

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΚΕΦ. 1 - ΓΕΝΙΚΑ	1.1	Σημαντικές προειδοποιήσεις για την ασφάλεια .σελ.	141
	1.2	Τεχνικά χαρακτηριστικά.....σελ.	142
	1.3	Εγκατάσταση και ηλεκτρική σύνδεσησελ.	143
	1.4	Αξεσουάρ που χορηγούνταισελ.	144
	1.5	Σκεύη που πρέπει να χρησιμοποιούνται.....σελ.	145
	1.6	Βασικοί κανόνες για το μαγείρεμα στο φούρνο μικροκυμάτωνσελ.	146
ΚΕΦ. 2 - ΧΡΗΣΗ ΤΩΝ ΧΕΙΡΙΣΤΗΡΙΩΝ ΚΑΙ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ ΤΩΝ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΩΝ	2.1	Πώς να ρυθμίσετε την ώρα.....σελ.	147
	2.2	Πώς να προγραμματίσετε το μαγείρεμασελ.	148
	2.3	Αυτόματη διαδικασία ξεπαγώματος και μαγειρέματος...σελ.	150
	2.4	Πώς να ανακαλέσετε τις αποθηκευμένες συνταγές (πλήκτρα "αυτόματες λειτουργίες")σελ.	151
	2.5	Γρήγορο ζέσταμασελ.	151
	2.6	Ασφάλεια παιδιώνσελ.	151
	2.7	Πλήκτρο ακινητοποίησης πιάτουσελ.	151
	2.8	Λειτουργία "Memotime"σελ.	151
ΚΕΦ. 3 - ΧΡΗΣΗ ΤΟΥ ΕΞΑΡΤΗΜΑΤΟΣ ΓΙΑ ΤΟ ΜΑΓΕΙΡΕΜΑ ΖΥΜΑΡΙΚΩΝ <i>Pasta</i>	3.1	Εισαγωγήσελ.	153
	3.2	Διαδικασία και χρήση των χειριστηρίων.....σελ.	153
	3.3	Σημαντικές προειδοποιήσεις.....σελ.	156
ΚΕΦ. 4 - ΧΡΗΣΗ ΤΟΥ ΦΟΥΡΝΟΥ: ΣΥΣΤΑΣΕΙΣ ΚΑΙ ΠΙΝΑΚΕΣ ΧΡΟΝ'Ν	4.1	Ξεπάγωμα.....σελ.	157
	4.2	Ζέσταμασελ.	158
	4.3	Μαγείρεμα ορεκτικών, πρώτων πιάτωνσελ.	159
	4.4	Κρέαςσελ.	159
	4.5	Ορντέβ και λαχανικάσελ.	160
	4.6	Ψάρι.....σελ.	161
	4.7	Γλυκά και τούρτεςσελ.	161
	4.8	Ζέσταμα/μαγείρεμα με τα πλήκτρα "Αυτόματες λειτουργίες"σελ.	162
	4.9	Ταυτόχρονο μαγείρεμα σε δύο επίπεδασελ.	163
ΚΕΦ. 5 - ΣΥΝΤΗΡΗΣΗ ΚΑΙ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΣ	5.1	Καθαρισμός.....σελ.	165
	5.2	Συντήρησησελ.	166

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1 - ΓΕΝΙΚΑ

1.1 ΣΗΜΑΝΤΙΚΕΣ ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΣΦΑΛΕΙΑ

Διαβάστε προσεκτικά τις οδηγίες που ακολουθούν και φυλάξτε τις για κάθε μελλοντική χρήση.

ΣΗΜ. 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.

- 1) ΠΡΟΣΟΧΗ: Αν η πόρτα ή το λάστιχο παρουσιάζει βλάβη, ο φούρνος δεν πρέπει να χρησιμοποιηθεί έως ότου επισκευαστεί από εξειδικευμένο τεχνικό (εκπαιδευμένο από τον κατασκευαστή ή το Σέρβις του Αντιπροσώπου).
- 2) ΠΡΟΣΟΧΗ: Οι επεμβάσεις συντήρησης και επισκευής που απαιτούν την αφαίρεση προστασιών από την έκθεση σε μικροκύματα, είναι επικίνδυνες για όλους όσους δεν έχουν ειδική εκπαίδευση.
- 3) ΠΡΟΣΟΧΗ: Μη ζεσταίνετε υγρά ή άλλα φαγητά σε σφραγισμένα σκεύη που μπορεί να εκραγούν. Μη μαγειρεύετε και μη ζεσταίνετε αυγά με το τσόφλι στο φούρνο μικροκυμάτων, γιατί μπορεί να εκραγούν και μετά το μαγείρεμα.
- 4) ΠΡΟΣΟΧΗ: Χωρίς κατάλληλη επίβλεψη, η χρήση αυτής της συσκευής δεν πρέπει να επιτρέπεται σε παιδιά ή ανήμπορα άτομα.
Μην αφήνετε τα παιδιά να παίζουν με τη συσκευή.
Επιτρέψτε στα παιδιά να χρησιμοποιήσουν το φούρνο χωρίς επιτήρηση, μόνον αφού τους δώσετε τις κατάλληλες οδηγίες που θα τους επιτρέψουν να τον χρησιμοποιήσουν με ασφάλεια και να κατανοήσουν τους κινδύνους που συνεπάγεται η ακατάλληλη χρήση.
- 5) Μην προσπαθήσετε να θέσετε σε λειτουργία το φούρνο με την πόρτα ανοικτή παραβιάζοντας τα συστήματα ασφαλείας.
- 6) 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 (Ε) χρησιμοποιώντας ένα υγρό πανί και υγρά απορρυπαντικά.
Μην αφήνετε να μαζεύονται βρωμιές ή υπολείμματα φαγητού μεταξύ της πρόσοψης του φούρνου και της πόρτας.
- 7) Ανοίγοντας την πόρτα, έχετε υπόψη τα ακόλουθα: μη βάζετε βαριά αντικείμενα στην πόρτα και μην τραβάτε τη χειρολαβή προς τα κάτω με δύναμη, γιατί να μην ανατραπεί η συσκευή.
Μην ακουμπάτε ζεστά σκεύη ή τηγάνια πάνω στην πόρτα (για παράδειγμα, μόλις τα βγάλετε από το μάτι).
- 8) Μη χρησιμοποιείτε το φούρνο σε περίπτωση που το ηλεκτρικό καλώδιο ή το φις παρουσιάζουν βλάβη, γιατί μπορεί να αποτελέσουν αιτία ηλεκτροπληξίας.
Αν το ηλεκτρικό καλώδιο έχει πάθει ζημιά, πρέπει να αντικατασταθεί από τον κατασκευαστή ή από το Σέρβις του με ένα ίδιων χαρακτηριστικών, προς αποφυγή παντός κινδύνου.
- 9) Αν παρατηρήσετε έξοδο καπνού από το φούρνο, σβήστε τη συσκευή ή αποσυνδέστε το φις από την πρίζα χωρίς να ανοίξετε την πόρτα για να σβήσουν ενδεχόμενες φλόγες.
- 10) Χρησιμοποιείτε μόνο εργαλεία για φούρνους μικροκυμάτων.
Για να αποφύγετε την υπερθέρμανση, με συνεπακόλουθο κίνδυνο πυρκαγιάς, συνιστάται να ελέγχετε το φούρνο όταν μαγειρεύετε φαγητά σε σκεύη μιας χρήσεως από πλαστικό, χαρτόνι ή άλλο εύφλεκτο υλικό ή όταν ζεσταίνετε μικρές ποσότητες φαγητού.
- 11) Μη βάζετε το περιστρεφόμενο πιάτο στο νερό όταν είναι πολύ ζεστό.
Η διαφορά θερμοκρασίας θα το έσπαζε.
- 12) Όταν χρησιμοποιείτε τις λειτουργίες "Μόνο ΜΙΚΡΟΚΥΜΑΤΑ" και "ΜΙΚΡΟΚΥΜΑΤΑ + ΘΕΡΜΟΣ ΑΕΡΑΣ" δεν πρέπει να προθερμαίνετε το φούρνο (χωρίς φαγητό) ούτε να τον ανάβετε άδειο επειδή μπορεί να



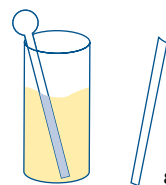
εικ. 1



εικ. 2



εικ. 3



εικ. 4



εικ. 5

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1 - ΓΕΝΙΚΑ

- δημιουργηθούν σπινθήρες.
- 13) Πριν χρησιμοποιήσετε το φούρνο, βεβαιωθείτε ότι τα εργαλεία και τα δοχεία είναι κατάλληλα για φούρνους μικροκυμάτων (βλέπε τμήμα "Σκεύη που πρέπει να χρησιμοποιούνται")
- 14) Όταν ο φούρνος λειτουργεί, η πόρτα και οι άλλες επιφάνειες μπορούν να φθάσουν σε υψηλές θερμοκρασίες.
Μην ακουμπάτε κανένα αντικείμενο πάνω στο φούρνο όταν τον χρησιμοποιείτε.
Κατά τη διάρκεια της χρήσης, ο φούρνος ζεσταίνεται.
Μην αγγίζετε τα θερμαινόμενα στοιχεία στο εσωτερικό του φούρνου.
- 15) 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 στο δοχείο, πριν αρχίσετε το ζέσταμα υγρών, ένα πλαστικό κουταλάκι ή ένα γυάλινο μπιστουνάκι.
Σε κάθε περίπτωση, μετακινήστε το δοχείο με μεγάλη προσοχή.
- 16) Μη ζεσταίνετε οινόπνευματώδη με μεγάλο αλκοολικό βαθμό ούτε μεγάλες ποσότητες λαδιού, γιατί μπορεί να πάρουν φωτιά.
- 17) Μετά το ζέσταμα φαγητών για νεογέννητα (μέσα σε μπιμπερό ή βαζάκια), ανακινήστε ή ανακατέψτε το περιεχόμενο και ελέγξτε τη θερμοκρασία τους πριν τα δώσετε στο μωρό, προς αποφυγή εγκαυμάτων.
Συνιστάται να ανακινείτε ή να ανακατεύετε το φαγητό για να επιτευχθεί μια ομοιογενής θερμοκρασία.
Σε περίπτωση χρήσης αποστειρωτών του εμπορίου για μπιμπερό, πριν ανάψετε το φούρνο, ελέγχετε ΠΑΝΤΑ αν το δοχείο είναι γεμάτο με την ποσότητα νερού που συνιστά ο κατασκευαστής.

ΠΡΟΣΟΧΗ: Όταν ανάψετε τη συσκευή για πρώτη φορά, μπορεί να αισθανθείτε για 10 λεπτά περίπου, μία οσμή "καινούργιου" και να θγει λίγος καπνός.

Αυτό οφείλεται στις προστατευτικές ουσίες που υπάρχουν επάνω στις αντιστάσεις.

Κατά τη διάρκεια αυτής της ενέργειας, αερίζετε το δωμάτιο.

1.2 ΤΕΧΝΙΚΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ

Εξωτερικές διαστάσεις (ΠxΥxΒ) 515x305x435
Εσωτερικές διαστάσεις (ΠxΥxΒ) 322x202x330
Χωρητικότητα του φούρνου 24 Lt
Βάρος κατά προσέγγιση 20 Kg
Διάμετρος περιστρεφόμενου πιάτου 27,5 cm
Λαμπτήρας φούρνου 25 w

Για περισσότερα στοιχεία, συμβουλευθείτε την πινακίδα χαρακτηριστικών, πάνω στη συσκευή.

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

Α Π Ο Δ Ο Σ Η Ι Σ Χ Υ Ο Σ

Η αποδιδόμενη ισχύς σε WATT του φούρνου αναγράφεται πάνω στην πινακίδα χαρακτηριστικών της συσκευής με την ένδειξη **MICRO OUTPUT**. Για την ανάγνωση των πινάκων έχετε πάντα υπόψη την ισχύ του φούρνου σας! Θα σας φανεί χρήσιμη όταν συμβουλευέστε τις συνταγές για φούρνους μικροκυμάτων που κυκλοφορούν στο εμπόριο.

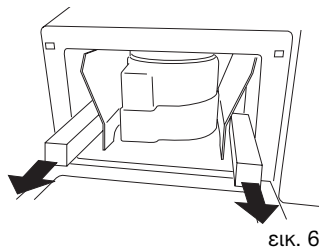


Σε ορισμένα μοντέλα, η μέγιστη αποδιδόμενη ισχύς σε WATT, αναγράφεται και δίπλα από το σύμβολο που απεικονίζεται στον πίνακα χειρισμού.

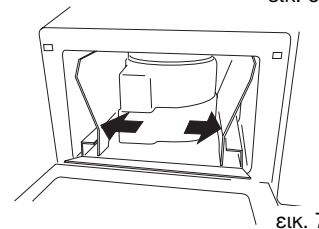
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1 - ΓΕΝΙΚΑ

1.3 ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΚΑΙ ΗΛΕΚΤΡΙΚΗ ΣΥΝΔΕΣΗ

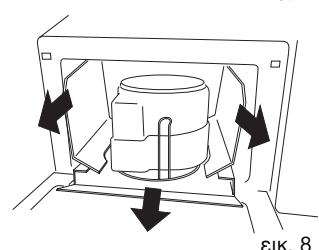
- 1) Βγάλτε το φούρνο από τη συσκευασία.
 - 2) Ανοίξτε την πόρτα και αφαιρέστε την εσωτερική προστασία που περιέχει τα εξαρτήματα με τον ακόλουθο τρόπο:
 - Βγάλτε τα δύο κομμάτια φελιζόλ που βρίσκονται στα πλευρά της κοιλότητας (εικ. 6).
 - Πιέστε τα κάθετα τοιχώματα προς τα έξω στα σημεία που υποδεικνύουν τα βέλη (εικ. 7).
 - Τραβήξτε προς τα έξω τη συσκευασία ελέγχοντας αν τα κάθετα τοιχώματα μετακινούνται σωστά προς τα έξω (εικ. 8).
 - Βγάλτε το περιστρεφόμενο πιάτο (H) και τις προστασίες του. Βεβαιωθείτε ότι ο στροφέας του περιστρεφόμενου πιάτου (D) είναι σωστά τοποθετημένος στη θέση του στο κέντρο του περιστρεφόμενου πιάτου.
 - 3) Καθαρίστε το εσωτερικό με ένα υγρό και μαλακό πανί.
 - 4) Βεβαιωθείτε ότι δεν υπάρχουν ζημιές που οφείλονται στη μεταφορά και ειδικότερα ότι η πόρτα ανοίγει και κλείνει σωστά.
 - 5) Τοποθετήστε τη συσκευή πάνω σε ένα σταθερό πάγκο σε ύψος τουλάχιστον 85 cm, μακριά από παιδιά γιατί η γυάλινη πόρτα μπορεί να φτάσει, κατά το ψήσιμο, υψηλές θερμοκρασίες.
 - 6) **Αφού τοποθετήσετε τη συσκευή πάνω στον πάγκο, βεβαιωθείτε ότι υπάρχει μια απόσταση περίπου 5 cm από τα πλαϊνά και πίσω τοιχώματα, και τουλάχιστον 25 cm πάνω από το φούρνο (εικ. 9).**
 - 7) Ποτέ μην φράσσετε τις οπές εξαερισμού. Συγκεκριμένα, μην ακουμπάτε τίποτα πάνω στο φούρνο και βεβαιωθείτε ότι οι σχισμές εξόδου αέρα και υδρατμών (βρίσκονται πάνω, κάτω και πίσω από τη συσκευή) είναι ΠΑΝΤΑ ΕΛΕΥΘΕΡΕΣ (εικ. 10).
 - 8) Τοποθετήστε στο κέντρο της κυκλικής έδρας το στήριγμα (I) και ακουμπήστε το περιστρεφόμενο πιάτο (H). Ο στροφέας (D) πρέπει να συμπίπτει με την αντίστοιχη θέση στο κέντρο του περιστρεφόμενου πιάτου.
- ΠΡΟΣΟΧΗ: μην τοποθετείτε το φούρνο πάνω ή κοντά σε πηγές θερμότητας (για παράδειγμα πάνω από το ψυγείο) (εικ. 11).**
- 9) Συνδέετε τη συσκευή μόνο σε πρίζες ρεύματος με παροχή τουλάχιστον 16A.
Βεβαιωθείτε επίσης ότι ο γενικός διακόπτης του σπιτιού σας έχει μια ελάχιστη παροχή 16A ώστε να αποφύγετε πιθανή πτώση κατά τη λειτουργία του φούρνου.
 - 10) Τοποθετήστε τη συσκευή έτσι ώστε η προσπέλαση στο φως και την πρίζα να είναι εύκολη και μετά την εγκατάσταση.
 - 11) 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 σωστά γειωμένη: ο κατασκευαστής δεν φέρει καμία ευθύνη σε περίπτωση μη τήρησης αυτού του κανονισμού.**



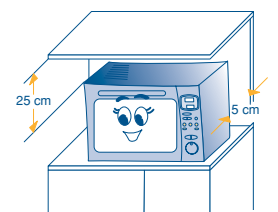
εικ. 6



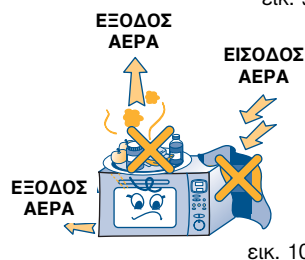
εικ. 7



εικ. 8



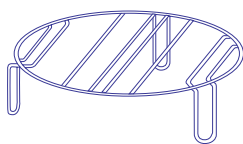
εικ. 9



εικ. 10

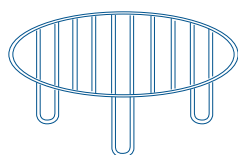


εικ. 11

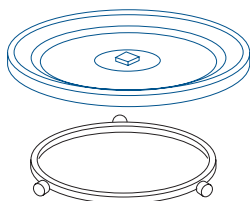
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1 - ΓΕΝΙΚΑ**1.4 ΑΞΕΣΟΥΑΡ ΠΟΥ ΧΟΡΗΓΟΥΝΤΑΙ****ΧΑΜΗΛΗ ΣΧΑΡΑ ΔΙΑΧΩΡΙΣΜΟΥ (F)****Λειτουργία μόνο μικροκυμάτων**

Για όλα τα μαγειρέματα σε δύο επίπεδα ΤΑΥΤΟΧΡΟΝΩΣ (Για παράδειγμα: μεγάλες ποσότητες φαγητού ή διαφορετικά φαγητά).

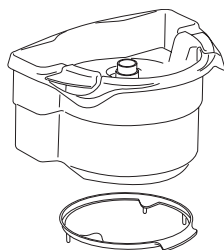
Βλέπε οδηγίες στη σελ. 163

**ΨΗΛΗ ΣΧΑΡΑ (G)****Λειτουργία μόνο grill:**

για όλα τα φαγητά στο grill

**ΠΕΡΙΣΤΡΕΦΟΜΕΝΟ ΠΙΑΤΟ (H) και ΣΤΗΡΙΓΜΑ (I)**

Το περιστρεφόμενο πιάτο πρέπει να χρησιμοποιείται με όλες τις λειτουργίες εκτός από τη λειτουργία για ζυμαρικά. Πρέπει να χρησιμοποιείται με το στήριγμα (I)

**ΕΞΑΡΤΗΜΑ ΓΙΑ ΖΥΜΑΡΙΚΑ (L) και ΣΤΗΡΙΓΜΑ (M)**

Μόνο με λειτουργία για ζυμαρικά. Πρέπει να χρησιμοποιείται με το στήριγμα (M).

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1 - ΓΕΝΙΚΑ

1.5 ΣΚΕΥΗ ΠΟΥ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΟΥΝΤΑΙ

Στη λειτουργία μόνο μικροκυμάτων και στη συνδυασμένη λειτουργία με μικροκύματα, μπορείτε να χρησιμοποιήσετε όλα τα γυάλινα (κατά προτίμηση πυρέξ), κεραμικά, πορσελάνινα, πήλινα σκεύη, αρκεί να μην έχουν διακοσμήσεις ή μεταλλικά σημεία (επίχρυσες διακοσμήσεις, χερούλια, υποστηρίγματα).

Είναι δυνατό να χρησιμοποιήσετε πλαστικά σκεύη που αντέχουν στη θερμότητα αλλά μόνο για μαγείρεμα με "μόνο μικροκύματα".

Πάντως, αν υπάρχουν απορίες αναφορικά με τη χρήση ενός συγκεκριμένου σκεύους, μπορείτε να κάνετε την εξής απλή δοκιμή: βάλτε το άδειο δοχείο στο φούρνο για 30 δευτερόλεπτα στη μέγιστη ισχύ (λειτουργία "μόνο μικροκύματα").

Αν το δοχείο παραμένει κρύο ή ζεσταθεί ελαφρά σημαίνει ότι είναι κατάλληλο για μαγείρεμα στα μικροκύματα.

Αν αντίθετα ζεσταθεί πολύ (ή δημιουργηθούν σπινθήρες), το δοχείο είναι ακατάλληλο.

Για γρήγορο ζέσταμα μπορείτε να χρησιμοποιήσετε ως υπόστρωμα χαρτοπετσέτες, ταψάκια από χαρτόνι και πλαστικά πιάτα μιας χρήσεως.

Όσον αφορά το σχήμα και τις διαστάσεις, είναι αναγκαίο αυτά να επιτρέπουν τη σωστή περιστροφή.

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

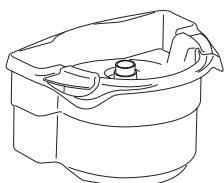
Είναι σκόπιμο να υπογραμμιστεί ότι, επειδή τα μικροκύματα θερμαίνουν το φαγητό και όχι τα σκεύη, μπορείτε να μαγειρέψετε το φαγητό απευθείας στο πιάτο σερβιρίσματος χωρίς να χρησιμοποιήσετε και να λερώσετε άλλα σκεύη.

Έχετε όμως υπόψη ότι το φαγητό, όταν είναι πολύ ζεστό, μπορεί να μεταδώσει τη θερμότητα στο πιάτο, οπότε είναι αναγκαίο να χρησιμοποιήσετε πιαστράκια.

Εάν ο φούρνος προγραμματιστεί με τις λειτουργίες **"Μόνο grill"**, μπορείτε να χρησιμοποιήσετε όλα τα σκεύη για φούρνο.

Πάντως, ακολουθήστε τα όσα αναφέρονται στον παρακάτω πίνακα:

	Γυάλινα	Πυρέξ	Γαλοκεραμικά	Πήλινα	Αλουμινόχαρτο	Πλαστικά	Χαρτί ή χαρτόνι	Μεταλλ. σκεύη
Λειτουργία "Μόνο μικροκύματα"	ΝΑΙ	ΝΑΙ	ΝΑΙ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΝΑΙ	ΝΑΙ	ΟΧΙ
Λειτουργία "Μικροκύματα + Grill"	ΟΧΙ	ΝΑΙ	ΝΑΙ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΟΧΙ	ΟΧΙ	ΟΧΙ
Λειτουργία "Μόνο Grill"	ΟΧΙ	ΝΑΙ	ΝΑΙ	ΝΑΙ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΟΧΙ	ΝΑΙ



Προσοχή: Μη χρησιμοποιείτε το εξάρτημα με τη λειτουργία **"Μόνο grill"** ή με τη λειτουργία **"Combi grill"**, γιατί μπορεί να υποστεί βλάβες λόγω της υψηλής θερμοκρασίας.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1 - ΓΕΝΙΚΑ

1.6 ΒΑΣΙΚΟΙ ΚΑΝΟΝΕΣ ΓΙΑ ΤΟ ΜΑΓΕΙΡΕΜΑ ΣΤΟ ΦΟΥΡΝΟ ΜΙΚΡΟΚΥΜΑΤΩΝ

Τα μικροκύματα είναι ηλεκτρομαγνητικές ακτινοβολίες που υπάρχουν και στη φύση υπό μορφή φωτεινών κυμάτων (π.χ.: ηλιακό φως) τα οποία, στο εσωτερικό του φούρνου, διεισδύουν στα φαγητά από όλες τις κατευθύνσεις και θερμαίνουν τα μόρια νερού, λίπους και ζάχαρης. Η θερμότητα παράγεται ταχύτατα μόνο στο φαγητό, ενώ το σκεύος θερμαίνεται μόνο έμμεσα με μεταφορά θερμότητας από το ζεστό φαγητό. Έτσι το φαγητό δεν μπορεί να κολλήσει στο σκεύος και μπορείτε να χρησιμοποιήσετε πολύ λίγα λίπη (ή, σε ορισμένες περιπτώσεις, καθόλου λίπος) για το μαγείρεμα. Επειδή χρησιμοποιείται ελάχιστο λίπος, το μαγείρεμα στο φούρνο μικροκυμάτων θεωρείται πολύ υγιεινό και διαιτητικό. Επίσης, σε σχέση με τα κλασικά συστήματα, το μαγείρεμα γίνεται σε πολύ πιο χαμηλή θερμοκρασία και συνεπώς τα φαγητά, χάνοντας λιγότερα υγρά, δεν χάνουν τα θρεπτικά συστατικά τους και διατηρούν καλύτερα τις γεύσεις.

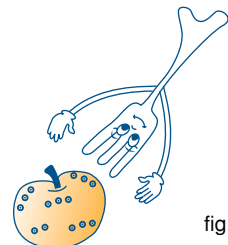


fig. 9

Βασικοί κανόνες για σωστό μαγείρεμα στο φούρνο μικροκυμάτων

- 1) Το μαγείρεμα εξαρτάται σε σημαντικό βαθμό από το **μέγεθος και την ομοιογένεια των φαγητών**: το τεμαχισμένο κρέας μαγειρεύεται πριν το ψητό γιατί αποτελείται από μικρότερα και πιο ομοιογενή κομμάτια κρέατος. Για να προγραμματίσετε σωστά τους χρόνους, μην ξεχνάτε ότι εφαρμόζοντας τις οδηγίες των πινάκων στις σελίδες που ακολουθούν, όταν αυξάνετε την ποσότητα του φαγητού πρέπει να αυξήσετε αναλόγως και το χρόνο μαγειρέματος και αντιστρόφως. Είναι σημαντικό να τηρούνται οι χρόνοι "**ανάπαυσης**": **χρόνος ανάπαυσης** είναι ο χρόνος που το φαγητό πρέπει να μείνει σε ανάπαυση μετά το μαγείρεμα για να επιτραπεί η εξισορρόπηση της θερμοκρασίας και στο εσωτερικό του. Η θερμοκρασία του κρέατος, για παράδειγμα, αυξάνει κατά 5 - 8°C κατά τη διάρκεια του χρόνου ανάπαυσης. Στο χρόνο ανάπαυσης το φαγητό μπορεί να μείνει 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 το κρέας είτε σε μεγάλα κομμάτια (ψητά, ολόκληρο κοτόπουλο ...) είτε σε μικρότερα (στήθος κοτόπουλο, τεμαχισμένο κρέας ...).
- 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 βγει και η πέτσα ή η φλούδα να μην σκάσει (Εικ. 9)**.
- 5) Αν μαγειρεύετε πολλές μερίδες του ίδιου φαγητού, π.χ. βραστές πατάτες, **βάλτε τις κυκλικά σε ένα πυρέξ έτσι ώστε να έχετε ένα ομοιόμορφο ψήσιμο (εικ. 10)**.
- 6) Όσο μικρότερη είναι η θερμοκρασία με την οποία μπαίνει το φαγητό στο φούρνο, τόσο μεγαλύτερος είναι ο αναγκαίος χρόνος. Το φαγητό σε θερμοκρασία περιβάλλοντος, μαγειρεύεται πιο γρήγορα από τα φαγητά σε θερμοκρασία ψυγείου.
- 7) Για το μαγείρεμα το σκεύος πρέπει να τοποθετείται πάντα στο κέντρο του περιστρεφόμενου πιάτου.
- 8) Ο **σχηματισμός υγρασίας** εντός του φούρνου και στη ζώνη της πόρτας και της εξόδου αέρα είναι απόλυτα φυσιολογικός.
Για να τον μειώσετε, σκεπάστε το φαγητό με διαφανές σελοφάν, λαδόχαρτο, γυάλινα καπάκια ή απλώς με ένα αναποδογυρισμένο πιάτο. Τέλος, φαγητά που περιέχουν νερό, (π.χ. τα λαχανικά) μαγειρεύονται καλύτερα αν είναι σκεπασμένα.
Το σκέπασμα των φαγητών συμβάλλει επίσης στο να διατηρείται καθαρό το εσωτερικό του φούρνου. Χρησιμοποιήστε διαφανές σελοφάν κατάλληλο για φούρνους μικροκυμάτων.
- 9) **Μη μαγειρεύετε τα αυγά με το τσόφλι (εικ. 11)**: η πίεση που σχηματίζεται στο εσωτερικό τους μπορεί να κάνει το αυγό να εκραγεί, ακόμη και μετά το μαγείρεμα. Μη ζεσταίνετε τα ήδη μαγειρεμένα αυγά, εκτός κι αν πρόκειται για ομελέτες.
- 10) Πριν ζεστάνετε ή μαγειρέψετε στο φούρνο φαγητά σε στεγανά ή σφραγισμένα σκεύη, μην ξεχνάτε να τα ανοίξετε.
Η πίεση στο εσωτερικό του σκεύους θα ανέβαινε, κάνοντάς το να εκραγεί ακόμη και μετά το τέλος του μαγειρέματος.

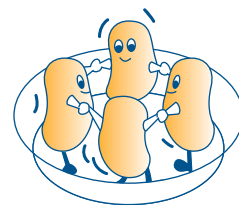


fig. 10

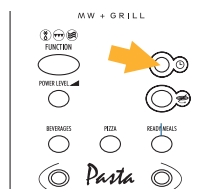


fig. 11

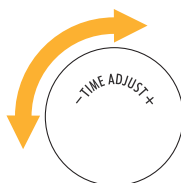
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2- ΧΡΗΣΗ ΤΩΝ ΧΕΙΡΙΣΤΗΡΙΩΝ ΚΑΙ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ ΤΩΝ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΩΝ

2.1 ΠΩΣ ΝΑ ΡΥΘΜΙΣΕΤΕ ΤΗΝ ΩΡΑ

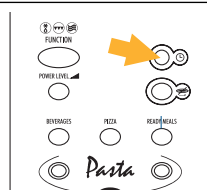
- Όταν η συσκευή συνδέεται για πρώτη φορά στο οικιακό ηλεκτρικό δίκτυο, ή μετά από διακοπή ρεύματος, στην οθόνη εμφανίζονται τέσσερις παύλες (---:--). Για να ρυθμίσετε την ώρα της ημέρας, ενεργήστε ως εξής:



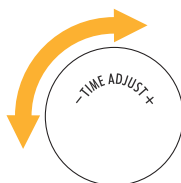
- 1 Πιέστε το πλήκτρο ⌚ (9).
(Στην οθόνη αναβοσβήνει η ένδειξη της ώρας).



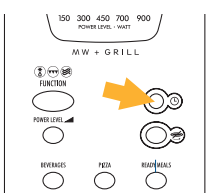
- 2 Προγραμματίστε την επιθυμητή ώρα γυρνώντας το διακόπτη **TIME ADJUST** (8).
(Στην οθόνη αναβοσβήνει η ένδειξη της ώρας).



- 3 Πιέστε πάλι το πλήκτρο ⌚ (9).
(Στην οθόνη αναβοσβήνει η ένδειξη των λεπτών).



- 4 Προγραμματίστε την επιθυμητή ένδειξη γυρνώντας το διακόπτη **TIME ADJUST** (8).
(Sul display lampeggiano i minuti).



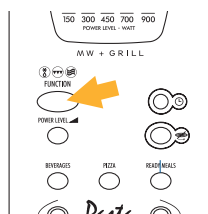
- 5 Πιέστε πάλι το πλήκτρο ⌚ (9).
(Στην οθόνη εμφανίζεται η προγραμματισμένη ώρα).



- Αν θέλετε να αλλάξετε την ώρα στην οθόνη μετά τη ρύθμισή της, πιέστε το πλήκτρο ⌚ (9) και στη συνέχεια ρυθμίστε πάλι την ώρα όπως περιγράφεται παραπάνω.
- Μπορείτε να εμφανίσετε την τρέχουσα ώρα και μετά την έναρξη του μαγειρέματος, πιέζοντας το πλήκτρο ⌚ (9) (η ώρα εμφανίζεται επί 2 δευτερόλεπτα).

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2- ΧΡΗΣΗ ΤΩΝ ΧΕΙΡΙΣΤΗΡΙΩΝ ΚΑΙ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ ΤΩΝ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΩΝ

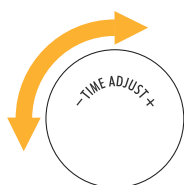
2.2 ΠΩΣ ΝΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΤΕ ΤΟ ΜΑΓΕΙΡΕΜΑ



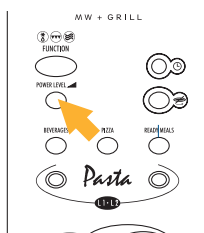
- 1** Πιέστε το πλήκτρο **FUNCTION** (2) (επιλογή λειτουργιών) και επιλέξτε την επιθυμητή λειτουργία, που εμφανίζεται με το άναμμα των αντίστοιχων συμβόλων πάνω από την οθόνη. Οι διαθέσιμες λειτουργίες είναι:



ΕΝΔΕΙΞΗ	ΕΠΙΛΕΓΜΕΝΗ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ	ΕΝΔΕΙΞΗ	ΕΠΙΛΕΓΜΕΝΗ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ
	μόνο μικροκύματα		μικροκύματα και grill
	αυτόματο ξεπάγωμα		μόνο grill



- 2** Προγραμματίστε τη διάρκεια του μαγειρέματος σε λεπτά, γυρνώντας το διακόπτη **TIME ADJUST** (8). Για την επιλογή της διάρκειας, συμβουλευέστε πάντα τους πίνακες στο Κεφάλαιο 3. Σημείωση: μπορείτε να αλλάξετε τον προγραμματισμένο χρόνο κατά τη διάρκεια του μαγειρέματος, γυρνώντας απλώς το διακόπτη **TIME ADJUST** (8) (εκτός και αν έχει ενεργοποιηθεί η "ασφάλεια για παιδιά" - βλ. παρ. 2.6)



- 3** Στις λειτουργίες:
μόνο μικροκύματα
Μικροκύματα και grill

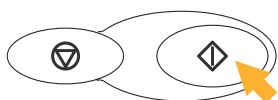


επιλέξτε την ισχύ των μικροκυμάτων πιέζοντας κατ' επανάληψη το πλήκτρο **POWER LEVEL** (3) έως ότου αρχίσει να αναβοσβήνει η επιθυμητή ισχύς που εκφράζεται με αριθμούς κάτω από την οθόνη. Για την επιλογή της ισχύος, συμβουλευέστε πάντα τους πίνακες στο Κεφάλαιο 4.

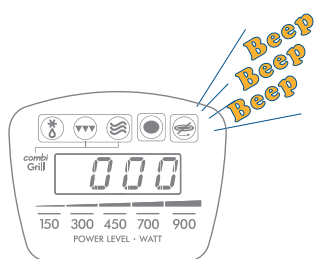
Σημειώσεις:

- δεν είναι αναγκαίο να επιλέξετε καμία ισχύ μικροκυμάτων στη λειτουργία αυτόματου ξεπαγώματος.
- η αλλαγή της προγραμματισμένης ισχύος μπορεί να γίνει και κατά τη διάρκεια του μαγειρέματος, πιέζοντας απλά το πλήκτρο **POWER LEVEL** (3).

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2- ΧΡΗΣΗ ΤΩΝ ΧΕΙΡΙΣΤΗΡΙΩΝ ΚΑΙ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ ΤΩΝ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΩΝ



- 4** Ξεκινήστε το μαγείρεμα πιέζοντας το πλήκτρο  (13). Στην οθόνη εμφανίζεται ο χρόνος που υπολείπεται για το τέλος του μαγειρέματος.



Σημειώσεις:

αν για οποιοδήποτε λόγο δεν ξεκινήσει το μαγείρεμα, όλες οι ρυθμίσεις διαγράφονται αυτόματα μετά από 2 λεπτά.

- 5** Όταν το μαγείρεμα ολοκληρώνεται, εκπέμπεται ένα ηχητικό σήμα (3 μπιπ) και στην οθόνη εμφανίζεται η ένδειξη "END".
Ανοίξτε την πόρτα και βγάλτε το φαγητό (εμφανίζεται η ώρα της ημέρας) ή αν ο φούρνος είναι ζεστός, η ένδειξη "COOL" - βλέπε σημείωση παρακάτω).

Σημειώσεις:

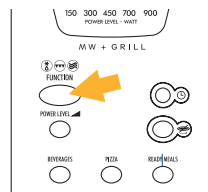
- μπορείτε να ελέγξετε την εξέλιξη του προγραμματισμένου μαγειρέματος ανά πάσα στιγμή, ανοίγοντας την πόρτα και επιθεωρώντας το φαγητό.
Διακόπτεται έτσι η εκπομπή μικροκυμάτων και η λειτουργία του φούρνου που αποκαθίστανται ξανακλείνοντας την πόρτα και πιέζοντας το πλήκτρο  (13).
- αν για οποιοδήποτε λόγο είναι αναγκαίο να διακόψετε το μαγείρεμα χωρίς να ανοίξετε την πόρτα, αρκεί να πιέσετε το πλήκτρο  (7).
- για να σταματήσετε το μαγείρεμα, ενεργήστε ως εξής:
 - αν η πόρτα του φούρνου είναι ανοιχτή, πιέστε μία φορά το πλήκτρο  (7).
 - αν η πόρτα είναι κλειστή και το μαγείρεμα σε εξέλιξη, πιέστε 2 φορές το πλήκτρο  (7).
Στην οθόνη εμφανίζεται πάλι το ρολόι.
- το μοντέλο αυτό διαθέτει κύκλο αυτόματης ψύξης που τίθεται σε λειτουργία όταν ο φούρνος είναι πολύ ζεστός (για παράδειγμα στο τέλος μαγειρεμάτων που διαρκούν πολύ με θερμικές λειτουργίες).
Κατά τη διάρκεια αυτού του κύκλου, στην οθόνη εμφανίζεται η ένδειξη "COOL". Ο ανεμιστήρας και ο λαμπτήρας του φούρνου λειτουργούν (σβήνουν αυτόματα).
Έως ότου στην οθόνη εμφανίζεται η ένδειξη "COOL", ο φούρνος ΔΕΝ δέχεται καμία εντολή πιέζοντας τα πλήκτρα της λειτουργίας ΜΟΝΟ για ΖΥΜΑΡΙΚΑ.

Στο τέλος κάθε μαγειρέματος, ο λαμπτήρας του φούρνου και ο ανεμιστήρας ψύξης παραμένουν σε λειτουργία έως ότου ανοίξει η πόρτα του φούρνου

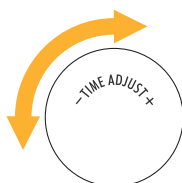
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2- ΧΡΗΣΗ ΤΩΝ ΧΕΙΡΙΣΤΗΡΙΩΝ ΚΑΙ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ ΤΩΝ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΩΝ

2.3 ΑΥΤΟΜΑΤΗ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΞΕΠΑΓΩΜΑΤΟΣ ΚΑΙ ΜΑΓΕΙΡΕΜΑΤΟΣ

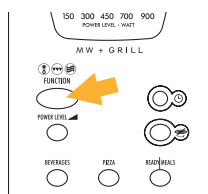
Για να προγραμματίσετε έναν αυτόματο κύκλο ξεπαγώματος και μαγειρέματος, ενεργήστε ως εξής:



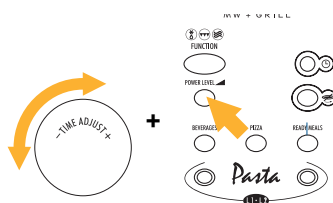
- 1 Προγραμματίστε τη λειτουργία **αυτόματο ξεπάγωμα** πιέζοντας δύο φορές το πλήκτρο **FUNCTION** (2) (επιλογή λειτουργιών). Στην οθόνη εμφανίζεται η ένδειξη του αυτόματου ξεπαγώματος.



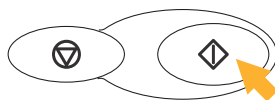
- 2 Προγραμματίστε τη διάρκεια του μαγειρέματος (σε λεπτά), γυρνώντας το διακόπτη **TIME ADJUST** (8).



- 3 Προγραμματίστε στη συνέχεια το μαγείρεμα επιλέγοντας την επιθυμητή λειτουργία με το πλήκτρο **FUNCTION** (2) (επιλογή λειτουργιών) έως ότου εμφανιστούν οι αντίστοιχες ενδείξεις.
(π.χ. λειτουργία μικροκύματα + grill)

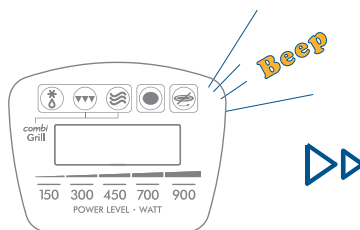


- 4 Ρυθμίστε τη διάρκεια του μαγειρέματος και την ισχύ των μικροκυμάτων.



- 5 Πιέστε το πλήκτρο (13).

Η μετάβαση από το ξεπάγωμα στο μαγείρεμα υποδεικνύεται από ένα ηχητικό σήμα.

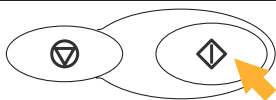


ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2- ΧΡΗΣΗ ΤΩΝ ΧΕΙΡΙΣΤΗΡΙΩΝ ΚΑΙ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ ΤΩΝ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΩΝ

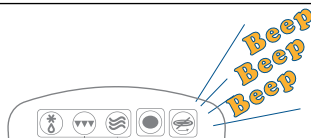
2.4 ΠΩΣ ΝΑ ΑΝΑΚΑΛΕΣΕΤΕ ΤΙΣ ΑΠΟΘΗΚΕΥΜΕΝΕΣ ΣΥΝΤΑΓΕΣ (ΠΛΗΚΤΡΑ "ΑΥΤΟΜΑΤΕΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΕΣ")



- 1 Πιέστε ένα από τα πλήκτρα "ΑΥΤΟΜΑΤΩΝ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΩΝ". (Στην οθόνη αναβοσβήνουν οι ενδείξεις της διάρκειας και ανάβουν οι ενδείξεις της αποθηκευμένης λειτουργίας και ισχύος). Για την επιλογή του καταλληλότερου μενού, συμβουλευθείτε την παράγραφο 4.8.



- 2 Πιέστε το πλήκτρο (13) για να ξεκινήσει η λειτουργία. 2



- 3 Στο τέλος του προγραμματισμένου χρόνου, ακούγονται 3 παρατεταμένα μπιπ και στην οθόνη εμφανίζεται η ένδειξη "END".

2.5 ΓΡΗΓΟΡΟ ΖΕΣΤΑΜΑ

Η λειτουργία αυτή είναι πολύ χρήσιμη για το ζέσταμα μικρών ποσοτήτων φαγητού και ποτών.

- Πιέστε το πλήκτρο (13): ο φούρνος θα ανάψει για 30 δευτερόλεπτα με τη μέγιστη ισχύ. Πιέζοντας πάλι, ο χρόνος αυξάνεται κατά 30 δευτερόλεπτα κάθε φορά έως τα 3 λεπτά.
- Η λειτουργία αυτή ενεργοποιείται μόνο αν εκτελείται **μέσα σε 1 λεπτό** από την εισαγωγή του φαγητού στο φούρνο.

Το γρήγορο ζέσταμα είναι χρήσιμο και για την ολοκλήρωση του μαγειρέματος.

Μετά την έναρξη του μαγειρέματος, ο προγραμματισμένος χρόνος μπορεί να αλλάξει με το διακόπτη **TIME ADJUST** (8) έως τα 60 λεπτά.

2.6 ΑΣΦΑΛΕΙΑ ΠΑΙΔΙΩΝ

Ο φούρνος διαθέτει διάταξη ασφαλείας που εμποδίζει την τροποποίηση των προγραμματισμένων χρόνων κατά τη διάρκεια του μαγειρέματος, ώστε να αποφεύγονται τυχαίες και επικίνδυνες παρατάσεις του χρόνου μαγειρέματος (μπορεί να καεί το φαγητό!).

Για την ενεργοποίηση της ασφάλειας:

- Κρατήστε πατημένο το πλήκτρο (7) για 5 δευτερόλεπτα.
- Εκπέμπεται ένα σύντομο ηχητικό σήμα: δεν είναι πλέον δυνατή η αλλαγή των χρόνων κατά τη διάρκεια του μαγειρέματος.
- Για να απενεργοποιήσετε την ασφάλεια, κρατήστε πατημένο το πλήκτρο (7) έως ότου ακουστεί το ηχητικό σήμα.

2.7 ΠΛΗΚΤΡΟ ΑΚΙΝΗΤΟΠΟΙΗΣΗΣ ΠΙΑΤΟΥ

Σε περίπτωση που πρέπει να χρησιμοποιήσετε σκεύη/δοχεία μεγάλων διαστάσεων (ή με χερούλια) που δεν μπορούν να περιστραφούν, μπορείτε να μπλοκάρτε την κίνηση του περιστρεφόμενου πιάτου. Πιέστε το πλήκτρο (10), που είναι ενεργό μόνο μετά τον προγραμματισμό της λειτουργίας μαγειρέματος: η λυχνία πάνω δεξιά αρχίζει να αναβοσβήνει. Αφού πιέσετε (13), η λυχνία αναβοσβήνει ακόμη 5 φορές και στη συνέχεια παραμένει αναμμένη για όλη τη διάρκεια του προγραμματισμένου χρόνου. Για να έχετε καλύτερα αποτελέσματα, πρέπει να ανακατεύετε ή να γυρίζετε το φαγητό αρκετές φορές κατά τη διάρκεια του μαγειρέματος. Η λειτουργία ΑΚΙΝΗΤΟΠΟΙΗΣΗ ΠΙΑΤΟΥ, παραμένει επιλεγμένη και για το επόμενο μαγείρεμα, έως ότου πατήσετε πάλι το πλήκτρο (10). Στη λειτουργία μόνο μικροκύματα, η μέγιστη ισχύς που μπορεί να χρησιμοποιηθεί είναι 700 W και μειώνεται αυτόματα από τον ηλεκτρονικό έλεγχο πιέζοντας το πλήκτρο (10).

2.8 ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ "MEMOTIME" (ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΟ)

Η λειτουργία αυτή επιτρέπει τη χρήση του χρονοδιακόπτη, με το φούρνο **ΕΚΤΟΣ** λειτουργίας έως τα 60 λεπτά.

- Πιέστε το πλήκτρο **FUNCTION** 5 φορές, επιλέξτε στη συνέχεια τον επιθυμητό χρόνο γυρνώντας το διακόπτη **TIME ADJUST** (8) και πιέστε το πλήκτρο (13).
- Στο τέλος του χρόνου, εκπέμπεται ένα ηχητικό σήμα (3 μπιπ) και στην οθόνη εμφανίζεται η ένδειξη "END".

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3 - ΧΡΗΣΗ ΤΟΥ ΕΞΑΡΤΗΜΑΤΟΣ ΓΙΑ ΖΥΜΑΡΙΚΑ

Το μαγείρεμα των ζυμαρικών με αυτόν το φούρνο χρησιμοποιώντας το αποκλειστικό εξάρτημα **ζυμαρικών Pasta**, έχει αναλυθεί με γευστικά και χημικά τεστ από το Πανεπιστήμιο της Bologna, παράρτημα της Cesena, όπως αποδεικνύεται από το ακόλουθο πιστοποιητικό:

ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ ΜΕΤΑΞΥ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ ΤΗΣ BOLOGNA, ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ ΤΗΣ CESENA ΚΑΙ ΕΤΑΙΡΙΑΣ DE LONGHI S.p.A.

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Η συνεργασία είχε ως αντικείμενο την αξιολόγηση ζυμαρικών που μαγειρεύονται με την κλασική μέθοδο σε βραστό νερό χρησιμοποιώντας το "Εξάρτημα και τη διαδικασία για το μαγείρεμα φαγητού με φούρνο μικροκυμάτων" του διπλώματος ευρεσιτεχνίας MI2001A002147, της De Longhi S.p.A.

Περιγραφή χρησιμοποιούμενης τεχνολογίας

Κατά την πειραματική μελέτη χρησιμοποιήθηκε ο φούρνος μικροκυμάτων De Longhi του ως άνω διπλώματος ευρεσιτεχνίας για οικιακή χρήση, εφοδιασμένος με ειδικό γνήσιο εξάρτημα για μαγείρεμα ζυμαρικών και ειδικότερα τύπου "spaghetti".

Η ποιότητα των ζυμαρικών που μαγειρεύτηκαν με αυτή τη συσκευή συγκρίθηκε, σε αυστηρά τυποποιημένες συνθήκες, με την ποιότητα που επιτυγχάνεται από διαδικασίες μαγειρέματος κλασικού τύπου σε βραστό νερό, βάσει κανόνων που συνιστώνται από τους καλύτερους παραγωγούς ζυμαρικών.

Με τη χρήση του συστήματος που παρήγαγε η εταιρία De Longhi και αξιολογείται στην παρούσα μελέτη, επιτρέπεται το μαγείρεμα ζυμαρικών σε αυτοματοποιημένες συνθήκες, αρχής γενομένης από τη διάταξη του συστήματος μαγειρέματος με νερό δικτύου (κρύου ή ζεσταμένου), τοποθετώντας απλώς τα ζυμαρικά στο εσωτερικό ειδικού σκεύους που διατίθεται με το φούρνο.

Μέθοδος ερεύντης

Οι αναλυτικές διαδικασίες είχαν ως σκοπό την αξιολόγηση ορισμένων χαρακτηριστικών ποιότητας των ζυμαρικών, σε απόλυτες τιμές και σε σύγκριση μεταξύ ζυμαρικών μαγειρεμένων με τη συσκευή De Longhi και με τον κλασικό τρόπο, ακολουθώντας τις ενδεδειγμένες διαδικασίες που εφαρμόζονται σε εστιατόρια και κατοικίες.

Οι αξιολογήσεις πραγματοποιήθηκαν είτε με αναλυτικές μεθόδους εργαστηρίου και μετρήσεις με όργανα είτε με γευστική ανάλυση από ειδικά εκπαιδευμένη ομάδα γευστιγνώστων (panel test).

Οι μέθοδοι που εφαρμόστηκαν επιλέχθηκαν κατόπιν εμπεριστατωμένης μελέτης της εθνικής και διεθνούς βιβλιογραφίας για το θέμα. Χρησιμοποιήθηκαν ζυμαρικά τυπικής ποιότητας, ευρείας κατανάλωσης στην εσωτερική και εξωτερική αγορά.

Αποτελέσματα

Από τα αποτελέσματα προκύπτει ότι υπάρχει στατιστική ισοδυναμία μεταξύ ζυμαρικών που μαγειρεύονται με τις δύο μεθόδους (κλασική και στο φούρνο μικροκυμάτων) όσον αφορά την απορρόφηση νερού από το προϊόν, τόσο από άποψη βάρους όσο και όγκου, καθώς και τη διείσδυση του νερού στα ζυμαρικά.

Η ποσότητα οργανικών ουσιών (κυρίως άμυλο) που ελευθερώνεται στο νερό του βρασμού και η τροποποίησή τους (ζελατινοποίηση) ήταν σημαντικά μικρότερες με τη νέα μέθοδο μαγειρέματος που προτείνει η εταιρία De Longhi και οφείλεται κυρίως στο μικρότερο χρόνο κατά τον οποίο το προϊόν παραμένει σε συνθήκες υψηλής θερμοκρασίας (βρασμός του νερού μαγειρέματος).

Αντιθέτως, στατιστικά ισοδύναμες μεταξύ των δύο μεθόδων αποδείχθηκαν παράμετροι ποιότητας των ζυμαρικών όπως σκληρότητα, επιφανειακό κολλώδες (κατόπιν χημικής και οργανικής αξιολόγησης) και επιφανειακής απόχρωσης που αξιολογήθηκε με χρήση οργάνων.

Τέλος, η γευστική ανάλυση με panel test επιβεβαίωσε ότι δείγματα ζυμαρικών που μαγειρεύονται με τις δύο μεθόδους δεν παρουσιάζουν σημαντικές διαφορές, εξετάζοντας γευστικά χαρακτηριστικά όπως η ομοιομορφία μαγειρέματος, η γεύση, το επιφανειακό κολλώδες, η ελαστικότητα, η σκληρότητα και η ικανότητα απορρόφησης ελαίων.

Κρίση για τη νέα διαδικασία με τη χρήση του συστήματος De Longhi

Βάσει των αποτελεσμάτων που περιγράφονται εν συντομία, βεβαιώνεται ότι η χρήση του φούρνου μικροκυμάτων De Longhi με το προαναφερθέν σύστημα του διπλώματος ευρεσιτεχνίας, αποδεικνύεται κατάλληλο για την επίτευξη με αυτοματοποιημένο σύστημα ενός προϊόντος καλής ποιότητας που είναι κατάλληλο για τις οικιακές συνθήκες μαγειρέματος.

Εις πίστωση των ανωτέρω

Καθ. Marco Dalla Rosa

Αναπληρωτής Διαδικασιών Τεχνολογίας Τροφίμων

Επιστήμες και Τεχνολογία Τροφίμων - Πανεπιστήμιο της Bologna.



ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3 - ΧΡΗΣΗ ΤΟΥ ΕΞΑΡΤΗΜΑΤΟΣ ΓΙΑ ΖΥΜΑΡΙΚΑ

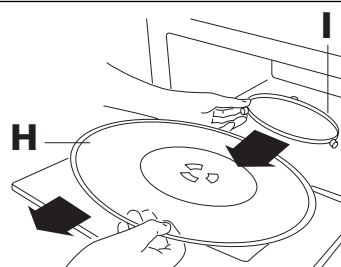
3.1 - ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Το εξάρτημα για ζυμαρικά είναι κατάλληλο για το μαγείρεμα ζυμαρικών παντός τύπου, διατηρώντας αναλλοίωτες τις θρεπτικές τους ιδιότητες.

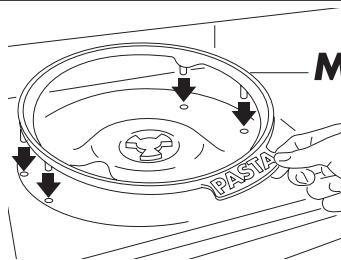
Το νέο και αποκλειστικό αυτό σύστημα, μειώνει το χρόνο μαγειρέματος και απλοποιεί την προετοιμασία, καθώς δεν είναι αναγκαίο να ρίχνετε τα ζυμαρικά μετά το βράσιμο του νερού, να τα ανακατεύετε ενώ βράζουν ή να σηκώνεται το καπάκι για να αποφύγετε το ξεχείλισμα του αφρού.

3.2 - ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΚΑΙ ΧΡΗΣΗ ΤΩΝ ΧΕΙΡΙΣΤΗΡΙΩΝ

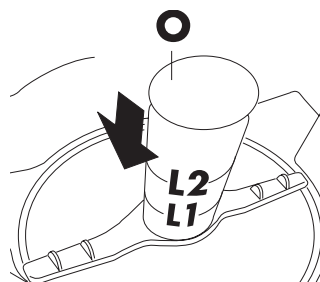
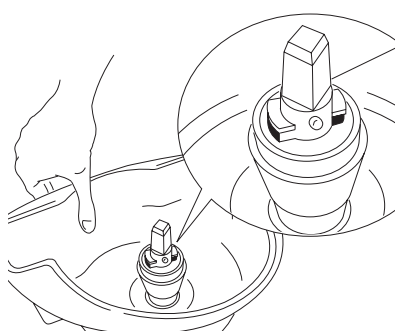
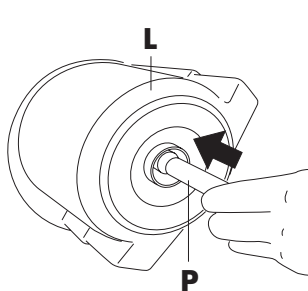
- 1 Βγάλτε από το φούρνο το περιστρεφόμενο πιάτο (H) και το στήριγμα με τα ροδάκια (I).



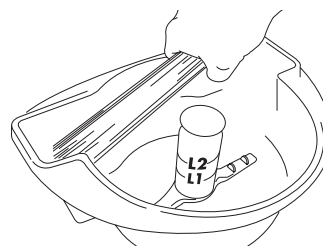
- 2 Τοποθετήστε το στήριγμα για το εξάρτημα ζυμαρικών (M) όπως στην εικόνα, εφαρμόζοντας τις τέσσερις προεξοχές στις τέσσερις υποδοχές του φούρνου (η ένδειξη PASTA πρέπει να βρίσκεται μπροστά).



- 3 Τοποθετήστε τον άξονα (P) στην υποδοχή στο κάτω μέρος του σκεύους (L). Για να ασφαλίσει ο άξονας πρέπει να τον πιέσετε προς τα πάνω και να τον περιστρέψετε έως ότου τα 2 δόντια βγουν από τα ανοίγματα (η ενέργεια είναι απλούστερη όταν εκτελείται παρατηρώντας το εσωτερικό του σκεύους). Στη συνέχεια τοποθετήστε τον αναδευτήρα (O) στην κεντρική υποδοχή και βεβαιωθείτε ότι τα πτερύγια έρχονται σε επαφή με τον πυθμένα και δεν βρίσκονται πολύ ψηλά.



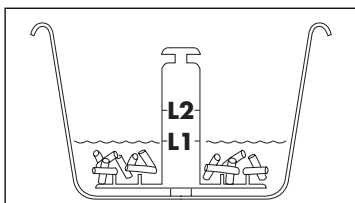
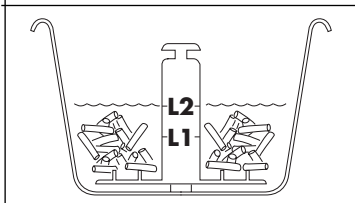
- 4 Ρίξτε τα ζυμαρικά στο σκεύος (L) (max 400 gr) έτσι ώστε να μην υπερβείτε την ένδειξη L2 του αναδευτήρα (O). Τα ολόκληρα spaghetti πρέπει να τοποθετηθούν στο ειδικό διαμέρισμα, όπως στην εικόνα. Βεβαιωθείτε ότι τα spaghetti δεν παραμένουν ανασηκωμένα.



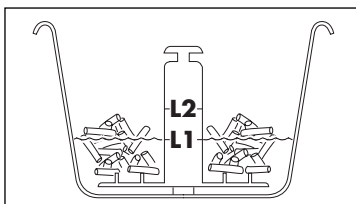
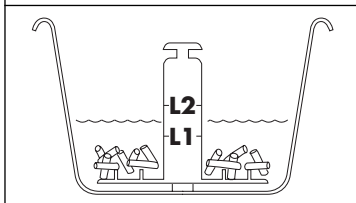
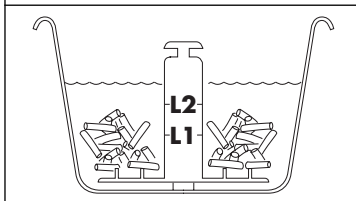
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3 - ΧΡΗΣΗ ΤΟΥ ΕΞΑΡΤΗΜΑΤΟΣ ΓΙΑ ΖΥΜΑΡΙΚΑ

- 5** 5 Απλώστε τα ζυμαρικά ανακινώντας ελαφρά το σκεύος (L). Αδειάστε το αναγκαίο νερό (*) για να καλυφθούν εντελώς τα ζυμαρικά, έως τη μία από τις δύο ενδείξεις (L1 ή L2) του αναδευτήρα (O), όπως στις εικόνες που ακολουθούν:

ΣΩΣΤΟ:

	Τα ζυμαρικά καλύπτονται εντελώς από το νερό που φθάνει στη στάθμη L1 (ελάχιστη)
	Τα ζυμαρικά καλύπτονται εντελώς από το νερό που φθάνει στη στάθμη L2 (μέγιστη)

ΛΑΘΟΣ:

	Τα ζυμαρικά δεν καλύπτονται εντελώς από το νερό.
	Η στάθμη του νερού βρίσκεται μεταξύ L1 και L2 (πρέπει να είναι L1 ή L2)
	Η στάθμη του νερού υπερβαίνει τη μέγιστη επιτρεπτή ποσότητα από τη λειτουργία για ΖΥΜΑΡΙΚΑ (πάνω από τη στάθμη L2)

Έχετε υπόψη ότι το νερό πρέπει να φθάνει **ΠΑΝΤΑ** ή τη στάθμη L1 ή τη στάθμη L2 και να μη βρίσκεται ποτέ μεταξύ των δύο ενδείξεων.

ΠΡΟΣΟΧΗ:

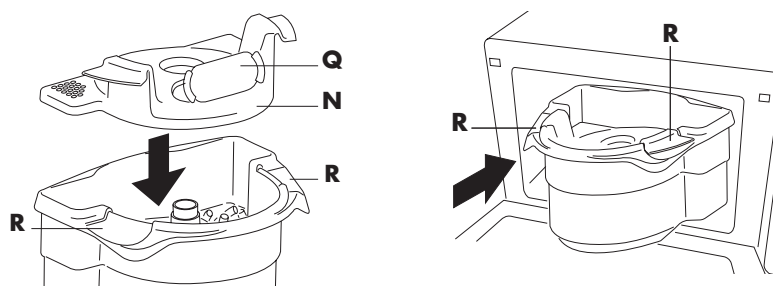
- **ΤΑ ΖΥΜΑΡΙΚΑ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΤΟΠΟΘΕΤΟΥΝΤΑΙ ΠΑΝΤΑ ΠΡΙΝ ΤΟ ΝΕΡΟ.**
- **ΤΑ ΖΥΜΑΡΙΚΑ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΚΑΛΥΠΤΟΝΤΑΙ ΕΝΤΕΛΩΣ ΑΠΟ ΤΟ ΝΕΡΟ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΑ ΤΑ ΖΥΜΑΡΙΚΑ ΠΟΥ ΒΡΙΣΚΟΝΤΑΙ ΕΞΩ ΑΠΟ ΤΟ ΝΕΡΟ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΠΑΡΑΒΡΑΣΟΥΝ ΚΑΙ ΝΑ ΠΑΡΟΥΝ ΧΡΩΜΑ ΚΑΜΕΝΟΥ.**

Έχετε υπόψη ότι ο όγκος των ζυμαρικών όταν βράζουν αυξάνεται κατά πολύ. Σε περίπτωση που καλύπτονται ελάχιστα με το νερό στη στάθμη L1 (π.χ. ζυμαρικά μεγάλου όγκου), συνιστάται η χρήση της στάθμης L2.

(*) Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε νερό σε θερμοκρασία περιβάλλοντος (περίπου 20°C) ή ζεστό (περίπου 50°C). Όσο πιο ζεστό είναι το νερό, τόσο μικρότερος είναι ο χρόνος μαγειρέματος.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3 - ΧΡΗΣΗ ΤΟΥ ΕΞΑΡΤΗΜΑΤΟΣ ΓΙΑ ΖΥΜΑΡΙΚΑ

- 6** Προσθέστε το αλάτι (10 γρ. για κάθε 1 λίτρο νερού) και τοποθετήστε το καπάκι (N) στο σκεύος (L). Βεβαιωθείτε ότι το πορτάκι (Q) ανοίγει ελεύθερα. Τοποθετήστε το σκεύος στο φούρνο έτσι ώστε οι χειρολαβές (R) να βρίσκονται προς την πόρτα όπως φαίνεται στην εικόνα. Τοποθετήστε το σκεύος πάνω από το υποστήριγμα του εξαρτήματος για ζυμαρικά (M) που τοποθετήσατε προηγουμένως (βλ. σημείο 2). Στην οθόνη εμφανίζεται η ένδειξη ΖΥΜΑΡΙΚΑ. Κλείστε την πόρτα.

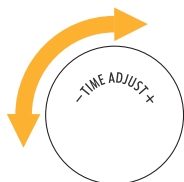
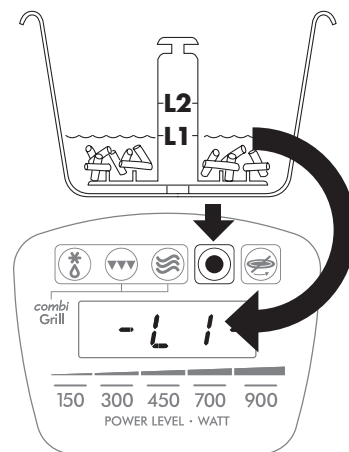


περίπου 50°C περίπου 20°C

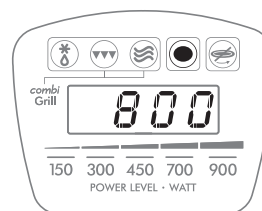


- 7** Πιέστε το πλήκτρο που αντιστοιχεί στη θερμοκρασία του νερού (το κόκκινο αν το νερό είναι ζεστό σε θερμοκρασία περίπου 50°C, το μπλε αν έχει θερμοκρασία περιβάλλοντος περίπου 20°C). Επιλέξτε τη στάθμη του νερού στο σκεύος (-L1- ή -L2-) πιέζοντας επανειλημμένα το ίδιο πλήκτρο.

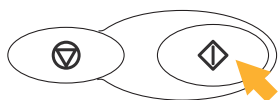
Σε περίπτωση που πιέσετε το κόκκινο πλήκτρο, στην οθόνη εμφανίζεται το εικονίδιο που υποδηλώνει ότι επιλέχθηκε το μαγείρεμα με ζεστό νερό.



- 8** Επιλέξτε το χρόνο μαγειρέματος που αναγράφεται στη συσκευασία των ζυμαρικών (π.χ. 8 λεπτά), γυρνώντας το διακόπτη **TIME ADJUST** (8).



ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3 - ΧΡΗΣΗ ΤΟΥ ΕΞΑΡΤΗΜΑΤΟΣ ΓΙΑ ΖΥΜΑΡΙΚΑ



- 9** Πιέστε το πλήκτρο  (13) για να ξεκινήσει η λειτουργία.



Ο φούρνος υπολογίζει αυτόματα τον αναγκαίο ΣΥΝΟΛΙΚΟ χρόνο για το ζέσταμα του νερού και το μαγείρεμα.

Ο χρόνος αυτός εμφανίζεται αμέσως στην οθόνη.

1 λεπτό πριν το τέλος, ο φούρνος εκπέμπει ένα ηχητικό σήμα. Σημαίνει ότι το μαγείρεμα πρόκειται να τερματιστεί και κατά συνέπεια συνιστάται να βγάλετε το σκεύος για να δοκιμάσετε τα ζυμαρικά (από το πορτάκι G). Προσοχή στην έξοδο ατμού.

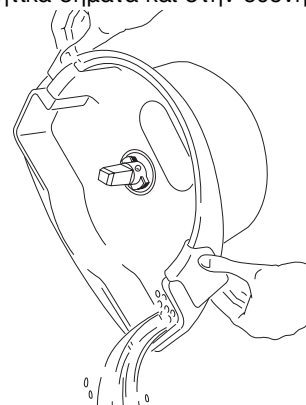
Αν τα ζυμαρικά είναι έτοιμα, πιέστε το πλήκτρο  (7) για να διακοπεί το πρόγραμμα μαγειρέματος. Αν τα ζυμαρικά είναι ακόμη πολύ σκληρά, ολοκληρώστε το μαγείρεμα πιέζοντας το πλήκτρο  (13) για να συμπληρωθεί το τελευταίο λεπτό.

Μετά την πάροδο του τελευταίου λεπτού, ο φούρνος εκπέμπει άλλα 3 ηχητικά σήματα και στην οθόνη εμφανίζεται η ένδειξη "END". Στη συνέχεια μπορείτε να βγάλετε το σκεύος για να σουρώσετε τα ζυμαρικά ή για να ελέγξετε το αποτέλεσμα:

Αν τα ζυμαρικά είναι έτοιμα, πιέστε το πλήκτρο  (7). Σουρώστε τα κρατώντας καλά τις δύο χειρολαβές (R-S) και γέρνοντας το σκεύος εμπρός αριστερά έτσι ώστε να τρέξει το νερό από τις τρύπες που βρίσκονται στην αριστερή πλευρά του καπακιού (βλ. εικόνα παραπλεύρως).

Βγάλετε το καπάκι ανασηκώνοντας τις λαβές (S) (προσοχή στην έξοδο του ατμού), βγάλετε τον αναδευτήρα, αδειάστε τα ζυμαρικά και ρίξτε τη σάλτσα.

Αν τα ζυμαρικά δεν είναι ακόμη βρασμένα όπως τα θέλετε, για να παρατείνετε το μαγείρεμα τοποθετήστε στο φούρνο το σκεύος, κλείστε την πόρτα (στην οθόνη αναβοσβήνει η ένδειξη "0 0 0"), προγραμματίστε λίγα λεπτά γυρνώντας το διακόπτη **TIME ADJUST** (8) και πιέστε το πλήκτρο  (13).



3.3 - ΣΗΜΑΝΤΙΚΕΣ ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΕΙΣ

Όταν χρησιμοποιείτε το εξάρτημα για ζυμαρικά έχετε πάντα υπόψη τα ακόλουθα:

- Προσοχή όταν βγάλετε το σκεύος από το φούρνο και στο σούρωμα: το πλαστικό μπορεί να φαίνεται κρύο, αλλά ο ατμός μπορεί να προκαλέσει εγκαύματα.
- Μην ακουμπάτε το εξάρτημα πάνω σε πηγές θερμότητας ή πάνω στο φούρνο όταν λειτουργεί.
- Μη μαγειρεύετε τα ζυμαρικά αμέσως μετά τη χρήση του φούρνου με συνδυασμένη λειτουργία ή με τη λειτουργία grill: η θερμοκρασία στο φούρνο μπορεί να είναι πολύ υψηλή και να προκαλέσει βλάβες στο σκεύος.
- Βεβαιωθείτε ότι το πορτάκι (Q) του καπακιού ανοίγει ελεύθερα και διατηρείτε το πάντα καθαρό.
- Το εξάρτημα για ζυμαρικά μπορεί να χρησιμοποιηθεί για μαγείρεμα ζυμαρικών σύμφωνα με τις οδηγίες του εγχειριδίου.
- Δεν πρέπει να χρησιμοποιείται για άλλους σκοπούς.
- Μη χρησιμοποιείτε ποτέ το εξάρτημα χωρίς νερό και ζυμαρικά.
- Μετά την τοποθέτηση του εξαρτήματος για ζυμαρικά στο φούρνο, δεν επιτρέπεται η επιλογή άλλων λειτουργιών.

Για τον καθαρισμό του εξαρτήματος, βλέπε παρ. 5.1 στη σελ. 165.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4 - ΧΡΗΣΗ ΤΟΥ ΦΟΥΡΝΟΥ: ΣΥΣΤΑΣΕΙΣ ΚΑΙ ΠΙΝΑΚΕΣ ΧΡΟΝΩΝ

4.1 ΞΕΠΑΓΩΜΑ

- Κατεψυγμένα φαγητά σε σακουλάκια ή πλαστικό σελοφάν, είτε στη συσκευασία τους μπορούν τα 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.
- Αμέσως μετά το ξεπάγωμα, πριν ξεκινήσετε το μαγείρεμα, είναι σημαντικό να τηρήσετε τους χρόνους ανάπαυσης: χρόνος ανάπαυσης (σε λεπτά) είναι ο χρόνος που το φαγητό πρέπει να μείνει σε ανάπαυση για να επιτραπεί η εξισορρόπηση της θερμοκρασίας και στο εσωτερικό του.

ΠΙΝΑΚΑΣ ΧΡΟΝΩΝ ΞΕΠΑΓΩΜΑΤΟΣ ΜΕ ΤΗ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ "ΑΥΤΟΜΑΤΟ ΞΕΠΑΓΩΜΑ"

ΕΙΔΟΣ	ΠΟΣΟΤΗΤΑ	ΔΙΑΡΚΕΙΑ Λεπτά	ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ/ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ	ΧΡΟΝΟΣ ΑΝΑΠΑΥΣΗΣ
ΚΡΕΑΣ				
• Ψητά (χοιρινό, βοδινό, μοσχάρι, κλπ.)	1 kg	19 - 21	Γυρίστε από την άλλη πλευρά στα μισά του ξεπαγώματος Βλέπε σημείωση *	20
• Μπριζόλες, κοτολέτες, φέτες	200 gr	4 - 6		5
• Κομμάτια, γκούλας	500 gr	10 - 12		10
• Κιμάς	250 gr	5 - 7		15
• Κιμάς	500 gr	10 - 12		15
• Μπιφτέκια	200 gr	5 - 7		10
• Λουκάνικα	300 gr	6 - 8		10
ΠΟΥΛΕΡΙΚΑ				
• Πάπια, γαλοπούλα	1,5 kg	25 - 27	Γυρίστε πάνω-κάτω τα πουλερικά στα μισά του ξεπαγώματος. Στο τέλος του χρόνου ανάπαυσης, πλύνετε κάτω από ζεστό νερό για να αφαιρέσετε τυχόν πάγο.	20
• Κοτόπουλο ολόκληρο	1,5 kg	25 - 27		20
• Κοτόπουλο κομμάτια	700 gr	13 - 15		10
• Στήθος κοτόπουλο	300 gr	8 - 10		10
ΛΑΧΑΝΙΚΑ			Τα κατεψυγμένα λαχανικά δεν χρειάζονται ξεπάγωμα πριν το μαγείρεμα	
ΨΑΡΙ				
• Φιλέτο	300 gr	7 - 9	Γυρίστε πάνω-κάτω το ψάρι στα μισά του ξεπαγώματος.	7
• Κομμάτια	400 gr	8 - 10		7
• Ολόκληρο	500 gr	10 - 12		7
• Καραβίδες	400 gr	8 - 10		7
ΓΑΛΑΚΤΟΚΟΜΙΚΑ				
• Βούτυρο	250 gr	4 - 6	Αφαιρέστε το αλουμινόχαρτο ή τα μεταλλικά μέρη. Το τυρί δεν πρέπει να ξεπαγώσει εντελώς. Τηρήστε το χρόνο ανάπαυσης. Η κρέμα γάλακτος πρέπει να τοποθετείται σε πιάτο	10
• Τυρί	250 gr	5 - 7		15
• Κρέμα γάλακτος	200 ml	7 - 9		5
ΨΩΜΙ				
• 2 μέτρια ψωμάκια	150 gr	1 - 2	Τοποθετήστε το ψωμί απευθείας πάνω στο περιστρεφόμενο πιάτο.	3
• 4 μέτρια ψωμάκια	300 gr	2 - 4		3
• Ψωμί σε φέτες	250 gr	2 - 4		3
• Μαύρο ψωμί σε φέτες	250 gr	2 - 4		3
ΦΡΟΥΤΑ				
• Φράουλες, δαμάσκηνα, κεράσια, βερίκοκα	500 gr	8 - 10	Ανακατέψτε 2- 3 φορές	10
• Βατόμουρα	300 gr	5 - 7	Ανακατέψτε 2- 3 φορές	10
• Μούρα	250 gr	3 - 5	Ανακατέψτε 2- 3 φορές	6

* Οι υποδείξεις αυτές είναι κατάλληλες για την εκτέλεση του τεστ ξεπαγώματος κιμά θάσει του Κανονισμού 60705, παρ. 13,3 (βλέπε σελ. 2). Γυρίστε πάνω-κάτω τα τρόφιμα στα μισά του προγραμματισμένου χρόνου. Τα φαγητά για ξεπάγωμα πρέπει να ακουμπούν απευθείας πάνω στο περιστρεφόμενο πιάτο.

Περισσότερες πληροφορίες σχετικά και με τα άλλα τεστ επιδόσεων θάσει του κανονισμού 60705, αναφέρονται στον πίνακα της σελ. 2.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4 - ΧΡΗΣΗ ΤΟΥ ΦΟΥΡΝΟΥ: ΣΥΣΤΑΣΕΙΣ ΚΑΙ ΠΙΝΑΚΕΣ ΧΡΟΝΩΝ

4.2 - ΖΕΣΤΑΜΑ

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 το με διαφανή μεμβράνη (κατάλληλη για φούρνους μικροκυμάτων) ή λαδόχαρτο. Με τον τρόπο αυτό διατηρείται όλη η φυσική γεύση και ο φούρνος παραμένει καθαρός. Μπορείτε επίσης να το σκεπάσετε και με ένα αναποδογυρισμένο πιάτο.
 - αν είναι δυνατόν, ανακατεύετε ή γυρίζετε συχνά για να επιταχύνετε το ζέσταμα
 - προσοχή στους χρόνους που αναγράφονται στη συσκευασία. Έχετε υπόψη ότι, σε ορισμένες περιπτώσεις, οι αναγραφόμενοι χρόνοι 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.

Προσοχή: ορισμένα φαγητά μπορούν να ζεσταθούν εύκολα χρησιμοποιώντας τις αποθηκευμένες συνταγές "ΑΥΤΟΜΑΤΕΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΕΣ" (βλέπε πίνακα στη σελ. 162).

ΠΙΝΑΚΑΣ ΧΡΟΝΩΝ ΖΕΣΤΑΜΑΤΟΣ

ΕΙΔΟΣ	ΠΟΣΟΤΗΤΑ	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ	ΙΣΧΥΣ	ΔΙΑΡΚΕΙΑ Λεπτά	ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ/ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ
ΓΙΑ ΝΑ ΜΑΛΑΚΩΣΕΤΕ ΦΑΓΗΤΑ					
• Σοκολάτα/σιρόπι • Βούτυρο	100 gr 50-70 gr	 "	450 900	4 - 5 0'.10"-0'.15"	Βάλτε τα σε ένα πιάτο. Ανακατέψτε το σιρόπι μία φορά. Για να λειώσετε το βούτυρο, προσθέστε 1 λεπτό
ΦΑΓΗΤΑ ΑΠΟ ΘΕΡΜ. ΨΥΓΕΙΟΥ (5/8°C) έως 20/30°C					
• Γιαούρτι • Μπιμπερό	125 gr 240 gr	" "	900 "	0'.15"-0'.20" 0'.30"-0'.35"	Αφαιρέστε το ασημόχαρτο. Ζεστάνετε το μπιμπερό χωρίς ρόγα και ανακατέψτε για να εξισορροπήσετε τη θερμοκρασία. Ελέγξτε τη θερμοκρασία πριν από την κατανάλωση. Αν το γάλα είναι σε θερμοκρασία περιβάλλοντος, μειώστε λίγο το χρόνο. Για γάλα σε σκόνη ανακατέψτε καλά γιατί τα κατακάθια σκόνης μπορεί να πάρουν φωτιά. Χρησιμοποιείτε μόνο αποστειρωμένο γάλα.
ΠΡΟΜΑΓΕΙΡ. ΦΑΓΗΤΑ ΣΕ ΘΕΡΜ. ΨΥΓΕΙΟΥ. (αρχική θερμοκρασία 5-8°C) έως 70°C					
• Συσκευασία λαζάνια ή ζυμαρικά με γέμιση	400 gr	"	900	3 - 5	Συσκευασίες παντός τύπου προμαγειρευμένων φαγητών του εμπορίου για ζέσταμα στους 70°C. Βγάλτε το φαγητό από τυχόν μεταλλικές συσκευασίες και τοποθετήστε το απευθείας στο πιάτο που θα το σερβίρετε. Για καλύτερα αποτελέσματα το φαγητό πρέπει να είναι πάντα σκεπασμένο.
• Συσκευασία κρέας με ρύζι και/ή λαχανικά	400 gr	"	"	3 - 5	
• Συσκευασία ψάρι και/ή λαχανικά	300 gr	"	"	2 - 4	
• Πιάτο με κρέας ή λαχανικά	400 gr	"	"	4 - 6	Μερίδες παντός τύπου προμαγειρευμένων φαγητών για ζέσταμα στους 70°C.
• Πιάτα ζυμαρικά, κανελόνια ή λαζάνια	400 gr	"	"	4 - 6	Τοποθετήστε το φαγητό απευθείας στο πιάτο που θα το σερβίρετε και σκεπάστε το με διαφανές σελοφάν ή με αναποδογυρισμένο πιάτο.
• Πιάτο με ψάρι και/ή ρύζι	300 gr	"	"	3 - 5	
ΚΑΤΕΨ. ΦΑΓΗΤΑ ΓΙΑ ΖΕΣΤΑΜΑ/ΜΑΓΕΙΡΕΜΑ (αρχική θερμ. -18/-20°C) έως 70°C					
• Συσκευασία λαζάνια ή ζυμαρικά με γέμιση	400 gr	"	900	5 - 7	Προμαγειρευμένα κατεψυγμένα φαγητά για ζέσταμα στους 70°C απευθείας στη συσκευασία τους. Αν η συσκευασία είναι μεταλλική, τοποθετήστε το φαγητό απευθείας στο πιάτο που θα το σερβίρετε και αυξήστε το χρόνο κατά μερικά λεπτά.
• Συσκευασία κρέας με ρύζι και/ή λαχανικά	400 gr	"	"	4 - 6	
• Συσκευασία ψάρι και/ή προμαγειρευμένα λαχανικά	300 gr	"	"	2 - 4	
• Συσκευασία ψάρι και/ή ωμά λαχανικά	300 gr	"	"	6 - 8	Βγάλτε το άψητο φαγητό από τις συσκευασίες, τοποθετήστε το σε σκεύος κατάλληλο για μικροκύματα και σκεπάστε το. Μερίδες παντός τύπου κατεψυγμένων προμαγειρευμένων φαγητών για ζέσταμα στους 70°C.
• Μερίδα κρέας και/ή λαχανικά	400 gr	"	"	5 - 7	Τοποθετήστε το κατεψυγμένο φαγητό στο πιάτο που θα το σερβίρετε και σκεπάστε το με ένα αναποδογυρισμένο πιάτο ή ένα πυρέξ. Βεβαιωθείτε ότι στο κέντρο έχει ζεσταθεί καλά. Αν είναι δυνατόν, ανακατέψτε το φαγητό.
• Μερίδα ζυμαρικά, κανελόνια ή λαζάνια	400 gr	"	"	6 - 8	
• Μερίδα ψάρι και/ή ρύζι	300 gr	"	"	3 - 5	
ΥΓΡΑ & ΑΦΕΨΗΜΑΤΑ ΨΥΓΕΙΟΥ (5-8°C) έως 70°C περίπου					
• 1 φλιτζάνι νερό	180 cc	"	900	1'30" - 2'	Όλα τα υγρά πρέπει να ανακατεύονται στο τέλος του ζεστάματος για να εξισορροπείται η θερμοκρασία.
• 1 φλιτζάνι γάλα	150 cc	"	"	1'.15" - 1'.45"	Για το ζωμό συνιστάται να σκεπάζεται με αναποδογυρισμένο πιάτο.
• 1 φλιτζάνι καφέ	100 cc	"	"	1'.15" - 1'.45"	
• 1 πιάτο ζωμός	300 cc	"	"	3 - 4	
ΥΓΡΑ & ΑΦΕΨ. ΑΠΟ ΘΕΡΜ. ΠΕΡΙΒ. από 20-30° έως 70°C					
• 1 φλιτζάνι νερό	180 cc	"	900	1'.15" - 1'.45"	Όλα τα υγρά πρέπει να ανακατεύονται στο τέλος του ζεστάματος για να εξισορροπείται η θερμοκρασία.
• 1 φλιτζάνι γάλα	150 cc	"	"	1 - 1'.30"	Για το ζωμό συνιστάται να σκεπάζεται με αναποδογυρισμένο πιάτο.
• 1 φλιτζάνι καφέ	100 cc	"	"	0'.45" - 1'.15"	
• 1 πιάτο ζωμός	300 cc	"	"	2 - 3	

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4 - ΧΡΗΣΗ ΤΟΥ ΦΟΥΡΝΟΥ: ΣΥΣΤΑΣΕΙΣ ΚΑΙ ΠΙΝΑΚΕΣ ΧΡΟΝΩΝ

4.3 - ΟΡΕΚΤΙΚΑ, ΠΡΩΤΑ ΠΙΑΤΑ

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)

ΕΙΔΟΣ	ΠΟΣΟΤΗΤΑ	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ	ΙΣΧΥΣ	ΔΙΑΡΚΕΙΑ λεπτά	ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ/ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ
• Λαζάνια	1100 gr	 + 	900 900	8 + 8	Χρόνοι για ωμά ζυμαρικά. Αν τα ζυμαρικά είναι προμαγειρευμένα αρκούν 8 λεπτά μαγειρέματος με λειτουργία MICROGRILL.
• Πατατοκροκέτες	600 gr		900	12	Αποφύγετε την υπερβολική επικάλυψη.
• Μακαρόνια ω γκρατέν	1500 gr		900	8	Πρέπει να βράσετε τα ζυμαρικά από πριν.
• Πιλάφι	300 gr. ρύζι		900	12-15	Τα συστατικά τοποθετούνται όλα μαζί σε σκεύος για μικροκύματα και σκεπάζονται με διαφανές σελοφάν (για 300 gr ρύζι απαιτούνται 750 gr ζωμού με τα μικροκύματα στη μέγιστη ισχύ για 12 -15 λεπτά περίπου).
• Ζυμαρικά					Βλ. κεφάλαιο 3 σελίδα 152
• Τορτελίνια					Βλ. κεφάλαιο 3 σελίδα 152

4.4 - ΚΡΕΑΣ

Το μαγείρεμα εξαρτάται σε σημαντικό βαθμό από το μέγεθος και την ομοιογένεια των φαγητών: τα σουβλάκια ψήνονται πριν από το ψητό γιατί αποτελούνται από μικρότερο και πιο ομοιογενή κομμάτια κρέατος. Για να διατηρηθούν μαλακά τα ψητά, το κοτόπουλο και τα σουβλάκια, προσθέστε 1/2 ποτήρι νερό στην αρχή του μαγειρέματος.

ΕΙΔΟΣ	ΠΟΣΟΤΗΤΑ	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ	ΙΣΧΥΣ	ΔΙΑΡΚΕΙΑ λεπτά	ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ/ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ
• Ψητά (χοιρινό, μοσχάρι)	1000 gr		300	40-45	Αφήστε λίγο λίπος για να μη στεγνώσουν. Μη χρησιμοποιείτε πολύ λάδι, γυρίστε μετά από 30-35 λεπτά.
• Κιμάς ρολό	800 gr		450	25	Ζυμώστε 500 gr μοσχάρι με αυγά, ζαμπόν, τριμμένη φρυγανιά κλπ. Προσθέστε λίγο λάδι και άσπρο κρασί. Γυρίστε στα μισά του χρόνου.
• Κιμάς ρολό	900 gr		700	20	Βλέπε σημείωση *
• Κοτόπουλο ολόκληρο	1200 gr		700	45	Τρυπήστε την πέτσα για να τρέξει το λίπος. Βλ. σημείωση ** Γυρίστε στα μισά του χρόνου.
• Κοτόπουλο κομμάτια	700 gr		700	30	Κατά το μαγείρεμα ανακατέψτε 1 φορά.
• Σουβλάκια	600 gr		450	20	Γυρίστε στα μισά του χρόνου.
• Γκούλας	1500 gr		900	30-35	Μη σκεπάζετε και ανακατέψτε 2-3 φορές.
• Στήθος κοτόπουλο	500 gr		700	10-15	Γυρίστε στα μισά του χρόνου.
• Μπριζόλα μοσχ. ή χοιρινή	3 κομμάτια		-	16-18	Χρησιμοποιήστε την ψηλή σχάρα. Προθερμάνετε το φούρνο για 3 λεπτά. Γυρίστε στα μισά του χρόνου γιατί η αντίσταση του grill ακτινοβολεί μόνο στο πάνω μέρος του φούρνου.
• Λουκάνικα	3 κομμάτια		-	10-12	Χρησιμοποιήστε την ψηλή σχάρα. Προθερμάνετε το φούρνο για 3 λεπτά. Γυρίστε στα μισά του χρόνου γιατί η αντίσταση του grill ακτινοβολεί μόνο στο πάνω μέρος του φούρνου.
• Μπιφτέκια	3 κομμάτια		-	10-12	Χρησιμοποιήστε την ψηλή σχάρα. Προθερμάνετε το φούρνο για 3 λεπτά. Γυρίστε στα μισά του χρόνου γιατί η αντίσταση του grill ακτινοβολεί μόνο στο πάνω μέρος του φούρνου.

* Οι υποδείξεις αυτές είναι κατάλληλες για την εκτέλεση του τεστ μαγειρέματος κιμά βάσει του κανονισμού 60705, παρ. 12.3.3. Σκεπάστε το σκεύος με διαφανή μεμβράνη κατάλληλη για φούρνο μικροκυμάτων. Περισσότερες πληροφορίες σχετικά και με τα άλλα τεστ επιδόσεων βάσει του κανονισμού 60705, αναφέρονται στον πίνακα της σελ. 2.

** Οι υποδείξεις αυτές είναι κατάλληλες για την εκτέλεση του τεστ μαγειρέματος βάσει του κανονισμού 60705, παρ. 12.3.6. Περισσότερες πληροφορίες σχετικά και με τα άλλα τεστ επιδόσεων βάσει του κανονισμού 60705, αναφέρονται στον πίνακα της σελ. 2.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4 - ΧΡΗΣΗ ΤΟΥ ΦΟΥΡΝΟΥ: ΣΥΣΤΑΣΕΙΣ ΚΑΙ ΠΙΝΑΚΕΣ ΧΡΟΝΩΝ

4.5 - ΟΡΝΤΕΒ ΚΑΙ ΛΑΧΑΝΙΚΑ

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

Τα πιο μεγάλα πρέπει να κόβονται σε ομοιόμορφες φέτες. Για κάθε 500 γραμ. λαχανικά προσθέστε περίπου 5 κουταλιές νερό (Τα ινώδη λαχανικά απαιτούν περισσότερο νερό). Τα μαγειρεμένα φαγητά σε λειτουργία ΜΟΝΟ ΜΙΚΡΟΚΥΜΑΤΑ, πρέπει να σκεπάζονται πάντα με διαφανή μεμβράνη κατάλληλη για φούρνους μικροκυμάτων. Ανακατέψτε τουλάχιστον μία φορά στο ήμισυ του χρόνου μαγειρέματος και αλατίστε μόνο στο τέλος.

Προσοχή: οι χρόνοι μαγειρέματος στον πίνακα, είναι μόνο ενδεικτικοί και εξαρτώνται από το βάρος, την αρχική θερμοκρασία του φαγητού και από τη σκληρότητά του.

ΕΙΔΟΣ	ΠΟΣΟΤΗΤΑ	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ	ΙΣΧΥΣ	ΔΙΑΡΚΕΙΑ Λεπτά	ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ/ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ
• Σπαράγγια	500 gr		900	8-9	Κόψτε σε κομμάτια 2 cm
• Αγκινάρες	300 gr		900	10-11	Κατά προτίμηση πάτους αγκινάρας
• Φασολάκια	500 gr		900	10-11	Κόψτε σε κομμάτια
• Μπρόκολα	500 gr		900	6-7	Χωρίστε σε πολλά κομμάτια
• Λαχανάκια Βρυξελών	500 gr		900	6-7	Μην τα κόψετε
• Λάχανο άσπρο	500 gr		900	6-7	Μην το κόψετε
• Λάχανο κόκκινο	500 gr		900	6-7	Μην το κόψετε
• Καρότα	500 gr		900	8-9	Κόψτε σε ίσα κομμάτια
• Κουνουπίδι	500 gr		900	10-11	Χωρίστε σε κομμάτια
• Κουνουπίδι με μπεσαμέλ	1000 gr		900	12-14	Χρόνος με ωμό κουνουπίδι. Αν είναι προμαγειρευμένο, αρκούν 12 μικροκύματα + grill
• Σέλινό	500 gr		900	6-7	Χωρίστε σε κομμάτια
• Μελιτζάνες	800 gr		900	5-6	Κόψτε σε κύβους
• Μελιτζάνες στο grill	4 έτες		-	9-11	Χρησιμοποιήστε την ψηλή σχάρα. Προθερμάνετε για 3 λεπτά. Γυρίστε στα μισά του χρόνου
• Μελιτζάνες με παρμεζάνα	1300 gr		900	9-11	Οι μελιτζάνες μπορεί να είναι ήδη τηγανισμένες ή ψημένες
• Πράσα	500 gr		900	5-6	Μην το κόψετε
• Μανιτάρια	500 gr		900	5-6	Μην τα κόψετε . Δεν χρειάζεται νερό
• Κρεμμύδια	250 gr		900	4-5	Ολόκληρα ίδιου μεγέθους. Δεν χρειάζεται νερό
• Σπανάκι	300 gr		900	5-6	Σκεπάστε αφού το πλύνετε και το στραγγίξετε
• Αρακάς	500 gr		900	9-10	
• Μάραθος	500 gr		900	11-12	Κόψτε στα 4
• Ντομάτες ω γκρατέν	800 gr		300	12-14	Καλό είναι να έχουν το ίδιο μέγεθος
• Πιπεριές	500 gr		900	8-9	Κόψτε σε κομμάτια
• Πιπεριές ω γκρατέν	4 τέταρτα		-	9-11	Χρησιμοποιήστε την ψηλή σχάρα. Προθερμάνετε για 3 λεπτά. Γυρίστε στα μισά του χρόνου
• Πιπεριές γεμιστές	1400 gr		900	15-17	Κατά προτίμηση χαμηλές και πλατιές
• Πατάτες	500 gr		900	7-8	Κόψτε σε ίσα κομμάτια
• Πατάτες ψητές (φρέσκιες)	500 gr		300	25-30	Ανακατέψτε 1-2 φορές
• Πατάτες ψητές (κατεψυγμένες)	600 gr		300	30	Ανακατέψτε 1-2 φορές
• Πατάτες ω γκρατέν	1100 gr (συνολικά)		700	20	Βλέπε σημείωση *
• Κολοκυθάκια	500 gr		900	6-7	Μην τα κόψετε

* Οι υποδείξεις αυτές είναι κατάλληλες για την εκτέλεση του τεστ μαγειρέματος βάσει του κανονισμού 60705, παρ. 12.3.4. Περισσότερες πληροφορίες σχετικά και με τα άλλα τεστ επιδόσεων βάσει του κανονισμού 60705, αναφέρονται στον πίνακα της σελ. 2.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4 - ΧΡΗΣΗ ΤΟΥ ΦΟΥΡΝΟΥ: ΣΥΣΤΑΣΕΙΣ ΚΑΙ ΠΙΝΑΚΕΣ ΧΡΟΝΩΝ

4.6 - 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.

ΕΙΔΟΣ	ΠΟΣΟΤΗΤΑ	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ	ΙΣΧΥΣ	ΔΙΑΡΚΕΙΑ λεπτά	ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ/ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ
• Φιλέτο	300 gr		700	5-7	Σκεπάστε με σελοφάν
• Φέτες	300 gr		700	7-9	Σκεπάστε με σελοφάν
• Ολόκληρο	500 gr		700	8-10	Σκεπάστε με σελοφάν
• Ολόκληρο	250 gr		700	5-7	Σκεπάστε με σελοφάν
• Κομμάτια	400 gr		700	7-9	Σκεπάστε με σελοφάν
• Καραβίδες	500 gr		700	7-9	Σκεπάστε με σελοφάν
• Ψάρι στο φούρνο	600 gr	 	150	30	Προσθέστε λάδι, λίγο σκόρδο, λευκό κρασί και νερό. Μη σκεπάζετε

4.7 - ΓΛΥΚΑ ΚΑΙ ΦΡΟΥΤΑ

Τα γλυκά φουσκώνουν (με χαμηλή ισχύ) πολύ περισσότερο σε σχέση με το κλασικό ψήσιμο. Επειδή δεν κάνουν κρούστα, συνιστάται να γαρνίρετε την επιφάνεια με κρέμες ή με γλασέ (π.χ. σοκολάτας). Πρέπει επίσης να διατηρούνται σκεπασμένα μετά το μαγείρεμα γιατί στεγνώνουν πιο γρήγορα από τα γλυκά που ψήνονται σε κλασικό φούρνο. Για να μαγειρέψετε φρούτα με τη φλούδα πρέπει να τα τρυπήσετε και να τα κρατήσετε σκεπασμένα: είναι σημαντικό να τηρούνται οι χρόνοι ανάπαυσης (3 - 5 λεπτά).

ΕΙΔΟΣ	ΠΟΣΟΤΗΤΑ	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ	ΙΣΧΥΣ	ΔΙΑΡΚΕΙΑ λεπτά	ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ/ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ
Γλυκό με φουντούκια	700 gr		450	13-15	Μπορεί να συνοδεύεται από οποιαδήποτε κρέμα
Τούρτα βιενουά	850 gr		450	17-19	Γαρνίρισμα με μαρμελάδα
Γλυκό με ανανά	800 gr		450	15-17	Οι φέτες του ανανά μπορούν να απλωθούν στον πάτο του σκεύους, ή να κοπούν σε κομμάτια για ανακάτεμα στο μίγμα
Γλυκό με μήλα	1000 gr		450	17-19	Τα μήλα τοποθετούνται ως διακόσμηση στην επιφάνεια
Γλυκό με καφέ	750 gr		450	13-15	Συνιστάται γαρνίρισμα με κρέμα
Ζαμπγιόνε	300 gr		700	2-4	Ανακατεύετε με χτυπητήρι κάθε 30"
Αχλάδια ψητά	300 gr		900	4-6	Τα αχλάδια πρέπει να κόβονται στα τέσσερα
Μήλα ψητά	300 gr		900	5-7	Τα μήλα πρέπει να κόβονται σε φέτες
Egg custard (Αγγλική κρέμα)	750 gr		900	16	Οι υποδείξεις αυτές είναι κατάλληλες για την εκτέλεση των τεστ μαγειρέματος βάσει του κανονισμού 60705, παρ. 12.3.1. Περισσότερες πληροφορίες σχετικά και με τα άλλα τεστ επιδόσεων βάσει του κανονισμού 60705, αναφέρονται στον πίνακα της σελ. 2.
Sponge cake	475 gr		900	7	Οι υποδείξεις αυτές είναι κατάλληλες για την εκτέλεση των τεστ μαγειρέματος βάσει του κανονισμού 60705, παρ. 12.3.2. Περισσότερες πληροφορίες σχετικά και με τα άλλα τεστ επιδόσεων βάσει του κανονισμού 60705, αναφέρονται στον πίνακα της σελ. 2.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4 - ΧΡΗΣΗ ΤΟΥ ΦΟΥΡΝΟΥ: ΣΥΣΤΑΣΕΙΣ ΚΑΙ ΠΙΝΑΚΕΣ ΧΡΟΝΩΝ

4.8 - ΖΕΣΤΑΜΑ/ΜΑΓΕΙΡΕΜΑ ΜΕ ΤΑ ΠΛΗΚΤΡΑ "ΑΥΤΟΜΑΤΕΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΕΣ"

Τα πλήκτρα "ΑΥΤΟΜΑΤΕΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΕΣ" είναι 5 διαφορετικά προγράμματα με αποθηκευμένη διάρκεια μαγειρέματος, ισχύ και θερμοκρασία. Τα προγράμματα αυτά επιτρέπουν **άριστα αποτελέσματα** με τα φαγητά που περιγράφονται στον πίνακα.

ΠΛΗΚΤΡΟ	ΤΙ ΜΠΟΡΕΙΤΕ ΝΑ ΚΑΝΕΤΕ	ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ
(4) BEVERAGES (ΥΓΡΑ)		Αφού ζεστάνετε το υγρό, ανακατέψτε καλά για ομοιόμορφη θερμοκρασία
• Πιέστε 1 φορά	• Ζέσταμα 1 φλιτζανιού καφέ (50 cc) από θερμοκρασία περιβάλλοντος.	
• Πιέστε 2 φορές	• Ζέσταμα ενός φλιτζανιού καφέ (125 cc) από θερμοκρασία περιβάλλοντος.	
• Πιέστε 3 φορές	• Ζέσταμα 1 μεγάλου φλιτζανιού (200 cc) από θερμοκρασία ψυγείου.	
• Πιέστε 4 φορές	• Ζέσταμα 1 πιάτου σούπας (300 cc) από θερμοκρασία ψυγείου.	
(11) READY MEALS (ΕΤΟΙΜΑ ΦΑΓΗΤΑ) από θερμοκρασία ψυγείου (5-8°C		για μερίδες μαγειρεμένου φαγητού, από θερμοκρασία ψυγείου, στο πιάτο σερβιρίσματος (όπου καταναλώνεται). Το φαγητό δεν πρέπει να καλύπτεται. Σε περίπτωση που μαγειρεύετε σε συσκευασμένων φαγητών, βγάλτε το φαγητό από τυχόν ταψάκια/συσκευασίες αλουμινίου και βάλτε το σε πιάτο σερβιρίσματος.
<i>Προσοχή:</i> στο τέλος του ζεστάματος, το φαγητό και τα σκεύη μπορεί να είναι πολύ ζεστά. Χρησιμοποιήστε πιαστράκια ή γάντια φούρνου.		
• Πιέστε 1 φορά	• Ζέσταμα 1 μερίδας (250-350 gr)	
• Πιέστε 2 φορές	• Ζέσταμα 2 μερίδων (450-550 gr)	
(5) PIZZA (ΠΙΤΣΑ) Κατεψυγμένη πίτσα, έτοιμα κατεψυγμένα πιάτα		Τοποθετήστε την πίτσα απευθείας πάνω στο περιστρεφόμενο πιάτο. Τοποθετήστε τη συσκευασία στο περιστρεφόμενο πιάτο, αφαιρώντας τυχόν καλύμματα (φιλμ, σακούλες). Εάν όμως η συσκευασία δεν είναι κατάλληλη για φούρνο μικροκυμάτων (π.χ. μεταλλικά ταψάκια), βγάλτε το φαγητό από τη συσκευασία και βάλτε το σε πιάτο σερβιρίσματος. Ζεστάνετε, χωρίς να σκεπάσετε, στο περιστρεφόμενο πιάτο.
<i>Προσοχή:</i> στο τέλος του ζεστάματος, το φαγητό και τα σκεύη μπορεί να είναι πολύ ζεστά. Χρησιμοποιήστε πιαστράκια ή γάντια φούρνου.		
• Πιέστε 1 φορά	• Ζέσταμα 1 κατεψυγμένης πίτσας (250-500 gr)	
• Πιέστε 2 φορές	• Ζέσταμα 1 μερίδας (250-350 gr)	
• Πιέστε 3 φορές	• Ζέσταμα 2 μερίδων (450-550 gr)	

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4 - ΧΡΗΣΗ ΤΟΥ ΦΟΥΡΝΟΥ: ΣΥΣΤΑΣΕΙΣ ΚΑΙ ΠΙΝΑΚΕΣ ΧΡΟΝΩΝ

4.9 - ΤΑΥΤΟΧΡΟΝΟ ΜΑΓΕΙΡΕΜΑ ΣΕ ΔΥΟ ΕΠΙΠΕΔΑ

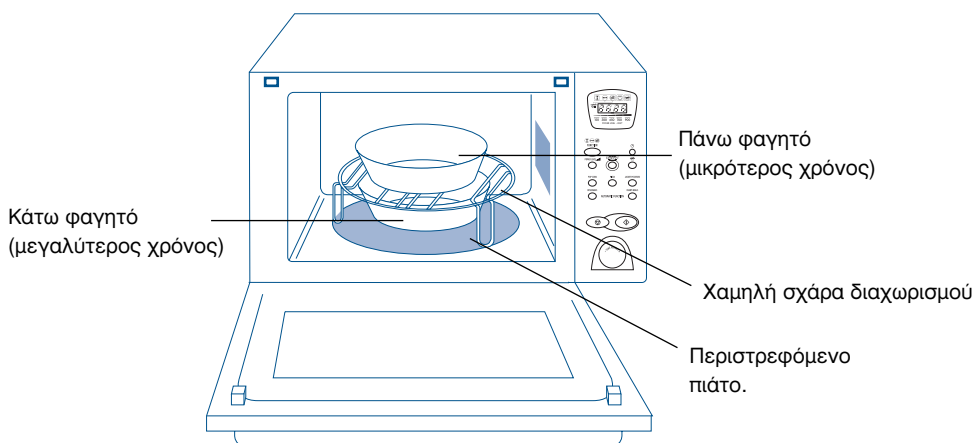
Χρησιμοποιώντας τη χαμηλή σχάρα διαχωρισμού (F) στη λειτουργία μόνο μικροκυμάτων, μπορείτε να ξεπαώσετε, να ζεσάνετε και να μαγειρέψετε ταυτόχρονα φαγητά, ακόμη κι αν διαφέρουν, σε δύο διαφορετικά επίπεδα. Το ειδικό σύστημα διπλής εκπομπής των μικροκυμάτων επιτρέπει την καλύτερη δυνατή κατανομή της ενέργειας.

Όταν θέλετε να μαγειρέψετε δύο πιάτα ταυτόχρονα, αρκεί να έχετε υπόψη αυτούς τους απλούς κανόνες:

- 1) Οι χρόνοι μαγειρέματος των φαγητών που μαγειρεύονται ταυτόχρονα, είναι διαφορετικοί από τους χρόνους του ανεξάρτητου μαγειρέματος.
Ελέγχετε συνεπώς πάντα τον πίνακα αναφοράς στη σελ. 163.

Χρόνοι ταυτόχρονου μαγειρέματος	
Πατάτες (επάνω)	16 min
Γκούλας (κάτω)	40 min
Χρόνοι ανεξάρτητου μαγειρέματος	
Πατάτες	7 - 8 min
Γκούλας	30 - 35 min

- 2) Βάζετε ΠΑΝΤΑ στη ΧΑΜΗΛΗ ΣΧΑΡΑ ΔΙΑΧΩΡΙΣΜΟΥ το φαγητό που απαιτεί λιγότερο χρόνο: έτσι είναι πιο εύκολο να βγάλετε το πάνω σκεύος.
Βγάλτε τη σχάρα και ολοκληρώστε το μαγείρεμα του κάτω φαγητού.



- 3) Τηρείτε τις οδηγίες και τις συμβουλές των πινάκων. Ειδικότερα, ελέγχετε πάντα αν τα φαγητά για ζέσταμα είναι πολύ ζεστά πριν τα βγάλετε.
Στο τέλος του μαγειρέματος, όταν βγάλετε το φαγητό που βρίσκεται πάνω στη σχάρα, συνιστάται να βγάξετε και τη σχάρα.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4 - ΧΡΗΣΗ ΤΟΥ ΦΟΥΡΝΟΥ: ΣΥΣΤΑΣΕΙΣ ΚΑΙ ΠΙΝΑΚΕΣ ΧΡΟΝΩΝ

ΠΙΝΑΚΕΣ ΜΑΓΕΙΡΕΜΑΤΟΣ ΣΕ ΔΥΟ ΕΠΙΠΕΔΑ

Χρόνοι ξεπαγώματος

Είδος	Θέση σκεύους	Ποσότητα g.	Ισχύς	Λεπτά	Σημειώσεις
• Κιμάς	Πάνω	500	☉	20	Γυρίστε το κρέας μετά από 10'.
• Κιμάς	κάτω	500	☉	20	Στο τέλος αφήστε το σε ανάπαυση για 15 λεπτά.
• Κοτόπουλο κομμάτια	Πάνω	500	☉	24	Χωρίστε τα κομμάτια του κρέατος κατά το ξεπάγωμα.
• Κομμάτια κρέας	κάτω	500	☉	24	Στο τέλος αφήστε το σε ανάπαυση για 15 λεπτά.
• Κουνουπίδι	Πάνω	450	☉	22	Στο τέλος αφήστε το σε ανάπαυση για 15 λεπτά.
• Ψάρι ολόκληρο	κάτω	500	☉	22	Στο τέλος αφήστε το σε ανάπαυση για 15 λεπτά.

Χρόνοι ζεστάματος

Είδος	Θέση σκεύους	Ποσότητα g.	Ισχύς	Λεπτά	Σημειώσεις
• Μεριδα κρέας	Πάνω	150	900	6	Σκεπάστε το φαγητό με διαφανή μεμβράνη
• Μεριδα λαχανικών	κάτω	250	900	6	Σκεπάστε το φαγητό με διαφανή μεμβράνη
• Πιάτο λαζάνια	Πάνω	500	900	9	Σκεπάστε το φαγητό με διαφανή μεμβράνη
• Πιάτο λαζάνια	κάτω	500	900	9	Σκεπάστε το φαγητό με διαφανή μεμβράνη
• Μεριδα κρέας	Πάνω	150	900	6	Σκεπάστε το φαγητό με διαφανή μεμβράνη
• Πιάτο λαζάνια	κάτω	500	900	8	Σκεπάστε το φαγητό με διαφανή μεμβράνη

Χρόνοι μαγειρέματος

Είδος	Θέση σκεύους	Ποσότητα g.	Ισχύς	Λεπτά	Σημειώσεις
• Πατάτες	Πάνω	500	900	16	Κόψτε σε ίσα κομμάτια και σκεπάστε με διαφανή μεμβράνη
• Πατάτες	κάτω	500	900	16	Κόψτε σε ίσα κομμάτια και σκεπάστε με διαφανή μεμβράνη
• Καρότα	Πάνω	500	900	18	Κόψτε σε ίσα κομμάτια και σκεπάστε με διαφανή μεμβράνη
• Καρότα	κάτω	500	900	18	Κόψτε σε ίσα κομμάτια και σκεπάστε με διαφανή μεμβράνη
• Κολοκυθάκια	Πάνω	475	900	14	Μην τα κόψετε και σκεπάστε με διαφανή μεμβράνη. Μετά από 14' βγάλτε τη σχάρα.
• Ψάρι σε φέτες	κάτω	400	900	16	Σκεπάστε με σελοφάν.
• Κολοκυθάκια	Πάνω	475	900	13	Μην τα κόψετε και σκεπάστε με διαφανή μεμβράνη. Μετά από 13' βγάλτε τη σχάρα.
• Ψάρι ολόκληρο	κάτω	200	900	14	Σκεπάστε με σελοφάν.
• Ψάρι ολόκληρο	Πάνω	200	900	14	Σκεπάστε με σελοφάν.
• Ψάρι ολόκληρο	κάτω	200	900	14	Σκεπάστε με σελοφάν.
• Πατάτες	Πάνω	500	900	16	Κόψτε σε ίσα κομμάτια και σκεπάστε με διαφανή μεμβράνη
• Γκούλας	κάτω	1500	900	40	Μετά από 16' βγάλτε τη σχάρα. Ανακατέψτε 2-3 φορές.
• Λάχανο άσπρο	Πάνω	500	900	14	Αφήστε το ολόκληρο και σκεπάστε το με μεμβράνη. Μετά από 14' βγάλτε τη σχάρα.
• Ρύζι	κάτω	300	900	20	Σκεπάστε με μεμβράνη και ανακατέψτε 2 φορές.
• Λαχανάκια Βρυξελών	Πάνω	500	900	14	Σκεπάστε με σελοφάν. Μετά από 14' βγάλτε τη σχάρα.
• Αρακάς	κάτω	500	900	18	Σκεπάστε με σελοφάν.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5 - ΣΥΝΤΗΡΗΣΗ ΚΑΙ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΣ

5.1 ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΣ

Πριν από κάθε ενέργεια συντήρησης ή καθαρισμού, αποσυνδέετε πάντα το φισ από την πρίζα του ρεύματος και περιμένετε να κρυώσει ο φούρνος.

Χάρη στο ειδικό σμάλτο με το οποίο είναι επενδυμένο το εσωτερικό του φούρνου σας, που δεν παρακρατά τις πιτσιλιές από το φαγητό, ο καθαρισμός είναι πολύ απλός. Διατηρείτε πάντα καθαρό από λίπος ή πιτσιλιές και το καπάκι εξόδου μικροκυμάτων (C). Μη χρησιμοποιείτε σκόνες καθαρισμού, σύρματα κουζίνας ή μυτερά μεταλλικά εργαλεία όταν καθαρίζετε την εξωτερική επιφάνεια του φούρνου. Επίσης, προσέξτε να μην εισχωρήσει νερό ή υγρό απορρυπαντικό μέσα στις σχισμές εξόδου αέρα και υδρατμών που βρίσκονται πάνω στη συσκευή. Επίσης συνιστάται να μη χρησιμοποιείτε οινόπνευμα, σκόνες καθαρισμού και απορρυπαντικά με αμμωνία για να καθαρίσετε τις επιφάνειες της πόρτας.

Για να εξασφαλίσετε το τέλειο κλείσιμο, διατηρείτε πάντα καθαρή την εσωτερική πλευρά της πόρτας, και την πρόσοψη 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 σκόνη ή βρωμίες.

Κάθε τόσο είναι απαραίτητο να βγάζετε το περιστρεφόμενο πιάτο (H) και το αντίστοιχο στήριγμα (I) για να τα καθαρίσετε, καθώς και για να καθαρίσετε τον πάτο του φούρνου.

Πλύντε το περιστρεφόμενο πιάτο και το στήριγμά του με νερό και ουδέτερο σαπούνι, ακόμα και στο πλυντήριο πιάτων.

Μη βυθίζετε το περιστρεφόμενο πιάτο σε κρύο νερό μετά από ένα παρατεταμένο ζέσταμα. Η απότομη μεταβολή της θερμοκρασίας θα το έσπαζε. Το μοτέρ του περιστρεφόμενου πιάτου είναι στεγανό.

Παρόλα αυτά, όταν καθαρίζετε τον πάτο, προσέξτε ώστε το νερό να μην εισχωρήσει κάτω από το στροφέα του περιστρεφόμενου πιάτου (D) και να μην τρέξει νερό από τα ανοίγματα στον πάτο του φούρνου (βλ. εικόνα).

Πώς να καθαρίσετε το εξάρτημα για ζυμαρικά.

Το σκεύος (L), το καπάκι (N) και ο αναδευτήρας (O) μπορούν να πλυθούν σε πλυντήριο πιάτων.

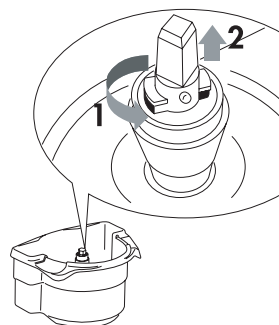
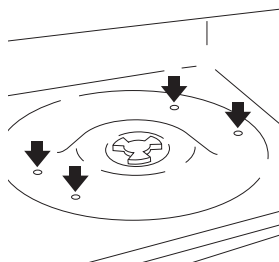
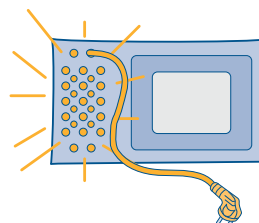
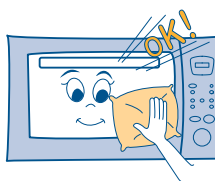
Συνιστάται να βγάζετε τον κεντρικό άξονα (P) από το σκεύος.

Ο κεντρικός άξονας (P) είναι ασφαλισμένος στο σκεύος (L).

Ωστόσο, για τον καθαρισμό, μπορείτε να τον αφαιρέσετε γυρνώντας τον έτσι ώστε τα πτερύγια να συμπέσουν με τις αντίστοιχες οπές και πιέζοντας ελαφρά προς τα κάτω.

Βεβαιωθείτε ότι το πορτάκι (Q) του καπακιού (N) περιστρέφεται/ανοίγει ελεύθερα και διατηρείται πάντα καθαρό, όπως καθαρές πρέπει να διατηρούνται οι τρύπες για το σύρωμα του νερού.

Βεβαιωθείτε ότι τα εξαρτήματα έχουν στεγνώσει καλά πριν τα ξαναχρησιμοποιήσετε.



ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5 - ΣΥΝΤΗΡΗΣΗ ΚΑΙ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΣ

5.2 ΣΥΝΤΗΡΗΣΗ

Αν φαίνεται πως κάτι δεν λειτουργεί σωστά ή σε περίπτωση που παρουσιαστεί κάποια βλάβη, απευθυνθείτε στο Σέρβις της αντιπροσωπείας. Πάντως, πριν καλέσετε τους τεχνικούς μας, ενδείκνυται να κάνετε τους ακόλουθους ελέγχους:

ΠΡΟΒΛΗΜΑ	ΑΙΤΙΑ/ΛΥΣΗ
Η συσκευή δεν 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).
Υγρασία στην επιφάνεια στήριξης, στο εσωτερικό του φούρνου και γύρω από την πόρτα	Όταν μαγειρεύετε φαγητά που περιέχουν νερό, είναι φυσιολογικό να σχηματίζονται υδρατμοί στο εσωτερικό του φούρνου ή πάνω στον πάγκο ή γύρω από την κορνίζα της πόρτας.
Σπινθήρες στο εσωτερικό του φούρνου	- Μην ανάβετε το φούρνο χωρίς φαγητά στις λειτουργίες με μικροκύματα. - Μη χρησιμοποιείτε μεταλλικά σκεύη για το μαγείρεμα σε φούρνους μικροκυμάτων, ούτε σακούλες ή συσκευασίες με μεταλλικά μέρη.
Το φαγητό δεν ζεσταίνεται ή δεν θράζει αρκετά	- Επιλέξτε το σωστό τρόπο μαγειρέματος ή αυξήστε το χρόνο - Το φαγητό δεν είχε ξεπαγώσει εντελώς πριν το μαγείρεμα.
Το φαγητό καίγεται	Επιλέξτε το σωστό τρόπο μαγειρέματος ή μειώστε το χρόνο.
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
Δεν μπορείτε να επιλέξετε τη λειτουργία για ΖΥΜΑΡΙΚΑ, δεν εμφανίζεται η ένδειξη ΖΥΜΑΡΙΚΑ	Βεβαιωθείτε ότι το υποστήριγμα του εξαρτήματος για ζυμαρικά (M) έχει προσαρμόσει σωστά στον πάτο του φούρνου και ότι οι προεξοχές έχουν εφαρμόσει στις αντίστοιχες υποδοχές. Το σκεύος πρέπει να είναι σωστά τοποθετημένο στο υποστήριγμα του εξαρτήματος για ζυμαρικά (M).
Το ζυμαρικά φαίνονται καμένα μετά το μαγείρεμα.	Βεβαιωθείτε ότι τα ζυμαρικά στην αρχή καλύπτονται εντελώς από το νερό.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Σε περίπτωση βλάβης του λαμπτήρα φωτισμού, μπορείτε να συνεχίσετε να χρησιμοποιείτε τη συσκευή χωρίς προβλήματα.
Για την αντικατάσταση του λαμπτήρα, απευθυνθείτε στο Σέρβις της αντιπροσωπείας.