

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΚΕΦ. 1 - ΓΕΝΙΚΑ	
1.1	Σημαντικές προειδοποιήσεις για την ασφάλεια..σελ 25
1.2	Τεχνικά χαρακτηριστικά.....σελ 26
1.3	Εγκατάσταση και ηλεκτρική σύνδεσησελ 26
1.4	Αξεσουάρ που χορηγούνταισελ 27
1.5	Σκεύη που πρέπει να χρησιμοποιούνται.....σελ 28
1.6	Βασικοί κανόνες για το μαγείρεμα στο φούρνο μικροκυμάτωνσελ 29
ΚΕΦ. 2 - ΧΡΗΣΗ ΤΩΝ ΧΕΙΡΙΣΤΗΡΙΩΝ ΚΑΙ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ ΤΩΝ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΩΝ	
2.1	Πώς να ρυθμίσετε την ώρα.....σελ 30
2.2	Πώς να προγραμματίσετε το μαγείρεμασελ 31
2.3	Αυτόματη διαδικασία ξεπατώματος και μαγειρέματος 33
2.4	Πώς να ανακαλέσετε τις αποθηκευμένες συνταγές (πλήκτρα "Automatic function")σελ 34
2.5	Γρήγορο ζέσταμασελ 34
2.6	Ασφάλεια παιδιώνσελ 34
2.7	Πλήκτρο ακινητοποίησης πιάτουσελ 34
2.8	Λειτουργία "Memotime".....σελ 34
ΚΕΦ. 3 - ΧΡΗΣΗ ΤΟΥ ΦΟΥΡΝΟΥ: ΣΥΣΤΑΣΕΙΣ ΚΑΙ ΠΙΝΑΚΕΣ ΧΡΟΝΩΝ	
3.1	Ξεπάγωμα.....σελ 35
3.2	Ζέσταμα.....σελ 36
3.3	Μαγείρεμα ορεκτικών, πρώτων πιάτων.....σελ 37
3.4	Κρέας.....σελ 37
3.5	Ορντέβ και λαχανικά.....σελ 38
3.6	Ψάρι.....σελ 39
3.7	Γλυκά και τούρτες.....σελ 39
3.8	Ζέσταμα/μαγείρεμα με τα πλήκτρα "Automatic function".σελ 40
ΚΕΦ. 4 - ΣΥΝΤΗΡΗΣΗ ΚΑΙ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΣ	
4.1	Καθαρισμός.....σελ 41
4.2	Συντήρησησελ 42

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: 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. Μην αφήνετε να πλησιάζουν τα παιδιά όταν ο φούρνος είναι σε λειτουργία (κίνδυνος εγκαυμάτων).
- 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 πρόσωσης 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 πρόσωσης 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.
- 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 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) 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



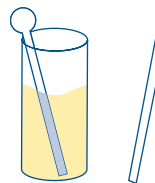
ΕΙΚ. 1



ΕΙΚ. 2



ΕΙΚ. 3



ΕΙΚ. 4



ΕΙΚ. 5

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1 - ΓΕΝΙΚΑ

αρχίσετε το ζέσταμα υγρών, ένα πλαστικό κουταλάκι ή ένα γυάλινο μπαστούνακι. 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 δγει λίγος καπνός. Αυτό οφείλεται στις προστατευτικές ουσίες που υπάρχουν επάνω στις αντιστάσεις.

1.2 ΤΕΧΝΙΚΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ

• ΚΑΤΑΝΑΛΩΣΗ ΕΝΕΡΓΕΙΑΣ (Κανονισμοί CENELEC HD 376)

Για να φτάσει τους 200 °C	0,35 kWh
Για να διατηρήσει θερμοκρασία 200°C επί 1 ώρα	1,15 kWh
Ολική κατανάλωση	1,5 kWh

• ΑΠΟΔΟΣΗ ΙΣΧΥΟΣ ΜΙΚΡΟΚΥΜΑΤΩΝ: 1000 W (IEC705)

Για περισσότερα στοιχεία, συμβουλευθείτε την πινακίδα χαρακτηριστικών, στο πίσω μέρος της συσκευής. Η συσκευή αυτή συμμορφούται στις Οδηγίες EOK 89/336 και 92/31 όσον αφορά την Ηλεκτρομαγνητική Συμβατότητα, και στην Οδηγία 89/109/EOK για τα υλικά που έρχονται σε επαφή με τρόφιμα.

Α Π Ο Δ Ο Σ Η Ι Σ Χ Υ Ο Σ

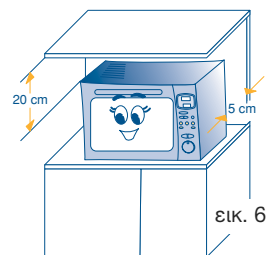
Η αποδιδόμενη ισχύς σε WATT του φούρνου αναγράφεται πάνω στην πινακίδα χαρακτηριστικών στο πίσω μέρος της συσκευής με την ένδειξη **MICRO OUTPUT**. Για την ανάγνωση των πινάκων έχετε πάντα υπόψη την ισχύ του φούρνου σας! Θα σας φανεί χρήσιμη όταν συμβουλευέστε τις συνταγές για φούρνους μικροκυμάτων που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



Σε ορισμένα μοντέλα, η μέγιστη αποδιδόμενη ισχύς σε WATT, αναγράφεται και δίπλα από το σύμβολο που απεικονίζεται στο ταμπλό.

1.3 ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΚΑΙ ΗΛΕΚΤΡΙΚΗ ΣΥΝΔΕΣΗ

- 1) Βγάλτε το φούρνο από τη συσκευασία του, αφαιρέστε την προστασία που περιέχει το περιστρεφόμενο πιάτο (H), το αντίστοιχο στήριγμα (I) και τα αξεσουάρ. Βεβαιωθείτε ότι ο στροφέας του περιστρεφόμενου πιάτου (D) είναι σωστά τοποθετημένος στη θέση του στο κέντρο του περιστρεφόμενου πιάτου.
- 2) Καθαρίστε το εσωτερικό με ένα υγρό και μαλακό πανί.
- 3) Βεβαιωθείτε ότι δεν υπάρχουν ζημιές που οφείλονται στη μεταφορά και ειδικότερα ότι η πόρτα ανοίγει και κλείνει σωστά.
- 4) 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.
- 5) **Αφού τοποθετήσετε τη συσκευή πάνω στον πάγκο, βεβαιωθείτε ότι υπάρχει μια απόσταση περίπου 5 cm από τα πλαϊνά και πίσω τοιχώματα, και τουλάχιστον 20 cm πάνω από το φούρνο (εικ. 6).**
- 6) 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. 7).

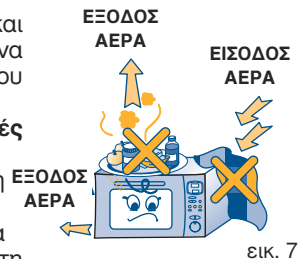


ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1 - ΓΕΝΙΚΑ

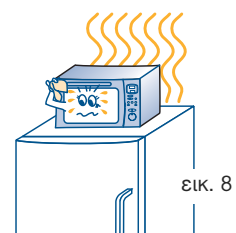
- 7) Τοποθετήστε στο κέντρο της κυκλικής έδρας το στήριγμα (I) και ακουμπήστε το περιστρεφόμενο πιάτο (H). Ο στροφέας (D) πρέπει να συμπίπτει με την αντίστοιχη θέση στο κέντρο του περιστρεφόμενου πιάτου.

ΠΡΟΣΟΧΗ: μην τοποθετείτε το φούρνο πάνω ή κοντά σε πηγές θερμότητας (για παράδειγμα πάνω από το ψυγείο) (εικ. 8).

- 8) Συνδέετε τη συσκευή μόνο σε πρίζες ρεύματος με παροχή τουλάχιστον 16Α.
Βεβαιωθείτε επίσης ότι ο γενικός διακόπτης του σπιτιού σας έχει μια ελάχιστη παροχή 16Α ώστε να αποφύγετε πιθανή πτώση κατά τη λειτουργία του φούρνου.
- 9) Τοποθετήστε τη συσκευή έτσι ώστε η προσπέλαση στο φιν και την πρίζα να είναι εύκολη και μετά την εγκατάσταση.
- 10) 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.



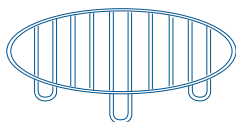
ΕΙΚ. 7



ΕΙΚ. 8

ΕΛΛΗΝΙΚΑ

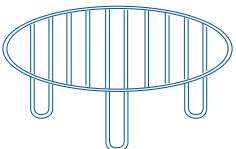
1.4 ΑΞΕΣΟΥΑΡ ΠΟΥ ΧΟΡΗΓΟΥΝΤΑΙ



ΧΑΜΗΛΗ ΣΧΑΡΑ

Λειτουργία μόνο αερόθερμου φούρνου:

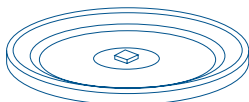
για όλα τα κλασικά μαγειρέματα, ειδικά για ψήσιμο γλυκών.



ΨΗΛΗ ΣΧΑΡΑ

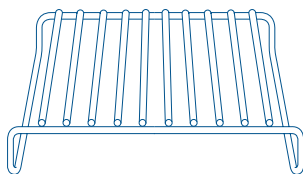
Λειτουργία μόνο grill:

για όλα τα φαγητά στο grill.



ΠΕΡΙΣΤΡΕΦΟΜΕΝΟ ΠΙΑΤΟ

Το περιστρεφόμενο πιάτο πρέπει να χρησιμοποιείται με όλες τις λειτουργίες.



ΟΡΘΟΓΩΝΙΑ ΣΧΑΡΑ

Λειτουργία μόνο αερόθερμου φούρνου

Για όλα τα κλασικά μαγειρέματα σε ορθογώνια πυρέξ μεγάλων διαστάσεων. Φυσικά πρέπει να ανακατεύετε ή να γυρίζετε το φαγητό κατά το μαγείρεμα. Ακουμπήστε αυτή τη σχάρα απευθείας πάνω στον πάτο του φούρνου. Μπορείτε να αφήσετε στη θέση του το περιστρεφόμενο πιάτο (H). **Δεν μπορεί να χρησιμοποιηθεί για το μαγείρεμα με μικροκύματα.**

Συνδυασμένη λειτουργία μικροκυμάτων + αερόθερμου φούρνου μικροκυμάτων + grill
για γρήγορο μαγείρεμα κρέατος, πατατών, ορισμένων γλυκών που φουσκώνουν και φαγητών ω γκρατέν (π.χ. λαζάνια).

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1 - ΓΕΝΙΚΑ

1.5 ΣΚΕΥΗ ΠΟΥ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΟΥΝΤΑΙ

Στη λειτουργία μόνο μικροκυμάτων και στις συνδυασμένες λειτουργίες 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 **μόνο με 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 αερόθερμος φούρνος"** ή **"Μόνο grill"**, μπορείτε να χρησιμοποιήσετε όλα τα σκεύη για φούρνο.

Πάντως, ακολουθήστε τα όσα αναφέρονται στον παρακάτω πίνακα:

	Γυάλινα	Πυρέξ	Γαλοκεραμικά	Πήλινα	Αλουμινό χαρτο	Πλαστικά	Χαρτί ή χαρτόνι	Μεταλλ. σκεύη
Λειτουργία "Μόνο μικροκύματα"	ΝΑΙ	ΝΑΙ	ΝΑΙ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΝΑΙ	ΝΑΙ	ΟΧΙ
"Συνδυασμένες" λειτουργίες	ΟΧΙ	ΝΑΙ	ΝΑΙ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΟΧΙ	ΟΧΙ	ΟΧΙ
Λειτουργία "Μόνο αερόθερμου" "Μόνο grill"	ΟΧΙ	ΝΑΙ	ΝΑΙ	ΝΑΙ	ΝΑΙ	ΟΧΙ	ΟΧΙ	ΝΑΙ

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.

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. βραστάς 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.

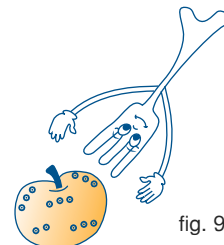


fig. 9

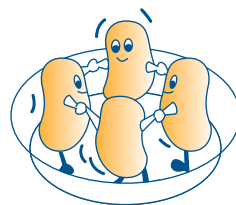


fig. 10

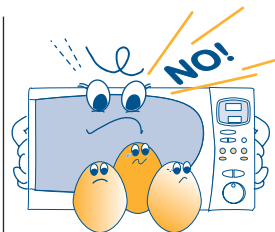
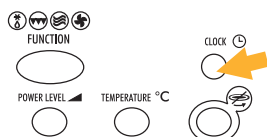


fig. 11

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2- ΧΡΗΣΗ ΤΩΝ ΧΕΙΡΙΣΤΗΡΙΩΝ ΚΑΙ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ ΤΩΝ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΩΝ

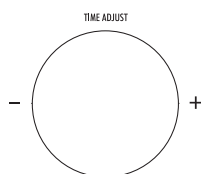
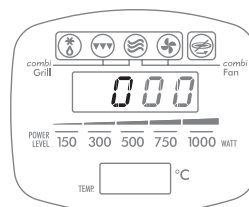
2.1 ΠΩΣ ΝΑ ΡΥΘΜΙΣΕΤΕ ΤΗΝ ΩΡΑ

- 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:



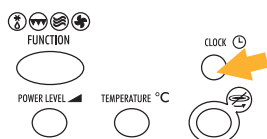
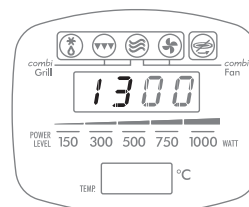
- 1** Πιέστε το πλήκτρο **CLOCK** ⌚ (6).

(Στην οθόνη 1 αναβοσβήνει η ένδειξη της ώρας).



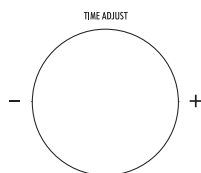
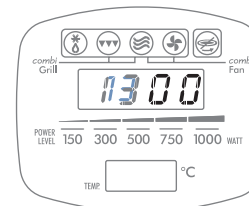
- 2** Προγραμματίστε την επιθυμητή ώρα γυρνώντας το διακόπτη **TIME ADJUST** (14).

(Στην οθόνη 1 αναβοσβήνει η ένδειξη της ώρας).



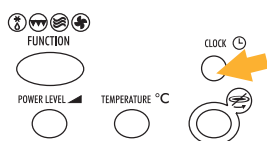
- 3** Πιέστε πάλι το πλήκτρο **CLOCK** ⌚ (6).

(Στην οθόνη 1 αναβοσβήνει η ένδειξη των λεπτών).



- 4** Προγραμματίστε την επιθυμητή ένδειξη γυρνώντας το διακόπτη **TIME ADJUST** (14).

(Στην οθόνη 1 αναβοσβήνει η ένδειξη των λεπτών).



- 5** Πιέστε πάλι το πλήκτρο **CLOCK** ⌚ (6).

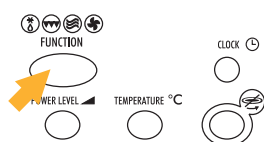
(Στην οθόνη εμφανίζεται η προγραμματισμένη ώρα).



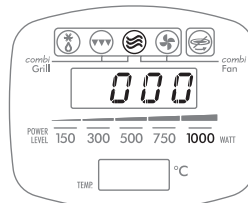
- Αν θέλετε να αλλάξετε την ώρα στην οθόνη μετά τη ρύθμισή της, πιέστε το πλήκτρο **CLOCK** ⌚ (6) και στη συνέχεια ρυθμίστε πάλι την ώρα όπως περιγράφεται παραπάνω.
- Μπορείτε να εμφανίσετε την τρέχουσα ώρα και μετά την έναρξη της προγραμματισμένης λειτουργίας, πιέζοντας το πλήκτρο **CLOCK** ⌚ (6) (η ώρα εμφανίζεται επί 2 δευτερόλεπτα).

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2- ΧΡΗΣΗ ΤΩΝ ΧΕΙΡΙΣΤΗΡΙΩΝ ΚΑΙ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ ΤΩΝ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΩΝ

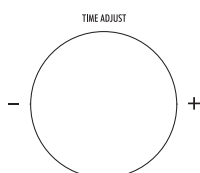
2.2 ΠΩΣ ΝΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΤΕ ΤΟ ΜΑΓΕΙΡΕΜΑ



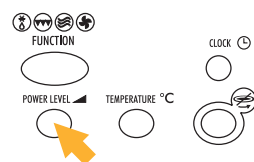
- 1** Πιέστε το πλήκτρο **FUNCTION** (3) (επιλογή λειτουργιών) και επιλέξτε την επιθυμητή λειτουργία, που εμφανίζεται με το άναμμα των αντίστοιχων συμβόλων πάνω από την οθόνη 1. Οι διαθέσιμες λειτουργίες είναι:



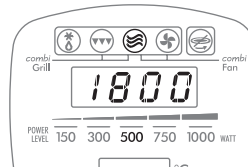
ΕΝΔΕΙΞΗ	ΕΠΙΛΕΓΜΕΝΗ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ	ΕΝΔΕΙΞΗ	ΕΠΙΛΕΓΜΕΝΗ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ
	μόνο μικροκύματα		μικροκύματα και grill
	αυτόματο ξεπάγωμα		μόνο αερόθερμος φούρνος
	μικροκύματα και αερόθερμος φούρνος		μόνο grill



- 2** Προγραμματίστε τη διάρκεια του μαγειρέματος σε λεπτά, γυρνώντας το διακόπτη **TIME ADJUST** (14). Για την επιλογή της διάρκειας, συμβουλευέστε πάντα τους πίνακες στο Κεφάλαιο 3.



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

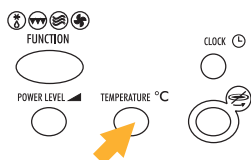


επιλέξτε την ισχύ των μικροκυμάτων πιέζοντας κατ' επανάληψη το πλήκτρο **POWER LEVEL** (5) έως ότου αρχίσει να αναβοσβήνει η επιθυμητή ισχύς που εκφράζεται με αριθμούς στην οθόνη 2 (κάτω). Για την επιλογή της ισχύος, συμβουλευέστε πάντα τους πίνακες στο Κεφάλαιο 3.

Σημειώσεις:

- δεν είναι αναγκαίο να επιλέξετε καμία ισχύ μικροκυμάτων στη λειτουργία αυτόματου ξεπαγώματος.
- στη λειτουργία μικροκύματα + αερόθερμος φούρνος η μέγιστη ισχύς μικροκυμάτων που μπορείτε να επιλέξετε είναι 750 Watt.
- η αλλαγή της προγραμματισμένης ισχύος μπορεί να γίνει και κατά τη διάρκεια του μαγειρέματος, πιέζοντας απλά το πλήκτρο **POWER LEVEL** (5).

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2- ΧΡΗΣΗ ΤΩΝ ΧΕΙΡΙΣΤΗΡΙΩΝ ΚΑΙ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ ΤΩΝ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΩΝ



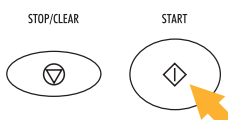
- 4** Στις λειτουργίες: **μικροκύματα και αερόθερμος φούρνος**
μόνο αερόθερμος φούρνος



επιλέξτε τη θερμοκρασία μαγειρέματος πιέζοντας κατ' επανάληψη το πλήκτρο **TEMPERATURE °C** (4) έως ότου εμφανιστεί η επιθυμητή θερμοκρασία στην οθόνη 2 (κάτω). Για την επιλογή της θερμοκρασίας, συμβουλευέστε πάντα τους πίνακες στο Κεφάλαιο 3.

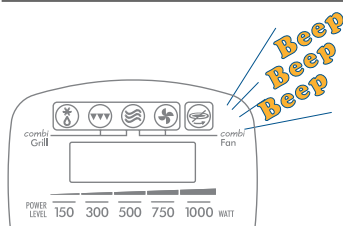
Σημειώσεις:

- μετά την έναρξη του μαγειρέματος, η οθόνη 2 εμφανίζει την πραγματική αύξηση της θερμοκρασίας στο εσωτερικό του φούρνου.
- αφού επιτευχθεί η προγραμματισμένη θερμοκρασία, εκπέμπεται ένα ηχητικό σήμα (3 μπιπ). Στην οθόνη 2 θα εμφανίζεται στη συνέχεια η προγραμματισμένη θερμοκρασία.
- μπορείτε να αλλάξετε την προγραμματισμένη θερμοκρασία, ακόμη και κατά τη διάρκεια του μαγειρέματος, πιέζοντας απλά το πλήκτρο **TEMPERATURE °C** (4).



- 5** Ξεκινήστε το μαγείρεμα πιέζοντας το πλήκτρο **START** (13). Στην οθόνη 1 εμφανίζεται η αντίστροφη μέτρηση του χρόνου ως το τέλος του μαγειρέματος και, αν προβλέπεται από τη λειτουργία, η θερμοκρασία του φούρνου στην οθόνη 2.

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



- 6** 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:

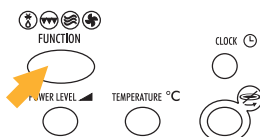
- μπορείτε να ελέγξετε την εξέλιξη του προγραμματισμένου μαγειρέματος ανά πάσα στιγμή, ανοίγοντας την πόρτα και επιθεωρώντας το φαγητό. Διακόπτεται έτσι η εκπομπή μικροκυμάτων και η λειτουργία του φούρνου που αποκαθίστανται ξανακλείνοντας την πόρτα και πιέζοντας το πλήκτρο **START** (13).
- αν για οποιοδήποτε λόγο είναι αναγκαίο να διακόψετε το μαγείρεμα χωρίς να ανοίξετε την πόρτα, αρκεί να πιέσετε το πλήκτρο **STOP/CLEAR** (12).
- για να σταματήσετε το μαγείρεμα, ενεργήστε ως εξής:
 - αν η πόρτα του φούρνου είναι ανοιχτή, πιέστε μία φορά το πλήκτρο **STOP/CLEAR** (12).
 - αν η πόρτα είναι κλειστή και το μαγείρεμα σε εξέλιξη, πιέστε 2 φορές το πλήκτρο **STOP/CLEAR** (12). 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 1 εμφανίζεται η ένδειξη **"COOL"**. Οι ανεμιστήρες και ο λαμπτήρας του φούρνου λειτουργούν (σβήνουν αυτόματα).

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

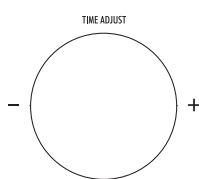
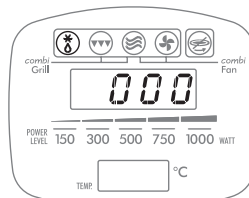
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2- ΧΡΗΣΗ ΤΩΝ ΧΕΙΡΙΣΤΗΡΙΩΝ ΚΑΙ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ ΤΩΝ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΩΝ

2.3 ΑΥΤΟΜΑΤΗ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΞΕΠΑΓΩΜΑΤΟΣ ΚΑΙ ΜΑΓΕΙΡΕΜΑΤΟΣ

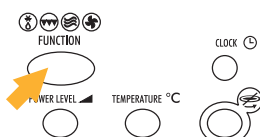
Για να προγραμματίσετε έναν αυτόματο κύκλο ξεπαγώματος και μαγειρέματος, ενεργήστε ως εξής:



- 1** Προγραμματίστε τη λειτουργία **αυτόματο ξεπάγωμα** πιέζοντας δύο φορές το πλήκτρο **FUNCTION** (3) (επιλογή λειτουργιών). Στην οθόνη εμφανίζεται η ένδειξη του αυτόματου ξεπαγώματος.

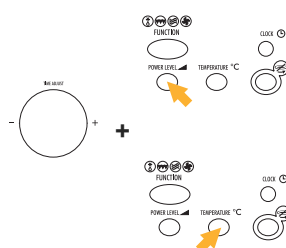
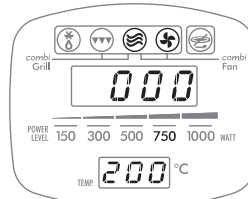


- 2** Προγραμματίστε τη διάρκεια του μαγειρέματος (σε λεπτά), γυρνώντας το διακόπτη **TIME ADJUST** (14).

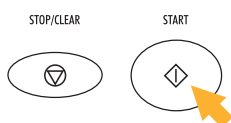
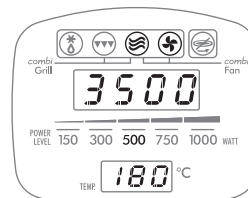


- 3** Προγραμματίστε στη συνέχεια το μαγείρεμα επιλέγοντας την επιθυμητή λειτουργία με το πλήκτρο **FUNCTION** (3) (επιλογή λειτουργιών) έως ότου εμφανιστούν οι αντίστοιχες ενδείξεις.

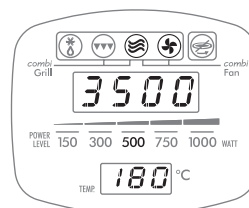
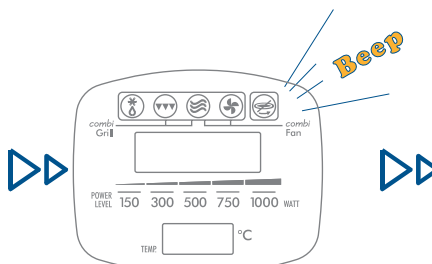
(π.χ. λειτουργία μικροκυμάτων + αερόθερμου φούρνου)



- 4** Ρυθμίστε τη διάρκεια του μαγειρέματος και, αν προβλέπεται από τη λειτουργία, την ισχύ των μικροκυμάτων και τη θερμοκρασία του φούρνου όπως περιγράφεται στην προηγούμενη παράγραφο (παρ. 2.2).

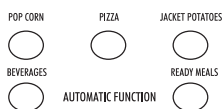


- 5** Πιέστε το πλήκτρο **START** (13). Η μετάβαση από το ξεπάγωμα στο μαγείρεμα υποδεικνύεται από ένα ηχητικό σήμα.

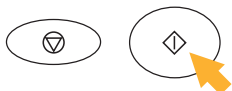


ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2- ΧΡΗΣΗ ΤΩΝ ΧΕΙΡΙΣΤΗΡΙΩΝ ΚΑΙ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ ΤΩΝ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΩΝ

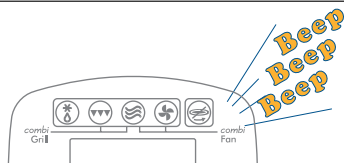
2.4 ΠΩΣ ΝΑ ΑΝΑΚΑΛΕΣΕΤΕ ΤΙΣ ΑΠΟΘΗΚΕΥΜΕΝΕΣ ΣΥΝΤΑΓΕΣ (ΠΛΗΚΤΡΑ AUTOMATIC FUNCTION)



- 1 Πιέστε το επιθυμητό πλήκτρο **"AUTOMATIC FUNCTION"**. (Στην οθόνη αναβοσβήνουν οι ενδείξεις της προγραμματισμένης διάρκειας και θερμοκρασίας και ανάβουν οι ενδείξεις της αποθηκευμένης λειτουργίας και ισχύος). Για την επιλογή του καταλληλότερου μενού, συμβουλευθείτε την παράγραφο 3.8.



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



- 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 **START** (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** (14) 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 ασφαλείας:

- Κρατήστε πατημένο το πλήκτρο **STOP/CLEAR** (12) 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 **STOP/CLEAR** (12) 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 μπλοκάρετε την κίνηση του περιστρεφόμενου πιάτου. Πιέστε το πλήκτρο **ΑΚΙΝΗΤΟΠΟΙΗΣΗ ΠΙΑΤΟΥ** (15), που είναι ενεργό μόνο μετά τον προγραμματισμό της λειτουργίας μαγειρέματος: η λυχνία πάνω δεξιά αρχίζει να αναβοσβήνει.

Αφού πιέσετε **START** (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 **ΑΚΙΝΗΤΟΠΟΙΗΣΗ ΠΙΑΤΟΥ** (15). Στη λειτουργία μόνο μικροκύματα, η μέγιστη ισχύς που μπορεί να χρησιμοποιηθεί είναι 750 W (μειώνεται αυτόματα από τον ηλεκτρονικό έλεγχο, πιέζοντας το πλήκτρο **ΑΚΙΝΗΤΟΠΟΙΗΣΗ ΠΙΑΤΟΥ** (15)).

2.8 ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ "MEMOTIME"

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

- Πιέστε το πλήκτρο **FUNCTION** έως ότου στην οθόνη 2 εμφανιστούν 3 παύλες, επιλέξτε στη συνέχεια τον επιθυμητό χρόνο γυρνώντας το διακόπτη **TIME ADJUST** (14) και πιέστε το πλήκτρο **START** (13).
- Στο τέλος του χρόνου, εκπέμπεται ένα ηχητικό σήμα (3 μπιπ) και στην οθόνη 1 εμφανίζεται η ένδειξη **END**.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3 - ΧΡΗΣΗ ΤΟΥ ΦΟΥΡΝΟΥ: ΣΥΣΤΑΣΕΙΣ ΚΑΙ ΠΙΝΑΚΕΣ ΧΡΟΝΩΝ

3.1 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	ΣΧΑΡΑ ΓΙΑ ΧΡΗΣΗ	ΧΡΟΝΟΣ ΑΝΑΠΑΥΣΗΣ
ΚΡΕΑΣ					
• Ψητά (χοιρινό, βοδινό, μοσχάρι, κλπ.)	1 kg	19 - 21	Γυρίστε από την άλλη πλευρά στα μισά του ξεπαγώματος	Καμία	20
• Μπριζόλες, κοτολέτες, φέτες	200 gr	4 - 6		Καμία	5
• Κομμάτια, γκούλας	500 gr	10 - 12		Καμία	10
• Κιμάς	250 gr	5 - 7		Καμία	15
• Κιμάς	500 gr	10 - 12	Βλέπε σημείωση *	Καμία	15
• Μπιφτέκια	200 gr	5 - 7		Καμία	10
• Λουκάνικα	300 gr	6 - 8		Καμία	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.	Καμία	20
• Κοτόπουλο ολόκληρο	1,5 kg	25 - 27		Καμία	20
• Κοτόπουλο κομμάτια	700 gr	13 - 15		Καμία	10
• Στήθος κοτόπουλο	300 gr	8 - 10		Καμία	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.	Καμία	7
• Κομμάτια	400 gr	8 - 10		Καμία	7
• Ολόκληρο	500 gr	10 - 12		Καμία	7
• Καραβίδες	400 gr	8 - 10		Καμία	7
ΓΑΛΑΚΤΟΚΟΜΙΚΑ					
• Βούτυρο	250 gr	4 - 6	Αφαιρέστε το αλουμινόχαρτο ή τα μεταλλικά μέρη.	Καμία	10
• Τυρί	250 gr	5 - 7	Το τυρί δεν πρέπει να ξεπαγώσει εντελώς.	Καμία	15
• Κρέμα γάλακτος	200 ml	7 - 9	Τηρήστε το χρόνο ανάπαυσης. Η κρέμα γάλακτος πρέπει να τοποθετείται σε πιάτο	Καμία	5
ΨΩΜΙ					
• 2 μέτρια ψωμάκια	150 gr	1 - 2	Τοποθετήστε το ψωμί απευθείας πάνω στο περιστρεφόμενο πιάτο.	Καμία	3
• 4 μέτρια ψωμάκια	300 gr	2 - 4		Καμία	3
• Ψωμί σε φέτες	250 gr	2 - 4		Καμία	3
• Μαύρο ψωμί σε φέτες	250 gr	2 - 4		Καμία	3
ΦΡΟΥΤΑ					
• Φράουλες, δαμάσκηνα, κεράσια, βερίκοκα	500 gr	8 - 10	Ανακατέψτε 2- 3 φορές	Καμία	10
• Βατόμουρα	300 gr	5 - 7	Ανακατέψτε 2- 3 φορές	Καμία	10
• Μούρα	250 gr	3 - 5	Ανακατέψτε 2- 3 φορές	Καμία	6

* Οι υποδείξεις αυτές είναι κατάλληλες για την εκτέλεση του τεστ ξεπαγώματος κιμά βάσει 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 βάσει του κανονισμού 60705, αναφέρονται στον πίνακα της σελ. 2.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3 - ΧΡΗΣΗ ΤΟΥ ΦΟΥΡΝΟΥ: ΣΥΣΤΑΣΕΙΣ ΚΑΙ ΠΙΝΑΚΕΣ ΧΡΟΝΩΝ

3.2 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 ζεστανετε 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 ζεστανετε. 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 "AUTOMATIC FUNCTION" (βλέπε πίνακα στη σελ.40).

ΠΙΝΑΚΑΣ ΧΡΟΝ'Ν ΖΕΣΤΑΜΑΤΟΣ

ΕΙΔΟΣ	ΠΟΣΟΤΗΤΑ	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ	ΙΣΧΥΣ	ΔΙΑΡΚΕΙΑ Λεπτά	ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ/ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ
ΓΙΑ ΝΑ ΜΑΛΑΚΩΣΕΤΕ ΦΑΓΗΤΑ					
• Σοκολάτα/σιρόπι	100 gr		500	4 - 5	Βάλτε τα σε ένα πιάτο. Ανακατέψτε το σιρόπι μία φορά. Για να λειώσετε το βούτυρο, προσθέστε 1 λεπτό
• Βούτυρο	50-70 gr	"	1000	0'.10"-0'.15"	
ΦΑΓΗΤΑ ΑΠΟ ΘΕΡΜ. ΨΥΓΕΙΟΥ (5/8°C) έως 20/30°C					
• Γιαούρτι	125 gr	"	1000	0'.15"-0'.20"	Αφαιρέστε το ασημόχαρτο. Ζεστανετε το μπιμπερό χωρίς ρόγα και ανακατέψτε για να εξομοιοποιήσετε τη θερμοκρασία. Ελέγξτε τη θερμοκρασία πριν από το 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 αποστερωμένο γάλα.
• Μπιμπερό	240 gr	"	"	0'.30"-0'.35"	
ΠΡΟΜΑΓΕΙΡ. ΦΑΓΗΤΑ ΣΕ ΘΕΡΜ. ΨΥΓΕΙΟΥ. (αρχική θερμοκρασία 5-8°C) έως 70°C					
• Συσκευασία λαζάνια ή ζυμαρικά με γέμιση	400 gr	"	1000	3 - 5	Συσκευασίες παντός τύπου προμαγειρευμένων φαγητών του εμπορίου για ζέσταμα στους 70°C. Βγάλτε το φαγητό από τυχόν μεταλλικές συσκευασίες και βάλτε το απευθείας στο πιάτο σερβιρίσματος. 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	Μερίδες παντός τύπου μαγειρευμένου φαγητού για ζέσταμα στους 70°C. Το φαγητό πρέπει να τοποθετείται στο πιάτο σερβιρίσματος και να σκεπάζεται πάντα με διαφανή μεμβράνη ή αναποδογυρισμένο πιάτο.
• Πιάτο με κρέας ή λαχανικά	400 gr	"	"	4 - 6	
• Πιάτα ζυμαρικά, κανελόνια ή λαζάνια	400 gr	"	"	4 - 6	
• 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	"	1000	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	Βγάλτε το άψητο φαγητό από τις συσκευασίες, τοποθετήστε το σε σκεύος κατάλληλο για μικροκύματα και σκεπάστε το. Μερίδες παντός τύπου κατεψυγμένου μαγειρευμένου φαγητού για ζέσταμα στους 70°C. Τοποθετήστε το κατεψυγμένο φαγητό στο πιάτο σερβιρίσματος και σκεπάστε το με ένα αναποδογυρισμένο πιάτο ή πυρέξ. Βεβαιωθείτε ότι στο κέντρο έχει ζεσταθεί καλά. Αν είναι δυνατόν, ανακατέψτε το φαγητό.
• Συσκευασία ψάρι και/ή ωμά λαχανικά	300 gr	"	"	6 - 8	
• Μερίδα κρέας και/ή λαχανικά	400 gr	"	"	5 - 7	
• 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	"	1000	1'30" - 2'	Όλα τα υγρά πρέπει να ανακατεύονται στο τέλος του ζεστάματος για να εξομοιοποιείται η θερμοκρασία. Για το ζωμό συνιστάται να σκεπάζεται με αναποδογυρισμένο πιάτο.
• 1 φλιτζάνι γάλα	150 cc	"	"	1'.15" - 1'.45"	
• 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	"	1000	1'.15" - 1'.45"	Όλα τα υγρά πρέπει να ανακατεύονται στο τέλος του ζεστάματος για να εξομοιοποιείται η θερμοκρασία. Για το ζωμό συνιστάται να σκεπάζεται με αναποδογυρισμένο πιάτο.
• 1 φλιτζάνι γάλα	150 cc	"	"	1 - 1'.30"	
• 1 φλιτζάνι καφέ	100 cc	"	"	0'.45" - 1'.15"	
• 1 πιάτο ζωμός	300 cc	"	"	2 - 3	

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3 - ΧΡΗΣΗ ΤΟΥ ΦΟΥΡΝΟΥ: ΣΥΣΤΑΣΕΙΣ ΚΑΙ ΠΙΝΑΚΕΣ ΧΡΟΝΩΝ

3.3 - 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 πιαταφιού έγκειται στο γεγονός ότι δεν χρειάζεται να ανακατεύετε συνεχώς (αρκούν 2 - 3 φορές)

ΕΙΔΟΣ	ΠΟΣΟΤΗΤΑ	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ	ΙΣΧΥΣ	ΘΕΡΜΟΚΡΑΣΙΑ	ΔΙΑΡΚΕΙΑ λεπτά	ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ/ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ	ΣΧΑΡΑ ΓΙΑ ΧΡΗΣΗ
• Λαζάνια	1100 gr	 + 	1000 1000	- -	8 + 8	Χρόνοι για ωμά ζυμαρικά. Αν τα ζυμαρικά είναι προμαγειρευμένα αρκούν 8 λεπτά μαγειρέματος με λειτουργία MICROGRILL.	Χαμηλή
• Πατατοκροκέτες	600 gr		1000	-	12	Αποφύγετε την υπερβολική επικάλυψη.	Χαμηλή
• Μακαρόνια ω γκρατέν	1500 gr		1000	-	8	Πρέπει να βράσετε τα ζυμαρικά από πριν.	Χαμηλή
• Πιλάφι	300 gr. ρύζι		1000	-	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).	Καμία
• Πίτσα	800 gr		-	200°C	30	Απλώστε την πίτσα σε χαρτί φούρνου πάνω σε επιφάνεια για γλυκά ή στον αποσπώμενο πάτο μεταλλικού ταψιού για γλυκά. Προθερμάνετε το φούρνο στους 200°C.	Χαμηλή
• Quiche Lorraine φρέσκο	800 gr		-	160°C	40	Χρησιμοποιήστε σκεύος για τούρτες με γαντζό (ο φούρνος προθερμαίνεται).	Χαμηλή
• Quiche Lorraine κατεψυγμένο	550 gr		-	190°C	45	Ακουμπήστε στον πάτο μεταλλικού ταψιού (ο φούρνος πρέπει να προθερμαίνεται).	Χαμηλή

3.4 - 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	ΘΕΡΜΟΚΡΑΣΙΑ	ΔΙΑΡΚΕΙΑ λεπτά	ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ/ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ	ΣΧΑΡΑ ΓΙΑ ΧΡΗΣΗ
• Ψητά (χοιρινό, μοσχάρι)	1000 gr		500	190°C	35-40	Αφήστε λίγο λίπος για να μη στεγνώσουν. Μη χρησιμοποιείτε πολύ λάδι.	Χαμηλή
• Κιμάς ρολό	800 gr		500	180°C	22-25	Ανακατέψτε 500 gr μοσχάρισιο κιμά με αυγά, προσούτο, τριμμένη φρυγανιά κλπ. Προσθέστε λίγο λάδι και λευκό κρασί.	Χαμηλή
• Κιμάς ρολό	900 gr		750	-	20	Βλέπε σημείωση *	Καμία
• Κοτόπουλο ολόκληρο	1200 gr		750	190°C	40	Τριμήστε την πίτσα για να τρέξει το λίπος. Βλέπε σημείωση **	Χαμηλή
• Κοτόπουλο κομμάτια	700 gr		750	190°C	25	Κατά το μαγείρεμα ανακατέψτε 1 φορά.	Χαμηλή
• Σουβλάκια	600 gr		500	180°C	17-20	Γυρίστε στα μισά του χρόνου.	Χαμηλή
• Γκούλας	1500 gr		1000	-	30-35	Μη σκεπάσετε και ανακατέψτε 2-3 φορές.	Καμία
• Στήθος κοτόπουλο	500 gr		750	-	10-15	Γυρίστε στα μισά του χρόνου.	Καμία
• Μπριζόλα μοσχ. ή χοιρινή	3 κομμάτια		-	-	16-18	Προθερμάνετε το φούρνο για 3 λεπτά. Γυρίστε στα μισά του χρόνου γιατί η αντίσταση του grill ακτινοβολεί μόνο στο πάνω μέρος του φούρνου.	Ψηλή
• Λουκάνικα	3 κομμάτια		-	-	10-12	Προθερμάνετε το φούρνο για 3 λεπτά. Γυρίστε στα μισά του χρόνου γιατί η αντίσταση του grill ακτινοβολεί μόνο στο πάνω μέρος του φούρνου.	Ψηλή
• Μπιφτέκια	3 κομμάτια		-	-	10-12	Προθερμάνετε το φούρνο για 3 λεπτά. Γυρίστε στα μισά του χρόνου γιατί η αντίσταση του grill ακτινοβολεί μόνο στο πάνω μέρος του φούρνου.	Ψηλή

* Οι υποδείξεις αυτές είναι κατάλληλες για την εκτέλεση του τεστ μαγειρέματος κιμά θάσει 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 θάσει του κανονισμού 60705, αναφέρονται στη σελ. 2.

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

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3 - ΧΡΗΣΗ ΤΟΥ ΦΟΥΡΝΟΥ: ΣΥΣΤΑΣΕΙΣ ΚΑΙ ΠΙΝΑΚΕΣ ΧΡΟΝΩΝ

3.5 - 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, πλύντε 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	ΘΕΡΜΟΚΡΑΣΙΑ	ΔΙΑΡΚΕΙΑ Λεπτά	ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ/ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ	ΣΧΑΡΑ ΓΙΑ ΧΡΗΣΗ
• Σπαράγγια	500 gr		1000	-	8-9	Κόψτε σε κομμάτια 2 cm	Καμία
• Αγκινάρες	300 gr		1000	-	10-11	Κατά προτίμηση πάτους αγκινάρας	Καμία
• Φασολάκια	500 gr		1000	-	10-11	Κόψτε σε κομμάτια	Καμία
• Μπρόκολα	500 gr		1000	-	6-7	Χωρίστε σε πολλά κομμάτια	Καμία
• Λαχανάκια Βρυξελών	500 gr		1000	-	6-7	Μην τα κόψετε	Καμία
• Λάχανο άσπρο	500 gr		1000	-	6-7	Μην το κόψετε	Καμία
• Λάχανο κόκκινο	500 gr		1000	-	6-7	Μην το κόψετε	Καμία
• Καρότα	500 gr		1000	-	8-9	Κόψτε σε ίσα κομμάτια	Καμία
• Κουνουπίδι	500 gr		1000	-	10-11	Χωρίστε σε κομμάτια	Καμία
• Κουνουπίδι με μπεσαμέλ	1000 gr	+	1000	-	7 + 10	Χρόνος με ωμό κουνουπίδι. Αν είναι προμαγειρεμένο, αρκούν 10' μικροκύματα + grill.	Χαμηλή
• Σέλινο	500 gr		1000	-	6-7	Χωρίστε σε κομμάτια	Καμία
• Μελιτζάνες	800 gr		1000	-	5-6	Κόψτε σε κύβους	Καμία
• Μελιτζάνες στο grill	4 τέταρτα		-	-	9-11	Προθερμάνετε για 3 λεπτά. Γυρίστε στα μιά του χρόνου	Ψηλή
• Μελιτζάνες με παρμεζάνα	1300 gr		1000	-	7-9	Οι μελιτζάνες μπορεί να είναι ήδη τηγανισμένες ή ψημένες	Χαμηλή
• Πράσα	500 gr		1000	-	5-6	Μην το κόψετε	Καμία
• Μανιτάρια	500 gr		1000	-	5-6	Μην τα κόψετε. Δεν χρειάζεται νερό	Καμία
• Κρεμμύδια	250 gr		1000	-	4-5	Ολόκληρα ίδιου μεγέθους. Δεν χρειάζεται νερό	Καμία
• Σπανάκι	300 gr		1000	-	5-6	Σκεπάστε αφού το πλύνετε και το στραγγίξετε	Καμία
• Αρακάς	500 gr		1000	-	9-10		Καμία
• Μάραθος	500 gr		1000	-	11-12	Κόψτε στα 4	Καμία
• Ντομάτες ω γκρατέν	800 gr		500	-	9-11	Καλό είναι να έχουν το ίδιο μέγεθος	Bassa
• Πιπεριές	500 gr		1000	-	8-9	Κόψτε σε κομμάτια	Καμία
• Πιπεριές ω γκρατέν	4 τέταρτα		-	-	9-11	Προθερμάνετε για 3 λεπτά. Γυρίστε στα μιά του χρόνου	Ψηλή
• Πιπεριές γεμιστές	1400 gr	+	1000 1000	- -	8 + 9	Κατά προτίμηση χαμηλές και πλατιές	Χαμηλή
• Πατάτες	500 gr		1000	-	7-8	Κόψτε σε ίσα κομμάτια	Καμία
• Πατάτες ψητές (φρέσκιες)	500 gr		500	190°C	25-30	Ανακατέψτε 2-3 φορές	Χαμηλή
• Πατάτες ψητές (κατεψυγμένες)	900 gr		500	200°C	35-40	Ανακατέψτε 2-3 φορές	Χαμηλή
• Πατάτες ω γκρατέν (συνολικά)	1100 gr		750	190°C	20	Βλέπε σημείωση *	Χαμηλή
• Κολοκυθάκια	500 gr		1000	-	6-7	Μην τα κόψετε	Καμία

* 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 στη σελ. 2.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3 - ΧΡΗΣΗ ΤΟΥ ΦΟΥΡΝΟΥ: ΣΥΣΤΑΣΕΙΣ ΚΑΙ ΠΙΝΑΚΕΣ ΧΡΟΝΩΝ

3.6 - 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	ΘΕΡΜΟΚΡΑΣΙΑ	ΔΙΑΡΚΕΙΑ λεπτά	ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ/ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ	ΣΧΑΡΑ ΓΙΑ ΧΡΗΣΗ
• Φιλέτο	300 gr		750	-	5-7	Σκεπάστε με σελοφάν	Καμία
• Φέτες	300 gr		750	-	7-9	Σκεπάστε με σελοφάν	Καμία
• Ολόκληρο	500 gr		750	-	8-10	Σκεπάστε με σελοφάν	Καμία
• Ολόκληρο	250 gr		750	-	5-7	Σκεπάστε με σελοφάν	Καμία
• Κομμάτια	400 gr		750	-	7-9	Σκεπάστε με σελοφάν	Καμία
• Καραβίδες	500 gr		750	-	7-9	Σκεπάστε με σελοφάν	Καμία
• Ψάρι στο φούρνο	600 gr		150	190Γ	30	Προσθέστε λάδι, λίγο σκόρδο, λευκό κρασί και νερό. Μη σκεπάζετε	Χαμηλή

3.7 - ΓΛΥΚΑ ΚΑΙ ΤΟΥΡΤΕΣ

Για όλα τα γλυκά απαιτείται **προθέρμανση του φούρνου** ως τη θερμοκρασία που υποδεικνύεται στον πίνακα. Μόνον αφού επιτευχθεί η προγραμματισμένη θερμοκρασία (υποδεικνύεται από 5 μπιπ) μπορείτε να βάλετε το γλυκό στο φούρνο.

ΕΙΔΟΣ	ΠΟΣΟΤΗΤΑ	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ	ΙΣΧΥΣ	ΘΕΡΜΟΚΡΑΣΙΑ	ΔΙΑΡΚΕΙΑ λεπτά	ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ/ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ	ΣΧΑΡΑ ΓΙΑ ΧΡΗΣΗ
• Γλυκό με φουντούκια	1100 gr		150	170ΓC	25-30	Eseguire in una pirofila	Bassa
• Τούρτα Quark	1500 gr		500	160ΓC	35-40	Eseguire in una pirofila	Bassa
• Πάστα φλόρα	700 gr		-	160ΓC	40	Utilizzare una tortiera metallica	Bassa
• Plum cake	950 gr		-	160ΓC	90	Utilizzare uno stampo rettangolare	Bassa
• Τούρτα margherita	700 gr		-	160ΓC	40	Utilizzare una tortiera metallica	Bassa
• Γλυκό με καρύδια	650 gr		-	160ΓC	40	Utilizzare una tortiera metallica	Bassa
• Egg custard	750 gr		1000	-	16	Vedere note *	Nessuna
• Sponge cake	475 gr		1000	-	6	Vedere note **	Bassa
• Cake	710 gr		150	160ΓC	30	Vedere note ***	Bassa

- * Οι ενδείξεις αυτές είναι κατάλληλες για το 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.
- ** Οι ενδείξεις αυτές είναι κατάλληλες για το 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.
- *** Οι ενδείξεις αυτές είναι κατάλληλες για το Τεστ μαγειρέματος βάσει του κανονισμού 60705, παρ. 12.3.5. Μη ξεχάσετε να προθερμάνετε το φούρνο με τη λειτουργία FAN και τη χαμηλή σχάρα στη θέση της. Περισσότερες πληροφορίες σχετικά και με τα άλλα τεστ επιδόσεων βάσει του κανονισμού 60705, αναφέρονται στον πίνακα της σελ. 2.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3 - ΧΡΗΣΗ ΤΟΥ ΦΟΥΡΝΟΥ: ΣΥΣΤΑΣΕΙΣ ΚΑΙ ΠΙΝΑΚΕΣ ΧΡΟΝΩΝ

3.8 - ΖΕΣΤΑΜΑ/ΜΑΓΕΙΡΕΜΑ ΜΕ ΤΑ ΠΛΗΚΤΡΑ AUTOMATIC FUNCTION

Τα πλήκτρα **AUTOMATIC FUNCTION** 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
(10) BEVERAGES (ΥΓΡΑ)	- Πιέστε 1 φορά - Πιέστε 2 φορές - Πιέστε 3 φορές - Πιέστε 4 φορές	- Ζέσταμα 1 φλιτζανιού καφέ (50 cc) από θερμοκρασία περιβάλλοντος. - Ζέσταμα ενός φλιτζανιού καφέ (125 cc) από θερμοκρασία περιβάλλοντος. - Ζέσταμα 1 μεγάλου φλιτζανιού (200 cc) από θερμοκρασία ψυγείου. - Ζέσταμα 1 πιάτου σούπας (300 cc) από θερμοκρασία ψυγείου.
		Αφού ζεστάνετε το υγρό, ανακατέψτε καλά για ομοιόμορφη θερμοκρασία
(8) JACKET POTATOES (ΓΕΜΙΣΤΕΣ ΠΑΤΑΤΕΣ)	- Πιέστε 1 φορά - Πιέστε 2 φορές - Πιέστε 3 φορές	- Μαγείρεμα 200 gr πατατών - Μαγείρεμα 400 gr πατατών - Μαγείρεμα 600 gr πατατών
		Πλύνετε καλά τις πατάτες με τη φλούδα, τρυπήστε τις και βάλτε τις στο περιστρεφόμενο πιάτο. Σερβίρονται γεμιστές με βούτυρο ή τυρί.
(11) READY MEALS (ΕΤΟΙΜΑ ΦΑΓΗΤΑ) από θερμοκρασία ψυγείου (5-8°C)	<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 - Πιέστε 2 φορές	- Ζέσταμα 1 μερίδας (250-350 gr) - Ζέσταμα 2 μερίδων (450-550 gr)
		για μερίδες μαγειρεμένου φαγητού, από θερμοκρασία ψυγείου, στο πιάτο σερβιρίσματος (όπου καταναλώνεται). Το φαγητό δεν πρέπει να καλύπτεται. Σε περίπτωση προμαγειρευμένων συσκευασμένων φαγητών, βγάλτε το φαγητό από τυχόν ταψάκια/συσκευασίες αλουμινίου και βάλτε το σε πιάτο σερβιρίσματος.
(9) PIZZA (ΠΙΤΣΑ) Κατεψυγμένη πίτσα, έτοιμα κατεψυγμένα πιάτα	<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 - Πιέστε 2 φορές - Πιέστε 2 φορές	- Ζέσταμα 1 κατεψυγμένης πίτσας (250-500 gr) - Ζέσταμα 1 μερίδας (250-350 gr) - Ζέσταμα 2 μερίδων (450-550 gr)
		Βάλτε την πίτσα απευθείας πάνω στην κάτω σχάρα. 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.
(7) POP CORN (ΠΟΠ-ΚΟΡΝ)	Πιέστε 1 φορά	Μαγείρεμα 1 συσκευασίας ποπ-κόρν για φούρνο μικροκυμάτων των 100 gr.
		Ακολουθήστε προσεκτικά τις οδηγίες της συσκευασίας και τοποθετήστε την στο περιστρεφόμενο πιάτο.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4: ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΣ ΚΑΙ ΣΥΝΤΗΡΗΣΗ

4.1 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 καθαρά από λίπος ή πιτσιλιές και τα καπάκια 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 βγάξετε το περιστρεφόμενο πιάτο (H) και το αντίστοιχο στήριγμα (I) για να τα καθαρίσετε, καθώς και για να καθαρίσετε τον πάτο του φούρνου.

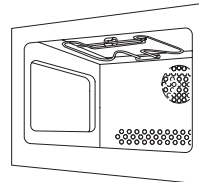
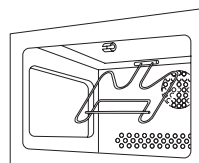
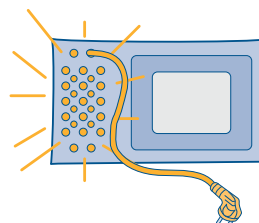
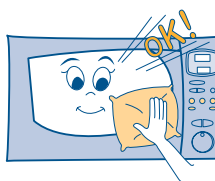
Πλύντε το περιστρεφόμενο πιάτο και το στήριγμά του με νερό και ουδέτερο σαπούνι, ακόμα και στο πλυντήριο πιάτων.

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 στρόφείο του περιστρεφόμενου πιάτου (D).

Για να διευκολύνετε τον καθαρισμό στο εσωτερικό του φούρνου, μπορείτε να κατεβάσετε την πάνω αντίσταση αφού γυρίσετε τον κεραμικό γάντζο.

ΣΗΜΑΝΤΙΚΟ: Μετά τον καθαρισμό τοποθετήστε πάλι και ασφαλίστε την αντίσταση. Ο φούρνος δεν μπορεί να χρησιμοποιηθεί με την αντίσταση στην κάτω θέση.



ΕΛΛΗΝΙΚΑ

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4: ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΣ ΚΑΙ ΣΥΝΤΗΡΗΣΗ

4

4.2 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:

ΕΛΛΗΝΙΚΑ

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

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.