



**FORNO A MICROONDE
MICROWAVE OVEN
FOUR A MICRO-ONDES
MIKROWELLENGERÄT
MAGNETRON-OVEN
HORNO MICROONDAS**



Istruzioni per l'uso

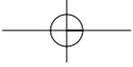
Instructions for use

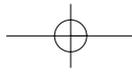
Mode d'emploi

Gebrauchsanweisung

Gebruiksaanwijzingen

Instrucciones para el uso





I N D I C E

DESCRIZIONE3
 COME OTTENERE I MIGLIORI RISULTATI DAL VOSTRO FORNO4
 AVVERTENZE5
 INSTALLAZIONE6
 POTENZA RESA6
 DATI TECNICI7
 COLLEGAMENTO ELETTRICO7
 VASELLAME DA USARE7
 DESCRIZIONE ED USO DEI COMANDI8
 CONSIGLI PER L'UTILIZZO DELLE MICROONDE11
 COTTURA CONTEMPORANEA SU 2 RIPIANI12
 COME PROGRAMMARE LO SCONGELAMENTO14
 COME PROGRAMMARE IL FORNO PER MANTENERE I CIBI IN CALDO, RISCALDARE, CUOCERE16
 MANUTENZIONE E PULIZIA22

I N H A L T

BESCHREIBUNG3
 WIE SIE MIT IHRER MIKROWELLE DIE BESTEN ERGEBNISSE ERZIELEN61
 HINWEISE62
 INSTALLATION63
 AUSGANGSLEISTUNG63
 TECHNISCHE DATEN64
 ELEKTRISCHER ANSCHLUß64
 GEEIGNETES GESCHIRR64
 BESCHREIBUNG UND GEBRAUCH DER SCHALTER65
 NÜTZICHE HINWEISE FÜR DEN GEBRAUCH DER MIKROWELLEN68
 GLEICHZEITIGES GAREN AUF 2 EBENEN69
 PROGRAMMIEREN DER AUTOMATISCHEN AUFTAUFUNCTION71
 PROGRAMMIEREN DES MIKROWELLENGERÄTES, UM DIE SPEISEN WARMZUHALTEN, ZU ERWÄRMEN UND ZU GAREN73
 WARTUNG UND REINIGUNG79

C O N T E N T S

DESCRIPTION3
 HOW TO GET THE BEST RESULTS FROM YOUR OVEN23
 IMPORTANT SAFEGUARDS24
 INSTALLATION25
 OUTPUT POWER25
 TECHNICAL DATA26
 ELECTRICAL CONNECTIONS26
 GLASSWARE AND SIMILAR ITEMS26
 DESCRIPTION AND USE OF THE CONTROLS27
 ADVICE ON USING YOUR OVEN CORRECTLY30
 SIMULTANEOUS COOKING ON 2 LEVELS31
 HOW TO PROGRAMME AUTOMATIC DEFROSTING33
 HOW TO PROGRAMME THE OVEN SO AS TO KEEP FOOD HOT, TO REHEAT AND TO COOK35
 ELECTRICAL CONNECTION (U.K. ONLY)35
 CLEANING AND MAINTENANCE41

I N H O U D

BESCHRIJVING3
 HOE DE BESTE RESULTATEN TE VERKRIJGEN MET UW OVEN80
 OPMERKINGEN81
 INSTALLATIE82
 CAPACITEIT82
 TECHNISCHE GEGEVENS83
 ELEKTRISCHE AANSLUITING83
 HET TE GEBRUIKEN VAATWERK83
 BESCHRIJVING VAN DE BEDIENINGSKNOPPEN84
 RAADGEVINGEN VOOR HET GEBRUIK VAN DE MAGNETRON87
 GELIJTJIDIGE BEREIDING OP TWEE NIVEAU'S88
 HOE HET AUTOMATISCH ONTDOOIEN TE PROGRAMMEREN90
 HOE DE OVEN TE PROGRAMMEREN OM ETENSWAREN WARM TE HOUDEN, TE VERWARMEN, TE BEREIDEN92
 ONDERHOUD EN REINIGING98

T A B L E D E S M A T I E R E S

DESCRIPTION3
 COMMENT UTILISER AU MIEUX VOTRE FOUR42
 REMARQUES IMPORTANTES43
 MISE EN PLACE44
 PUISSANCE RENDUE44
 CARACTERISTIQUES TECHNIQUES45
 BRANCHEMENT ELECTRIQUE45
 VAISSELLE APPROPRIÉE45
 DESCRIPTION DES COMMANDES46
 CONSEILS POUR UNE UTILISATION CORRECTE DU FOUR49
 CUISSON SIMULTANÉE SUR DEUX NIVEAUX50
 COMMENT PROGRAMMER LA DECONGELATION AUTOMATIQUE52
 COMMENT PROGRAMMER LE FOUR POUR TENIR LES ALIMENTS AU CHAUD, RECHAUFFER, CUIRE54
 ENTRETIEN ET NETTOYAGE60

I N D I C E

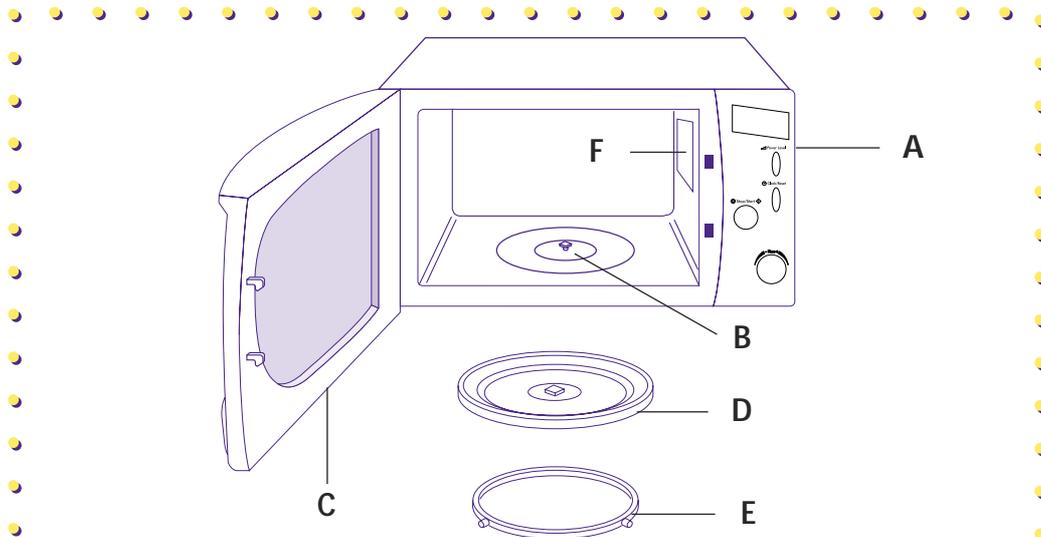
DESCRIPCIÓN3
 CÓMO OBTENER LOS MEJORES RESULTADOS DE SU HORNO99
 ADVERTENCIAS100
 INSTALACION101
 POTENCIA PRODUCIDA101
 DATOS TÉCNICOS102
 CONEXIÓN ELÉCTRICA102
 VAJILLA QUE SE DEBE UTILIZAR102
 DESCRIPCIÓN DE LOS MANDOS103
 CONSEJOS PARA UNA CORRECTA UTILIZACIÓN DEL HORNO106
 COCCIÓN CONTEMPORÁNEA EN DOS NIVELES107
 CÓMO PROGRAMAR LA DESCONGELACIÓN AUTOMÁTICA109
 CÓMO PROGRAMAR EL HORNO PARA MANTENER CALIENTE LA COMIDA, CALENTAR, COCER111
 MANUTENCIÓN Y LIMPIEZA117

Data and instruction for Performance Tests according to IEC 705 and further Amendment Document 59H/69/CD
 The International Electrotechnical Commission SC 59H, has developed a Standard for comparative testing of heating performances of microwave ovens.

We recommend the following for this oven:

Test Nr. on standard	Item	900w output power Duration	700w output power Duration	Function	Power level	Weight	Standing time	Note
A	Egg custard	14' - 16'	18' - 20'	only MW		750 gr	5 min.	The upper surface shall be evaluated after the standing time. The inner custard evaluation shall be conducted after two hours.
B	Sponge cake	6' - 7'	8' - 9'	only MW		475 gr	5 min.	Use the borosilicate glass container stated in the Standard (max dia. 210 mm) or a Pyrex® glass container dia. 210 mm, height 50 mm and wall thick. 6mm.
C	Meat loaf	18' - 20'	22' - 24'	only MW		900 gr	5 min.	Cover the container with cling film and pierce the film. Use the rectangular borosilicate glass container stated in the Standard or the Arcopal® Cat. nr Z1/B8 (01)10460-1
Defrosting	Defrosting minced meat	6' - 8'	9' - 11'	only MW		500 gr	15 min.	Place the frozen load directly on the turnable (D). Turn upsidedown the load after half of the defrosting time.





In alcuni modelli è presente una **griglia distanziatrice** che consente la cottura contemporanea di due pietanze (introduzione contemporanea di due contenitori/piatti). Fare riferimento alle istruzioni riportate a pag.12.

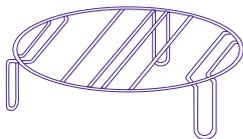
Some models have a **separator or spacer wire rack** that makes it possible to cook two food dishes at the same time (simultaneous insertion of two plates or pans). Consult the instructions given on page 31

Certains modèles sont équipés d'une **grille intercalaire** permettant la cuisson simultanée de deux mets différents (introduction simultanée de deux récipients/plats). Veuillez vous référer aux instructions de la page 50

Bei einigen Modellen ist ein **Abstandsrost** vorhanden, der das gleichzeitige Garen von zwei Gerichten ermöglicht (gleichzeitiges Einfügen von zwei Behältern/Tellern). Beziehen Sie sich auf die Anweisungen auf Seite 69

Enkele modellen zijn voorzien van een **niveau rooster** hetgeen de gelijktijdige bereiding van twee gerechten mogelijk maakt ((het gelijktijdig in de oven zetten van twee schalen/borden). Raadpleeg de aanwijzingen op pagina 88

Algunos modelos constan de una **parrilla separadora** que consiente la cocción contemporánea de dos platos (introducción contemporánea de los dos recipientes/platos). Tener presentes las instrucciones indicadas en la pág. 107



DESCRIZIONE	I	DESCRIPTION	GB	DESCRIPTION	F
A	Pannello comandi	A	Control panel	A	Panneau de commande
B	Perno piatto rotante	B	Turntable spindle	B	Pivot du plateau tournant
C	Lato interno porta	C	Interior, door side	C	Face intérieure de la porte
D	Piatto rotante	D	Turntable	D	Plateau tournant
E	Supporto piatto rotante	E	Turntable support	E	Support du plateau tournant
F	Coperchio uscita microonde	F	Microwave outlet cover	F	Couvercle sortie micro-ondes

BESCHREIBUNG	D	BESCHRIJVING	NL	DESCRIPCIÓN	E
A	Bedienungsblende	A	Bedieningspaneel	A	Panel de mandos
B	Drehtellerstift	B	Pin voor de draaischijf	B	Perno del plato giratorio
C	Türinnenseite	C	Binnenkant ovendeur	C	Lado interior de la puerta
D	Drehteller	D	Draaischijf	D	Plato giratorio
E	Drehtellerauflage	E	Binnenkant ovendeur	E	Soporte del plato giratorio
F	Abdeckblende Austritt Mikrowellen	F	Deksel uitgang microgolven	F	Tapa de salida de las microondas

COME OTTENERE I MIGLIORI RISULTATI DAL VOSTRO FORNO

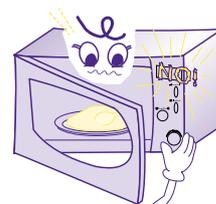
Cosa voglio fare?	Che potenza scelgo?	23 lt	17 lt	Uso dei comandi pag.	Tab. quantità/tempo pag.
<ul style="list-style-type: none"> Mantenere in caldo i cibi 	Potenza 1 	300w	235w	16 17	
<ul style="list-style-type: none"> Scongelare 	Potenza 1 			14	15
<hr/>					
<ul style="list-style-type: none"> Fondere burro e ammorbidire formaggi 	Potenza 2  3 	480w	375w	16 17	18
<ul style="list-style-type: none"> Cuocere carne 		600w	470w	19	19
<ul style="list-style-type: none"> Cuocere dolci 				21	21
<hr/>					
<ul style="list-style-type: none"> Cuocere pesce 	Potenza 4 	780w	610w	16 19	19
<hr/>					
<ul style="list-style-type: none"> Cuocere verdura 				16	
<ul style="list-style-type: none"> Cuocere riso, minestra 				20	20
<ul style="list-style-type: none"> Riscaldare tutti i cibi già cotti o congelati 	Potenza 5 	900w	700w	21 17	18
<ul style="list-style-type: none"> Cuocere frutta 				21	21
<hr/>					
<ul style="list-style-type: none"> Scongelare, riscaldare, cuocere su due ripiani contemporaneamente 	Solo microonde con RIPIANO DISTANZIATORE (Non per tutti i modelli)			12	13

A V V E R T E N Z E

Prima di iniziare ad usare il forno, leggere attentamente queste avvertenze. Ciò consentirà di evitare errori ed ottenere i migliori risultati.

1) Questo forno è stato progettato per scongelare, riscaldare e cuocere cibi in ambiente domestico. Non deve essere utilizzato per altri scopi e non deve essere modificato o manomesso in alcun modo.

2) Prima di allacciare il forno alla rete, verificare che la porta chiuda perfettamente; controllare che il telaio metallico non sia deformato e che le cerniere ed i ganci non siano allentati. In caso di danneggiamento di queste parti, il forno a microonde non dovrà essere usato fino a che un tecnico qualificato (addestrato dal produttore o dal suo Servizio Assistenza) non abbia effettuato la riparazione.



3) Non tentare di far funzionare il forno con la porta aperta manomettendo i dispositivi di sicurezza.

4) Non mettere in funzione il forno nel caso che oggetti di qualsiasi genere rimangano intrappolati tra la facciata del forno e la porta. Mantenere sempre **pulito il lato interno della porta (C)** usando un panno umido e detersivi non abrasivi. Non lasciare accumulare sporco o residui di cibo tra la facciata del forno e la porta.



5) Non far funzionare il forno se il cavo alimentazione o la spina sono danneggiati (pericolo di scosse elettriche).

6) **Regolazioni, riparazioni e sostituzione del cavo di alimentazione vanno effettuate unicamente da personale addestrato dal produttore.** Eventuali riparazioni effettuate da personale non qualificato possono essere pericolose.

7) Nel caso in cui si osservi l'uscita di fumo dal forno, **NON APRIRE LA PORTA** e spegnere immediatamente l'apparecchio o disinserire la spina dalla presa di alimentazione.



8) Questo forno deve essere utilizzato unicamente da persone adulte. **Non lasciare avvicinare i bambini quando il forno è in funzione (pericolo di scottature).**

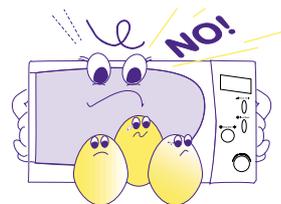
9) **Non si deve assolutamente preriscaldare (senza alimenti) il forno e non si deve farlo funzionare a vuoto (senza alimenti), in quanto si possono provocare delle scintille.**



10) Prima di utilizzare il forno, accertarsi che gli utensili ed i contenitori scelti siano adatti per il funzionamento a microonde (vedi cap. "Vasellame"). In particolare, non mettere mai contenitori od utensili metallici all'interno del forno: il metallo riflette l'energia delle microonde e potrebbe inoltre provocare scintille.

11) Per evitare surriscaldamenti con conseguente rischio di incendio, è consigliabile sorvegliare il forno quando sta funzionando con i cibi posti in contenitori "usa e getta" di plastica, carta od altro materiale combustibile, oppure durante il riscaldamento di piccole quantità di cibo.

12) **Non cuocere le uova con il guscio.** La pressione che si forma all'interno farebbe esplodere l'uovo (anche a cottura ultimata). Non riscaldare le uova già cotte a meno che non siano strapazzate.

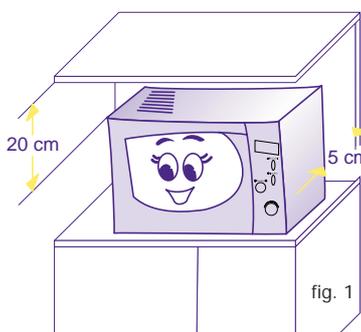


- 13) Prima di riscaldare o cuocere nel forno cibi in contenitori a tenuta o sigillati, non dimenticare di aprirli. La pressione all'interno del contenitore altrimenti salirebbe, facendoli esplodere anche a cottura ultimata.
- 14) Durante il riscaldamento di liquidi (acqua, caffè, latte, ecc.) è possibile che, per effetto dell'ebollizione ritardata, il liquido, mentre si estrae il recipiente, inizi improvvisamente a bollire e trabocchi violentemente, provocando ustioni. Per evitare ciò, è necessario introdurre, prima di iniziare il riscaldamento di liquidi, un cucchiaino di plastica resistente alle alte temperatura oppure un bastoncino di vetro. 
- 15) Non riscaldare liquori ad alta gradazione, né grandi quantità di olio. (Potrebbero incendiarsi!).
- 16) Impostare correttamente i tempi di cottura. In caso di dubbio, consultare le tabelle.
- 17) Dopo il riscaldamento di cibi per neonati (contenuti in biberon o vasetti), controllarne SEMPRE la temperatura prima della consumazione, per evitare scottature. Sugeriamo anche di mescolarli od agitarli (per uniformare la temperatura). Nel caso si utilizzassero sterilizzatori per biberon reperibili in commercio, prima di accendere il forno, verificare SEMPRE che il contenitore sia riempito con la quantità d'acqua indicata dal costruttore. 

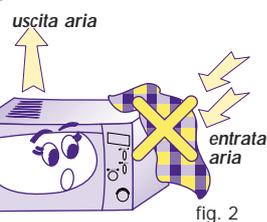
I N S T A L L A Z I O N E

- 1) Dopo aver estratto il forno dall'imballo, verificare che il perno del piatto rotante (B) sia inserito correttamente nell'apposita sede. Posizionare al centro del fondo cavità il supporto (E) ed appoggiarci il piatto rotante (D). Il perno (B) deve innestarsi alla relativa sede del piatto rotante.

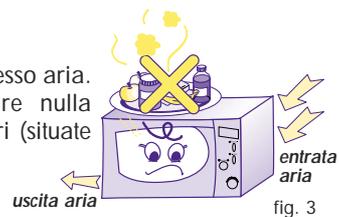
- 2) Verificare che non ci siano danni dovuti al trasporto ed in particolare che la porta si apra e si chiuda perfettamente.



- 3) Posizionare l'apparecchio su un piano in modo che rimanga uno spazio di circa 5 cm tra le superfici dell'apparecchio e le pareti laterali e la parte posteriore, ed uno spazio libero di almeno 20 cm sopra il forno (vedi Fig. 1).



- 4) Non ostruire mai i fori di ingresso aria. In particolare, non appoggiare nulla sopra il forno e verificare che le feritoie di uscita aria e vapori (situate sopra, sotto e dietro l'apparecchio) siano SEMPRE LIBERE (vedi Fig. 2 e Fig. 3).



P O T E N Z A R E S A

La potenza resa in WATT del vostro forno si trova sul retro dell'apparecchio alla voce MICRO OUTPUT. Al momento della consultazione delle tabelle fate sempre riferimento alla potenza del Vostro forno! Vi sarà utile anche quando consulterete i ricettari per microonde in commercio.



In alcuni modelli la potenza resa massima, in WATT, è indicata anche nel simbolo a lato, riportato sulla portina.

I livelli di potenza intermedi disponibili sono indicati a pag. 4. Queste informazioni Vi saranno utili per consultare i ricettari per microonde in commercio.

D A T I T E C N I C I

MODELLO CON CAVITÀ DA 23 LT.		MODELLO CON CAVITÀ DA 17 LT.	
Dimensioni esterne (LxHxP)	508x305x414	Dimensioni esterne (LxHxP)	458x295x380
Dimensioni interne (LxHxP)	350x215x330	Dimensioni interne (LxHxP)	300x206x284
Peso approssimativo	16 kg.	Peso approssimativo	14 kg.
Diametro piatto rotante	31,5 cm	Diametro piatto rotante	27 cm
Lampada forno	20 W	Lampada forno	25 W

ENTRAMBE I MODELLI

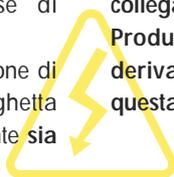
Per ulteriori dati, consultare la targhetta caratteristiche incollata sul retro dell'apparecchio.

Questo apparecchio è conforme alle Direttive CEE 89/336 e 92/31 sulla Compatibilità Elettromagnetica.

C O L L E G A M E N T O E L E T T R I C O

Collegare l'apparecchio solo a prese di corrente con portata di almeno 10A. Prima dell'utilizzo, verificare che la tensione di rete sia la stessa indicata sulla targhetta dell'apparecchio e che la presa di corrente sia

collegata ad una presa di terra efficiente: il Produttore declina ogni responsabilità derivante dalla mancata osservazione di questa norma.



V A S E L L A M E D A U S A R E

Si possono usare tutti i recipienti di vetro (meglio se pyrex), ceramica, porcellana, terracotta, purché privi di decorazioni o parti in metallo (filetti dorati, manici, piedini). E' possibile usare anche i recipienti in plastica resistente al calore. Per riscaldamenti brevi possono essere usati come sottofondo tovaglioli di carta, vassoi in cartone e piatti di plastica "usa e getta".

Per quanto riguarda forma e dimensione, è indispensabile che queste permettano la corretta rotazione.

Per utilizzare recipienti rettangolari di grandi dimensioni (che non potrebbero ruotare all'interno della cavità), basta bloccare la

rotazione del piatto girevole (D) estraendo il perno piatto (B) dalla propria sede. Tenere presente che in queste condizioni, per garantire risultati soddisfacenti, è necessario mescolare il cibo e ruotare il contenitore più volte durante la cottura.

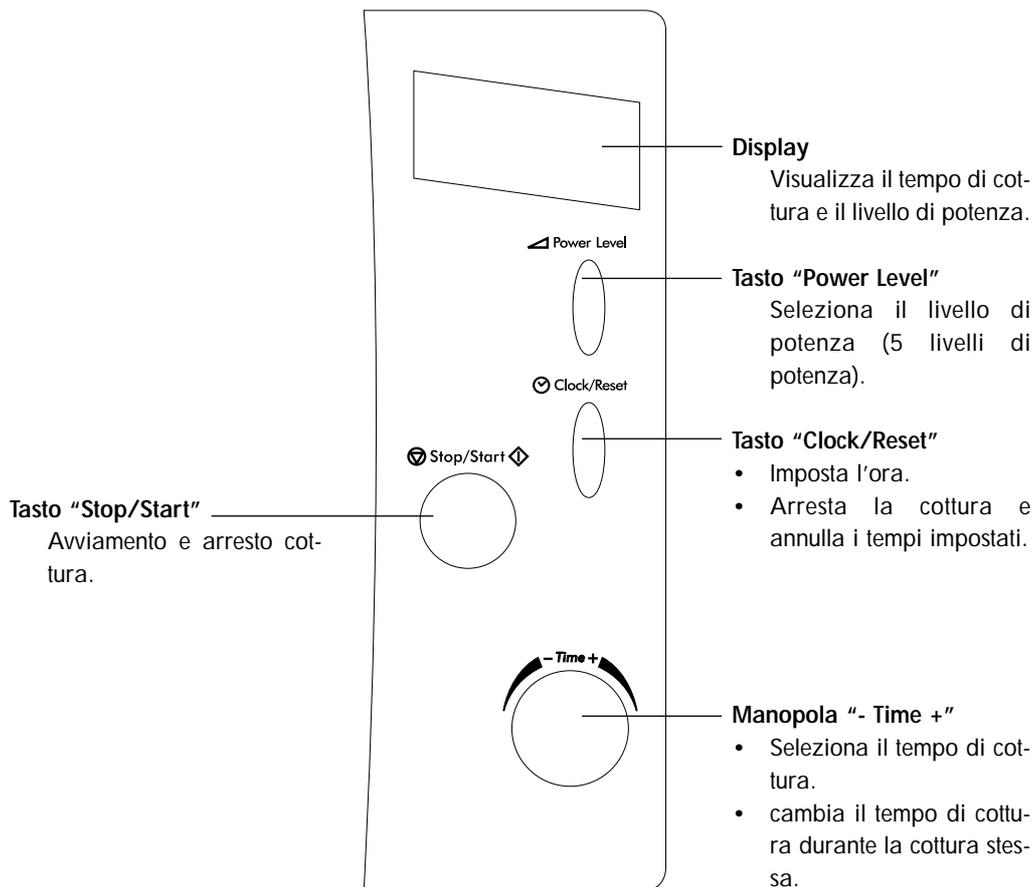
Non sono adatti per la cottura a microonde tutti i recipienti di metallo, legno, giunco e cristallo.

E' opportuno ricordare che, poiché le microonde riscaldano il cibo e non il vasellame, è possibile cuocere il cibo direttamente sul piatto di portata ed evitare così l'uso e la conseguente pulizia di pentole.

	Vetro	Ceramica	Porcellana	Vasellame di terracotta	Contenitori plastici per microonde	Tazzine di carta*	Piatti di carta*	Carta di pergamena*	Cartoncino*	Contenitori metallici	Vasellame con supplemento di metallo	Fogli speciali per arrosto
Scongelamento	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	NO	NO	SI
Riscaldamento	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	NO	NO	SI
Cottura	SI	SI	SI	SI	SI	NO	NO	NO	NO	NO	NO	SI

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

DESCRIZIONE DEI COMANDI



COME UTILIZZARE IL PANNELLO COMANDI

Collegare l'apparecchio a prese di corrente con portata di 230V-50HZ 10/16A.

Il forno emetterà un lungo segnale acustico che indica che l'apparecchio è acceso. Il display visualizza "00:00" ed il valore di potenza massima. Dopo 10 secondi scompare il simbolo di potenza ed i 2 puntini centrali iniziano a lampeggiare.

REGOLAZIONE DELL'OROLOGIO:

Quando l'apparecchio viene collegato per la prima volta alla rete elettrica, è opportuno impostare l'orologio.

- Tenere premuto il tasto "Clock/Reset" per più di 3 secondi.
Il forno emetterà un lungo segnale acustico e le due cifre di sinistra lampeggiano.
- Ruotare la manopola "- Time +" per impostare l'ora desiderata.
- Premere il tasto "Clock/Reset" per confermare.
- Le due cifre di destra lampeggiano. Ruotare la manopola "- Time +" per impostare i minuti.
- Premere ancora il tasto "Clock/Reset" per confermare.

Quando nel display lampeggiano i due puntini significa che è possibile regolare l'ora e non le funzioni di cottura.

SELEZIONE DEL TEMPO DI COTTURA:

Per selezionare il tempo di cottura, agire sulla manopola "- Time +". Per aumentare il tempo ruotare la manopola verso destra, invece per diminuire il tempo ruotare la manopola verso sinistra. Da "00:00" a "05:00" minuti il tempo incrementa di 10 secondi, dopo i "05:00" minuti il tempo incrementa di 1 minuto fino ad un massimo di 30 minuti.

SELEZIONE DELLA POTENZA:

All'accensione l'apparecchio imposta automaticamente il massimo livello di potenza.

Per regolare il livello di potenza premere sul pulsante "Power Level". Ad ogni pressione sul pulsante "Power Level" il livello di potenza diminuirà fino a raggiungere il livello minimo.

Continuando a premere il pulsante, la potenza ritornerà progressivamente al livello massimo.

AVVIO:

Per iniziare la cottura premere "Stop/Start". La lampada interna si accende ed il piatto rotante inizia a girare.

Sul display ha inizio il conto alla rovescia del tempo impostato.

INTERRUZIONE DELLA COTTURA:

È possibile aprire la porta del forno durante la cottura. L'apertura della porta interrompe la cottura e il tempo impostato. Ciò è utile quando si deve controllare le pietanze durante la cottura. La chiusura della porta ripristina la cottura e il conteggio del tempo impostato. Non è necessario ripremere il tasto **"Stop/Start"** o riprogrammare il tempo di cottura.

Se il cibo è sufficientemente cotto o se si vuole estrarre la pietanza dal forno, è necessario premere il tasto **"Stop/Start"** o il tasto **"Clock/Reset"** prima di aprire la porta, in quanto il forno non deve essere utilizzato senza alcuna pietanza all'interno.

ARRESTO:

Premendo il tasto **"Stop/Start"** è possibile arrestare la cottura. Il timer si arresta ed il tempo rimanente resta visualizzato nel display. Premendo nuovamente il tasto **"Stop/Start"** si ripristina la cottura e il conteggio del tempo rimanente.

AZZERARE:

Per interrompere definitivamente la cottura e azzerare il tempo impostato è sufficiente premere il tasto **"Reset/Time"**.

10 secondi dopo la pressione del tasto **"Clock/Reset"** il display visualizza l'ora.

MODIFICARE IL LIVELLO DI POTENZA E IL TEMPO IMPOSTATO DURANTE LA COTTURA:

Per aumentare il tempo impostato, durante la cottura, ruotare la manopola **"- Time +"** da destra verso sinistra; per diminuirlo invece, ruotare la manopola nel senso contrario.

Quando il display visualizza **"00:00"** il forno si spegne.

Per cambiare il livello di potenza premere il tasto **"Power Level"**. Il display indica il nuovo livello di potenza.

CONSIGLI PER UN CORRETTO UTILIZZO DEL FORNO

Le microonde sono radiazioni elettromagnetiche presenti anche in natura sotto forma di onde luminose (esempio: luce solare) che, all'interno del forno, penetrano nel cibo da tutte le direzioni e riscaldano le molecole di acqua, grasso e zucchero.

Il calore si produce molto rapidamente solo nel cibo, mentre il contenitore si riscalda soltanto indirettamente per trasferimento del calore dal cibo caldo. Ciò impedisce al cibo di aderire al

contenitore per cui è possibile usare (o, in alcuni casi, non usare del tutto) pochissimo grasso durante il processo di cottura.

Poiché povera di grassi la cottura a microonde è giudicata quindi molto sana e dietetica.

Inoltre, rispetto ai sistemi tradizionali, la cottura avviene ad una temperatura meno elevata per cui i cibi, disidratandosi di meno, non perdono i loro principi nutritivi e conservano maggiormente il sapore.

Regole fondamentali per una corretta cottura a microonde

1) La cottura è strettamente legata alla **grandezza ed omogeneità dei cibi** da cuocere: uno spezzatino cuoce prima di un arrosto perché è costituito da pezzi di carne più piccoli ed omogenei. Per impostare correttamente i tempi, tener presente che facendo riferimento alle tabelle delle pagine seguenti, aumentando la quantità di cibo anche il tempo di cottura deve essere aumentato in proporzione e viceversa. E' importante rispettare i tempi di "riposo": per **tempo di riposo** si intende il tempo in cui il cibo deve essere lasciato riposare dopo la cottura per permettere una ulteriore diffusione della temperatura all'interno dello stesso. La temperatura delle carni, ad esempio, aumenterà di circa 5 - 8°C durante il tempo di riposo. I tempi di riposo possono essere ottenuti anche fuori dal forno stesso.

2) Una delle principali operazioni da eseguire è **mescolare** più volte durante la cottura: serve a rendere le temperature più uniformi e a ridurre il tempo di cottura.

3) E' consigliabile anche **rivoltare** il cibo durante la cottura: questo vale soprattutto per la carne sia in pezzi grossi (arrosti, polli interi ...) sia in pezzi più piccoli (petti di pollo, spezzatino ...).

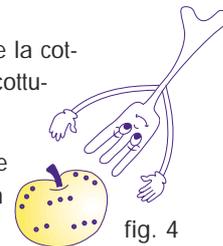


fig. 4

4) **Cibi con pelle, guscio o buccia (esempio: mele, patate, pomodori, würstel, pesce) vanno forati in più punti con una forchetta in modo che il vapore possa fuoriuscire e la pelle o la buccia non scoppi (Fig. 4).**

5) Se si cuociono parecchie porzioni dello stesso cibo, ad esempio patate lesse, **disporle ad anello** in una pirofila per avere una cottura uniforme (fig. 5).

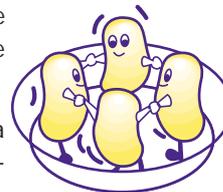


fig. 5

6) Minore è la temperatura alla quale il cibo viene inserito nel forno a microonde e maggiore è il tempo richiesto. Il cibo a temperatura ambiente cuocerà più rapidamente del cibo a temperatura di frigorifero.

7) Eseguire le cotture ponendo sempre il contenitore al centro del piatto rotante.

8) La **formazione di condensa** all'interno del forno e nelle zone della porta e dell'uscita aria è perfettamente normale. **Per ridurla, coprire il cibo con pellicola trasparente, carta cerata, coperchi in vetro o semplicemente un piatto rovesciato.** Inoltre, cibi con contenuto acquoso, (es. le verdure) cuociono meglio se coperti. La copertura dei cibi consente inoltre di mantenere pulito l'interno del forno. Usare pellicola trasparente adatta per forni a microonde.

**Solo per modelli con griglia distanziatrice in dotazione:
UTILIZZARE LA FUNZIONE SOLO MICROONDE PER CUCINARE CONTEMPORANEAMENTE
SU DUE RIPIANI**

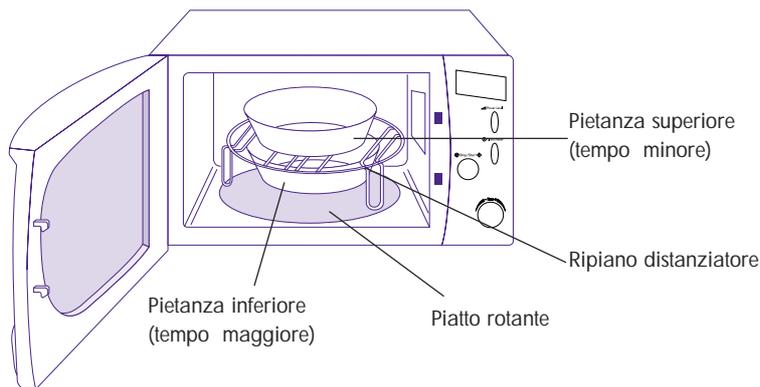
Utilizzando la griglia distanziatrice in funzione solo microonde, è possibile scongelare, riscaldare e cuocere contemporaneamente cibi, anche diversi posti su due ripiani. Lo speciale sistema di doppia emissione delle microonde consente infatti di ottimizzare la distribuzione dell'energia.

Quando si vogliono cuocere due piatti contemporaneamente è sufficiente tenere presente queste semplici regole generali:

- 1) I tempi di cottura delle pietanze cotte in contemporanea sono diversi dai tempi delle cotture singole. Controllare quindi sempre la tabella di riferimento a pag. 13.

<i>Tempi di cottura in contemporanea</i>	
Patate (sopra)	24 min
Goulash (sotto)	48 min
<i>Tempi di cottura ricette singole</i>	
Patate	10 - 14 min
Goulash	35 - 40 min

- 2) Aver cura di porre SEMPRE sopra il RIPIANO DISTANZIATORE il cibo che necessita il minor tempo di cottura: sarà così più facile estrarre il contenitore superiore. Rimuovere la griglia e completare la cottura del cibo sottostante.



- 3) Osservare le indicazioni ed i consigli delle tabelle; in particolare verificare sempre che i cibi da riscaldare siano molto caldi prima di estrarli.

TABELLE DI RIFERIMENTO COTTURA SU DUE RIPIANI

Tempi di scongelamento

Tipo	Pos. Recipiente	Quantità g.	Livello potenza	Minuti	Note
• Macinato	sopra	500	D	15	Girare la carne su se stessa dopo 8'. Al termine lasciare riposare 15 minuti.
• Macinato	sotto	500			
• Pollo a pezzi	sopra	500	D	19	Staccare i pezzi di carne durante lo scongelamento. Al termine lasciare riposare 15 minuti.
• Spezzatino	sotto	500			
• Cavolfiore	sopra	450	D	17	Al termine lasciare riposare 5 - 10 minuti
• Pesce intero	sotto	500		17	Al termine lasciare riposare 5 - 10 minuti

Tempi di riscaldamento

Tipo	Pos. Recipiente	Quantità g.	Livello potenza	Minuti	Note
• Porzione carne	sopra	150	D	6	Coprire il cibo con la pellicola trasparente
• Porzione verdura	sotto	250		6	Coprire il cibo con la pellicola trasparente
• Piatto di lasagne	sopra	500	D	9	Coprire il cibo con la pellicola trasparente
• Piatto di lasagne	sotto	500		9	Coprire il cibo con la pellicola trasparente
• Porzione carne	sopra	150	D	6	Coprire il cibo con la pellicola trasparente
• Piatto lasagne	sotto	500		8	Coprire il cibo con la pellicola trasparente.

Tempi di cottura

Tipo	Pos. Recipiente	Quantità g.	Livello potenza	Minuti	Note
• Patate	sopra	500	D	20	Tagliarle a pezzi uguali e coprirle con la pellicola.
• Patate	sotto	500		20	Tagliarle a pezzi uguali e coprirle con la pellicola.
• Carote	sopra	500	D	16	Tagliarle a pezzi uguali e coprirle con la pellicola.
• Carote	sotto	500		16	Tagliarle a pezzi uguali e coprirle con la pellicola.
• Pesce a tranci	sopra	400	D	13	Coprire con pellicola. Dopo 15' togliere la griglia.
• Zucchine	sotto	475		15	Lasciarle intere e coprire con la pellicola.
• Pesce intero	sopra	200	D	11	Coprire con pellicola. Dopo 13' togliere la griglia.
• Zucchine	sotto	475		14	Lasciarle intere e coprire con la pellicola.
• Pesce intero	sopra	200	D	11	Coprire con pellicola
• Pesce intero	sotto	200		11	Coprire con pellicola
• Patate	sopra	500	D	20	Tagliarle a pezzi uguali e coprirle con la pellicola
• Goulash	sotto	1500		40	Dopo 24' togliere la griglia. Mescolare 2-3 volte.
• Riso	sopra	300	D	22	Coprire con pellicola e mescolare 2 volte
• Cavolo bianco	sotto	500		22	Lasciarlo intero e coprirlo con pellicola
• Piselli	sopra	500	D	20	Coprire con pellicola
• Cav. di Bruxelles	sotto	500		20	Coprire con pellicola
• Polpettone	sopra	500	D	30	Se necessario girare a metà cottura
• Patate	sotto	500		30	Coprire con pellicola
• Salsicce	sopra	300	D	22	Mescolare 1 - 2 volte
• Salsicce	sotto	300		22	Mescolare 1 - 2 volte
• Spezzatino	sopra	700	D	36	Mescolare 2 - 3 volte
• Arista di maiale	sotto	700		36	Girare a metà cottura

COME PROGRAMMARE LA FUNZIONE DI SCONGELAMENTO

Per il corretto utilizzo di questa funzione è necessario impostare sia il livello di potenza delle microonde sia il tempo di scongelamento.

1. Premere il tasto **"Power Level"** fino a quando non appare il simbolo "☺".
 2. Impostare il tempo desiderato ruotando la manopola **"- Time +"**.
 3. Premere il tasto **"Stop/Start"** per iniziare lo scongelamento.
 4. Al termine del tempo impostato si udirà un unico "beep" ed il display visualizzerà "00:00".
- Se si apre la porta per controllare lo stato dello scongelamento, le microonde si interrompono ed il display visualizza il tempo rimanente. Richiudere la porta per continuare lo scongelamento. Il forno riprende il conteggio del tempo da dove era stato interrotto. Premendo il tasto **"Stop/Start"** prima di aprire la porta il conteggio si arresta e si spegne il forno; aprire poi la porta per controllare lo svolgimento dello scongelamento. Chiudere la porta e premere quindi il tasto **"Stop/Start"** per riprendere il ciclo di scongelamento.
 - Per azzerare il tempo impostato, procedere invece come segue:
 - con porta del forno aperta: premere una volta il tasto **"Clock/Reset"**
 - con forno in funzione: premere una volta il tasto **"Clock/Reset"**
 - con forno spento e porta chiusa: premere una volta il tasto **"Clock/Reset"**

CONSIGLI PER SCONGELARE

- Cibi congelati in sacchetti o pellicole di plastica oppure nella loro confezione possono essere posti direttamente nel forno, purché siano assenti parti metalliche (es. fascette o punti di chiusura).
- Certi cibi, come le verdure ed il pesce, non hanno bisogno di essere scongelati completamente prima di iniziare la cottura.
- Cibi in umido, ragù e stufati scongelano meglio e più in fretta se vengono rimescolati di tanto in tanto, rivoltati e/o separati.
- Durante lo scongelamento, carne, pesce e frutta perdono liquidi. Si consiglia, perciò, di scongelarli in una vaschetta.
- È consigliabile suddividere ogni singolo pezzo di carne nel proprio sacchetto prima di metterlo nel congelatore. Ciò vi farà risparmiare tempo prezioso nella preparazione.
- Seguire con cautela i tempi riportati sulle confezioni dei surgelati, perché non sempre sono corretti. È bene usare tempi di scongelamento leggermente al di sotto dei tempi riportati. La durata dello scongelamento varierà in funzione del grado di congelamento.

Tempi di scongelamento

I tempi indicati in tabella variano a seconda della potenza resa dal Vostro forno.

Il valore della potenza resa è impresso sulla portina del forno, all'interno del simbolo  (vedi pag. 6).

Tipo	Quantità	Potenza resa		Note	Tempo di riposo (minuti)	
		900W	700W			
		Tempi da impostare (minuti)	Tempi da impostare (minuti)			
CARNE						
• Arrostiti (maiale, manzo, vitello, ecc.)	1 kg	15 - 17	18 - 20		20	
• Bistecche, cotolette, fettine	200 gr	2 - 4	5 - 7		5	
• Spezzatino, goulasch	500 gr	6 - 8	9 - 11		10	
• Macinato	500 gr	6 - 8	9 - 11	(*)	15	
• " "	250 gr	3 - 5	6 - 8		10	
• Hamburger	200 gr	3 - 5	6 - 8		10	
• Salsiccia	300 gr	5 - 7	8 - 10		10	
POLLAME						
• Anatra, tacchino	1,5 kg	25 - 28	29 - 33	Al termine del tempo di riposo, lavare sotto l'acqua calda per togliere l'eventuale ghiaccio.	20	
• Pollo intero	1,5 kg	25 - 28	29 - 33		20	
• Pollo a pezzi	500 gr	6 - 8	9 - 11		10	
• Petto di pollo	300 gr	6 - 8	9 - 11		10	
VERDURE						
• Melanzane a dadi	500 gr	9 - 11	12 - 14	Per facilitare lo scongelamento, mescolare ogni tanto le verdure.	5	
• Peperoni a pezzi	500 gr	8 - 10	11 - 13		5	
• Piselli sgranati	500 gr	7 - 9	10 - 12		5	
• Cuori di carciofi	300 gr	5 - 7	8 - 10		5	
• Asparagi a pezzi	500 gr	6 - 8	9 - 11		5	
• Fagiolini tranciati	500 gr	8 - 10	11 - 13		5	
• Broccoli interi	500 gr	7 - 9	10 - 12		5	
• Cavolini di Bruxelles	500 gr	7 - 9	10 - 12		5	
• Carote affettate	500 gr	6 - 8	9 - 11		5	
• Cavolfiore a cimette	450 gr	7 - 9	10 - 12		5	
• Verdure miste	300 gr	4 - 6	7 - 9		5	
• Spinaci tranciati	300 gr	5 - 7	8 - 10		5	
PESCE						
• Filetti	300 gr	5 - 7	8 - 10			7
• Tranci	400 gr	6 - 8	9 - 11			7
• Intero	500 gr	6 - 8	9 - 11		7	
• Gamberi	400 gr	6 - 8	9 - 11		7	
PRODOTTI LATTIERO/CASEARI						
• Burro	250 gr	2 - 4	5 - 7	Togliere la carta di alluminio o le parti metalliche	10	
• Formaggio	250 gr	3 - 5	6 - 8	Non va scongelato completamente. Osservare il tempo di riposo.	15	
• Panna	200 ml	5 - 7	8 - 10	La panna va tolta dal suo recipiente e posizionata in un piatto	5	
PANE						
• 2 panini medi	150 gr	1 - 2	3 - 5	Mettere il pane direttamente sul piatto girevole	3	
• 4 panini medi	300 gr	2 - 3	4 - 6		3	
• Pane a fette	250 gr	2 - 3	4 - 6		3	
• Pane integrale a fette	250 gr	2 - 3	4 - 6		3	
FRUTTA						
• Fragole, prugne, ciliege, ribes, albicocche	500 gr	6 - 8	9 - 10	Mescolare 2 - 3 volte	10	
• Lamponi	300 gr	4 - 6	7 - 9	Mescolare 2 - 3 volte	10	
• More	250 gr	2 - 4	5 - 7	Mescolare 2 - 3 volte	6	

(*) Queste indicazioni sono idonee per eseguire il test di scongelamento di carne macinata secondo la norma IEC 705, par.18.3. Ruotare sottosopra il carico a metà del tempo impostato. Il carico va appoggiato direttamente sopra il piatto girevole. Ulteriori indicazioni, anche in merito ad altri test di prestazione secondo la norma IEC 705, sono riportate nella tabellina a pag. 2

COME PROGRAMMARE IL FORNO PER MANTENERE I CIBI IN CALDO, RISCALDARE, CUOCERE

1. Premere il tasto **"Power Level"** fino a selezionare la potenza desiderata (☰ = massimo; ☷ = minimo).
 Se non si preme il tasto **"Power Level"**, il forno funzionerà alla massima potenza ☰.
 Sul display l'indicatore in basso indicherà il livello di potenza selezionato.
 2. Impostare il tempo desiderato ruotando la manopola **"- Time +"**.
 3. Premere il tasto **"Stop/Start"** per avviare la funzione.
 Il display visualizza il tempo e la potenza impostati.
 4. Al termine del tempo impostato si udirà un unico **"beep"** ed il display visualizzerà **"00:00"**.
- È possibile controllare lo svolgimento della funzione impostata in qualsiasi momento, aprendo la porta ed ispezionando il cibo. Si interrompe, così, l'emissione delle microonde che verrà ripresa richiudendo la porta.
 - Se per qualsiasi motivo fosse necessario sospendere la cottura senza aprire la porta, basta premere il tasto **"Stop/Start"**.
 - Per terminare la cottura, procedere invece come segue:
 - se la porta del forno è aperta, premere 1 volta il tasto **"Clock/Reset"**.
 - se il forno è in funzione, premere 1 volta il tasto **"Clock/Reset"**.
 - se il forno è spento e la porta è chiusa, premere 1 volta il tasto **"Clock/Reset"**.
 - Il tempo di cottura e la potenza microonde possono essere modificati anche dopo aver premuto il tasto **"Stop/Start"**.

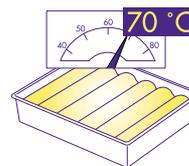
MANTENERE IN CALDO I CIBI

- Questa funzione è consigliata per tutte le pietanze in genere.
- Vi permette di mantenere in caldo i cibi appena cotti o riscaldati senza che questi si seccino o si attacchino al recipiente di cottura.
- Impostando la potenza a livello  e coprendo il cibo con un piatto o con la pellicola trasparente, questo rimarrà in caldo fino al momento dell'utilizzo.
- Se preferite, potete lasciare i cibi in caldo direttamente nel piatto di portata (sempre coperto).

RISCALDARE

Il riscaldamento dei cibi è una funzione in cui il Vostro forno a microonde evidenzia tutta la sua utilità ed efficacia. Rispetto ai metodi tradizionali, infatti, utilizzando le microonde si ha un evidente risparmio di tempo e, quindi, anche di energia elettrica.

- Si raccomanda di riscaldare i cibi (specie se surgelati) ad una temperatura di almeno 70°C (deve scottare!). Non sarà possibile mangiare il cibo subito, perché sarà troppo caldo, ma sarà garantita la sua completa sterilizzazione.
- Per riscaldare i cibi precotti o surgelati, osservare sempre le seguenti regole:
 - togliere il cibo dai contenitori metallici;
 - coprire con pellicola trasparente (del tipo adatto per forni a microonde) o carta oleata; in questo modo tutto il sapore naturale sarà mantenuto ed il forno rimarrà più pulito; è possibile coprire anche con un piatto rovesciato;
 - se possibile, mescolare o rivoltare frequentemente per accelerare ed uniformare il processo di riscaldamento;
 - seguire con molta cautela i tempi indicati sulla confezione; ricordarsi che, in certe condizioni, i tempi riportati dovranno essere aumentati.
- I cibi surgelati devono essere scongelati prima di iniziare il riscaldamento. Più bassa è la temperatura iniziale del cibo, più lungo sarà il tempo necessario per il riscaldamento.
- Cibi e bevande possono essere riscaldati per breve tempo in recipienti di carta o plastica. Comunque, questi recipienti possono deformarsi se il tempo di cottura è lungo.



Tempi di riscaldamento

I tempi indicati in tabella variano a seconda della potenza resa dal Vostro forno. Il valore della potenza resa è impresso sulla portina del forno, all'interno del simbolo  (vedi pag. 6).

Tipo	Quantità	Liv. di Potenza	Polenza resa	Polenza resa	Note
			900W	700W	
			durata (min.)	durata (min.)	
AMMORBIDIMENTO DI CIBI • Cioccolata/glassa • Burro	100 gr 50-70 gr	 	4 - 5 0'.5"-0'.10"	5 - 6 0'.7"-0'.12"	Mettere in un piatto. Mescolare la glassa una volta.
CIBI DA TEMP. DI FRIGORIFERO (5/8°C) FINO A 20/30°C					
• Yogurt • Biberon	125 gr 240 gr	" "	0'.10"-0'.15" 0'.25"-0'.30"	0'.12"-0'.17" 0'.35"-0'.40"	Asportare il foglio metallico Riscaldare il biberon senza tettarella e mescolare subito dopo il riscaldamento per uniformare la temperatura. Verificare la temperatura del contenuto prima della consumazione. Se il latte è a temperatura ambiente, ridurre leggermente il tempo indicato. Se si usa latte in polvere, mescolare molto bene in quanto la polvere residua potrebbe incendiarsi. Usare latte già sterilizzato.
CIBI PRECOTTI DA TEMP. DI FRIGORIFERO (TEMP. INIZIALE 5/8°C) FINO A 70° C CIRCA					
• Confezione di lasagne o di pasta con ripieno • Confezione di carne con riso e/o verdure • Confezione di pesce e/o verdure • Piatto di carne e/o verdura • Piatto di pasta, cannelloni o lasagne • Piatto di pesce e/o riso	400 gr 400 gr 300 gr 400 gr 400 gr 300 gr	" " " " " "	4 - 6 4 - 6 3 - 5 5 - 7 5 - 7 4 - 6	6 - 8 6 - 8 5 - 7 7 - 9 7 - 9 6 - 8	Si intendono confezioni di qualsiasi tipo di cibo precotto reperibili in commercio da riscaldare ad una temp. di 70°C. Togliere il cibo da eventuali confezioni metalliche e porlo direttamente nel piatto in cui poi si mangia. Per un ottimo risultato il cibo deve essere sempre coperto. Si intendono porzioni di qualsiasi tipo di cibo già cotto da riscaldare ad una temp. di 70°C. Il cibo va posto direttamente nel piatto in cui poi si mangia e va sempre coperto o con la pellicola trasparente o con un piatto rovesciato.
CIBI CONGELATI DA RISCALDARE/CUOCERE (TEMP. INIZIALE -18°/-20°C) FINO A 70° C CIRCA					
• Confezione di lasagne o di pasta con ripieno • Confezione di carne con riso e/o verdure • Confezione di pesce e/o verdure precotti • Confezione di pesce e/o verdure crudi • Porzioni di carne e/o verdure • Porzione di pasta cannelloni o lasagne • Porzioni di pesce e/o riso	400 gr 400 gr 300 gr 300 gr 400 gr 400 gr 300 gr	" " " " " " "	6 - 8 5 - 7 3 - 5 8 - 10 6 - 8 7 - 9 4 - 6	8 - 10 7 - 9 5 - 7 10 - 12 8 - 10 9 - 11 6 - 8	Si intendono confezioni di qualsiasi tipo di cibo precotto congelato da riscaldare ad una temp. di 70°C direttamente nella loro confezione; se il contenitore fosse metallico, porre il cibo direttamente nel piatto in cui poi si mangia ed aumentare i tempi di qualche minuto. Togliere il cibo crudo dalle confezioni e posizionarlo in un contenitore adatto alle microonde e coprire. Si intendono porzioni di qualsiasi tipo di cibo già cotto congelato da riscaldare ad una temperatura di 70°C. Porre il cibo congelato nel piatto in cui poi si mangia e coprirlo con un altro piatto rovesciato o un pyrex. Assicurarsi che al centro sia ben caldo; se possibile mescolare il cibo.
BEVANDE DA FRIGORIFERO (5/8°C) FINO A 70°C CIRCA					
• 1 tazza d'acqua • 1 tazza di latte • 1 tazza di caffè • 1 piatto di brodo	180 cc 150 cc 100 cc 300 cc	" " " "	2 - 2'.30" 1'.30" - 2 1'.30" - 2 4 - 5	2'.30"-3 2-2'.30" 2-2'.30" 5 - 6	Tutte le bevande vanno mescolate alla fine del riscaldamento per uniformare la temperatura. Per il brodo consigliamo di coprirlo con un piatto rovesciato.
BEVANDE DA TEMPERATURA AMBIENTE (20°/30°C) FINO A 70°C CIRCA					
• 1 tazza d'acqua • 1 tazza di latte • 1 tazza di caffè • 1 piatto di brodo	180 cc 150 cc 100 cc 300 cc	" " " "	1'.30" - 2 1 - 1'.30" 1 - 1'.30" 3 - 4	2-2'.30" 1'.30"-2 1'.30"-2 4 - 5	Tutte le bevande vanno mescolate alla fine del riscaldamento per uniformare la temperatura. Per il brodo consigliamo di coprirlo con un piatto rovesciato.

CUOCERE

CARNI

Si possono fare arrostiti, brasati e stufati. Rivoltare e ruotare i pezzi grossi che non possono essere mescolati. Attenzione a non lasciarsi ingannare dall'aspetto esterno della carne, (durante ed a fine cottura) che non potrà essere rosolata come in un forno tradizionale; in compenso vengono mantenute al più alto livello tutte le proprietà nutritive e di gusto delle pietanze.

POLLAME

Tutti i tipi di pollame possono essere scongelati e quindi cotti, nel forno a microonde. La pelle non arrostisce come avviene solitamente; per avere una buona doratura si consiglia pennellare con burro fuso o margarina l'esterno del pollo.

PESCE

Il pesce cuoce molto rapidamente e con ottimi risultati. Si può condire con poco burro o olio (o anche non condirlo). Coprire con una pellicola trasparente. Naturalmente se c'è la pelle, questa va incisa; i filetti vanno disposti uniformemente. **Si sconsiglia** di cuocere pesce impanato con uovo.

Tempi di cottura per carni, pollame e pesce

Per rendere più morbida la carne, consigliamo di aggiungere 1/2 bicchiere d'acqua ad inizio cottura.

I tempi indicati in tabella variano a seconda della potenza resa dal Vostro forno.

Il valore della potenza resa è impresso sulla portina del forno, all'interno del simbolo  (vedi pag. 6).

Cibo	Quantità	Livello di potenza	Potenza resa	Potenza resa	Note	Tempo di riposo (minuti)
			900W	700W		
			Tempi da impostare (minuti)	Tempi da impostare (minuti)		
MANZO						
Polpettone	900 gr		18 - 20	22 - 24	(*) Amalgamare 500 g. di carne di manzo macinata con uova, prosciutto, pane grattugiato etc.	5
Polpettone	800 gr	"	15 - 20	20 - 25		5
Lombata	600 gr	"	17 - 22	22 - 27		5
Arrosto, stinco	1 kg	"	25 - 30	32 - 37	Girare a metà cottura	10
VITELLO						
Spezzatino	700 gr	"	17 - 22	22 - 27	Mescolare 2 - 3 volte	8
Arrosto (arrotoato)	1 kg	"	25 - 30	32 - 37	Girare a metà cottura	10
Fesa a fette	200 gr	"	10 - 15	15 - 20	Non occorre girare	2
MAIALE						
Coscia	500 gr	"	15 - 20	20 - 25	Girare a metà cottura	5
Arrosto	1 kg	"	25 - 30	32 - 37	Girare a metà cottura	10
Arista	700 gr	"	17 - 22	22 - 27	Girare a metà cottura	8
AGNELLO						
Cosciotto di spalla	1 kg	"	25 - 30	32 - 37	Girare a metà cottura	10
Hamburgers freschi	100 gr		7 - 10	10 - 13		3
Gulash	1,5 kg		35 - 40	45 - 50	Mescolare 2-3 volte	3
Salsicce	300 gr		10 - 14	14 - 19		3
POLLAME: POLLO						
Intero	1,5 kg	"	40 - 45	50 - 55	Girare a metà cottura	10
Mezzo	500 gr	"	15 - 20	20 - 25	Non occorre girare	5
A pezzi	500 gr	"	15 - 20	20 - 25	Non occorre girare	5
Petto	300 gr	"	10 - 14	14 - 19	Non occorre girare	3
TACCHINO						
Pezzi	1,5 kg	"	40 - 45	50 - 55	Girare a metà cottura	8
Petto	500 gr	"	15 - 20	20 - 25	Non occorre girare	8
ANATRA						
Intera	1,5 kg	"	40 - 45	50 - 55	Girare a metà cottura	10
PESCE						
Filetti	300 gr		4 - 6	7 - 9	Cucinare coperto	2
Fettine	300 gr	"	6 - 8	9 - 11	Cucinare coperto	2
Intero	500 gr	"	7 - 9	10 - 12	Cucinare coperto	2
Intero	250 gr	"	4 - 6	7 - 9	Cucinare coperto	2
Gamberi	500 gr	"	6 - 8	9 - 11	Cucinare coperto	2
Tranci	400 gr	"	6 - 8	9 - 11	Cucinare coperto	2

(*) Queste indicazioni sono idonee per eseguire il test di cottura di carne macinata secondo la norma IEC 705, par.17.3, test C. Coprire il contenitore con pellicola trasparente adatta a forni a microonde, buca- ta in alcuni punti. Ulteriori indicazioni, anche in merito ad altri test di prestazione secondo la norma IEC 705, sono riportate nella tabellina a pag. 2

VERDURE

Le verdure, cotte nel forno a microonde, conservano colore e potere nutritivo più che nella cottura tradizionale.

Per ogni 500 gr di verdure aggiungere circa 5 cucchiaini d'acqua.

Devono essere sempre coperte con della pellicola trasparente.

Quelle più consistenti vanno tagliate a pezzi regolari (es. carote).

Rimescolare almeno una volta a metà cottura e mettere poco sale soltanto alla fine.

Tempi di cottura per le verdure

I tempi indicati in tabella variano a seconda della potenza resa dal Vostro forno.

Il valore della potenza resa è impresso sulla portina del forno, all'interno del simbolo  (vedi pag. 6).

Tipo	Quantità	Selettore di potenza	Potenza resa	Potenza resa	Note	Tempo di riposo (minuti)
			900W Timer (minuti)	700W Timer (minuti)		
• Asparagi	500 gr		9 - 10	11 - 12	Tagliare a pezzi di 2 cm	4
• Carciofi	300 gr	"	11 - 12	12 - 13	E' preferibile usare i fondi di carciofo	4
• Fagiolini	500 gr	"	11 - 12	13 - 14	Tagliare a pezzi	4
• Broccoli	500 gr	"	7 - 8	9 - 10	Dividere nei singoli "fiori"	4
• Cavolini di Bruxelles	500 gr	"	7 - 8	9 - 10	Lasciarli interi	4
• Cavolo bianco	500 gr	"	7 - 8	9 - 10	Tagliarlo a strisce	4
• Cavolo rosso	500 gr	"	7 - 8	9 - 10	Tagliarlo a strisce	4
• Carote	500 gr	"	9 - 10	11 - 12	Tagliare a pezzi uguali	4
• Cavolfiore	450 gr	"	11 - 12	13 - 14	Dividerlo a cimette	4
• Sedano	500 gr	"	7 - 8	9 - 10	Dividerlo a pezzi	4
• Melanzana	500 gr	"	6 - 7	8 - 9	Tagliarla a dadi	4
• Porro	500 gr	"	6 - 7	8 - 9	Tagliarlo a strisce	4
• Funghi champignons	500 gr	"	6 - 7	8 - 9	Lasciarli interi. Non occorre acqua	4
• Cipolle	250 gr	"	5 - 6	7 - 8	Intere di dimensioni uguali. Non occorre acqua	4
• Spinaci	300 gr	"	6 - 7	8 - 9	Coprire, dopo averli lavati e fatti sgocciolare	4
• Piselli	500 gr	"	10 - 11	12 - 13		4
• Finocchio	500 gr	"	12 - 13	14 - 15	Tagliarlo in quarti	4
• Peperoni	500 gr	"	9 - 10	11 - 12	Tagliarli a pezzi	4
• Patate	500 gr	"	8 - 9	10 - 11	Tagliarle a pezzi uguali	4
• Zucchine	500 gr	"	7 - 8	9 - 10	Lasciarle intere	4

N.B: I tempi di cottura in tabella hanno valore puramente indicativo e sono in funzione del peso, della temperatura prima della cottura e della consistenza e struttura della verdura.

MINISTRE E RISO

- Le minestre o zuppe in genere, richiedono una minor quantità di liquido perché nel forno a microonde l'evaporazione è piuttosto scarsa. Il sale deve essere aggiunto solo alla fine della cottura o durante il tempo di riposo, perché disidratante.
- È giusto dire che il tempo necessario per cuocere il riso nel forno a microonde (come del resto la pasta) è pressappoco uguale a quello che occorre per cuocerlo sul fornello nel modo tradizionale. Il vantaggio di preparare un risotto nel forno a microonde è dato dal fatto che non è necessario mescolare in continuazione (basterà farlo 2 - 3 volte).
Gli ingredienti vanno messi tutti assieme in un contenitore adatto alle microonde e coperti con della pellicola trasparente (per 300 gr di riso sono necessari 750 gr di brodo con il forno programmato alla massima potenza per 12 - 15 minuti circa).
Inoltre il riso non si attacca sul fondo del recipiente e, dato che per cuocerlo è possibile usare una zuppiera o un altro recipiente da portare in tavola, non sarà necessario travasarlo in un piatto di portata.

DORATURA

Gli alimenti più difficili da dorare durante la cottura a microonde sono generalmente le cotolette, le scaloppine e i petti di pollo. Per ottenere comunque un effetto di doratura superficiale si consiglia di ungere l'esterno con burro preferibilmente amalgamato con paprica. Sono in vendita anche salse appositamente studiate per colorire gli alimenti cotti a microonde. In tutti i casi occorre far assorbire, alle carni o pesci da dorare, sostanze grasse e coloranti.

DOLCI E FRUTTA

I dolci lievitano (a potenza ridotta) molto più che nella cottura tradizionale. Poiché non fanno la crosta, è preferibile guarnire la superficie con creme o glasse (es. al cioccolato); inoltre vanno tenuti coperti dopo la cottura perché tendono ad asciugarsi più in fretta di quelli cotti nel forno tradizionale. La frutta va forata se cotta con la buccia e va tenuta coperta: è importante osservare il tempo di riposo (3 - 5 minuti).

Tempi di cottura per dolci e frutta

I tempi indicati in tabella variano a seconda della potenza resa dal Vostro forno. Il valore della potenza resa è impresso sulla portina del forno, all'interno del simbolo  (vedi pag. 6).

Tipo/quantità	Livello di potenza	Potenza resa 900W	Potenza resa 700W	Tempo di riposo (minuti)	Osservazioni e consigli
		Tempi da impostare (minuti)	Tempi da impostare (minuti)		
Torta alle noci (700 gr)		13 - 17	18 - 23	5	Può essere accompagnata da qualsiasi crema
Torta viennese (850 gr)	"	17 - 21	22 - 27	5	Da farcire con marmellata
Torta all'ananas (800 gr)	"	15 - 19	20 - 25	5	Le fette di ananas possono essere stese sul fondo della tortiera, oppure tagliate a pezzi e incorporate nell'impasto
Torta alle mele (1000 gr)	"	17 - 21	22 - 27	5	Le mele vanno messe come decorazione in superficie
Torta al caffè (750 gr)		13 - 17	18 - 23	5	Ottima farcita con una crema
Zabaione		1,30 - 3	4 - 6	3	Mescolare con un frustino ogni 30"
Pere cotte (300 gr)		3 - 5	6 - 8	3	Le pere vanno tagliate in quarti
Mele cotte (300 gr)	"	4 - 6	7 - 10	3	Le mele vanno tagliare a fette
Egg custard (750 gr) test A	"	14 - 16	18 - 20	5	Queste indicazioni sono idonee per eseguire il test di cottura secondo la norma IEC 705, par. 17.3, rispettivamente test A e test B. Ulteriori indicazioni, anche in merito ad altri test di prestazione secondo la norma IEC 705, sono riportate nella tabellina a pag. 2
Sponge cake (475 gr) test B	"	6 - 7	8 - 9	5	

M A N U T E N Z I O N E E P U L I Z I A

Prima di ogni operazione di manutenzione o pulizia, staccare sempre la spina dalla presa di corrente.

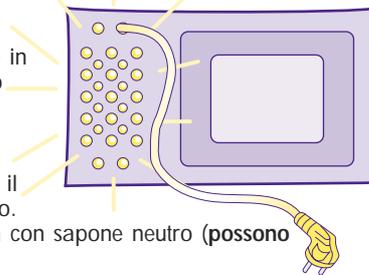
Pulizia

Per conservare la vostra apparecchiatura nelle migliori condizioni, si consiglia di pulire regolarmente la portina, l'interno e l'esterno del forno con un panno umido e sapone neutro o detersivo liquido. Mantenere sempre pulito da grasso o schizzi di unto anche il coperchio uscita microonde (F). **Non usare detersivi abrasivi, pagliette od utensili di metallo appuntiti**, quando si pulisce la superficie esterna ed interna del forno. Inoltre, fare attenzione che **non penetrino acqua o detersivo liquido all'interno delle feritoie uscita aria e vapori poste sopra l'apparecchio**. Non usare detersivi a base di ammoniaca.

Si raccomanda inoltre di non usare alcool, pagliette o detersivi abrasivi per pulire le superfici interne e soprattutto esterne della porta, al fine di evitare graffi e rigature. Per assicurare una perfetta chiusura, mantenere sempre pulito il lato interno della porta, evitando che sporco e residui di cibo rimangano intrappolati tra la portina e la facciata del forno.



Pulire regolarmente i fori d'ingresso aria posti sul retro del forno in modo che con il tempo non vengano ostruiti da polvere e deposito di sporco.



Di tanto in tanto sarà necessario togliere il piatto rotante (D) ed il relativo supporto (E) per pulirli, come pure pulire il fondo del forno. Lavare il piatto rotante ed il relativo supporto in acqua saponata con sapone neutro (**possono essere lavati in lavastoviglie**).

Non immergere il piatto rotante in acqua fredda dopo un prolungato riscaldamento; l'elevato shock termico ne provocherebbe la rottura.

Il motore del piatto rotante è sigillato. Tuttavia, quando si esegue la pulizia del fondo, fare attenzione che l'acqua non penetri sotto il perno del piatto rotante (B).

Se qualcosa non sembra funzionare...

Nel caso si verificasse un difetto, rivolgersi al Servizio Assistenza Autorizzato dal costruttore. In ogni caso, prima di interpellare i nostri tecnici, conviene effettuare i seguenti semplici controlli:

p r o b l e m a	c a u s a / r i m e d i o
<ul style="list-style-type: none"> • L'apparecchio non funziona 	<ul style="list-style-type: none"> • La porta non è correttamente chiusa • La spina non è ben inserita nella presa • La presa non fornisce corrente (controllare il fusibile dell'abitazione) • Il tempo non è stato impostato correttamente
<ul style="list-style-type: none"> • Condensa sul piano di appoggio ed all'interno del forno 	<ul style="list-style-type: none"> • Quando si cuociono cibi contenenti dell'acqua, è del tutto normale che il vapore che si genera all'interno del forno esca e si condensi all'interno del forno o sul piano di cottura
<ul style="list-style-type: none"> • Scintille all'interno del forno 	<ul style="list-style-type: none"> • Non usare contenitori metallici nelle cotture a microonde né sacchetti o confezioni con punti metallici
<ul style="list-style-type: none"> • Il cibo non si riscalda sufficientemente 	<ul style="list-style-type: none"> • Selezionare il corretto modo di cottura oppure aumentare il tempo di cottura • Il cibo non è stato scongelato completamente prima della cottura
<ul style="list-style-type: none"> • Il cibo si brucia 	<ul style="list-style-type: none"> • Selezionare un livello di potenza inferiore oppure ridurre il tempo di cottura
<ul style="list-style-type: none"> • Il cibo non si cuoce uniformemente 	<ul style="list-style-type: none"> • Mescolare il cibo durante la cottura. Tenere in mente che il cibo cuoce meglio se tagliato in pezzi di dimensioni uniformi. • Il piatto rotante è rimasto bloccato

In caso di guasto della lampada forno, potete continuare ad utilizzare l'apparecchio senza problemi. Per la sostituzione della lampada, rivolgersi ad un Centro Assistenza autorizzato.