

P COMO OBTER OS MELHORES RESULTADOS DO SEU FORNO

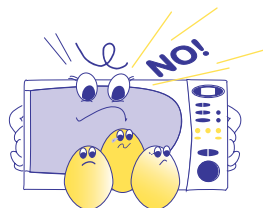
O que quero fazer ?	Qual função escolho?	Istruções para o uso	Tab. quantidade/tem po
• Manter quentes os alimentos	Somente microondas	Pot. 1 (125 W)	42 43
• Descongelar	Somente microondas	Pot. Defrost 	40 41
• Amaciar chocolate/glace	Somente microondas	Pot. 2 (250 W)	42
• Derreter manteiga e amaciar queijos		Pot. 3 (425 W)	43 47
• Cozer doces			44 47
			 MICROONDAS
• Cozinhar carne à jardineira, peito de frango	Somente microondas	Pot. 4 (625 W)	42 43 44
• Cozer fruta, verdura, arroz, sopa, peixe	Somente microondas	Pot. 5 (850 W)	42 45 46
• Aquecer todos os alimentos já cozidos ou congelados			43 44
• Descongelar, aquecer, cozer em duas alturas simultaneamente	Somente microondas com GRELHA DISTANCIADORA BAIXA (Não para todos os modelos).	38	39
			 MICROONDAS
• Cozer todos os tipos de assados, aves carne no espeto, etc.	Combinada microondas+ grill	48 49	49
• Gratinar alimentos (ex.: lasanhas, verduras, macarrão)			
			 MICROONDAS + GRILL
• Grelhar de maneira tradicional hambúrguer, costeletas, salsicha, pão, etc.	Somente grill	50 51	51
			 GRILL
• Cozer Pipoca	Funções pré-memorizadas "Quick menu"	 Pop Corn	54 53
• Aquecer Pizzas congeladas		 Pizza ***	54 53
• Aquecer alimentos pré-cozidos congelados		 Jacket Potatoes	54 53
• Cozer Batatas		 Beverages	54 53
• Aquecer Bebidas		 Ready Meals	54 53
• Aquecer alimentos precocida do refrigerador.			

P R E C A U Ç Õ E S

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.

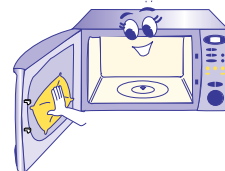
- 2) ATENÇÃO: É perigoso para quem não tenha uma preparação específica efectuar trabalhos de manutenção e reparação que obriguem a remoção de protecções contra a exposição às microondas.



- 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 (E) 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.

Se o cabo de alimentação estiver danificado, o mesmo deve ser substituído pelo Fabricante ou pelo seu Serviço de Assistência Técnica ou, como quer que seja, por uma pessoa que possua uma qualificação análoga, de forma a prevenir qualquer risco.

- 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 si 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" e "COMBINADA 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 SEREM USADOS")



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 homogênea.



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.

NOTE BEM: Quando se liga o aparelho pela primeira vez, é possível que durante cerca de 10 minutos, se sinta um cheiro de "novo" e algum fumo. Isso é provocado somente pela presença de substâncias de protecção aplicadas às resistências.

D A D O S T É C N I C O S

Dimensões externas (LxHxP) 515x305x400

Dimensões internas (LxHxP) 322x193x322

Volume líquido do forno 23 lt.

Peso 21,6 kg.

Diâmetro do prato rotativo 31 cm

Lâmpada do forno 25 W

Para ulteriores dados técnicos, consultar a placa de características anexada na parte posterior do aparelho.

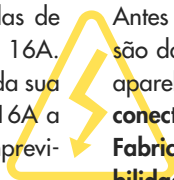
Este aparelho está em conformidade com as Directivas CEE 89/336 e 92/31 em relação à Compatibilidade



C O N E X Ã O E L É C T R I C A

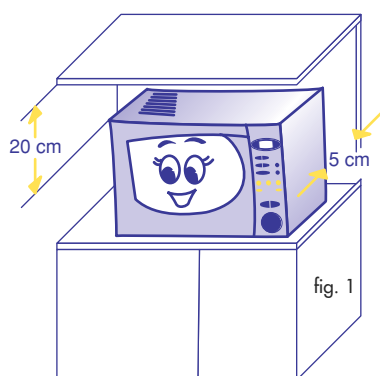
Conectar o aparelho somente em tomadas de corrente com capacidade de pelo menos 16A. Verificar também que o interruptor geral da sua casa tenha uma capacidade mínima de 16A a fim de evitar que intervenha de modo imprevisto durante o funcionamento do forno.

Antes de utilizar o aparelho, verificar que a tensão da rede seja aquela indicada na placa do aparelho e **que a tomada de corrente seja conectada a uma ligação à terra eficiente: o Fabricante declina toda e qualquer responsabilidade derivante da inobservância desta norma.**

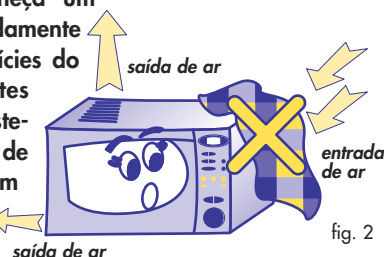


I N S T A L A Ç Ã O

- 1) Depois de ter retirado o forno da embalagem, remova a protecção que contém o prato rotatório (G) e o relativo suporte (H). Verifique que o pino do prato rotatório (D) esteja colocado correctamente no furo no centro do prato rotatório.
- 2) Limpar a parte interna com um pano húmido e macio.
- 3) Verificar que não existam danos causados pelo transporte e, especialmente, que a porta se abra e se feche perfeitamente.
- 4) Colocar o aparelho num plano estável a uma altura de pelo menos 85 cm, fora do alcance das crianças, pois a porta de vidro pode alcançar, durante a cozedura, temperaturas elevadas.

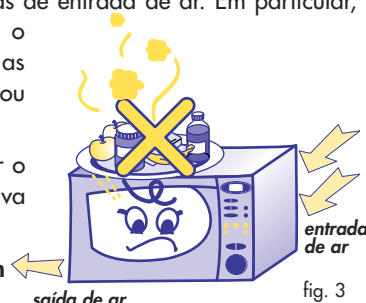


- 5) Após ter posicionado o aparelho no plano de trabalho, verificar que permaneça um espaço de aproximadamente 5 cm entre as superfícies do aparelho e as partes laterais e a parte posterior, e um espaço livre de pelo menos 20 cm sobre o forno (ver fig. 1).



- 6) Nunca obstruir as grelhas de entrada de ar. Em particular, não apoiar nada sobre o forno e verificar que as grelhas de saída de ar e vapores (que se encontram sobre, sob ou atrás do aparelho) estejam SEMPRE LIVRES (ver Fig. 2 e Fig. 3).

- 7) Posicionar no centro da sede circular o suporte (H) e apoiar o prato rotativo (G). O pino (D) deve coincidir com a respectiva sede no centro do prato rotativo.
- 8) Ao ligar o aparelho pela primeira vez, é possível que por um período de 10 min. aproximadamente o mesmo produza um odor de "novo" e um pouco de fumo. Isto é completamente normal, e é causado pela presença de substâncias protectoras que foram aplicadas às resistências.
- 9) Posicionar o aparelho de modo que a ficha e a tomada fiquem numa posição de fácil acesso mesmo após instalado.



P O T Ê N C I A

Neste forno a máxima fornecida das microondas é de 850 W. Este valor está transcrito na plaqueta de dados que se encontra na parte posterior do aparelho, no item MICRO OUTPUT.



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 a seguir. Estas informações lhes serão úteis para consultar os livros de receitas para microondas que se encontram no comércio.

DESCRIÇÃO DOS COMANDOS

1. Visor

Este é o mostrador de um relógio de 24 horas, dos tempos de cozedura programados, das funções escolhidas (indicadores superiores) e do nível de microondas seleccionado (indicadores inferiores).

2. Tecla "Grill":

cozedura somente com grill.
Premer esta tecla para grelhar os alimentos.

3. Tecla "Combi":

cozedura combinada com grill.
Premer esta tecla para programar as cozeduras combinadas microondas + grill.

4. Tecla "Micro":

cozedura com microondas
Premer esta tecla para cozer ou aquecer os alimentos

5. Tecla "Defrost":

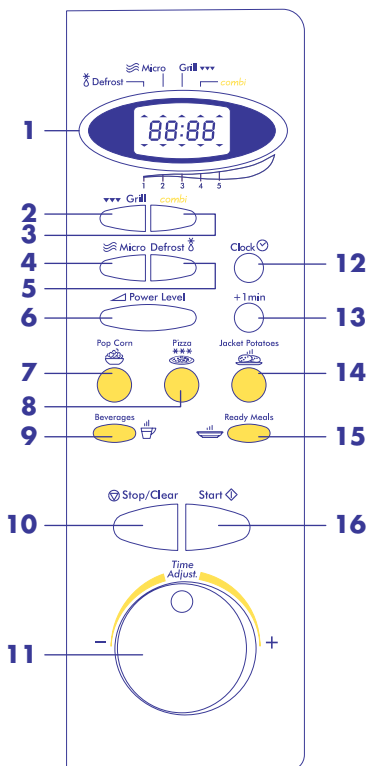
descongelamento automático
Premer esta tecla para descongelar os alimentos.

6. Tecla "Power Level":

nível de potência de microondas
Premer esta tecla para seleccionar a potência de microondas desejada.

Os níveis de potência das microondas disponíveis são os seguintes:

- 1 - 125 W
- 2 - 250 W
- 3 - 425 W
- 4 - 625 W
- 5 - 850 W



7 - 8 - 9 - 14 - 15:

Teclas "Quick menu"

Premir uma destas teclas para preparar Pipoca, Batatas com casca, Bebidas quentes, Pratos Prontos, Pizzas congeladas, pratos pré-cozidos congelados.

10. Tecla "Stop / clear"

anulação
Premir esta tecla para interromper a cozedura ou anular os tempos de cozedura programados.

11. Tecla "Time Adjust" :

tempos de cozedura
Premir estas teclas para programar o tempo de cozedura ou a hora

12. Tecla "Clock"

para acertar o relógio
Premir esta tecla para inserir a hora actual e para visualizar o relógio durante o funcionamento do forno.

13. Tecla "+ 1 min."

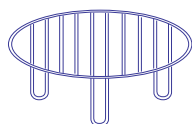
Premir esta tecla para programar automaticamente 1 minuto de microondas com potência máxima. Cada vez que preme-se a tecla, o tempo aumenta 30 segundos até ao máximo de 6 minutos.

16. Tecla "Start":

accionamento
Premir esta tecla para fazer funcionar o forno, depois de ter seleccionado a função e os tempos desejados.

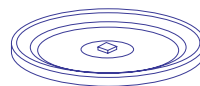
ACCESÓRIOS

SUPORTE METÁLICO



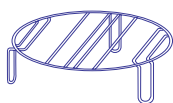
Função só grill:
para todos os tipos de grelhados.

PRATO ROTATIVO



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

GRELHA BAIXA



SOMENTE PARA ALGUNS MODELOS

Função só microondas

Para todos os tipos de cozedura em duas alturas **SIMULTANEAMENTE** (Por exemplo: grandes quantidades de alimento ou alimentos diferentes).
Ver as instruções à pág.38

RECIPIENTES A SEREM USADOS

Podem-se utilizar todos os recipientes de vidro (melhor se pirex), cerâmica, porcelana, terracota, à condição que não tenham decorações ou partes em metal (filetes dourados, asas, pezinhos). 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 ser usados como base guardanapos, bandejas de papelão e pratos de plástico descartáveis.

No que diz respeito à forma e dimensão, é indispensável que estas permitam a correcta

rotação.

Para utilizar recipientes rectangulares de grandes dimensões (que não poderiam girar no interior da cavidade), basta bloquear a rotação do prato rotativo (G) retirando o pino do prato (D) da sua sede. Lembrar-se que nestas condições, para garantir resultados satisfatórios, é necessário misturar o alimento e girar o recipiente várias vezes durante a cozedura.

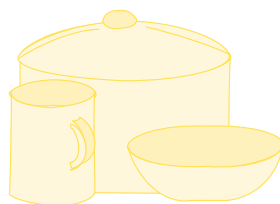
Não são apropriados para a cozedura a microondas os recipientes de metal, madeira, junco e cristal.

É oportuno recordar que, visto que as microondas aquecem o alimento e não o recipiente, é possível cozer o alimento directamente no prato rotativo e evitar, assim, o uso e a limpeza de panelas.

Se o forno trabalha só na função grill, é possível utilizar todos os materiais para forno.

	Vidro	Pyrex	Vidro-cerâmica	Terracota	Folhas de alumínio	Plástico	Papel ou papelão*	Recipientes metálicos
<i>Só microondas</i>	SIM	SIM	SIM	SIM	NÃO	SIM	SIM	NÃO
<i>Combinada microondas + grill</i>	NÃO	SIM	SIM	SIM	NÃO	NÃO	NÃO	NÃO
<i>Só grill</i>	NÃO	SIM	SIM	SIM	SIM	NÃO	NÃO	SIM

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



CONSELHOS PARA UMA UTILIZAÇÃO CORRECTA DO FORNO

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

O calor se produz muito rapidamente somente no alimento, e o recipiente se aquece só indirectamente por transferência do calor do alimento quente. Isto impede que o alimento grude no recipiente; por isso é possível usar (ou, em

alguns casos, mesmo não usar) pouquíssima gordura durante o processo de cozedura.

Sendo pobre em gorduras, a cozedura a microondas é considerada muita saudável e dietética.

E também, em comparação com os sistemas tradicionais, a cozedura acontece a uma temperatura mais baixa e, por isso, os alimentos, desidratando-se menos, não perdem os seus princípios nutritivos e conservam mais sabor.

Regras fundamentais para uma correcta cozedura a microondas

- 1) Para programar correctamente os tempos, lembrar-se que tendo como referência as tabelas das páginas seguintes, aumentando a quantidade de alimento, o tempo de cozedura também aumenta em proporção e vice-versa. É importante respeitar os tempos de "repouso": por tempo de repouso entende-se o tempo durante o qual o alimento deve ser deixado repousar depois da cozedura para permitir uma ulterior difusão da temperatura no interior do mesmo. A temperatura das carnes, por exemplo, aumentará de aproximadamente 5 - 8°C durante o tempo de repouso. Os tempos de repouso podem ser obtidos mesmo fora do forno.
- 2) Uma das principais operações a ser feita é misturar várias vezes durante a cozedura: serve para tornar as temperaturas mais uniformes e, consequentemente, reduzir o tempo de cozedura.
- 3) É aconselhável também **virar** o alimento durante a cozedura.
- 4) **Alimentos com pele ou casca (por exemplo: maçãs, batatas, tomates, salsicha, peixe) devem ser furados em vários pontos com um garfo de modo que o vapor possa sair e a pele ou a casca não rebente (Fig. 4).**
- 5) Se se cozem várias porções do mesmo alimento, por exemplo, batatas cozidas, colocá-las em **forma de anel** em um prato de pirex para ter uma cozedura uniforme (fig. 5).
- 6) Menor é a temperatura na qual o alimento é colocado no forno a microondas e maior é o tempo necessário. O alimento com temperatura ambiente cozerá mais rapidamente que o alimento com temperatura de frigorífico.
- 7) Efectuar as cozeduras colocando sempre o recipiente no centro do prato rotativo.
- 8) A **formação de condensação** no interior do forno e na zona de saída de ar é perfeitamente normal. **Para reduzi-la, cobrir o alimento com película transparente, papel plastificada, tampas de vidro ou simplesmente um prato virado para baixo.** E os alimentos com grande conteúdo de água cozem melhor se estiverem cobertos. Cobrir os alimentos possibilita também manter limpo o interior do forno. Usar película transparente apropriada para fornos a microondas.

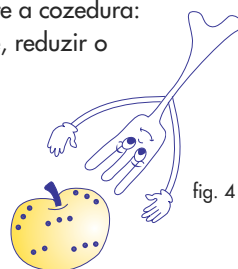


fig. 4

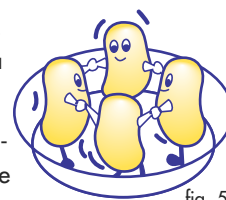


fig. 5

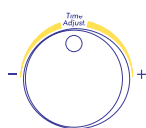
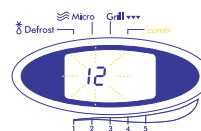
USO DOS COMANDOS E PROGRAMAÇÃO

- Quando liga-se o aparelho pela primeira vez à rede eléctrica doméstica, ou depois que faltou corrente, no visor aparecerão as cifras 12:00 lampejantes.

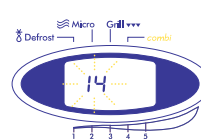
Para programar a hora do dia, seguir as instruções abaixo:



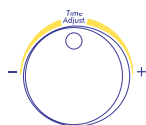
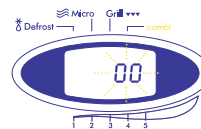
1. Premer a tecla **"Clock"** (12).
(No visor lampejam as horas).



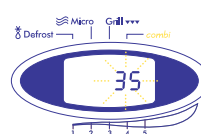
2. Programar a hora desejada girando o botão do timer **"Time Adjust"** (11).
(No visor lampejam as horas).



3. Premer mais uma vez a tecla **"Clock"** (12).
(No visor as horas desaparecem e começam a lampear os minutos)



4. Programar os minutos desejados girando o botão do timer **"Time Adjust"** (11). (No visor lampejam os minutos).



5. Premer mais uma vez a tecla **"Clock"** (12).
(O visor mostra a hora programada).



- Para trocar a hora do mostrador quando já estiver programada, premir a tecla **"Clock"** (12) e depois fazer a nova programação da hora como descrito acima.
- É possível visualizar a hora atual, mesmo depois de ter accionado a função programada, basta premir a tecla **"Clock"** (12) (a hora é visualizada por 3 segundos).



Somente para os modelos com grelha distanciadora baixa incluída
UTILIZAR A FUNÇÃO SÓ MICROONDAS PARA COZER SIMULTANEAMENTE NAS DUAS ALTURAS

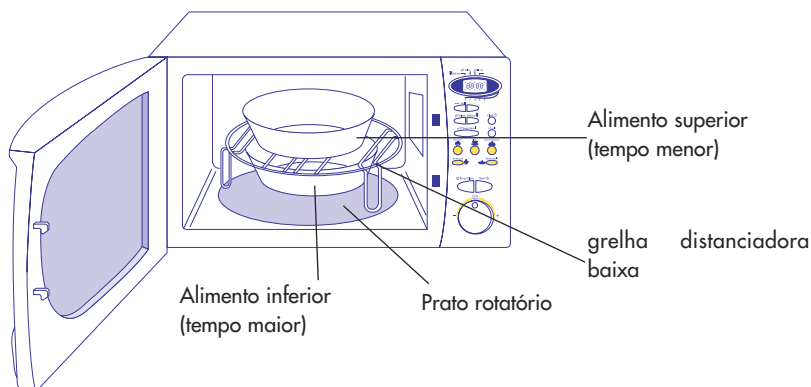
Utilizando a grelha distanciadora baixa com a função só microondas, É possível descongelar, aquecer e cozer simultaneamente alimentos, mesmo se diferentes, colocados nas duas alturas. De facto, o sistema especial de emissão dupla das microondas permite otimizar a distribuição da energia.

Quando se deseja cozer dois pratos simultaneamente, é suficiente lembrar-se destas simples regras gerais:

- 1) Os tempos de cozedura dos pratos cozidos simultaneamente são diferentes dos tempos das cozeduras simples. Controlar sempre a tabela de referência à pág.39.

<i>Tempos de cozedura simultânea</i>	
Batatas (na parte superior)	24 min
Goulash (na parte inferior)	48 min
<i>Tempos de cozedura receitas simples</i>	
Batata	10 - 14 min
Goulash	35 - 40 min

- 2) Ter o cuidado de colocar SEMPRE sobre a GRELHA DISTANCIADORA baixa o alimento que precisa de menor tempo de cozedura: assim, será mais fácil retirar o recipiente superior. Retirar a grelha e terminar a cozedura do alimento que se encontra na parte inferior.



- 3) Seguir as informações e os conselhos das tabelas; verificar especialmente se os alimentos que devem ser aquecidos estão bem quentes antes de retirá-los.



TABELAS DE REFERÊNCIA COZEDURA EM DUAS ALTURAS

Tempo de descongelação

Tipo	Pos. Recipiente	Quantidade g.	Botão Potência	Minutos	Observações
• Carne moída	prato superior	500	*	22	Girar a carne sobre si mesma após 15'. Terminada a descongelação, deixar repousar 15' minutos.
• Carne moída	prato inferior	500	*	22	
• Frango em pedaços	prato superior	500	*	26	Separar os pedaços de carne durante a descongelação. Terminada a descongelação, deixar repousar 15 minutos.
• Carne à jardineira	prato inferior	500	*	26	
• Couve-flor	prato superior	450	*	24	Terminada a descongelação, deixar repousar 5-10 minutos
• Peixe inteiro	prato inferior	500	*	24	

Tempo de aquecimento

Tipo	Pos. Recipiente	Quantidade g.	Botão Potência	Minutos	Observações
• Porção de carne	prato superior	150	5	8	Cobrir o alimento com a película transparente
• Porção de verdura	prato inferior	250	5	8	Cobrir o alimento com a película transparente
• Prato de lasanha	prato superior	500	5	11	Cobrir o alimento com a película transparente
• Prato de lasanha	prato inferior	500	5	11	Cobrir o alimento com a película transparente
• Porção de carne	prato superior	150	5	8	Cobrir o alimento com a película transparente
• Prato de lasanha	prato inferior	500	5	10	Cobrir o alimento com a película transparente

Tempos de cozedura

Tipo	Pos. Recipiente	Quantidade g.	Botão Potência	Minutos	Observações
• Batatas	prato superior	500	5	24	Cortar em pedaços iguais e cobrir com a película
• Batatas	prato inferior	500	5	24	
• Cenoura	prato superior	500	5	20	Cortar em pedaços iguais e cobrir com a película
• Cenoura	prato inferior	500	5	20	
• Peixe em fatias	prato superior	400	5	15	Cobrir com a película. Após 15' retirar a grelha
• Aboborinha	prato inferior	475	5	18	
• Peixe inteiro	prato superior	200	5	13	Cobrir com a película. Após 13' retirar a grelha
• Aboborinha	prato inferior	475	5	17	
• Peixe inteiro	prato superior	200	5	13	Cobrir com a película
• Peixe inteiro	prato inferior	200	5	13	
• Batatas	prato superior	500	5	24	Cortar em pedaços iguais e cobrir com a película
• Goulash	prato inferior	1500	5	48	
• Arroz	prato superior	300	5	24	Cobrir com a película e misturar 2 vezes
• Couve	prato inferior	500	5	24	
• Ervilha	prato superior	500	5	22	Cobrir com a película
• Couve-de-Bruxelas	prato inferior	500	5	22	



FUNÇÃO SÓ MICROONDAS

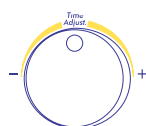
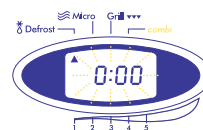
Esta função é apropriada para:

- Descongelarpag. 40
- Aquecerpag. 43
- Manter os alimentos quentespag. 43
- Cozer carne à jardineira, carnes brancas, fruta, verdura, arroz, sopa, peixepag. 45

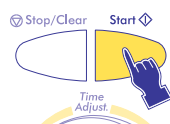
COMO PROGRAMAR A DESCONGELAÇÃO AUTOMÁTICA



1. Premir a tecla **"Defrost"** (5). (O visor lampeja em 0:00) e acende-se o indicador da função de descongelação na parte superior à esquerda.



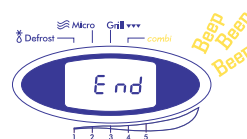
2. Programar o tempo desejado girando o botão do timer **"Time Adjust"** (11). (O visor lampeja).



3. Premir a tecla **"Start"** (16). (O visor indica o tempo programado).



4. Terminado o tempo programado, o controlo emite três beeps longos e no visor aparece a escrita **"End"**.



- Se abrir a porta para controlar o andamento da descongelação, as microondas se interrompem e no visor lampeja o tempo restante. Para continuar a descongelação, fechar a porta e premir a tecla **"Start"**. O forno recomeça a contagem do tempo a partir de onde tinha sido interrompido.
- Para zerar o tempo programado, seguir as instruções abaixo:
 - se a porta do forno estiver aberta, premir 1 vez a tecla **"Stop/Clear"** (10);
 - se o forno estiver a funcionar, premir 2 vezes a tecla **"Stop/Clear"** (10);
 - e o forno estiver desligado e a porta fechada, premir 1 vez a tecla **"Stop/Clear"** (10).

UTILIZAR A FUNÇÃO SÓ MICROONDAS PARA DESCONGELAR

- Alimentos congelados em saquinhos ou películas de plástico, ou mesmo na sua confeção, podem ser colocados directamente no forno, à condição que não existam partes metálicas (por ex.: faixas ou pontos de fecho).
- Certos alimentos, como as verduras e o peixe, não precisam ser descongelados completamente antes de iniciar a cozer.
- Alimentos estufados e ragu descongelam melhor e mais rápido se forem misturados de vez em quando, virados e/ou separados.
- Durante a descongelação, carne e peixe perdem líquidos. Por isso, aconselha-se descongelá-los em um recipiente.
- É aconselhável dividir cada pedaço de carne no seu próprio saquinho antes de colocá-la no congelador. Isto fará com que economizes tempo precioso na preparação.
- Seguir com cautela o tempo citado nas confeções dos congelados porque não sempre são correctos. É aconselhável usar tempos de descongelação levemente abaixo dos tempos aconselhados. A duração de descongelação variará em função do grau de congelação.



Tempo de descongelação

Tipo	Quantidade	Timer (minutos)	Observações	Tempo de repouso (min.)
CARNE				
• Assados (porco, boi, novilho, etc)	1 kg	21 - 23	(*)	20
• Bifes, costeletas, fatias	200 gr	5 - 7		5
• Carne à jardineira, goulasch	500 gr	12 - 14		10
• Carne picada	500 gr	10 - 12		15
• " "	250 gr	6 - 8		10
• Hamburger	200 gr	6 - 8		10
• Chouriço	300 gr	8 - 10		10
AVES DE CAPOEIRA				
• Pato, peru	1,5 kg	27 - 29	Ao terminar o tempo de repouso, lavar sob a água quente para retirar, se presente, o gelo.	20
• Frango inteiro	1,5 kg	27 - 29		20
• Frango em pedaços	500 gr	12 - 14		10
• Peito de frango	300 gr	10 - 12		10
VERDURA				
• Beringela em cubos	500 gr	15 - 17	Para facilitar a descongelação, misturar de vez em quando as verduras.	5
• Pimentão em pedaços	500 gr	14 - 16		5
• Ervilhas em grãos	500 gr	11 - 13		5
• Coração de alcachofra	300 gr	8 - 10		5
• Espargo em pedaços	500 gr	12 - 14		5
• Vagens cortadas	500 gr	14 - 16		5
• Brócolos inteiros	500 gr	13 - 15		5
• Couve de Bruxelas	500 gr	13 - 15		5
• Cenouras fatiadas	500 gr	12 - 14		5
• Couve-flor em pedaços	450 gr	11 - 13		5
• Verdura mista	300 gr	7 - 9		5
• Espinafre cortado	300 gr	8 - 10		5
PEIXE				
• Filetes	300 gr	8 - 10		7
• Fatias	400 gr	9 - 11		7
• Inteiro	500 gr	11 - 13		7
• Camarões	400 gr	9 - 11		7
PRODUTOS DE LEITE/DE QUEIJO				
• Manteiga	250 gr	5 - 7	Retirar o papel alumínio ou as partes metálicas.	10
• Queijo	250 gr	6 - 8	Descongelou-se parcialmente. É preciso o tempo de repouso.	15
• Nata	200 ml	8 - 10	A nata deve ser retirada do seu recipiente e colocada em um prato.	5
PÃO				
• 2 pãezinhos médios	150 gr	1 - 3	Colocar o pão directamente no prato rotativo	3
• 4 pãezinhos médios	300 gr	3 - 5		3
• Pão em fatia	250 gr	3 - 5		3
• Pão integral em fatia	250 gr	3 - 5		3
FRUTA				
• Morangos, ameixas, cerejas, groselhas, damascos	500 gr	9 - 11	Misturar 2 - 3 vezes.	10
• Framboesas	300 gr	6 - 8	Misturar 2 - 3 vezes.	10
• Amoras	250 gr	4 - 6	Misturar 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.

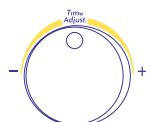
Girar ao contrário o alimento na metade do tempo programado. O alimento deve ficar apoiado directamente sobre o prato giratório. Outras informações, também sobre outros testes de rendimento segundo a norma IEC 705 encontram-se na tabelinha da pág. 2



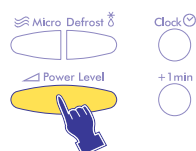
COMO PROGRAMAR O FORNO PARA MANTER OS ALIMENTOS QUENTES, AQUECER, COZER



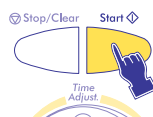
1. Premer a tecla **"Micro"** (4). (O visor lampeja em 0:00 e se acendem o segundo indicador da função microondas no alto à esquerda e o primeiro indicador de nível de microondas na parte inferior à direita).



2. Programar o tempo desejado girando o botão do timer **"Time Adjust"** (11). (O visor lampeja).



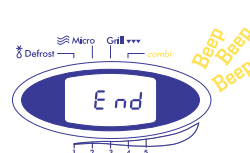
3. Premer a tecla **"Power Level"** (6) até seleccionar a potência desejada (5 = máximo; 1 = mínimo). Se não se preme a tecla, o forno funcionará com a potência máxima (potência 5). (No visor o indicador inferior indicará o nível de potência seleccionado).



4. Premer a tecla **"Start"** (16). (O visor indicará o tempo e a potência programados).



5. Terminado o tempo programado, o controlo emite três beeps longos e no visor aparece a escrita **"End"**.



- É possível visualizar a hora do dia mesmo durante o funcionamento do forno, simplesmente premendo a tecla **"Clock"** (12). O visor mostrará a hora e a manterá por aproximadamente 3 segundos.
- É possível controlar o andamento da função programada a qualquer momento; abrir a porta e controlar o alimento. Interrompe-se, assim, a emissão das microondas que recomeçará ao fechar a porta e premer a tecla **"Start"** (16).
- Se, por qualquer motivo, fosse necessário interromper a cozedura sem abrir a porta, basta premer a tecla **"Stop/Clear"** (10).
- Para terminar a cozedura, proceder da seguinte maneira:
 - se a porta do forno estiver aberta, premer 1 vez a tecla **"Stop/Clear"** (10);
 - se o forno estiver a funcionar, premer 2 vezes a tecla **"Stop/Clear"** (10);
 - se o forno estiver desligado e a porta fechada, premer 1 vez a tecla **"Stop/Clear"** (10).
- O tempo de cozedura e a potência de microondas podem ser modificados mesmo depois de ter premido a tecla **"Start"** (16) para ligar a função desejada.



UTILIZAR A FUNÇÃO SÓ MICROONDAS PARA MANTER OS ALIMENTOS QUENTES

Esta função é aconselhada para todos os pratos em geral.

Permite manter os alimentos quentes, terminados de cozer ou aquecer, sem que estes se sequem ou se grudem no recipiente de cozedura.

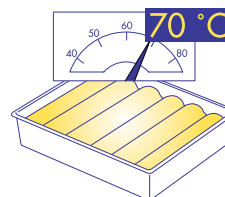
Colocar o botão de selecção da potência na posição **1** e, cobrindo o alimento com um prato ou com a película transparente, este ficará quente até o momento necessário.

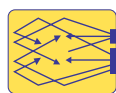
Se preferires, podes deixar os alimentos quentes directamente no prato em que será servido (sempre coberto).

UTILIZAR A FUNÇÃO SÓ MICROONDAS PARA AQUECER

O aquecimento dos alimentos é uma função na qual o seu forno a microondas demonstra toda a sua utilidade e eficácia. Em relação aos métodos tradicionais, de facto, utilizando as microondas tem-se uma evidente poupança de tempo e, consequentemente, de energia eléctrica.

- Aconselha-se aquecer os alimentos (especialmente se congelados) a uma temperatura de pelo menos 70°C (deve queimar!). Não será possível comer logo o alimento porque estará muito quente, mas será garantida a sua completa esterilização.
- Para aquecer os alimentos pré-cozidos ou congelados, observar sempre as seguintes condições:
 - retirar o alimento dos recipientes metálicos;
 - cobrir com película transparente (apropriada para fornos a microondas) ou papel oleado; desta maneira todo o sabor natural será conservado e o forno ficará mais limpo; é possível utilizar também um prato virado para baixo;
 - se possível, misturar ou girar frequentemente para acelerar o processo de aquecimento;
 - seguir com muita cautela o tempo indicado na embalagem; lembrar-se que, em certas condições, o tempo indicado deverá ser aumentado;
- Os alimentos congelados devem ser descongelados antes de começar o aquecimento. Menor é a temperatura inicial do alimento e maior será o tempo necessário para o aquecimento.
- Alimentos e bebidas podem ser aquecidos por breve tempo em recipientes de papel ou de plástico. Mas estes recipientes podem deformar-se se o tempo de cozedura for longo.





MICROONDAS

Tempos de aquecimento

N.B: Alguns aquecimentos podem ser facilmente efectuados utilizando as funções pré-memorizadas "Quick menu" (ver pág. 30 ou pág. 53).

Type	Quantidade	Função	potência	tempo (minutos)	Observações
AMACIAR OS ALIMENTOS					
• Chocolate/glacê	100 gr	MW	3	4 - 5	Colocar num prato. Misturar o glacê 1 vez.
• Manteiga	50 -70 gr	"	5	0'.5"-0'.10"	
ALIMENTOS COM A TEMP. DO FRIGORÍFERO (5/8 °C) até 20/30 °C					
• Yogurt	125 gr	"	5	0'.15"-0'.20"	Retirar o papel metálico. Aquecer o biberão sem o bico e misturar logo após ter aquecido para homogeneizar a temperatura. Verificar a temperatura do conteúdo antes do consumo. 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	"	5	0'.30"-0'.35"	
ALIMENTOS PRÉ-COZIDOS COM A TEMP. DO FRIGORÍFERO (TEMP. INICIAL 5/8 °C) ATÉ 70 °C APROXIMADAMENTE					
• Embalagem de lasanha ou de massa recheada	400 gr	"	5	4 - 6	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 ótimo resultado, o alimento deve ser sempre coberto.
• Embalagem de carne com arroz e/ou verduras	400 gr	"	5	4 - 6	
• Embalagem de peixe e/ou verduras	300 gr	"	5	3 - 5	
• Pratos de carne e/ou verdura	400 gr	"	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.
• Prato de massas, cannelloni ou lasanhas	400 gr	"	5	5 - 7	
• Prato de peixe e/ou arroz	300 gr	"	5	4 - 6	
ALIMENTOS CONGELADOS A SEREM AQUECIDOS / COZIDOS (TEMP. INICIAL -18º / - 20 °C) ATÉ 70 °C APROXIMADAMENTE					
• Embalagem de lasanhas ou de massa com recheio	400 gr	"	5	6 - 8	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	5 - 7	
• Embalagem de peixe e/ou verduras pré-cozidas	300 gr	"	5	3 - 5	
• Embalagem de peixe e/ou verduras cruas	300 gr	"	5	8 - 10	Retirar o alimento cru da embalagem e colocar num recipiente apropriado para microondas e cobrir
• Porções de carne e/ou verduras	400 gr	"	5	6 - 8	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	"	5	7 - 9	
• Porções de peixe e/ou arroz	300 gr	"	5	4 - 6	
BEBIDAS DE FRIGORÍFERO (5 / 8 °C) ATÉ 70 °C APROXIMADAMENTE					
• 1 chávena de água	180 cc	"	5	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	"	5	1'.30" - 2	
• 1 chávena de café	100 cc	"	5	1'.30" - 2	
• 1 prato de caldo de carne	300 cc	"	5	4 - 5	
BEBIDAS A TEMPERATURA AMBIENTE (20 / 30 °C) ATÉ 70 °C APROXIMADAMENTE					
• 1 chávena de água	180 cc	"	5	1'.30" - 2	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	"	5	1 - 1'.30"	
• 1 chávena de café	100 cc	"	5	1 - 1'.30"	
• 1 prato de caldo de carne	300 cc	"	5	3 - 4	



UTILIZAR A FUNÇÃO SÓ MICROONDAS PARA COZINHAR

SOPAS E ARROZ

- As sopas em geral necessitam de uma quantidade menor de líquidos porque no forno a microondas não ocorre muita evaporação. O sal deve ser colocado no fim da cozedura ou durante o tempo de repouso, porque é desidratante.
- É correcto dizer que o tempo necessário para cozer o arroz no forno a microondas (como para todas as massas) é quase igual ao que é necessário para cozê-lo na maneira tradicional. A vantagem de preparar um "risotto" no forno a microondas é pelo facto que não é necessário misturar continuamente (é suficiente 2 - 3 vezes).
Os ingredientes devem ser colocados todos juntos em um recipiente apropriado para as microondas e cobertos com uma película transparente (para 300 g de arroz são necessários 750 g de caldo com o forno programado com a máxima potência por 12 - 15 minutos aproximadamente).
O arroz também não gruda no fundo do recipiente e, visto que para cozê-lo é possível usar uma sopeira ou um outro recipiente que possa ser levado à mesa, não será necessário passá-lo para um outro prato de servir.

CARNES

Quando cozinhar carnes com a função só microondas, é aconselhável cobri-las com uma película transparente apropriada para fornos a microondas; desta forma é favorecida uma melhor distribuição do calor e evita-se que a carne se desidrate e fique seca e dura. Esta função é apropriada para carne à jardineira, goulasch, peito de frango, etc.. Para cozer assados, carne no espeto, etc., se deve usar a função "cozedura em sequência microondas e grill".

PEIXE

O peixe coze muito rapidamente e com ótimos resultados. Pode-se temperar com pouca manteiga ou óleo (ou mesmo não temperá-lo). Cobrir com uma película transparente. Naturalmente se estiver com a pele, esta deve ser furada; os filetes devem ser colocados uniformemente. Aconselha-se cozer peixe panado com ovo.

VERDURAS

As verduras, cozidas no forno a microondas, conservam cor e valor nutritivo mais que aquelas cozidas de maneira tradicional. Antes de começar a cozedura, lavá-las e limpá-las.

Aquelas que tiverem dimensões maiores devem ser cortadas em pedaços uniformes.

Para cada 500 g de verdura, acrescentar aproximadamente 5 colheres de água.

Devem ser sempre cobertas com película transparente.

Misturar pelo menos uma vez na metade da cozedura e colocar pouco sal somente no final da cozedura.



Tempos de cozedura

Tipo	Quantidade	Selector de potência	Timer (minutos)	Observações	Tempo de repouso (minuti)
PEIXE					
• Filetes	300 gr	5	5 - 7	Cobrir com a película	2
• Fatias	300 gr	"	7 - 9	Cobrir com a película	2
• Inteiro	500 gr	"	8 - 10	Cobrir com a película	2
• Inteiro	250 gr	"	5 - 7	Cobrir com a película	2
• Pedacos	400 gr	"	7 - 9	Cobrir com a película	2
• Camarões	500 gr	"	7 - 9	Cobrir com a película	2
VERDURAS					
• Espargos	500 gr	5	9 - 10	Cortar em pedacos de 2 cm	4
• Alcachofras	300 gr	"	11 - 12	É preferível usar fundos de alcachofra.	4
• Vagens	500 gr	"	11 - 12	Cortar em pedacos	4
• Brócolos	500 gr	"	7 - 8	Dividir em "flores"	4
• Couve de Bruxelas	500 gr	"	7 - 8	Deixá-los inteiros	4
• Repolho branco	500 gr	"	7 - 8	Cortá-lo em tiras	4
• Repolho roxo	500 gr	"	7 - 8	Cortá-lo em tiras	4
• Cenoura	500 gr	"	9 - 10	Cortar em pedacos iguais	4
• Couve-flor	500 gr	"	11 - 12	Dividi-la em pedacos	4
• Aipo	500 gr	"	7 - 8	Dividi-la em pedacos	4
• Beringela	500 gr	"	6 - 7	Cortá-la em cubos	4
• Alho-porro	500 gr	"	6 - 7	Cortá-lo em tiras .	4
• Cogumelos champignons	500 gr	"	6 - 7	Deixá-los inteiros. Não é necessário colocar água.	4
• Cebolas	250 gr	"	5 - 6	Inteiras de dimensões iguais. Não é necessário colocar água.	4
• Espinafre	300 gr	"	6 - 7	Cobrir, depois de tê-los lavado e feito escorrer a água.	4
• Ervilhas	500 gr	"	10 - 11		4
• Funcho	500 gr	"	12 - 13	Cortá-lo em 4 partes .	4
• Pimentão	500 gr	"	9 - 10	Cortá-los em pedacos	4
• Batatas	500 gr	"	8 - 9	Cortá-las em pedacos iguais	4
• Aboborinhas	500 gr	"	7 - 8	Cortá-las em fatias.	4
CARNE					
• Goulash	1,5 kg	"	35 - 40	Cozinhar sen cobrir, misturar 2 - 3 vezes.	10
• Peito de frango	500 gr	4	13 - 15	Girar na metade da cozedura	3
• Rolo de carne	900 gr	"	19 - 21	(*)	5

N.B: Os tempos de cozedura na tabela têm valor puramente indicativo e são em função do peso, da temperatura inicial do alimento e, para as verduras, também da sua consistência e estrutura.

(*) 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



DOCES E FRUTAS

Os doces levedam (com potência reduzida) muito mais que na cozedura tradicional. Visto que não formam a casca, é preferível ornar a superfície com creme ou glace (ex.: com chocolate); devem ser mantidos cobertos após a cozedura porque se secam mais rapidamente do que os cozidos no forno tradicional. A fruta deve ser furada se cozida com a casca e deve ser mantida coberta: é importante observar o tempo de repouso (3 - 5 minutos).

Tempos de cozedura para doces e frutas

Tipo/Quantidade	Selector de potência	Timer (minutos)	Tempo de repouso (minutos)	Observações
Torta de nozes (700 g)	3	15 - 17	5	Pode ser acompanhada com qualquer tipo de creme.
Torta vienense (850 g)	"	19 - 21	5	Para rechear com compota.
Torta de abacaxi (800 g)	"	17 - 19	5	As fatias de abacaxi podem ser colocadas no fundo da torteira, ou cortadas em pedaços e colocadas na massa.
Torta de maçã (1000 g)	"	19 - 21	5	As maçãs devem ser colocadas como decoração na superfície.
Torta ao café (750 g)	"	15 - 17	5	Ótima recheada com um creme.
Gemada	4	2 - 4	3	Misturar com um batedor a cada 30".
Pêras cozidas (300 g)	5	4 - 6	3	As pêras devem ser cortadas em quatro pedaços.
Maças cozidas (300 g)	"	5 - 7	3	As maçãs deve ser cortadas em fatias.
Egg custard (750 gr)	"	15 - 17	5	Estas informações são apropriadas para fazer o teste de cozedura segundo IEC 705, par. 17.3, respectivamente teste A e teste B. Outras informações, também sobre outros testes de rendimento segundo a norma IEC 705, encontram-se na tabelinha à pág. 2
Sponge cake (475 gr)	"	5 - 7	5	



FUNÇÃO COMBINADA MICROONDAS + GRILL

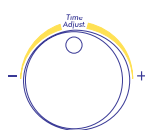
Esta função é apropriada para:

- Cozinhar rapidamente todos os tipos de assados, aves, carne no espeto, batatas .pag. 49
- Gratinar alimentos (ex.: lasanha, verduras, macarrão) pag. 49

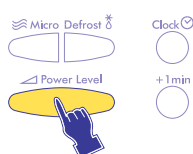
COMO PROGRAMAR A FUNÇÃO COMBINADA MICROONDAS + GRILL



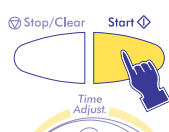
1. Premir a tecla **"Combi"** (3). (O visor lampeja em 0:00 e acendem-se o indicador na parte superior, relativo à função combinada microondas + grill, e o indicador na parte inferior à esquerda, relativo à potência de microondas).



2. Programar o tempo desejado girando o botão do timer **"Time Adjust"** (11). (O visor lampeja).



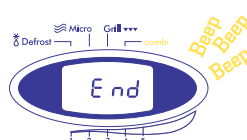
3. Premir a tecla **"Power Level"** (6) até seleccionar a potência desejada (5 = máximo; 1 = mínimo). Se não se preme a tecla, o forno funcionará com a potência 3. (No visor o indicador inferior indicará o nível de potência seleccionado)



4. Premir a tecla **"Start"** (16). (O visor indicará o tempo e a potência programados).



5. Terminado o tempo programado, o controlo emite três beeps longos e no visor aparece a escrita **"End"**.



- É possível visualizar a hora do dia mesmo durante o funcionamento do forno, simplesmente premendo a tecla **"Clock"** (12). O visor mostrará a hora e a manterá por aproximadamente 3 segundos.
- É possível controlar o andamento da função programada a qualquer momento; abrir a porta e controlar o alimento. Interrompe-se, assim, a emissão das microondas que recomeçará ao fechar a porta e premir a tecla **"Start"** (16).
- Se, por qualquer motivo, fosse necessário interromper a cozedura sem abrir a porta, basta premir a tecla **"Stop/Clear"** (10).
- Para terminar a cozedura, proceder da seguinte maneira:
 - se a porta do forno estiver aberta, premir 1 vez a tecla **"Stop/Clear"** (10);
 - se o forno estiver a funcionar, premir 2 vezes a tecla **"Stop/Clear"** (10);
 - se o forno estiver desligado e a porta fechada, premir 1 vez a tecla **"Stop/Clear"** (10).
- O tempo de cozedura e a potência de microondas podem ser modificados mesmo depois de ter premido a tecla **"Start"** (16) para ligar a função desejada.

NOTA: este modelo possui um ciclo de arrefecimento automático que entra em função caso o forno alcance uma temperatura demasiado alta no final de uma cozedura nas funções "combinada microondas + grelhador" ou "somente grelhador": o ventilador, a base giratória e a lâmpada do forno continuam ligados (por mais 5 minutos, aproximadamente), enquanto que a resistência do grelhador e a parte relativa ao microondas são desligadas. Para além disso, abrindo e fechando a porta para retirar o alimento, no visor aparecerá a escrita **"Cool"** (arrefecimento) até à conclusão do ciclo.



UTILIZAR A FUNÇÃO COMBINADA MICROONDAS + GRILL PARA COZINHAR

Esta função é ideal para todos os pratos que precisam ser "gratinados" ou que devem obter uma certa cor. Mas é necessário lembrar o quanto segue:

- Não acrescentar condimentos em geral (**colocar somente 1/2 copo de água para manter macia a carne**)
- Inverter os assados e os pedaços grandes de carne à metade cozedura.
- Se, durante a cozedura, a superfície superior resultar suficientemente gratinada antes que tenha terminado o tempo programado, premir a tecla **"Stop/Clear"** (10) e programar o tempo restante somente com microondas. Para verificar a cozedura dos alimentos, abrir a porta do forno. A abertura da porta interrompe tanto o funcionamento a microondas como o grill. Para recomençar a cozedura, basta fechar a porta e premir a tecla **"Start"** (16).
- Nas cozeduras combinadas com grill, nunca se deve pré-aquecer o forno e não se deve fazer com que funcione sem alimentos.

Tempos de cozedura

Tipo	Quantidade	Selector de potência	Selector Timer (minutos)	Observações	Tempo de repouso (minutos)
• Lasanha	1100 gr	5	11+ 9 microwave only	Tempos obtidos com a massa crua. Se a massa for pré-cozida, cozer na "função combinada" até alcançar o gratinado (cor) desejada.	5
• Nhoque à romana	600 gr	"	14	evite sobreposição demasiada	5
• Macarrão gratinado	1500 gr	"	11	a massa deve ser cozida antes separadamente	5
• Couve-flor com bechamel	1000 gr	"	18	Tempos obtidos com 500 g de couve-flor. Se a couve-flor já estiver cozida, cozer na "função combinada" até alcançar o gratinado (cor) desejada.	5
• Tomates gratinados	800 gr	3	20	é aconselhável que sejam de dimensões iguais	5
• Pimentões recheados	1400 gr	5	20	são preferíveis aqueles baixos e largos	5
• Beringela à parmigiana	1300 gr	"	14	as beringelas podem ser fritas ou grelhadas anteriormente	5
• Batatas assadas	750 gr	4	30	Misturar 2 - 3 vezes.	5
• Batatas gratinadas	1100 gr	5	23	(*)	5
• Assados (porco, boi)	1000 gr	2	55	Deixar um pouco de gordura ao redor para que não se seque. Girar depois de 35'-40'.	10
• Rolo de carne Estas instruções não se referem ao teste C da norma IEC 705 para o qual deve-se consultar a tabela à pág. 2	800 gr	3	20	Misturar 500 g de carne de boi moída com ovo, fiambre, pão ralado, etc.	10
• Frango inteiro	1200 gr	4	40	(**)	10
• Carne no espeto	600 gr	3	20	Girar à metade cozedura	10
• Anho	1000 gr	"	40	Girar à metade cozedura	"
• Peru (em pedaços)	1000 gr	"	45	Girar à metade cozedura	"
• Pato	1500 gr	"	50	Girar à metade cozedura	"

(*) Estas informações são apropriadas para fazer o teste de cozedura segundo a norma IEC 705, par. 17.3, teste D. Outras informações, também sobre outros testes de rendimento segundo a norma IEC 705, encontram-se na tabelinha à pág. 2

(**) Furar com um garfo. Girar em ambas as fases à metade cozedura. Estas informações são apropriadas para fazer o teste de cozedura segundo a norma IEC 705, par. 17.3, teste F. Outras informações, também sobre outros testes de rendimento segundo a norma IEC 705, encontram-se na tabelinha à pág. 2



F U N Ç Ã O S Ó G R I L L

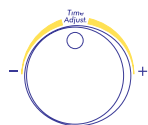
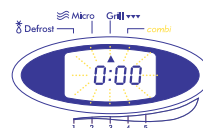
Esta função é apropriada para:

- Todo tipo de grelhado tradicional, por exemplo: hambúrguer, costeletas, salsicha, pão torrado, etc. pag. 51

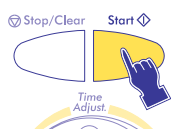
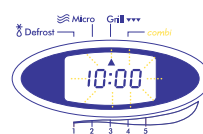
CLIGAR O FORNO COM A FUNÇÃO SÓ GRILL



1. Premer a tecla **"Grill"** (2). (O visor lampeja em 0:00 e acende-se o indicador na parte superior, relativo à função cozedura grill).



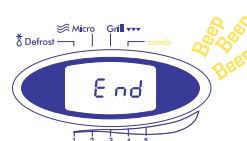
2. Programar o tempo desejado girando o botão do timer **"Time Adjust"** (11). (O visor lampeja).



3. Premer a tecla **"Start"** (16). (O visor indicará o tempo programado).



4. Terminado o tempo programado, o controlo emite três beeps longos e no visor aparece a escrita **"End"**.



- É possível visualizar a hora do dia mesmo durante o funcionamento do forno, simplesmente premendo a tecla **"Clock"** (12). O visor mostrará a hora e a manterá por aproximadamente 3 segundos.
- É possível controlar o andamento da função programada a qualquer momento; abrir a porta e controlar o alimento. Interrompe-se, assim, o funcionamento do grill que recomeçará ao fechar a porta e premer a tecla **"Start"** (16).
- Se, por qualquer motivo, fosse necessário interromper a cozedura sem abrir a porta, basta premer a tecla **"Stop/Clear"** (10).
- Para terminar a cozedura, proceder da seguinte maneira:
 - se a porta do forno estiver aberta, premer 1 vez a tecla **"Stop/Clear"** (10);
 - e o forno estiver a funcionar, premer 2 vezes a tecla **"Stop/Clear"** (10);
 - e o forno estiver desligado e a porta fechada, premer 1 vez a tecla **"Stop/Clear"** (10).
- O tempo de cozedura pode ser modificado mesmo depois de ter premido a tecla **"Start"** (16) para ligar a função desejada.

NOTA: se o forno estiver muito quente no final de uma cozedura feita na função "somente grelhador", o ciclo de arrefecimento entrará em função automaticamente. Ver a nota na pág 48.



UTILIZAR A FUNÇÃO SÓ GRILL PARA GRELHAR

Com esta função podem-se fazer grelhadas deliciosas de todos os tipos.

Lembrar de pré-aquecer **sempre** o grill por 5 - 8 minutos antes de começar a cozinhar.

Todos os pratos devem ser girados à metade cozedura dado que a resistência grill irradia somente da parte alta do forno.

Tempos de cozedura

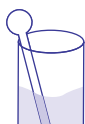
Tipo	Quantidade	Timer (minutos)	Observações
• Costeleta de vitela ou porco	3	22 - 25	Girar após 15 min.
• Linguças	3	15 - 18	Devem ser furadas. Se forem gordurosas, é preferível cortá-las à metade. Girar após 8 min.
• Hambúrguer	3	14 - 17	Girar após 8 min.
• Pimentão	1	13 - 16	Cortá-lo em quatro. Girar após 8 min.
• Beringela	fatias	13 - 16	Fatias de 1 cm de espessura. Girar após 8 min.
• Aboborinhas	6 tiras	12 - 15	Tiras de 1 cm de espessura. Girar após 7 min.
• Pão torrado	4 fatias	4	Cortar bem os bordos. Girar após 2 min.

PROGRAMAR VÁRIAS OPERAÇÕES EM SEQUÊNCIA

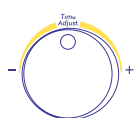
- É possível programar as seguintes sequências:

- descongelação + cozedura
- cozedura 1 + cozedura 2
- descongelação + cozedura 1 + cozedura 2

Exemplo: programar uma sequência descongelação + cozedura.



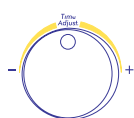
- 1 - Premer a tecla **"Defrost"** (5). (O visor lampeja em 0:00 e acende-se o indicador da função de descongelação na parte superior à esquerda).



- 2 - Programar o tempo desejado girando o botão do timer **"Time Adjust"** (11). (O visor lampeja).



- 3 - Premer a tecla **"Micro"** (4). (O visor lampeja em 0:00 e acendem-se o segundo indicador da função de microondas na parte superior à esquerda e o primeiro indicador de nível de microondas na parte inferior à direita).



- 4 - Programar o tempo desejado girando o botão do timer **"Time Adjust"** (11). (O visor lampeja).



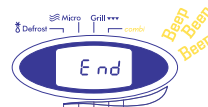
- 5 - Premer a tecla **"Power Level"** (6) até seleccionar a potência desejada (5 = máximo; 1 = mínimo). Se não se preme a tecla, o forno funcionará com a potência máxima (potência 5). (No visor o indicador inferior indicará o nível de potência seleccionado).



- 6 - Premer a tecla **"Start"** (16) para ligar a sequência. (O visor indicará em sequência o tempo relativo à função seleccionada).



- 7 - Terminada a sequência programada, são emitidos três beeps longos e no visor aparece a escrita **"End"**.





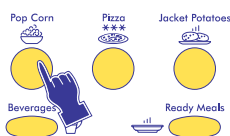
UTILIZAR AS TECLAS "QUICK MENU"

As teclas "Quick Menu" são 5 programas diferentes com duração de cozedura e nível de potência "pré-memorizados"; estes programas permitem obter **óptimos resultados** para os pratos descritos na tabela abaixo.

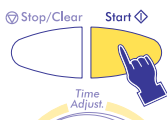
Tecla	O que se pode fazer	Conselhos
(9) Beverages • Premir 1 vez • Premir 2 vezes • Premir 3 vezes • Premir 4 vezes	• Aquecer 1 chávena de café (60 cc) que tenha a temperatura ambiente. • Aquecer 2 chávenas de café ou uma chávena (120 cc) que tenha a temperatura ambiente. • Aquecer 1 chávena grande (200 cc) que tenha a temperatura do frigorífico. • Aquecer 1 prato de sopa (300 cc) que tenha a temperatura do frigorífico.	Depois de ter aquecido o líquido, misturar bem para uniformizar a temperatura.
(14) Jacket potatoes • Premir 1 vez • Premir 2 vezes • Premir 3 vezes	• Cozer 200 g de batatas • Cozer 400 g de batatas • Cozer 600 g de batatas	Lavar bem as batatas com a casca, furá-las com um garfo e colocá-las no prato rotativo. Devem ser servidas ainda quentes com manteiga ou queijo.
(15) Ready Meals alimentos pré-cozinhados • Premir 1 vez • Premir 2 vezes	• Aquecer 100 g de alimento (carne ou acompanhamentos) que tenha a temperatura do frigorífico. • Aquecer 250 g de carne ou carne + verdura que tenha a temperatura do frigorífico.	Indicado para aquecer porções já cozidas conservadas no frigorífico desde o dia anterior. Cubra a travessa com uma película transparente ou com um prato invertido colocado por cima da primeira.
(8) Pizza alimentos pré-cozidos congelados. • Premir 1 vez • Premir 2 vezes • Premir 3 vezes	• Aquecer 1 pizza congelada de 300 g. • 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). • 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).	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
(7) Pop Corn • Premir 1 vez	• Cozer 1 confeção de pipoca para microondas de 100 g.	Ler atentamente as instruções escritas na confeção e colocá-la no prato rotativo.



PARA PROGRAMAR AS COZEDURAS PRÉ-MEMORIZADAS, SEGUIR AS INSTRUÇÕES ABAIXO:



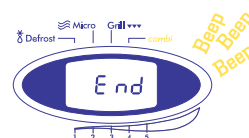
1. Premer a tecla "**Quick Menu**" desejada (ver acima). O visor lampeja no tempo pré-programado enquanto que se acendem o segundo indicador no alto à esquerda e o de baixo relativo à potência das microondas programadas).



2. Premer a tecla "**Start**" (16) para ligar as microondas.

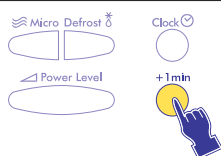


3. Terminado o tempo programado, ouve-se 3 beeps longos e no visor aparece a escrita "**End**".



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

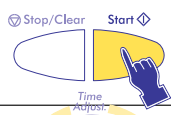
Esta função é muito útil no caso em que se deseje aquecer pequenas quantidades de comidas ou bebidas, ou ajuntar no último momento mais um minuto a uma cozedura já concluída.



- 1 - Premer a tecla "**+1min**" (13). (O visor lampeja em 1:00 e acendem-se o segundo indicador na parte superior à esquerda relativo à função microondas e o primeiro na parte inferior à direita relativo à potência de microondas).



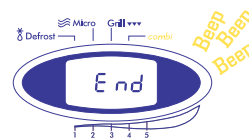
Premindo a tecla várias vezes, o tempo aumenta em intervalos de 30 segundos até a um máximo de 6 minutos.



- 2 - Premer a tecla "**Start**" (16) para ligar as microondas.



- 3 - Terminado o tempo programado, o controlo emite três beeps longos e no visor aparece a escrita "**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!).

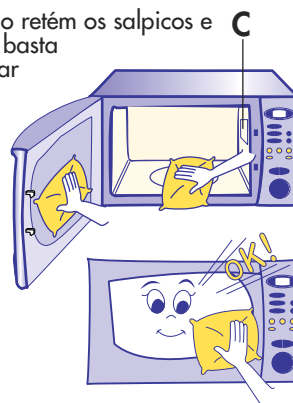
 - Quando o forno não estiver em funcionamento e não foi iniciada nenhuma programação (o visor mostra o relógio) prima a tecla **Stop/Clear** (10) durante 5 segundos.
 - O aparelho emite um beep breve: não será mais possível modificar o tempo do ciclo durante toda a cozedura.
 - Para desactivar o travamento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

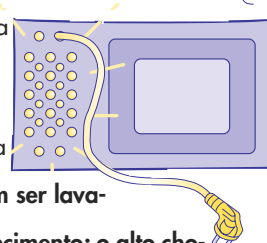
Antes de limpar ou fazer a manutenção do aparelho, retirar sempre a ficha da tomada de corrente.

Limpeza

Graças ao esmalte especial que reveste o interior do seu forno, que não retém os salpicos e as partículas de alimento que se depositam, a limpeza é muito simples: basta uma esponja embebida com água e um pouco de detergente. Limpar sempre também a tampa de saída das microondas (C) da gordura e respingos. **Não usar detergentes abrasivos, palhas ou utensílios de metal pontiagudos** quando limpar a superfície externa do forno. Prestar atenção para que não penetre água ou detergente líquido na **parte interna das grelhas de saída de ar e vapor que se encontram na parte superior do aparelho**. Recomendamos também nunca usar álcool, palha de aço ou detergentes abrasivos para limpar as superfícies internas e principalmente externas da porta. Evita-se, assim, de riscar a porta. Não usar detergentes à base de amoníaco. Para garantir um fecho perfeito, manter sempre limpo o lado interno da porta, evitando que sujidades e resíduos de alimento permaneçam fechados entre a porta e o batente da porta.



Limpar regularmente as grelhas de entrada de ar que se encontram na parte posterior do forno de modo que com o tempo não fiquem obstruídas pelo pó e por depósitos de sujidades.



De vez em quando será necessário retirar o prato rotativo (G) e a sua base para limpá-los (H), e também limpar o fundo do forno. Lavar o prato rotativo e a sua base com água com sabão neutro **(podem ser lavados na máquina de lavar loiça)**.

Não mergulhar o prato rotativo em água fria depois de um longo aquecimento; o alto choque térmico provocaria a sua quebra.

O motor do prato rotativo é fechado, mas prestar atenção ao limpar o fundo do forno para que a água não penetre sob o pino central do prato(D).

Se algo parece não funcionar...

Caso ocorra um defeito, contactar o Serviço de Assistência; antes de consultar os nossos técnicos, convém efectuar os seguintes controlos 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 fechada correctamente. - A ficha não está bem colocada na tomada. - A tomada não fornece corrente (controlar o fusível da habitação).
Condensação no plano de cozedura e no interior do forno.	Quando se cozem alimentos que contêm água, é normal que o vapor gerado no interior do forno saia e se condense no interior do forno ou no plano de cozedura.
Faíscas no interior do forno.	- Não ligue o forno sem alimentos no função só microondas e combinada. - Não usar recipientes metálicos nas cozeduras a microondas nem saquinhos ou confecções com pontos metálicos.
O alimento não se aquece suficientemente.	- Seleccionar o modo correcto de cozedura ou aumentar o tempo de cozedura. - O alimento não foi descongelado completamente antes da cozedura.
O alimento se queima.	Seleccionar um nível de potência inferior ou reduzir o tempo de cozedura.
O alimento não cozinha uniformemente.	- Misturar o alimento durante a cozedura. Lembrar-se que o alimento coze melhor se cortado em pedaços de dimensões uniformes. - O prato rotativo ficou bloqueado.

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.

