo sportello accertatevi che non ci sia più fumo all'interno del forno. Se si apre lo sportello mentre il cibo sta ancora fumando c'è il pericolo d'incendio.

Usate esclusivamente recipienti e utensili adatti per forni a microonde. Vedere pagina 209.

Non lasciate il forno incostudito usando plastica, carta od altro recipiente infiammabile a perdere.

Dopo l'uso, pulite sempre il coperchio guida onde, la cavità del forno, il piatto girevole e il sostegno rotante. Essi devono essere asciutti ed esenti da grasso. Gli accumuli di grasso possono surriscaldarsi, fumare o infiammarsi.

Non mettete materiali infiammabili vicino al forno o alle aperture di ventilazione.

Non bloccate le aperture di ventilazione.

Togliete dal cibo e dal suo involucro i sigilli e fili di chiusura metallici. La formazione di scintille sulle superfici metalliche può causare incendi.

Non usate il forno a microonde per friggere o riscaldare l'olio di frittura. La temperatura in tal caso non può essere controllata e può causare un incendio. Per fare il granoturco soffiato (popcorn), usate esclusivamente le confezioni apposite per microonde.

Non conservate cibo od oggetti all'interno del forno. Controllate le regolazioni dopo aver avviato il forno, per accertarvi che esso funzioni nel modo desiderato. Usate questo manuale d'istruzioni.

Per evitare danni alle persone

ATTENZIONE:

Non usate il forno se è danneggiato o non funziona normalmente. Controllate quanto segue prima di continuare ad usarlo:

- a) Che lo sportello si chiuda correttamente e che non sia deformato.
- b) Che le cerniere e i dispositivi di chiusura dello sportello non siano rotti o allentati.
- c) Che la guarnizioni e le superfici tenuta dello sportello non siano danneggiate.
- d) Che la cavità del forno o lo sportello non siano ammaccati.
- e) Che il cavo di alimentazione e la sua spina non siano danneggiati.

Non cercare mai di adattare, riparare o modificare il forno personalmente. Qualsiasi intervento di assistenza o riparazione dell'apparecchio che richieda la rimozione della copertura di protezione dall'esposizione diretta alle microonde deve essere effettuato esclusivamente da personale specializzato.

Non fate funzionare il forno con lo sportello aperto, e non modificate in alcun modo le chiusure a scatto del forno.

Non fate funzionare il forno se c'è un oggetto tra le guarnizioni e le superfici di tenuta dello sportello.

Evitare che si accumulino grasso e sporco sulle guarnizioni dello sportello o nelle parti adiacenti. Seguire le istruzioni riportate nella sezione "Manutenzione e pulizia" a pagina 223. Se il forno non viene mantenuto pulito, la superficie potrebbe deteriorarsi compromettendo la durata dell'apparecchio e comportando possibili situazioni di rischio.

Chi porta uno STIMOLATORE CARDIACO deve rivolgersi al medico o al fabbricante dello stimolatore cardiaco riguardo alle precauzioni da prendere per l'uso del forno a microonde.

Per evitare le scosse elettriche

Il mobile del forno non deve assolutamente essere smontato.



NORME DI SICUREZZA

Non inserite alcun oggetto nelle aperture di ventilazione del forno.

Se vi cade accidentalmente del liquido all'interno del forno, spegnetelo immediatamente, staccate il cavo di alimentazione e chiamate un tecnico del servizio ELECTROLUX autorizzato.

Non immergete il cavo di alimentazione o la sua spina nell'acqua od altro liquido.

Tenete il cavo di alimentazione lontano da superfici riscaldate, compresa la parte posteriore del forno.

Non cercate di sostituire da soli la lampadina del forno, e non fatela sostituire se non da personale autorizzato.

Se la lampadina si guasta, rivolgetevi al rivenditore o ad un tecnico di servizio ELECTROLUX autorizzato.

Se il cavo di alimentazione del forno dovesse danneggiarsi, fatelo sostituire da un tecnico autorizzato.

Per evitare esplosioni o bolliture improvvise

ATTENZIONE: Non riscaldare liquidi o altri cibi in contenitori sigillati, perché potrebbero esplodere.

Non usate mai recipienti sigillati. Togliete i sigilli e coperchi prima dell'uso. I recipienti sigillati possono esplodere a causa dell'aumento della pressione, anche dopo lo spegnimento del forno.

Fate attenzione usando il forno a microonde con i liquidi. Usate recipienti con grandi aperture che permettano la fuoriuscita delle bolle d'aria.

Il riscaldamento delle bevande nel microonde può provocare un'ebollizione ritardata, si consiglia la massima attenzione quando si toglie il recipiente dal forno.

Per evitare le improvvise eruzioni del liquido bollente con possibili bruciature:

1. Rigirate il liquido prima di scaldarlo/riscaldarlo.
2. Si consiglia di inserire nel liquido un'asticcio di vetro od altro oggetto simile durante il riscaldamento.
3. Lasciate riposare il liquido nel forno alla fine del tempo di cottura per almeno 20 secondi, per evitare la bollitura con eruzioni ritardate.

Non usare il forno a microonde per cuocere le uova con il guscio né per riscaldare le uova sode intere, perché potrebbero esplodere dopo la fase di riscaldamento. Per cucinare o riscaldare le uova che non sono state strapazzate, foratene il tuorlo e l'albume.

Sgusciate e affettate le uova sode prima di riscaldarle nel forno a microonde.

Forate la buccia delle patate, salicce e frutta prima di cucinarle, perché altrimenti possono esplodere.

Per evitare scottature

Mai toccare o alzare la resistenza quando è calda.

Usare presine o guanti da cucina per togliere il cibo dal forno.

Per evitare le ustioni causate dal vapore, aprire sempre contenitori, recipienti per pop-corn, sacchetti da forno, ecc. tenendoli lontani dal viso e dalle mani.

Per evitare bruciature, controllare sempre la temperatura del cibo e rimescolarlo prima di servirlo, facendo particolarmente attenzione alla temperatura dei cibi e delle bevande prima di imboccare neonati, bambini ed anziani.

La temperatura del contenitore non corrisponde necessariamente a quella del cibo controllare sempre la temperatura del cibo.

Per evitare le scottature causate dalla fuoriuscita del vapore e del calore, allontanarsi dallo sportello del forno durante l'apertura.

Tenere i bambini lontani dallo sportello e dalle altre parti accessibili che possono surriscaldarsi durante l'utilizzo del grill. I bambini devono essere tenuti lontani per evitare che possano bruciarsi.

Per evitare che i bambini usino il forno in modo sbagliato.

AVVERTENZA: Permettere ai bambini di usare il forno a microonde senza controllo di adulti solo quando sono state fornite adeguate istruzioni in modo che questi possano farlo in modo sicuro ed abbiano ben compreso i rischi derivanti da un uso non appropriato.

Questo apparecchio non è stato progettato per essere utilizzato da bambini, persone con capacità fisiche, sensoriali o mentali ridotte o inesperte senza la supervisione o senza istruzioni da parte di una persona responsabile della loro sicurezza.

Tenere lontano dalla portata dei bambini.

I bambini devono usare il forno soltanto in presenza di un adulto.



Non lasciare che i bambini si appoggino o si dondolino contro lo sportello del forno. Inoltre, non permettere loro di usare il forno come un giocattolo. Illustrare ai bambini le norme di sicurezza: insegnare loro ad usare le presine per togliere i piatti dal forno, a rimuovere con precauzione i coperchi e, in particolare, gli involucri (ad esempio i materiali autoriscaldanti) usati per rendere il cibo croccante, in quanto possono diventare estremamente caldi.

Altri avvertimenti

Non modificate il alcun modo il forno.

Questo forno serve alla preparazione dei cibi in casa e deve essere usato esclusivamente per la loro cottura. Esso non è adatto per l'uso commerciale o in laboratorio.

Per evitare difetti di funzionamento o danni al forno:

Mai mettere in funzione il forno vuoto.

Usando un piatto per rosolare i cibi, o del materiale autoriscaldante, mettete sempre sotto di esso del materiale isolante resistente al calore, come un piatto di porcellana, per evitare danni al piatto girevole e al sostegno rotante. Non dovete inoltre superare il tempo di preriscaldamento specificato nelle istruzioni del piatto.

Non usate utensili metallici, perché riflettono le microonde e causano la formazione di arco.

Non mettete barattoli nel forno.

Usate soltanto il piatto girevole e il sostegno rotante progettati per questo forno. Non utilizzare il forno senza il piatto girevole.

Per evitare che il piatto girevole si rompa:

- (a) Prima di pulire il piatto girevole con acqua, lasciatelo raffreddare.
- (b) Non mettete cibi o utensili caldi sul piatto girevole freddo.
- (c) Non mettete cibi o utensili freddi sul piatto girevole caldo.

Non mettete alcun oggetto sul mobile esterno durante il funzionamento del forno.

NOTA

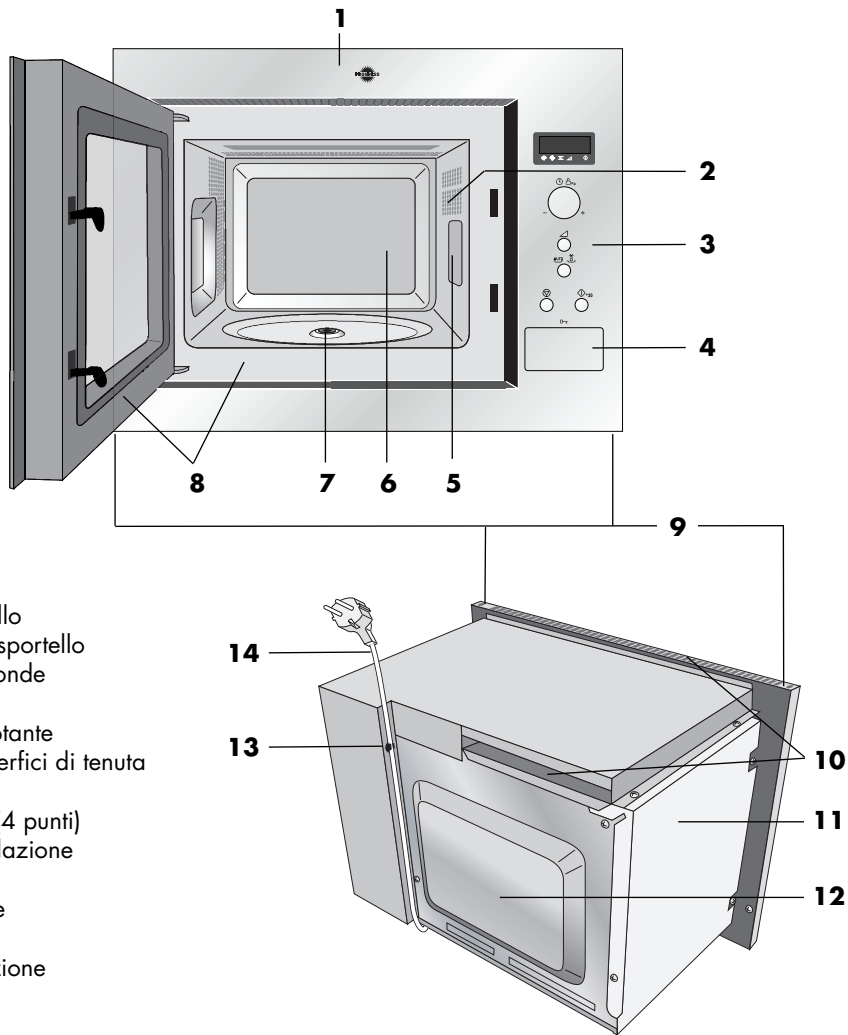
Se non siete sicuri sul modo di collegare il forno, rivolgetevi ad un elettricista qualificato.

Il fabbricante e il rivenditore non possono essere ritenuti responsabili per i danni al forno e/o alle persone causati da un non corretto collegamento elettrico.

Sulle pareti del forno, o intorno alle guarnizioni e superfici di tenuta dello sportello, potrebbero formarsi vapore o gocce d'acqua. Ciò è normale e non indica una perdita o un difetto del forno.



FORNO E ACCESSORI



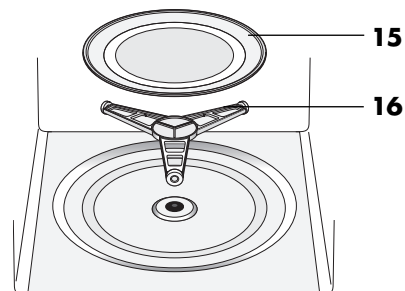
1. Cornice
2. Luce del forno
3. Pannello di controllo
4. Pulsante apertura sportello
5. Coperchio guida onde
6. Cavità del forno
7. Perno del piatto rotante
8. Guarnizioni e superfici di tenuta sportello
9. Punti di fissaggio (4 punti)
10. Aperture di ventilazione
11. Copertura esterna
12. Struttura posteriore
13. Portacavo
14. Cavo di alimentazione

ACCESSORI:

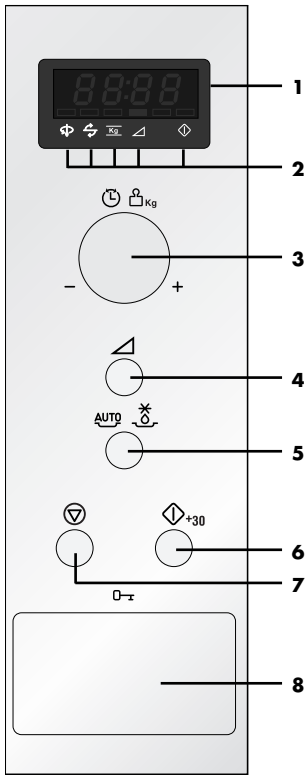
Accertarsi che la confezione contenga i seguenti accessori:

(15) Piatto rotante **(16)** Supporto per piatto rotante **(17)** 4 viti di fissaggio (non indicato)

- Posizionare il supporto del piatto rotante sull'apposito perno che si trova sulla base della cavità del forno.
- Inserirvi quindi il piatto rotante.
- Onde evitare di danneggiare il piatto rotante, accertarsi di sollevare perfettamente i piatti o i contenitori dal bordo del piatto rotante quando li si toglie dal forno.



NOTA: Per ordinare gli accessori rivolgersi al proprio rivenditore o al tecnico di servizio ELECTROLUX autorizzato ed indicare il nome della parte e del modello.



1 Display digitale

2 Indicatori

A seconda dell'istruzione, di volta in volta lampeggia o si accende l'indicatore che si trova al di sopra del relativo simbolo. Quando un indicatore lampeggia, premere il pulsante corrispondente (su cui è riportato lo stesso simbolo) oppure eseguire l'operazione richiesta.

- Mescolare
- Girare
- Peso
- Livello di potenza
- Indicatore cottura in corso

3 Manopola **TIMER/PESO**

4 Pulsante **LIVELLO DI POTENZA MICROONDE**

5 Pulsante **AUTOMATICI**

Premere il pulsante per selezionare uno dei 12 programmi automatici.

6 Pulsante di **START/+30**

7 Pulsante di **STOP**

8 Pulsante di **APERTURA SPORTELLO**

PRIMA DI USARE IL FORNO



Collegare il forno.

1. Il display del forno lampeggia:



2. Premere il pulsante di STOP; sul display apparirà:



Per impostare l'orologio, seguire la procedura indicata qui di seguito.

Il pulsante di STOP serve per:

1. Cancellare un errore durante la programmazione.
2. Fermare temporaneamente il forno a microonde durante la cottura.
3. Premendo il pulsante due volte, cancellare un programma durante la cottura.




COME IMPOSTARE DELL'OROLOGIO

L'orologio può essere impostato in due diversi modi: sulle 12 ore o sulle 24 ore.

Per impostare l'orologio, seguire l'esempio indicato.

Esempio: Per impostare 11:35 sull'orologio a 12 ore.

1. Per selezionare l'orologio a 12 ore, tenere premuto il pulsante **LIVELLO DI POTENZA** per 3 secondi.  apparirà sul display.

2. Per impostare le ore, ruotare in senso orario la manopola **TIMER/PESO** fino a quando appare l'ora desiderata (11).

3. Premere il pulsante di **LIVELLO DI POTENZA** per spostarsi dalle ore ai minuti.

  x1
Controllare il display.

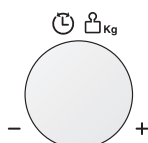


4. Per impostare i minuti ruotare la manopola **TIMER/PESO** fino a quando appaiono i minuti desiderati (35).


5. Premere il pulsante **LIVELLO DI POTENZA** per avviare l'orologio.

Controllare il display.







Esempio: Per impostare 23:35 sull'orologio a 24 ore.

1. Per selezionare l'orologio a 24 ore, tenere premuto il pulsante **LIVELLO DI POTENZA** per 3 secondi.  apparirà sul display.

2. Premere il pulsante di **LIVELLO DI POTENZA** per spostarsi dalle ore ai minuti.

3. Per impostare le ore, ruotare in senso orario la manopola **TIMER/PESO** fino a quando appare l'ora desiderata (23).

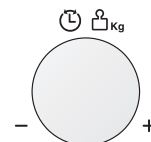
  x1
Controllare il display.




4. Premere il pulsante di **LIVELLO DI POTENZA** per spostarsi dalle ore ai minuti.

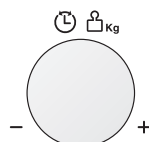
5. Per impostare i minuti ruotare la manopola **TIMER/PESO** fino a quando appaiono i minuti desiderati (35).

6. Premere il pulsante **LIVELLO DI POTENZA** per avviare l'orologio.



  x1
Controllare il display.






Controllare il display.



NOTA:

1. La manopola **TIMER/PESO** si può ruotare in senso orario o antiorario.
2. In caso di errore nel corso della programmazione premere il pulsante di **STOP**.
3. Dopo un'interruzione della corrente elettrica, sul display comparirà la scritta intermittente .

Se ciò avviene durante la fase di cottura, il programma di cottura precedentemente impostato e l'ora vengono cancellati.

4. Per impostare nuovamente l'ora, ripetere le operazioni illustrate nell'esempio qui sopra.



Le microonde sono onde di energia, simili a quelle utilizzate per i segnali televisivi e radiofonici.

L'energia elettrica viene convertita in energia a microonde, la quale viene poi indirizzata nella cavità del forno tramite un'apposita guida d'onda.

Per impedire che entri in contatto con alimenti e grassi, la guida d'onda è protetta da una copertura.

La cavità del forno viene realizzata in metallo mentre sullo sportello è presente una sottile rete metallica. Ciò è dovuto al fatto che le microonde non attraversano i metalli pertanto, durante la cottura, rimbalzano in modo casuale sulle pareti del forno.

Le microonde sono in grado di passare attraverso determinati materiali, come vetro e plastica, e in questo modo possono riscaldare gli alimenti. (Vedere la sezione "Recipienti per una cottura a microonde sicura" alle pagine 209).

Per cuocere/scongellare alimenti in un forno a microonde, è necessario che l'energia delle microonde possa passare attraverso il contenitore e penetrare negli alimenti stessi.

Per questo, è importante scegliere un contenitore adatto.

I piatti rotondi/ovalari sono preferibili rispetto a

quelli quadrati/oblunghi, perché il cibo che si trova negli angoli tende a cuocere troppo.

Come è specificato alle pagine 209, è possibile utilizzare recipienti di cottura diversi.

Acqua, zucchero e grasso, contenuti negli alimenti, assorbono le microonde che ne provocano la vibrazione. Ciò crea calore per frizione, nello stesso modo in cui le mani si scaldano se si sfregano l'una sull'altra.

Le aree esterne dell'alimento vengono riscaldate dall'energia delle microonde, quindi il calore si sposta verso il centro per conduzione, come avviene nel caso della cottura tradizionale. Per garantire una cottura uniforme, è importante girare, ridisporre o rimescolare gli alimenti.

Dopo aver completato la cottura, il forno interrompe automaticamente la produzione di microonde.

A questo punto, è necessario lasciare riposare brevemente gli alimenti per consentire al calore di diffondersi uniformemente attraverso gli alimenti stessi.

Le microonde consentono di cuocere gli alimenti più rapidamente rispetto ai metodi di cottura tradizionali. Ma, per garantire buoni risultati, è necessario attenersi a determinate tecniche. Molte delle tecniche seguenti sono simili a quelle utilizzate nella cottura tradizionale.

CARATTERISTICHE DEGLI ALIMENTI

Composizione	Gli alimenti con un elevato contenuto di grassi o zuccheri (ad esempio, un dolce natalizio o una torta ripiena di frutta secca) richiedono un tempo di cottura inferiore. Occorre prestare molta attenzione perché il surriscaldamento può costituire un principio di incendio.
Densità	La densità del cibo influisce sul tempo di cottura necessario. Gli alimenti porosi leggeri, come dolci o pane, cuociono più rapidamente degli alimenti pesanti, compatti, come gli arrostiti o gli sfornati.
Quantità	Se la quantità di alimenti inseriti nel forno aumenta, è necessario aumentare anche il tempo di cottura, ad esempio, il tempo di cottura di quattro patate sarà superiore al tempo di cottura di due patate.
Dimensioni	Gli alimenti piccoli o a piccoli pezzi cuociono più rapidamente, perché le microonde possono penetrare in essi da ogni lato. Per una cottura uniforme, ottenere pezzi delle stesse dimensioni.
Forma	Gli alimenti di forma irregolare, come i petti o le cosce di pollo, hanno bisogno di una cottura più lunga per le parti più spesse. Nella cottura a microonde, gli alimenti di forma rotondeggiante cuociono più uniformemente di quelli a forma quadrata.
Temperatura	La temperatura iniziale degli alimenti influisce sul tempo di cottura necessario. Gli alimenti congelati impiegano più tempo a cuocere rispetto a quelli a temperatura ambiente. Nel caso di alimenti con ripieno, ad esempio, bomboloni alla marmellata, occorre praticare in essi piccoli tagli, per consentire la fuoriuscita di calore o vapore.



CONSIGLI PER LA COTTURA A MICROONDE

TECNICHE DI COTTURA

Disposizione	Posizionare le parti più spesse dell'alimento verso la parte esterna del vassoio di cottura. Ad esempio, nel caso di cosce di pollo.
Copertura	Utilizzare pellicola protettiva, forandola per la ventilazione, o un coperchio adatto.
Foratura	Prima della cottura o del riscaldamento, gli alimenti con guscio, pelle o membrana devono essere forati in diversi punti, poiché la formazione interna di vapore potrebbe causare l'esplosione dell'alimento stesso. Ad esempio, nel caso di patate, pesce, pollo, salsicce. Importante: Non utilizzare il forno a microonde per cuocere uova poiché queste potrebbero esplodere, anche dopo la cottura. Ad esempio, nel caso di uova in camicia, fritte o sode.
Rimescolare, girare e ridisporre gli alimenti	Per una cottura uniforme, è necessario rimescolare, girare o ridisporre gli alimenti. Rimescolare e ridisporre sempre gli alimenti dalla parte esterna verso il centro.
Tempo di riposo	Dopo la cottura, è necessario lasciare riposare brevemente gli alimenti per consentire al calore di diffondersi uniformemente attraverso gli alimenti stessi.
Schermatura	Alcune parti dell'alimento in fase di scongelamento possono riscaldarsi. È possibile schermare le aree calde con pezzetti di carta stagnola, che riflettono le microonde, ad esempio nel caso di cosce e ali di pollo.

CONTROLLO DELLA COTTURA CON IL TERMOMETRO PER ALIMENTI

Ogni vivanda ha, al termine della cottura, una determinata temperatura interna, la quale indica che la vivanda stessa è cotta al punto giusto e può essere tolta dal forno. La temperatura interna può essere

misurata mediante l'apposito termometro per alimenti. La tabella seguente riporta le temperature interne delle principali vivande.

Vivanda	Temperatura interna al termine della cottura	Temperatura interna dopo ca. 10-15 minuti di riposo in forno	
Bevande (caffè, té, acqua, ecc.)	65-75 °C		
Latte	60-65 °C		
Minestre	75-80 °C		
Stufati	75-80 °C		
Pollame	80-85 °C	85-90 °C	
Carne di agnello	al sangue	70 °C	
	ben cotta	75-80 °C	80-85 °C
Roasbeef	al sangue	50-55 °C	55-60 °C
	medio cotta	60-65 °C	65-70 °C
	ben cotta	75-80 °C	80-85 °C
Carne di suino e vitello	80-85 °C	80-85 °C	

RECIPIENTI PER UNA COTTURA A MICROONDE SICURA



Recipienti di cottura	Sicurezza con le microonde	Commenti
Carta stagnola / Contenitori in carta stagnola	✓ / ✗	Per proteggere gli alimenti dal surriscaldamento, è possibile utilizzare fogli di carta stagnola. Mantenere la carta stagnola a una distanza minima di 2 cm dalle pareti del forno poiché, in caso contrario, potrebbero formarsi archi elettrici. Si sconsiglia l'utilizzo di contenitori in carta stagnola, se non specificati dal produttore (in questo caso Microfoil®) e seguire attentamente le istruzioni.
Teglie per rosolatura	✓	Seguire sempre le istruzioni del produttore. Non superare i tempi di cottura specificati. Prestare attenzione, perché le teglie possono diventare molto calde.
Porcellana e ceramica	✓ / ✗	Di norma, è possibile utilizzare i contenitori in porcellana, in ceramica, in vetro e in porcellana fine, se non presentano decorazioni metalliche.
Recipienti in vetro, ad esempio Pyrex®	✓	Se si utilizzano recipienti in vetro sottile occorre fare molta attenzione, perché, se riscaldati in modo improvviso, possono rompersi o scheggiarsi.
Metallo	✗	Nella cottura a microonde si sconsiglia l'utilizzo di recipienti in metallo, poiché causano la formazione di archi elettrici e possono essere causa di un principio di incendio.
Plastica/Polistirene, ad esempio, contenitori da Fast Food	✓	Occorre prestare molta attenzione, perché ad elevate temperature alcuni contenitori possono deformarsi, fondersi o scolorirsi.
Pellicola protettiva	✓	La pellicola non deve stare a contatto con gli alimenti e deve essere forata per consentire la fuoriuscita del vapore.
Sacchetti per congelamento / rosolatura	✓	Devono essere forati per consentire la fuoriuscita del vapore. Verificare che i sacchetti siano adatti per l'utilizzo in forno a microonde. Non utilizzare legacci in plastica o in metallo, perché possono fondersi o provocare incendi a causa della formazione di archi elettrici.
Carta - sottocoppe e carta da cucina	✓	Utilizzare solo per il riscaldamento o per assorbire l'umido. Occorre prestare molta attenzione, perché il surriscaldamento può portare allo sviluppo di incendi.
Contenitori in paglia e legno	✓	Quando si utilizzano questi materiali, è necessario sempre sorvegliare il forno, perché il surriscaldamento può portare allo sviluppo di incendi.
Carta riciclata e carta di giornale	✗	Possono contenere estratti di metallo, i quali possono provocare la formazione di archi elettrici e causare incendi.



LIVELLO DI POTENZA DELLE MICROONDE

Questo forno dispone di 5 livelli di potenza. Per selezionare il livello di potenza desiderato per la cottura, seguire le indicazioni riportate nella sezione delle ricette. Le impostazioni di solito consigliate sono:

800 W Utilizzato per una cottura rapida o per riscaldare le vivande (ad esempio minestre, casseroles, cibi in scatola, bevande calde, verdure, pesce, ecc.).

560 W Utilizzato per la cottura più prolungata di alimenti densi, quali arrostiti, polpettoni di carne, pasti preconfezionati e per pietanze delicate quali salse al formaggio e dolci tipo pan di Spagna. Grazie a questa impostazione ridotta, le salse bollendo non fuoriescono dal loro contenitore e il cibo viene cucinato in maniera uniforme, evitando di cuocere eccessivamente le estremità.

Per impostare la potenza, toccate il pulsante **LIVELLO DI POTENZA** fino a quando il livello desiderato viene visualizzato. Se si tocca una volta il pulsante delle **LIVELLO DI POTENZA**, verrà visualizzato **800**. Se oltrepassate il livello di potenza desiderato, continuate a toccare il pulsante delle **LIVELLO DI POTENZA** finché non raggiungete di nuovo il livello desiderato. **Se non si seleziona il livello, viene automaticamente regolato il livello del 800 W.**

400 W Per cibi densi che richiedono una cottura prolungata quando cucinati in modo tradizionale (ad esempio la carne di manzo). Si raccomanda di utilizzare questa potenza per ottenere una carne tenera.

240 W Per scongelare, selezionare questa potenza. L'alimento viene scongelato in maniera uniforme. Questo livello di potenza è ideale anche per cuocere lentamente riso, pasta, dolcetti di frutta e creme pasticcere.

80 W Per scongelare lentamente (ad esempio torte alla crema o altra pasticceria).

W = Watt



COTTURA MICROONDE

Il forno si può programmare fino a 90 minuti. (90.00) Il tempo di cottura (scongelo) può essere aumentato dai 10 secondi ai 5 minuti, a seconda della durata totale della cottura (scongelo) in questione, come mostra la tabella riportata qui sotto.

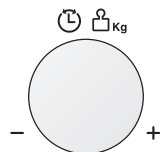
Tempo di cottura Incremento

0-5 minuti	10 secondi
5-10 minuti	30 secondi
10-30 minuti	1 minuto
30-90 minuti	5 minuti

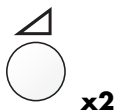
Esempio:

Si supponga di voler scaldare una minestra per 2 minuti e 30 secondi ad una potenza di 560 W.

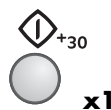
1. Impostare il tempo di cottura desiderato ruotando in senso orario la manopola **TEMPO/PESO** (2 min. e 30 sec.)



2. Per selezionare la modalità di cottura desiderata premere due volte il pulsante **LIVELLO DI POTENZA**.



3. Per iniziare la fase di cottura premere il pulsante **START/+30**.



Controllare il display.



NOTA:

- Se si apre lo sportello durante la fase di cottura, il tempo di cottura sul display digitale si ferma automaticamente. Il conteggio del tempo di cottura riprende quando si richiude lo sportello e si preme il pulsante **START/+30**.
- Se durante la cottura si desidera controllare il livello di potenza, premere il pulsante **LIVELLO DI POTENZA**. La visualizzazione rimane attiva per tutto il tempo in cui si tiene premuto il pulsante.
- La manopola **TEMPO/PESO** si può ruotare in senso orario od antiorario. Ruotandola in senso antiorario, il tempo di cottura si riduce a partire da 90 minuti.



1. COTTURA IN SEQUENZA MULTIPLA

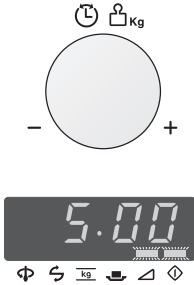
E' possibile impostare fino a un massimo di 3 sequenze di modalit  e tempo di cottura manuale.

Esempio:

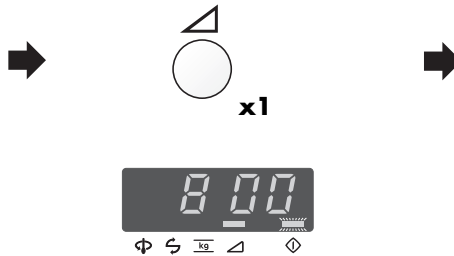
Per cuocere: 5 minuti con potenza 800 W (Fase 1)
16 minuti con potenza 240 W (Fase 2)

FASE 1

1. Impostare il tempo di cottura desiderato ruotando in senso orario la manopola **TEMPO/PESO**.

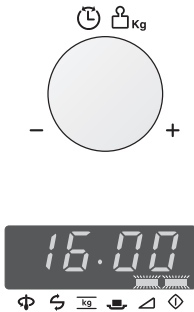


2. Selezionare la modalit  di cottura desiderata premendo una volta il pulsante **LIVELLO DI POTENZA**.

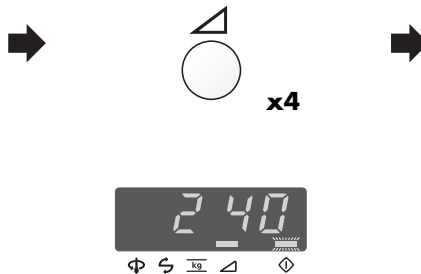


FASE 2

3. Impostare il tempo desiderato ruotando in senso orario la manopola **TEMPO/PESO**.



4. Selezionare la modalit  di cottura desiderata premendo due volte il pulsante **LIVELLO DI POTENZA**.



5. Per avviare la cottura premere una volta il pulsante **START/+30**.



Controllare il display.

(Il forno comincia a cuocere per 5 minuti a 800 W, e per i restanti 16 minuti a 240 W.)



ALTRE FUNZIONI UTILI

2. FUNZIONE COTTURA RAPIDA

Il pulsante **START/+30** consente di attivare le due funzioni seguenti:

a. Accensione diretta

Si può avviare direttamente la cottura al livello di potenza microonde di 800 W per 30 secondi premendo il pulsante **START/+30**.



NOTA:

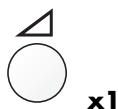
Per evitare un uso errato o situazioni di pericolo (ad esempio per i bambini), si hanno a disposizione solo 3 minuti per premere il pulsante **START/+30** dalla operazione precedente, cioè dalla chiusura dello sportello o dall'azionamento del pulsante di **STOP**.

b. Prolungare il tempo di cottura.

Si può prolungare il tempo di cottura durante il funzionamento manuale per multipli di 30 secondi premendo il pulsante mentre il forno è in funzione.

3. CONTROLLARE IL LIVELLO DI POTENZA

Per controllare il livello di potenza delle microonde durante la fase di cottura, premere il pulsante **LIVELLO DI POTENZA**.



Per non interrompere la visualizzazione del livello di potenza, tenere premuto il pulsante **LIVELLO DI POTENZA**.

Il forno continua il conteggio anche se sul display appare il livello di potenza.

4. FUNZIONE BLOCCO DI SICUREZZA

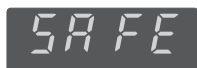
PER IMPOSTARE LA FUNZIONE BLOCCO DI SICUREZZA

1. Tenere premuto per 3 secondi il tasto **STOP**.



x1 per 3 secondi

Controllare il display.



PER ANNULLARE LA FUNZIONE BLOCCO DI SICUREZZA

1. Tenere premuto per 3 secondi il tasto **STOP**.



x1 per 3 secondi

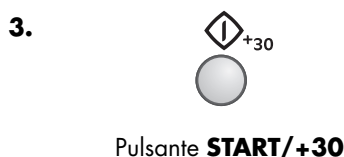
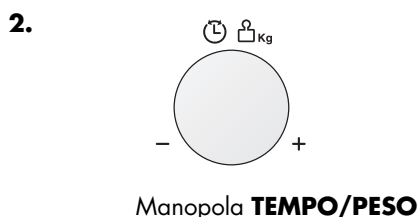
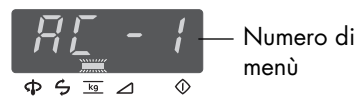
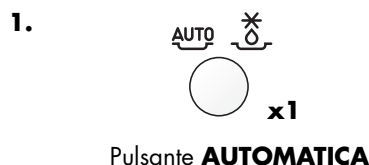
Sul display comparirà l'orario, se impostato.

NOTA: Quando la funzione Blocco di Sicurezza è impostata non è possibile azionare alcun pulsante eccetto il pulsante **STOP**.



Il funzioni **AUTOMATICA** definisce automaticamente l'esatta modalità di cottura ed il tempo necessario. Con **COTTURA AUTOMATICA** si ha la possibilità di scegliere tra 7 menu diversi e **SCONGELARE AUTOMATICA** si ha la possibilità di scegliere tra 5 menu diversi. Quando si usa questa funzione è necessario tenere presente quanto segue:

1. Premere una volta il pulsante **AUTOMATICA**: il display appare come mostrato.
Per selezionare il menu, premere il pulsante **AUTOMATICA** fino a quando appare il numero di menu desiderato. Consultare le pagine 214 - 216 "**TABELLE AUTOMATICA**".
Per selezionare un menu di scongelamento, premere il pulsante **AUTOMATICA** almeno nove volte. Se il pulsante viene premuto nove volte, sul display verrà visualizzata l'immagine **Ad - 1**. Il menu verrà cambiato automaticamente tenendo premuto il pulsante **AUTOMATICA**.
2. Per indicare peso ruotare la manopola **TEMPO/PESO** fino a quando non appare il peso o la quantità desiderata.
 - Indicare il peso del cibo, escludendo il peso del contenitore.
 - Per alimenti il cui peso è superiore od inferiore ai valori indicati nella tabella per la cottura in **AUTOMATICA**, usare programmi manuali. Per ottenere i risultati migliori, attenersi alle tabelle di cottura del ricettario.
3. Per avviare la cottura, premere il pulsante **START/+30**. Se, ad esempio, è necessario girare ciò che sta cuocendo il forno si blocca ed emette un segnale acustico, il tempo di cottura rimanente e tutti gli altri indicatori lampeggiano sul display. Per continuare la cottura, premere il pulsante **START/+30**.



La temperatura finale dipende dalla temperatura iniziale. Controllare che il cibo mantenga il calore a fine cottura. Se necessario, aumentare il tempo di cottura e cambiare il livello di potenza.

Esempio:

Per cuocere gratin pesa 1,0 kg usare il programma **COTTURA AUTOMATICA AC-7**.

1. Selezionare il menu richiesto premendo il pulsante **AUTOMATICA**.
2. Indicare il peso ruotando in senso orario la manopola **TEMPO/PESO**.
3. Premere il pulsante **START/+30**.

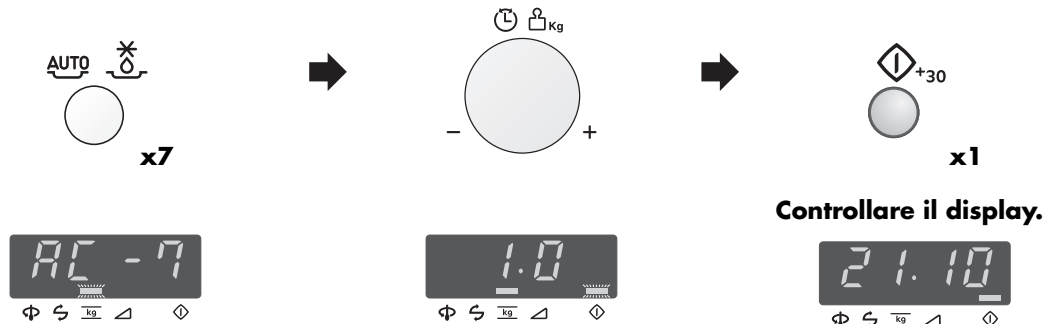












TABELLE DI AUTOMATICA

PULSANTE	COTTURA AUTOMATICA Nu.	QUANTITÀ (Unità di incremento) / UTENSILI	PROCEDIMENTO
 x1	AC-1 Cottura Verdure surgelate 	0,1 - 0,6 kg (100 g) Ciotola e coperchio	<ul style="list-style-type: none"> • Aggiungere un cucchiaino di acqua ogni 100 g. (Per i funghi non è necessario aggiungere acqua). • Coprire con un coperchio. • Al segnale acustico, girare e coprire nuovamente. • A fine cottura, lasciare riposare per 1 o 2 minuti. <p>NOTA: Se le verdure surgelate formano un insieme compatto, cuocerle in modo tradizionale.</p>
 x2	AC-2 Cottura Verdure fresche 	0,1 - 0,6 kg (100 g) Ciotola e coperchio	<ul style="list-style-type: none"> • Tagliate a pezzettini (p.es., a strisce, cubetti, fettine). • Aggiunga l'acqua 1 CU per 100 g e sali come voluto. (Per i funghi non è necessario aggiungere acqua). • Coprire con un coperchio. • Quando sentite il segnale acustico, rimescolate e coprite di nuovo. • A fine cottura, lasciare riposare per 2 minuti.
 x3	AC-3 Cottura Piatti pronti surgelati (Da girare) 	0,3 - 1,0 kg* (100 g) Ciotola e coperchio	<ul style="list-style-type: none"> • Mettere il preparato in un piatto per forno a microonde. • Coprire con un coperchio. • Cuocere senza coperchio, se la confezione riporta questa indicazione. • Quando viene emesso il segnale acustico, mescolare e coprire nuovamente. • Al termine della cottura, mescolare e lasciare riposare per circa 2 minuti.
 x4	AC-4 Cottura Gratin surgelate e.g. Maccheroni gratin, Lasagne 	0,2 - 0,6 kg (100 g) Recipiente con coperchio o contenitore originale	<ul style="list-style-type: none"> • Rimuovete il gratin gelato dalla confezione. Se il contenitore non è appropriato per i forni a microonde, metterlo in un piatto per gratin. • Coprirlo con un involucre per microonde. • Se il contenitore è appropriato per i forni a microonde, rimuovere il coperchio di carta originale e coprire con un involucre per microonde. • Al termine della cottura, lasciare riposare per 5 minuti.

Nota: gli alimenti refrigerati vengono cotti da 5 °C, gli alimenti surgelati vengono cotti da -18 °C.



PULSANTE	COTTURA AUTOMATICA Nu..	QUANTITÀ (Unità di incremento) / UTENSILI	PROCEDIMENTO
	AC-5 Cottura Patate lesse e con la buccia 	0,1 - 0,8 kg (100 g) Ciotola e coperchio	Patate lesse: pelare le patate e tagliarle a pezzi di grandezza simile. Patate con la buccia: scegliere patate di grandezza simile e lavarle. <ul style="list-style-type: none"> • Mettere le patate pelate o con la buccia in un ciotola. • Aggiungere la quantità di acqua necessaria (per 100 g) circa due cucchiaini e un pizzico di sale. • Coprire con un coperchio. • Quando sentite il segnale acustico, girare e rimettere il coperchio • Al termine della cottura, lasciare riposare le patate per 2 minuti.
	AC-6 Cottura Filetto di Pesce Alla Salsa 	0,4 - 1,2 kg* (100 g) Piatto per gratin e pellicola microonde	<ul style="list-style-type: none"> • Per "Filetto di Pesce alla Salsa", vedere le ricette a pagina 217. * Peso totale degli Ingredienti.
	AC-7 Cottura Gratin 	0,5 - 1,5 kg* (100 g) Piatto per gratin	<ul style="list-style-type: none"> • Per "Gratin", vedere le ricette a pagina 217. * Peso totale degli Ingredienti.





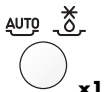

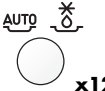

Nota: gli alimenti refrigerati vengono cotti da 5 °C, gli alimenti surgelati vengono cotti da -18 °C.

PULSANTE	AUTO SCONGELAZIONE	Quantità (Unità di incremento) / Utensili	PROCEDIMENTO
	Ad-1 Scongolare Bistecche, braciole 	0,2 - 0,8 kg (100 g) Flan dish (Veda la nota alla pagina 216.)	<ul style="list-style-type: none"> • Disporre il tutto su un piatto al centro del piatto rotante. • Quando il forno si blocca e viene emesso un segnale acustico, girare la carne, quindi risistemare e separare. Proteggete le parti sottili e i punti caldi con fogli d'alluminio. • Terminata l'operazione, avvolgere nella stagnola e lasciare riposare per 10 - 15 minuti, fino al completo scongelamento.

Nota: gli alimenti refrigerati vengono cotti da 5 °C, gli alimenti surgelati vengono cotti da -18 °C.



TABELLE DI AUTOMATICA

PULSANTE	AUTO SCONGELAZIONE	Quantità (Unità di incremento) / Utensili	PROCEDIMENTO
	Ad-2 Scongela-re Carne macinata 	0,2 - 0,8 kg (100 g) Flan dish (Vedere nota più avanti.)	<ul style="list-style-type: none"> • Coprite il piatto rotante con pellicola trasparente da cucina. • Collocate il blocco di carne congelata sul piatto rotante. • Quando il forno si arresta e viene emesso il segnale acustico, rigirate il cibo. Se possibile, rimuovete le parti scongelate. • Dopo avere scongelato il cibo, lasciate riposare per 5 - 10 minuti fino a scongelamento
	Ad-3 Scongela-re Pollame 	0,9 - 1,5 kg (100 g) Flan dish (Vedere nota più avanti.)	<ul style="list-style-type: none"> • Collocare il petto di pollo rivolto verso il basso in una pirofila, al centro del piatto girevole. • Al segnale acustico, girare e proteggere le parti sottili e i punti più caldi con un foglio di alluminio. • Terminata l'operazione, coprire con la stagnola e lasciare riposare per 15-30 minuti, fino al completo scongelamento. • Per finire, pulire il pollame in acqua corrente.
	Ad-4 Scongela-re Dolce 	0,1 - 1,4 kg (100 g) Piatto	<ul style="list-style-type: none"> • Rimuovete tutto l'imballaggio dal dolce. • Collocatelo su un piatto al centro del piatto rotante. • Dopo averlo scongelato, tagliare il dolce in fette di uguale misura lasciando dello spazio fra ogni fetta e lasciare riposare per 10 - 30 minuti fino a scongelamento completo.
	Ad-5 Scongela-re Pane 	0,1 - 1,0 kg (100 g) Piatto (Per questo programma è raccomandato solamente pane affettato.)	<ul style="list-style-type: none"> • Distribuite su un piatto al centro del piatto rotante. • Quando suona il segnale acustico, cambiare posizione e rimuovere le fette scongelate. • Dopo lo scongelamento coprire il pane con un foglio di alluminio e lasciarlo riposare 5-10 minuti fino a quando sia scongelato completamente.

Nota: gli alimenti refrigerati vengono cotti da 5 °C, gli alimenti surgelati vengono cotti da -18 °C.

NOTA: Scongelamento rapido

1. Bistecche e bracirole dovrebbero essere congelati in uno strato.
2. La carne macinata deve essere congelata in spessori sottili.
3. Girare e mettere tra le singole porzioni scongelate un foglio liscio di stagnola
4. Il pollame va cucinato immediatamente dopo lo scongelamento.
5. I dolci guarniti e ricoperti di crema sono molto sensibili alle microonde. Se la crema inizia ad ammorbidirsi rapidamente, è consigliabile togliere subito il dolce dal forno e lasciarlo riposare dai 10 ai 30 minuti a temperatura ambiente per ottenere i migliori risultati.



FILETTO DI PESCE CON SALSA (AC-6)

Filetto di pesce con salsa piccante

0,4 kg	0,8 kg	1,2 kg	
140 g	280 g	420 g	Pelati in scatola (scolare)
40 g	80 g	120 g	Mais
4 g	8 g	12 g	Salsa al chili
12 g	24 g	36 g	Cipolla (tagliare finemente)
1 tsp	1-2 tsp	2 tsp	Aceto di vino rosso
			mostarda, timo, cayenna
200 g	400 g	600 g	Filetto di pesce
			Sale

1. Mescolare gli ingredienti per la salsa.
2. Mettere il filetto di pesce in uno stampo per sformati con la coda verso il centro.
3. Distribuire la salsa preparata sul pesce.
4. Coprire con pellicola per microonde e cuocere usando il programma **COTTURA AUTOMATICA (AC-6)** "Filetto di pesce con salsa".
5. A cottura ultimata far riposare per 2 minuti.

FILETTO DI PESCE CON SALSA (AC-6)

Filetto di pesce con salsa al curry

0,4 kg	0,8 kg	1,2 kg	
200 g	400 g	600 g	Filetto de pesce
			Sale
40 g	80 g	120 g	Banana (tagliare)
160 g	320 g	480 g	Salsa al curry (confezionata)

1. Mettere il filetto di pesce in uno stampo per sformati con le code verso il centro.
2. Distribuire le banana e la salsa confezionata sul pesce.
3. Coprire con pellicola per microonde e cuocere usando il programma **COTTURA AUTOMATICA (AC-6)** "Filetto di pesce con salsa".
4. A cottura ultimata far riposare per 2 minuti.

GRATIN (AC-7)

Gratin di Spinaci

0,5 kg	1,2 kg	1,5 kg	
5 g	10 g	15 g	di burro o margarina (per imbrattare la pirofila)
150 g	300 g	450 g	Spinaci (scongellare e scolare)
15 g	30 g	45 g	Cipolla (tagliare finemente)
			Sale, Pepe, noce moscata
150 g	300 g	450 g	Patate lessate (affettate)
35 g	75 g	110 g	Prosciutto cotto (tagliare finemente)
50 g	100 g	150 g	Crème fraîche (Panna)
1	2	3	Uovo
40 g	75 g	115 g	Formaggio (grattugiato)
			Paprica

1. Mescolare gli spinaci con la cipolla e insaporire con sale, pepe e noce moscata.
2. Ungere lo stampo. Disporre le patate, prosciutto e gli spinaci a strati alterni. L'ultimo strato dovrà essere di spinaci.
3. Mescolare le uova insieme alla panna, sale, pepe e versare sopra le verdure.
4. Cospargere il gratin con formaggio e paprica e cuocere usando il programma **COTTURA AUTOMATICA (AC-7)** "Gratin".
5. A cottura ultimata far riposare per 5-10 minuti.

GRATIN (AC-7)

Gratin di Patate e zucchine

0,5 kg	1,0 kg	1,5 kg	
5 g	10 g	15 g	di burro o margarina (per imbrattare la pirofila)
200 g	400 g	600 g	Patate lessate (affettate)
115 g	230 g	345 g	Zucchine (affettate)
75 g	150 g	225 g	Crème fraîche (Panna)
1	2	3	Uovo
1/2	1	2	spicchio d'aglio (schiacciato)
			Sale, Pepe
40 g	80 g	120 g	Formaggio Gouda grattugiato)
10 g	20 g	30 g	Semi de girasole
			Paprica

1. Ungere il recipiente e disporre in strati alternati patate e zucchine tagliate a fette.
2. Unire le uova alla panna, insaporire con sale, pepe e aglio e versare sopra le verdure.
3. Cospargere il formaggio Gouda sul gratin.
4. Completare il gratin con semi di girasole e paprika in polvere, quindi cuocere in modalità **COTTURA AUTOMATICA (AC-7)**, "Gratin".
5. A cottura ultimata far riposare per 5-10 minuti.



SCHEDE COTTURA

ABBREVIAZIONI USATE NELLE RICETTE

CM = cucchiaino da minestra	CU = cucchiaino Ta. = tazza	kg = chilogrammo g = grammo	l = litro ml = millilitro	cm = centimetro min. = minuti
--------------------------------	--------------------------------	--------------------------------	------------------------------	----------------------------------

TABELLA PER IL RISCALDAMENTO DI CIBI E BEVANDE

Bevanda/Cibo	Quantità -g/ml-	Potenza -livello-	Durata -min-	Suggerimenti
Caffè, 1 tazza	150	800 W	ca. 1	non coprire
Latte, 1 tazza	150	800 W	ca. 1	non coprire
Acqua, 1 tazza	150	800 W	1 1/2 -2	non coprire
6 tazze	900	800 W	10-12	non coprire
1 zuppiera	1000	800 W	11 1/2-13	non coprire
Piatto pronto (verdure, carne e contorno) tanto	400	800 W	3-6	aggiungere una spruzzata d'acqua all'ingolo, coprire e mescolare di tanto in tanto
Stufato / Zuppe	200	800 W	1 1/2 -2 1/2	coprire, mescolare dopo il riscaldamento
Verdure	200	800 W	2-2 1/2	aggiungere eventualmente un po' d'acqua a metà riscaldamento mescolare
	500	800 W	4-5	a metà riscaldamento mescolare
Carne, 1 fetta*	200	800 W	3-4	coprire, cospargere con un po' di intingolo
Filetto di pesce*	200	800 W	2-3	coprire
Dolce (torta) 1 fetta	100	400 W	1/2	adagiare su una gratella per dolci
Omogeneizzati 1 vasetto	190	400 W	ca. 1	togliere il coperchio, a riscaldamento ultimato mescolare e controllare la temperatura
Per sciogliere il burro o la margarina*50	800 W	1/2	coprire	
Per sciogliere il cioccolato	100	400 W	2-3	mescolare di tanto in tanto

* temperatura di frigorifero

TABELLA PER LO SCONGELAMENTO E LA COTTURA DI CIBI SURGELATI

Alimenti	Quantità -g-	Potenza -livello-	Tempo -min-	Aggiunta d'acqua	Suggerimenti	Tempo Di attesa -min-
Filetto di pesce	300	800 W	10-12	-	coprire	1-2
Piatto pronto	400	800 W	9-11	-	coprire, mescolare dopo 6 minuti	2
Broccoli	300	800 W	7-9	3-5 CM	coprire, mescolare a metà cottura	2
Piselli	300	800 W	7-9	3-5 CM	coprire, mescolare a metà cottura	2
Verdura mista	500	800 W	11-13	3-5 CM	coprire, mescolare a metà cottura	2

TABELLA PER LO SCONGELAMENTO DEI CIBI

Alimenti	Quantità -g-	Potenza -livello-	Tempo -min-	Suggerimenti	Tempo di attesa - min-
Carne arrosto	1500	80 W	58-64	collocare in una pirofila,	30-90
(es. maiale, manzo)	1000	80 W	42-48	girare a metà dello scongelamento	30-90
agnello, vitello)	500	80 W	19-23		30-90
Spezzatino	500	240 W	8-12	a metà scongelamento mescolare e separare i pezzi di carne	10-15
Würstel, 8	600	240 W	6-9	porre uno di fianco all'altro e voltare a metà	5-10
4	300	240 W	4-5	scongelamento	5-10
Cosce di pollo	200	240 W	4-5	voltare a metà scongelamento	10-15
Filetto di pesce	400	240 W	7-10	voltare a metà scongelamento	5-10
Panini, 2	80	240 W	ca. 1	scongelare solo parzialmente	-
Torta, 1 fetta	100-150	80 W	2-5	adagiare su un piatto per dolci	5
Frutta: fragole, lamponi ciliegie, prugne	250	240 W	4-5	collocarle l'una di fianco all'altra e a metà scongelamento voltarle	5

I tempi forniti sono puramente indicativi e possono variare a seconda della temperatura di congelamento, della consistenza e del peso dei cibi.



TABELLA PER LA COTTURA DI CARNE, PESCE, POLLAME E VERDURE FRESCHE

Carne, pollame e verdura	Quantità -g-	Potenza -livello-	Tempo -min-	Suggerimenti	Tempo di attesa -min-
Arrosto (di maiale, vitello, agnello)	500	800 W	8-10*	insaporire a piacere, adagiare su un piatto da gratin a sponda bassa *	10
	1000	400 W	10-12		10
		800 W	19-21*		10
		400 W	11-14		10
1500	800 W	33-36*	10		
	400 W	13-17			
Rosbif (cottura media)	1000	800 W	9-11*	insaporire a piacere, adagiare su un piatto da gratin, a sponda bassa * cottura	10
Filetto di pesce	200	800 W	3-4	condire a piacere, collocare in una pirofila, coprire	3
Pollo	1200	800 W	21-24	condire a piacere, collocare in una pirofila poco profonda, girare a metà cottura	3
Cosce di pollo	200	800 W	3-4	condire a piacere, collocare in una pirofila	3
Broccoli	500	800 W	9-11	separare le infiorescenze, aggiungere 4-5 cucchiai d'acqua, coprire, girare di tanto in tanto durante la cottura	-
Piselli	500	800 W	9-11	coprire, aggiungere 4-5 cucchiai d'acqua, girare occasionalmente durante la cottura	-
Carote	500	800 W	10-12	tagliare a rondelle, coprire, aggiungere 4-5 cucchiai d'acqua, coprire, girare di tanto in tanto durante la cottura	-
	300	800 W	7-9		
Patate lesse	500	800 W	9-11	tagliare in pezzi di grandi dimensioni, tutti della stessa grandezza, aggiungere un po' di sale e 150 ml d'acqua, coprire, girare di tanto in tanto durante la cottura	-

RICETTE



In tutte le seguenti ricette vengono indicate le quantità per 4 persone, salvo indicazione contraria.

ADATTAMENTO DI RICETTE TRADIZIONALI

Per adattare le ricette già "sperimentate" alla cottura nel forno a microonde, è necessario tener conto delle seguenti indicazioni:

I tempi di cottura andranno ridotti di un terzo o della metà circa. Orientarsi eventualmente secondo le durate indicate nelle seguenti ricette.

I cibi e i piatti ricchi d'acqua, come la carne, il pesce, il pollame, le verdure, la frutta, gli stufati e le minestre possono essere facilmente preparati con l'aiuto del forno a microonde. Nel caso di cibi e dei piatti a basso contenuto di acqua invece,

come per esempio i piatti pronti, è consigliabile inumidirne la superficie prima d'iniziare la cottura. La quantità d'acqua da aggiungere per la cottura di cibi da stufare andrà ridotta di circa un terzo rispetto a quanto indicato nella ricetta originale. Durante la cottura si potrà aggiungere, se necessario, altra acqua.

La quantità di burro o grasso da usarsi può essere sensibilmente ridotta. Una piccola noce di burro o margarina o un goccio d'olio, saranno sufficienti per dare sapore al piatto. Il forno a microonde è quindi particolarmente adatto per chi deve rispettare una determinata dieta o per chi intende semplicemente mangiare in modo più salutare, con meno grassi.



CREMA DI FUNGHI

Tempo di cottura: circa 13-17 minuti

Utensile: terrina con coperchio (capacità 2 l)

Ingredienti

- 200 g funghi (coltivati), tagliati a fette
- 50 g cipolla, tritata finemente
- 300 ml brodo di carne
- 300 ml panna
- 25 g farina
- 25 g burro o margarina
sale e pepe
- 1 tuorlo d'uovo
- 150 g besciamella

VITELLO ALLA ZURIGHESE

Utensile: terrina con coperchio (capacità 2 l)

Ingredienti

- 600 g filetto di vitello
- 10 g burro o margarina
- 50 g cipolla, tritata finemente
- 100 ml vino bianco
farina o fecola per legare circa 1/2 l di

salsa

- 300 ml panna
- 1 CM prezzemolo tritato

CANNOLI DI PROSCIUTTO RIPIENI

Utensili: terrina con coperchio (capacità 2 l)

stampo ovale a sponda bassa con
coperchio (ca. 26 cm di lunghezza)

Ingredienti

- 125 g spinaci senza gambi
- 125 g ricotta, 20 % di grasso
- 40 g emmental grattugiato
pepe
paprica dolce
- 6 fette di prosciutto cotto (300 g)
- 125 ml acqua
- 125 ml panna
- 20 g farina
- 20 g burro o margarina
- 10 g burro o margarina per imburrare
lo stampo

1. Versare le verdure con il brodo nella terrina, coprire e mettere in forno.

8-9 min. ◁ **800 W**

2. Frullare con uno sbattitore elettrico tutti gli ingredienti.

3. Amalgamare insieme farina e burro e unire al composto. Condire con sale e pepe, coprire e cuocere. Girare dopo la cottura.

4-6 min. ◁ **800 W**

4. Mescolare il tuorlo alla besciamella ed aggiungere lentamente alla crema di funghi, mescolando. Riscaldare ancora una volta il tutto, senza portare a bollore!

1-2 min. ◁ **800 W**

A cottura terminata lasciar riposare per circa 5 minuti.

1. Tagliare il filetto in listarelle larghe circa un dito.

2. Imburrare uniformemente la terrina, versarvi la cipolla e le listarelle di carne, coprire e mandare a cottura in forno. Durante la cottura mescolare una volta.

7-10 min. ◁ **800 W**

3. Aggiungere il vino, la farina (o fecola) e la panna, mescolare e rimettere in forno, a coperto. Durante la cottura mescolare una volta.

4-5 min. ◁ **800 W**

4. Assaggiare, mescolare di nuovo il cibo e lasciarlo riposare per circa 5 minuti. Servire poi con una decorazione di prezzemolo.

1. Tagliare finemente le foglie di spinaci, mescolarle alla ricotta e all'emmental, aggiungendo odori a piacere.

2. Stendere su ogni fetta di prosciutto un cucchiaino della farcia e formare i cannoli, fermandoli con uno spiedino di legno o stuzzicadenti.

3. Preparazione della besciamella: versare l'acqua nella terrina e farla riscaldare.

3-4 min. ◁ **800 W**

Impastare la farina al burro e aggiungerla all'acqua, stemperandola fino che si sarà ben amalgamata. Coprire, portare ad ebollizione e far restringere.

1 min. ◁ **800 W**

Mescolare ed aggiustare di sale.

4. Versare la besciamella nello stampo imburrato, riunirvi i cannoli e mandare in forno a coperto.

3-4 min. ◁ **800 W**

A cottura terminata lasciar riposare i cannoli per altri 5 minuti circa.



LASAGNE AL FORNO

Utensile: terrina con coperchio (capacità circa 2 l)
stampo da sformati quadrato a bordo
basso con coperchio (circa 20 x 20 x 6
cm)

Ingredienti

300 g pomodori pelati in scatola
50 g prosciutto crudo tagliato a dadini
50 g cipolla, tritata finemente
1 spicchio d'aglio spremuto
250 g carne di manzo tritata
2 CM concentrato di pomodoro
sale e pepe
origano, timo, basilico e noce moscata
150 ml crema di latte
100 ml latte
50 g formaggio grana grattugiato
1 CU erbe miste tritate
1 CU olio d'oliva
1 CU olio vegetale per oliare lo stampo
125 g lasagne
1 CM formaggio grana grattugiato

PEPERONATA NIZZARDA

Utensile: terrina con coperchio (capacità 2 l)

Ingredienti

5 CM olio di oliva
1 spicchio d'aglio spremuto
50 g cipolla, tagliata a fette
250 g di melanzane, tagliate a cubetti
250 g di zucchine, tagliate a cubetti
200 g di peperoni, tagliati a cubetti di grandi
dimensioni
75 g di finocchi, tagliati a cubetti di grandi
dimensioni
1 bouquet aromatico
200 g cuori di carciofo in scatola
sale e pepe

1. Fare il ragù mettendo nella terrina i pomodori, la cipolla, il prosciutto, l'aglio, la carne di manzo tritata e il concentrato di pomodoro. Coprire e mettere in forno.

7-9 min. ◁ 800 W

2. Mescolare la crema di latte con il latte, il grana, le erbe e l'olio. Insaporire di sale e pepe.
3. Imburrare lo stampo e distribuire un terzo delle lasagne sul fondo. Versare sulle lasagne prima la metà del ragù e poi un po' della besciamella. Passare poi al secondo strato di pasta e continuare a fare gli strati come il primo. Terminare con la besciamella, cospargendola poi con il parmigiano. Concludere con qualche ricciolo di burro, coprire e mandare in forno.

15-17 min. ◁ 560 W

A cottura terminata far riposare per 5-10 minuti circa.

1. Mettete l'olio e l'aglio nella terrina. Aggiungete le verdure tagliate ad eccezione dei cuori di carciofo, il bouquet aromatico e pepate. Coprite e mandate in forno mescolando di tanto in tanto.

19-21 min. ◁ 800 W

Negli ultimi 5 minuti di cottura aggiungete i cuori di carciofo e continuate la cottura.

2. Aggiustate di sale e pepe togliete il bouquet aromatico prima di servire. A cottura terminata fate riposare per 2 minuti circa.

Consiglio: La peperonata calda si accompagna ottimamente a piatti di carne, mentre fredda può costituire un gustoso antipasto.

Consiglio: Un bouquet aromatico si compone di: una radice di prezzemolo, un mazzetto di odori, un rametto di sedano di monte, un rametto di timo e, alcune foglie di lauro.



FILETTI DI SOGLIOLA

Utensile: stampo basso e ovale con coperchio
(lunghezza circa 26 cm)

Ingredienti

400 g filetti di sogliola
1 limone (possibilmente di coltura
biodinamica)
150 g pomodori
10 g burro o margarina per imbrattare lo
stampo
1 CM olio vegetale
1 CM prezzemolo tritato
sale e pepe
4 CM vino bianco
20 g burro o margarina

Consiglio: questo piatto può essere preparato
anche con altri pesci, come l'eglefino,
l'ippoglosso, la triglia, la pianuzza o il
merluzzo.

1. Lavare i filetti di sogliola e asciugarli con un canovaccio o della carta da cucina. Togliere le lisce.
2. Tagliare il limone e i pomodori a fettine sottili.
3. Imbrattare lo stampo, disponervi i filetti di sogliola e versarvi sopra l'olio.
4. Cospargere di prezzemolo i filetti di pesce, disponervi sopra e fettine di pomodoro e aggiustare di sale e pepe. Mettere le fettine di limone sui pomodori e dare una spruzzata di vino.
5. Mettere poi alcuni riccioli di burro sul limone a fette, coprire e mandare in forno.

13-16 min. ◁ **800 W**

A cottura terminata far riposare il tutto per ancora
2 minuti circa.

FRUTTI DI SOTTOBOSCO SCIROPATI CON CREMA DI VANIGLIA

Utensile: terrina con coperchio (capacità 2 l)
terrina con coperchio (capacità 1 l)

Ingredienti

150 g ribes comune
150 g di fragole, lavate e senza piccioli
150 g di lamponi, lavate e senza piccioli
250 ml vino bianco
100 g zucchero
50 ml succo di limone
8 fogli di gelatina
300 ml latte
1/2 baccello di vaniglia
30 g zucchero
15 g di farina di granoturco

Consiglio: con i frutti di sottobosco sciropati si
accompagnano ottimamente anche la
panna fredda o lo yogurt.

1. Lavare i frutti, toglierne i gambi e asciugarli, mettendone da parte alcuni per la guarnitura. Fare una purea con i restanti frutti e il vino bianco, metterla nella terrina e scaldare a coperto.

7-9 min. ◁ **800 W**

Aggiungere lo zucchero e il succo di limone.

2. Amalgamare lo zucchero e il succo di limone.
3. Mettere in ammollo la gelatina in acqua fredda per circa 10 min, quindi tirarla fuori e strizzarla. Girare la gelatina nel passato caldo finché non si scioglie. Mettere la gelatina in frigorifero e lasciar solidificare.
4. Per preparare la salsa alla vaniglia; mettere il latte nell'altra pirofila. Incidere il baccello di vaniglia, rimuoverne la parte interna e mescolarla al latte con lo zucchero e la farina di granoturco.

3-4 min. ◁ **800 W**

Sformare la gelatina su un piatto e decorare con la frutta rimanente. Versare la salsa alla vaniglia sulla gelatina. Coprire e cuocere, girare durante la cottura e nuovamente alla fine.



ATTENZIONE: NON UTILIZZARE SU NESSUNA PARTE DEL FORNO DETERGENTI PER FORNI COMMERCIALI, GETTI A VAPORE, ABRASIVI, DETERGENTI RUVIDI O CHE CONTENGONO IDROSSIDO DI SODIO NÉ SPUGNE ABRASIVE.

PULISCA IL FORNO A INTERVALLI NORMALI E RIMUOVA TUTTI I GIACIMENTI DELL'ALIMENTO. Se il forno non viene mantenuto pulito, la superficie potrebbe deteriorarsi compromettendo la durata dell'apparecchio e comportando possibili situazioni di rischio.

Esterno del forno a microonde

L'esterno del forno può essere facilmente pulito con acqua saponata. Non mancate di togliere il sapone ed asciugare il forno a microonde con un panno morbido ed asciutto.

Pannello di controllo

Aprire innanzitutto lo sportello in modo da disattivare il pannello di controllo. Eseguire le operazioni di pulizia del pannello di controllo con attenzione. Usando un panno, inumidito soltanto con acqua, strofinate delicatamente il pannello finché non diventa pulito. Evitate di usare troppa acqua. Non usate detergenti corrosivi.

Interno del forno

1. Per la pulizia: togliete ogni tipo di sporco con un panno morbido o spugna subito dopo l'uso a forno ancora caldo. Per lo sporco più difficile, usate un detergente dolce e pulite più volte con un panno umido finché tutto lo sporco non sarà rimosso.

2. Controllate che sapone ed acqua non penetrino attraverso i fori nelle pareti, perché possono causare danni al forno.

3. Non usate detergenti spray all'interno del forno.

Piatto rotante e supporto

Togliete dal forno il piatto rotante e il supporto e lavateli con acqua leggermente saponata. Asciugateli con un panno morbido. Sia il piatto rotante sia il supporto possono essere lavati nella lavapiatti.

Sportello

Pulire spesso la porta da entrambi i lati, la guarnizione della porta e le superfici della guarnizione, utilizzare un panno umido per togliere lo sporco. Non utilizzare detergenti abrasivi o raschietti di metallo appuntiti per pulire il vetro del forno in quanto possono graffiare la superficie e, di conseguenza, danneggiare il vetro.

NOTA: Non utilizzare getti a vapore.



COSA FARE SE...

SYMPTOM	POSSIBLE SYMPTOMS/REMEDIES
... il forno a microonde non funziona correttamente?	Verificare che <ul style="list-style-type: none">- i fusibili all'interno del portafusibili funzionino correttamente,- non sia avvenuta un'interruzione di corrente- Se i fusibili continuano a saltare, contattare un elettricista qualificato.
... la funzione microonde non funziona?	Verificare che <ul style="list-style-type: none">- lo sportello sia chiuso correttamente,- le guarnizioni e la superficie dello sportello siano pulite,- il pulsante START/+30 sia stato premuto.
... il piatto rotante non gira?	Verificare che <ul style="list-style-type: none">- il supporto del piatto rotante sia correttamente collegato alla trasmissione,- il vasellame non si estenda oltre il piatto rotante,- gli alimenti inseriti non si estendano oltre il bordo del piatto rotante impedendone la rotazione- non sia presente nulla nel vano sottostante il piatto rotante.
... il forno a microonde non si spegne?	<ul style="list-style-type: none">- Isolare l'apparecchio dal portafusibili- Contattare un servizio di assistenza autorizzata ELECTROLUX.
... la luce interna non funziona?	<ul style="list-style-type: none">- Rivolgersi a un servizio di assistenza autorizzata ELECTROLUX La lampadina interna può essere sostituita esclusivamente da manutentori autorizzati ELECTROLUX.
... occorre più tempo per scaldare e cuocere gli alimenti?	<ul style="list-style-type: none">- Impostare un tempo di cottura più lungo (quantità doppia = quasi tempo doppio) oppure- se il cibo risulta più freddo del solito, farlo ruotare di tanto in tanto, oppure- impostare un livello di potenza superiore.

NOTA: Se si cuociono gli alimenti per un tempo superiore al tempo standard al livello di potenza 800 W, la potenza del forno si abbasserà automaticamente per evitare un surriscaldamento. (Il livello di potenza del forno a microonde si abbasserà a 560 W). Dopo una pausa di 90 secondi sarà possibile ripristinare il livello ALTO 800 W.

Funzione di cottura	Tempo standard	Potenza ridotta
Microonde 800 W	20 minuti	Microonde 560 W



CERTIFICADO DI GARANZIA CONVENTIONALE

La presente Garanzia Convenzionale si attiva automaticamente dalla data di consegna dell'apparecchiatura ed è emessa da:

Electrolux Zanussi Italia S.p.A.

Corso lino Zanussi, 26 33080 Porcia (PN)

La presente Garanzia Convenzionale copre i vizi e difetti derivanti dal processo di fabbricazione che possono manifestarsi entro il periodo di **24 mesi dalla data di consegna dell'apparecchiatura**.

La presente Garanzia è valida a condizione che:

- L'apparecchiatura venga utilizzata esclusivamente per scopi domestici;
- L'apparecchiatura venga installata ed utilizzata secondo le prescrizioni indicate nel Libretto Istruzioni;
- Tutte le riparazioni siano eseguite dal personale dei Centri di Assistenza Tecnica Autorizzati e vengano utilizzati ricambi originali.

Il consumatore decade dalla presente Garanzia ove non denunci il difetto di conformità entro il termine di due mesi dalla sua scoperta.

Impegno per il rimedio al difetto

Durante il periodo di validità della Garanzia Convenzionale, nel caso in cui venga accertato un vizio di fabbricazione, Electrolux Zanussi Italia S.p.A. si impegna ad eliminare il difetto attraverso la riparazione o la sostituzione del singolo componente difettoso o dell'apparecchiatura. Salvo prova contraria, si presume che i difetti di conformità, che si manifestino entro sei mesi dalla consegna dell'apparecchiatura, esistessero già a tale data; pertanto, in questi casi, Electrolux Zanussi Italia S.p.A. si impegna all'eliminazione del difetto senza alcuna spesa per il Consumatore. Dal settimo al ventiquattresimo mese dalla consegna dell'apparecchiatura, anche qualora il consumatore non dimostri che il difetto di conformità era esistente al momento della consegna Electrolux Zanussi Italia S.p.A. continuerà a farsi carico delle spese relative alla manodopera e ai ricambi funzionali utilizzati, e all'utente verrà richiesto il solo pagamento del diritto fisso di chiamata. Per ogni richiesta di intervento il Consumatore può comporre il numero telefonico **199.100.100**

(telefonata a pagamento), valido per le chiamate da tutta Italia, che lo metterà in contatto con il **Centro di Assistenza Tecnica autorizzato più vicino**. In ogni caso i numeri dei Centri di Assistenza autorizzati sono reperibili nel sito Internet **www.electrolux.it**

La riparazione o la sostituzione dei componenti o dell'apparecchiatura non estendono, in nessun caso, la durata prevista dalla Garanzia Convenzionale.

Clausole di esclusione

Non sono coperti dalla presente Garanzia:

- I difetti derivanti dalla mancata osservanza delle prescrizioni relative all'installazione, all'uso e alla manutenzione riportate nel Libretto Istruzioni.
- I difetti derivanti dagli interventi eseguiti da personale non autorizzato e/o derivanti

dall'utilizzo di ricambi non originali.

- I difetti derivanti dal trasporto dell'apparecchiatura.
- I difetti riscontrati nei particolari asportabili tra cui manopole, lampade, parti in vetro e smaltate, tubazioni esterne e gli eventuali accessori e materiali di consumo, salvo che non si tratti di vizio di fabbricazione.
- Gli interventi tecnici eseguiti per l'installazione e l'allacciamento delle apparecchiature agli impianti di alimentazione.

Limitazioni della responsabilità del Produttore

Electrolux Zanussi Italia S.p.A. declina ogni responsabilità per eventuali danni che possano, direttamente o indirettamente, derivare a persone, cose o animali, in conseguenza dalla mancata osservanza di tutte le prescrizioni indicate nel Libretto Istruzioni relative all'installazione, uso e manutenzione dell'apparecchiatura.

La presente Garanzia Convenzionale non pregiudica i diritti previsti dalla Direttiva 1999/44/CE e dal D. Lgs. 6 settembre 2005 n. 206 di cui il Consumatore è e rimane titolare.

Garanzia Europea

Questo elettrodomestico è garantito da Electrolux in ciascuno dei paesi elencati alla fine di questo manuale per il periodo specificato nella garanzia dell'apparecchiatura o, in alternativa, dalla legislazione vigente nel paese di utilizzo. Se vi trasferite da un paese ad un altro, tra quelli sotto elencati, anche la garanzia dell'apparecchiatura sarà trasferita alle seguenti condizioni:

- La garanzia dell'apparecchiatura inizia a decorrere a partire dalla data del primo acquisto, che dovrà essere dimostrato presentando un documento d'acquisto valido emesso dal venditore.
- La durata della garanzia e le condizioni offerte (es. manodopera e/o ricambi) faranno riferimento alle condizioni esistenti nel nuovo paese di residenza per la stessa tipologia di prodotti.
- La garanzia è strettamente personale ed è intestata all'acquirente originale dell'apparecchiatura e non può essere trasferita ad un altro utilizzatore.
- L'apparecchiatura deve essere installata e utilizzata in conformità alle istruzioni fornite da Electrolux ed utilizzata solo in ambito domestico e comunque non per attività imprenditoriali o professionali.
- L'apparecchiatura deve essere installata in conformità a tutte le normative vigenti nel nuovo paese di residenza.

Le disposizioni della presente Garanzia Europea non pregiudicano i diritti previsti dalla legislazione di cui il consumatore è e rimane titolare.



DATI TECNICI

Tensione della linea CA	: 230 V, 50 Hz, monofase
Fusibile/ interruttore linea di distribuzione	: Minimo 10 A
Potenza CA richiesta:	Microonde : 1,2 kW
Potenza sviluppata:	Microonde : 800 W (IEC 60705)
Frequenza microonde	: 2450 MHz * (Gruppo 2 / Classe B)
Dimensioni esterne	PM175X : 492 mm (W) x 370 mm (H) x 316 mm (D) PM176X : 592 mm (W) x 370 mm (H) x 316 mm (D)
Dimensioni interne	: 285 mm (W) x 202 mm (H) x 298 mm (D) **
Capacità del forno	: 17 litres **
Piatto rotante	: ø 272 mm, vetro
Peso	: circa 15,5 kg
Lampada forno	: 25 W/240 - 250 V

* Il Prodotto soddisfa i requisiti della norma europea EN55011.

In conformità a tale norma, questo prodotto è classificato come apparecchiatura appartenente al gruppo 2 classe B.

Gruppo 2 significa che l'apparecchiatura genera energia in frequenza radio sotto forma di radiazioni elettromagnetiche per il riscaldamento dei cibi.

Apparecchiatura di Classe B significa che l'apparecchiatura può essere utilizzata in ambienti domestici.

** La capacità interna è calcolata misurando larghezza, profondità e altezza massima.

Lo spazio a disposizione per gli alimenti è inferiore e dipende dagli accessori inseriti.



Questo apparecchio è conforme ai requisiti delle direttive 2004/108/EC e 2006/95/EC.

NEL QUADRO DELLA NOSTRA POLITICA DI MIGLIORAMENTO CONTINUO, LE SPECIFICHE TECNICHE POSSONO ESSERE MODIFICATE SENZA COMUNICAZIONE PREVENTIVA.



INFORMAZIONI IMPORTANTI

Smaltimento ecologico del materiale da imballo e di vecchi elettrodomestici

Materiale da imballo

I forni a microonde Electrolux necessitano di uno speciale imballo di protezione per il trasporto.

Viene utilizzata la quantità di materiale da imballo strettamente necessaria.

I materiali da imballo (ad es: cellophane o polistirolo) possono costituire fonte di pericolo per i bambini.

Pericolo di soffocamento. Tenere il materiale da imballo fuori dalla portata dei bambini.

Tutti i materiali da imballo utilizzati sono ecologici e riciclabili. Il cartone è ricavato da carta riciclata e le parti in legno non sono trattate. Le parti in plastica sono contrassegnate come segue:

«PE» polietilene, ad es. cellophane da imballo

«PS» polistirene, ad es. imballo (senza CFC)

«PP» polipropilene, ad es. nastri da imballo

Utilizzando e riutilizzando l'imballo si contribuisce al risparmio di materie prime e si riduce il volume di rifiuti prodotti

Si raccomanda di consegnare l'imballo al più vicino centro di riciclaggio.

Per ulteriori informazioni in merito contattare le autorità municipali di competenza.

Smaltimento di vecchi elettrodomestici

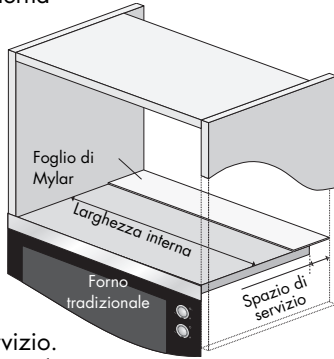
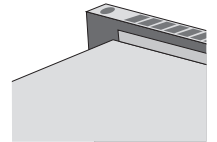
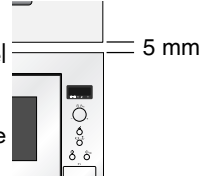
Prima di procedere allo smaltimento di vecchi elettrodomestici, occorre renderli sicuri eliminando la spina e tagliando il cavo elettrico, che a sua volta dovrà essere smaltito adeguatamente.

L'elettrodomestico dovrà quindi essere portato al più vicino centro di riciclaggio. Informarsi presso le autorità municipali o presso l'Ufficio di Igiene Ambientale sulla presenza di strutture per il riciclaggio di elettrodomestici nella propria zona.



INSTALLAZIONE DELL'ELETTRODOMESTICO

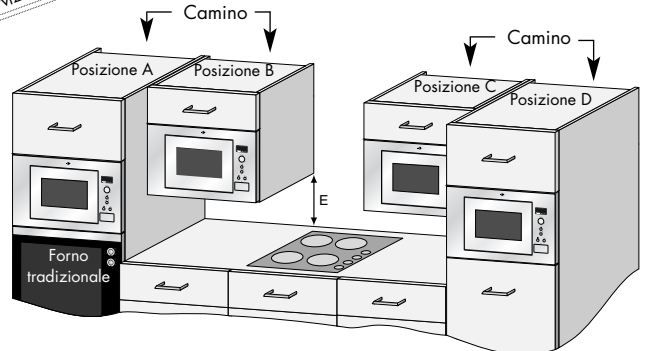
1. Rimuovere l'imballo e verificare l'eventuale presenza di danni sull'apparecchio.
2. Questo forno è progettato per essere inserito, in versione standard, all'interno di una colonna forno alta 360 mm. Nel caso si debba inserirlo in una colonna forno alta 350 mm: Svitare e rimuovere i 4 piedini dal fondo del forno. Sono presenti 3 piedini alti e 1 piedino basso. Sostituire i 3 piedini alti con quelli forniti nel pacchetto accessori. Non sostituire il piedino basso.
3. Qualora si debba installare il forno a microonde sopra un forno tradizionale (posizione A), utilizzare il foglio di Mylar in dotazione.
 - a. Tagliare il foglio di Mylar in base alla larghezza interna dell'unità.
 - b. Staccare la copertura protettiva dal nastro e fissarlo alla parte posteriore del ripiano, in modo che vada a coprire lo spazio di servizio. (Vedi diagramma).
4. Inserire lentamente l'apparecchio nella colonna senza forzare, finché il forno non sia contatto con i fianchi della colonna.
5. Accertarsi che l'apparecchio si trovi in posizione stabile e non inclinata. Verificare che tra lo sportello superiore della colonna forno e la parte alta della struttura del forno vi sia uno spazio di 5 mm. (vedi diagramma).
6. Fissare il forno in posizione servendosi delle viti in dotazione. I punti di fissaggio sono localizzati negli angoli superiori e inferiori del forno (vedi diagramma, punto 9, pagina 204).
7. E' importante accertarsi che l'installazione di questo prodotto sia conforme alle istruzioni riportate nel presente manuale e alle istruzioni di installazione fornite dai produttori di piani cottura e forni tradizionali.



UTILIZZO SICURO DELL'APPARECCHIO

Qualora il forno a microonde venga installato in posizione B o C:

- La colonna forno deve essere almeno 500 mm sopra il piano di lavoro (E) e il forno **non** deve essere installato **direttamente** sul piano di cottura.
- Il presente apparecchio è stato testato e approvato esclusivamente per l'utilizzo in prossimità di gas domestico, piastre elettriche e piastre a induzione.
- Tra il piano cottura e il forno a microonde deve essere lasciato uno spazio sufficiente per evitare il surriscaldamento del forno a microonde, della colonna forno e degli accessori circostanti.
- Non accendere il piano cottura senza la presenza di pentole mentre il forno a microonde è in funzione.
- E' necessario prestare particolare attenzione durante il contemporaneo funzionamento del forno a microonde e del piano cottura.



Posizione	Dimensioni nicchia W D H	Camino (minimo)	Spazio tra la colonna forno e il soffitto
A	560 x 550 x 360	50	50
B + C	460 x 300 x 350	15	50
	460 x 300 x 360	15	50
	560 x 300 x 350	15	50
	560 x 300 x 360	15	50
D	460 x 500 x 350	40	50
	460 x 500 x 360	40	50
	560 x 500 x 350	40	50
	560 x 500 x 360	40	50

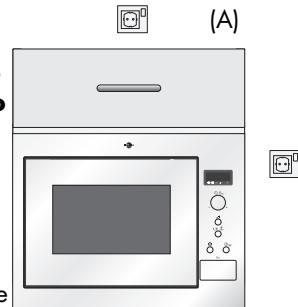
Misure in (mm)



INSTALLAZIONE

COLLEGARE L'APPARECCHIO ALLA RETE

- **La presa elettrica deve essere facilmente accessibile per consentire il rapido scollegamento dell'unità in caso di emergenza. Oppure deve essere possibile isolare il forno dall'alimentazione inserendo un interruttore nell'impianto in conformità con le norme impiantistiche.**
- **La presa non deve essere posizionata dietro la colonna forno.**
- La posizione migliore è sopra la colonna forno, vedi (A). Qualora non si colleghi il cavo di alimentazione alla posizione (A), occorre rimuoverlo dal portacavo (vedi diagramma, punto 13, pagina 204) e farlo passare sotto il forno.
- Collegare l'elettrodomestico a corrente alternata monofase 230 V/50 Hz mediante una presa di terra correttamente installata. La presa deve essere fusa con un fusibile 10 A.
- **Il cavo di alimentazione può essere sostituito esclusivamente da un elettricista.**
- Prima dell'installazione legare un pezzo di corda al cavo di alimentazione per agevolare il collegamento al punto (A) durante l'installazione dell'apparecchio.
- Durante l'inserimento dell'apparecchio all'interno della colonna forno a fianchi alti NON schiacciare il cavo di alimentazione.
- Non immergere il cavo di alimentazione o la spina in acqua o in altro liquido.






CONNESSIONI ELETTRICHE



ATTENZIONE:
IL PRESENTE APPARECCHIO DEVE
ESSERE COLLEGATO A TERRA
Il costruttore declina qualsiasi
responsabilità in caso di mancata
osservanza di questa misura di
sicurezza.

Se la spina collegata all'apparecchio non è idonea al tipo di presa, è necessario contattare l'assistenza autorizzata ELECTROLUX.

		
Albania	+35 5 4 261 450	Rr. Pjeter Bogdani Nr. 7 Tirane
Belgique/België/Belgien	+32 2 363 04 44	Bergensesteenweg 719, 1502 Lembeek
Česká republika	+420 2 61 12 61 12	Budějovická 3, Praha 4, 140 21
Danmark	+45 70 11 74 00	Sjællandsgade 2, 7000 Fredericia
Deutschland	+49 180 32 26 622	Fürther Str. 246, 90429 Nürnberg
Eesti	+37 2 66 50 030	Pärnu mnt. 153, 11624 Tallinn
España	+34 902 11 63 88	Carretera M-300, Km. 29,900 Alcalá de Henares Madrid
France	03 44 62 28 80	www.electrolux.fr
Great Britain	+44 8705 929 929	Addington Way, Luton, Bedfordshire LU4 9QQ
Hellas	+30 23 10 56 19 70	4, Limnou Str., 54627 Thessaloniki
Hrvatska	+385 1 63 23 338	Slavonska avenija 3, 10000 Zagreb
Ireland	00353 (0)1 4090753	Long Mile Road Dublin 12
Italia	+39 (0) 434 558500	C.so Lino Zanussi, 26 - 33080 Porcia (PN)
Latvija	+371 67313626	Kr. Barona iela 130/2, LV-1012, Rīga
Lietuva	+370 5 278 06 03	Ozo 10a, LT-08200 Vilnius
Luxembourg	+352 42 431 301	Rue de Bitbourg, 7, L-1273 Hamm
Magyarország	+36 1 252 1773	H-1142 Budapest XIV, Erzsébet királyné útja 87
Nederland	+31 17 24 68 300	Vennootsweg 1, 2404 CG - Alphen aan den Rijn
Norge	+47 81 5 30 222	Risløkkvn. 2 , 0508 Oslo
Österreich	+43 18 66 400	Herziggasse 9, 1230 Wien
Polska	+48 22 43 47 300	ul. Kolejowa 5/7, Warszawa
Portugal	+35 12 14 40 39 39	Quinta da Fonte - Edifício Gonçalves Zarco - Q 35 -2774-518 Paço de Arcos
Romania	+40 21 451 20 30	Str. Garii Progresului 2, S4, 040671 RO
Schweiz - Suisse - Svizzera	+41 62 88 99 111	Industriestrasse 10, CH-5506 Mägenwil
Slovenija	+38 61 24 25 731	Gerbičeva ulica 98, 1000 Ljubljana
Slovensko	+421 (0) 232 141 334	Electrolux Slovakia s.r.o., Electrolux Domáce spotrebiče SK, Seberínho 1, 821 03 Bratislava
Suomi	www.electrolux.fi	
Sverige	+46 (0)771 76 76 76	Electrolux Service, S:t Göransgatan 143, S-105 45 Stockholm
Türkiye	+90 21 22 93 10 25	Tarlabası caddesi no : 35 Taksim İstanbul
Россия	+7 495 937 7837	129090 Москва, Олимпийский проспект, 16, БЦ "Олимпик"
Україна	+380 44 586 20 60	04074 Київ, вул.Автозаводська, 2а, БЦ "Алкон"

www.electrolux.com

www.electrolux.co.uk

www.electrolux.fr

www.electrolux.nl

www.electrolux.de

www.electrolux.es

www.electrolux.dk

www.electrolux.no

www.electrolux.it