

GR

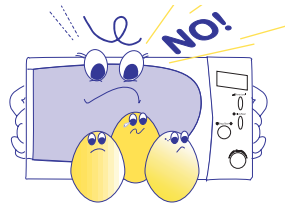
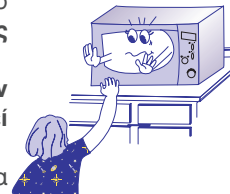
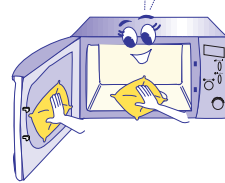
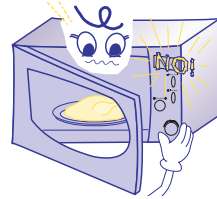
ΠΩΣ ΝΑ ΠΕΤΥΧΕΤΕ ΤΑ ΚΑΛΥΤΕΡΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΜΕ ΤΟ ΦΟΥΡΝΟ ΣΑΣ

Τι θέλω να κάνω;	Ποιά λειτουργία/ισχύ να διαλέξω;	23 lt	17 lt	Οδηγίες χρήσης σελ.	Πιν. ποσό-τ./χρόνου σελ.
• Να διατηρήσω ζεστό το φαγητό	Ισχύς 1 	300w	235w	35 36	
• Να ξεπαγώσω	Ισχύς 1 			33	34
• Να λιώσω βούτυρο και μαλακώσω τυρί	Ισχύς 2 3  	480w	375w	35 36	37
• Να μαγειρέψω κρέας					
• Να ψήσω γλυκά		600w	470w	38 40	38 40
• Να μαγειρέψω ψάρι	Ισχύς 4 	780w	610w	35 38	38
• Να μαγειρέψω λαχανικά	Ισχύς 5 			35 39	39
• Να μαγειρέψω ρύζι, σούπα				40	40
• Να ζεστάνω μαγειρεμένα ή κατεψυγμένα φαγητά		900w	700w	36	37
• Να βράσω φρούτα				40	40
• Να ξεπαγώσω, ζεστάνω, μαγειρέψω σε δύο επίπεδα ταυτόχρονα	Μόνο μικροκύματα με ΣΧΑΡΑ (Όχι για όλα τα μοντέλα)			31	32

Π Ρ Ο Ε Ι Δ Ο Π Ο Ι Η Σ Ε Ι Σ

Πριν αρχίσετε τη χρήση του φούρνου, διαβάστε με προσοχή αυτές τις οδηγίες, που θα σας επιτρέψουν να αποφύγετε λάθη και θα έχετε καλύτερα αποτελέσματα.

- 1) Αυτός ο φούρνος είναι σχεδιασμένος για να ξεπαγώνει, ζεσταίνει και μαγειρεύει φαγητά στο σπίτι. Δεν πρέπει να χρησιμοποιείται για άλλους σκοπούς και για κανένα λόγο δεν πρέπει να γίνονται τροποποιήσεις ή επεμβάσεις.
- 2) Πριν συνδέσετε το φούρνο στο ρεύμα, βεβαιωθείτε ότι η πόρτα κλείνει τέλεια. Βεβαιωθείτε ότι το μεταλλικό σασί δεν έχει στραβώσει και ότι οι μεντεσέδες και οι γάντζοι δεν έχουν λασκάρει. Σε περίπτωση που αυτά τα εξαρτήματα έχουν πάθει ζημιά, ο φούρνος μικροκυμάτων δεν πρέπει να χρησιμοποιηθεί μέχρις ότου ένας εξειδικευμένος τεχνίτης (εκπαιδευμένος από τον κατασκευαστή ή από το Σέρβις του) δεν τον επισκευάσει.
- 3) Μην προσπαθήσετε να θέσετε σε λειτουργία το φούρνο με την πόρτα ανοικτή παραβιάζοντας τα συστήματα ασφαλείας.
- 4) Μη βάζετε σε λειτουργία το φούρνο σε περίπτωση που αντικείμενα παντός τύπου έχουν φρακάρει μεταξύ της πρόσοψης του φούρνου και της πόρτας. Διατηρείτε πάντα **καθαρή την εσωτερική πλευρά της πόρτας (C)** χρησιμοποιώντας ένα υγρό πανί και υγρά απορρυπαντικά. Μην αφήνετε να μαζεύονται βρωμιές ή υπολείμματα φαγητού μεταξύ της πρόσοψης του φούρνου και της πόρτας.
- 5) Μη λειτουργείτε το φούρνο αν το καλώδιο τροφοδοσίας ή το φως έχουν πάθει ζημιά (κίνδυνος ηλεκτροπληξίας).
- 6) **Ρυθμίσεις, επισκευές και αντικατάσταση του ηλεκτρικού καλωδίου πρέπει να γίνονται μόνο από το εκπαιδευμένο προσωπικό του κατασκευαστή.** Τυχόν επισκευές που θα γίνουν από μη έμπειρο προσωπικό μπορεί να είναι επικίνδυνες.
- 7) Σε περίπτωση που παρατηρήσετε να βγαίνει καπνός από το φούρνο, ΜΗΝ ΑΝΟΙΞΕΤΕ ΤΗΝ ΠΟΡΤΑ και σβήστε αμέσως τη συσκευή ή βγάλτε το φως από την πρίζα του ρεύματος.
- 8) Αυτός ο φούρνος πρέπει να χρησιμοποιείται αποκλειστικά από ενήλικες. **Μην αφήνετε να πλησιάζουν τα παιδιά όταν ο φούρνος είναι σε λειτουργία (κίνδυνος εγκαυμάτων).**
- 9) **Δεν πρέπει να προθερμαίνετε (χωρίς φαγητά) το φούρνο και δεν πρέπει να τον χρησιμοποιείτε άδειο (χωρίς φαγητά), επειδή μπορεί να προκληθούν σπινθήρες.**
- 10) Πριν χρησιμοποιήσετε το φούρνο, βεβαιωθείτε ότι τα εργαλεία και τα σκεύη που επιλέξατε είναι κατάλληλα για τη λειτουργία σε φούρνους μικροκυμάτων (βλέπε κεφ. "Σκεύη"). Συγκεκριμένα, ποτέ μη βάζετε μεταλλικά σκεύη ή εργαλεία μέσα στο φούρνο: το μέταλλο αντανάκλα την ενέργεια των μικροκυμάτων και επίσης μπορεί να προκληθούν σπινθήρες.
- 11) Για να αποφύγετε την υπερθέρμανση με επακόλουθο κίνδυνο πυρκαγιάς, συνιστάται να παρακολουθείτε το φούρνο όταν λειτουργεί με φαγητά μέσα σε πλαστικά, χάρτινα ή άλλα δοχεία μιας χρήσης, ή κατά το ζέσταμα μικρών ποσοτήτων φαγητού.
- 12) **Μη μαγειρεύετε τα αυγά με τσόφλι.** Η πίεση που σχηματίζεται στο εσωτερικό θα έκανε το αυγό να σκάσει (ακόμα και μετά το ψήσιμο). Μη ζεσταίνετε τα ήδη ψημένα αυγά εκτός αν αυτά είναι χτυπητά.



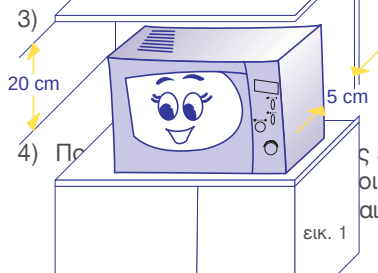
- 13) Πριν ζεστάνετε ή μαγειρέψετε στο φούρνο φαγητά σε αεροστεγή ή σφραγισμένα δοχεία, μην ξεχάσετε να τα ανοίξετε. Σε αντίθετη περίπτωση η πίεση στο εσωτερικό του δοχείου θα ανέβαινε, προκαλώντας έκρηξη ακόμα και στο τέλος του ψησίματος.
- 14) Κατά το ζέσταμα υγρών (νερό, καφέ, γάλα, κλπ.) είναι πιθανόν, λόγω του καθυστερημένου βρασμού, το υγρό, ενώ βγάζετε το δοχείο, να αρχίσει ξαφνικά να βράζει και να ξεχειλίζει, προκαλώντας εγκαυματα. Για να το αποφύγετε, είναι απαραίτητο να βάζετε, πριν αρχίσετε το ζέσταμα υγρών, ένα πλαστικό κουταλάκι που αντέχει στις υψηλές θερμοκρασίες ή ένα γυάλινο μπαστούνάκι.
- 15) Μη ζεσταίνετε οινόπνευματώδη, ούτε μεγάλες ποσότητες λαδιού. (Μπορεί να αρπάξουν φωτιά).
- 16) Προσέχετε όταν επιλέγετε τους χρόνους μαγειρέματος. Σε περίπτωση αμφιβολίας, συμβουλευτείτε τους πίνακες.
- 17) Μετά το ζέσταμα φαγητών για μωρά (μέσα σε μπιμπερόν ή βαζάκια), ελέγχετε ΠΑΝΤΑ τη θερμοκρασία πριν την κατανάλωση, προς αποφυγή εγκαυμάτων. Συνιστάται επίσης να τα ανακατεύετε ή ανακινείτε (για την εξισορρόπηση της θερμοκρασίας).
Σ περίπτωση που χρησιμοποιηθούν αποστριωτές για μπιμπερόν της αγοράς, πριν ανάψι το φούρνο, λέγχι ΠΑΝΤΑ ότι το δοχίο ίναι γμάτο μ την ποσότητα νρού που υποδικνύται από τον κατασκιαστή.



Ε Γ Κ Α Τ Α Σ Τ Α Σ Η

- 1) Αφού βγάλετε το φούρνο από τη συσκευασία του, βεβαιωθείτε ότι ο στροφέας του κυκλικού πιάτου (B) είναι σωστά τοποθετημένος στη θέση του. Τοποθετήστε στο κέντρο της βάσης του θαλάμου το στήριγμα (E) και ακουμπήστε πάνω το περιστρεφόμενο πιάτο (D). Ο στροφέας (B) πρέπει να εισχωρήσει στην αντίστοιχη υποδοχή του περιστρ. πιάτου.

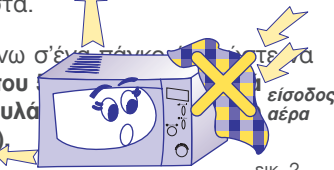
- 2) Βεβαιωθείτε ότι δεν υπάρχουν ζημιές που οφείλονται στη **έξοδο αέρα** μετά από την πόρτα ανοίγει και κλείνει σωστά.



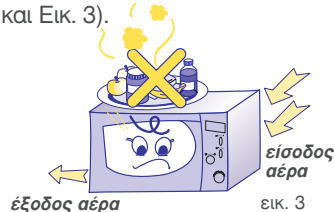
ΕΙΚ. 1

Τοποθετήστε τη συσκευή πάνω σ'ένα πάγκο ή τραπέζι, να υπάρχει μια απόσταση περίπου 20 cm από το φούρνο (βλέπε Εικ. 1).

Εξαιρισμού. Συγκεκριμένα, μην τοποθετείτε τίποτα πάνω στο φούρνο, όπως σκεύη, πιάτα, κλπ. (βρίσκονται πάνω, κάτω και ΠΑΝΤΑ ΕΛΕΥΘΕΡΕΣ (βλ. Εικ. 2 και Εικ. 3).



ΕΙΚ. 2



ΕΙΚ. 3

Α Π Ο Δ Ι Δ Ο Μ Ε Ν Η Ι Σ Χ Υ Σ

Η τιμή αυτή αναγράφεται στην ετικέτα που βρίσκεται στο πίσω μέρος της συσκευής, στην ένδειξη MICRO OUTPUT. Επίσης θα σας χρησιμεύσει όταν συμβουλευέστε τους οδηγούς μαγειρικής της αγοράς για φούρνους μικροκυμάτων.



Σε μερικά μοντέλα, η μέγιστη ισχύς, σε WATT, αναγράφεται και στο σήμα παραπλεύρως, που βρίσκεται πάνω στο πορτάκι.

Οι διαθέσιμες ενδιάμεσες στάθμες ισχύος, αναγράφονται στη σελίδα 23 Οι πληροφορίες αυτές θα σας χρησιμεύσουν για να συμβουλευθείτε συνταγές για φούρνους μικροκυμάτων.

Τ Ε Χ Ν Ι Κ Α Χ Α Ρ Α Κ Τ Η Ρ Ι Σ Τ Ι Κ Α

ΜΟΝΤΕΛΟ ΜΕ ΘΑΛΑΜΟ 23 ΛΙΤΡΩΝ

Εξωτερ. διαστάσεις (ΜxYxΠ)	508x305x414
Εσωτερ. διαστάσεις (ΜxYxΠ)	350x215x330
Βάρος κατά προσέγγιση	16 kg.
Διάμετρος περιστρεφ. πιάτου	31,5 cm
Λάμπα φούρνου	20 W

ΜΟΝΤΕΛΟ ΜΕ ΘΑΛΑΜΟ 17 ΛΙΤΡΩΝ

Εξωτερ. διαστάσεις (ΜxYxΠ)	458x295x380
Εσωτερ. διαστάσεις (ΜxYxΠ)	300x206x284
Βάρος κατά προσέγγιση	14 kg.
Διάμετρος περιστρεφ. πιάτου	27 cm
Λάμπα φούρνου	25 W

Α Μ Φ Ο Τ Ε Ρ Α Τ Α Μ Ο Ν Τ Ε Λ Α

Για περισσότερα στοιχεία, συμβουλευτείτε την πινακίδα χαρακτηριστικών, κολλημένη στην πίσω πλευρά της συσκευής.

Η συσκευή αυτή συμμορφούται στις Οδηγίες EOK 89/336 και 92/31 όσον αφορά την Ηλεκτρομαγνητική Συμβατότητα.

Η Λ Ε Κ Τ Ρ Ι Κ Η Σ Υ Ν Δ Ε Σ Η

Συνδέετε τη συσκευή μόνο σε πρίζες ρεύματος με παροχή τουλάχιστον 10Α.

Πριν τη χρήση, βεβαιωθείτε ότι η τάση του δικτύου είναι ίδια με εκείνη που αναγράφεται στην πινακίδα της συσκευής

και ότι η πρίζα του ρεύματος είναι γειωμένη: ο Κατασκευαστής δεν φέρει καμία ευθύνη σε περίπτωση μη τήρησης αυτού του κανονισμού.

Σ Κ Ε Υ Η Π Ο Υ Π Ρ Ε Π Ε Ι Ν Α Χ Ρ Η Σ Ι Μ Ο Π Ο Ι Ο Υ Ν Τ Α Ι

Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε όλα τα γυάλινα (καλύτερα αν είναι πυρέξ), κεραμικά, πορσελάνινα, πήλινα σκεύη, αρκεί να μην έχουν διακοσμήσεις ή μεταλλικά εξαρτήματα (επίχρυσες διακοσμήσεις, χερούλια, υποστηρίγματα). Είναι επίσης δυνατό να χρησιμοποιήσετε πλαστικά σκεύη που αντέχουν στη θερμότητα. Για να ζεστάνετε κάτι στα γρήγορα μπορείτε να χρησιμοποιήσετε χαρτοπετσέτες, χάρτινα και πλαστικά πιάτα μιας χρήσης. Όσον αφορά το σχήμα και τις διαστάσεις, είναι απαραίτητο αυτές να επιτρέπουν τη σωστή περιστροφή.

Για να χρησιμοποιήσετε μεγάλα παραλληλόγραμμα σκεύη (που δεν μπορούν να περιστραφούν μέσα στο θάλαμο), αρκεί να

εμποδίσετε την περιστροφή του περιστρεφόμενου πιάτου (D) θγάζοντας το στροφείο πιάτου (B) από τη θέση του. Να έχετε υπόψη σας ότι υπό αυτές τις συνθήκες, για να εξασφαλίσετε ικανοποιητικά αποτελέσματα, πρέπει να ανακατεύετε το φαγητό και να περιστρέφετε το σκεύος αρκετές φορές κατά τη διάρκεια το μαγειρέματος.

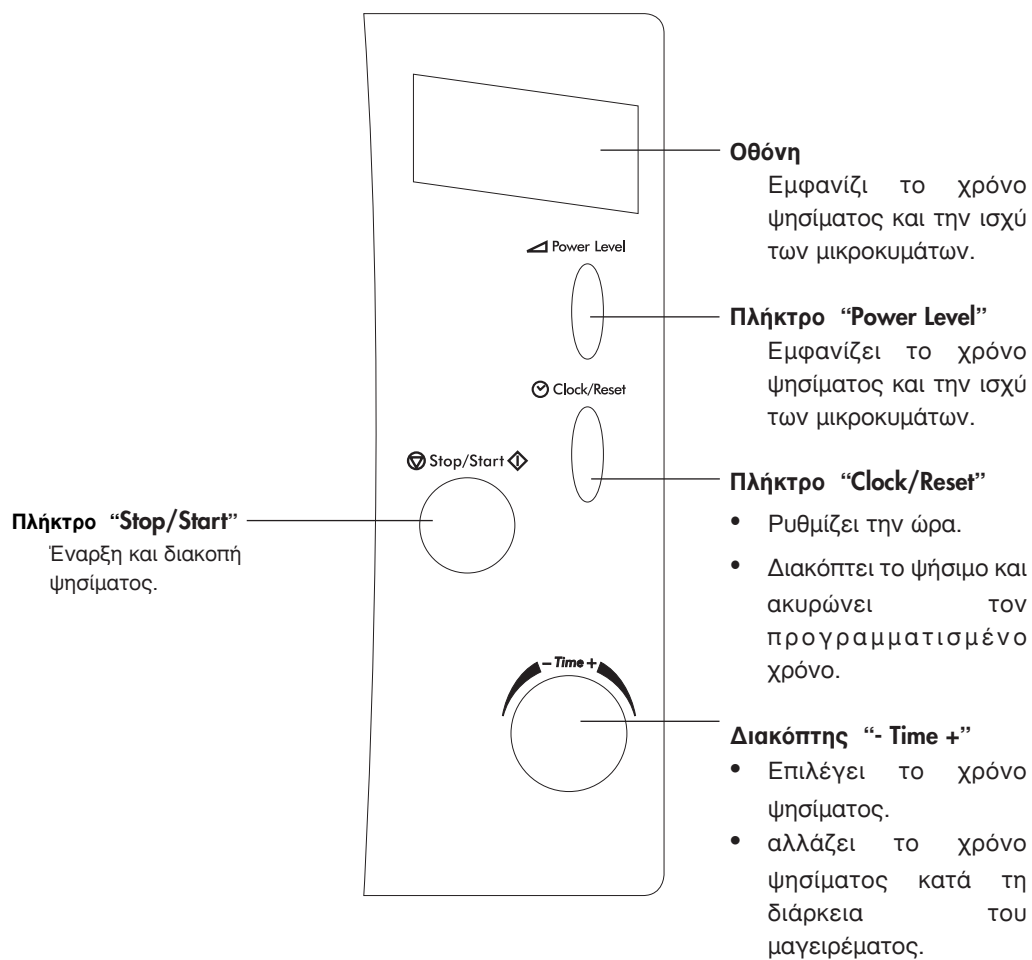
Δεν είναι κατάλληλα για μαγείρεμα σε φούρνο μικροκυμάτων όλα τα μεταλλικά, ξύλινα, ψάθινα και κρυστάλλινα σκεύη.

Είναι καλό να θυμάστε ότι, επειδή τα μικροκύματα ζεσταίνουν το φαγητό και όχι το σκεύος, είναι δυνατό να μαγειρέψετε το φαγητό απευθείας μέσα στο πιάτο και έτσι να αποφύγετε τη χρήση και το επακόλουθο πλύσιμο των κατασρολικών.

	Γυάλινα	Κεραμικά	Πορσελάνινα	Πήλινα	Πλαστικά σκεύη για μικροκύματα	Χάρτινα φλιτζάνια*	Χάρτινα πιάτα*	Περγαμινή*	Χαρτόνι*	Μεταλλικά σκεύη	Σκεύη με μεταλλικά τμήματα	Ειδικό χαρτί περιτυλίγματος
Ξεπάγωμα	ΝΑΙ	ΝΑΙ	ΝΑΙ	ΝΑΙ	ΝΑΙ	ΝΑΙ	ΝΑΙ	ΝΑΙ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΟΧΙ	ΝΑΙ
Ζέσταμα	ΝΑΙ	ΝΑΙ	ΝΑΙ	ΝΑΙ	ΝΑΙ	ΝΑΙ	ΝΑΙ	ΝΑΙ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΟΧΙ	ΝΑΙ
Μαγείρεμα	ΝΑΙ	ΝΑΙ	ΝΑΙ	ΝΑΙ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΟΧΙ	ΟΧΙ	ΟΧΙ	ΟΧΙ	ΟΧΙ	ΝΑΙ

* Αν ο χρόνος είναι πολύ μεγάλος είναι δυνατό να πιάσουν φωτιά.

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΤΩΝ ΧΕΙΡΙΣΤΗΡΙΩΝ



ΠΩΣ ΝΑ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΗΣΕΤΕ ΤΟ ΦΟΥΡΝΟ

Συνδέστε τη συσκευή σε πρίζες με παροχή 230V~50HZ 10/16A. Ο φούρνος εκπέμπει ένα παρατεταμένο ηχητικό σήμα που υποδεικνύει το άναμμα της συσκευής. Στην οθόνη εμφανίζεται η ένδειξη "00:00" και η μέγιστη ισχύς των μικροκυμάτων. Μετά από 10 δευτ. σβήνει το σύμβολο της ισχύος και οι 2 κεντρικές τελείες αρχίζουν να αναβοσβήνουν.

ΡΥΘΜΙΣΗ ΤΗΣ ΩΡΑΣ:

Όταν συνδέσετε για πρώτη φορά τη συσκευή στο ηλεκτρικό δίκτυο, πρέπει να ρυθμίσετε την ώρα.

- Κρατήστε πατημένο το πλήκτρο **"Clock/Reset"** περισσότερο από 3 δευτ. Ο φούρνος εκπέμπει ένα παρατεταμένο ηχητικό σήμα και τα δύο ψηφία αριστερά αναβοσβήνουν.
- Γυρίστ το διακόπτη **"- Time +"** για να ρυθμίσετε την πιθυμητή ώρα.
- Πιέστ το πλήκτρο **"Clock/Reset"** γιαπιββαίωση.
- Τα δύο δεξιά ψηφία αναβοσβήνουν. Γυρίστ το διακόπτη **"- Time +"** για να ρυθμίστ τα λπτά.
- Πιέστ πάλι το πλήκτρο **"Clock/Reset"** γιαπιββαίωση.

Όταν στην οθόνη αναβοσβήνουν οι δύο τλίσ, σημαίιν ότι μπορίτ να ρυθμίστ την ώρα και όχι τις λειτουργίς ψησίματος.

ΕΠΙΛΟΓΗ ΧΡΟΝΟΥ ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ:

Για να επιλέξετε το χρόνο ψησίματος, ρυθμίστε το διακόπτη **"- Time +"**. Για να αυξήσετε το χρόνο, γυρίστε το διακόπτη προς τα δεξιά και για να τον μειώσετε προς τα αριστερά. Από "00:00" έως "05:00", ο χρόνος αυξάνει κατά 10 δευτερόλεπτα, ενώ μετά τα "05:00" λεπτά κατά 1 λεπτό ως τη μέγιστη ένδειξη των 30 λεπτών.

ΕΠΙΛΟΓΗ ΙΣΧΥΟΣ ΜΙΚΡΟΚΥΜΑΤΩΝ:

Μετά το άναμμα, η συσκευή ρυθμίζει αυτόματα τη μέγιστη ισχύ των μικροκυμάτων.

Για να ρυθμίσετε την ισχύ, πιέστε το πλήκτρο **"Power Level"**. Σε κάθε πίεση του πλήκτρου **"Power Level"** η ισχύς μειώνετε ως την ελάχιστη τιμή της. Συνεχίζοντας την πίεση του πλήκτρου, η ισχύς αυξάνει σταδιακά ως τη μέγιστη τιμή.

ΑΝΑΜΜΑ:

Για να αρχίσετε το μαγείρεμα πιέστε το πλήκτρο **"Stop/Start"**. Ο εσωτερικός λαμπτήρας ανάβει και το περιστρεφόμενο πιάτο αρχίζει να γυρίζει. (tm)την οθόνη αρχίζει η αντίστροφη μέτρηση του προγραμματισμένου χρόνου.

ΔΙΑΚΟΠΗ ΜΑΓΕΙΡΕΜΑΤΟΣ:

Μπορείτε να ανοίξετε την πόρτα του φούρνου κατά τη διάρκεια του μαγειρέματος. Το άνοιγμα της πόρτας διακόπτει το μαγείρεμα και τη μέτρηση του χρόνου. Έτσι μπορείτε να ελέγξετε το φαγητό στο μαγείρεμα. Με το κλείσιμο της πόρτας συνεχίζεται το μαγείρεμα και η μέτρηση του προγραμματισμένου χρόνου. Δεν είναι αναγκαίο να πιέσετε το πλήκτρο **"Stop/Start"** ή να προγραμματίσετε πάλι το χρόνο μαγειρέματος.

Εάν το φαγητό είναι έτοιμο ή αν θέλετε να το βγάλετε από το φούρνο, πρέπει να πιέσετε το πλήκτρο **"Stop/Start"** ή το πλήκτρο **"Clock/Reset"** πριν ανοίξετε την πόρτα, γιατί ο φούρνος δεν πρέπει να χρησιμοποιείται χωρίς φαγητό στο θάλαμο.

ΣΒΗΣΙΜΟ:

Πιέζοντας το πλήκτρο **"Stop/Start"** μπορείτε να διακόψετε το μαγείρεμα. Ο χρονοδιακόπτης σταματάει και ο υπολειπόμενος χρόνος εμφανίζεται στην οθόνη. Πιέζοντας πάλι το πλήκτρο **"Stop/Start"** συνεχίζεται το μαγείρεμα και η μέτρηση του υπολειπόμενου χρόνου.

ΜΗΔΕΝΙΣΜΟΣ:

Για να διακόψετε οριστικά το μαγείρεμα και να μηδενίζετε τον προγραμματισμένο χρόνο, αρκεί να πιέσετε το πλήκτρο **"Clock/Reset"**.

10 δευτερόλεπτα μετά την πίεση του πλήκτρου **"Clock/Reset"** στην οθόνη εμφανίζεται η ώρα.

ΑΛΛΑΓΗ ΙΣΧΥΟΣ ΜΙΚΡΟΚΥΜΑΤΩΝ ΚΑΙ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΕΝΟΥ ΧΡΟΝΟΥ ΚΑΤΑ ΤΟ ΜΑΓΕΙΡΕΜΑ:

Για να αυξήσετε τον προγραμματισμένο χρόνο κατά τη διάρκεια του μαγειρέματος, γυρίστε το διακόπτη **"- Time +"** από δεξιά προς τα αριστερά και αντίστροφα για να τον μειώσετε. Όταν στην οθόνη εμφανίζεται η ένδειξη **"00:00"**, ο φούρνος σβήνει. Για να αλλάξετε την ισχύ των μικροκυμάτων, πιέστε το πλήκτρο **"Power Level"**. (tm)την οθόνη εμφανίζεται η επιλεγμένη ισχύς.

ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΓΙΑ ΤΗ ΣΩΣΤΗ ΧΡΗΣΗ ΤΟΥ ΦΟΥΡΝΟΥ

Τα μικροκύματα είναι ηλεκτρομαγνητικές ακτινοβολίες που υπάρχουν και στη φύση υπό τη μορφή φωτεινών κυμάτων (π.χ.: ηλιακό φως) που, στο εσωτερικό του φούρνου, εισχωρούν στο φαγητό από όλες τις κατευθύνσεις και ζεσταίνουν τα μόρια νερού, λίπους και ζάχαρης.

Η θερμότητα παράγεται πολύ γρήγορα μόνο στο φαγητό, ενώ το σκεύος ζεσταίνεται μόνο έμμεσα λόγω μεταφοράς της θερμότητας από το ζεστό φαγητό. Αυτό εμποδίζει στο φαγητό να κολλήσει στο σκεύος οπότε είναι δυνατό

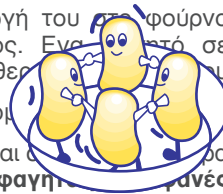
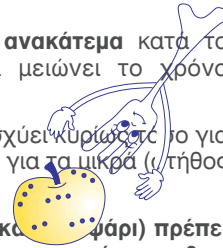
να χρησιμοποιήσετε (ή, σε μερικές περιπτώσεις, να μη χρησιμοποιήσετε καθόλου) πολύ λίγα λιπαρά κατά το μαγείρεμα.

Το μαγείρεμα σε φούρνο μικροκυμάτων, επειδή περιορίζει τη χρήση λιπαρών, κρίνεται επομένως υγιεινό και διαιτητικό.

Επίσης, σε σύγκριση με τα παραδοσιακά συστήματα, το μαγείρεμα γίνεται σε χαμηλότερη θερμοκρασία οπότε τα φαγητά αφυδατώνονται λιγότερο, δεν χάνουν τις θρεπτικές τους αξίες και διατηρούν τη γεύση τους.

Βασικοί κανόνες για ένα σωστό μαγείρεμα στο φούρνο μικροκυμάτων

- 1) Το μαγείρεμα εξαρτάται άμεσα από **τον όγκο και την ομοιογένεια των φαγητών** προς μαγείρεμα: τα μικρά κομμάτια κρέατος θα ψηθούν πιο γρήγορα από ένα μεγάλο κομμάτι ψητού γιατί είναι συγκριτικά πιο μικρά σε όγκο και πιο ομοιογενή. Για να ρυθμίσετε σωστά του χρόνους μαγειρέματος, λάβετε υπόψη σας ότι, έχοντας σα σημείο αναφοράς τους πίνακες των επόμενων σελίδων, αυξάνοντας την ποσότητα του φαγητού πρέπει ανάλογα να αυξήσετε και το χρόνο μαγειρέματος και αντίστροφα. Είναι σημαντικό να τηρείτε τους χρόνους "ανάπαυσης": σαν **χρόνος ανάπαυσης** ορίζεται ο χρόνος που το φαγητό πρέπει να παραμείνει μέσα στο φούρνο μετά το μαγείρεμα ώστε να επιτραπεί μια περαιτέρω διάχυση της θερμοκρασίας στο εσωτερικό του. Η θερμοκρασία του κρέατος, π.χ., θα αυξηθεί περίπου κατά 5-8°C κατά το χρόνο ανάπαυσης. Οι χρόνοι ανάπαυσης μπορεί να λάβουν χώρα και έξω από το φούρνο.
- 2) Μία από τις σημαντικότερες ενέργειες προς εκτέλεση είναι το **ανακάτεμα** κατά το μαγείρεμα: χρησιμεύει γιατί εξισορροπεί τις θερμοκρασίες και μειώνει το χρόνο μαγειρέματος.
- 3) Συνιστάται επίσης να **γυρίζετε** το φαγητό κατά το μαγείρεμα: αυτό ισχύει κυρίως για τα μεγάλα κομμάτια κρέατος (ψητά, ολόκληρα κοτόπουλα ...) όσο και για τα μικρά (ιππύθους, κοτόπουλο, παϊδάκια ...).
- 4) **Φαγητά με πέτσες ή φλούδες (π.χ.: μήλα, πατάτες, ντομάτες, λουκάνικα, ψάρι)** πρέπει να **τρυπηθούν σε πολλά σημεία με ένα πιρούνι έτσι ώστε ο υδρατμός να μπορέσει να θγει και η πέτσα ή η φλούδα να μην σκάσει (Εικ. 4).**
- 5) Αν μαγειρεύετε πολλές μερίδες του ίδιου φαγητού, π.χ. βραστές πατάτες, **βάλτε τες κυκλικά** σ'ένα πυρέξ έτσι ώστε να έχετε ένα ομοιόμορφο ψήσιμο (Εικ. 5).
- 6) Όσο μικρότερη είναι θερμοκρασία του φαγητού κατά την εισαγωγή του στο φούρνο μικροκυμάτων, τόσο μεγαλύτερος είναι ο απαιτούμενος χρόνος. Ένα φαγητό σε θερμοκρασία περιβάλλοντος θα ψηθεί πιο γρήγορα από ένα άλλο σε θερμοκρασία ψυγείου.
- 7) Μαγειρεύετε πάντα βάζοντας το σκεύος στο κέντρο του περιστρεφόμενου δίσκου.
- 8) Ο **σχηματισμός υδρατμού** στο εσωτερικό του φούρνου, στην πόρτα και ο **απορροφητής** είναι απολύτως φυσιολογικός. **Για να τον μειώσετε, σκεπάστε το φαγητό με διαφανές σελοφάν, λαδόχαρτο, γυάλινα καπάκια ή απλά με ένα πιάτο αναποδογυρισμένο.** Επίσης, φαγητά που περιέχουν νερό (π.χ. τα λαχανικά), μαγειρεύονται καλύτερα αν είναι σκεπασμένα. Το σκέπασμα των φαγητών συμβάλει επίσης στο να διατηρείται καθαρό το εσωτερικό του φούρνου. Χρησιμοποιείτε διαφανές σελοφάν κατάλληλο για φούρνους μικροκυμάτων.



Μόνο για μοντέλα που έχουν σχάρα:
ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΗΣΤΕ ΤΗ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΜΟΝΟ ΜΙΚΡΟΚΥΜΑΤΑ ΓΙΑ ΝΑ
ΜΑΓΕΙΡΕΨΤΕ ΤΑΥΤΟΧΡΟΝΑ ΣΕ ΔΥΟ ΕΠΙΠΕΔΑ

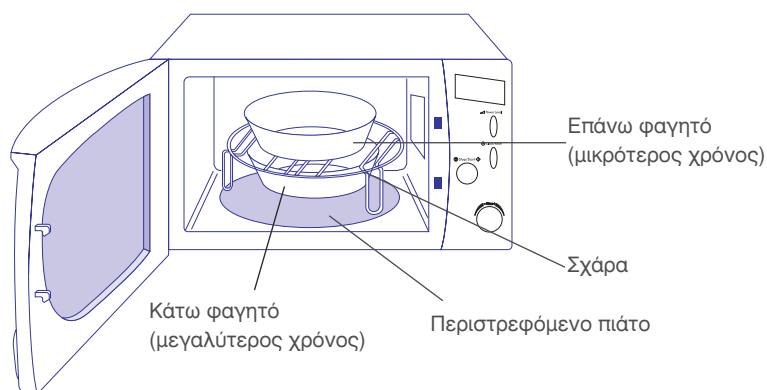
Χρησιμοποιώντας τη χαμηλή σχάρα στη λειτουργία μόνο μικροκύματα, είναι δυνατό να ξεπαγώσετε, ζεστάνετε και μαγειρέψετε ταυτόχρονα φαγητά, ακόμα και διαφορετικά, που βρίσκονται σε δύο επίπεδα. Το ειδικό σύστημα διπλής εκπομπής των μικροκυμάτων, πράγματι επιτρέπει μια καλύτερη κατανομή της ενέργειας.

Όταν θέλετε να μαγειρέψετε ταυτόχρονα δύο φαγητά, αρκεί να λάβετε υπόψη σας τους παρακάτω απλούς γενικούς κανόνες:

- 1) Οι χρόνοι για το ταυτόχρονο μαγείρεμα δύο φαγητών είναι διαφορετικοί από τους χρόνους του καθενός μαγειρέματος. Επομένως ελέγχετε πάντα τον πίνακα αναφοράς στη σελ. 32.

Χρόνοι για ταυτόχρονο μαγείρεμα	
Πατάτες (πάνω)	24 λεπτά
Γκούλας (κάτω)	48 λεπτά
Χρόνοι μαγειρέματος ενός φαγητού	
Πατάτες	10 - 14 λεπτά
Γκούλας	35 - 40 λεπτά

- 2) Φροντίστε να βάζετε ΠΑΝΤΑ πάνω στη ΣΧΑΡΑ το φαγητό που χρειάζεται λιγότερο χρόνο μαγειρέματος: έτσι θα είναι πιο εύκολο να βγάλετε το επάνω σκεύος. Βγάλτε τη σχάρα και ολοκληρώστε το μαγείρεμα του αποκάτω φαγητού.



- 3) Ακολουθείτε τις οδηγίες και τις συμβουλές των πινάκων. Ειδικά ελέγχετε πάντα αν τα φαγητά για ζέσταμα είναι πολύ ζεστά πριν τα βγάλετε.

ΠΙΝΑΚΕΣ ΑΝΑΦΟΡΑΣ ΜΑΓΕΙΡΕΜΑΤΟΣ ΣΕ ΔΥΟ ΕΠΙΠΕΔΑ

Χρόνοι ξεπαγώματος

Είδος	Θέση σκεύους	Ποσότητα γραμ.	Διακόπτης ισχύος	Λεπτά	Σημειώσεις
• Κιμάς	πάνω	500		15	Γυρίστε το κρέας μετά από 8'. Στο τέλος σβήστε το φούρνο & περιμένετε 15 λεπτά.
• Κιμάς	κάτω	500		15	
• Κομμάτια κοτόπουλο	πάνω	500		19	Χωρίστε τα κομμάτια κατά το ξεπάγωμα. Στο τέλος σβήστε το φούρνο & περιμένετε 15 λ.
• Κομμάτια κρέας	κάτω	500		19	
• Κουνουπίδι	πάνω	450		17	Στο τέλος σβήστε το φούρνο & περιμένετε 5-10'
• Ψάρι ολόκληρο	κάτω	500		17	Στο τέλος σβήστε το φούρνο & περιμένετε 5-10'

Χρόνοι ζεστάματος

Είδος	Θέση σκεύους	Ποσότητα γραμ.	Διακόπτης ισχύος	Λεπτά	Σημειώσεις
• Μεριδα κρέας	πάνω	150		6	Σκεπάστε το φαγητό με διαφανές σελοφάν
• Μεριδα λαχανικά	κάτω	250		6	Σκεπάστε το φαγητό με διαφανές σελοφάν
• Πιάτο λαζάνια	πάνω	500		9	Σκεπάστε το φαγητό με διαφανές σελοφάν
• Πιάτο λαζάνια	κάτω	500		9	Σκεπάστε το φαγητό με διαφανές σελοφάν
• Μεριδα κρέας	πάνω	150		6	Σκεπάστε το φαγητό με διαφανές σελοφάν
• Πιάτο λαζάνια	κάτω	500		8	Σκεπάστε το φαγητό με διαφανές σελοφάν

Χρόνοι μαγειρέματος

Είδος	Θέση σκεύους	Ποσότητα γραμ.	Διακόπτης ισχύος	Λεπτά	Σημειώσεις
• Πατάτες	πάνω	500		20	Κόψτε σε ίδια κομμάτια & σκεπάστε με σελοφάν
• Πατάτες	κάτω	500		20	Κόψτε σε ίδια κομμάτια & σκεπάστε με σελοφάν
• Καρότα	πάνω	500		16	Κόψτε σε ίδια κομμάτια & σκεπάστε με σελοφάν
• Καρότα	κάτω	500		16	Κόψτε σε ίδια κομμάτια & σκεπάστε με σελοφάν
• Ψάρι σε φέτες	πάνω	400		13	Σκεπάστε με σελοφάν. Μετά 15' βγάλτε τη σχάρα
• Κολοκύθια	κάτω	475		15	Μην τα κόψετε και σκεπάστε με σελοφάν.
• Ψάρι ολόκληρο	πάνω	200		11	Σκεπάστε με σελοφάν. Μετά 13' βγάλτε τη σχάρα
• Κολοκύθια	κάτω	475		14	Μην τα κόψετε και σκεπάστε με σελοφάν.
• Ψάρι ολόκληρο	πάνω	200		11	Σκεπάστε με σελοφάν
• Ψάρι ολόκληρο	κάτω	200		11	Σκεπάστε με σελοφάν
• Πατάτες	πάνω	500		20	Κόψτε σε ίδια κομμάτια & σκεπάστε με σελοφάν
• Γκούλας	κάτω	1500		40	Μετά 24' βγάλτε τη σχάρα. Ανακατέψτε 2-3 φορές
• Ρύζι	πάνω	300		22	Σκεπάστε με σελοφάν & ανακατέψτε 2 φορές
• Λάχανα	κάτω	500		22	Μην το κόψετε και σκεπάστε με σελοφάν.
• Αρακάς	πάνω	500		20	Σκεπάστε με σελοφάν
• Λαχ. Βρυξελών	κάτω	500		20	Σκεπάστε με σελοφάν
• Ρολό κιμάς	πάνω	500		30	Αν απαιτείται γυρίστε στο ήμισυ του χρόνου
• Πατάτες	κάτω	500		30	Σκεπάστε με σελοφάν
• Λουκάνικα	πάνω	300		22	Ανακατέψτε 1 -2 φορές
• Λουκάνικα	κάτω	300		22	Ανακατέψτε 1 -2 φορές
• Κομμάτια κρέας	πάνω	700		36	Ανακατέψτε 2 -3 φορές
• Χοιρινό πλάτη	κάτω	700		36	Γυρίστε στο ήμισυ του χρόνου μαγειρέματος

ΠΩΣ ΝΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΕΤΕ ΤΗ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΞΕΠΑΓΩΜΑΤΟΣ

Για τη σωστή χρήση της λειτουργίας αυτής, πρέπει να ρυθμίσετε την ισχύ των μικροκυμάτων και το χρόνο ξεπαγώματος.

1. Πιέστε το πλήκτρο **"Power Level"** έως ότου εμφανιστεί το σύμβολο " ".
2. Προγραμματίστε τον επιθυμητό χρόνο γυρνώντας το διακόπτη **"- Time +"**.
3. Πιέστε το πλήκτρο **"Stop/Start"** για να αρχίσετε το ξεπάγωμα.
4. Στο τέλος του προγραμματισμένου χρόνου ακούγεται ένα ηχητικό σήμα και στην οθόνη εμφανίζεται η ένδειξη **"00:00"**.

- Εάν ανοίξετε την πόρτα για να ελέγξετε την πορεία του ξεπαγώματος, τα μικροκύματα σβήνουν και στην οθόνη εμφανίζεται ο υπολειπόμενος χρόνος. Κλείστε την πόρτα για να συνεχίσετε το ξεπάγωμα.

Ο φούρνος συνεχίζει τη μέτρηση του χρόνου από το σημείο που διακόπηκε.

Πιέζοντας το πλήκτρο **"Stop/Start"** πριν ανοίξετε την πόρτα, η μέτρηση διακόπτεται και ο φούρνος σβήνει. Ανοίξτε την πόρτα για να ελέγξετε την πορεία του ξεπαγώματος. Κλείστε την πόρτα και πιέστε πάλι το πλήκτρο **"Stop/Start"** για να συνεχίσετε τον κύκλο ξεπαγώματος.

- Για να μηδενίσετε τον προγραμματισμένο χρόνο, ενεργήστε ως εξής:
 - με την πόρτα του φούρνου ανοιχτή: πιέστε μία φορά το πλήκτρο **"Clock/Reset"**
 - με το φούρνο σε λειτουργία: πιέστε μία φορά το πλήκτρο **"Clock/Reset"**
 - με το φούρνο σβηστό και την πόρτα κλειστή: πιέστε μία φορά το πλήκτρο **"Clock/Reset"**

ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΓΙΑ ΤΟ ΞΕΠΑΓΩΜΑ

- Κατεψυγμένα φαγητά σε σακουλάκια ή πλαστικό σελοφάν, είτε στη συσκευασία τους μπορούν να τοποθετηθούν απευθείας στο φούρνο, αρκεί να μην υπάρχουν μεταλλικά μέρη (π.χ. σφικτήρες ή άλλο).
- Μερικά φαγητά, όπως τα λαχανικά και το ψάρι, δεν χρειάζεται να ξεπαγώσουν εντελώς πριν τα μαγειρέψετε.
- Βραστά φαγητά, κιμάς και στιφάδο ξεπαγώνουν καλύτερα και γρηγορότερα αν τα ανακατεύετε κάθε τόσο, γυρίζετε ή/και χωρίζετε.
- Κατά το ξεπάγωμα, κρέας, ψάρι και φρούτα χάνουν υγρά. Συνιστάται, επομένως, να τα ξεπαγώνετε σε μια λεκανίτσα.
- Συνιστάται να βάζετε καθένα κομμάτι κρέατος στη δική του σακούλα πριν το καταψύξετε. Έτσι θα εξοικονομήσετε πολύτιμο χρόνο κατά την προετοιμασία.
- Ακολουθείτε με επιφύλαξη τους χρόνους που αναγράφονται πάνω στις συσκευασίες των κατεψυγμένων, γιατί δεν είναι πάντα σωστές. Θα ήταν καλό να χρησιμοποιείτε χρόνους ξεπαγώματος λίγο μικρότερους από τους αναγραφόμενους χρόνους. Η διάρκεια ξεπαγώματος κυμαίνεται ανάλογα με το βαθμό κατάψυξης.

Χρόνοι ξεπαγώματος

Οι χρόνοι που αναγράφονται στον πίνακα διαφέρουν ανάλογα με την αποδιδόμενη ισχύ του φούρνου σας. Η τιμή της αποδιδόμενης ισχύος είναι τυπωμένη πάνω στην πόρτα του φούρνου, μέσα στο σύμβολο  (βλέπε σελ. 25).

Είδος	Ποσότητα	Ισχύς 900W	Ισχύς 700W	Σημειώσεις	Χρόνος ανάπαυ- σης (λεπτά)	
		Χρόνος ρύθμισης (λεπτά)	Χρόνος ρύθμισης (λεπτά)			
ΚΡΕΑΣ						
• Ψητά (χοιρινό, βοδινό, μοσχάρι, κλπ.)	1 kg	15 - 17	18 - 20	(*)	20	
• Μπιριζόλες,κοτολέτες,φέτες	200 gr	2 - 4	5 - 7		5	
• Κομμάτια, γκούλας	500 gr	6 - 8	9 - 11		10	
• Κιμάς	500 gr	6 - 8	9 - 11		15	
• “	250 gr	3 - 5	6 - 8		10	
• Μπιφτέκια	200 gr	3 - 5	6 - 8		10	
• Λουκάνικα	300 gr	5 - 7	8 - 10		10	
ΠΟΥΛΕΡΙΚΑ						
• Πάπια, γαλοπούλα	1,5 kg	25 - 28	29 - 33	Στο τέλος του χρόνου ανάπαυσης, πλύνετε κάτω από ζεστό νερό για να αφαιρέσετε τυχόν πάγο.	20	
• Κοτόπουλο ολόκληρο	1,5 kg	25 - 28	29 - 33		20	
• Κοτόπουλο σε κομμάτια	500 gr	6 - 8	9 - 11		10	
• Στήθος κοτόπουλο	300 gr	6 - 8	9 - 11		10	
ΛΑΧΑΝΙΚΑ						
• Μελιτζάνες σε κομμάτια	500 gr	9 - 11	12 - 14	Για να διευκολύνετε το ξεπάγωμα, ανακατεύετε περιοδικά τα λαχανικά.	5	
• Πιπεριές σε κομμάτια	500 gr	8 - 10	11 - 13		5	
• Αρακάς	500 gr	7 - 9	10 - 12		5	
• Καρδιές αγκινάρας	300 gr	5 - 7	8 - 10		5	
• Σπαράγγια σε κομμάτια	500 gr	6 - 8	9 - 11		5	
• Φασολάκια	500 gr	8 - 10	11 - 13		5	
• Μπρόκολα ολόκληρα	500 gr	7 - 9	10 - 12		5	
• Λαχανάκια Βρυξελλών	500 gr	7 - 9	10 - 12		5	
• Καρότα σε φέτες	500 gr	6 - 8	9 - 11		5	
• Κουνουπίδι	450 gr	7 - 9	10 - 12		5	
• Λαχανικά διάφορα	300 gr	4 - 6	7 - 9		5	
• Σπανάκι	300 gr	5 - 7	8 - 10		5	
ΨΑΡΙ						
• Φιλέτο	300 gr	5 - 7	8 - 10			7
• Σε φέτες	400 gr	6 - 8	9 - 11		7	
• Ολόκληρο	500 gr	6 - 8	9 - 11		7	
• Καραβίδες	400 gr	6 - 8	9 - 11		7	
ΓΑΛΑΚΤΟΚΟΜΙΚΑ						
• Βούτυρο	250 gr	2 - 4	5 - 7	Αφαιρέστε το αλουμινόχαρ-το ή τα μεταλλικά μέρη.	10	
• Τυρί	250 gr	3 - 5	6 - 8	Δεν πρέπει να ξεπαγώσει εντελώς. Τηρήστε το χρόνο ανάπαυσης.	15	
• Κρέμα γάλακτος	200 ml	5 - 7	8 - 10	Πρέπει να αφαιρέσετε την κρέμα γάλακτος από τη συσκευασία της και να την βάλετε σε ένα πιάτο.	5	
ΨΩΜΙ						
• 2 μέτρια ψωμάκια	150 gr	1 - 2	3 - 5	Βάλτε το ψωμί απευθείας πάνω στο περιστρεφ. πιάτο	3	
• 4 μέτρια ψωμάκια	300 gr	2 - 3	4 - 6		3	
• Ψωμί σε φέτες	250 gr	2 - 3	4 - 6		3	
• Μαύρο ψωμί σε φέτες	250 gr	2 - 3	4 - 6		3	
ΦΡΟΥΤΑ						
• Φράουλες, δαμάσκηνα, κεράσια, βερίκοκα	500 gr	6 - 8	9 - 10	Ανακατέψτε 2 - 3 φορές	10	
• Βατόμουρα	300 gr	4 - 6	7 - 9	Ανακατέψτε 2 - 3 φορές	10	
• Μούρα	250 gr	2 - 4	5 - 7	Ανακατέψτε 2 - 3 φορές	6	

(*) Οι οδηγίες αυτές είναι κατάλληλες για την εκτέλεση του τεστ απόψυξης κιμά, βάσει του κανονισμού IEC 705, παρ.18.3. Γυρίστε ανάποδα το φορτίο στα μισά του προγραμματισμένου χρόνου. Το φορτίο πρέπει να ακουμπά απευθείας πάνω στο περιστρεφόμενο πιάτο. Περισσότερες οδηγίες, σε σχέση και με άλλα τεστ επιδόσεων βάσει του κανονισμού IEC 705, αναφέρονται στον πίνακα της σελ 2

ΠΩΣ ΝΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΕΤΕ ΤΟ ΦΟΥΡΝΟ ΓΙΑ ΝΑ ΔΙΑΤΗΡΕΙΤΕ ΖΕΣΤΑ ΤΑ ΦΑΓΗΤΑ, ΓΙΑ ΖΕΣΤΑΜΑ ΚΑΙ ΜΑΓΕΙΡΕΜΑ

1. Πιέστε το πλήκτρο **"Power Level"** για να επιλέξετε την επιθυμητή ισχύ ( = μέγιστη,  = ελάχιστη). Εάν δεν πιέσετε το πλήκτρο **"Power Level"**, ο φούρνος λειτουργεί με τη μέγιστη ισχύ . Στην οθόνη, η ένδειξη στο κάτω μέρος εμφανίζει την επιλεγμένη ισχύ των μικροκυμάτων.
2. Ρυθμίστε τον επιθυμητό χρόνο γυρνώντας το διακόπτη **"- Time +"**.
3. Πιέστε το πλήκτρο **"Stop/Start"** για να ξεκινήσει η λειτουργία. Στην οθόνη εμφανίζεται ο προγραμματισμένος χρόνος και η ισχύς.
4. Στο τέλος του προγραμματισμένου χρόνου ακούγεται ένα ηχητικό σήμα και στην οθόνη εμφανίζεται η ένδειξη **"00:00"**.

- Είναι δυνατό να ελέγξετε την εξέλιξη της ρυθμισμένης λειτουργίας ανά πάσα στιγμή, ανοίγοντας την πόρτα και ελέγχοντας το φαγητό. Ετσι διακόπτεται η εκπομπή μικροκυμάτων που θα ξαναρχίσει κλείνοντας την πόρτα.
- Αν για οποιοδήποτε λόγο πρέπει να διακόψετε το μαγείρεμα χωρίς να ανοίξετε την πόρτα, αρκεί να πιέσετε το πλήκτρο **"Stop/Start"**.
- Για να τελειώσετε το μαγείρεμα, εκτελέστε τα εξής βήματα:
 - αν η πόρτα του φούρνου είναι ανοικτή, πιέστε 1 φορά το πλήκτρο **"Clock/Reset"**.
 - αν ο φούρνος είναι αναμμένος, πιέστε 1 φορά το πλήκτρο **"Clock/Reset"**.
 - αν ο φούρνος είναι σβηστός & η πόρτα κλειστή, πιέστε 1 φορά το πλήκτρο **"Clock/Reset"**.
- Μπορείτε να αλλάξετε το χρόνο μαγειρέματος και την ισχύ μικροκυμάτων ακόμα και μετά το πάτημα του πλήκτρου **"Stop/Start"**.

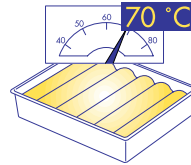
ΠΩΣ ΝΑ ΔΙΑΤΗΡΗΣΕΤΕ ΖΕΣΤΑ ΤΑ ΦΑΓΗΤΑ

- Αυτή η λειτουργία συνιστάται σε γενικές γραμμές για όλα τα φαγητά.
- Σας επιτρέπει να διατηρήσετε ζεστά τα φαγητά που μόλις μαγειρέψατε ή ζεστάνετε χωρίς αυτά να ξεραθούν ή να κολλήσουν στο σκεύος μαγειρέματος.
- Ρυθμίζοντας τα μικροκύματα στην ισχύ $\frac{1}{2}$ και σκεπάζοντας το φαγητό με ένα πιάτο ή με διαφανές σελοφάν, αυτό θα διατηρηθεί ζεστό μέχρι τη στιγμή που θα το σερβίρετε.
- Αν προτιμάτε, μπορείτε να διατηρήσετε ζεστό το φαγητό απευθείας στο πιάτο σερβιρίσματος (πάντα σκεπασμένο).

ΠΩΣ ΝΑ ΖΕΣΤΑΝΕΤΕ

Το ζέσταμα των φαγητών είναι μια λειτουργία στην οποία ο φούρνος μικροκυμάτων δείχνει όλη τη χρησιμότητα και την απόδοσή του. Σε σύγκριση με τις κλασικές μεθόδους, χρησιμοποιώντας τα μικροκύματα έχετε μια εμφανή εξοικονόμηση χρόνου και, επομένως, ηλεκτρικού ρεύματος.

- Συνιστάται να ζεσταίνετε τα φαγητά (ειδικά τα κατεψυγμένα) σε μια θερμοκρασία τουλάχιστον 70°C (πρέπει να είναι καυτά!). Δεν είναι δυνατό να φάτε αμέσως το φαγητό, γιατί θα είναι πολύ ζεστό, αλλά θα εξασφαλιστεί η αποστείρωσή του.
- Για να ζεστάνετε ήδη μαγειρεμένα ή κατεψυγμένα φαγητά, τηρείτε πάντα τους εξής κανόνες:
 - αφαιρέστε το φαγητό από τα μεταλλικά σκεύη.
 - σκεπάστε με διαφανές σελοφάν (κατάλληλο για φούρνους μικροκυμάτων) ή με λαδόχαρτο. Με τον τρόπο αυτό όλη η φυσική γεύση θα διατηρηθεί και ο φούρνος θα παραμείνει πιο καθαρός. Είναι επίσης δυνατό να σκεπάσετε το φαγητό με ένα πιάτο.
 - αν είναι δυνατόν, ανακατεύετε ή γυρίζετε συχνά για να επιταχύνετε το ζέσταμα.
 - ακολουθείτε με πολύ επιφύλαξη τους χρόνους που αναγράφονται πάνω στη συσκευασία. Υπενθυμίζουμε ότι, κάτω από ορισμένες συνθήκες, οι αναγραφόμενοι χρόνοι θα πρέπει να αυξηθούν.
- Τα κατεψυγμένα τρόφιμα πρέπει να ξεπαγώσουν πριν τα ζεστάνετε. Όσο χαμηλότερη είναι η αρχική θερμοκρασία του φαγητού, τόσο μεγαλύτερος θα είναι ο χρόνος που απαιτείται για το ζέσταμα.
- Φαγητά και αφεψήματα μπορούν να ζεσταθούν γρήγορα σε χάρτινα ή πλαστικά ποτήρια. Πάντως, αυτά τα σκεύη μπορεί να παραμορφωθούν αν ο χρόνος ζεστάματος είναι μεγάλος.



Χρόνοι ζεστάματος

Οι χρόνοι που αναγράφονται στον πίνακα διαφέρουν ανάλογα με την αποδιδόμενη ισχύ του φούρνου σας. Η τιμή της αποδιδόμενης ισχύος είναι τυπωμένη πάνω στην πόρτα του φούρνου, μέσα στο σύμβολο  (βλέπε σελ. 25).

ΕΙΔΟΣ	ΠΟΣΟΤΗΤΑ	ΙΣΧΥΣ	Ισχύς 900W	Ισχύς 700W	ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ
			Χρόνος ρύθμισης (λεπτά)	Χρόνος ρύθμισης (λεπτά)	
ΓΙΑ ΝΑ ΜΑΛΑΚΩΣΕΤΕ ΦΑΓΗΤΑ • Σοκολάτα / σιρόπι • Βούτυρο	100 gr 50 -70 gr		4 - 5 0.5-0.10	5 - 6 0.7-0.12	Βάλτε τα σε ένα πιάτο. Ανακατέψτε το σιρόπι μία φορά.
ΦΑΓΗΤΑ ΑΠΟ ΘΕΡΜΟΚΡΑΣΙΑ ΨΥΓΕΙΟΥ (5/8°C) ΕΩΣ 20/30°C					
• Γιαούρτι • Μπιμπερό	125 gr 240 gr	" "	0.10-0.15 0.25-0.30	0.12-0.17 0.35-0.40	Βγάλτε το μεταλλικό φύλλο. Ζεστάνετε το μπιμπερό χωρίς πιπίλα και ανακατέψτε αμέσως μετά το ζέσταμα για να πετύχετε ομοιόμορφη θερμοκρασία. Ελέγξτε τη θερμοκρασία πριν την κατανάλωση. Εάν το γάλα βρίσκεται σε θερμοκρασία περιβάλλοντος, μειώστε ελαφρά τον υποδεικνυόμενο χρόνο. Εάν χρησιμοποιείτε γάλα σε σκόνη ανακατέψτε το πάρα πολύ καλά γιατί η μη λυωμένη σκόνη είναι εύφλεκτη. Χρησιμοποιείτε αποστειρωμένο γάλα.
ΠΡΟΜΑΓΕΙΡΕΥΜΕΝΑ ΦΑΓΗΤΑ ΑΠΟ ΘΕΡΜΟΚΡΑΣΙΑ ΨΥΓΕΙΟΥ (ΑΡΧΙΚΗ ΘΕΡΜ. 5/8°C) ΕΩΣ 70°C ΠΕΡΙΠΟΥ					
• Συσκευασία λαζάνια ή ζυμαρικών με γέμιση	400 gr	"	4 - 6	6 - 8	Συσκευασίες προμαγειρευμένων φαγητών παντός τύπου που κυκλοφορούν στην αγορά και πρέπει να ζεσταίνονται στους 70°C. Βγάλτε το φαγητό από τυχόν μεταλλικές συσκευασίες και βάλτε το στο πιάτο όπου θα καταναλωθεί. Για καλύτερα αποτελέσματα το φαγητό πρέπει να είναι πάντοτε σκεπασμένο.
• Συσκευασία κρέατος με ρύζι και/ή λαχανικά	400 gr	"	4 - 6	6 - 8	
• Συσκευασία ψαριού και/ή λαχανικών	300 gr	"	3 - 5	5 - 7	
• 1 πιάτο κρέας και/ή λαχανικά	400 gr	"	5 - 7	7 - 9	Μερίδες φαγητών παντός τύπου για ζέσταμα σε θερμοκρασία 70°C. Το φαγητό τοποθετείται κατευθείαν στο πιάτο όπου θα καταναλωθεί και σκεπάζεται πάντοτε ή με διαφανή μεμβράνη ή με ένα άλλο πιάτο.
• 1 πιάτο ζυμαρικά, κανελόνια ή λαζάνια	400 gr	"	5 - 7	7 - 9	
• 1 πιάτο ψάρι και/ή ρύζι	300 gr	"	4 - 6	6 - 8	
ΚΑΤΕΨΥΓΜΕΝΑ ΦΑΓΗΤΑ ΓΙΑ ΖΕΣΤΑΜΑ / ΜΑΓΕΙΡΕΜΑ (ΑΡΧΙΚΗ ΘΕΡΜ. -18 / -20°C) ΕΩΣ 70°C ΠΕΡΙΠΟΥ					
• Συσκευασία λαζάνια ή ζυμαρικά με γέμιση	400 gr	"	6 - 8	8 - 10	Συσκευασίες κατεψυγμένων προμαγειρευμένων φαγητών παντός τύπου για ζέσταμα σε θερμοκρασία 70°C κατευθείαν στη συσκευασία τους. Αν η συσκευασία είναι μεταλλική, τοποθετήστε το φαγητό στο πιάτο όπου θα καταναλωθεί και αυξήστε το χρόνο κατά μερικά λεπτά.
• Συσκευασία κρέατος με ρύζι και/ή λαχανικά	400 gr	"	5 - 7	7 - 9	
• Συσκευασία ψαριού και/ή προμαγειρευμένων λαχανικών	300 gr	"	3 - 5	5 - 7	
• Συσκευασία ψαριού και/ή ωμών λαχανικών	300 gr	"	8 - 10	10 - 12	Βγάλτε το φαγητό από τη συσκευασία του, τοποθετήστε το σε κατάλληλο σκεύος για τα μικροκύματα και σκεπάστε το.
• Μερίδες κρέατος και/ή λαχανικών	400 gr	"	6 - 8	8 - 10	
• Μερίδες ζυμαρικών, κανελόνια και λαζάνια	400 gr	"	7 - 9	9 - 11	
• Μερίδες ψαριού και/ή ρυζιού	300 gr	"	4 - 6	6 - 8	Μερίδες κατεψυγμένων μαγειρεμένων φαγητών παντός τύπου για ζέσταμα στους 70°C. Τοποθετήστε το μαγειρεμένο φαγητό στο πιάτο όπου θα καταναλωθεί και σκεπάστε το με ένα άλλο πιάτο ή ένα πυρέξ. Βεβαιωθείτε ότι ζεστάθηκε καλά στο κέντρο και αν είναι δυνατόν ανακατέψτε το φαγητό.
ΥΓΡΑ ΑΠΟ ΨΥΓΕΙΟ (5°/8°C) ΕΩΣ 70°C ΠΕΡΙΠΟΥ					
• 1 φλιτζάνι νερό	180 cc	"	2 - 2.30	2.30-3	Όλα τα υγρά πρέπει να ανακατεύονται στο τέλος της θέρμανσης για να επιτευχθεί ομοιόμορφη θερμοκρασία. Ο ζωμός πρέπει να σκεπάζεται με άλλο πιάτο.
• 1 φλιτζάνι γάλα	150 cc	"	1.30 - 2	2-2.30	
• 1 φλιτζάνι καφέ	100 cc	"	1.30 - 2	2-2.30	
• 1 πιάτο ζωμός	300 cc	"	4 - 5	5 - 6	
ΥΓΡΑ ΑΠΟ ΘΕΡΜΟΚΡΑΣΙΑ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ (20°/30°C) ΕΩΣ 70°C ΠΕΡΙΠΟΥ					
• 1 φλιτζάνι νερό	180 cc	"	1.30 - 2	2-2.30	Όλα τα υγρά πρέπει να ανακατεύονται στο τέλος της θέρμανσης για να επιτευχθεί ομοιόμορφη θερμοκρασία. Ο ζωμός πρέπει να σκεπάζεται με άλλο πιάτο.
• 1 φλιτζάνι γάλα	150 cc	"	1 - 1.30	1.30-2	
• 1 φλιτζάνι καφέ	100 cc	"	1 - 1.30	1.30-2	
• 1 πιάτο ζωμός	300 cc	"	3 - 4	4 - 5	

Π Ω Σ Ν Α Μ Α Γ Ε Ι Ρ Ε Ψ Ε Τ Ε

ΚΡΕΑΣ

Μπορείτε να μαγειρέψετε ψητά, κοκκινιστά και στιφάδο. Γυρίζετε τα μεγάλα κομμάτια που δεν μπορείτε να ανακατέψετε. Δεν πρέπει να κρίνετε το βαθμό ψησίματος από την εξωτερική εμφάνιση του κρέατος (κατά τη διάρκεια και στο τέλος του ψησίματος) που δεν θα ξεροψηθεί όπως σ'ένα κλασικό φούρνο. Αντίθετα διατηρούνται πλήρως όλες οι θρεπτικές αξίες και η γεύση τους.

ΠΟΥΛΕΡΙΚΑ

Όλοι οι τύποι πουλερικών μπορούν να ξεπαγώσουν και μετά να μαγειρευτούν στο φούρνο μικροκυμάτων. Η πέτσα δεν ξεροψήνεται όπως γίνεται συνήθως: για ένα καλό ρόδισμα συνιστάται να αλείψετε το κοτόπουλο με λιωμένο βούτυρο ή μαργαρίνη.

ΨΑΡΙ

Το ψάρι ψήνεται πολύ γρήγορα και με άριστα αποτελέσματα. Μπορείτε να το γαρνίρετε με λίγο βούτυρο ή λάδι (δεν είναι απαραίτητο). Σκεπάστε με ένα διαφανές σελοφάν. Φυσικά αν υπάρχει πέτσα, πρέπει να τη χαράξετε. Τα φιλέτα πρέπει να τοποθετούνται ομοιόμορφα. **Δεν συνιστάται** να μαγειρεύετε ψάρι πανέ με αυγό.

Χρόνοι μαγειρέματος για κρέατα, πουλερικά και ψάρια

Για να γίνει το κρέας πιο μαλακό, συνιστούμε να προσθέσετε 1/2 ποτήρι νερό πριν αρχίσετε το ψήσιμο. Οι χρόνοι που αναγράφονται στον πίνακα διαφέρουν ανάλογα με την αποδιδόμενη ισχύ του φούρνου σας. Η τιμή της αποδιδόμενης ισχύος είναι τυπωμένη πάνω στην πόρτα του φούρνου, μέσα στο σύμβολο  (βλέπε σελ. 25).

Φαγητό	Ποσότητα	Στάθμη ισχύος	Ισχύς 900W	Ισχύς 700W	Σημειώσεις	Χρόνος ανάπαυσης (λεπτά)
			Χρόνος ρύθμισης (λεπτά)	Χρόνος ρύθμισης (λεπτά)		
ΒΟΔΙΝΟ						
Κιμάς ρολό	500 gr		18 - 20	22 - 24	(*)	5
Κιμάς ρολό	500 gr	"	15 - 20	20 - 25	Ζυμώστε 500 γραμ. κιμά με αυγά, ζαμπόν, τριμμένη φρυγανιά, κλπ.	5
Σπάλα	600 gr	"	17 - 22	22 - 27		5
Ψητό, μπουτί	1 kg	"	25 - 30	32 - 37	Γυρίστε στο ήμισυ του χρόνου	10
ΜΟΣΧΑΡΙ						
Κομματάκια	700 gr	"	17 - 22	22 - 27	Ανακατέψτε 2-3 φορές	8
Ψητό (ρολό)	1 kg	"	25 - 30	32 - 37	Γυρίστε στο ήμισυ του χρόνου	10
Νουά σε φέτες	200 gr	"	10 - 15	15 - 20	Δεν χρειάζεται γύρισμα	2
ΧΟΙΡΙΝΟ						
Μπούτι	500 gr	"	15 - 20	20 - 25	Γυρίστε στο ήμισυ του χρόνου	5
Ψητό	1 kg	"	25 - 30	32 - 37	Γυρίστε στο ήμισυ του χρόνου	10
Πλάτη	700 gr	"	17 - 22	22 - 27	Γυρίστε στο ήμισυ του χρόνου	8
ΑΡΝΙ						
Μπούτι	1 kg	"	25 - 30	32 - 37	Γυρίστε στο ήμισυ του χρόνου	10
Φρέσκα μπιφτέκια	100 gr	"	7 - 10	10 - 13		3
Γκούλας	1,5 kg		35 - 40	45 - 50	Ανακατέψτε 2-3 φορές	3
Λουκάνικα	300 gr		10 - 14	14 - 19		3
ΠΟΥΛΕΡΙΚΑ: ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ						
Ολόκληρο	1,5 kg	"	40 - 45	50 - 55	Γυρίστε στο ήμισυ του χρόνου	10
Μισό	500 gr	"	15 - 20	20 - 25	Δεν χρειάζεται γύρισμα	5
Σε κομμάτια	500 gr	"	15 - 20	20 - 25	Δεν χρειάζεται γύρισμα	5
Στήθος	300 gr	"	10 - 14	14 - 19	Δεν χρειάζεται γύρισμα	3
ΓΑΛΟΠΟΥΛΑ						
Κομμάτια	1,5 kg	"	40 - 45	50 - 55	Γυρίστε στο ήμισυ του χρόνου	8
Στήθος	500 gr	"	15 - 20	20 - 25	Δεν χρειάζεται γύρισμα	8
ΠΑΠΙΑ						
Ολόκληρη	1,5 kg	"	40 - 45	50 - 55	Γυρίστε στο ήμισυ του χρόνου	10
ΨΑΡΙ						
Φιλέτο	300 gr		4 - 7	7 - 10	Μαγειρέψτε το σκεπασμένο	2
Φέτες	300 gr	"	6 - 9	9 - 12	Μαγειρέψτε το σκεπασμένο	2
Ολόκληρο	500 gr	"	7 - 10	10 - 13	Μαγειρέψτε το σκεπασμένο	2
Ολόκληρο	250 gr	"	4 - 7	7 - 10	Μαγειρέψτε το σκεπασμένο	2
Καραβίδες	500 gr	"	6 - 9	9 - 12	Μαγειρέψτε το σκεπασμένο	2
Κομμάτια	400 gr	"	6 - 9	9 - 12	Μαγειρέψτε το σκεπασμένο	2

(*) Οι οδηγίες αυτές είναι κατάλληλες για την εκτέλεση του τεστ μαγειρέματος κιμά, βάσει του κανονισμού IEC 705, παρ. 17.3, τεστ C. Σκεπάστε το δοχείο με σελοφάν, κατάλληλο για φούρνο μικροκυμάτων, τρυπημένο σε μερικά σημεία. Περισσότερες οδηγίες, σε σχέση και με άλλα τεστ επιδόσεων βάσει του κανονισμού IEC 705, αναφέρονται στον πίνακα της σελ 2

ΛΑΧΑΝΙΚΑ

Τα λαχανικά, μαγειρεμένα στο φούρνο μικροκυμάτων, διατηρούν το χρώμα και τις θερμίδες τους σε αντίθεση με το κλασικό μαγείρεμα.

Για κάθε 500 γραμ. λαχανικά προσθέστε περίπου 5 κουταλιές νερό.

Πρέπει πάντα να σκεπάζονται με διαφανές σελοφάν.

Τα πιο σκληρά πρέπει να κόβονται σε ομοιόμορφες φέτες (π.χ. τα καρότα).

Ανακατέψτε τουλάχιστον μία φορά στο ήμισυ του χρόνου μαγειρέματος και αλατίστε μόνο στο τέλος.

Χρόνοι μαγειρέματος για λαχανικά

Οι χρόνοι που αναγράφονται στον πίνακα διαφέρουν ανάλογα με την αποδιδόμενη ισχύ του φούρνου σας. Η τιμή της αποδιδόμενης ισχύος είναι τυπωμένη πάνω στην πόρτα του φούρνου, μέσα στο σύμβολο  (βλέπε σελ. 25).

Είδος	Ποσότητα	Στάθμη ισχύος	Ισχύς 900W	Ισχύς 700W	Σημειώσεις	Χρόνος ανάπαυσης (λεπτά)
			Χρόνος ρύθμισης (λεπτά)	Χρόνος ρύθμισης (λεπτά)		
• Σπαράγγια	500 gr	5	9 - 10	11 - 12	Κόψτε σε κομμάτια 2 cm	4
• Αγκινάρες	300 gr	"	11 - 12	12 - 13	Καλύτερα να χρησιμοποιήσετε καρδιές αγκινάρας.	4
• Φασολάκια	500 gr	"	11 - 12	13 - 14	Κόψτε σε κομμάτια & σκεπάστε	4
• Μπρόκολα	500 gr	"	7 - 8	9 - 10	Χωρίστε σε πολλά κομμάτια	4
• Λαχανάκια Βρυξελών	500 gr	"	7 - 8	9 - 10	Μην τα κόψετε	4
• Λάχανο άσπρο	500 gr	"	7 - 8	9 - 10	Κόψτε το σε λωρίδες	4
• Λάχανο κόκκινο	500 gr	"	7 - 8	9 - 10	Κόψτε το σε λωρίδες	4
• Καρότα	500 gr	"	9 - 10	11 - 12	Κόψτε τα σε ίδια κομμάτια	4
• Κουνουπίδι	450 gr	"	11 - 12	13 - 14	Χωρίστε σε κομμάτια	4
• Σέλινο	500 gr	"	7 - 8	9 - 10	Χωρίστε σε κομμάτια	4
• Μελιτζάνες	500 gr	"	6 - 7	8 - 9	Κόψτε τες σε κύβους	4
• Πράσα	500 gr	"	6 - 7	8 - 9	Κόψτε το σε λωρίδες	4
• Μανιτάρια	500 gr	"	6 - 7	8 - 9	Μην τα κόψετε	4
• Κρεμμύδια	250 gr	"	5 - 6	7 - 8	Δεν χρειάζεται νερό. Ολόκληρα ίδιου μεγέθους.	4
• Σπανάκι	300 gr	"	6 - 7	8 - 9	Δεν χρειάζεται νερό. Σκεπάστε, αφού το έχετε πλύνει και στραγγίξει.	4
• Αρακάς	500 gr	"	10 - 11	12 - 13		4
• Μάραθος	500 gr	"	12 - 13	14 - 15	Κόψτε το στα 4	4
• Πιπεριές	500 gr	"	9 - 10	11 - 12	Κόψτε τες σε κομμάτια Κόψτε	4
• Πατάτες	500 gr	"	8 - 9	10 - 11	τες σε ίδια κομμάτια	4
• Κολοκύθια	500 gr	"	7 - 8	9 - 10	Μην τα κόψετε & σκεπάστε	4

ΣΗΜ.: Οι χρόνοι μαγειρέματος στον πίνακα, είναι μόνο ενδεικτικοί και εξαρτώνται από το βάρος, τη θερμοκρασία πριν το μαγείρεμα και από τη σκληρότητα των λαχανικών.

ΣΟΥΠΕΣ ΚΑΙ ΡΥΖΙ

- Οι σούπες γενικά, απαιτούν μικρότερη ποσότητα νερού γιατί στο φούρνο μικροκυμάτων η εξάτμιση είναι ελάχιστη. Μπορείτε να αλατίσετε μόνο στο τέλος του μαγειρέματος ή κατά τη διάρκεια του χρόνου ανάπαυσης, γιατί το αλάτι απορροφά νερό.
- Πρέπει να ειπωθεί ότι ο χρόνος που απαιτείται για το μαγείρεμα του ρυζιού στο φούρνο μικροκυμάτων (όπως και για τα ζυμαρικά) είναι περίπου ίδιος με εκείνον που χρειάζεται για το μαγείρεμα στην ηλεκτρική κουζίνα. Το πλεονέκτημα στην προετοιμασία του πιλαφιού έγκειται στο γεγονός ότι δεν χρειάζεται να ανακατεύετε συνεχώς (αρκούν 2 - 3 φορές). Βάλτε όλα τα υλικά μαζί σ'ένα σκεύος κατάλληλο για φούρνο μικροκυμάτων και σκεπάστε το με ένα διαφανές σελοφάν (για 300 γραμ. ρύζι απαιτούνται 750 γραμ. ζωμό με το φούρνο προγραμματισμένο στη μέγιστη ισχύ για 12 - 15 λεπτά περίπου). Επίσης το ρύζι δεν κολλάει στον πάτο του σκεύους και, από τη στιγμή που μπορείτε να χρησιμοποιήσετε μια σουπιέρα ή ένα άλλο σκεύος σερβιρίσματος, δεν χρειάζεται να το αδειάσετε σε άλλο σκεύος.

ΡΟΔΙΣΜΑ

Τα φαγητά που ροδίζουν πιο δύσκολα στο φούρνο μικροκυμάτων είναι σε γενικές γραμμές οι κοτολέτες, τα σκαλοπίνια και το στήθος κοτόπουλο. Πάντως για να επιτύχετε κάποιο επιφανειακό ρόδισμα συνιστάται να αλείψετε εξωτερικά με βούτυρο κατά προτίμηση ανακατεμένο με πάπρικα. Στην αγορά θα βρείτε και ειδικές σάλτσες που δίνουν χρώμα στα φαγητά που μαγειρεύονται σε φούρνους μικροκυμάτων. Σε κάθε περίπτωση, το κρέας ή το ψάρι για να ροδίσει πρέπει να απορροφήσει λιπαρές ή χρωστικές ουσίες.

ΓΛΥΚΑ ΚΑΙ ΦΡΟΥΤΑ

Τα γλυκά φουσκώνουν (σε μειωμένη ισχύ) πολύ περισσότερο απ'ότι με το κλασικό ψήσιμο. Επειδή δεν σχηματίζουν κρούστα, είναι προτιμότερο να γαρνίρετε την επιφάνεια με κρέμα ή σιρόπι (π.χ. σοκολάτας). Επίσης πρέπει να παραμένουν σκεπασμένα μετά το ψήσιμο γιατί στεγνώνουν γρηγορότερα απ'ότι εκείνα που έχουν ψηθεί στον κλασικό φούρνο. Πρέπει να τρυπήσετε τα φρούτα, αν τα ψήσετε με τη φλούδα τους, και να τα σκεπάσετε: είναι σημαντικό να τηρήσετε το χρόνο ανάπαυσης (3 - 5 λεπτά).

Χρόνοι ψησίματος για γλυκά και φρούτα

Οι χρόνοι που αναγράφονται στον πίνακα διαφέρουν ανάλογα με την αποδιδόμενη ισχύ του φούρνου σας. Η τιμή της αποδιδόμενης ισχύος είναι τυπωμένη πάνω στην πόρτα του φούρνου, μέσα στο σύμβολο  (βλέπε σελ. 25).

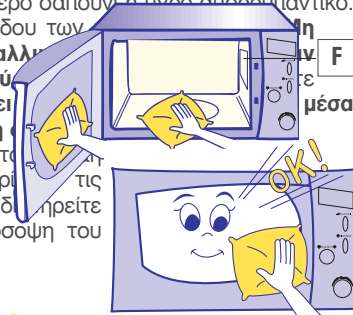
Είδος/ποσότητα	Στάθμη ισχύος	Ισχύς 850/900W	Ισχύς 750/800W	Χρόνος ανάπαυσης (λεπτά)	Παρατηρήσεις και συμβουλές
		Χρόνος ρύθμισης (λεπτά)	Χρόνος ρύθμισης (λεπτά)		
Γλυκό με καρύδια (700 gr)		13 - 17	18 - 23	5	Μπορείτε να το γαρνίρετε με οποιαδήποτε κρέμα
Βιενουά (850 gr)	"	17 - 21	22 - 27	5	Με γέμιση μαρμελάδας
Τούρτα ανανά (800 gr)	"	15 - 19	20 - 25	5	Μπορείτε να βάλετε τις φέτες ανανά στον πάτο του σκεύους, ή να τις κόψετε σε κομματάκια και να τα ανακατέψετε με τη ζύμη
Μηλόπιτα (1000 gr)	"	17 - 21	22 - 27	5	Πρέπει να βάλετε τα μήλα στην επιφάνεια σαν γαρνιτούρα
Γλυκό με καφέ (750 gr)		13 - 17	18 - 23	5	Πολύ καλό με γέμιση κρέμας
Zabaione		1,30 - 3	4 - 6	3	Ανακατεύετε κάθε 30"
Αχλάδια ψητά (300 gr)		3 - 5	6 - 8	3	Πρέπει να τα κόψετε στα τέσσερα
Μήλα ψητά (300 gr)	"	4 - 6	7 - 10	3	Πρέπει να τα κόψετε σε φέτες
Egg custard (750 gr)	"	14 - 16	18 - 20	5	Οι οδηγίες αυτές είναι κατάλληλες για την εκτέλεση του τεστ μαγειρέματος, βάσει του κανονισμού IEC 705, παρ. 17.3, για τα τεστ Α και Β αντίστοιχα.
Sponge cake (475 gr)	"	6 - 7	8 - 9	5	Περισσότερες οδηγίες, σε σχέση και με άλλα τεστ επιδόσεων βάσει του κανονισμού IEC 705, αναφέρονται στον πίνακα της σελ 2

ΣΥΝΤΗΡΗΣΗ ΚΑΙ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΣ

Πριν από κάθε ενέργεια συντήρησης ή καθαρισμού, αποσυνδέετε πάντα το φις από την πρίζα του ρεύματος.

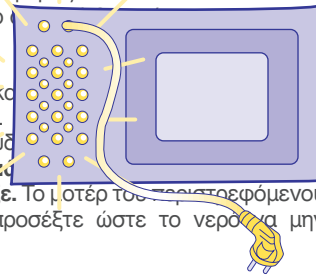
Καθαρισμός

Για να διατηρήσετε το φούρνο σας σε άριστη κατάσταση, συνιστούμε να καθαρίζετε τακτικά την πόρτα, το εσωτερικό και το εξωτερικό του φούρνου με ένα πανί και ουδέτερο σαπούνι ή υγρό απορρυπαντικό. Διατηρείτε πάντα καθαρό από λίπη ή πιτσιλιές και το καπάκι εξόδου των αερίων. **Χρησιμοποιείτε απορρυπαντικά σε σκόνη, συρματάκια ή μεταλλικά καθαριστικά.** **Καθαρίζετε την εξωτερική και την εσωτερική επιφάνεια του φούρνου με την εξωτερική επιφάνεια του φούρνου, προσέξτε να μην εισχωρήσει στις σχισμές εξόδου αέρα και υδρατμών που βρίσκονται πάνω στη πόρτα.** Μην χρησιμοποιείτε απορρυπαντικά με αμμωνία. Επίσης συνιστάται να χρησιμοποιείτε οινόπνευμα ή σκόνες καθαρισμού για να καθαρίσετε τις επιφάνειες της πόρτας. Για να εξασφαλίσετε το τέλειο κλείσιμο, διατηρείτε πάντα καθαρή την εσωτερική πλευρά της πόρτας, και την πρόσψη του φούρνου.



Καθαρίζετε τακτικά τις οπές εισόδου του αέρα που βρίσκονται στο πίσω μέρος του φούρνου, ώστε με την πάροδο του χρόνου να μην βουλώσουν από λίπη.

Κάθε τόσο είναι απαραίτητο να βγάξετε το περιστρεφόμενο πιάτο (D) και να τα καθαρίσετε, καθώς και για να καθαρίσετε τον πάτο του φούρνου. Πλύντε το περιστρεφόμενο πιάτο και το στήριγμά του με νερό και σαπούνι (πλύνετε στο πλυντήριο πιάτων). **Μη θυβίζετε το περιστρεφόμενο πιάτο με πατατάκια ή πατατάκια.** **Η μεγάλη διαφορά θερμοκρασίας θα το έστειλε.** Το μόντερ του περιστρεφόμενου πιάτου είναι στεγανό. Παρόλα αυτά, όταν καθαρίζετε τον πάτο, προσέξτε ώστε το νερό να μην εισχωρήσει κάτω από το στρώμα του περιστρεφόμενου πιάτου (B).



Αν κάτι δείχνει ότι δεν λειτουργεί...

Σε περίπτωση που παρουσιαστεί κάποια βλάβη, απευθυνθείτε στο Σέρβις της αντιπροσωπείας. Πάντως, πριν καλέσετε τους τεχνικούς μας, ενδείκνυται να κάνετε τους παρακάτω απλούς ελέγχους:

π ρ ό θ λ η μ α	α ι τ ί α / λ ύ σ η
• Η συσκευή δε λειτουργεί	• Η πόρτα δεν είναι σωστά κλεισμένη • Το φις δεν είναι καλά συνδεδεμένο στην πρίζα • Η πρίζα δεν δίνει ρεύμα (ελέγξτε την ασφάλεια του σπιτιού σας) • Ο χρονοδιακόπτης δεν έχει ρυθμιστεί σωστά
• Υδρατμοί στον πάγκο και στο εσωτερικό του φούρνου	• Όταν μαγειρεύετε φαγητά που περιέχουν νερό, είναι φυσιολογικό να σχηματίζονται υδρατμοί στο εσωτερικό του φούρνου ή πάνω στον πάγκο
• Σπινθήρες στο εσωτερικό του φούρνου	• Μην χρησιμοποιείτε μεταλλικά σκεύη για το μαγείρεμα σε φούρνους μικροκυμάτων ούτε σακούλες ή συσκευασίες με μεταλλικά μέρη
• Το φαγητό δεν ζεσταίνεται αρκετά	• Επιλέξτε το σωστό τρόπο μαγειρέματος ή αυξήστε το χρόνο • Το φαγητό δεν είχε εντελώς ξεπαγώσει πριν το μαγείρεμα
• Το φαγητό καίγεται	• Επιλέξτε μια μικρότερη ισχύ ή μειώστε το χρόνο μαγειρέματος
• Το φαγητό δεν ψήνεται ομοιόμορφα	• Ανακατέψτε το φαγητό κατά το μαγείρεμα. Έχετε υπόψη σας ότι το φαγητό ψήνεται καλύτερα όταν είναι κομμένο σε ίδια κομματάκια • Το περιστρεφόμενο πιάτο έχει μπλοκάρει

Σε περίπτωση που καεί η λάμπα του φούρνου, μπορείτε να συνεχίσετε να χρησιμοποιείτε τη συσκευή χωρίς κανένα πρόβλημα. Για την αντικατάσταση της λάμπας, απευθυνθείτε σ'ένα εξουσιοδοτημένο Σέρβις.