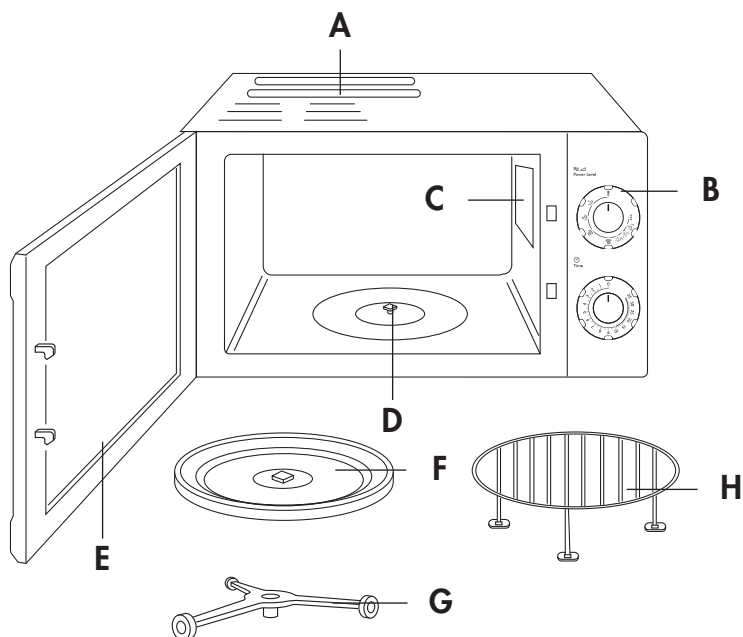


ÍNDICE

DESCRIÇÃO	pag. 3
COMO OBTER OS MELHORES RESULTADOS COM O FORNO	pag. 4
DADOS TÉCNICOS	pag. 4
POTÊNCIA DE SAÍDA ÚTIL	pag. 4
ADVERTÊNCIAS	pag. 5
LIGAÇÃO ELÉCTRICA	pag. 6
INSTALAÇÃO	pag. 6
RECIPIENTES A USAR	pag. 7
ACESSÓRIOS FORNECIDOS	pag. 7
DESCRIÇÃO E USO DOS COMANDOS	pag. 8
CONSELHOS PARA UMA UTILIZAÇÃO CORRECTA DO FORNO	pag. 8
FUNÇÃO "SÓ MICROONDAS"	pag. 9
FUNÇÃO "SÓ GRILL"	pag. 16
FUNÇÃO COMBINADA MICROONDAS + GRILL	pag. 18
MANUTENÇÃO E LIMPEZA	pag. 20

DESCRIÇÃO

- A Grill
- B Painel de comandos
- C Tampa de saída das microondas
- D Perno do prato rotativo
- E Lado interno da porta
- F Prato rotativo
- G Suporte do prato rotativo
- H Grelha



COMO OBTER OS MELHORES RESULTADOS COM O FORNO

O que pretendo fazer?	Que função escolher?		Instruções de utilização pág.	Tab. quantidades /tempo pág.
• Descongelar	<i>só microondas</i>	 160W	9 10	11
• Derreter manteiga e amolecer queijo	<i>só microondas</i>	 280W	9	13
• Confeccionar bolos		 580W	15	15
• Cozer legumes a vapor ou em água			9	
• Cozinhar peixe			14	14
• Fazer arroz, sopa,	<i>só microondas</i>	 700W	14	14
• Aquecer todos os alimentos já cozidos			15	15
• Cozer fruta			12	13
			15	15
• Grelhar da forma tradicional hambúrgueres, costeletas, salsichas, pão tostado, etc.	<i>só grill</i>	▼▼▼	16	17
	<i>combinada microondas + grill</i>			
• Confeccionar legumes gratinados	Combi 1			
• Fazer lasanha e massa no forno	Combi 2		18	
• Confeccionar todos os tipos de assados, aves, espetadas, etc.	Combi 3		19	19

DADOS TÉCNICOS

Dimensões externas (CxAxP)	450x255x300	Peso aproximativo	11 kg.
Dimensões internas (CxAxP)	315x215x300		

Para mais informações, consulte a chapa de características situada no aparelho. Este aparelho está em conformidade com a Directiva europeia 2004/108/CE relativa à Compatibilidade electromagnética e o Regulamento europeu n.º 1935/2004 de 27/10/2004 relativo aos materiais destinados ao contacto com alimentos. O produto está classificado como pertencente ao Grupo 2, Classe B dos aparelhos ISM. O Grupo 2 inclui todos os aparelhos ISM (industriais, científicos ou médicos) nos quais as radiofrequências são intencionalmente geradas e/ou utilizadas sob a forma de emissões electromagnéticas para o tratamento de materiais, bem como os equipamentos de electroerosão. Pertencem à Classe B os equipamentos de uso doméstico ou utilizados em estabelecimentos directamente ligados a uma rede eléctrica de baixa voltagem destinada ao abastecimento de edifícios de uso doméstico.

POTÊNCIA DE SAÍDA ÚTIL

A **potência de saída útil em WATTS** do seu forno encontra-se indicada na chapa de características do aparelho, no local assinalado por **MICRO OUTPUT**. Quando consultar as tabelas, verifique sempre a potência do seu forno! Essa informação também lhe será útil nos casos em que tiver de consultar os livros de receitas para microondas disponíveis no mercado.



Em alguns modelos, a potência máxima de saída em WATTS também se encontra indicada no símbolo ao lado, presente na porta.

Os níveis de potência intermédios disponíveis estão indicados nesta página. Estas informações serão úteis para consultar os livros de receitas para microondas disponíveis no mercado.

ADVERTÊNCIAS

Leia atentamente as instruções seguintes e conserve-as para eventuais consultas futuras.

N.B.: Este forno foi concebido para descongelar, aquecer e cozinhar alimentos num ambiente doméstico. Não deve ser utilizado para outros fins e não deve ser modificado nem adulterado de nenhuma forma. Este forno microondas não foi concebido para utilização no interior de um móvel ou para ser encastrado.

- 1) **ATENÇÃO:** Se a porta ou as borrachas estiverem danificadas, o forno não deverá ser usado até que um técnico especializado (formado pelo fabricante ou pelo Serviço de Clientes do vendedor) tenha feito a sua reparação.
- 2) **ATENÇÃO:** É perigoso para quem não tenha uma preparação específica efectuar trabalhos de manutenção e reparação que impliquem a remoção de protecções contra a exposição às microondas.
- 3) **ATENÇÃO:** Não aqueça líquidos ou outros alimentos em recipientes herméticos, os quais poderão explodir. Não cozinhe nem aqueça ovos com a casca no microondas, pois poderão explodir, mesmo depois de cozinhados.
- 4) **ATENÇÃO:** As partes acessíveis poderão ficar muito quentes durante o uso. Mantenha as crianças afastadas do forno. Não permita o uso do aparelho a pessoas (incluindo crianças) com capacidades psicofísicas e sensoriais reduzidas, ou com uma experiência e conhecimentos insuficientes, a menos que sejam atentamente vigiadas e ensinadas por um responsável pela sua segurança que as torne conscientes dos perigos ligados a uma utilização incorrecta. Vigie as crianças, certificando-se de que elas não brincam com o aparelho.
- 5) **ATENÇÃO:** quando o aparelho é posto a funcionar no modo combinado, as crianças só o devem utilizar sob a supervisão de um adulto devido às altas temperaturas que se desenvolvem.
- 6) Não tente pôr o forno a funcionar com a porta aberta, violando os dispositivos de segurança.
- 7) Não ponha o forno a funcionar caso tenham ficado objectos entalados entre a parte frontal do forno e a porta. Mantenha sempre limpa a parte interna da porta (E) usando um pano húmido e detergentes não abrasivos. Não deixe acumular sujidade ou resíduos de alimentos entre a parte frontal do forno e a porta.
- 8) Não ponha o forno a funcionar se o cabo de alimentação ou a ficha estiverem danificados, pois tal poderá provocar choques eléctricos. Se o cabo de alimentação estiver danificado, deverá ser substituído pelo fabricante ou pelo seu serviço de assistência técnica ou, então, por uma pessoa que possua uma qualificação análoga, de forma a prevenir qualquer risco.
- 9) **Se sair fumo do forno, desligue o aparelho ou retire a ficha da tomada de alimentação, sem abrir a porta, a fim de extinguir eventuais chamas.**
- 10) Utilize exclusivamente utensílios para fornos microondas. Para evitar um aquecimento excessivo, com o consequente risco de incêndio, é aconselhável controlar o forno quando se cozinham alimentos em recipientes descartáveis de plástico, cartão ou outro material inflamável ou quando se aquecem pequenas quantidades de alimentos.
- 11) Não mergulhe o prato rotativo em água quando este estiver muito quente. A diferença de temperatura provocará a sua ruptura.
- 12) Quando se utilizam as funções “Só MICROONDAS” e “COMBINADA MICROONDAS” não se deve aquecer previamente o forno (sem alimentos) nem ligá-lo quando este está vazio, dado que tal poderá originar a ocorrência de faíscas.
- 13) Antes de utilizar o forno, verifique se os utensílios e os recipientes são específicos para microondas (consulte a secção “Recipientes a usar”).
- 14) Durante a utilização o aparelho aquece. Não pouse nenhum objecto sobre o forno quando este estiver a ser utilizado. Não toque nas resistências de aquecimento presentes no interior do forno.
- 15) Durante o aquecimento de líquidos (água, café, leite, etc.) é possível que, por causa da ebulição retardada, o conteúdo comece a ferver repentinamente e transborde violentamente, provocando queimaduras. Para evitar que tal aconteça, antes de iniciar o aquecimento de líquidos, introduza uma colher de plástico ou uma vareta de vidro dentro do recipiente. De qualquer forma, pegue sempre com muito cuidado no recipiente.
- 16) Não aqueça licores com graduação alcoólica elevada nem grandes quantidades de óleo, pois poderão incendiar-se.

- 17) Após o aquecimento de alimentos para recém-nascidos (contidos em biberões ou em boiões), agite ou mexa o conteúdo e verifique a temperatura antes do consumo, para evitar queimaduras. Também é aconselhável agitar ou mexer os alimentos para garantir uma temperatura homogênea. Em caso de utilização de esterilizadores para biberões disponíveis no mercado, verifique SEMPRE, antes de ligar o forno, se o recipiente tem a quantidade de água indicada pelo fabricante.
- 18) Não limpar o forno pode determinar a deterioração da superfície. Isso pode influenciar negativamente o tempo de vida do aparelho, para além de criar possíveis situações de perigo.
- 19) Não utilize detergentes abrasivos ou raspadores de metal para limpar a porta de vidro do forno, pois poderão danificar a superfície e provocar a sua ruptura.
- 20) Todos os fornos microondas são testados e aprovados de acordo com as normativas de segurança e compatibilidade electromagnética em vigor. Como medida de precaução, os fabricantes de pacemakers recomendam que se mantenha uma distância mínima de 20 - 30 cm entre um forno microondas ligado e um pacemaker a fim de evitar possíveis interferências com o próprio pacemaker. Se, por qualquer motivo, suspeitar de uma interferência, desligue imediatamente o forno microondas e contacte o fabricante do pacemaker.
- 21) Em caso de sobreaquecimento do forno (utilização prolongada, uso do aparelho vazio, etc.), o forno poderá ser desligado por um termostato de segurança. Depois de arrefecer, o forno voltará a funcionar normalmente.
- 22) Quando o aparelho estiver em funcionamento, a porta e a superfície externa podem atingir temperaturas elevadas.
- 23) O aparelho não deve ser posto a funcionar através de um temporizador externo ou com um sistema de comando à distância separado.
- 24) O aparelho deve ser posto a funcionar com a parte traseira encostada à parede.
 NOTA: Quando se liga o aparelho pela primeira vez, é possível que, durante cerca de 10 minutos, se sinta um cheiro a "novo" e um pouco de fumo. Tal deve-se apenas à presença de substâncias de protecção nas resistências.

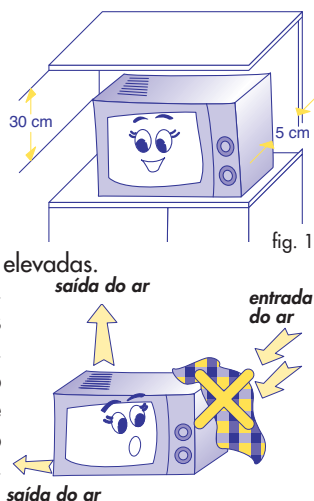
LIGAÇÃO ELÉCTRICA

Ligue o aparelho apenas a tomadas de alimentação com uma capacidade de pelo menos 10A.

Antes da utilização, certifique-se de que a tensão da rede eléctrica **corresponde à indicada na chapa do aparelho e de que a tomada de alimentação está devidamente ligada à terra: o fabricante declina toda e qualquer responsabilidade por danos resultantes da inobservância desta norma.**

INSTALAÇÃO

- 1) Depois de retirar o forno da embalagem, certifique-se de que o perno do prato rotativo (D) está correctamente inserido no lugar. Posicione o suporte (G) no centro da cavidade e pouse o prato rotativo (F) por cima. O perno (D) deve ser inserido no respectivo lugar, no prato rotativo.
- 2) Certifique-se de que não ocorreram danos durante o transporte e verifique se a porta abre e fecha devidamente.
- 3) Coloque o aparelho num plano estável, a uma altura de pelo menos **85 cm** e fora do alcance das crianças, uma vez que, durante a cozedura, a porta de vidro pode atingir temperaturas elevadas.
- 4) Depois de colocar o aparelho sobre a superfície de trabalho, certifique-se de que deixou um espaço de cerca 5 cm entre as superfícies do aparelho, as paredes laterais e a parte posterior, bem como um espaço livre de pelo menos 30 cm por cima do forno (ver Fig. 1). Certifique-se ainda de que o cabo de alimentação não fica em contacto com a parede posterior do forno, a qual pode atingir, durante a cozedura com grill,



temperaturas elevadas.

- 5) Não tape os orifícios de entrada do ar. Não pouse nada em cima do forno e certifique-se de que as aberturas de saída do ar e dos vapores (situadas por cima, por baixo e por trás do aparelho) estão **SEMPRE DESOBSTRUÍDAS** (ver Fig. 2 e Fig. 3).
- 6) **NÃO** retire a película transparente colada na parte interna da porta (ver Fig. 4).
- 7) A maior parte dos aparelhos electrónicos modernos (TV, rádio, aparelhagens, etc.) é imune aos sinais de radiofrequência (RF). Porém, alguns aparelhos electrónicos podem não ser imunes aos sinais de radiofrequência provenientes do forno microondas. Recomendamos que se mantenha uma distância de pelo menos 1-2 metros entre estes aparelhos e o forno em funcionamento.

NOTA: não coloque o forno por cima ou perto de fontes de calor (por exemplo, sobre o frigorífico)

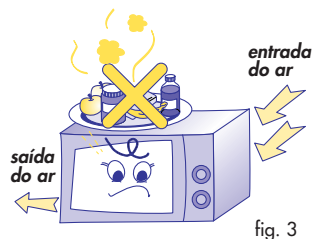


fig. 3

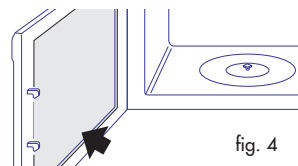


fig. 4

RECIPIENTES A USAR

Podem utilizar-se todos os recipientes de vidro (de preferência, pirex), cerâmica, porcelana e terracota, desde que não contenham decorações ou partes metálicas (frisos dourados, pegas, pés).

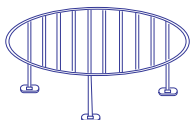
Também é possível utilizar recipientes de plástico resistentes ao calor, mas apenas nas cozeduras do tipo "só microondas". Se tiver dúvidas sobre a utilização ou não de um determinado recipiente, efectue este simples teste: insira o recipiente vazio no forno durante 30 segundos com o nível de potência máximo (função "só microondas"). Se o recipiente permanecer frio ou se aquecer apenas ligeiramente, é sinal de que é adequado à cozedura com o microondas. Se, pelo contrário, o recipiente ficar muito quente (ou se se verificar a ocorrência de faíscas), é sinal de que não é adequado. Em aquecimentos breves poderá utilizar, como base, guardanapos de papel, tabuleiros de cartão e pratos de plástico descartáveis. No que diz respeito à forma e dimensão, é indispensável que os recipientes permitam uma rotação correcta. Para utilizar recipientes rectangulares de grandes dimensões (os quais não poderão rodar no interior da cavidade), basta bloquear a rotação do prato rotativo (F), retirando o perno do prato (D) do respectivo lugar. Lembre-se que nestas condições, para garantir resultados satisfatórios, é necessário mexer os alimentos e rodar o recipiente várias vezes durante a cozedura. **Os recipientes de metal, madeira, junco e cristal não são adequados para a cozedura com o microondas.** Convém lembrar que, uma vez que as microondas aquecem os alimentos e não os recipientes, é possível cozinhar os alimentos directamente no prato de servir, evitando, assim, o uso e a consequente lavagem de panelas. Se o forno for usado com a função só grill, podem utilizar-se todos os tipos de recipientes para forno (ver tabela).

	Vidro	Cerâmica	Porcelana	Loiça de terracota	Recipientes de plástico para microondas	Cháven as de papel*	Pratos de papel*	Pirex	Cartão*	Recipientes metálicos	Loiça com elementos metálicos	Folhas especiais para assados
Só microondas	SIM	SIM	SIM	SIM	SIM	SIM	SIM	SIM	SIM	NÃO	NÃO	SIM
Só grill	NÃO	SIM	SIM	SIM	NÃO	NÃO	NÃO	SIM	NÃO	SIM	SIM	SIM
microondas e grill	NÃO	SIM	SIM	SIM	NÃO	NÃO	NÃO	SIM	NÃO	NÃO	NÃO	SIM

* Se o tempo for demasiado longo, é possível que se incendeiem.

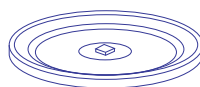
ACESSÓRIOS FORNECIDOS

GRELHA



Função Só grill: para todos os tipos de grelhados.

PRATO ROTATIVO

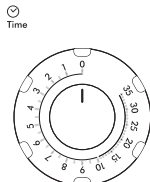
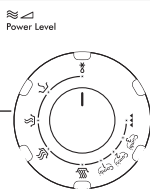


O prato rotativo deve ser utilizado **com todas as funções.**

DESCRIÇÃO E USO DOS COMANDOS

SELECTOR DE FUNÇÕES:

rode o botão para a função desejada



BOTÃO TIME:

ESTE BOTÃO DÁ INÍCIO A TODAS AS OPERAÇÕES.

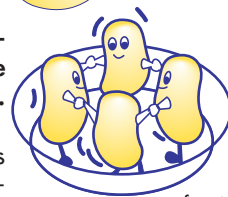
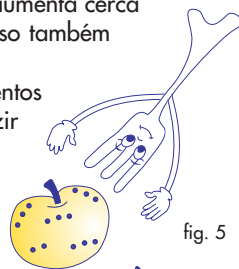
rode para a direita de 1 a 35 minutos (no fim do tempo, o forno desliga-se e emite um sinal sonoro).

CONSELHOS PARA UMA UTILIZAÇÃO CORRECTA DO FORNO

As microondas são radiações electromagnéticas também presentes na natureza sob a forma de ondas luminosas (exemplo: luz solar). No interior do forno, penetram nos alimentos a partir de todas as direcções, aquecendo as moléculas de água, gordura e açúcar. O calor produz-se muito rapidamente, mas apenas nos alimentos. O recipiente só aquece indirectamente devido à transferência do calor proveniente do alimento quente. Tal impede que o alimento se pegue ao recipiente, pelo que é possível utilizar (ou, em alguns casos, não usar de todo) pouquíssima gordura durante o processo de cozedura. Dado o teor reduzido de gordura, a cozedura com microondas é, assim, considerada extremamente saudável e dietética. Além disso, em relação aos sistemas tradicionais, a cozedura processa-se a uma temperatura menos elevada. Os alimentos, desidratando-se menos, não perdem os seus princípios nutritivos e conservam mais o seu sabor.

Regras fundamentais para a cozedura com o microondas

- 1) A cozedura está estreitamente relacionada com a **grandeza e a homogeneidade dos alimentos** a preparar: um guisado coze mais rapidamente do que um assado porque é constituído por pedaços de carne mais pequenos e homogêneos. Tendo em conta as tabelas das páginas seguintes, lembre-se que, se aumentar a quantidade de alimentos, também deverá aumentar o tempo de cozedura, e vice-versa, para programar correctamente os tempos. É importante respeitar os **tempos de "repouso"**: por tempo de repouso entende-se o tempo durante o qual os alimentos devem ser deixados a repousar, após a cozedura, para permitir uma ulterior difusão da temperatura no interior dos mesmos. A temperatura das carnes, por exemplo, aumenta cerca de 5 – 8°C durante o tempo de repouso. Este efeito do tempo de repouso também pode ser obtido fora do próprio forno.
- 2) Uma das principais operações a efectuar é **mexer** várias vezes os alimentos durante a cozedura: isto serve para uniformizar as temperaturas e reduzir o tempo de cozedura.
- 3) Também é aconselhável **virar** os alimentos durante a cozedura: isto é especialmente indicado para a carne, esteja ela em pedaços grandes (assados, frangos inteiros...) ou mais pequenos (peitos de frango, guisados...).
- 4) **Os alimentos com pele ou casca (exemplo: maçãs, batatas, tomates, salichas, peixe) devem ser picados em vários pontos com um garfo de modo a que o vapor possa sair e a pele ou a casca não rebentem (Fig. 5).**
- 5) Se cozinhar várias unidades do mesmo alimento, por exemplo, batatas cozidas, **coloque-as em anel** numa forma de pirex para obter uma cozedura uniforme (fig. 6).
- 6) Quanto mais baixa for a temperatura à qual o alimento é inserido no forno microondas, maior é o tempo necessário para a sua cozedura. Os alimentos que estão à temperatura ambiente



cozem mais rapidamente do que os alimentos que se encontram à temperatura do frigorífico.

- 7) Execute sempre a cozedura colocando o recipiente no centro do prato rotativo.
- 8) **A formação de condensação** no interior do forno e na zona de saída do ar é perfeitamente normal. **Para a reduzir, tape os alimentos com película transparente, papel encerado, tampas de vidro ou, simplesmente, um prato virado ao contrário.** Além disso, os alimentos com um elevado teor de água (ex.: os legumes), cozem melhor se estiverem cobertos. A cobertura dos alimentos permite ainda manter o interior do forno devidamente limpo. Utilize uma película transparente apropriada para fornos microondas.
- 9) Não é aconselhável cozinhar, descongelar ou aquecer alimentos que estejam dentro de recipientes sob vácuo, obtido a partir de máquinas seladoras de sacos. A junta de borracha usada na tampa poderá sofrer danos.

FUNÇÃO "SÓ MICROONDAS"

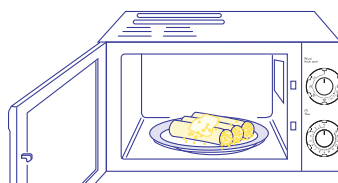
Esta função é adequada para:

- | | | | |
|-----------------------------|----|---|----|
| • Descongelarpág. | 10 | • Cozinhar guisados, carnes brancas, fruta, | |
| • Aquecerpág. | 12 | legumes, arroz, sopa, peixepág. | 14 |

Ligar o forno com a função só microondas

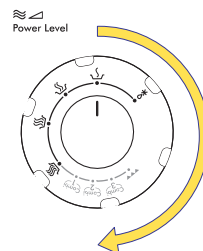
1

Coloque os alimentos num recipiente adequado à cozedura com microondas e posicione-o no centro do prato rotativo. **Não se deve aquecer previamente o forno.**



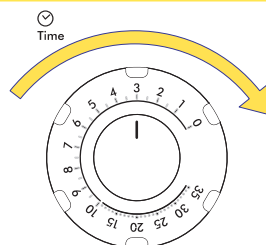
2

Selecione a potência desejada rodando o selector de funções para um dos 5 símbolos relativos à potência do microondas.



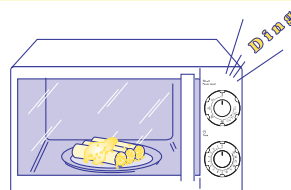
3

Programa o tempo de cozedura desejado rodando o botão **Time** para a direita. Para a programação de tempos inferiores a 10 minutos, girar primeiro o botão até ao fundo da escala, depois girá-lo para o tempo desejado.



4

Uma vez decorrido o tempo programado, um **signal sonoro** indica que a cozedura terminou.



É possível interromper o funcionamento a qualquer momento, colocando novamente o botão **Time** na posição "0", e é possível alterar a duração da cozedura (durante a evolução da mesma), rodando esse botão para a frente ou para trás. Durante a cozedura é possível controlar a sua evolução, bastando para tal abrir a porta e inspeccionar os alimentos. Tal interrompe o funcionamento, o qual é retomado voltando a fechar a porta.

UTILIZAR A FUNÇÃO SÓ MICROONDAS PARA DESCONGELAR

- Coloque o selector de funções na posição “  ” e regule, com o botão Time, o tempo desejado.
- Os alimentos congelados em sacos ou envoltos em película de plástico ou na respectiva embalagem podem ser directamente colocados no forno, desde que não contenham elementos metálicos (ex.: arames ou agrafos).
- Determinados alimentos, como os legumes e o peixe, não precisam de ser totalmente descongelados antes do início da cozedura.
- Os alimentos com elevado teor de humidade, os molhos de carne e os estufados descongelam melhor e mais depressa se forem mexidos de vez em quando, virados e/ou separados.
- Durante a descongelação, a carne, o peixe e a fruta largam líquido. É, por isso, aconselhável descongelá-los num recipiente.
- É aconselhável colocar cada pedaço de carne no seu próprio saco antes de o meter no congelador. Tal permitir-lhe-á poupar tempo precioso aquando da preparação.
- Siga com cautela os tempos indicados nas embalagens dos alimentos congelados, pois nem sempre estão correctos. Aconselha-se a aplicação de tempos de descongelação ligeiramente inferiores aos indicados. A duração da descongelação varia em função do grau de congelação.

Tempos de descongelação

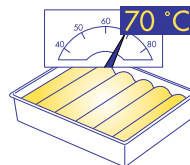
Tipo	Quantidade	Selector de funções	Tempo de cozedura	Notas	Tempo de repouso (minutos)
CARNE					
• Assados (porco, vaca, vitela, etc.)	1 kg	✳ ⏸	35-40		20
• Bifes, panados, escalopes	200 g	"	10-12		5
• Carne à jardineira, goulasch	500 g	"	18-20		10
• Carne picada	500 g	"	14-16	(*)	15
• "	250 g	"	11-13		10
• Hambúrguer	200 g	"	11-13		10
• Salsichas	300 g	"	13-15		10
AVES					
• Pato, peru	1,5 kg	"	40-45	No fim do tempo de repouso, lave com água quente para eliminar quaisquer restos de gelo.	20
• Frango inteiro	1,5 kg	"	40-45		20
• Frango em pedaços	500 g	"	22-27		10
• Peito de frango	300 g	"	20-25		10
LEGUMES				Para facilitar a descongelação, solte de vez em quando os legumes.	
PEIXE					
• Filetes	300 g	"	16-18		7
• Postas	400 g	"	17-19		7
• Inteiro	500 g	"	20-22		7
• Camarões	400 g	"	17-19		7
LACTICÍNIOS					
• Manteiga	250 g	"	10-12	Retire o papel de alumínio ou os elementos metálicos	10
• Queijo	250 g	"	11-13	Não deve ser totalmente descongelado. Respeite o tempo de repouso.	15
• Natas	200 ml	"	13-15	As natas devem ser retiradas do respectivo recipiente e colocadas num prato	5
PÃO					
• 2 pães médios	150 g	"	2-3	Coloque o pão directamente no prato rotativo	3
• 4 pães médios	300 g	"	6-7		3
• Pão às fatias	250 g	"	6-7		3
• Pão integral às fatias	250 g	"	6-7		3
FRUTA					
• Morangos, ameixas, cerejas, groselhas, damascos	500 g	"	13-14	Mexa 2 - 3 vezes	10
• Framboesas	300 g	"	9-10	Mexa 2 - 3 vezes	10
• Amoras	250 g	"	7-8	Mexa 2 - 3 vezes	6

(*) Estas indicações são adequadas para fazer o teste de descongelação de carne picada segundo a Norma 60705, Par. 13.3 (ver pág. 2). Vire os alimentos a meio do tempo programado. Coloque os alimentos a descongelar directamente no prato rotativo. A tabela da pág. 2 fornece indicações adicionais, também no que diz respeito a outros Testes de Rendimento segundo a Norma 60705.

UTILIZAR A FUNÇÃO SÓ MICROONDAS PARA AQUECER

A função de aquecimento dos alimentos demonstra bem toda a utilidade e eficácia do seu forno microondas. De facto, em comparação com os métodos tradicionais, a utilização do microondas permite uma evidente poupança de tempo e, logo, de energia eléctrica.

- Recomendamos que aqueça os alimentos (sobretudo se estiverem congelados) a uma temperatura mínima de 70°C (devem queimar!). Não será possível comer de imediato os alimentos, porque estarão demasiado quentes, mas a sua total esterilização será garantida.
- Para aquecer os alimentos pré-cozinhados ou congelados, cumpra rigorosamente as seguintes regras:
 - retire os alimentos dos recipientes metálicos;
 - cubra-os com película transparente (adequada para fornos microondas) ou papel impregnado de óleo; deste modo, todo o sabor natural será preservado e o forno permanecerá mais limpo; também os poderá cobrir com um prato virado ao contrário;
 - se possível, mexa-os ou vire-os frequentemente para acelerar e uniformizar o processo de aquecimento;
 - siga com muita cautela os tempos indicados na embalagem; lembre-se que, em determinadas condições, os tempos indicados deverão ser aumentados.
- Os alimentos congelados devem ser descongelados antes do início do aquecimento. Quanto mais baixa for a temperatura inicial dos alimentos, mais longo será o tempo necessário ao aquecimento.
- Os alimentos e as bebidas podem ser aquecidos, por breves instantes, em recipientes de papel ou plástico. Estes recipientes podem deformar-se se o tempo de exposição for longo.



Tempos de aquecimento

Tipo	Quantidade	Selector de funções	Tempo de cozedura	Notas
AMOLECER ALIMENTOS - Chocolate/glacé - Manteiga	100 g 50-70 g	 	3-4 0'.7"-0'.10"	Coloque num prato. Mexa o glacé uma vez.
ALIMENTOS À TEMPERATURA DO FRIGORÍFICO (TEMP. INICIAL 5/8°C) ATÉ 20/30°C				
- Iogurte - Biberão	125 g 240 g	" "	0'.10"-0'.15" 0'.15"-0'.20"	Retire a folha metálica tanto para a manteiga como para o iogurte. Aqueça o biberão sem a tefina e mexa logo após o aquecimento para uniformizar a temperatura. Verifique a temperatura do conteúdo antes do consumo. Se o leite estiver à temperatura ambiente, reduza ligeiramente o tempo indicado. Se utilizar leite em pó, mexa muito bem, pois o pó residual poderá incendiar-se. Utilize apenas leite esterilizado.
ALIMENTOS PRÉ-COZIDOS À TEMPERATURA DO FRIGORÍFICO (TEMP. INICIAL 5/8°C) ATÉ CERCA DE 70°C				
- Embalagem de lasanha ou de massa com recheio - Embalagem de carne com arroz e/ou legumes - Embalagem de peixe e/ou legumes - Prato de carne e/ou legumes - Prato de massa, cannelloni ou lasanha - Prato de peixe e/ou arroz	400 g 400 g 300 g 400 g 400 g 300 g	" " " " " "	4 - 6 4 - 6 3 - 5 5 - 7 5 - 7 4 - 6	Entendem-se embalagens de qualquer tipo de alimento pré-cozido, disponíveis no mercado, a aquecer a uma temp. de 70°C. Retire os alimentos de eventuais embalagens metálicas e coloque-os directamente no prato em que serão servidos. Para obter um ótimo resultado, tape sempre os alimentos. Entendem-se porções de qualquer tipo de alimento já cozido, a aquecer a uma temp. de 70°C. Os alimentos devem ser directamente colocados no prato em que serão servidos e devem ser sempre cobertos com película transparente ou com um prato virado ao contrário.
ALIMENTOS CONGELADOS A AQUECER/COZINHAR (TEMP. INICIAL -18°/-20°C) ATÉ CERCA DE 70°C				
- Embalagem de lasanha ou de massa com recheio - Embalagem de carne com arroz e/ou legumes - Embalagem de peixe e/ou legumes pré-cozidos - Embalagem de peixe e/ou legumes crus - Porções de carne e/ou legumes - Porções de massa, cannelloni ou lasanha - Porções de peixe e/ou arroz	400 g 400 g 300 g 300 g 400 g 400 g 300 g	" " " " " " "	8 - 10 8 - 10 6 - 8 8 - 10 9 - 11 9 - 11 8 - 10	Entendem-se embalagens de qualquer tipo de alimento pré-cozido congelado, a aquecer directamente na embalagem a uma temp. de 70°C; se o recipiente for metálico, coloque os alimentos directamente no prato em que serão servidos e acrescente alguns minutos ao tempo de cozedura. Retire os alimentos crus das embalagens, coloque-os num recipiente adequado ao microondas e cubra-os. Entendem-se porções de qualquer tipo de alimento já cozido e congelado, a aquecer a uma temperatura de 70°C. Coloque os alimentos congelados no prato em que serão servidos e cubra-os com um outro prato virado ao contrário ou um pirex. Certifique-se de que o centro está bem quente; se possível, mexa os alimentos.
BEBIDAS DO FRIGORÍFICO (TEMP. INICIAL 5/8°C) ATÉ CERCA DE 70°C				
1 chávena de água 1 chávena de leite 1 chávena de café 1 prato de caldo de carne	180 cc 150 cc 100 cc 300 cc	" " " "	1'30" - 2'.30" 1 - 2 1 - 2 3 - 4	Todas as bebidas devem ser mexidas no fim do aquecimento, para uniformizar a temperatura. É aconselhável tapar o caldo de carne com um prato virado ao contrário.
BEBIDAS À TEMPERATURA AMBIENTE (TEMP. INICIAL 20°/30°C) ATÉ CERCA DE 70°C				
1 chávena de água 1 chávena de leite 1 chávena de café 1 prato de caldo de carne	180 cc 150 cc 100 cc 300 cc	" " " "	1 - 2 0'.30"-1'.30" 0'.30"-1'.30" 2 - 3	Todas as bebidas devem ser mexidas no fim do aquecimento, para uniformizar a temperatura. É aconselhável tapar o caldo de carne com um prato virado ao contrário.

UTILIZAR A FUNÇÃO SÓ MICROONDAS PARA COZINHAR

CARNE

Quando se coze carne com a função “só microondas”, é aconselhável tapá-la com película transparente adequada para fornos microondas; deste modo favorece-se uma melhor distribuição do calor, evitando que ela seque demasiado. Esta função é adequada para guisados, goulasch, peito de frango, etc. Para fazer assados, espetadas, etc. deve utilizar-se a função de “cozedura microondas e grill”.

PEIXE

O peixe coze muito rapidamente e com óptimos resultados. Pode ser temperado com pouca manteiga ou azeite (ou, inclusivamente, nem sequer ser temperado). Cubra-o com película transparente. Naturalmente, se ele for cozinhado com a pele, deverá dar uns golpes na mesma; os filetes devem ser dispostos uniformemente. É **desaconselhável** cozinhar peixe panado com ovo.

VERDURE

Os legumes cozidos no forno microondas conservam mais a cor e o poder nutritivo do que na cozedura tradicional. Antes de iniciar a cozedura, lave-os e descasque-os. Os legumes de maiores dimensões devem ser cortados em pedaços uniformes. Por cada 500 g de legumes, adicione cerca de 5 colheres de água (os legumes fibrosos requerem mais água). Os legumes devem ser sempre tapados com película transparente. Mexa pelo menos uma vez, a meio da cozedura. Adicione pouco sal e só no fim.

Tempos de cozedura

Tipo	Quantidade	Selector de funções	Tempo de cozedura	Notas	Tempo de repouso (minutos)
PEIXE					
• Filetes	300 g		7 - 9	Cubra com película	2
• Fatias pequenas	300 g	"	9 - 11	Cubra com película	2
• Inteiro	500 g	"	10 - 12	Cubra com película	2
• Inteiro	250 g	"	7 - 9	Cubra com película	2
• Postas	400 g	"	9 - 11	Cubra com película	2
• Camarões	500 g	"	9 - 11	Cubra com película	2
LEGUMES					
• Espargos	500 g		9 - 11	Corte em pedaços de 2 cm	4
• Alcachofras	300 g	"	10 - 12	É preferível usar as partes internas da alcachofra.	4
• Feijão verde	500 g	"	11 - 13	Corte em pedaços.	4
• Brócolos	500 g	"	7 - 9	Divida em “raminhos” individuais	4
• Couves de Bruxelas	500 g	"	7 - 9	Deixe-as inteiras.	4
• Couve branca	500 g	"	7 - 9	Deixe-a inteira.	4
• Couve roxa	500 g	"	7 - 9	Deixe-a inteira.	4
• Cenouras	500 g	"	9 - 11	Corte em pedaços iguais.	4
• Couve-flor	500 g	"	11 - 13	Divida em raminhos.	4
• Aipo	500 g	"	7 - 9	Divida em pedaços.	4
• Beringelas	500 g	"	6 - 8	Corte aos cubos.	4
• Alho francês	500 g	"	6 - 8	Deixe-o inteiro.	4
• Cogumelos	500 g	"	6 - 8	Deixe-os inteiros. Não é necessário água.	4
• Cebolas	250 g	"	5 - 7	Inteiras e de dimensões idênticas. Não é necessário água.	4
• Espinafres	300 g	"	6 - 8	Cubra-os, depois de lavados e escorridos	4
• Ervilhas	500 g	"	10 - 12		4
• Funcho	500 g	"	12 - 14	Corte em quartos.	4
• Pimentos	500 g	"	9 - 11	Corte em pedaços.	4
• Batatas	500 g	"	8 - 10	Corte em pedaços iguais.	4
• Courgettes	500 g	"	7 - 9	Deixe-as inteiras.	4
CARNE					
• Goulasch	1,5 kg	"	40 - 42	Cozinhe destapado e mexa 2-3 vezes.	4
• Peito de frango	500 g		18 - 20	Vire a meio da cozedura	10
• Rolo de carne	900 g	"	20 - 22	(*)	3

(*) Estas indicações são adequadas para fazer o Teste de cozedura de carne picada segundo a Norma 60705, Par. 12.3.3. Cubra o recipiente com película transparente adequada para fornos microondas. A tabela da pág. 2 fornece indicações adicionais, também no que diz respeito a outros Testes de Rendimento segundo a Norma 60705.

SOPAS E ARROZ

As sopas, em geral, requerem uma menor quantidade de líquidos, pois a evaporação é relativamente escassa no forno microondas. O sal só deve ser adicionado no fim da cozedura ou durante o tempo de repouso, pois é um produto desidratante.

Pode dizer-se que o tempo necessário à cozedura do arroz no forno microondas (como acontece, aliás, com a massa) é praticamente igual ao que é necessário para a sua cozedura num forno tradicional. A vantagem de preparar arroz no forno microondas reside no facto de que não é necessário mexer continuamente (basta fazê-lo 2 - 3 vezes).

Os ingredientes devem ser colocados todos juntos num recipiente adequado ao forno microondas e cobertos com película transparente (para 300 g de arroz são necessários 750 g de caldo, com o forno programado para a potência máxima durante cerca de 12 - 15 minutos).

Além disso, o arroz não se pega ao fundo do recipiente e, dado o facto de ele poder ser cozido numa terrina ou num outro recipiente de levar à mesa, não é necessário passá-lo para outro prato de servir.

BOLOS E FRUTA

Os bolos levedam (com uma potência reduzida) muito mais do que na cozedura tradicional. Uma vez que não formam crosta, é preferível garantir a superfície com creme ou glacé (ex.: de chocolate). Além disso, os bolos devem ser mantidos tapados após a cozedura, pois tendem a secar mais rapidamente do que os bolos confeccionados no forno tradicional. A fruta deve ser picada, se for cozida com a casca, e mantida tapada: é importante respeitar o tempo de repouso (3 - 5 minutos).

Tempos de cozedura para bolos e fruta

Tipo/quantidade	Selector de funções	Tempo de cozedura	Tempo de repouso (minutos)	Notas
Torta de noz (700 g)		11 - 13	5	Pode ser acompanhada com qualquer tipo de creme
Torta vienense (850 g)	"	15 - 17	5	A rechear com compota
Bolo de ananás (800 g)	"	13 - 15	5	As fatias de ananás podem ser dispostas no fundo da forma ou cortadas em pedaços e inseridas na massa
Bolo de maçã (1000 g)	"	15 - 17	5	As maçãs devem ser colocadas como decoração, à superfície
Bolo de café (750 g)	"	11 - 13	5	Ótimo recheado com creme
Gemada		1 - 1',30"	3	Mexa com um batedor a cada 30"
Pêra cozida (300 g)		2 - 3	3	As peras devem ser cortadas em quartos
Maçã cozida (300 g)	"	3 - 4	3	As maçãs devem ser cortadas às fatias
Creme de leite e ovos (750 g)	"	16 - 18	5	Estas indicações são adequadas para fazer os Testes de Cozedura segundo a Norma 60705, par. 12.3.1.
Pão-de-ló (475 g)	"	6 - 8	5	Estas indicações são adequadas para fazer os Testes de Cozedura segundo a Norma 60705, par. 12.3.2. A tabela da pág. 2 fornece indicações adicionais, também no que diz respeito a outros Testes de Rendimento segundo a Norma 60705.

FUNÇÃO “SÓ GRILL”

Esta função é adequada para:

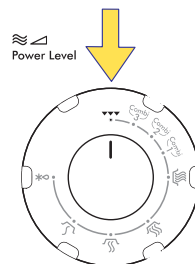
- Todos os tipos de grelhados tradicionais, por exemplo: hambúrgueres, costeletas, salsichas, pão tostado, etc.pág.

17

Ligue o forno com a função só grill

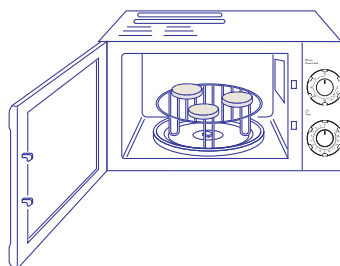
1

Rode o selector de programas para a posição ▼▼▼



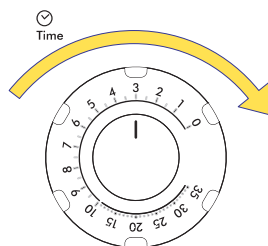
2

Introduza os alimentos no forno posicionando-os sobre a grelha, tudo sobre o prato rotativo, o qual, durante a operação de grill, recolherá a gordura.



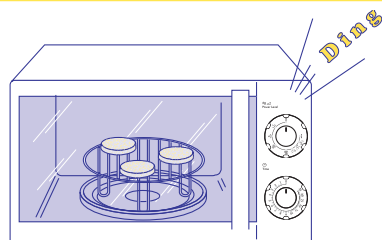
3

Regule o tempo de cozedura desejado rodando o botão **Time**. **Os alimentos devem ser virados a meio da cozedura.** Para a programação de tempos inferiores a 10 minutos, girar primeiro o botão até ao fundo da escala, depois girá-lo para o tempo desejado.



4

Uma vez decorrido o tempo programado, um sinal sonoro indica que a cozedura terminou.



É possível interromper o funcionamento a qualquer momento, colocando novamente o botão **Time** na posição “0”, e é possível alterar a duração da cozedura (durante a evolução da mesma), rodando esse botão para a frente ou para trás. Durante a cozedura é possível controlar a sua evolução, bastando para tal abrir a porta e inspeccionar os alimentos. Tal interrompe o funcionamento, o qual é retomado voltando a fechar a porta.

UTILIZAR A FUNÇÃO SÓ GRILL PARA GRELHAR

Com esta função podem fazer-se apetitosos grelhados de todos os tipos.

O forno nunca deve ser previamente aquecido.

Vire todos os alimentos a meio da cozedura, dado que a resistência do grill só irradia calor a partir da parte superior do forno.

Quando se abre a porta para verificar a cozedura, a zona superior está quente: preste atenção e use sempre luvas para forno. A porta deve ser sempre fechada após o controlo da cozedura.

Tempos de cozedura

Tipo	Quantidade	Selector de funções	Tempo de cozedura	Notas
• Costeleta de vitela ou de porco	2	▼▼▼	25-28	Vire ao fim de 17 min.
• Salsichas	2	"	27-30	Vanno sempre bucate. Se sono del tipo grosso, è preferibile tagliarle a metà Vire ao fim de 17 min.
• Hambúrguer	3	"	25-28	Vire ao fim de 17 min.
• Pão tostado	2 fatias	"	4-5	Apare bem os rebordos. Vire ao fim de 2-3 min.

FUNÇÃO COMBINADA MICROONDAS + GRILL

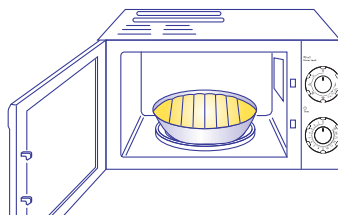
Esta função é adequada para:

- gratinar lasanha, massa no forno e legumes;
- fazer assados, aves, espetadas, etc. pág. 19

Ligar o forno com a função combinada microondas + grill

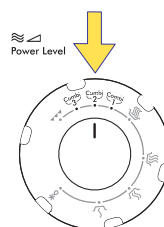
1

Coloque os alimentos num recipiente adequado à cozedura com microondas e grill e posicione-o no centro do prato rotativo.



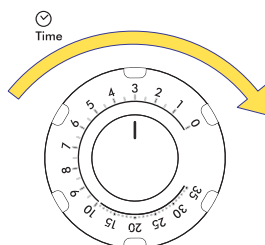
2

Selecione uma das posições “combi” disponíveis rodando o selector de funções.



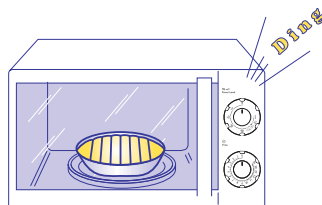
3

Programa o tempo de cozedura desejado rodando o botão **Time** para a direita. Para a programação de tempos inferiores a 10 minutos, girar primeiro o botão até ao fundo da escala, depois girá-lo para o tempo desejado.



4

Uma vez decorrido o tempo programado, um **sinhal sonoro** indica que a cozedura terminou.



É possível interromper o funcionamento a qualquer momento, colocando novamente o botão Time na posição “0”, e é possível alterar a duração da cozedura (durante a evolução da mesma), rodando esse botão para a frente ou para trás. Durante a cozedura é possível controlar a sua evolução, bastando para tal abrir a porta e inspeccionar os alimentos. Tal interrompe o funcionamento, o qual é retomado voltando a fechar a porta.

UTILIZAR A FUNÇÃO COMBINADA MICROONDAS + GRILL

Esta função é adequada para cozinhar a microondas e dourar ou gratinar os alimentos.

É necessário, porém, ter em atenção o seguinte:

- O forno nunca deve ser previamente aquecido;
- Não adicione condimentos em geral (deite apenas 1/2 copo de água para manter a carne tenra);
- Vire os assados e os pedaços de carne grandes a meio da cozedura.
- Para verificar a cozedura dos alimentos, abra a porta do forno. A abertura da porta interrompe o funcionamento das microondas e o funcionamento do grill: neste caso, porém, é aconselhável utilizar as luvas para forno, pois a parede superior está muito quente. Para reiniciar a cozedura, basta fechar novamente a porta.

Tempos de cozedura

Tipo	Quantidade	Selector de funções	Tempo de cozedura	Notas	Tempo de repouso (minutos)
• Gnocchi à romana	600 g	combi 1	20 - 25	Evite mexê-los demais	5
• Lasanha	1100 g	combi 3	35 - 40	Tempos obtidos com massa crua	5
• Macarrão gratinado	1500 g	combi 1	20 - 25	A massa deve ser previamente cozida à parte	5
• Couve-flor em molho bechamel	1000 g	combi 2	25 - 30	Tempos obtidos com a couve previamente cozida.	5
• Tomates gratinados	800 g	combi 1	20 - 25	É preferível que sejam de dimensões iguais	5
• Pimentos recheados	1400 g	combi 2	25 - 30	É preferível usar os baixos e largos	5
• Beringelas à parmesã	1300 g	combi 1	20 - 25	As beringelas podem ser previamente fritas ou grelhadas	5
• Batatas gratinadas	1100 g	combi 3	35 - 40	Tempos obtidos com batatas cruas (*)	
• Assados (porco, vaca)	1000 g	combi 2	55 - 60	Deixe um pouco de gordura à volta para evitar que sequem. Vire a meio da cozedura	10
• Rolo de carne (estas instruções não se referem ao teste 12.3.3 da norma IEC 60705 para o qual recomendamos a consulta da pág. 14 e da tabela na pág. 2)	800 g	combi 2	30 - 35	Vire a meio da cozedura	10
• Frango inteiro	1200 g	combi 2	75 - 80	Fure com um garfo. Vire a meio da cozedura (**)	10
• Espetadas	600 g	combi 2	40 - 45	Vire a meio da cozedura	10
• Borrego	1000 g	combi 3	65 - 70	Vire a meio da cozedura	10
• Peru (em pedaços)	1000 g	combi 3	60 - 65	Vire a meio da cozedura	10
• Pato	1000 g	combi 3	60 - 65	Vire a meio da cozedura	10

(*) Estas indicações são adequadas para fazer o Teste de Cozedura segundo a Norma 60705, Par. 12.3.4. A tabela da pág. 2 fornece indicações adicionais, também no que diz respeito a outros Testes de Rendimento segundo a Norma 60705.

(**) Estas indicações são adequadas para fazer o Teste de Cozedura segundo a Norma 60705, Par. 12.3.6. A tabela da pág. 2 fornece indicações adicionais, também no que diz respeito a outros Testes de Rendimento segundo a Norma 60705.

Antes de efectuar qualquer operação de manutenção ou limpeza, retire sempre a ficha da tomada.

Limpeza

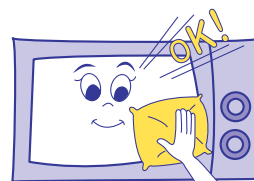
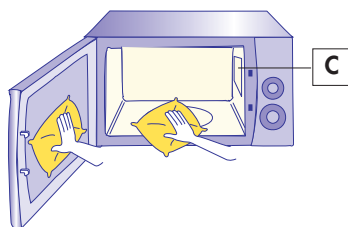
A fim de conservar o seu aparelho nas melhores condições, limpe regularmente a porta e o interior e o exterior do forno com um pano húmido e sabão neutro ou detergente líquido.

Mantenha a tampa de saída das microondas (C) devidamente limpa, eliminando quaisquer vestígios de gordura ou salpicos.

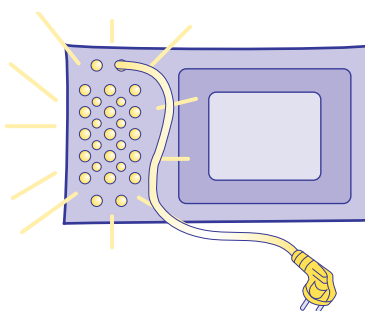
Atenção: o forno é pintado. Não utilize detergentes abrasivos, palha-de-aço ou utensílios de metal pontiagudos. Além disso, quando limpar a superfície externa do forno, certifique-se de que **não entra água ou detergente líquido no interior das aberturas de saída do ar e dos vapores, situadas na parte superior do aparelho.**

Recomendamos, ainda, que não utilize álcool, detergentes abrasivos e detergentes à base de amoníaco para limpar as superfícies da porta.

Para garantir um fecho perfeito do aparelho, mantenha a parte interna da porta devidamente limpa, evitando que a sujidade e os resíduos de alimentos se depositem entre a porta e a parte frontal do forno. Não utilize máquinas de limpeza a vapor para a limpeza do interior do forno.



Limpe regularmente os orifícios de entrada do ar situados na parte traseira do forno, de forma a que, com o passar do tempo, não fiquem obstruídos pelo pó e por acumulações de sujidade.



De vez em quando, deverá remover o prato rotativo (F) e o respectivo suporte (G) para proceder à sua limpeza. Também deverá limpar o fundo do forno. Lave o prato rotativo e o respectivo suporte com água e sabão neutro (também os pode lavar na máquina de lavar loiça). **Não mergulhe o prato rotativo em água fria após um aquecimento prolongado; o choque térmico poderá provocar a sua ruptura.**

O motor do prato rotativo está sigilado. Em todo o caso, quando limpar o fundo do forno, certifique-se de que a água não penetra para debaixo do perno do prato rotativo (D).

Se algo não funcionar...

Caso detecte algum defeito, contacte o Serviço de Assistência autorizado pelo fabricante. De qualquer forma, antes de contactar os nossos técnicos, efectue os seguintes controlos, extremamente simples:

p r o b l e m a	c a u s a / s o l u ç ã o
• O aparelho não funciona	• A porta não está devidamente fechada • A ficha não está devidamente inserida na tomada • A tomada não fornece corrente eléctrica (verifique os fusíveis da sua residência) • O botão Time não foi correctamente regulado
• Condensação na superfície de apoio e no interior do forno	• Quando se cozinham alimentos que contêm água, é perfeitamente normal que o vapor que se gera no interior do forno saia e se condense no interior do mesmo ou sobre o prato de cozedura.
• Faíscas no interior do forno	• Não utilize recipientes metálicos nas cozeduras com microondas nem sacos ou embalagens com pontos metálicos, excepto o acessório de vapor com a sua carga de água.
• Os alimentos não aquecem o suficiente	• Seleccione o modo de cozedura correcto ou aumente o tempo de cozedura • O alimento não foi totalmente descongelado antes da cozedura
• Os alimentos ficam queimados	• Seleccione um nível de potência inferior ou reduza o tempo de cozedura
• Os alimentos não ficam cozidos uniformemente	• Mexa os alimentos durante a cozedura. Lembre-se sempre que os alimentos cozem melhor quando cortados em pedaços com dimensões uniformes. • O prato rotativo ficou bloqueado (certifique-se de que o perno do prato (D) está inserido no lugar).

Se a lâmpada de iluminação do forno se fundir, poderá continuar a utilizar o aparelho sem quaisquer problemas. Para a substituição da lâmpada, contacte um Centro de Assistência autorizado.

Advertências para a eliminação correcta do produto nos termos da Directiva Europeia 2002/96/EC.

No fim da sua vida útil, o produto não deve ser eliminado juntamente com os resíduos urbanos.

Pode ser depositado nos centros especializados de recolha diferenciada das autoridades locais ou, então, nos revendedores que forneçam este serviço. Eliminar separadamente um electrodoméstico permite evitar possíveis consequências negativas para o ambiente e para a saúde pública resultantes de uma eliminação inadequada, além de que permite recuperar os materiais constituintes para, assim, obter uma importante poupança de energia e de recursos.

Para assinalar a obrigação de eliminar os electrodomésticos separadamente, o produto apresenta a marca de um contentor do lixo com uma cruz por cima.

