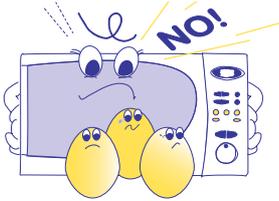




## CUIDADOS A RESPEITAR

### **Ler com atenção as seguintes instruções e conservar para futuras consultas**

- 1) **ATENÇÃO:** Se a porta ou as borrachas estiverem danificadas, o forno não deve ser usado até que um técnico especializado (instruído pelo fabricante ou pelo Serviço de Clientes do vendedor) tenha executado a sua reparação.
- 2) **ATENÇÃO:** É perigoso para quem não tenha uma preparação específica efectuar trabalhos de manutenção e reparação que obriguem a remoção de protecções contra a exposição às microondas. 
- 3) **ATENÇÃO:** Não aquecer líquidos ou outros alimentos em recipientes herméticos os quais poderão explodir. Não cozinhar nem aquecer ovos com a casca no microondas pois poderão explodir, mesmo depois de cozinhados.
- 4) **ATENÇÃO.** Consentir o uso do forno pelas crianças sem vigilância apenas depois de lhes ter sido ensinado como utilizar o forno em segurança e que as mesmas tenham compreendido os perigos ligados a uma utilização inadequado. Não deixar aproximar as crianças quando o forno está a funcionar (perigo de queimaduras). 
- 5) Não tentar pôr o forno a funcionar com a porta aberta, violando os dispositivos de segurança.
- 6) Não pôr o forno a funcionar no caso em que tenham ficado objectos entalados entre a parte frontal do forno e a porta. Manter sempre limpa a parte interna da porta (C) usando um pano húmido e detergentes não abrasivos. Não deixar acumular sujidade ou resíduos de alimentos entre a parte frontal do forno e a porta. 
- 7) Não pôr o forno a funcionar se o cabo de alimentação ou a ficha estiverem danificados pois poderão provocar choques eléctricos.
- 8) Se sair fumo do forno, desligar o aparelho ou desligar a ficha da tomada de corrente sem abrir a porta para sufocar as chamas.
- 9) Utilizar exclusivamente utensílios para fornos a microondas. Para evitar aquecimento excessivo, com o conseqüente risco de incêndio, é aconselhável controlar o forno quando se cozinham alimentos em recipientes de usar e deitar fora em plástico, cartão ou noutro material inflamável ou quando se aquecem pequenas quantidades de alimentos.
- 10) Não colocar o prato giratório em água quando está muito quente. A diferença de temperatura provocaria a sua ruptura.
- 11) Quando se utilizam as funções "Só MICROONDAS" não se deve aquecer previamente o forno (sem alimentos) nem acendê-lo quando está vazio pois podem provocar-se faíscas.
- 12) Antes de utilizar o forno, verificar se os utensílios e os recipientes são específicos para microondas (consultar a secção "RECIPIENTES A USAR")
- 13) O aparelho aquece durante o uso. Não tocar nos elementos aquecedores dentro do forno.
- 14) Durante o aquecimento de líquidos (água, café, leite, etc.) é possível que, por efeito da ebulição retardada, o conteúdo comece repentinamente a ferver e transborde violentamente, provocando queimaduras. Para evitar essa situação, antes de iniciar o aquecimento de líquidos, é necessário

introduzir uma colher de plástico ou uma vareta de vidro dentro do recipiente. Pegar sempre com muito cuidado no recipiente.



15) Não aquecer licores com graduação alcoólica elevada nem grandes quantidades de óleo pois podem incendiar-se.

16) Após o aquecimento de alimentos para recém-nascidos (contidos em biberões ou em boiões), agitar ou mexer o conteúdo e verificar a temperatura antes do consumo, para evitar queimaduras. Também é aconselhável agitar ou mexer os alimentos para garantir uma temperatura homogénea.



Quando se utilizam esterilizadores para biberões adquiridos no comércio, antes de acender o forno deve-se verificar SEMPRE se o recipiente tem a quantidade de água indicada pelo fabricante.

## I N S T A L A Ç Ã O

- 1) Depois de ter retirado o forno da sua embalagem, verificar que o perno do prato giratório (B) esteja correctamente instalado no seu espaço próprio. Posicionar o suporte (E) no centro da parte inferior da cavidade e apoiar sobre o mesmo o prato giratório (D). O perno (B) deve entrar no respectivo encaixe do prato giratório.
- 2) Certificar-se que o forno não tenha sofrido danos durante o transporte e, especialmente, que a porta se abra e feche perfeitamente.
- 3) Posicionar o aparelho sobre uma superfície plana de forma que **fique um espaço de, aproximadamente, 5 cm entre as superfícies externas do aparelho e as paredes laterais da cozinha, e outros 5 cm entre a face posterior e a parede por detrás. Deixar um espaço livre de 20 cm, pelo menos, por cima do forno (ver a Fig. 1)**

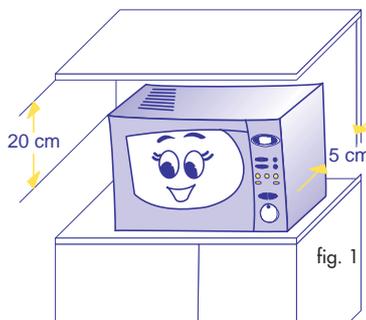


fig. 1

mantenham SEMPRE DESIMPEDIDAS (ver Fig. 2 e Fig. 3).

- 4) Nunca obstruir as aberturas de ventilação. Em particular, não colocar nenhum objecto sobre o forno e certificar-se de que as aberturas para a saída do ar e dos vapores (situadas em cima, por baixo e por detrás do aparelho) se

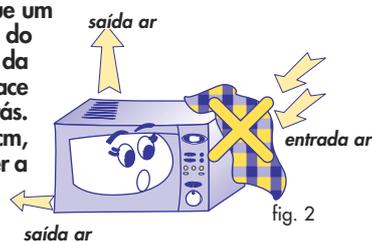


fig. 2

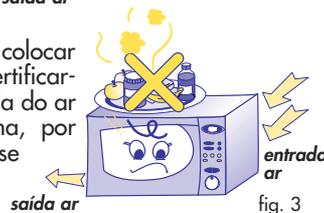


fig. 3

## P O T Ê N C I A F O R N E C I D A

A potência desenvolvida em watt do seu forno encontra-se na placa de dados na parte posterior do aparelho, no item **MICRO OUTPUT**. Ao consultar as tabelas, tomar como referência a potência do seu forno. Vai ser útil ao consultar as receitas para o forno de microondas disponíveis no comércio.



— Em alguns modelos a potência fornecida máxima em Watt é indicada também no símbolo ao lado, presente na portinha.

Os níveis de potência intermediários disponíveis estão indicados na página 26. Estas informações lhes serão úteis para consultar os livros de receitas para microondas que se encontram no comércio.

## D A D O S T É C N I C O S

### MODELO COM CAPACIDADE DE 23 LT.

Dimensões externas (LxHxP) 520x308x385  
 Dimensões internas (LxHxP) 322x218x331  
 Peso aproximado 17 kg.  
 Diâmetro prato giratório 31 cm  
 Lâmpada forno 25 W

### MODELO COM CAPACIDADE DE 17 LT.

Dimensões externas (LxHxP) 480x272x360  
 Dimensões internas (LxHxP) 285x197x290  
 Peso aproximado 16 kg.  
 Diâmetro prato giratório 27,5 cm  
 Lâmpada forno 25 W

### PARA AMBOS OS MODELOS

Para aceder a outros dados, consultar a placa das características colada na parte posterior do aparelho. Este aparelho está conforme com as Directivas CEE 89/336 e 92/31 sobre a Compatibilidade Electromagnética.

## L I G A Ç Ã O E L É C T R I C A

Ligar o aparelho apenas a tomadas eléctricas com uma capacidade mínima de 10A. Antes de utilizar o microondas, verificar que a tensão de rede seja idêntica àquela gravada na placa de características do aparelho e que a tomada de corrente possua uma eficiente ligação à terra. **O Fabricante rejeita qualquer responsabilidade consequente à falta de cumprimento desta norma de segurança.**

## R E C I P I E N T E S A U S A R

Pode ser usado todo o tipo de recipientes de vidro (melhor, se pirex), cerâmica, porcelana, barro, desde que desprovidos de decorações ou elementos metálicos (barras douradas, pegas, pés). Também é possível utilizar os recipientes de plástico resistentes ao calor mas somente para cozinhar em "Só MICROONDAS". No entanto, se existirem dúvidas sobre a utilização podeis efectuar esta simples prova: introduzir o recipiente vazio no forno durante 30 segundos ao nível máximo de potência (função "Só MICROONDAS"). Se o recipiente ficar frio ou se só aquecer ligeiramente quer dizer que é adequado para cozinhar em microondas, Se, pelo contrário, ficar muito quente (ou se provocar faíscas), o recipiente não é adequado. Para aquecimentos breves podem-se usar, como base, guardanapos de papel, bandejas em cartão ou copos de plástico descartáveis. Quanto a formas e dimensões, é indispensável

que permitam a sua correcta rotação. Para utilizar recipientes rectangulares de grandes dimensões (que não poderiam girar dentro da câmara), basta bloquear a rotação do prato giratório (D), extraindo o perno do prato (B) do seu encaixe. Deve-se ter presente que nestas condições, para garantir resultados satisfatórios, é necessário mexer bem os alimentos e girar o recipiente várias vezes, durante a cozedura. Nenhum recipiente de metal, madeira, palhinha ou cristal é adequado à cozinha com microondas. Convém recordar que, uma vez que as microondas aquecem a comida e não os recipientes, é possível cozinhar os alimentos directamente sobre o prato de servir à mesa, evitando, assim, o uso — e a consequente limpeza — de panelas.

	Vidro	Cerâmica	Porcelana	Recipientes de barro	Recipientes plásticos p/microondas	Chávenas de papel*	Pratos de papel	Papel-pergaminho*	Cartão	Recipientes metálicos	Recipientes com elementos metálicos	Folhas especiais para assados
<b>Descongelação</b>	<b>SIM</b>	<b>SIM</b>	<b>SIM</b>	<b>SIM</b>	<b>SIM</b>	<b>SIM</b>	<b>SIM</b>	<b>SIM</b>	<b>SIM</b>	<b>NÃO</b>	<b>NÃO</b>	<b>SIM</b>
<b>Aquecimento</b>	<b>SIM</b>	<b>SIM</b>	<b>SIM</b>	<b>SIM</b>	<b>SIM</b>	<b>SIM</b>	<b>SIM</b>	<b>SIM</b>	<b>SIM</b>	<b>NÃO</b>	<b>NÃO</b>	<b>SIM</b>
<b>Cozedura</b>	<b>SIM</b>	<b>SIM</b>	<b>SIM</b>	<b>SIM</b>	<b>SIM</b>	<b>NÃO</b>	<b>NÃO</b>	<b>NÃO</b>	<b>NÃO</b>	<b>NÃO</b>	<b>NÃO</b>	<b>SIM</b>

\* Se o tempo de exposição for muito longo, é possível que se incendie.



## DESCRIÇÃO DOS COMANDOS

### MODELO COM CAPACIDADE DE 23 LT.

#### 1. Visor

Este quadro apresenta um relógio de 24 horas, os tempos de cozedura programados, as funções escolhidas (indicadores superiores) e o nível das microondas seleccionado (indicadores inferiores).

#### 2. Botão "defrost" (descongelação automática) :

Carregar neste botão para descongelar os alimentos.

#### 3. Botão "Micro" (cozinha com microondas):

Carregar neste botão para cozinhar ou aquecer os alimentos.

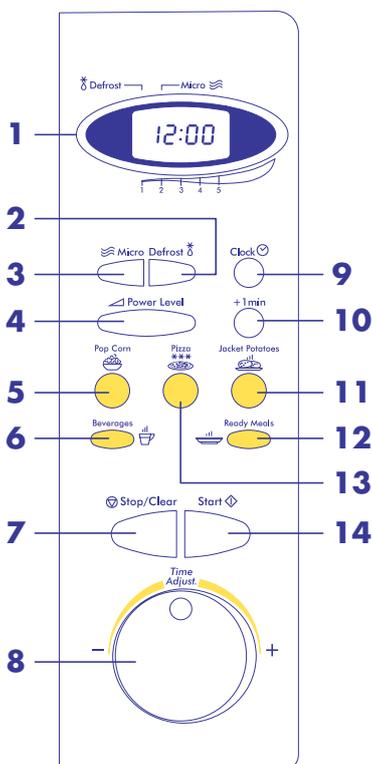
#### 4. Botão "Power Level" (nível de potência das microondas):

Carregar neste botão para seleccionar a potência das microondas desejada.

#### 5 - 6 - 11 - 12 - 13:

##### Botões "Quick menù":

Carregar num destes botões para preparar Pipocas, Batatas com casca, Bebidas quentes, Pratos já cozinhados, Pizzas congeladas, pratos pré-cozidos congelados.



#### 7. Botão Stop/Clear (anulação) :

Carregar neste botão para interromper a cozedura ou anular os tempos de cozedura anteriormente programados.

#### 8. Botão "timer": tempo de cozedura

Usar este botão para programar o tempo de cozedura, ou a hora.

#### 9. Botão "clock" (regulação do relógio):

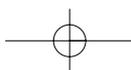
Carregar neste botão para introduzir a hora exacta e para visualizar o relógio durante o funcionamento do forno.

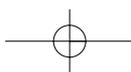
#### 10. Botão "+1min"

Premir este botão para seleccionar automaticamente 1 minuto de microondas à máxima potência. Cada nova pressão no botão aumenta o tempo de 30 segundos, até um máximo de 6 minutos.

#### 14. Botão "Start" (ligação):

Carregar neste botão para pôr o forno em funcionamento, depois de ter seleccionado a função e os tempos desejados.





**MODELO COM CAPACIDADE DE 17 LT.**

**1. Visor**

Este quadro apresenta um relógio de 24 horas, os tempos de cozedura programados, as funções escolhidas (indicadores superiores) e o nível das microondas seleccionado (indicadores inferiores).

**2. Botão "Defrost" (descongelação automática):**

Carregar neste botão para descongelar os alimentos.

**3. Botão "Micro" (cozinha a microondas):**

Carregar neste botão para cozinhar ou aquecer os alimentos.

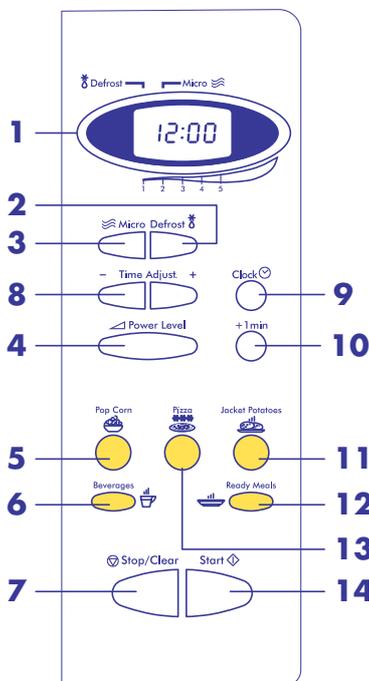
**4. Botão "Power Level" (selecção do nível de potência das microondas):**

Carregar neste botão para seleccionar a potência das microondas desejada.

**5 - 6 - 11 - 12 - 13:**

**Botões de "quick menù":**

Carregar num destes botões para preparar Pipocas, Batatas com casca, Bebidas quentes, Pratos já cozinhados, Pizzas congeladas, pratos pré-cozidos congelados.



**7. Botão "Stop/Clear" (anulação):**

Carregar neste botão para interromper a cozedura ou anular os tempos de cozedura anteriormente programados.

**8. Botões "Timer Adjust" (tempos de cozedura):**

Usar estes botões para programar o tempo de cozedura, ou a hora.

**9. Botão "Clock" (regulação do relógio):**

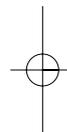
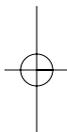
Carregar neste botão para introduzir a hora actual e visualizar o relógio durante o funcionamento do forno.

**10. Botão "+1min"**

Carregar neste botão para seleccionar automaticamente 1 minuto de microondas à máxima potência. Cada pressão adicional no botão aumenta o tempo de 30 segundos, até um máximo de 6 minutos.

**14. Botão de Ligação (Start):**

Carregar neste botão para pôr o forno em funcionamento, depois de ter seleccionado a função e os tempos desejados.



## CONSELHOS PARA UMA CORRECTA UTILIZAÇÃO DO FORNO

As microondas são radiações electromagnéticas, que estão presentes também na natureza sob forma de ondas luminosas (por exemplo: a luz solar) e que, no interior do forno de microondas, penetram no alimento por todas as direcções e aquecem as moléculas de água, gordura e açúcar.

O calor expande-se com grande rapidez, unicamente nos alimentos. O recipiente, por sua vez, só se aquece de modo indirecto, pela transferência do calor do alimento aquecido. Isto impede que o alimento se pegue ao recipiente. É isso que nos permite usar uma

quantidade mínima de gorduras durante o processo de cozedura (ou, em alguns casos, prescindir completamente delas).

Portanto, sendo pobre de gorduras, a cozinha com microondas é considerada muito saudável e dietética.

Ademais, em comparação com os sistemas tradicionais, a cozedura realiza-se a uma temperatura inferior: por esta razão os alimentos, desidratando-se em medida inferior, não perdem os seus princípios nutricionais e conservam mais sabor.

### Regras fundamentais para uma correcta cozedura a microondas

- 1) A cozedura está estritamente relacionada com as **dimensões e a homogeneidade dos alimentos** a cozer: um guisado cozinha-se mais rapidamente que um assado, porque é constituído por pedaços de carne mais pequenos e homogéneos.

Para programar correctamente os tempos, deve-se ter presente que, tendo em conta as tabelas das páginas seguintes, o facto de aumentar a quantidade dos alimentos obriga a que também o tempo de cozedura deva ser aumentado proporcionalmente, e vice-versa. 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 depois da cozedura, para permitir uma ulterior difusão da temperatura no seu interior. Por exemplo, a temperatura das carnes aumentará de aproximadamente 5-8°C durante o tempo de repouso. Este efeito do tempo de repouso pode também ser obtido com os alimentos já retirados do forno de microondas.

- 2) Uma das principais operações a efectuar é a de **misturar** várias vezes os alimentos durante a cozedura: isto serve para tornar mais homogéneas as temperaturas e reduzir o tempo de cozedura.

- 3) É também aconselhável **voltar** os alimentos durante a cozedura. Isto é especialmente indicado para a carne, quer em pedaços grossos (assados, frangos inteiros ...) quer em pedaços mais pequenos (peitos de frango, guisados ...).

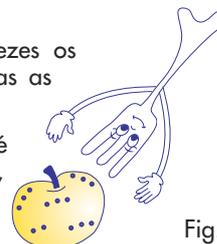


Fig. 4

- 4) **Alimentos com pele, invólucro ou casca (por exemplo: maçãs, batatas, tomates, salsichas, peixe) devem ser picados com um garfo, em diversos pontos, de modo que o vapor possa sair e a pele ou casca não rebentem (Fig. 4).**

- 5) Quando se cozinham simultaneamente várias unidades distintas do mesmo alimento — por exemplo, batatas cozidas —, convém **colocá-las em anel** sobre uma forma de pirex para obter uma cozedura mais uniforme (Fig. 5).

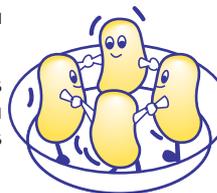


Fig. 5

- 6) Quanto mais baixa é a temperatura dos alimentos, quando são colocados no forno de microondas, maior será o tempo necessário para a sua cozedura. Os alimentos à temperatura ambiente cozerão mais rapidamente do que os alimentos à temperatura do frigorífico.

- 7) Efectuar as cozeduras colocando sempre o recipiente no centro do prato giratório.

- 8) **A formação de condensação** no interior do forno e na zona de ventilações é perfeitamente normal. **Para reduzi-la, cobrir os alimentos com película transparente, papel plastificado, tampas de vidro ou, simplesmente, um prato virado ao contrário.** Para mais, os alimentos com elevado teor de água cozem melhor quando estão cobertos. Cobrir os alimentos permite também manter o interior do forno mais limpo.

Usar película transparente apropriada para fornos de microondas.



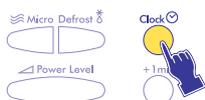
## USO DOS COMANDOS E PROGRAMAÇÃO

### COMO REGULAR O RELÓGIO

- Quando se liga pela primeira vez o aparelho à rede eléctrica da própria habitação, ou depois de uma interrupção da corrente eléctrica, no visor aparecerão os dígitos 12:00 com luz intermitente.  
Para programar a hora do dia deve-se proceder como descrito abaixo:

#### MODELO COM CAPACIDADE DE 23 LITROS

#### MODELO COM CAPACIDADE DE 17 LITROS



- Carregar no botão **"Clock"** (9)  
(No visor aparecem as 12 horas com luz intermitente).



- Programar a hora desejada, girando o botão (8) ou carregando nos botões de **"Time Adjust"** (8).  
(No visor aparecem as horas com luz intermitente)



- Carregar de novo no botão **"Clock"** (9)  
(As horas desaparecem do visor e os minutos começam a lampear).



- Programar os minutos desejados, girando o botão (8) ou carregando nos botões de **"Time Adjust"** (8).  
(No visor aparecem os minutos com luz intermitente).



- Carregar de novo no botão **"Clock"** (9). (No visor aparece a hora programada).



- Para modificar a hora do mostrador, depois de a mesma ter sido programada, carregar no botão **"Clock"** (12) e, em seguida, efectuar uma nova programação da hora, procedendo como descrito acima.
- É possível visualizar a hora do dia também durante o funcionamento do forno, carregando simplesmente no botão **"Clock"** (9). O visor mostrará a hora, e continuará exibi-la por 3 segundos, aproximadamente.





**Só para modelos equipados com grelha separadora:  
UTILIZAR A FUNÇÃO "SÓ MICROONDAS" PARA COZINHAR  
CONTEMPORANEAMENTE EM DOIS NÍVEIS SOBREPOSTOS**

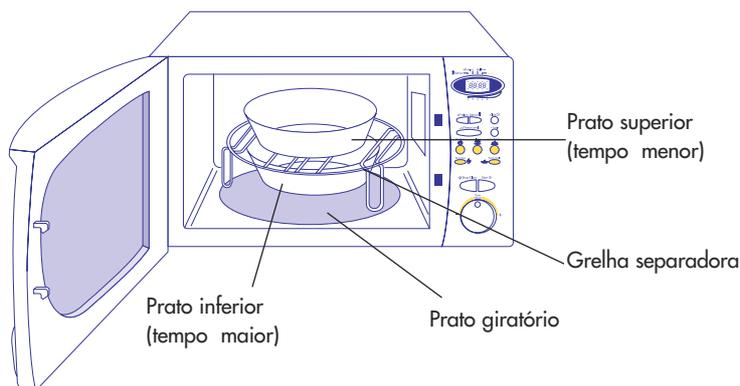
Utilizando a grelha distanciadora na função "só microondas", é possível descongelar, aquecer e cozinhar vários alimentos em simultâneo, e até pratos distintos, em dois planos. O sistema especial de dupla emissão das microondas permite, efectivamente, otimizar a distribuição da energia.

Quando se pretender preparar dois pratos em simultâneo, bastará tomar em consideração estas simples regras gerais:

- 1) Para os pratos cozinhados em simultâneo, os tempos de cozedura são diferentes dos utilizados para pratos isolados. Verificar sempre, portanto, a tabela de referência da pág. 35.

<i>Tempos para a cozedura simultânea</i>	
Batatas (em cima)	24 min
Goulash (por baixo)	48 min
<i>Tempos para a cozedura em separado</i>	
Batatas	10 - 14 min
Goulash	35 - 40 min

- 2) Ter o cuidado de colocar SEMPRE sobre a GRELHA SEPARADORA o alimento que requer menos tempo de cozedura: assim, será mais fácil retirar, em primeiro lugar, o recipiente superior. Retirar a grelha e completar a cozedura dos alimentos colocados no nível inferior.



- 3) Respeitar as indicações e os conselhos das tabelas; em particular, quando se aquece apenas algum alimento, certificar-se sempre de que tenha sido mesmo **bem aquecido**, antes de o retirar.



## TABELAS DE REFERÊNCIA PARA A COZINHA EM DOIS NÍVEIS

### Tempos de descongelamento

Tipo	Pos. Recipiente	Quantid. g.	Comando potência	Minutos	Notas
• Carne picada	em cima	500	*	15	Voltar a carne após 15'. No final, deixar repousar por outros 15 minutos.
• Carne picada	por baixo	500	*	15	
• Frango às postas	em cima	500	*	19	Separar os pedaços de carne durante o descongelamento. No final, deixar repousar por 15 minutos.
• Jardineira de carne	por baixo	500	*	19	
• Couve-flor	em cima	450	*	17	No final, deixar repousar por 5 - 10 minutos
• Peixe inteiro	por baixo	500	*	17	No final, deixar repousar por 5 - 10 minutos

### Tempos de aquecimento

Tipo	Pos. Recipiente	Quantid. g.	Comando potência	Minutos	Notas
• Uma dose de carne	em cima	150	5	6	Cobrir o alimento com película transparente
• Uma dose de verdura	por baixo	250	5	6	Cobrir o alimento com película transparente
• Prato de lasanhas	em cima	500	5	9	Cobrir o alimento com película transparente
• Prato de lasanhas	por baixo	500	5	9	Cobrir o alimento com película transparente
• Uma dose de carne	em cima	150	5	6	Cobrir o alimento com película transparente
• Prato de lasanhas	por baixo	500	5	8	Cobrir o alimento com película transparente

### Tempos de cozedura

Tipo	Pos. Recipiente	Quantid. g.	Comando potência	Minutos	Note
• Batatas	em cima	500	5	20	Cortar em pedaços iguais e cobrir com película.
• Batatas	por baixo	500	5	20	Cortar em pedaços iguais e cobrir com película.
• Cenouras	em cima	500	5	16	Cortar em pedaços iguais e cobrir com película.
• Cenouras	por baixo	500	5	16	Cortar em pedaços iguais e cobrir com película.
• Peixe em postas	em cima	400	5	13	Cobrir com película. Após 15' retirar a grelha.
• Courgettes	por baixo	475	5	15	Deixá-las inteiras e cobrir com película.
• Peixe inteiro	em cima	200	5	11	Cobrir com película. Após 13' retirar a grelha.
• Courgettes	por baixo	475	5	14	Deixá-las inteiras e cobrir com película.
• Peixe inteiro	em cima	200	5	11	Cobrir com película.
• Peixe inteiro	por baixo	200	5	11	Cobrir com película.
• Batatas	em cima	500	5	20	Cortar em pedaços iguais e cobrir com película.
• Goulash	por baixo	1500	5	40	Após 24' retirar a grelha. Mexer 2-3 vezes
• Arroz	em cima	300	5	22	Cobrir com película e mexer 2 vezes
• Couve branca	por baixo	500	5	22	Deixá-lo inteiro e cobri-lo com película
• Ervilhas	em cima	500	5	20	Cobrir com película.
• Couves de Bruxelas	por baixo	500	5	20	Cobrir com película.
• Rolo de carne	em cima	500	5	30	Se necessário, voltá-lo a meio da cozedura
• Batatas	por baixo	500	5	30	Cobrir com película.
• Salsichas	em cima	300	5	22	Mexer 1 - 2 vezes
• Salsichas	por baixo	300	5	22	Mexer 1 - 2 vezes
• Carne em jardineira	em cima	700	5	36	Mexer 2 - 3 vezes
• Lombo de porco	por baixo	700	5	36	Voltar a meio da cozedura

### COMO PROGRAMAR A DESCONGELAÇÃO AUTOMÁTICA

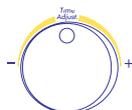
Utilizando esta função, é suficiente programar o tempo de descongelação, visto que a potência das microondas já foi pré-programada.

#### MODELO COM CAPACIDADE DE 23 LITROS

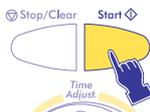
#### MODELO COM CAPACIDADE DE 17 LITROS



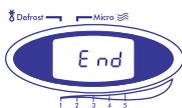
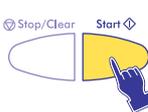
1. Carregar no botão **"Defrost"** (2)  
(No visor aparecem os dígitos 0:00, com luz intermitente, e acende-se o indicador da função de descongelação, situado no alto à esquerda).



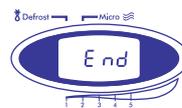
2. Programar o tempo desejado girando o botão (8) ou carregando nos botões de **"Time Adjust"** (8).  
(O visor emite luz intermitente)



3. Carregar no botão de **"Start"** (14) para começar a descongelação.  
(O visor exibe o tempo programado).



4. Uma vez concluído o tempo programado, ouvir-se-ão 3 "beeps" longos e no visor aparecerá a palavra **"End"**.



- Se abrir a porta para verificar o andamento da descongelação, as microondas interromper-se-ão e no visor aparecerá, com luz intermitente, o tempo que falta para a conclusão. Para continuar a descongelação, fechar de novo a porta e carregar no botão de **Start** (14). O forno recomeça a contagem, partindo do momento em que a mesma foi interrompida.
- Para reduzir a zero o tempo programado, deve-se seguir as instruções expostas abaixo:
  - se a porta do forno está aberta, carregar 1 vez no botão **"Stop/Clear"** (7);
  - se o forno estiver a funcionar, carregar 2 vezes no botão **"Stop/Clear"** (7);
  - se o forno estiver desligado e com a porta fechada, carregar 1 vez no botão **"Stop/Clear"** (7).

#### CONSELHOS PARA DESCONGELAR

- Alimentos congelados em saquinhos ou películas de plástico ou na própria embalagem podem ser colocados directamente no forno, desde que não existam elementos metálicos (p. ex.: arames ou agrafos).
- Determinados alimentos, como os legumes e o peixe, não requerem uma descongelação completa antes de começar a sua cozedura.
- Guisados, ragús e estufados descongelam melhor e mais depressa se forem mexidos de vez em quando, voltados e/ou separados
- Durante a descongelação, a carne, o peixe e a fruta largam líquido. Portanto, sugere-se descongelá-los pondo-os numa bacia.
- É aconselhável meter cada pedaço de carne no seu próprio saquinho, antes de colocá-lo no congelador. Isto far-lhe-á economizar tempo precioso na preparação.
- Seguir com muito cuidado os tempos indicados nas embalagens dos alimentos congelados, pois nem sempre são correctos. Aconselha-se a aplicação de tempos de descongelação ligeiramente inferiores àqueles indicados nas embalagens. A duração da descongelação variará em função do grau de congelação.

### Tempos de descongelamento

Os tempos indicados na tabela variam segundo a potência fornecida pelo Seu forno. O valor da potência fornecida está impresso na porta do forno, dentro do símbolo  (ver pág. 28).

Tipo	Quantidade	Potência fornecida	Potência fornecida	Notas	Tempo de repouso (minutos)	
		850/900W	750/800W			
		Tempos a programar (minutos)	Tempos a programar (minutos)			
<b>CARNE</b>						
• Assados (porco, vaca, vitela, etc.)	1 kg	17 - 22	23 - 28		20	
• Bifes, costeletas, escalopes	200 gr	2 - 6	7 - 10		5	
• Carne à jardineira - goulasch	500 gr	9 - 13	14 - 17		10	
• Carne picada	500 gr	9 - 11	12 - 14	(*)	15	
• " "	250 gr	3 - 7	8 - 11		10	
• Hamburger	200 gr	3 - 7	8 - 11		10	
• Salsichas	300 gr	5 - 9	10 - 13		10	
<b>AVES</b>						
• Pato, peru	1,5 kg	25 - 28	29 - 32	No fim do tempo de repouso, passar por água quente para remover o eventual gelo	20	
• Frango inteiro	1,5 kg	25 - 28	29 - 32		20	
• Frango às postas	500 gr	9 - 13	14 - 18		10	
• Peito de frango	300 gr	7 - 11	13 - 17		10	
<b>VERDURAS</b>						
• Beringelas aos cubos	500 gr	12 - 16	17 - 21		5	
• Pimentos em pedaços	500 gr	11 - 15	16 - 20		5	
• Ervilhas descascadas	500 gr	8 - 12	13 - 17		5	
• Corações de alcachofra	300 gr	5 - 9	10 - 14		5	
• Espargos em pedaços	500 gr	9 - 13	14 - 18		5	
• Feijão verde cortado	500 gr	11 - 15	16 - 20	Para facilitar a descongelação, de vez em quando mexer as verduras.	5	
• Brócolos inteiros	500 gr	10 - 14	15 - 19		5	
• Couves de Bruxelas	500 gr	10 - 14	15 - 19		5	
• Cenouras cortadas	500 gr	9 - 13	14 - 18		5	
• Couve-flor em pedaços	450 gr	8 - 12	13 - 17		5	
• Verduras sortidas	300 gr	4 - 8	9 - 13		5	
• Espinafres cortados	300 gr	5 - 9	10 - 14		5	
<b>PEIXE</b>						
• Filetes	300 gr	5 - 9	10 - 14			7
• Postas	400 gr	6 - 10	11 - 15			7
• Peixe inteiro	500 gr	8 - 12	13 - 17		7	
• Camarões	400 gr	6 - 10	11 - 15		7	
<b>LACTÍNIOS</b>						
• Manteiga	250 gr	2 - 6	7 - 10	Retirar o papel de alumínio e os elementos metálicos.	10	
• Queijo	250 gr	3 - 7	8 - 12	Não deve ser descongelado completamente. Respeitar o tempo de repouso	15	
• Natas	200 ml	5 - 9	10 - 14	As natas devem ser tiradas do seu recipiente e colocadas num prato.	5	
<b>PÃO</b>						
• 2 pãezinhos médios	150 gr	1 - 2	2 - 3	Colocar o pão directamente sobre o prato giratório	3	
• 4 pãezinhos médios	300 gr	2 - 4	5 - 7		3	
• Pão às fatias	250 gr	2 - 4	5 - 7		3	
• Pão integral às fatias	250 gr	2 - 4	5 - 7		3	
<b>FRUTA</b>						
• Morangos, ameixas, cerejas, groselhas, damascos	500 gr	8 - 10	11 - 13	Mexer 2 - 3 vezes	10	
• Framboesas	300 gr	5 - 7	7 - 9	Mexer 2 - 3 vezes	10	
• Amoras	250 gr	3 - 5	6 - 8	Mexer 2 - 3 vezes	6	

(\*) Estas informações são apropriadas para fazer o teste de descongelação de carne moída segundo a norma IEC 705, par. 18.3. Girar ao contrário o alimento na metade do tempo programado. O alimento deve ficar apoiado directamente sobre o prato giratório. Outras informações, também sobre outros testes de rendimento segundo a norma IEC 705 encontram-se na tabelinha da pág. 2

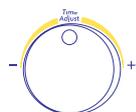
## COMO PROGRAMAR O FORNO PARA MANTER OS ALIMENTOS QUENTES, AQUECER, COZINHAR

MODELO COM CAPACIDADE DE 23 LITROS

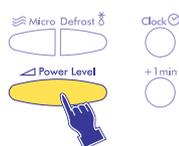
MODELO COM CAPACIDADE DE 17 LITROS



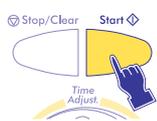
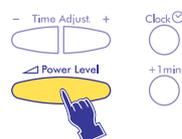
1. Carregar no botão **"Micro"** (3). (No visor aparecem os dígitos 0:00, com luz intermitente, e acendem-se tanto o segundo indicador da função microondas, situado no alto à esquerda, como o primeiro indicador de nível das microondas, situado em baixo à direita).



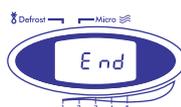
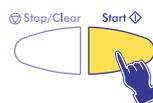
2. Programar o tempo desejado girando o botão **"Timer"** (8) ou premindo os comandos de **"Time Adjust"** (8). (O visor começa a lampear).



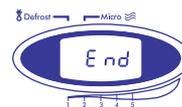
3. Premir o botão de **"Power Level"** (4) até seleccionar a potência desejada (5 = máximo; 1 = mínimo). Se não se carregar no botão, o forno funcionará na sua máxima potência (potência 5). (No visor, o indicador situado em baixo indicará o nível de potência seleccionado).



4. Premir o botão **"Start"** (14) para activar a função. (No visor aparecerá o tempo e a potência programados).



5. No final do tempo programado, ouvir-se-ão 3 "beeps" longos e surgirá, no visor, a palavra **"End"**.



É possível visualizar a hora do dia também durante o funcionamento do forno, carregando simplesmente no botão **"Clock"** (9). O visor mostrará a hora, e continuará exibi-la por 3 segundos, aproximadamente.

- É possível verificar, em qualquer momento, o andamento da função programada, abrindo a porta e observando a que ponto estão os alimentos. Desta forma, interrompe-se a emissão das microondas que será restabelecida voltando a fechar a porta e carregando no botão **"Start"** (14).
- Se, por qualquer razão, fosse necessário interromper a cozedura sem abrir a porta, basta carregar no botão **"Stop/Clear"** (7);
- Para terminar a cozedura, deve-se proceder segundo as modalidades expostas abaixo:
  - se a porta do forno está aberta, carregar 1 vez no botão **"Stop/Clear"** (7).
  - se o forno estiver a funcionar, carregar 2 vezes no botão **"Stop/Clear"** (7);
  - se o forno estiver desligado com a porta fechada, carregar 1 vez no botão **"Stop/Clear"** (7).
- O tempo de cozedura e a potência das microondas podem ser alterados também depois de ter já carregado no botão **"Start"** (14)



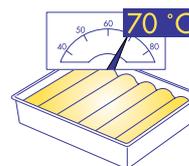
## MANTER OS ALIMENTOS QUENTES

- Esta função é aconselhada para todos os pratos em geral.
- Permite manter quentes os alimentos acabados de cozinhar ou aquecer, sem que os mesmos se sequem ou se grudem ao recipiente de cozedura.
- Programando a potência no nível 1 e cobrindo os alimentos com um prato ou com uma película transparente, estes manter-se-ão quentes até o momento de servir.
- Se preferir, pode deixar os alimentos a aquecer directamente no prato em que serão servidos (sempre cobertos).

## AQUECER

O aquecimento dos alimentos é uma função na qual o Seu forno de microondas evidencia toda a sua utilidade e eficácia. De, facto, em comparação com os métodos tradicionais, a utilização do forno de microondas produz uma evidente poupança de tempo e, portanto, de energia eléctrica.

- Aconselha-se o aquecimento dos alimentos (especialmente se forem congelados) a uma temperatura mínima de 70°C (deve queimar!). Não será possível comer os alimentos imediatamente porque estarão muito quentes, mas estará garantida a sua completa esterilização.
- Para aquecer os alimentos pré-cozinhados ou congelados, deve-se sempre seguir, rigorosamente, as seguintes regras:
  - tirar os alimentos dos recipientes metálicos;
  - cobri-los com película transparente (do tipo indicado para os fornos de microondas) ou papel oleado; deste modo, todo o sabor natural será conservado e o forno manter-se-á mais limpo; é possível utilizar um prato virado do avesso para cobrir os alimentos;
  - se for possível, mexer frequentemente, para acelerar e tornar mais uniforme o processo de aquecimento;
  - seguir com muito cuidado os tempos indicados nas embalagens. Deve-se ter presente que, em determinadas condições, os tempos indicados deverão ser aumentados.
- Os alimentos congelados devem ser descongelados antes de começar o aquecimento. Quanto mais baixa for a temperatura inicial dos alimentos, mais longo será o tempo necessário para o aquecimento.
- Alimentos e bebidas podem ser aquecidos, por breve tempo, em recipientes de papel ou plástico. Em todos os casos, deve-se ter presente que estes recipientes podem deformar-se, se o tempo de cozedura for longo.





### Tempos de aquecimento

Os tempos indicados na tabela variam segundo a potência desenvolvida pelo Seu forno. O valor da potência disponível está impresso na porta do forno, dentro do símbolo  (ver pág. 28). N.B.: Alguns aquecimentos podem ser mais facilmente efectuados, utilizando as funções pré-programadas "Quick menu" (ver a tabela na página 26 ou as instruções na página 45).

Type	Quantidade	potência	Potência fornecida	Potência fornecida	Observações
			850/900W	750/800W	
			Tempos a programar (minutos)	Tempos a programar (minutos)	
<b>AMACIAR OS ALIMENTOS</b>					
• Chocolate/glacê	100 gr	3	4 - 5	5 - 6	Colocar num prato. Misturar o glacê 1 vez.
• Manteiga	50 -70 gr	5	0.5-0.10	0.7-0.12	
<b>ALIMENTOS COM A TEMP. DO FRIGORÍFERO (5/8 °C) até 20/30 °C</b>					
• Yogurt	125 gr	"	0.10-0.15	0.12-0.17	Retirar o papel metálico. <b>Aquecer o biberão sem o bico e misturar logo após ter aquecido para homogeneizar a temperatura. Verificar a temperatura do conteúdo antes do consumo.</b> Se o leite estiver com a temperatura ambiente, reduzir ligeiramente o tempo indicado. Se usar leite em pó, misturar muito bem, pois o pó residual poderia incendiar-se. Usar leite já esterilizado.
• Biberão	240 gr	"	0.25-0.30	0.35-0.40	
<b>ALIMENTOS PRÉ-COZIDOS COM A TEMP. DO FRIGORÍFERO (TEMP. INICIAL 5/8 °C) ATÉ 70 °C APROXIMADAMENTE</b>					
• Embalagem de lasanha ou de massa recheada	400 gr	"	4 - 6	6 - 8	Entendem-se embalagens de qualquer tipo de alimento pré-cozido vendidos no comércio a ser aquecido a uma temperatura de 70 °C. Retirar o alimento da embalagem metálica e colocá-lo directamente no prato onde vai ser consumido. Para um óptimo resultado, o alimento deve ser sempre coberto.
• Embalagem de carne com arroz e/ou verduras	400 gr	"	4 - 6	6 - 8	
• Embalagem de peixe e/ou verduras	300 gr	"	3 - 5	5 - 7	Entendem-se porções de qualquer tipo de alimento já cozido a ser aquecido a uma temp. de 70 °C. O alimento deve ser colocado directamente no prato onde vai ser consumido e deve sempre ser coberto com a película transparente ou com um prato girado ao contrário.
• Pratos de carne e/ou verdura	400 gr	"	5 - 7	7 - 9	
• Prato de massas, cannelloni ou lasanhas	400 gr	"	5 - 7	7 - 9	Entendem-se porções de qualquer tipo de alimento já cozido a ser aquecido a uma temperatura de 70 °C. Colocar o alimento congelado no prato onde vai ser consumido e cobri-lo com um outro prato girado ou um pyrex. Certificar-se de que o centro esteja bem quente, se possível, misturar o alimento
• Prato de peixe e/ou arroz	300 gr	"	4 - 6	6 - 8	
<b>ALIMENTOS CONGELADOS A SEREM AQUECIDOS / COZIDOS (TEMP. INICIAL -18° / - 20 °C) ATÉ 70 °C APROXIMADAMENTE</b>					
• Embalagem de lasanhas ou de massa com recheio	400 gr	"	6 - 8	8 - 10	Entendem-se embalagens de qualquer tipo de alimento pré-cozido congelado a ser aquecido a uma temp. de 70 °C directamente na sua embalagem; se o recipiente for metálico, colocar o alimento directamente no prato onde vai ser consumido ou aumentar o tempo de alguns minutos.
• Embalagem de carne com arroz e/ou verduras	400 gr	"	5 - 7	7 - 9	
• Embalagem de peixe e/ou verduras pré-cozidas	300 gr	"	3 - 5	5 - 7	Retirar o alimento cru da embalagem e colocar num recipiente apropriado para microondas e cobrir
• Embalagem de peixe e/ou verduras cruas	300 gr	"	8 - 10	10 - 12	
• Porções de carne e/ou verduras	400 gr	"	6 - 8	8 - 10	Entendem-se porções de qualquer tipo de alimento já cozido congelado a ser aquecido a uma temperatura de 70 °C. Colocar o alimento congelado no prato onde vai ser consumido e cobri-lo com um outro prato girado ou um pyrex. Certificar-se de que o centro esteja bem quente, se possível, misturar o alimento
• Porções de massa cannelloni ou lasanha	400 gr	"	7 - 9	9 - 11	
• Porções de peixe e/ou arroz	300 gr	"	4 - 6	6 - 8	
<b>BEBIDAS DE FRIGORÍFERO ( 5 / 8 °C) ATÉ 70 °C APROXIMADAMENTE</b>					
• 1 chávena de água	180 cc	"	2 - 2.30	2.30-3	Todas as bebidas devem ser misturadas ao terminar o aquecimento para homogeneizar a temperatura. Para o caldo, aconselhamos cobri-lo com um prato girado.
• 1 chávena de leite	150 cc	"	1.30 - 2	2-2.30	
• 1 chávena de café	100 cc	"	1.30 - 2	2-2.30	
• 1 prato de caldo de carne	300 cc	"	4 - 5	5 - 6	
<b>BEBIDAS A TEMPERATURA AMBIENTE (20 / 30 °C) ATÉ 70 °C APROXIMADAMENTE</b>					
• 1 chávena de água	180 cc	"	1.30 - 2	2-2.30	Todas as bebidas devem ser misturadas ao terminar o aquecimento para homogeneizar a temperatura. Para o caldo, aconselhamos cobri-lo com um prato girado.
• 1 chávena de leite	150 cc	"	1 - 1.30	1.30-2	
• 1 chávena de café	100 cc	"	1 - 1.30	1.30-2	
• 1 prato de caldo de carne	300 cc	"	3 - 4	4 - 5	



## COZINHAR

### CARNE

Podem-se preparar assados, grelhados e guisados. Virar e remexer os pedaços que, por serem volumosos, não podem ser melhor misturados. Atenção a não se deixar enganar pelo aspecto exterior da carne (durante e no fim da cozedura) pois que não poderá apresentar-se perfeitamente assada como num forno tradicional. Em contrapartida, mantêm-se ao mais alto nível todas as propriedades nutritivas e de sabor dos alimentos.

### AVES

Todos os tipos de aves podem ser descongelados e, depois, cozinhados no forno de microondas. A pele não fica tão bem assada como pelos processos tradicionais: para obter uma boa doiradura sugere-se passar, com um pincel, manteiga derretida ou margarina pela pele do frango.

### PEIXE

O peixe cozinha-se muito rapidamente e com ótimos resultados. Pode-se temperar com pouca manteiga ou azeite (ou também não temperá-lo). Cobrir com uma película transparente. Naturalmente, se se apresentar com pele, a mesma deve ser picada com um garfo. Os filetes de peixe devem ser acondicionados de modo uniforme. É desaconselhável a preparação de peixe panado em polme de ovos.

### Tempos de cozedura para carne, aves e peixe

Para tornar a carne mais macia, sugerimos acrescentar 1 copo de água no início da cozedura.

Os tempos indicados na tabela variam segundo a potência do Seu forno.

O valor da potência está impresso na porta do forno, dentro do símbolo  (ver pág. 28).

Tipo de alimento	Quantidade	Nível de potência	Potência produzida	Potência produzida	Notas	Tempo de repouso (minutos)
			850/900W	750/800W		
			Tempos a programar (minutos)	Tempos a programar (minutos)		
<b>VACA</b>						
Rolo de carne	900 gr	4	18 - 20	22 - 24	(*)	5
Rolo de carne	800 gr	4	15 - 20	20 - 25	Misturar 500 g de carne de vaca picada, ovos, presunto, pão ralado, etc.	
Lombo	600 gr	"	17 - 22	22 - 27		5
Assado, perna	1 kg	"	25 - 30	32 - 37	Voltar a meio da cozedura	10
<b>VITELA</b>						
Jardineira	700 gr	"	17 - 22	22 - 27	Mexer 2-3 vezes	8
Assado (rolo)	1 kg	"	25 - 30	32 - 37	Voltar a meio da cozedura	10
Posta da coxa, às fatias	200 gr	"	10 - 15	15 - 20	Não é necessário voltar a carne	2
<b>PORCO</b>						
Pernil	500 gr	"	15 - 20	20 - 25	Voltar a meio da cozedura	5
Assado	1 kg	"	25 - 30	32 - 37	Voltar a meio da cozedura	10
Lombo	700 gr	"	17 - 22	22 - 27	Voltar a meio da cozedura	8
<b>BORREGO</b>						
Perna ou pá	1 kg	"	25 - 30	32 - 37	Voltar a meio da cozedura	10
Hamburgueses frescos	100 gr	"	7 - 10	10 - 13		3
Goulash	1,5 kg	5	35 - 40	45 - 50	Mexer 2-3 vezes	3
Salsichas	300 gr	4	10 - 14	14 - 19		3
<b>FRANGO</b>						
Frango inteiro	1,5 kg	"	40 - 45	50 - 55	Voltar a meio da cozedura	10
Meio Frango	500 gr	"	15 - 20	20 - 25	Não é necessário voltar	5
Frango em pedaços	500 gr	"	15 - 20	20 - 25	Não é necessário voltar	5
Peito de frango	300 gr	"	10 - 14	14 - 19	Não é necessário voltar	3
<b>PERU</b>						
Peru em pedaços	1,5 kg	"	40 - 45	50 - 55	Voltar a meio da cozedura	8
Peito de peru	500 gr	"	15 - 20	20 - 25	Não é necessário voltar	8
<b>PATO</b>						
Pato inteiro	1,5 kg	"	40 - 45	50 - 55	Voltar a meio da cozedura	10
<b>PEIXE</b>						
Filetes de peixe	300 gr	5	4 - 7	7 - 10	Cozinhar coberto	2
Postas de peixe	300 gr	"	6 - 9	9 - 12	Cozinhar coberto	2
Peixe inteiro	500 gr	"	7 - 10	10 - 13	Cozinhar coberto	2
Peixe inteiro	250 gr	"	4 - 7	7 - 10	Cozinhar coberto	2
Camarões	500 gr	"	6 - 9	9 - 12	Cozinhar coberto	2
Postas grandes	400 gr	"	6 - 9	9 - 12	Cozinhar coberto	2

(\*) Estas informações são apropriadas para fazer o teste de cozedura de carne moída segundo a norma IEC 705, par. 17.3, teste C. Cobrir o recipiente com película transparente adequada para fornos de microondas e furada em alguns pontos. Outras informações, também sobre outros testes de rendimento segundo a norma IEC 705, encontram-se na tabelinha à pág. 2.

## LEGUMES

Os legumes cozidos no forno de microondas conservam mais cor e poder nutritivo que na cozinha tradicional.

Por cada 500 g de legumes, juntar 5 colheres de água aproximadamente.

**Os legumes devem ser sempre cobertos com uma película transparente.**

Aqueles mais consistentes devem ser cortados em pedaços regulares (p. ex.: cenouras).

Mexer pelo menos uma vez, a meio da cozedura; adicionar pouco sal, e somente no fim da cozedura.

### Tempos de cozedura para os legumes

Os tempos indicados na tabela variam consoante a potência do Seu forno.

O valor da potência está impresso na porta do forno, dentro do símbolo  (ver pág. 28).

Tipo	Quantidade	Nível de potência	Potência produzida	Potência produzida	Notas	Tempo de repouso (minutos)
			850/900W	750/800W		
			Tempos a programar (minutos)	Tempos a programar (minutos)		
• Espargos	500 gr	5	9 - 10	11 - 12	Cortar em pedaços de 2 cm e cobrir.	4
• Alcachofras	300 gr	"	11 - 12	12 - 13	É preferível usar fundos de alcachofra.	4
• Feijão verde	500 gr	"	11 - 12	13 - 14	Cortar em pedaços .	4
• Brócolos	500 gr	"	7 - 8	9 - 10	Dividir as várias "flores".	4
• Couves de Bruxelas	500 gr	"	7 - 8	9 - 10	Deixá-las inteiras.	4
• Couve branca	500 gr	"	7 - 8	9 - 10	Cortar às tiras .	4
• Couve roxa	500 gr	"	7 - 8	9 - 10	Cortar às tiras.	4
• Cenouras	500 gr	"	9 - 10	11 - 12	Cortar em pedaços iguais.	4
• Couve-flor	450 gr	"	11 - 12	13 - 14	Dividir em pedaços.	4
• Aipo	500 gr	"	7 - 8	9 - 10	Dividir em pedaços.	4
• Beringelas	500 gr	"	6 - 7	8 - 9	Cortá-las em cubos.	4
• Alho-porro	500 gr	"	6 - 7	8 - 9	Cortá-lo em tiras.	4
• Cogumelos tipo "champignon"	500 gr	"	6 - 7	8 - 9	Deixá-los inteiros. Não precisam de água.	4
• Cebolas	250 gr	"	5 - 6	7 - 8	Inteiras, com dimensões iguais Não precisam de água.	4
• Espinafres	300 gr	"	6 - 7	8 - 9	Cobri-los depois de tê-los lavado e escorrido	4
• Ervilhas	500 gr	"	10 - 11	12 - 13		4
• Funcho	500 gr	"	12 - 13	14 - 15	Cortá-lo em quatro e cobrir	4
• Pimentos	500 gr	"	9 - 10	11 - 12	Cortá-los em pedaços e cobrir	4
• Batatas	500 gr	"	8 - 9	10 - 11	Cortá-las em pedaços iguais	4
• Courgettes	500 gr	"	7 - 8	9 - 10	Cortá-las em fatias.	4

N.B: Os tempos de cozedura indicados na tabela têm valor meramente indicativo e os mesmos estão relacionados com o peso, a temperatura antes da cozedura e a consistência e estrutura dos legumes.

### SOPAS E ARROZ

- As sopas em geral requerem uma quantidade menor de líquidos porque, no forno de microondas, a evaporação é muito escassa. O sal deve ser acrescentado somente no fim da cozedura ou durante o tempo de repouso, porque é um produto desidratante.
- É correcto dizer que o tempo necessário para cozinhar o arroz no forno de microondas (como, aliás, a massa) é quase igual àquele necessário para cozinhá-lo à maneira tradicional. A vantagem de preparar um "risotto" no forno de microondas reside no facto de que não é necessário mexer continuamente (é suficiente fazê-lo 2 - 3 vezes).  
Os ingredientes devem ser colocados todos juntos num recipiente adequado ao forno de microondas, cobertos com uma película transparente (para 300 gramas de arroz são necessários 750 gramas de caldo, com o forno programado na máxima potência por 12-15 minutos, aproximadamente).  
Além disso, o arroz não se gruda ao fundo do recipiente e, visto que para cozinhá-lo é possível utilizar uma terrina ou outro recipiente de levar à mesa, não será necessário passá-lo para outro prato de servir.

### DOIRADURA

Os alimentos mais difíceis de doirar durante a cozedura com o forno de microondas são, geralmente, as costeletas, os escalopes e os peitos de frango. Para obter um efeito de doiradura superficial, sugere-se barrar a superfície externa com manteiga, possivelmente amalgamada com pimentão. No comércio podem-se encontrar também molhos expressamente estudados para corar os alimentos cozinhados no forno de microondas. Em qualquer dos casos é necessário administrar às carnes ou peixes a doirar, substâncias gordurosas e corantes.

### BOLOS E FRUTAS

Os bolos levedam (com potência reduzida) muito mais que na cozedura tradicional. Visto que não formam côdea, é preferível ornar as suas superfícies com cremes e glaces (p. ex.: com chocolate). Além disso, os bolos devem ser mantidos cobertos depois da cozedura, pois tendem a secar-se mais rapidamente do que aqueles cozidos no forno tradicional.  
A fruta deve ser picada, se for cozida com a casca, e deve ser mantida coberta: é importante respeitar o tempo de repouso (3 - 5 minutos).

#### Tempos de cozedura para bolos e frutas

Os tempos indicados na tabela variam consoante a potência do Seu forno.

O valor da potência está impresso na porta do forno, dentro do símbolo  (ver pág. 28).

Tipo/quantidade	Nível de potência	Potência produzida	Potência produzida	Tempo de repouso (minutos)	Observações e conselhos
		850/900W	750/800W		
		Tempos a programar (minutos)	Tempos a programar (minutos)		
Tortas de nozes (700 gr)	3	13 - 17	18 - 23	5	Pode ser acompanhada com qualquer tipo de creme.
Torta vienesa (850 gr)	"	17 - 21	22 - 27	5	A rechear com compota.
Torta de ananás (800 gr)	"	15 - 19	20 - 25	5	As fatias de ananás podem ser colocadas sobre o fundo da forma, ou cortadas em pedaços e inseridas na massa.
Torta de maçã (1000 gr)	"	17 - 21	22 - 27	5	As maçãs devem ser colocadas como decoração, à superfície.
Torta de café (750 gr)	"	13 - 17	18 - 23	5	Ótima recheada com um creme.
Gemada	4	1,30 - 3	4 - 6	3	Mexer com um batedor de 30 em 30 segundos
Pêras cozidas (300 gr)	5	3 - 5	6 - 8	3	As pêras devem ser cortadas em quartos
Maçãs cozidas (300 gr)	"	4 - 6	7 - 10	3	As maçãs devem ser cortadas às fatias
Egg custard (750 g)	5	14 - 16	18 - 20	5	Estas informações são apropriadas para fazer o teste de cozedura segundo IEC 705, par. 17.3, respectivamente teste A e teste B.
Test A					
Sponge cake (475 g)	5	6 - 7	8 - 9	5	Outras informações, também sobre outros testes de rendimento segundo a norma IEC 705, encontram-se na tabelinha à pág. 2.
Test B					

## PROGRAMAR VÁRIAS OPERAÇÕES EM SEQUÊNCIA

- É possível programar as seguintes sequências:
  - descongelação + cozedura
  - cozedura 1 + cozedura 2
  - descongelação + cozedura 1 + cozedura 2

**Exemplo:** programar uma sequência descongelação + cozedura

### MODELO COM CAPACIDADE DE 23 LITROS.

### MODELO COM CAPACIDADE DE 17 LITROS.

	<p>1. Premer o botão <b>"Defrost"</b> (2). (No visor aparecem os dígitos 0:00 com luz intermitente e acende-se o indicador da função descongelação, situado no alto à esquerda).</p>	
	<p>2. Programar o tempo desejado girando o botão <b>"Timer"</b> (8) ou premindo os comandos de <b>"Time Adjust"</b> (8). (O visor emite luz intermitente)</p>	
	<p>3. Carregar no botão <b>"Micro"</b> (3) (O visor emite luz intermitente no 0:00 e acendem-se o indicador da função microondas, no alto, à esquerda, e o indicador de potência máxima, à direita).</p>	
	<p>4. Programar o tempo desejado girando o comando (8) ou carregando nos botões de <b>"Time Adjust"</b> (8). (O visor emite luz intermitente)</p>	
	<p>5. Premer o botão <b>"Power Level"</b> (4) até seleccionar a potência desejada (5 = máximo; 1 = mínimo). Se não se preme o botão, o forno trabalhará à máxima potência (potência 5). (No visor, o indicador colocado em baixo indicará o nível de potência seleccionado.)</p>	
	<p>6. Premer o botão <b>"Start"</b> (14) para activar a sequência (O visor mostrará, em seguida, o tempo relativo à função seleccionada).</p>	
	<p>7. Uma vez concluída a sequência programada, ouvir-se-ão 3 "beeps" longos e no visor aparecerá a palavra <b>"End"</b>.</p>	

### UTILIZAR OS COMANDOS "QUICK MENÙ"

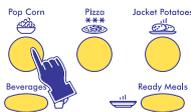
Os comandos "Quick menù" são 5 programas distintos, com duração de cozedura e nível de potência "pré-programados"; estes permitem a obtenção de resultados otimizados para os pratos descritos na tabela que se segue.

Comando	O que se pode fazer	Conselhos
(6)  <b>Beverages</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Premer 1 vez</li> <li>• Premer 2 vezes</li> <li>• Premer 3 vezes</li> <li>• Premer 4 vezes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aquecer uma chávena de café (60 cc), partindo da temperatura ambiente.</li> <li>• Aquecer 2 chávenas de café ou uma tigelinha (120 cc), partindo da temperatura ambiente.</li> <li>• Aquecer 1 tigela grande (200 cc), partindo da temperatura do frigorífero.</li> <li>• Aquecer 1 prato de sopa (300 cc), partindo da temperatura do frigorífero.</li> </ul>	Depois de ter aquecido o líquido, mexer bem, para uniformizar a temperatura
(11)  <b>Jacket potatoes</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Premer 1 vez</li> <li>• Premer 2 vezes</li> <li>• Premer 3 vezes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cozinhar 200 gr de batatas</li> <li>• Cozinhar 400 gr de batatas</li> <li>• Cozinhar 600 gr de batatas</li> </ul>	Lavar bem as batatas com a pele, picá-las com um garfo e pô-las sobre o prato giratório. Servem-se quentes, temperadas com queijo ou manteiga.
(12)  alimentos pré-cozinhados <b>Ready Meals</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Premer 1 vez</li> <li>• Premer 2 vezes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aquecer 100 gr de comida (carne ou acompanhamentos) partindo da temperatura do frigorífero.</li> <li>• Aquecer 250 gr de carne, ou carne + legumes, partindo da temperatura do frigorífero.</li> </ul>	Indicado para aquecer porções já cozidas conservadas no frigoriferador desde o dia anterior. Cubra a travessa a com uma película transparente e com um prato invertido colocado por cima da primeira
(13)  <b>Pizza</b> , alimentos pré-cozidos congelados. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Premer 1 vez</li> <li>• Premer 2 vezes</li> <li>• Premer 3 vezes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aquecer 1 pizza congelada de 300 g.</li> <li>• Para aquecer uma embalagem (máx. 300 gr) de alimentos prontos congelados ou no máximo 300 gr de pratos pré-cozidos congelados (por exemplo, carnes ou acompanhamentos).</li> <li>• Para aquecer duas embalagens (máx. 550 gr) de alimentos prontos congelados ou no máximo 550 gr de pratos pré-cozidos congelados (por exemplo, carnes ou acompanhamentos).</li> </ul>	Colocar a pizza directamente no prato rotativo. Se a embalagem for adequada para a cozedura com microondas, apoie-a directamente sobre a base giratória. Vice-versa, transfira o conteúdo da embalagem para uma travessa e cubra-a com uma película transparente e com um prato invertido.
<b>Pop Corn (5)</b>  <ul style="list-style-type: none"> <li>• Premer 1 vez</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cozinhar uma embalagem de pop corn para microondas de 100 gr.</li> </ul>	Ler atentamente as instruções impressas na embalagem e colocar esta sobre o prato giratório.

• PARA ACCIONAR AS COZEDURAS PRÉ-PROGRAMADAS, PROCEDER COMO SEGUE:

#### MODELO COM CAPACIDADE DE 23 LT

#### MODELO COM CAPACIDADE DE 17 LT



1. Premer o comando de "Quick Menù" desejado (ver acima). (O visor indica, lampejando, o tempo seleccionado, enquanto se acendem o segundo mostrador, no alto, à esquerda, e o outro em baixo, relativo à potência seleccionada das microondas).



---



2. Premer o comando "Start" (14) para pôr em acção as microondas.



---



3. No final do tempo seleccionado, ouvir-se-ão 3 "beeps" longos e surgirá, no visor, a palavra "End".

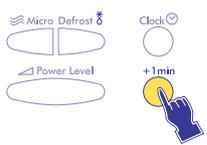


## PROGRAMA "QUICK REHEAT": DE 1 A 6 MINUTOS À MÁXIMA POTÊNCIA

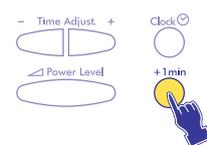
Esta função é muito útil sempre que se queiram aquecer pequenas quantidades de comida ou bebida, ou acrescentar, ao último momento, um minuto suplementar a uma cozedura já terminada.

### MODELO COM CAPACIDADE DE 23 LT.

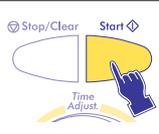
### MODELO COM CAPACIDADE DE 17 LT.



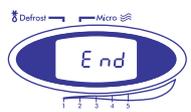
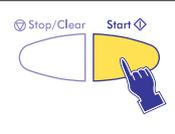
1. Premer o comando "+1min" (10).  
(O visor apresenta os dígitos 1:00, intermitentemente, e acendem-se o segundo indicador, ao alto e à esquerda, relativo à função microondas, e o primeiro em baixo, à direita, relativo à potência das microondas).



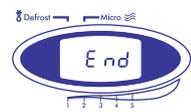
Premindo a tecla várias vezes, o tempo aumenta em intervalos de 30 segundos até a um máximo de 6 minutos.



2. Premer "Start" (14), para pôr em acção as microondas.



3. Uma vez concluído o tempo programado, ouvir-se-ão 3 "beeps" longos e no visor aparecerá a palavra "End".



## SEGURANÇA PARA AS CRIANÇAS

Para prevenir a utilização indesejável e acidental do aparelho, o controlo electrónico possui os seguintes dispositivos de segurança:

- 1 **Travamento da tecla START**
  - Quando o forno não estiver em funcionamento e não foi iniciada nenhuma programação (o visor mostra o relógio), prima a tecla START (16) durante 5 segundos.
  - O aparelho emite um beep breve: não será mais possível comandar o início de uma cozedura.
  - Para desactivar o travamento activado anteriormente, mantenha a tecla START (16) premida até ouvir o beep.
- 2 **Travamento da correcção dos tempos de cozedura**

Quando activado, este dispositivo de segurança impede que os tempos de cozedura sejam alterados/corrigidos durante o ciclo, servindo para evitar um prolongamento acidental e perigoso dos tempos de cozedura (o alimento poderia queimar!).

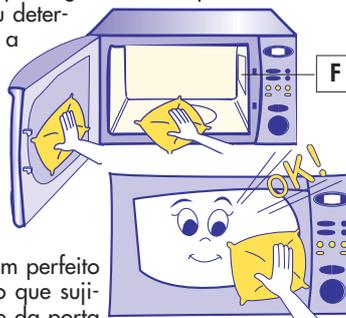
  - Quando o forno não estiver em funcionamento e não foi iniciada nenhuma programação (o visor mostra o relógio) prima a tecla CLEAR (10) durante 5 segundos.
  - O aparelho emite um beep breve: não será mais possível modificar o tempo do ciclo durante toda a cozedura.
  - Para desactivar o travamento activado anteriormente, mantenha a tecla CLEAR (10) premida até ouvir o beep.

## M A N U T E N Ç Ã O E L I M P E Z A

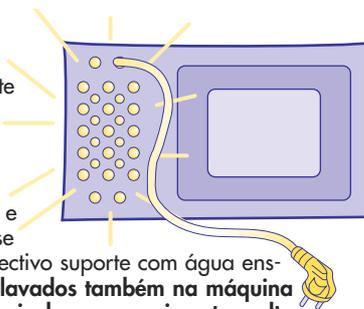
Antes de efectuar qualquer operação de manutenção ou limpeza, retirar sempre a ficha da tomada .

### Limpeza

Para conservar o Seu aparelho nas melhores condições, sugere-se limpar regularmente a portinha, o interior e o exterior do forno com um pano húmido e solvente neutro ou detergente líquido. Manter sempre livre de gorduras ou respingos também a tampa de saída das microondas (F). **Não utilizar detergentes abrasivos, esponjas metálicas ou utensílios metálicos pontiagudos** quando se limpa a superfície interior e exterior do forno. Ademais, deve-se ter muito cuidado para que a água ou detergente líquido não penetre no interior das aberturas de saída do ar e dos vapores, situadas na parte superior do aparelho. Recomenda-se também nunca usar álcool, palhas ou detergentes para limpar as superfícies internas e principalmente externas da porta, para evitar que se risque. **Não usar detergentes à base de amoníaco.** Para garantir um perfeito fechamento, manter sempre limpa a face interna da porta, evitando que sujidade e resíduos de alimentos se depositem entre a porta e o batente da porta do forno.



Limpar regularmente os orifícios de entrada do ar, situados na parte posterior do forno, de forma que, com o passar do tempo, não fiquem obstruídos pelo pó e por depósitos de sujidade.



De vez em quando, será necessário remover o prato giratório (D) e o respectivo suporte (E) para proceder à sua limpeza. Deve-se limpar também o fundo do forno. Lavar o prato giratório e o respectivo suporte com água ensaboada com sabão neutro (estes elementos do forno podem ser lavados também na máquina de lavar loiça). **Não mergulhar o prato giratório em água fria depois de um aquecimento a alta temperatura, pois o choque térmico poderia provocar a sua ruptura.**

O motor do prato giratório está hermeticamente fechado. Contudo, quando se efectua a limpeza do fundo do forno, deve-se prestar atenção para que a água não penetre sob o perno do prato giratório (B).

### Se algo não vai bem ...

Caso ocorresse um defeito, dirigir-se imediatamente ao Serviço de Assistência Autorizado pelo fabricante. Em qualquer caso, antes de consultar os nossos técnicos convém efectuar os seguintes controlos, extremamente simples:

problema	causa / solução
<ul style="list-style-type: none"> <li>O aparelho não funciona</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>A porta não está fechada correctamente</li> <li>A ficha não está colocada correctamente na tomada de corrente</li> <li>A tomada não fornece corrente eléctrica (controlar os fusíveis da habitação)</li> <li>O tempo não foi programado correctamente</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Condensação na superfície de apoio e no interior do forno</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Quando se cozinham alimentos que contêm água, é mais que normal que se produza vapor, e que este se condense no interior do forno ou sobre o prato de cozedura.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Faíscas no interior do forno</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Não usar recipientes metálicos nas cozeduras com microondas, nem saquinhos ou embalagens com grampos metálicos.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Os alimentos não se aquecem suficientemente</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Seleccionar o modo correcto para a cozedura ou aumentar o tempo de cozedura</li> <li>O alimento não foi descongelado completamente antes de efectuar a cozedura.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Os alimentos queimam-se</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Seleccionar o nível de potência inferior ou reduzir o tempo de cozedura.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Os alimentos não se cozem uniformemente</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mexer os alimentos durante a cozedura. Deve-se ter sempre presente que os alimentos cozem melhor quando cortados em pedaços com dimensões uniformes.</li> <li>O prato giratório ficou bloqueado.</li> </ul>

Em caso de avaria da lâmpada do forno, poderá continuar a utilizar o forno sem quaisquer problemas. Para a substituição da lâmpada, dirija-se a um Centro de Assistência autorizado.

