

É CÓMO OBTENER LOS MEJORES RESULTADOS DE SU HORNO

¿Qué quiero hacer?	¿Qué función elijo?	Instrucciones para el uso	Cuadro cantidad/tiempo	
<ul style="list-style-type: none"> Mantener calientes los alimentos 	Sólo microondas	Pot. 75W	99 100	
<ul style="list-style-type: none"> Descongelar 	Sólo microondas	Pot. 110W	99 100 101	
<ul style="list-style-type: none"> Derretir la mantequilla y ablandar los quesos Cocer dulces 	Sólo microondas	Pot. 260W o también 375W	99 100 103 105	
<ul style="list-style-type: none"> Cocer verdura Cocer pescado Cocer arroz, sopa, lasañas Calentar los alimentos ya cocidos Cocer fruta 	Sólo microondas	Pot. 750W	99 104 105 102 103 105	
<ul style="list-style-type: none"> Emparrillar de forma tradicional las hamburguesas, chuletas, salchichas, pan tostado etc. 	Sólo grill		106 107	
<ul style="list-style-type: none"> Cocer verduras gratinadas Cocinar lasaña y pasta al horno Cocinar todo tipo de asados, aves, brochetas, etc 	Funciones secuenciadas microondas y grill	Primera fase Pot. o también 525W Segunda fase Pot.	108 109	

D A T O S T É C N I C O S

Dimensiones externas (LXHXXP)	480x272x360		Para ulteriores datos, consultar la placa de características pegada en la parte trasera del aparato.
Dimensiones internas (LXHXXP)	285x180x290		
Volumen neto del horno	17 lt.		Este aparato es un producto conforme a las normas CEE 89/336 y 92/31 a propósito de la Compatibilidad Electromagnética.
Peso aproximado	14,6 kg.		
Diámetro del plato giratorio	27,5 cm		
Lámpara del horno	25 W		

P O T E N C I A P R O D U C I D A

En este horno la potencia de rendimiento máximo del microondas es de 750W. Este valor está indicado en la chapa datos colocada en el dorso del aparato, en la indicación **MICRO OUTPUT**.



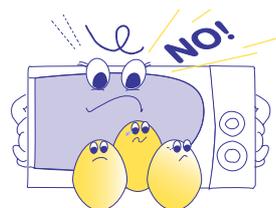
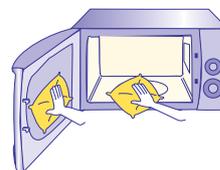
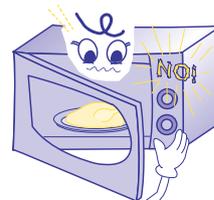
En algunos modelos la potencia máxima en WATT, está indicada también en el símbolo al lado, en la puertecilla.

Los niveles de potencia intermedios disponibles están indicados sobre. Estas informaciones serán útiles para consultar los recetarios para microondas en venta.

A D V E R T E N C I A S

Antes de empezar a usar el horno, leer atentamente estas advertencias. Esto le consentirá evitar errores y obtener los mejores resultados.

- 1) Este horno ha sido planeado para descongelar, calentar y cocer alimentos en el ambiente doméstico. No debe ser utilizado para otros fines y no debe ser modificado ni menoscabado de alguna manera.
- 2) Antes de conectar el horno con la red eléctrica, verificar que la puerta se cierra totalmente; controlar que el bastidor metálico no se haya deformado y que los goznes y los ganchos no estén aflojados. En el caso de que estén perjudicadas estas partes, no hay que utilizar el horno de microondas hasta que un técnico especializado (entrenado por el fabricante o por su Servicio de Asistencia) lo haya reparado.
- 3) No tratar de poner en marcha el horno con la puerta abierta menoscabando los dispositivos de seguridad.
- 4) No poner en marcha el horno en el caso en que objetos de cualquier tipo se hayan quedado atrapados entre la fachada del horno y la puerta. Mantener siempre limpio **el lado interior de la puerta (E)** usando un paño húmedo y detergentes no abrasivos. No dejar que se acumule la suciedad o residuos de la comida entre la fachada del horno y la puerta.
- 5) No poner en marcha el horno si el cable de alimentación o el enchufe están estropeados (peligro de sacudidas eléctricas).
- 6) **Regulaciones, reparaciones y sustitución del cable de alimentación deben ser realizadas solamente por personal preparado por el fabricante o por su Servicio de Asistencia.** Eventuales reparaciones efectuadas por personal no especializado pueden ser peligrosas.
- 7) En el caso en que se observe que sale humo del horno, **NO ABRIR LA PUERTA** y apagar inmediatamente el aparato o desenchufarlo.
- 8) Este horno debe ser utilizado solamente por personas adultas. **No dejar que se acerquen los niños cuando el horno está funcionando (peligro de quemaduras).**
- 9) **En la cocciones con MICROONDAS o se debe absolutamente calentar anteriormente (sin alimentos) el horno y no se debe ponerlo en marcha sin nada dentro (sin alimentos), ya que hacerlo podría provocar chispas eléctricas.**
- 10) **No sumergir el plato giratorio en el agua tras haberlo calentado largo tiempo; el elevado choque térmico podría provocar su rotura.**
- 11) Antes de utilizar el horno, cerciorarse de que los utensilios y los recipientes elegidos son adecuados para el funcionamiento con microondas (ver el cap. "Vajillas"). Particularmente, no meter nunca recipientes o utensilios metálicos en el interior del horno: el metal refleja la energía de las microondas y podría además provocar chispas eléctricas.
- 12) Para evitar recalentamientos con consiguiente riesgo de incendio, se aconseja vigilar el horno cuando está funcionando con alimentos puestos en recipientes "usa y tira" de plástico, papel u otro material combustible, o también mientras se calientan pequeñas cantidades de alimentos.
- 13) **No cocer los huevos con la cáscara.** La presión que se forma en el interior podría hacer explotar el huevo (incluso tras acabar la cocción). No calentar los huevos ya cocidos excepto si se trata de huevos revueltos.
- 14) Antes de calentar o cocer en el horno alimentos en recipientes herméticos o sigilados, no olvidar abrirlos. De otra manera se alzaría la presión en el interior del recipiente y lo haría explotar incluso acabada la cocción.





- 15) Mientras se calientan líquidos (agua, café, leche, etc.) es posible que, por efecto de la ebullición retrasada, cuando se saca el recipiente, el líquido empiece a hervir y se salga bruscamente, provocando ustiones. Para evitarlo, es necesario introducir, antes de empezar a calentar líquidos, una cucharita de plástico resistente a las altas temperaturas o un bastoncito de cristal. 
- 16) No calentar licores de alta graduación, ni grandes cantidades de aceite. (¡Podría incendiarse!).
- 17) Programar correctamente los tiempos de cocción. En caso de dudas, consultar los cuadros.
- 15) **Tras calentar alimentos para recién nacidos (contenidos en biberón o en botecillos) controlar SIEMPRE la temperatura antes de consumirlos, para evitar quemaduras. Sugerimos también mezclarlos o agitarlos (para uniformar la temperatura). Si se utilizan esterilizadores para biberones comercializados, antes de encender el horno asegurarse SIEMPRE de que el esterilizador contenga la cantidad de agua indicada por el fabricante.** 

C O N E X I O N E L É C T R I C A

Conectar el aparato sólo con tomas de corriente con una capacidad de por lo menos 10A. Antes de la utilización, verificar que la tensión de la red sea la misma indicada en la placa del aparato y que la toma de corriente esté  conectada con una toma de tierra eficaz: el **Productor** no se hace cargo de cualquier responsabilidad que derive del no haber cumplido con esta norma.

I N S T A L A C I O N

- 1) Tras haber sacado el horno de su embalaje, verificar que el perno del plato giratorio (D) esté introducido correctamente en su expresa sede. Colocar en el centro del fondo de la cavidad el soporte (G) y apoyar encima el plato giratorio (F). El perno (D) debe insertarse en la relativa sede del plato giratorio.
- 2) Verificar que no se hayan producido daños debidos al transporte y , particularmente, que la puerta se abra y se cierre perfectamente.
- 3) Colocar el aparato en una superficie estable a una altura de **por lo menos 85 cm**, fuera del alcance de los niños ya que la puerta de cristal puede alcanzar, durante la cocción, temperaturas elevadas.
- 4) Colocar el aparato en un lugar donde quede un espacio de **aproximadamente 5 cm entre las superficies del aparato y las paredes laterales y la parte posterior, y un espacio libre de, por lo menos, 20 cm encima del horno (ver fig. 1). Verificar además que el cable de alimentación no esté en contacto con la pared posterior del horno, la cual puede alcanzar, durante la cocción con grill, temperaturas elevadas.**

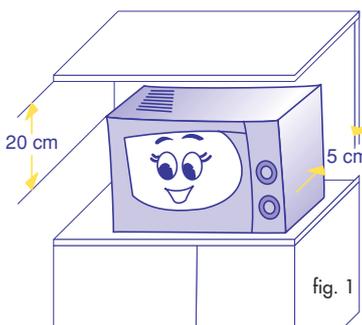


fig. 1

la relativa sede en el centro del plato giratorio.

- 5) No obstruir nunca los orificios de entrada del aire. Sobre todo, no apoyar nada encima del horno y verificar que las aberturas de salida del aire y de los vapores (situadas encima, al lato y detrás del aparato) estén SIEMPRE DESPEJADAS (Ver Fig. 2 y Fig.3).
- 6) Colocar en el centro de la sede circular el soporte (G) y poner el plato giratorio (F). El perno (D) tiene que coincidir con
- 7) **Cuando se pone en marcha el aparato por primera vez, es posible que por un periodo de 10 minutos aproximadamente produzca un olor a "nuevo" y un poco de humo. Esto es totalmente normal y causado por la presencia de sustancias protectoras aplicadas a las resistencias.**

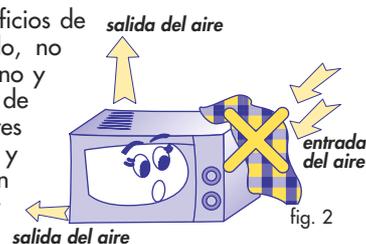


fig. 2

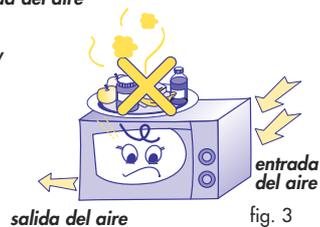
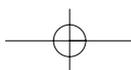


fig. 3



VAJILLA QUE SE DEBE UTILIZAR

Se pueden usar todos los recipientes de vidrio (mejor si pirex), cerámica, porcelana, con tal que carezcan de decoraciones o partes de metal (hilillo dorado, asas, pies). También es posible usar los recipientes de plástico resistentes al calor. Para calentar brevemente los alimentos se puede usar como base servilletas de papel, bandejas de cartón y platos de plástico "usa y tira". Por lo que concierne la forma y la dimensión, es indispensable que éstas permitan la correcta rotación.

Para utilizar recipientes rectangulares de grandes dimensiones (que no podrían girar en el interior de la cavidad), es suficiente bloquear la rotación del plato giratorio (F) sacando el

perno del plato (D) de la propia sede. Hay que tener presente que en estas condiciones, para garantizar resultados satisfactorios, es necesario mezclar la comida y girar el recipiente varias veces durante la cocción.

No son apropiados para la cocción con microondas los recipientes de metal, madera, junco y cristal.

Es oportuno recordar que, dado que las microondas calientan los alimentos y no la vajilla, es posible cocer los alimentos directamente en el plato de servicio y evitar de esta manera el uso y la consiguiente limpieza de ollas

Si se está usando el horno en **sólo grill** es posible utilizar todos los tipos de recipientes de horno (ver el cuadro).

	Vidrio	Cerámica	Porcelana	Vajilla de barro cocido	Recipientes plásticos para microondas	Tazas de papel*	Platos de papel*	Pyrex	Carton cillo*	Recipientes metálicos	Vajillas con suplemento de metal	Hojas especiales para el asado
Sólo microondas	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	NO	NO	SI
Sólo grill	NO	SI	SI	SI	NO	NO	NO	SI	NO	SI	SI	SI

* Se il tempo è troppo lungo è possibile che s'incendino.

DESCRIPCIÓN DE LOS MANDOS

MANOPLA SUPERIOR:

**POTENCIA MICROONDAS/
FUNCIONE GRILL**

girar la manopla según la potencia deseada o bien en la función grill (▼▼▼).

MANOPLA INFERIOR:

TEMPORIZADOR

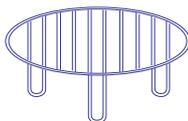
CON ESTA MANOPLA SE INICIA CUALQUIER OPERACIÓN.
Girar en sentido horario de 1 a 35 minutos (cuando caduca el tiempo, el horno se apaga) y emite un señal acústico.

POWER LEVEL/GRILL

COOKING TIMER

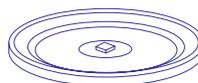
ACCESORIOS EN DOTACIÓN

PARRILLA



Función Sólo grill:
para todas las clases de empanilladas.

PLATO GIRATORIO



El plato giratorio se utiliza para **todas las funciones.**

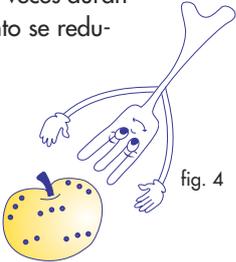
CONSEJOS PARA LA UTILIZACIÓN DE LAS MICROONDAS

Las microondas son radiaciones electromagnéticas presentes también en la naturaleza bajo forma de ondas luminosas (por ejemplo: la luz solar) que, en el interior del horno penetran en los alimentos desde todas las direcciones y calientan las moléculas del agua, grasa y azúcar. El calor se produce muy rápidamente sólo en los alimentos, mientras que el recipiente solamente se calienta indirectamente a causa del calor transmitido por los alimentos calientes.

Esto impide que los alimentos adhieran al recipiente, por lo que es posible usar (o en algunos casos, no usar en absoluto) poquísima grasa durante el procedimiento de la cocción.

Dado que es pobre de grasas, la cocción con microondas es considerada muy sana y dietética. Además, respecto a los sistemas tradicionales, la cocción se realiza a una temperatura menos elevada, por lo que los alimentos, deshidratándose menos, no pierden sus principios nutritivos y conservan mejor los sabores.

Reglas fundamentales para la cocción con microondas

- 1) Para programar correctamente los tiempos hay que tener presente que, haciendo referencia a los cuadros de las páginas siguientes, aumentando la cantidad de comida también hay que aumentar el tiempo de cocción en proporción y viceversa. Es importante respetar los **tiempos de "reposo"**: por tiempo de reposo entendemos el tiempo que hay que dejar que la comida repose después de la cocción para permitir una ulterior difusión de la temperatura en el interior de la misma. La temperatura de las carnes, por ejemplo, aumenta aproximadamente 5-8°C durante el tiempo de reposo. Los tiempos de reposo también pueden obtenerse fuera del horno mismo.
- 2) Una de las principales operaciones que hay que hacer es **remover** varias veces durante la cocción: sirve para volver la temperatura más uniforme y por lo tanto se reduce el tiempo de cocción.
- 3) Se aconseja también **darle la vuelta** al alimento durante la cocción.
- 4) **Alimentos con pellejo, cáscara, corteza (por ejemplo: manzanas, patatas, tomates, salchichas, pescado) hay que pincharlos en varios puntos con un tenedor, de manera que el vapor pueda salir y el pellejo o la corteza no explote (Fig.4).**

- 5) Si se cuecen varias porciones de la misma comida, por ejemplo patatas hervidas, **distribuir las dándoles forma de rosca** en un recipiente resistente al fuego para obtener una cocción uniforme (fig. 5).
- 6) Menor es la temperatura del alimento introducido en el horno microondas y, lógicamente, más tiempo se necesita para cocerlo. El alimento a temperatura ambiente se cocerá más rápidamente que el alimento a temperatura de frigorífico.
- 7) Cocer siempre con el recipiente colocado en el centro del plato giratorio.
- 8) La **formación de condensación** en el interior del horno y en la zona de salida del aire es perfectamente normal. **Para reducirla, tapar el alimento con película transparente, papel encerado, tapaderas de vidrio o simplemente un plato al revés.** Además, alimentos con contenido acuoso (por ejemplo las verduras), se cuecen mejor si están tapadas. El tapar los alimentos consiste además mantener limpio el interior del horno. Usar película transparente adecuada para hornos microondas.



F U N C I Ó N S Ó L O M I C R O O N D A S

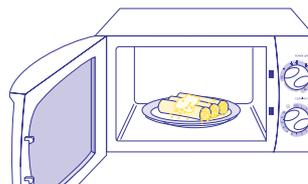


Esta función es adecuada para:

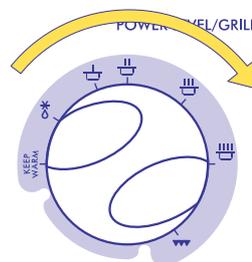
- Mantener calientes los alimentospág. 100
- Descongelarpág. 100
- Calentarpág. 102
- Cocer estofado, carne de conejo o de ave, fruta, verdura, arroz, menestra, pescado . . .pág. 104

PONER EN MARCHA EL HORNO CON LA FUNCIÓN SÓLO MICROONDAS

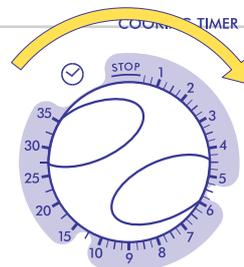
1 Colocar el alimento en un recipiente adecuado a la cocción microondas y ponerlo en el centro del plato giratorio.
Nota: No se debe calentar el horno anteriormente.



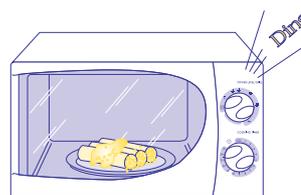
2 Seleccionar la potencia deseada girando la manopla superior (potencia microondas/función grill).
N.B: si la manopla es en la posición ▼▼▼, las microondas no funcionan.



3 Programar el tiempo de cocción deseado girando la manopla inferior (temporizador) en sentido horario.

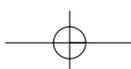


4 Transcurrido el tiempo programado, un **señal acústico** indica que la cocción se ha acabado



En cualquier momento es posible interrumpir el funcionamiento llevando el selector hasta la posición **STOP** y también es posible cambiar la duración de la cocción (mientras ésta se realiza) girando dicho selector hacia adelante o hacia atrás.

Durante la cocción es posible controlar cómo se desarrolla abriendo la puerta e inspeccionando el alimento. Dicho acto interrumpe el funcionamiento que continuará cerrando la puerta.





UTILIZAR LA FUNCIÓN SÓLO MICROONDAS PARA MANTENER CALIENTES LOS ALIMENTOS

Esta función se aconseja para todos los platos en general.

Les permite mantener calientes los alimentos recién cocidos o calentados, sin que éstos se sequen o se peguen al recipiente de cocción.

Planteando la manopla superior (potencia microondas/funcione grill) en la posición **KEEP WARM** y tapando el alimento con un plato o con la película transparente, éste se mantendrá caliente hasta el momento de su utilización.

Si lo prefieren, pueden dejar los alimentos que calientan directamente en el plato de servicio (teniéndolo tapado).

UTILIZAR LA FUNCIÓN SÓLO MICROONDAS PARA DESCONGELAR

- Alimentos congelados en bolsitas o películas de plástico o en su confección, pueden ser colocados directamente en el horno, con tal que no lleven partes metálicas (por ejemplo cintas o puntos de cierre).
- Algunos alimentos como las verduras o el pescado, no necesitan ser descongelados completamente antes de iniciar la cocción.
- Guisados, salsas y estofados se descongelan mejor y más rápidamente si los remueven de vez en cuando, les dan la vuelta y/o los separan.
- Durante la descongelación, carne y pescado pierden líquidos. Se aconseja por lo tanto, descongelarlos en un recipiente.
- Se aconseja subdividir la carne y poner cada trozo en su propia bolsita antes de meterla en el congelador. Esto les hará ahorrar tiempo precioso en la preparación.
- ¡Cuidado!: los tiempos indicados en las confecciones de los productos refrigerados no siempre son correctos. Es mejor usar tiempos de descongelación levemente inferiores a los indicados. La duración de la descongelación cambia según el grado de congelación.



MICROONDAS

Tiempos de descongelación

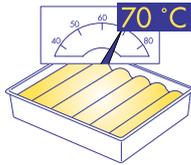
Tipo	Cantidad	Manopla superior	Manopla inferior (minutos)	Notas	Tiempo de reposo (minutos)	
CARNE						
• Asado (cerdo, vaca, ternera, etc.)	1 kg	*	30 - 33		20	
• Bistec, chuletas, rebanadillas	200 gr	"	11 - 13		5	
• Estufado, goulasch	500 gr	"	19 - 21	(*)	10	
• Molido	500 gr	"	15 - 17		15	
• "	250 gr	"	12 - 14		10	
• Hamburguesas	200 gr	"	12 - 14		10	
• Salchichas	300 gr	"	14 - 16		10	
AVES						
• Pato, pavo	1,5 kg	"	35 - 38	Cuando se acaba el tiempo de reposo, lavar debajo del agua caliente para eliminar el eventual hielo.	20	
• Pollo entero	1,5 kg	"	35 - 38		20	
• Pollo a trozos	500 gr	"	20 - 22		10	
• Pechuga de pollo	300 gr	"	19 - 21		10	
VERDURAS						
• Berenjenas a dados	500 gr	"	23 - 25	Para facilitar la descongelación, dar vueltas de vez en cuando a las verduras.	5	
• Pimientos a trozos	500 gr	"	22 - 24		5	
• Guisantes gratinados	500 gr	"	19 - 21		5	
• Corazones de alcachofas	300 gr	"	15 - 17		5	
• Espárragos a trozos	500 gr	"	20 - 22		5	
• Judías cortadas	500 gr	"	22 - 24		5	
• Brécoles enteros	500 gr	"	21 - 23		5	
• Coles de Bruselas	500 gr	"	21 - 23		5	
• Zanahorias a rodajas	500 gr	"	20 - 22		5	
• Cimas de coliflor	450 gr	"	19 - 21		5	
• Mixto de verduras	300 gr	"	14 - 16		5	
• Espinacas cortadas	300 gr	"	15 - 17		5	
PESCADO						
• Filetes	300 gr	"	15 - 17			7
• Tajadas	400 gr	"	16 - 18			7
• Entero	500 gr	"	19 - 21		7	
• Gambas	400 gr	"	16 - 18		7	
PRODUCTOS LECHEROS/QUESERÍA						
• Mantequilla	250 gr	"	11 - 13	Quitar el papel de aluminio y las partes metálicas. Se ha descongelado parcialmente. Se necesita el tiempo de reposo.	10	
• Queso	250 gr	"	12 - 14		15	
• Nata	200 ml	"	14 - 16	La nata hay que sacarla de su recipiente y ponerla en un plato.	5	
PAN						
• 2 panecillos medianos	150 gr	"	3 - 4	Poner el pan directamente en el plato giratorio.	3	
• 4 panecillos medianos	300 gr	"	7 - 8		3	
• Pan a rebanadas	250 gr	"	7 - 8		3	
• Pan integral a rebanadas	250 gr	"	7 - 8		3	
FRUTA						
• Fresas, ciruelas, cerezas, grosellas, albaricoques	500 gr	"	14 - 15	Dar vueltas 2-3 veces	10	
• Frambuesas	300 gr	"	10 - 11	Dar vueltas 2-3 veces	10	
• Moras	250 gr	"	8 - 9	Dar vueltas 2-3 veces	6	

(*) Estas indicaciones son aptas para realizar las pruebas de descongelamiento de carne molida de acuerdo a la norma IEC 705 par.18.3. Dar vuelta la carga a la mitad del tiempo planteado. La carga se apoya directamente sobre el plato giratorio. Mayores indicaciones, también relativas a otras pruebas de prestaciones de acuerdo a las normas IEC 705, estarán indicadas en la tabla de pág. 2



UTILIZAR LA FUNCIÓN SÓLO MICROONDAS PARA CALENTAR

El calentamiento de alimentos es una función en la que su horno microondas demuestra su completa utilidad y eficacia. Respecto a los métodos tradicionales, en efecto, utilizando las microondas se obtiene un evidente ahorro de tiempo y, por lo tanto, también de energía eléctrica.

- Se aconseja calentar los alimentos (sobre todo si están congelados) a una temperatura de por lo menos 70°C (¡debe quemar!). No es posible comerse los alimentos enseguida, porque estarían demasiado calientes, pero su completa esterilización está garantizada.
 
- Para calentar los alimentos cocidos anteriormente o congelados, respetar siempre las siguientes reglas:
 - Sacar los alimentos de los recipientes metálicos;
 - Tapar con película transparente (del tipo adecuado para hornos microondas) o papel aceitado; de esta manera el sabor natural se mantendrá totalmente y el horno se quedará más limpio; también es posible utilizar un plato al revés;
 - Si es posible, mezclar o darle vueltas a menudo, de esta manera se acelera el proceso de calentamiento;
 - Respetar con mucha atención los tiempos indicados en la confección, recordar que, en ciertas condiciones, los tiempos indicados deben ser aumentados.
- Los alimentos congelados pueden ser descongelados antes de empezar a calentarlos. Más baja es la temperatura inicial del alimento y más largo será el tiempo necesario para calentarlos.
- Alimentos y bebidas pueden ser calentados por breve tiempo en recipientes de papel o de plástico. De todas formas, estos recipientes pueden deformarse si el tiempo de cocción es dura mucho.



Tiempos de calentamiento

Tipo	Cantidad	niveles de potencia	Tiempo (minutos)	Notas
ABLANDAMIENTO DE LOS ALIMENTOS				
<ul style="list-style-type: none"> chocolate/glassé mantequilla 	100 gr 50 -70 gr		5 - 6 0'.7"-0'.12"	Poner en un plato. Mezclar la glassé 1 vez
ALIMENTOS CON TEMPERATURA DE NEVERA (TEMP. INICIAL 5/8°C) HASTA 20/30°C				
<ul style="list-style-type: none"> Yogurt biberón 	125 gr 240 gr	"	0'.12"-0'.17" 0'.35"-0'.40"	Quitar el papel metálico. Calentar el biberón sin tetilla y mezclar inmediatamente después del calentamiento para uniformar la temperatura. Controlar la temperatura del contenido antes de consumir. Si la leche está a temperatura ambiente, reducir brevemente el tiempo indicado. Si usan leche en polvo, mézclenla muy bien, ya que el polvo residuo podría incendiarse. Usen leche ya esterilizada
ALIMENTOS PRECOCIDOS CON TEMPERATURA DE NEVERA (TEMP. INICIAL 5/8°C)				
<ul style="list-style-type: none"> paquete de lasaña o de pasta con relleno paquete de carne con arroz y/o verduras paquete de pescado y/o verduras plato de carne y/o verduras plato de pasta canelones o lasañas plato de pescado y/o arroz 	400 gr 400 gr 300 gr 400 gr 400 gr 300 gr	"	6 - 8 6 - 8 5 - 7 7 - 9 7 - 9 6 - 8	Se consideran paquetes de cualquier tipo de alimento precocido que se compra en el comercio para calentar a una temperatura de 70°C. Quitar el alimento de eventuales paquetes metálicos y ponerlo directamente en el plato en el cual después se come. Para un óptimo resultado, el alimento tiene que estar siempre cubierto. Se consideran paquetes de cualquier tipo de alimento ya cocido para calentar a una temperatura de 70°C. Ponerlo directamente en el plato en el cual después se come, se cubre siempre con un film transparente o con un plato al revés.
ALIMENTOS CONGELADOS PARA CALENTAR/COCINAR (TEMP. INICIAL -18°/-20°C)				
<ul style="list-style-type: none"> paquetes de lasañas y de pasta con relleno paquete de carne con arroz y/o verduras paquete de pescado y/o verduras precocidas paquete de pescado y/o verduras crudas porciones de carne y/o verduras porciones de pasta canelones o lasañas porciones de pescado y/o arroz 	400 gr 400 gr 300 gr 300 gr 400 gr 400 gr 300 gr	"	8 - 10 7 - 9 5 - 7 10 - 12 8 - 10 9 - 11 6 - 8	Se consideran paquetes de cualquier tipo de alimento precocido congelado para calentar a una temperatura de 70°C directamente en su paquete; si el recipiente es metálico ponerlo directamente en el plato en el cual se come y aumentar los tiempos de algunos minutos. Quitar el alimento crudo de eventuales paquetes y colocarlo en un recipiente adecuado al microondas y cubrir. Se consideran porciones de cualquier tipo de alimento ya cocido congelado para calentar a una temperatura de 70°C. Poner El alimento congelado en el plato en el cual después se come y cubrirlo con otro plato al revés o una pyrex. Controlar que al centro esté bien caliente; si es posible mezclar el alimento.
BEBIDAS DE NEVERA (TEMP. INICIAL 5°/8°C) A 70° APROX.				
<ul style="list-style-type: none"> 1 taza de agua 1 taza de leche 1 taza de café 1 taza de caldo 	180 cc 150 cc 100 cc 300 cc	"	2'.30"-3 2-2'.30" 2-2'.30" 5 - 6	Todas las bebidas se tienen que mezclar con el fin de calentarlas uniformemente. Para el caldo se aconseja cubrirlo con un plato al revés.
BEBIDAS CON TEMPERATURA AMBIENTE (TEMP. INICIAL 20°/ 30°) A 70°C APROX.				
<ul style="list-style-type: none"> 1 taza de agua 1 taza de leche 1 taza de café 1 taza de caldo 	180 cc 150 cc 100 cc 300 cc	"	2-2'.30" 1'.30"-2 1'.30"-2 4 - 5	Todas las bebidas se tienen que mezclar con el fin de calentarlas uniformemente. Para el caldo se aconseja cubrirlo con un plato al revés.



MICROONDAS

UTILIZAR LA FUNCIÓN SÓLO MICROONDAS PARA COCINAR

CARNES

Cuando se cuecen carnes con la función sólo microondas, se aconseja taparlas con película transparente adecuada para hornos microondas, de esta manera se favorece una mejor distribución del calor y se evita que se deshidraten demasiado resultando secas y estoposas. Esta función es adecuada para estofados, gulasch, pechugas de pollo, etc. Para cocer asados, brochetas etc, es mejor usar la cocción en secuencia "microondas y grill".

PESCADO

El pescado se cuece muy rápidamente y con óptimos resultados. Se puede condimentar con poca mantequilla y aceite (o también no condimentarlo). Cubrir con una película transparente. Naturalmente si hay pellejo, hay que hacerle algunos cortes; los filetes hay que distribuirlos uniformemente. **No se aconseja** cocer el pescado empanado con huevo.

VERDURAS

Las verduras cocidas en el horno microondas, conservan el color y el poder nutritivo más que en la cocina tradicional. Antes de empezar la cocción, lávenlas y límpienlas.

Las de mayores dimensiones hay que cortarlas a trozos uniformes.

Por cada 500 gr. de verduras añadir 5 cucharadas de agua (Las verduras fibrosas requieren más agua).

Las verduras hay que cubrirlas **siempre** con película transparente.

Darle la vuelta por lo menos 1 vez a mitad de la cocción y poner un poco de sal al final.

Tiempos de cocción

Tipo	Cantidad	Manopla superior	Manopla inferior (minutos)	Notas	Tiempo de reposo (minutos)
PESCADO					
• Filetes	300 gr		9 - 11	Cubrir con película	2
• Rodajillas	300 gr	"	11 - 13	Cubrir con película	2
• Entero	500 gr	"	12 - 14	Cubrir con película	2
• Entero	250 gr	"	9 - 11	Cubrir con película	2
• Tajadas	400 gr	"	11 - 13	Cubrir con película	2
• Gambas	500 gr	"	11 - 13	Cubrir con película	2
VERDURAS					
• Espárragos	500 gr	"	11 - 12	Cortar a trozos de 2 cm.	4
• Alcachofas	300 gr	"	12 - 13	Es preferible utilizar cabezuelas de alcachofa.	4
• Judías	500 gr	"	13 - 14	Cortar a trozos y tapar	4
• Brécoles	500 gr	"	9 - 10	Dividirlo por "flores".	4
• Coles de Bruselas	500 gr	"	9 - 10	Dejarlas enteras.	4
• Col blanca	500 gr	"	9 - 10	Dejarla entera.	4
• Col roja	500 gr	"	9 - 10	Dejarla entera.	4
• Zanahorias	500 gr	"	11 - 12	Cortar en trozos iguales .	4
• Coliflor	500 gr	"	13 - 14	Dividirla por cimas.	4
• Apio	500 gr	"	9 - 10	Cortarlo en trozos.	4
• Berenjena	500 gr	"	8 - 9	Cortarla a dados.	4
• Puerro	500 gr	"	8 - 9	Dejarlo entero.	4
• Hongos champiñones	500 gr	"	8 - 9	Dejarlos enteros. No es necesario añadir agua.	4
• Cebollas	250 gr	"	7 - 8	Enteras de igual dimensión. No es necesario añadir agua.	4
• Espinacas	300 gr	"	8 - 9	Tapar tras haberlas lavado y escurrido.	4
• Guisantes	500 gr	"	12 - 13		4
• Hinojo	500 gr	"	14 - 15	Cortarlo en cuartos.	4
• Pimientos	500 gr	"	11 - 12	Cortarlos en trozos .	4
• Patatas	500 gr	"	10 - 11	Cortarlas en trozos iguales	4
• Calabacines	500 gr	"	9 - 10	Dejarlas enteras .	4
CARNES					
• Goulash	1,5 kg	"	42 - 47	Cocinar destapado y remover 2-3 veces.	10
• Pechugas de pollo	500 gr		20 - 22	Darles la vuelta a mitad de la cocción	3
• Albóndiga grande	900 gr	"	23 - 25	(*)	

(*) Estas indicaciones son aptas para realizar las pruebas de cocción de carne molida de acuerdo a la norma IEC 705 prueba C. Cubrir el recipiente con film transparente para microondas previamente perforado en varios puntos. Mayores indicaciones, también relativas a otras pruebas de prestaciones de acuerdo a las normas IEC 705, estarán indicadas en la tabla de pág. 2



SOPAS Y ARROZ

- Las sopas en general requieren una menor cantidad de líquido porque en el horno microondas la evaporación es más bien escasa. La sal se añade solamente al final de la cocción o durante el tiempo de reposo porque deshidrata.
- Es justo decir que el tiempo necesario para cocer el arroz en el horno microondas (como por otro lado, también la pasta) es más o menos igual al tiempo necesario para cocerlo en el hornillo tradicional. La ventaja de cocinar el arroz en el horno microondas es que no es necesario dar vueltas continuamente (es suficiente hacerlo 2-3 veces).

Los ingredientes se ponen todos juntos en un recipiente apropiado para el horno microondas y tapados con película transparente (para 300 gr. de arroz son necesarios 750 gr. de caldo con el horno programado a la máxima potencia por 12-15 minutos aproximadamente).

Además el arroz no se pega en el fondo del recipiente y, dado que para cocerlo es posible usar una sopera u otro recipiente que luego se pondrá en la mesa, no es necesario usar otro plato de servicio.

DULCES Y FRUTA

Los dulces fermentan (a potencia reducida) mucho más que con la cocción tradicional. Dado que no tienen costra, es preferible adornar la superficie con cremas o azúcar glaseado (por ejemplo al chocolate), además hay que mantenerlos tapados después de la cocción porque tienden a secarse más rápidamente que los cocinados en el horno tradicional. A la fruta hay que agujerearla si se cuece con la corteza y hay que mantenerla tapada: es importante respetar el tiempo de reposo (3-5 minutos).

Tiempos de cocción para dulces y frutas

Tipo/cantidades	Manopla superior	Manopla inferior (minutos)	Tiempo de reposo (minutos)	Observaciones y consejos
Torta de nueces (700 gr.)		18 - 23	5	Puede ir acompañada con cualquier tipo de crema
Torta vienesa (850 gr.)	"	22 - 27	5	Hay que rellenarla con mermelada
Torta de piña (800 gr.)	"	20 - 25	5	Las rodajas de piña se extienden en el fondo de la tortera, o también cortadas a trozos e incorporadas en la masa
Torta de manzanas (1000 gr.)	"	22 - 27	5	Las manzanas se ponen como decoración en la superficie
Torta de café (750 gr.)		18 - 23	5	Óptima rellena con una crema
Licor de huevo y marsala		4 - 6	3	Mezclar batiendo cada 30"
Peras cocidas (300 gr.)		6 - 8	3	Las peras hay que cortarlas en cuartos
Manzanas cocidas (300 gr.)	"	7 - 10	3	Las manzanas se cortan a rodajas.
Egg custard (750 gr)	"	14 - 16	5	Estas indicaciones son aptas para realizar las pruebas de cocción de acuerdo a las normas IEC 705, par. 17.3 respectivamente prueba A y prueba B. Mayores indicaciones, también relativas a otras pruebas de prestaciones de acuerdo a las normas IEC 705, estarán indicadas en la tabla de pág.2
Sponge cake (475 gr)	"	7 - 9	5	



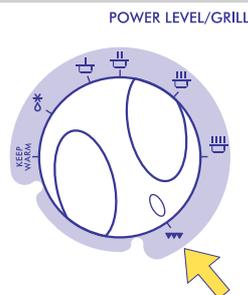
F U N C I Ó N S Ó L O G R I L L

Esta función es adecuada para:

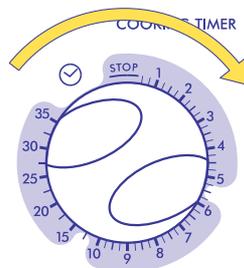
- Cualquier tipo de emparrillada tradicional, por ejemplo: hamburguesas, chuletas, wüstel, pan tostado, ect.pág. 107

PONER EN MARCHA EN HORNO EN LA FUNCIÓN SÓLO GRILL

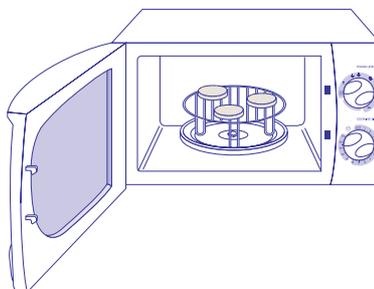
1 Precalear el grill de la siguiente manera:
 girar la manopla superior (potencia microondas/función grill) hasta la posición ▼▼▼



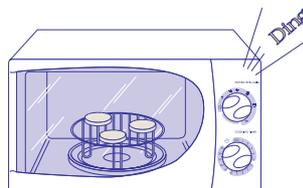
2 Programar el tiempo de precalentamiento (5÷8 minutos) girando la manopla inferior (timer) en sentido horario. La puerta debe estar cerrada.



3 Después de 5-8 minutos poner la comida encima de la parrilla e introducir todo junto en el horno, colocarlo en el plato giratorio, el cual, durante la emparrillada, recoge la grasa que chorrea. Programar el tiempo de cocción deseado girando la manopla inferior (timer). Girar las comidas a mitad cocción.



4 Transcurrido el tiempo programado, un **señal acústico** indica que la cocción se ha acabado





UTILIZAR LA FUNCIÓN SÓLO HORNO GRILL PARA EMPARRILLAR

Con esta función se puede hacer apetitosas emparrilladas de cualquier clase.

Recordar que hay que precalentar **siempre** el grill por 5-8 minutos antes de empezar a cocinar.

A todos los manjares hay que darles la vuelta a mitad de la cocción dado que la resistencia grill irradia sólo por la parte alta del horno.

Cuando se abre la puerta para controlar la cocción, la resistencia es caliente: presten atención y usen siempre las manoplas para horno. Es necesario cerrar siempre la puerta tras haber controlado la cocción.

Tiempos de cocción

Tipo	Cantidad	Manopla superior	Manopla inferior (minutos)	Observaciones y consejos
• Chuletas de ternera o de cerdo	3	▼▼▼	20 - 24	Darle la vuelta después de 12 minutos.
• Salchichas	3	"	14 - 16	Siempre hay que pincharlas. Si son gordas, es mejor cortarlas por la mitad. Darles la vuelta después de 8 minutos.
• Hamburguesas	3	"	14 - 16	Darle la vuelta después de 8 minutos.
• Pimientos	1	"	12 - 14	Cortarlos en cuartos. Darles la vuelta después de 7 minutos.
• Berenjenas	4 rodajas	"	12 - 14	Rodajas de 1 cm de espesor. Darles la vuelta después de 7 minutos.
• Calabacines	6 listas	"	12 - 14	Listas de 1 cm de espesor. Darles la vuelta después de 7 minutos.
• Pan tostado	4 rebanadas	"	4	Cortar bien los bordes. Darles la vuelta después de 2 minutos.



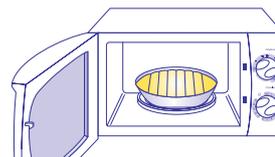
FUNCIONAMIENTO SECUENCIAL MICROONDAS + GRILL

Esta función es adecuada para:

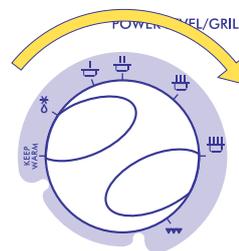
- cocer lasaña, verduras gratinadas,
- grandes pedazos de carnes, aves.pág. 109

PONER EN MARCHA EN HORNO EN LA FUNCIÓN SECUENCIAL MICROONDAS Y GRILL

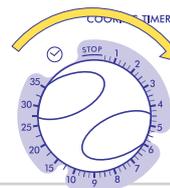
1 Colocar el alimento en un recipiente adecuado a la cocción microondas y ponerlo en el centro del plato giratorio.



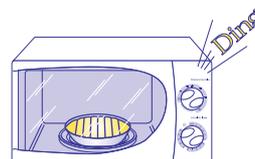
2 Seleccionar la potencia deseada girando la manopla superior (potencia microondas/ función grill).
N.B: si la manopla es en la posición ▼▼▼, las microondas no funcionan.



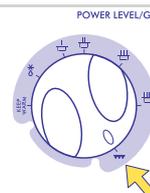
3 Programar el tiempo de la primera fase (cocción con las microondas) girando la manopla inferior (temporizador) en sentido horario.



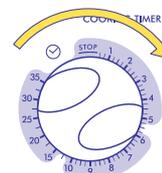
4 Transcurrido el tiempo programado, un **señal acústico** indica que la primera fase se ha acabado. Controlar las comidas y, si necesario, mezclar.



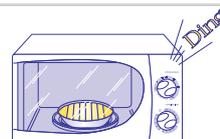
5 Girar la manopla superior (potencia microondas/ función grill) hasta la posición ▼▼▼

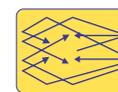


6 Programar el tiempo de la segunda fase (gratinar las comidas) girando la manopla inferior (temporizador) en sentido horario.



7 Transcurrido el tiempo programado, un **señal acústico** indica que la cocción se ha acabado



MICROONDAS
Y

UTILIZAR LA FUNCIÓN SECUENCIAL MICROONDAS + GRILL

Esta función es adecuada para cocer con las microondas y gratinar las comidas. Es pero necesario seguir estos consejos:

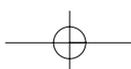
- no se debe calentar el horno anteriormente;
- no condimentar los alimentos (añadir solo 1/2 vaso de agua para mantener mórvida la carne);
- dar una vuelta a los asados a mitad de la primera fase de cocción (cocción a microondas) y también a mitad de la segunda fase (dorar ou gratinar con el grill);
- para verificar la cocción de los alimentos, abrir la puerta del horno. Abriendo la puerta se interrumpe el funcionamiento de las microondas durante la primera fase de cocción y también el funcionamiento del grill durante la segunda fase de gratinadura con el grill: en este caso, presten atención y usen siempre las manoplas para horno. Para poner nuevamente en marcha el horno, cerrar la puerta.

Tiempos de cocción

Tipo	Cantidad	Primera fase: cocción microondas		Segunda fase: gratinar con el grill		Observaciones y consejos	Tiempo de reposo (minutos)
		Manopla superior	Manopla inferior (minutos)	Manopla superiore	Manopla inferior (minutos)		
• Ñoquis a la romana	600 gr		10	▼▼▼	18	Evitar sobreponerlos demasiado.	5
• Lasaña boloñesa	1100 gr	"	25	"	8	Tiempos obtenidos con pasta cruda.	5
• Macarrones gratinados	1500 gr	"	12	"	10	Hay que hervir la pasta a parte anteriormente.	5
• Coliflor con bechamel	1000 gr	"	20	"	12	Tiempos obtenidos con la coliflor cruda.	5
• Tomates gratinados	800 gr		22	"	10	Es mejor que sean del mismo tamaño	5
• Pimientos rellenos	1400 gr		20	"	10	Es mejor usar los pimientos bajos y anchos.	5
• Berenjenas a la parmesana	1300 gr	"	16	"	12	Las berenjenas se pueden preparar primero fritas o a la parrilla.	5
• Patatas gratinadas	1100 gr	"	30	"	12	Tiempos obtenidos con las patatas crudas. (*)	10
• Asados (cerdo, vaca)	1000 gr		37	"	20	Dejar un poco de grasa alrededor para evitar que se seque.	10
• Albóndiga grande Estas instrucciones no se refieren a la prueba C de la norma IEC 705 para la cual es necesario consultar la tabla de pág. 2.	800 gr	"	20	"	15	Dar la vuelta a mitad de cada fase	10
• Pollo entero	1200 gr	"	40	"	30	Pinchar el pellejo con un tenedor. Dar la vuelta a mitad de cada fase (**)	10
• Brochetas	600 gr	"	20	"	15	Dar la vuelta a mitad de cada fase	10
• Cordero	1000 gr	"	37	"	20	Dar la vuelta a mitad de cada fase	10
• Pavo (en trozos)	1000 gr	"	40	"	20	Dar la vuelta a mitad de cada fase	10
• Ánade	1000 gr	"	37	"	20	Dar la vuelta a mitad de cada fase	10

(*) Estas indicaciones son aptas para realizar las pruebas de cocción de acuerdo a la norma IEC 705 par. 17.3 prueba D. Mayores indicaciones, también relativas a otras pruebas de prestaciones de acuerdo a las normas IEC 705, estarán indicadas en la tabla de pág. 2

(**) Darle la vuelta a mitad de la cocción y pinchar el pellejo con un tenedor. Estas indicaciones son aptas para realizar las pruebas de cocción de acuerdo a la norma IEC 705 par. 17.3 prueba F. Mayores indicaciones, también relativas a otras pruebas de prestaciones de acuerdo a las normas IEC 705, estarán indicadas en la tabla de pág. 2



M A N U T E N I C I Ó N Y L I M P I E Z A

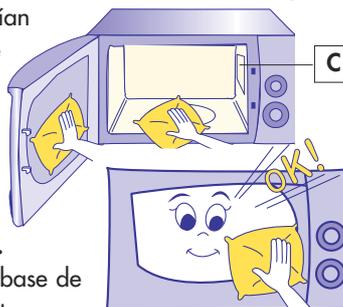
Antes de efectuar cualquier operación de mantenimiento y limpieza, desenchufar el aparato.

Limpieza

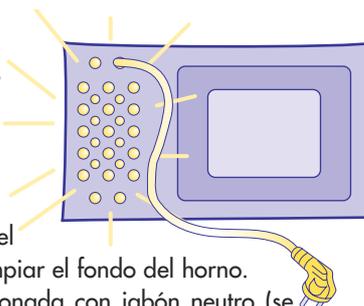
Gracias al esmalte especial con el que está revestida la cavidad interior de su horno, esmalte que no retiene salpicaduras u otras partículas de comida que podrían depositarse, la limpieza es la más simple. Mantener siempre limpio de grasa o salpicaduras de unto también la tapa de salida de las microondas (C). **No usar detergentes abrasivos, estropajos u otros utensilios de metal puntiagudos.** Además, cuando se limpia la superficie externa del horno, presten atención para que **o penetre agua o detergente líquido dentro de las aberturas de salida de aire y vapores que se encuentran encima del aparato.**

Se aconseja además no usar alcohol, detergentes abrasivos o a base de amoníaco para limpiar la superficie interna y externa de la puerta.

Para asegurar un perfecto cierre, mantener siempre limpio el lado interno de la puerta, evitando que la suciedad y los residuos de comida se queden atrapados entre la puertecilla y la fachada del horno.



Limpiar regularmente los orificios de entrada del aire puestos en la parte trasera del horno de manera que con el tiempo no se obstruyan con el polvo y la acumulación de suciedad.



De vez en cuando es necesario quitar el plato giratorio (F) y el relativo soporte (G) para limpiarlos, así como es necesario limpiar el fondo del horno. Lavar el plato giratorio y el relativo soporte con agua enjabonada con jabón neutro (se pueden lavar en el lavavajillas).

No sumergir el plato giratorio en agua fría tras un prolongado calentamiento; el elevado choque térmico podría determinar su rotura.

El motor del plato giratorio está tapado. De todas formas, cuando se efectúa la limpieza del fondo, lleven cuidado: el agua no debe penetrar debajo del perno del plato giratorio (D).



Quando parece que algo no funciona...

Si se verifica un defecto, diríjense al Servicio de Asistencia, en cualquier caso, antes de llamar a nuestros técnicos, conviene efectuar los siguientes simples controles

p r o b l e m a	c a u s a / r e m e d i o
<ul style="list-style-type: none"> • El aparato no funciona 	<ul style="list-style-type: none"> • La puerta no está bien cerrada • El enchufe no está bien introducido en la toma de corriente • La toma de corriente no funciona (controlar el fusible de la habitación). • El temporizador no ha sido programado correctamente
<ul style="list-style-type: none"> • Condensación en el plano de apoyo y en el interior del horno 	<ul style="list-style-type: none"> • Cuando se cuecen alimentos que contienen agua, es totalmente normal que el vapor que se genera en el interior del horno, salga y se condense sea en el interior del horno que en la superficie donde se cuece.
<ul style="list-style-type: none"> • Chispas en el interior del horno 	<ul style="list-style-type: none"> • No usar recipientes metálicos en la cocción con microondas, ni bolsitas o confecciones con puntos metálicos
<ul style="list-style-type: none"> • Los alimentos no se calientan bastante 	<ul style="list-style-type: none"> • Seleccionar el modo más correcto para la cocción o aumentar el tiempo de cocción. • El alimento no ha sido descongelado completamente antes de la cocción
<ul style="list-style-type: none"> • Se queman los alimentos 	<ul style="list-style-type: none"> • Seleccionar un nivel de potencia inferior o reducir el tiempo de cocción
<ul style="list-style-type: none"> • Los alimentos no se cuecen uniformemente 	<ul style="list-style-type: none"> • Dar vueltas a la comida durante la cocción. Tener presente que el alimento se cuece mejor si se corta en trozos de dimensiones uniformes • El plato giratorio se ha quedado bloqueado.

En caso de que se averíe la lámpara del horno, pueden seguir utilizando el aparato sin problemas. Para sustituir la lámpara, diríjense a un Centro de Asistencia autorizado.



