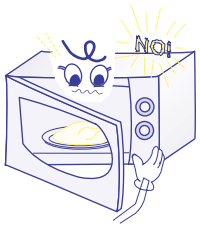
/ COME OTTENERE I MIGLIORI RISULTATI DAL VOSTRO FORNO

Cosa voglio fare?	Quale funzione scelgo?		Istruzioni per l'uso pag.	Tab. quantità/tempo pag.	
• Mantenere in caldo i cibi	***Solo microonde***	***Pot.*** (75 W)	12		
• Scongelare	***Solo microonde***	***Pot.*** (150 W)	11 12		
• Ammorbidire cioccolata/glassa • Fondere burro e ammorbidire formaggi • Cuocere dolci	***Solo microonde***	***Pot.*** (375 W)	11 18	15 18	MICROONDE
• Cuocere spezzatino, petti di pollo	***Solo microonde***	***Pot.*** (560 W)	11 16	17	
• Cuocere frutta, verdura, riso, minestra, pesce • Riscaldare tutti i cibi già cotti o congelati	***Solo microonde***	***Pot.*** (750 W)	11 16 14	17 15	
• Cuocere rapidamente tutti i tipi di arrosti, pollame, spiedini, patate • Gratinatura di cibi (es. lasagne, verdure gratinate, maccheroni)	***Combinata microonde + grill***		19 20	20	MICROONDE + GRILL
• Grigliare in maniera tradizionale hamburger, braciole, würstel, salsicce, pane tostato, ecc.	***Solo grill***		21 22	22	GRILL

A V V E R T E N Z E

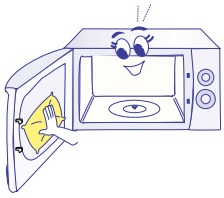
Prima di iniziare ad usare il forno, leggere attentamente queste avvertenze. Ciò consentirà di evitare errori ed ottenere i migliori risultati.

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.

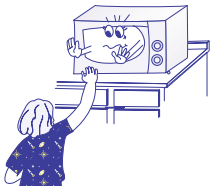


4) Non mettere in funzione il forno nel caso che oggetti di qualsiasi genere rimangano intrappolati tra la facciata del forno e la porta. Mantenere sempre **pulito il lato interno della porta (E)** usando un panno umido e detersivi non abrasivi. Non lasciare accumulare sporco o residui di cibo tra la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

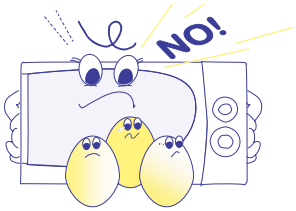
9) Nelle cotture "Solo MICROONDE" e "COMBINATA CON MICROONDE", **non si deve assolutamente preriscaldare (senza alimenti) il forno e non si deve farlo funzionare a vuoto (senza alimenti), in quanto si possono provocare delle scintille.**

10) **Non immergere il piatto rotante nell'acqua dopo un prolungato riscaldamento; l'elevato shock termico ne provocherebbe la rottura.**

11) 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 quando funziona in modo MICROONDE o COMBINATO CON MICROONDE: il metallo riflette l'energia delle microonde e potrebbe così provocare scintille.

12) 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.

13) **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.



14) 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.

15) 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.

16) Non riscaldare liquori ad alta gradazione, né grandi quantità di olio. (Potrebbero incendiarsi!).

17) Fare attenzione quando si selezionano i tempi di cottura. In caso di dubbio, consultare le tabelle.

18) **Dopo il riscaldamento di cibi per neonati (contenuti in biberon o vasetti), controllarne SEMPRE la temperatura prima della consumazione, per evitare scottature. Suggeriamo 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

D A T I T E C N I C I

Dimensioni esterne (LxHxP)	480x272x360
Dimensioni interne (LxHxP)	385x180x290
Volume netto del forno	17 lt.
Peso approsimativo	15 kg.
Diametro piatto rotante	27,5 cm
Lampada forno	25 W

Per ulteriori dati, consultare la targhetta caratteristiche posta 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.**

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

1) Dopo aver estratto il forno dall'imballo, rimuovere la protezione contenente il piatto rotante (G) ed il relativo supporto (H). Verificare che il perno del piatto rotante (D) sia inserito correttamente nell'apposita sede al centro del piatto rotante.

2) Pulire l'interno con un panno umido e morbido.

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

4) Posizionare l'apparecchio su un piano stabile ad un'altezza di **almeno 85 cm**., fuori dalla portata dei bambini poiché la porta in vetro può raggiungere, durante la cottura, temperature elevate.

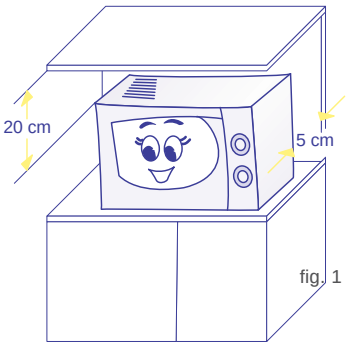


fig. 1

5) **Dopo aver posizionato l'apparecchio sul piano di lavoro, verificare 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).**

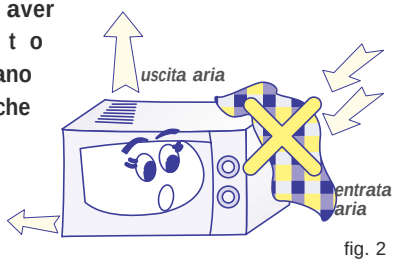


fig. 2

6) Non ostruire 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 o dietro l'apparecchio) siano SEMPRE LIBERE (vedi Fig. 2 e Fig. 3).

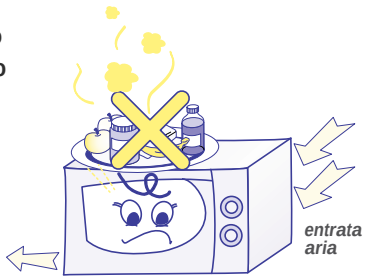


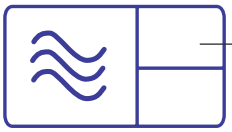
fig. 3

7) Posizionare al centro della sede circolare il supporto (H) ed appoggiarci il piatto rotante (G). Il perno (D) deve coincidere con la relativa sede al centro del piatto rotante.

8) **Quando si avvia l'apparecchio per la prima volta, è possibile che per un periodo di 10 min. circa produca un odore di "nuovo" e un po' di fumo. Questo è del tutto normale, ed è causato dalla presenza di sostanze protettive applicate alle resistenze.**

P O T E N Z A R E S A

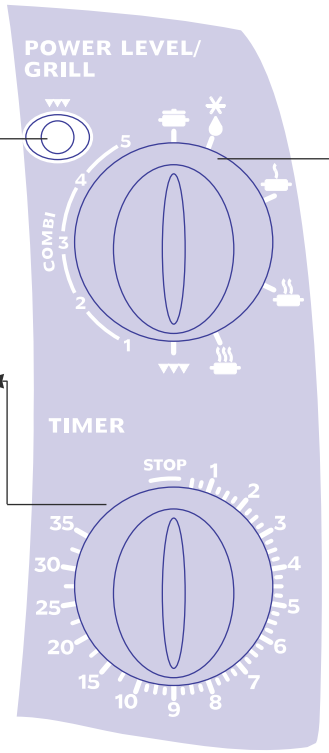
In questo forno la potenza resa massima delle microonde è di 750W. Questo valore è riportato sulla targa dati, posta sul retro dell'apparecchio, alla voce MICRO OUTPUT.



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 alla pagina seguente. Queste informazioni Vi saranno utili per consultare i ricettari per microonde in commercio.

DESCRIZIONE ED USO DEI COMANDI



LAMPADA SPIA GRILL

Funzione solo grill o Combinata microonde + grill:
rimane sempre accesa

MANOPOLA INFERIORE:

TIMER

QUESTA MANOPOLA DÀ INIZIO A TUTTE LE OPERAZIONI DI COTTURA.

Funzione solo microonde, combinata microonde + grill, solo grill:
ruotare in senso orario da 1 a 35 minuti; allo scadere del tempo, il forno si spegne ed emette un segnale acustico

MANOPOLA SUPERIORE:

MANOPOLA SELETTORE PROGRAMMI

Ruotare la manopola per selezionare la funzione microonde (5 livelli di potenza) la funzione grill, oppure la funzione combinata microonde + grill (5 livelli di potenza).

I livelli di potenza delle microonde disponibili sono i seguenti:

FUNZIONE SOLO MICROONDE

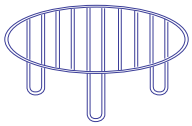
- 75 W
- 150 W (scongelamento)
- 375 W
- 560 W
- 750 W

FUNZIONE COMBINATA MICROONDE + GRILL

COMBI 1 - 160 W
COMBI 2 - 300 W
COMBI 3 - 450 W
COMBI 4 - 590 W
COMBI 5 - 750 W

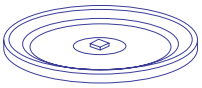
ACCESSORI IN DOTAZIONE

GRIGLIA



Funzione solo grill
per tutti i tipi di grigliatura.

PIATTO ROTANTE



Il piatto rotante va utilizzato sempre in **tutte le funzioni**.

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

Nelle funzioni solo microonde e combinate con microonde, 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 (G) estraendo il perno piatto (D) 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. Tenere comunque presente che è possibile che sia il cibo, molto caldo, a trasmettere calore al piatto, rendendo necessario l'uso di presine.

Se il forno è usato in ***solo grill*** si possono utilizzare tutti i tipi di recipienti da forno (vedi tabella).

	Vetro	Pyrex	Vetro-ceramica	Terracotta	Fogli in alluminio	Plastica	Carta o cartone*	Contenitori metallici
Solo microonde	SI	SI	SI	SI	NO	SI	SI	NO
Combinate microonde + grill	NO	SI	SI	SI	NO	NO	NO	NO
Solo grill	NO	SI	SI	SI	SI	NO	NO	SI

* Se il riscaldamento dura troppo a lungo è possibile che s'incendino.

CONSIGLI PER L'UTILIZZO DELLE MICROONDE

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 la cottura a microonde

1) 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.

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).**

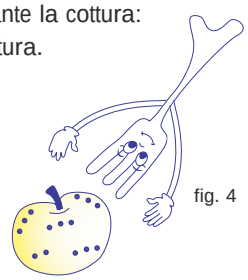


fig. 4

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).

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.

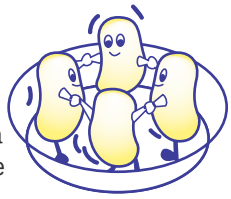


fig. 5

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'terno del forno. Usare pellicola trasparente adatta per forni a microonde.

F U N Z I O N E S O L O M I C R O O N D E

MICROONDE

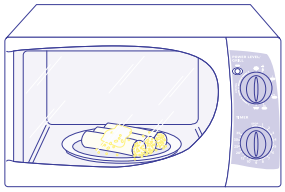
Questa funzione è adatta per:

- Mantenere in caldo i cibi . . . . . .pag. 12
- Scongelare . . . . . .pag. 12
- Riscaldare . . . . . .pag. 14
- Cuocere spezzatino, carni bianche, frutta, verdura, riso, minestra, pesce . . . . . .pag. 16
- Cuocere dolci e frutta . . . . . .pag. 18

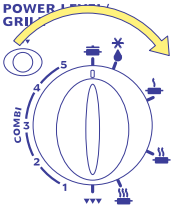
AVVIARE IL FORNO CON LA FUNZIONE SOLO MICROONDE

1 Mettere il cibo in un contenitore adatto alla cottura a microonde e posizionarlo al centro del piatto rotante.

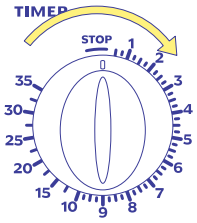
N.B: Non si deve preriscaldare il forno.



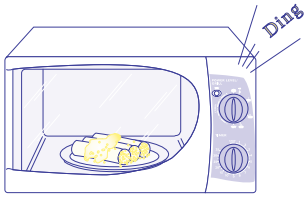
2 Selezionare il livello di potenza microonde desiderato ruotando la manopola superiore.



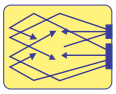
3 Impostare il tempo di cottura desiderato ruotando la manopola timer in senso orario.



4 Trascorso il tempo impostato, un segnale acustico indica che la cottura è terminata.



In qualsiasi momento è possibile interrompere il funzionamento riportando la manopola timer in posizione **STOP** ed é possibile variare la durata della cottura (durante lo svolgimento della stessa) girando tale manopola avanti o indietro.
Durante la cottura è possibile controllarne lo svolgimento aprendo la porta ed ispezionando il cibo. Tale atto interrompe il funzionamento che verrà ripreso richiudendo la porta.



UTILIZZARE LA FUNZIONE SOLO MICROONDE PER 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 secchino o si attacchino al recipiente di cottura.

Impostando la manopola superiore in posizione 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).

UTILIZZARE LA FUNZIONE SOLO MICROONDE 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).

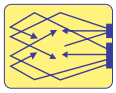
- Certi cibi, come le verdure ed il pesce, non hanno bisogno di essere scongelati completamente prima di iniziare la cottura.

- 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.

- É 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. É 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

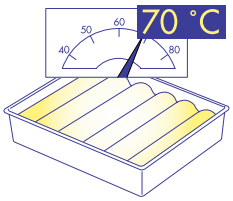
Tipo	Quantità	Manopola superiore	Manopola inferiore	Note	Tempo di riposo (minuti)
CARNE					
• Arrosti (maiale, manzo, vitello, ecc.)	1 kg	*	29 - 32		20
• Bistecche, cotolette, fettine	200 gr	"	10 - 12		5
• Spezzatino, goulasch	500 gr	"	18 - 20		10
• Macinato	500 gr	"	14 - 16	(*)	15
"	250 gr	"	8 - 10		10
• Hamburger	200 gr	"	8 - 10		10
• Salsiccia	300 gr	"	13 - 15		10
POLLAME					
• Anatra, tacchino	1,5 kg	"	38 - 41	Al termine del tempo di riposo, lavare sotto l'acqua calda per togliere l'eventuale ghiaccio.	20
• Pollo intero	1,5 kg	"	38 - 41		20
• Pollo a pezzi	500 gr	"	18 - 21		10
• Petto di pollo	300 gr	"	17 - 20		10
VERDURE					
• Melanzane a dadi	500 gr	"	20 - 23		5
• Peperoni a pezzi	500 gr	"	19 - 22		5
• Piselli sgranati	500 gr	"	16 - 19		5
• Cuori di carciofi	300 gr	"	12 - 15		5
• Asparagi a pezzi	500 gr	"	17 - 20		5
• Fagiolini tranciati	500 gr	"	19 - 22	Per facilitare lo scongelamento, mescolare ogni tanto le verdure.	5
• Broccoli interi	500 gr	"	18 - 21		5
• Cavolini di Bruxelles	500 gr	"	18 - 21		5
• Carote affettate	500 gr	"	17 - 20		5
• Cavolfiore a cimette	450 gr	"	16 - 19		5
• Verdure miste	300 gr	"	11 - 14		5
• Spinaci tranciati	300 gr	"	12 - 15		5
PESCE					
• Filetti	300 gr	"	12 - 15		7
• Tranci	400 gr	"	13 - 16		7
• Intero	500 gr	"	16 - 19		7
• Gamberi	400 gr	"	13 - 16		7
PRODOTTI LATTIERO/CASEARI					
• Burro	250 gr	"	9 - 11	Togliere la carta di alluminio o le parti metalliche	10
• Formaggio	250 gr	"	10 - 12	Il formaggio non va scongelato completamente. Osservare il tempo di riposo.	15
• Panna	200 ml	"	12 - 14	La panna va tolta dal suo recipiente e posizionata in un piatto	5
PANE					
• 2 panini medi	150 gr		3 - 5	Mettere il pane direttamente sul piatto girevole	3
• 4 panini medi	300 gr	"	7 - 9		3
• Pane a fette	250 gr	"	7 - 9		3
• Pane integrale a fette	250 gr	"	7 - 9		3
FRUTTA					
• Fragole, prugne, ciliege, ribes, albicocche	500 gr	"	15 - 18	Mescolare 2 - 3 volte	10
• Lamponi	300 gr	"	12 - 15	Mescolare 2 - 3 volte	10
• More	250 gr	"	10 - 13	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

MICROONDE

UTILIZZARE LA FUNZIONE SOLO MICROONDE PER 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.



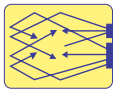
- Si raccomanda di riscaldare i cibi (specie se surgelati) ad una temperatura di almeno 70°C (deve scottare!). Non sarà possibile mangiare il cibo subito, perché troppo caldo, ma sarà garantita la sua completa sterilizzazione.

- 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; é 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


MICROONDE

Tipo	Quantità	Manopola superiore	Manopola inferiore	Note
AMMORBIDIMENTO DI CIBI				
• Cioccolata/glassa	100 gr		5 - 6	Mettere in un piatto. Mescolare la glassa una volta.
• Burro	50 -70 gr		0'.7" - 0'.12"	
CIBI DA TEMP. DI FRIGORIFERO (5/8°C) FINO A 20/30°C				
• Yogurt	125 gr	"	0'.12"-0'.17"	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.
• Biberon	240 gr	"	0'.35"-0'.40"	
CIBI PRECOTTI DA TEMP. DI FRIGORIFERO (TEMP. INIZIALE 5/8°C) FINO A 70°C CIRCA				
• Confezione di lasagne o di pasta con ripieno	400 gr	"	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.
• Confezione di carne con riso e/o verdure	400 gr	"	6 - 8	
• Confezione di pesce e/o verdure	300 gr	"	5 - 7	
• Piatto di carne e/o verdura	400 gr	"	7 - 9	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.
• Piatto di pasta, cannelloni o lasagne	400 gr	"	7 - 9	
• Piatto di pesce e/o riso	300 gr	"	6 - 8	
CIBI CONGELATI DA RISCALDARE/CUOCERE (TEMP. INIZIALE -18°/-20°C) FINO A 70°C CIRCA				
• Confezione di lasagne o di pasta con ripieno	400 gr	"	8 - 10	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.
• Confezione di carne con riso e/o verdure	400 gr	"	7 - 9	
• Confezione di pesce e/o verdure precotti	300 gr	"	5 - 7	
• Confezione di pesce e/o verdure crudi	300 gr	"	10 - 12	Togliere il cibo crudo dalle confezioni e posizionarlo in in contenitore adatto alle microonde e coprire.
• Porzioni di carne e/o verdure	400 gr	"	8 - 10	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.
• Porzione di pasta cannelloni o lasagne	400 gr	"	9 - 11	
• Porzioni di pesce e/o riso	300 gr	"	6 - 8	
BEVANDE DA FRIGORIFERO (5/8°C) FINO A 70°C CIRCA				
• 1 tazza d'acqua	180 cc	"	2'.30" - 3	Tutte le bevande vanno mescolate alla fine del riscaldamento per uniformare la temperatura. Per il brodo consigliamo di coprirlo con un piatto rovesciato.
• 1 tazza di latte	150 cc	"	2 - 2'.30"	
• 1 tazza di caffè	100 cc	"	2 - 2'.30"	
• 1 piatto di brodo	300 cc	"	5 - 6	
BEVANDE DA TEMPERATURA AMBIENTE (20°/30°C) FINO A 70°C CIRCA				
• 1 tazza d'acqua	180 cc	"	2 - 2'.30"	Tutte le bevande vanno mescolate alla fine del riscaldamento per uniformare la temperatura. Per il brodo consigliamo di coprirlo con un piatto rovesciato.
• 1 tazza di latte	150 cc	"	1'.30" - 2	
• 1 tazza di caffè	100 cc	"	1'.30" - 2	
• 1 piatto di brodo	300 cc	"	4 - 5	

UTILIZZARE LA FUNZIONE SOLO MICROONDE PER CUCINARE

MINESTRE 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 pressapoco 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 le microonde 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.

CARNI

Quando si cuociono carni con la funzione solo microonde, è consigliabile coprirle con pellicola trasparente adatta per forni a microonde; in questo modo si favorisce una migliore distribuzione del calore e si evita che si disidratino troppo risultando asciutte e stoppose. Questa funzione è adatta per spezzatini, gulasch, petti di pollo, ecc. Per cuocere arrosti, spiedini, ecc., si deve usare la funzione ,combinata.

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.

VERDURE

Le verdure, cotte con le microonde, conservano colore e potere nutritivo più che nella cottura tradizionale. Prima di iniziare la cottura, lavatele e pulitele.
Quelle di maggiori dimensioni vanno tagliate a pezzi uniformi.
Per ogni 500 gr. di verdure, aggiungere circa 5 cucchiai di acqua (le verdure fibrose richiedono più acqua).
Le verdure devono essere **sempre** coperte con della pellicola trasparente.
Rimescolare almeno una volta a metà cottura e mettere poco sale soltanto alla fine.

MICROONDE

Tempi di cottura

Tipo	Quantità	Manopola superiore	Manopola inferiore	Note	Tempo di riposo (minuti)
PESCE					
• Filetti	300 gr		9 - 11	Coprire con pellicola	2
• Fettine	300 gr	"	11 - 13	Coprire con pellicola	2
• Intero	500 gr	"	12 - 14	Coprire con pellicola	2
• Intero	250 gr	"	9 - 11	Coprire con pellicola	2
• Tranci	400 gr	"	11 - 13	Coprire con pellicola	2
• Gamberi	500 gr	"	11 - 13	Coprire con pellicola	2
VERDURA					
• Asparagi	500 gr	"	11 - 12	Tagliare a pezzi di 2 cm.	4
• Carciofi	300 gr	"	12 - 13	E' preferibile usare i fondi di carciofo.	4
• Fagiolini	500 gr	"	13 - 14	Tagliare a pezzi.	4
• Broccoli	500 gr	"	9 - 10	Dividere nei singoli "fiori".	4
• Cavolini di Bruxelles	500 gr	"	9 - 10	Lasciare interi.	4
• Cavolo bianco	500 gr	"	9 - 10	Lasciare interi.	4
• Cavolo rosso	500 gr	"	9 - 10	Lasciare interi.	4
• Carote	500 gr	"	11 - 12	Tagliare a pezzi uguali.	4
• Cavolfiore	500 gr	"	13 - 14	Dividere a cimette.	4
• Sedano	500 gr	"	9 - 10	Dividere a pezzi.	4
• Melanzana	500 gr	"	8 - 9	Tagliare a dadi.	4
• Porro	500 gr	"	8 - 9	Lasciare interi.	4
• Funghi champignons	500 gr	"	8 - 9	Lasciare interi. Non occorre acqua	4 4
• Cipolle	250 gr	"	7 - 8	Intere di dimensioni uguali. Non occorre acqua	4
• Spinaci	300 gr	"	8 - 9	Coprire, dopo averli lavati e fatti sgocciolare	4
• Piselli	500 gr	"	12 - 13		4
• Finocchio	500 gr	"	14 - 15	Tagliare in quarti.	4
• Peperoni	500 gr	"	11 - 12	Tagliare a pezzi.	4
• Patate	500 gr	"	10 - 11	Tagliare a pezzi uguali.	4
• Zucchine	500 gr	"	9 - 10	Lasciare interi e coprire	4
CARNE					
• Goulash	1,5 kg	"	42 - 47	Cucinare scoperto e mescolare 2 - 3 volte.	4
• Petti di pollo	500 gr		15 - 20	Girare a metà cottura	3
• Polpettone (test C IEC 705)	900 gr	"	22 - 24	(*)	5

N.B: I tempi di cottura in tabella hanno valore puramente indicativo e sono in funzione del peso, della temperatura iniziale dell'alimento e, per le verdure, anche dalla loro consistenza e struttura.

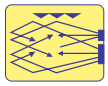
(*) Queste indicazioni sono idonee per eseguire il test di cottura di carne macinata secondo la norma IEC 705, par.17.3, test C.
Coprire il contenitore con pellicola trasparente adatta a forni a microonde, forata in alcuni punti.
Ulteriori indicazioni, anche in merito ad altri test di prestazione secondo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

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

Tipo / quantità	Manopola superiore	Manopola inferiore	Tempo di riposo (minuti)	Osservazioni e consigli
Torta alle noci (700 gr)		18 - 23	5	Può essere accompagnata da qualsiasi crema
Torta viennese (850 gr)	"	22 - 27	5	Da farcire con marmellata
Torta all'ananas (800 gr)	"	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)	"	22 - 27	5	Le mele vanno messe come decorazione in superficie
Torta al caffé (750 gr)	"	18 - 23	5	Ottima farcita con una crema
Zabaione		4 - 6	3	Mescolare con un frustino ogni 30"
Pere cotte (300 gr)		6 - 8	3	Le pere vanno tagliate in quarti
Mele cotte (300 gr)	"	7 - 10	3	Le mele vanno tagliare a fette
Egg custard (750 gr) test A	"	14 - 16	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
Spunge cake (475 gr) test B	"	7 - 9	5	



MICROONDE + GRILL

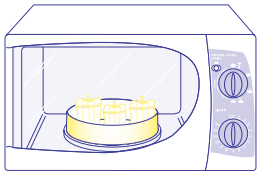
FUNZIONE COMBINATA MICROONDE + GRILL

Questa funzione è adatta per:

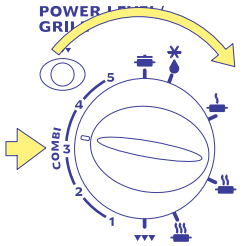
- Cuocere rapidamente tutti i tipi di arrosti, pollame, spiedini, patate . . . . . .pag. 20
- Gratinatura di cibi: (Es. lasagne, verdure gratinate, maccheroni). . . . . .pag. 20

AVVIARE IL FORNO IN FUNZIONE MICROONDE + GRILL

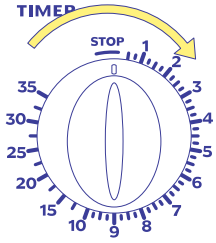
1 Mettere il cibo in un contenitore adatto alla cottura microonde e posizionarlo sul piatto rotante.



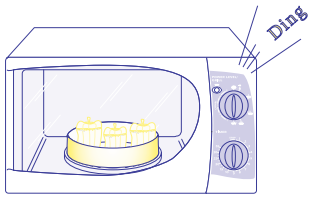
2 Ruotare la manopola superiore selezionando così uno fra i 5 livelli disponibili di cottura combinata microonde + grill.



3 Ruotare la manopola inferiore fino al tempo desiderato.
La **lampada spia grill** si accende.



4 Trascorso il tempo impostato, un segnale acustico indica che la cottura è terminata.
La **lampada spia grill** si spegnerà a fine cottura.



MICROONDE + GRILL

UTILIZZARE LA FUNZIONE *COMBINATA MICROONDE + GRILL* PER CUCINARE

Questa funzione è ideale per tutti quei piatti che hanno bisogno di essere “gratinati” o che devono prendere un certo colore. E’ necessario però tenere presente quanto segue:

- Non aggiungere condimenti in genere (**mettere solo 1/2 bicchiere d’acqua per mantenere morbida la carne**).
- Capovolgere gli arrosti ed i grossi pezzi di carne a metà cottura.
- Se durante la cottura la superficie superiore dovesse risultare sufficientemente gratinata prima che sia trascorso il tempo impostato, ruotare la manopola superiore nelle funzioni solo microonde per completare la cottura interna del cibo a sole microonde. Per verificare la cottura dei cibi, aprire la porta del forno. L’apertura della porta interrompe sia il funzionamento a microonde che **il grill.** Per riavviare la cottura, è sufficiente richiudere la porta.
- Nelle cotture combinate con grill, non si deve mai preriscaldare il forno e non si deve farlo funzionare senza alimenti.

Tempi di cottura

Tipo	Quantità	Manopola superiore	Manopola inferiore	Note	Tempo di riposo(min.)
• Lasagne	1100 gr	combi 5 +	11 + 9 solo microonde	Tempi ottenuti con pasta cruda. Se la pasta é precotta cuocere in funzione combinata fino ad ottenere il grado di doratura desiderato.	5
• Gnocchi alla romana	600 gr	combi 5	16	Evitare di sormontarli troppo	5
• Maccheroni gratinati	1500 gr	“	11	La pasta va bollita a parte precedentemente	5
• Cavolfiori in besciamella	1000 gr	“	18	Tempi ottenuti con 500 gr. di cavolfiore crudo. Se é già lessato, cuocere in funzione combinata fino ad ottenere il grado di doratura desiderato.	5
• Pomodori gratinati	800 gr	combi 3	20	É preferibile che siano di dimensioni uguali	5
• Peperoni ripieni	1400 gr	combi 5	20	Sono preferibili quelli bassi e larghi	5
• Melanzane alla parmigiana	1300 gr	“	14	Le melanzane si possono preparare prima fritte, o grigliate	5
• Patate arroste	750 gr	combi 4	35	Mescolare 2 - 3 volte.	5
• Patate gratin	1100 gr	combi 5	25 - 30	(*)	5
• Arrosti (maiale, manzo)	1000 gr	combi 2	55	Lasciare un po’ di grasso attorno perché non si secchi. Girare dopo 35’-40’.	10
• Polpettone (queste istruzioni non si riferiscono al test C della norma IEC 705 per il quale si rimanda alla tabella a pag. 2)	800 gr	combi 3	20	Amalgamare **500 gr. di carne di manzo macinata** con uova, prosciutto, pane grattugiato etc. Girare a metà cottura.	10
• Pollo intero	1200 gr	combi 4	38	(**)	10
• Spiedini	600 gr	combi 3	20	Girarli a metà cottura.	10
• Agnello	1000 gr	“	40	Girarli a metà cottura.	“
• Tacchino (a pezzi)	1000 gr	“	45	Girarli a metà cottura.	“
• Anitra	1000 gr	“	40	Girarli a metà cottura.	“

(*) Queste indicazioni sono idonee per eseguire il test di cottura secondo la norma IEC 705, par.17.3, test D. Ulteriori indicazioni, anche in merito ad altri test di prestazione secondo la norma IEC 705, sono riportate nella tabellina a pag. 2

(**) Girare a metà cottura e forarlo con una forchetta. Queste indicazioni sono idonee per eseguire il test di cottura secondo la norma IEC 705, par.17.3, test F. Ulteriori indicazioni, anche in merito ad altri test di prestazione secondo la norma IEC 705, sono riportate nella tabellina a pag. 2

GRILL

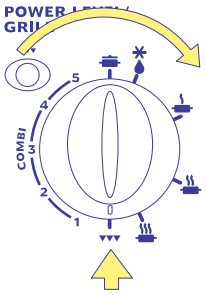
F U N Z I O N E S O L O G R I L L

Questa funzione è adatta per:

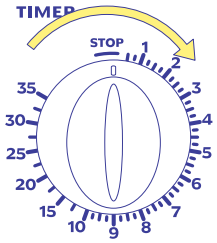
- Ogni tipo di grigliatura tradizionale, per esempio: hamburger, braciole, würstel, pane tostato, ecc. . . . . .pag. 22

AVVIARE IL FORNO IN FUNZIONE SOLO GRILL

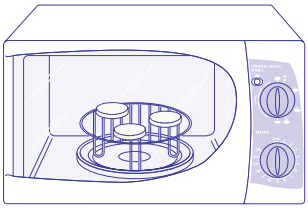
1 **Preriscaldare il grill come segue:** ruotare la manopola superiore sulla posizione ▼▼▼.



2 Impostare il tempo di preriscaldamento desiderato ruotando la manopola inferiore in senso orario. Si accende la lampada spia grill. **La porta deve essere chiusa.**

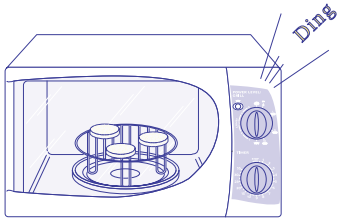


3 **Dopo circa 5 ÷ 8 minuti** mettere il cibo **sopra la griglia** ed introdurre il tutto in appoggio sul piatto rotante il quale, durante la grigliatura, raccoglierà il grasso che cola. Regolare il tempo di cottura desiderato ruotando la manopola timer in senso orario.



4 Trascorso il tempo impostato, un segnale acustico indica che la cottura è terminata.

N.B.: La lampada spia si spegnerà a fine cottura



GRILL

UTILIZZARE LA FUNZIONE SOLO FORNO GRILL PER GRIGLIARE

Con questa funzione si possono fare appetitose grigliate di ogni genere.
Ricordare di preriscaldare **sempre** il grill per 5 - 8 minuti prima di iniziare a cucinare.
Tutte le pietanze vanno girate a metà cottura dato che la resistenza grill irraggia solo dalla parte alta del forno.
Quando si apre la porta per controllare la cottura, la resistenza è calda: fate attenzione e usate sempre i guanti da forno

Tempi di cottura

Tipo	Quantità	Manopola superiore	Manopola inferiore	Note
• Braciola di vitello o maiale	3	▼▼▼	20 - 24	Girare dopo 12 min.
• Salsicce	3	"	14 - 16	Vanno sempre bucate. Se sono del tipo grosso, è preferibile tagliarle a metà Girare dopo 8 min.
• Hamburger	3	"	14 - 16	Girare dopo 8 min.
• Peperoni	1	"	12 - 14	Tagliarli in quarti. Girare dopo 7 min.
• Melanzane	4 fette	"	12 - 14	Fette da 1 cm di spessore. Girare dopo 7 min.
• Zucchine	6 strisce	"	12 - 15	Strisce da 1 cm di spessore. Girare dopo 7 min.
• Pane tostato	4 fette	"	4	Rifilare bene i bordi. Girare dopo 2 min.

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 ed attendere che l'apparecchio sia freddo.

Pulizia

Grazie allo speciale smalto con cui è rivestito il vano interno del Vostro forno, che non trattiene gli schizzi e le particelle di cibo che vi si dovessero depositare, la pulizia è particolarmente semplice. Mantenere sempre pulito da grasso o schizzi di unto anche il coperchio uscita microonde (**C**).
Non usare detergenti abrasivi, pagliette od utensili di metallo appuntiti quando si pulisce la superficie esterna 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 detergenti a base di ammoniaca. Si raccomanda inoltre di non usare alcool, pagliette o detersivi abrasivi per pulire le superfici interne e soprattutto esterne della portina al fine di evitare graffi o 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 (**G**) ed il relativo supporto (**H**) 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 (**D**).

Se qualcosa non sembra funzionare...

Nel caso si verificasse un difetto, rivolgersi al Servizio Assistenza 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
• L'apparecchio non funziona	• La porta non è correttamente chiusa • La spina non è ben inserita nella presa • La presa non fornisce corrente (controllare il fusibile dell'abitazione) • Le manopole non sono state impostate correttamente
• Condensa sul piano di cottura ed all'interno del forno	• 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
• Scintille all'interno del forno	• Non accendere il forno senza alimenti nelle cotture solo microonde e combinate • Non usare contenitori metallici nelle cotture a microonde né sacchetti o confezioni con punti metallici
• Il cibo non si riscalda sufficientemente	• Selezionare il corretto modo di cottura oppure aumentare il tempo di cottura • Il cibo non è stato scongelato completamente prima della cottura
• Il cibo si brucia	• Usare il corretto modo di cottura oppure ridurre il tempo di cottura
• Il cibo non si cuoce uniformemente	• 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.