

ÍNDICE

CAP. 1 - NOÇÕES GERAIS

- 1.1 Descrição.....pag. 166
- 1.2 Descrição do painel de comandos.....pag. 167
- 1.3 Instruções para encastrarpag. 168
- 1.4 Advertências de segurança importantes.....pag. 171
- 1.5 Dados técnicospag. 172
- 1.6 Instalação e ligação eléctricapag. 172
- 1.7 Recipientes a usarpag. 173
- 1.8 Como obter os melhores resultados do seu forno.....pag. 174
- 1.9 Regras e conselhos gerais para a utilização do fornopag. 175

CAP. 2 - USO DOS COMANDOS

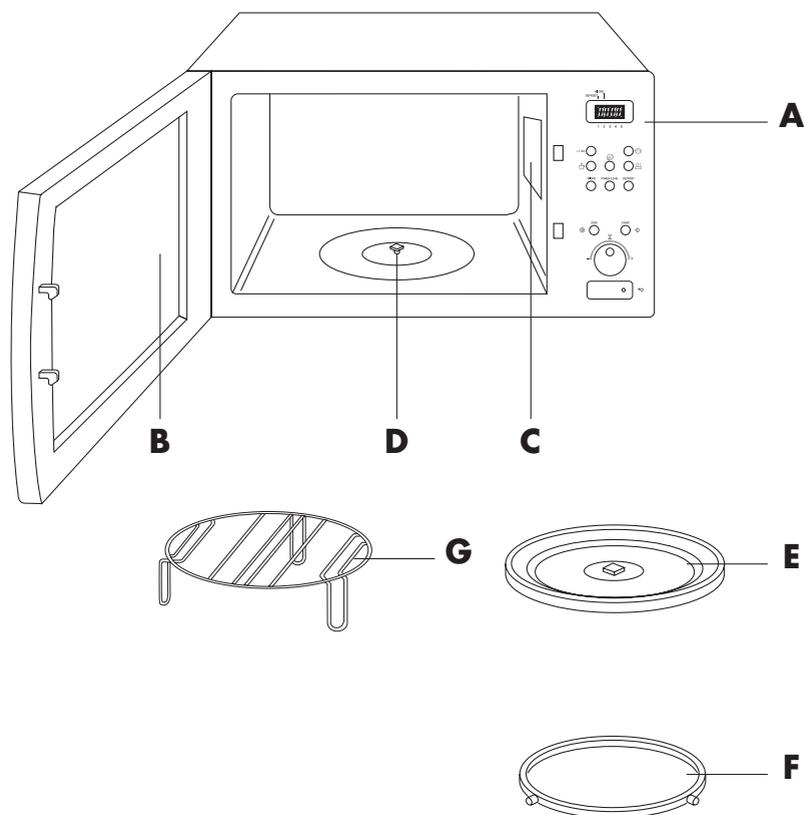
- 2.1 Como regular o relógiopag. 176
- 2.2 Cozedura simultânea em 2 níveis.....pag. 177
- 2.3 Como programar a descongelação automática.....pag. 179
- 2.4 Como programar o forno para manter os alimentos quentes, aquecer, cozerpag. 181
- 2.5 Utilizar a função só microondas para manter os alimentos quentes.....pag. 182
- 2.6 Utilizar a função só microondas para aquecer.....pag. 182
- 2.7 Utilizar a função só microondas para cozinhar.....pag. 184
- 2.8 Programar várias operações em sequência.....pag. 187
- 2.9 Utilizar as teclas "funções pré-memorizadas".....pag. 188
- 2.10 Programa: de 1 a 6 minutos com a potência máximapag. 189
- 2.11 Segurança para as criançaspag. 189

CAP. 3 – MANUTENÇÃO E LIMPEZA

- 3.1 Limpeza.....pag. 190
- 3.2 Manutenção.....pag. 191

CAPÍTULO 1 - NOÇÕES GERAIS

1.1 DESCRIÇÃO



- A** Painel de comandos
- B** Lado interno da porta
- C** Tampa de saída das microondas
- D** Perno do prato rotativo

- E** Prato rotativo
- F** Suporte do prato rotativo
- G** Grelha

1.2 DESCRIÇÃO DO PAINEL DE 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 + 1 min.

Premer 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.

3 - 8 - 9:

Teclas "Funções pré-memorizadas"

Premer uma destas teclas para preparar Bebidas quentes, Pratos Prontos, Pizzas congeladas, pratos pré-cozidos congelados.

4. Tecla MICRO:

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

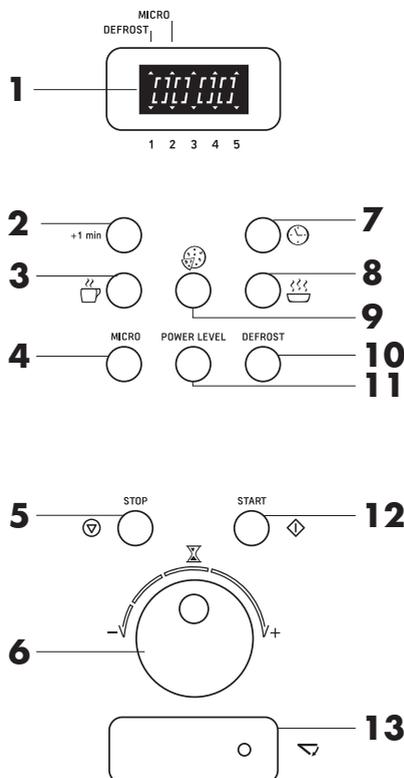
5. Tecla STOP anulação

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

6. Tecla :

tempos de cozedura

Premer estas teclas para programar o tempo de cozedura ou a hora



7. Tecla :

para acertar o relógio

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

10. Tecla DEFROST:

descongelamento automático

Premer esta tecla para descongelar os alimentos.

11. 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 - 150 W
- 2 - 300 W
- 3 - 450 W
- 4 - 700 W
- 5 - 900 W

12. Tecla START:

accionamento

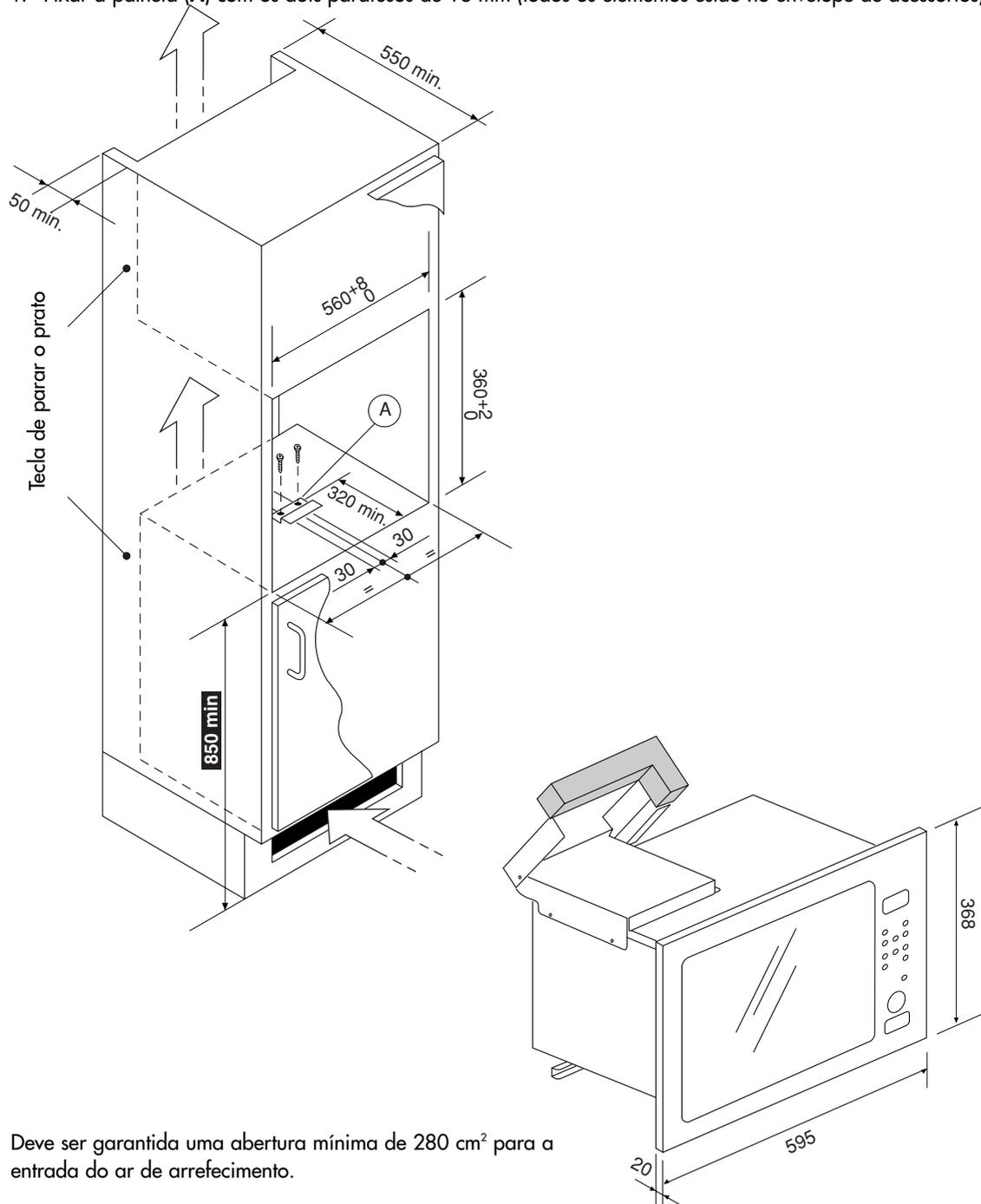
Premer esta tecla para fazer funcionar o forno, depois de ter seleccionado a função e os tempos desejados.

13. Botão de abertura porta

1.3 INSTRUÇÕES PARA ENCASTRAR

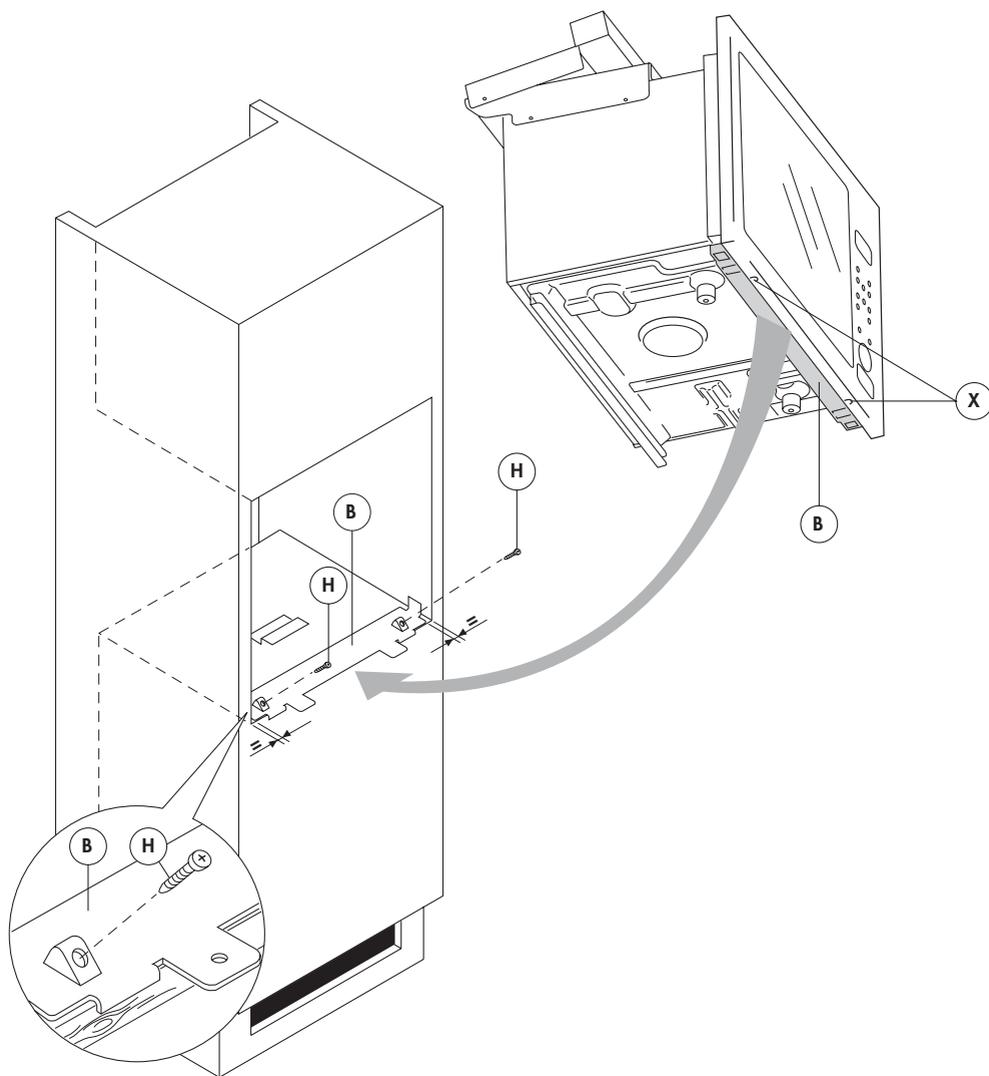
No interior do forno encontrará um envelope que contém o material necessário para a montagem. Retire o envelope do forno. ANTES DE INSTALAR O FORNO, REMOVER OS ANGULOS DE PROTEÇÃO EM PLÁSTICO QUE SÃO FIXADOS SOBRE O VIDRO DA PORTA (CASO PREVISTO).

1. Fixar a palheta (A) com os dois parafusos de 13 mm (todos os elementos estão no envelope de acessórios).



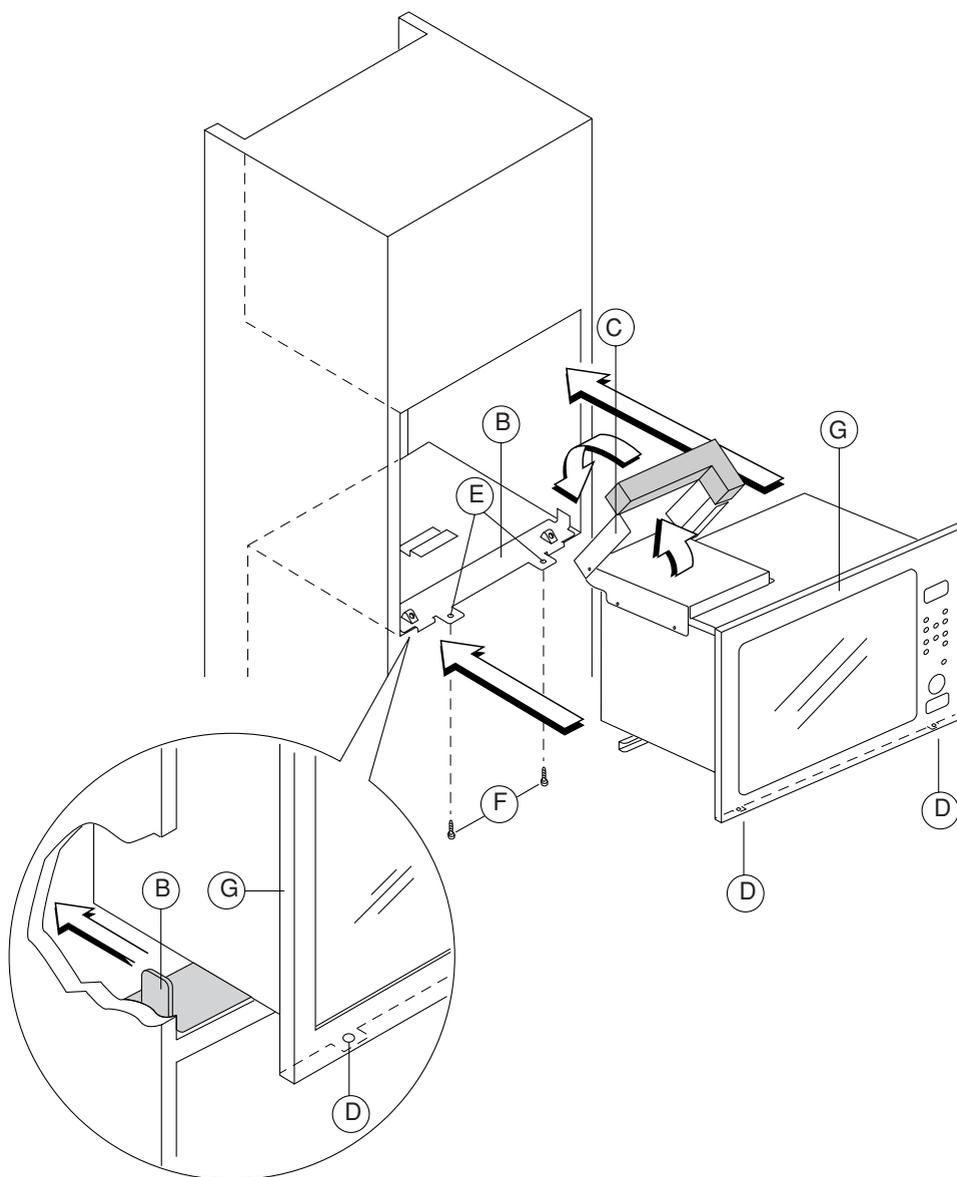
Deve ser garantida uma abertura mínima de 280 cm² para a entrada do ar de arrefecimento.

2. Retire os dois parafusos assinalados pela letra **(X)** na barra de ligação situada sob o microondas.
3. Coloque correctamente a barra de ligação **(B)** na reentrância. Certifique-se de que deixa o mesmo espaço de ambos os lados da barra de ligação. Fixe a barra com os parafusos **(H)** de 16 mm. (todos os elementos estão no envelope de acessórios).



A barra de ligação deve ser posicionada de modo a ficar encostada à superfície de apoio e de forma a que as duas aletas fiquem salientes em relação ao rebordo da mesma.

4. Abra completamente a tampa de saída do fumo (C).
5. Deslize o aparelho para dentro da reentrância até a parte frontal (G) ficar imobilizada contra o móvel e até os furos (D) situados sob o forno ficarem alinhados com os furos (E) da barra de ligação (B).
6. Fixe o aparelho à barra de ligação (B) com os parafusos (X) removidos anteriormente.



LIGAÇÃO ELÉCTRICA:

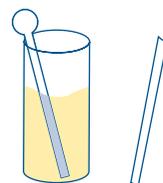
se o aparelho estiver equipado com cabo de alimentação e ficha, proceda de forma a poder aceder sempre à ficha. Se o aparelho estiver equipado com cabo de alimentação sem ficha, ou a ficha não estiver acessível, ligue o aparelho a um dispositivo de alimentação fixo dotado de interruptor, com uma distância entre os contactos abertos não inferior a 3 mm, dotado de ligação de terra permanente.

1.4 ADVERTÊNCIAS DE SEGURANÇA IMPORTANTES

Ler com atenção as seguintes instruções e conservar para futuras consultas.

N.B. : Este forno foi concebido para descongelar, aquecer e cozinhar alimentos em casa. Não deve ser utilizado para outros fins, nem deve ser modificado ou manuseado de nenhuma maneira.

- 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: As partes acessíveis poderão ficar muito quentes durante a utilização. Mantenha as crianças afastadas do forno. Sem adequada supervisão, o uso deste aparelho não deveria ser permitido a crianças ou pessoas inábeis. Não deixar as crianças brincarem com o aparelho. 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.
- 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 (B) 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 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 "Vasilhame a usar")
- 13) 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.
- 14) Não aquecer licores com graduação alcoólica elevada nem grandes quantidades de óleo pois podem incendiar-se.





- 15) 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.
- 16) Não utilize detergentes abrasivos ou raspadores em metal para limpar a porta de vidro do forno, pois eles poderão danificar a superfície e provocar a sua ruptura.
- 17) Todos os microondas são testados e aprovados em conformidade com as normas de segurança e compatibilidade electromagnética em vigor. Como medida de precaução, os fabricantes de pacemakers recomendam que se mantenha uma distância de 20 - 30 cm entre um forno microondas ligado e um pacemaker, a fim de evitar eventuais interferências com o próprio pacemaker. Se suspeitar de qualquer interferência, desligue imediatamente o forno microondas e contacte o fabricante do pacemaker.

1.5 DADOS TÉCNICOS

Dimensões externas	(ver "instruções para encastrar")
Dimensões internas (LxAxP)	322x202x330
Volume líquido do forno	24 Lt
Peso aproximativo	20 Kg
Diâmetro do prato rotativo	27,5 cm
Lâmpada do forno	25 w

POTÊNCIA DE SAÍDA ÚTIL DO MICROONDAS: 900 W (IEC705)

Para mais informações, consulte a chapa de características colada na parte traseira do aparelho.

Este aparelho está em conformidade com as directivas CEE 89/336 e 92/31 sobre a Compatibilidade Electromagnética e com o regulamento (EC) N.º 1935/2004 de 27/10/2004 sobre os materiais em contacto com alimentos.

1.6 INSTALAÇÃO E LIGAÇÃO ELÉCTRICA

É obrigatório encaixar o forno em uma altura mínima de 850mm.

- 1) Retire e lave todos os acessórios.
- 2) Limpe o interior com um pano húmido e macio.
- 3) Certifique-se de que não ocorreram danos durante o transporte e verifique se a porta abre e fecha devidamente.
- 4) Posicione o suporte (F) no centro da sede circular e pouso o prato rotativo (E) nesse local. O perno (D) deve ser inserido na respectiva sede, no centro do prato rotativo.
- 5) Posicione o aparelho de modo a poder aceder facilmente à ficha e à tomada após a instalação.
- 6) Solicite que a instalação ou a substituição da tomada de alimentação seja efectuada por um electricista qualificado.
- 7) Ligue o aparelho apenas a tomadas de alimentação com uma capacidade de pelo menos 16A. Certifique-se, ainda, de que o interruptor geral da sua residência possui uma capacidade mínima de 16 A, a fim de evitar a sua intervenção repentina durante o funcionamento do forno.
- 8) Antes da utilização, certifique-se de que a tensão da rede eléctrica corresponde à indicada na chapa do aparelho e de que a tomada de alimentação está devidamente ligada à terra: o Fabricante declina toda e qualquer responsabilidade por danos resultantes da inobservância desta norma.
- 9) A maior parte dos modernos aparelhos electrónicos (tv, radio, sistemas stereo, etc.) estão protegidos dos sinais de radiofrequência (RF). No entanto, alguns aparelhos electrónicos podem não estar protegido dos sinais de radiofrequência provenientes dos fornos microondas. Recomenda-se por isso uma distância de pelo menos 1-2 metros entre estes aparelhos e o forno em funcionamento.

1.7 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 podereis 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 (E) 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.

Deve-se ter presente, contudo, que é possível que sejam os próprios alimentos, muito quentes, a transmitir o seu calor ao prato, pelo que será conveniente o uso de pegas.

Em qualquer caso, convém ater-se às indicações da seguinte tabela:

	Vidro	Cerâmica	Porcelana	Recipientes de terracota	Recipientes de plástico para microondas	Chávenas de papel*	Pratos de papel*	Papel de pergaminho*	Bandeja de papel*	Recipientes metálicos	Recipientes com detalhes em metal	Folhas especiais para assados
Descongelação	SIM	SIM	SIM	SIM	SIM	SIM	SIM	SIM	SIM	NÃO	NÃO	SIM
Aquecimento	SIM	SIM	SIM	SIM	SIM	SIM	SIM	SIM	SIM	NÃO	NÃO	SIM
Cozedura	SIM	SIM	SIM	SIM	SIM	NÃO	NÃO	NÃO	NÃO	NÃO	NÃO	SIM

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

1.8 COMO OBTER OS MELHORES RESULTADOS DO SEU FORNO

O que quero fazer ?	Que função/potência escolho?		Instruções para o uso	Tab. quantidade/ tempo
• Manter quentes os alimentos	MICRO	pot. 1 (150W)	181 182	
• Descongelar	DEFROST		179	180
• Amaciar chocolate/glacé			181 182	183
• Derreter manteiga e amaciar queijos	MICRO	pot. 2 (300W) pot. 3 (450W)	182	183
• Cozer doces			186	186
• Cozinhar carne à jardineira, peito de frango	MICRO	pot. 4 (700W)	181 184	184
• Cozer fruta, verdura, arroz, sopa, peixe			181 185	185
• Aquecer todos os alimentos já cozidos ou congelados	MICRO	pot. 5 (900W)	182	183
• Descongelar, aquecer, cozer em duas alturas simultaneamente	MICRO	com grelha	177	178
• Aquecer Pizzas congeladas			189	188
• Aquecer alimentos pré-cozidos congelados				
• Aquecer Bebidas	Funções pré-memorizadas		189	188
• Aquecer alimentos precocida do refrigerador.			189	188

1.9 REGRAS E CONSELHOS GERAIS PARA A UTILIZAÇÃO DO FORNO

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

Regras fundamentais para uma correcta cozedura a microondas

1) A cozedura está estreitamente relacionada com a **grandeza e a homogeneidade dos alimentos** a preparar: um guisado coze mais rapidamente do que um assado porque é constituído por pedaços de carne mais pequenos e homogéneos. Tendo em conta as tabelas das páginas seguintes, lembre-se que, se aumentar a quantidade de alimentos, também deverá aumentar o tempo de cozedura, e vice-versa, para programar correctamente os tempos. É importante respeitar os tempos de "repouso":

por **tempo de repouso** entende-se o tempo durante o qual os alimentos devem ser deixados a repousar, após a cozedura, para permitir uma ulterior difusão da temperatura no interior dos mesmos. A temperatura das carnes, por exemplo, aumenta cerca de 5 - 8°C durante o tempo de repouso.

Este efeito do tempo de repouso também pode ser obtido fora do próprio forno.

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

3) Também é aconselhável **virar** os alimentos durante a cozedura: isto é especialmente indicado para a carne, esteja ela em pedaços grandes (assados, frangos inteiros...) ou mais pequenos (peitos de frango, guisados...).

4) **Os alimentos com pele, casca ou invólucro (exemplo: maçãs, batatas, tomates, salchichas, peixe) devem ser picados em vários pontos com um garfo de modo a que o vapor possa sair e a pele ou a casca não rebentem.**

5) Se cozinhar várias unidades do mesmo alimento, por exemplo, batatas cozidas, **coloque-as em anel** numa forma de pirex para obter uma cozedura uniforme.

6) Quanto mais baixa for a temperatura à qual o alimento é inserido no forno microondas, maior é o tempo necessário para a sua cozedura. Os alimentos que estão à temperatura ambiente cozem mais rapidamente do que os alimentos que se encontram à temperatura do frigorífico.

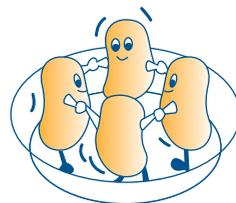
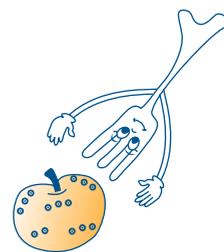
7) Execute sempre as cozeduras colocando o recipiente no centro do prato rotativo.

8) A **formação de condensação** no interior do forno e nas zonas da porta e da saída do ar é perfeitamente normal.

Para reduzi-la, tape os alimentos com película transparente, papel vegetal, tampas de vidro ou, simplesmente, um prato virado ao contrário. Além disso, os alimentos com um elevado teor de água (ex.: os legumes), cozem melhor se estiverem cobertos. A cobertura dos alimentos permite ainda manter o interior do forno devidamente limpo. Utilize uma película transparente apropriada para fornos microondas.

9) **Não coza os ovos com a casca:** a pressão que se forma no interior do forno poderá fazer explodir o ovo, inclusivamente já depois de terminada a cozedura. Não aqueça os ovos já cozidos, a menos que estejam mexidos.

10) Antes de aquecer ou cozer alimentos no forno em recipientes vedados ou hermeticamente fechados, não se esqueça de os abrir. A pressão no interior do recipiente subirá, fazendo-os explodir, inclusivamente já depois de terminada a cozedura.

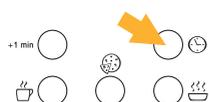


CAPÍTULO 2 - USO DOS COMANDOS E PROGRAMAÇÃO DAS FUNÇÕES

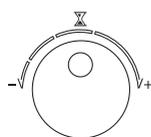
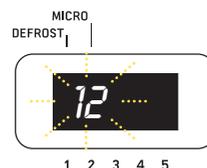
2.1 COMO REGULAR O RELÓGIO

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

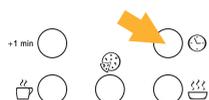
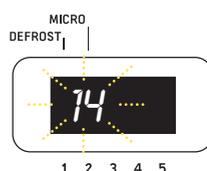
Para programar a hora do dia, seguir as instruções abaixo:



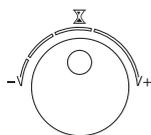
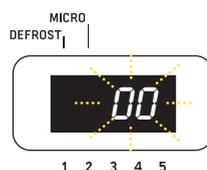
- 1** Premer a tecla  (7).
(No visor lampejam as horas).



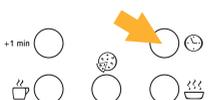
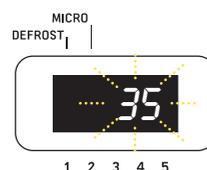
- 2** Programar a hora desejada girando o botão do timer  (6).
(No visor lampejam as horas).



- 3** Premer mais uma vez a tecla  (7).
(No visor as horas desaparecem e começam a lampejar os minutos)



- 4** Programar os minutos desejados girando o botão do timer  (6).
(No visor lampejam os minutos).



- 5** Premer mais uma vez a tecla  (7).
(O visor mostra a hora programada).



- Para trocar a hora do mostrador quando já estiver programada, premer a tecla  (7) 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 premer a tecla  (7) (a hora é visualizada por 3 segundos).

2.2 - COZEDURA SIMULTÂNEA EM 2 NÍVEIS

Utilizando a grelha (G) 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.

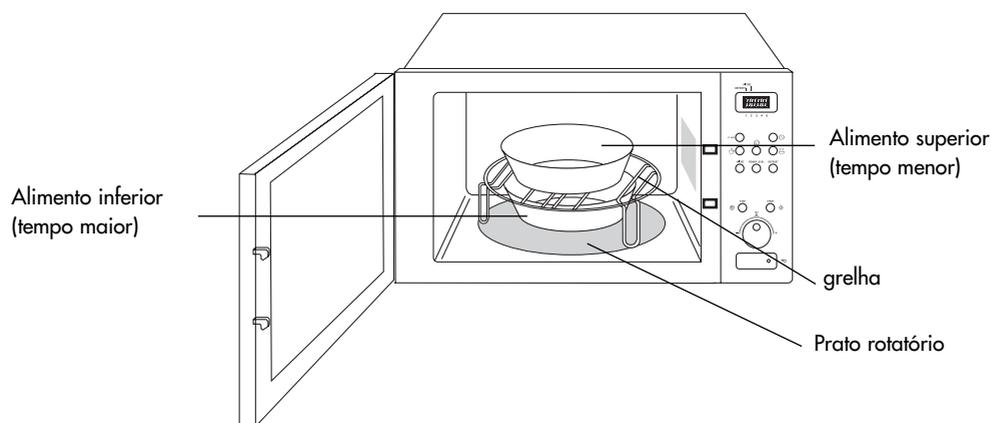
Quando se deseja cozer dois pratos simultaneamente, é suficiente lembrar-se destas simples regras gerais:

- 1) Os tempos de cozedura dos pratos cozidos simultaneamente são diferentes dos tempos das cozeduras simples. Controlar sempre a tabela de referência à pág. 178.

Tempos de cozedura simultânea	
Batatas (na parte superior)	16 min
Goulash (na parte inferior)	40 min

Tempos de cozedura receitas simples	
Batata	7 - 8 min
Goulash	30 - 35 min

- 2) Ter o cuidado de colocar **SEMPRE** sobre a **GRELHA** 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.	Nível de potência	Minutos	Observações
• Carne molda	prato superior	500	DEFROST	20	Girar a carne sobre si mesma após 15'. Terminada a descongelação, deixar repousar 15' minutos.
• Carne molda	prato inferior	500		20	
• Frango em pedaços	prato superior	500	DEFROST	24	Separar os pedaços de carne durante a descongelação. Terminada a descongelação, deixar repousar 15 minutos.
• Carne à jardineira	prato inferior	500		24	
• Couve-flor	prato superior	450	DEFROST	22	Terminada a descongelação, deixar repousar 5-10 minutos
• Peixe inteiro	prato inferior	500		22	

TEMPO DE AQUECIMENTO

Tipo	Pos. Recipiente	Quantidade g.	Nível de potência	Minutos	Observações
• Porção de carne	prato superior	150	5	6	Cobrir o alimento com a película transparente
• Porção de verdura	prato inferior	250	5	6	Cobrir o alimento com a película transparente
• Prato de lasanha	prato superior	500	5	9	Cobrir o alimento com a película transparente
• Prato de lasanha	prato inferior	500	5	9	Cobrir o alimento com a película transparente
• Porção de carne	prato superior	150	5	6	Cobrir o alimento com a película transparente
• Prato de lasanha	prato inferior	500	5	8	Cobrir o alimento com a película transparente

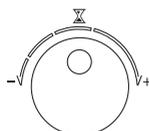
TEMPO DE COZEDURA

Tipo	Pos. Recipiente	Quantidade g.	Nível de potência	Minutos	Observações
• Batatas	prato superior	500	5	16	Corte-as em pedaços iguais e cubra-as com a película.
• Batatas	prato inferior	500	5	16	Corte-as em pedaços iguais e cubra-as com a película.
• Cenouras	prato superior	500	5	18	Corte-as em pedaços iguais e cubra-as com a película.
• Cenouras	prato inferior	500	5	18	Corte-as em pedaços iguais e cubra-as com a película.
• Courgettes	prato superior	475	5	14	Deixe-as inteiras e cubra-as com a película. Retire a grelha ao fim de 14 minutos
• Postas de peixe	prato inferior	400	5	16	Cubra com película
• Courgettes	prato superior	475	5	13	Lasciarle intere e coprire con la pellicola. Dopo 13' togliere la griglia.
• Peixe inteiro	prato inferior	200	5	14	Cubra com película
• Peixe inteiro	prato superior	200	5	14	Cubra com película
• Peixe inteiro	prato inferior	200	5	14	Cubra com película
• Batatas	prato superior	500	5	16	Corte-as em pedaços iguais e cubra-as com a película.
• Goulasch	prato inferior	1500	5	40	Retire a grelha ao fim de 16 minutos. Mexa 2 - 3 vezes
• Couve branca	prato superior	500	5	14	Deixe-o inteiro e cubra-o com película. Retire a grelha ao fim de 14 minutos.
• Arroz	prato inferior	300	5	20	Cubra com película e mexa 2 vezes
• Couves de Bruxelas	prato superior	500	5	14	Cubra com película. Retire a grelha ao fim de 14 minutos.
• Ervilhas	prato inferior	500	5	18	Cubra com película.

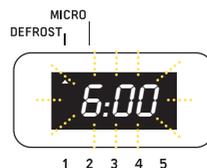
2.3 COMO PROGRAMAR A DESCONGELAÇÃO AUTOMÁTICA



1 Premir a tecla **DEFROST** (10). (O visor lampeja em **0:00**) e acende-se o indicador da função de descongelação na parte superior à esquerda.



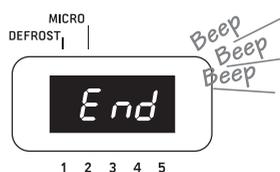
2 Programar o tempo desejado girando o botão do timer  (6). (O visor lampeja).



3 Premir a tecla **START** (12). (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** (12). 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** (5);
 - se o forno estiver a funcionar, premir 2 vezes a tecla **STOP** (5);
 - e o forno estiver desligado e a porta fechada, premir 1 vez a tecla **STOP** (5).

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.

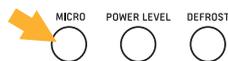
TEMPO DE DESCONGELAÇÃO

Tipo	Quantidade	Timer (minutos)	Observações	Tempo de repouso (minutos)
CARNE				
• Assados (porco, boi, novilho, etc)	1 kg	19 - 21	Vire a meio do descongelamento	20
• Bifes, costeletas, fatias	200 gr	4 - 6		5
• Carne à jardineira, goulasch	500 gr	10 - 12		10
• Carne picada	500 gr	10 - 12	ver nota (*)	15
• " "	250 gr	5 - 7		10
• Hamburger	200 gr	5 - 7		10
• Chouriço	300 gr	6 - 8		10
AVES DE CAPOEIRA				
• Pato, peru	1,5 kg	25 - 27	Vire a ave a meio do descongelamento.	20
• Frango inteiro	1,5 kg	25 - 27	No fim do tempo de repouso, passe por água quente para eliminar qualquer resto eventual de gelo.	20
• Frango em pedaços	700 gr	13 - 15		10
• Peito de frango	300 gr	8 - 10		10
VERDURE			Os legumes congelados não precisam de ser descongelados antes da cozedura	
PEIXE				
• Filetes	300 gr	7 - 9	Vire o peixe a meio do descongelamento	7
• Fatias	400 gr	8 - 10		7
• Inteiro	500 gr	10 - 12		7
• Camarões	400 gr	8 - 10		7
PRODUTOS DE LEITE/DE QUEIJO				
• Manteiga	250 gr	4 - 6	Retire o papel de alumínio ou os elementos metálicos	10
• Queijo	250 gr	5 - 7	O queijo não deve ser totalmente descongelado.	15
• Nata	200 ml	7 - 9	As natas devem ser retiradas do respectivo recipiente e colocadas num prato	5
PÃO				
• 2 pãezinhos médios	150 gr	1 - 2	Coloque o pão directamente sobre o prato rotativo	3
• 4 pãezinhos médios	300 gr	2 - 4		3
• Pão em fatia	250 gr	2 - 4		3
• Pão integral em fatia	250 gr	2 - 4		3
FRUTA				
• Morangos, ameixas, cerejas, groselhas, damascos	500 gr	8 - 10	Mexa 2 - 3 vezes	10
• Framboesas	300 gr	5 - 7	Mexa 2 - 3 vezes	10
• Amoras	250 gr	3 - 5	Mexa 2 - 3 vezes	6

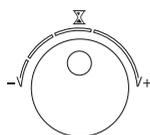
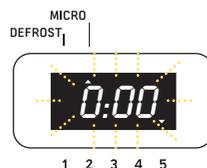
(*) Estas indicações são adequadas para fazer o teste de descongelação de carne picada segundo a Norma 60705, Par. 13.3 (ver pág. 2). Vire os alimentos a meio do tempo programado. Coloque o alimento a descongelar directamente sobre o prato rotativo.

A tabela da pág. 2 fornece mais informações, também no que diz respeito a outros Testes de Rendimento segundo a Norma 60705.

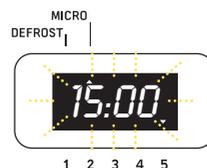
2.4 COMO PROGRAMAR O FORNO PARA MANTER OS ALIMENTOS QUENTES, AQUECER, COZER



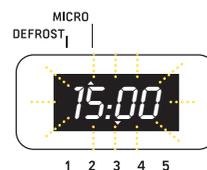
1 Premer a tecla **MICRO** (4). (O visor lampeja em **0:00** e se acendem o segundo indicador da função microondas no alto à esquerda e o primeiro indicador de nível de microondas na parte inferior à direita).



2 Programar o tempo desejado girando o botão do timer (6). (O visor lampeja).



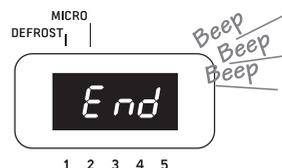
3 Premer a tecla **POWER LEVEL** (11) até seleccionar a potência desejada (**5** = máximo; **1** = mínimo). Se não se preme a tecla, o forno funcionará com a potência máxima (potência **5**). (No visor o indicador inferior indicará o nível de potência seleccionado).



4 Premer a tecla **START** (12). (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 (7). 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** (12).
- Se, por qualquer motivo, fosse necessário interromper a cozedura sem abrir a porta, basta premer a tecla **STOP** (5).
- Para terminar a cozedura, proceder da seguinte maneira:
 - se a porta do forno estiver aberta, premer 1 vez a tecla **STOP** (5);
 - e o forno estiver a funcionar, premer 2 vezes a tecla **STOP** (5);
 - e o forno estiver desligado e a porta fechada, premer 1 vez a tecla **STOP** (5).
- O tempo de cozedura pode ser modificado mesmo depois de ter premido a tecla **START** (12) para ligar a função desejada.

2.5 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).

2.6 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, conseqüentemente, 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.

TEMPOS DE AQUECIMENTO

N.B: Alguns aquecimentos podem ser facilmente efectuados utilizando as funções pré-memorizadas (ver pág. 188).

Tipo	Quantidade	Nível de potência	Timer (minutos)	Observações
AMACIAR OS ALIMENTOS				
• chocolate/glacê • manteiga	100 gr 50 -70 gr	3 5	4 - 5 0'.10" - 0'.15"	Colocar num prato. Misturar o glacê 1 vez. Para derreter a manteiga acrescente 1 minuto
ALIMENTOS COM A TEMP. DO FRIGORÍFERO (5 / 8 °C) até 20 / 30 °C				
• yogurt • biberão	125 gr 240 gr	5 5	0'.15" - 0'.20" 0'.30" - 0'.35"	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.
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	3 - 5	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	5	3 - 5	
• embalagem de peixe e/ou verduras	300 gr	5	2 - 4	
• pratos de carne e/ou verdura	400 gr	5	4 - 6	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	4 - 6	
• prato de peixe e/ou arroz	300 gr	5	3 - 5	
ALIMENTOS CONGELADOS A SEREM AQUECIDOS / COZIDOS (TEMP. INICIAL -18°/ - 20 °C) ATÉ 70 °C APROXIMADAMENTE				
• embalagem de lasanhas ou de massa com recheio	400 gr	5	5 - 7	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	4 - 6	
• embalagem de peixe e/ou verduras pré-cozidas	300 gr	5	2 - 4	Retirar o alimento cru da embalagem e colocar num recipiente apropriado para microondas e cobrir
• embalagem de peixe e/ou verduras cruas	300 gr	5	6 - 8	
• porções de massa	400 gr	5	5 - 7	
• cannelloni ou lasanha	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 peixe e/ou arroz	300 gr	5	3 - 5	
BEBIDAS DE FRIGORÍFERO (5 / 8 °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'.15" - 1'.45"	
• 1 chávena de café	100 cc	5	1'.15" - 1'.45"	
• 1 prato de caldo de carne	300 cc	5	3 - 4	
BEBIDAS A TEMPERATURA AMBIENTE (20 / 30 °C) ATÉ 70 °C APROXIMADAMENTE				
• 1 chávena de água	180 cc	5	1'.15" - 1'.45"	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	0'.45" - 1'.15"	
• 1 prato de caldo de carne	300 cc	5	2 - 3	

2.7 UTILIZAR A FUNÇÃO SÓ MICROONDAS PARA COZINHAR

CARNES

Podem-se fazer assados, assados na brasa e estufados. Virar e girar os pedaços grandes que podem ser misturados. Atenção para não se deixar enganar do aspecto da carne, (durante e no final da cozedura) que não poderá ser corada como em um forno tradicional; em compensação são mantidas o mais alto nível das propriedades nutritivas e de sabor dos pratos.

AVES DE CAPOEIRA

Todos os tipos de aves de capoeira podem ser descongelados e cozidos no forno a microondas. A pele não fica rosada como acontece geralmente: para ter uma boa douradura aconselha-se pincelar com manteiga derretida ou margarina a parte de fora do frango.

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.

TEMPOS DE COZEDURA PARA CARNES, AVES E PEIXES

Tipo	Quantidade	Nível de potência	Timer (minutos)	Observações	Tempo de repouso (minutos)
CARNE DE BOI					
Rolo de carne	900 gr	4	19 - 21	(*)	5
Rolo de carne	800 gr	"	15 - 20	Misturar 500 g de carne de boi moída com ovo, fiambre, pão ralado, etc.	5
Lombo	600 gr	"	17 - 22		5
Assado, pernil	1 kg	"	25 - 30	Girar na metade da cozedura.	10
NOVILHO					
Carne à jardineira	700 gr	"	17 - 22	Misturar 2 - 3 vezes.	8
Assado (enrolado)	1 kg	"	25 - 30	Girar na metade da cozedura.	10
Pá em fatias	200 gr	"	10 - 15	Não é necessário girar.	2
PORCO					
Coxa	500 gr	"	15 - 20	Girar na metade da cozedura	5
Assado	1 kg	"	25 - 30	Girar na metade da cozedura	10
Lombo	700 gr	"	17 - 22	Girar na metade da cozedura	8
ANHO					
Coxa de quarto dianteiro	1 kg	"	25 - 30	Girar na metade da cozedura	10
Hamburgers frescos	100 gr	"	7 - 10		3
Gulash	1,5 kg	5	30 - 35	Misturar 2 - 3 vezes.	3
Chouriços	300 gr	4	10 - 14		3
AVES: FRANGO					
Inteiro	1,5 kg	"	40 - 45	Girar na metade da cozedura	10
Meio	500 gr	"	15 - 20	Não é necessário girar.	5
Em pedaços	500 gr	"	15 - 20	Não é necessário girar.	5
Peito	500 gr	"	10 - 15	Não é necessário girar.	3
PERU					
Em pedaços	1,5 kg	"	40 - 45	Girar na metade da cozedura	8
Peito	500 gr	"	15 - 20	Não é necessário girar.	8
PATO					
Inteiro	1,5 kg	"	40 - 45	Girar na metade da cozedura	10
PEIXE					
Filetes	300 gr	4	5 - 7	Cozer coberto.	2
Fatias	300 gr	"	7 - 9	Cozer coberto.	2
Inteiro	500 gr	"	8 - 10	Cozer coberto.	2
Inteiro	250 gr	"	5 - 7	Cozer coberto.	2
Camarões	500 gr	"	7 - 9	Cozer coberto.	2
Pedaços	400 gr	"	7 - 9	Cozer coberto.	2

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

VERDURAS

As verduras, cozidas no forno a microondas, conservam cor e valor nutritivo mais que aquelas cozidas de maneira tradicional.

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

Devem ser sempre cobertas com película transparente.

As mais consistentes devem ser cortadas em pedaços do mesmo tamanho (ex.: cenoura).

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

TEMPOS DE COZEDURA PARA AS VERDURAS

Tipo	Quantidade	Nível de potência	Timer (minutos)	Observações	Tempo de repouso (minutos)
• Espargos	500 gr	5	8 - 9	Cortar em pedaços de 2 cm	4
• Alcachofras	300 gr	"	10 - 11	É preferível usar fundos de alcachofra.	4
• Vagens	500 gr	"	10 - 11	Cortar em pedaços	4
• Brócolos	500 gr	"	6 - 7	Dividir em "flores"	4
• Couve de Bruxelas	500 gr	"	6 - 7	Deixá-los inteiros	4
• Repolho branco	500 gr	"	6 - 7	Cortá-lo em tiras	4
• Repolho roxo	500 gr	"	6 - 7	Cortá-lo em tiras	4
• Cenoura	500 gr	"	8 - 9	Cortar em pedaços iguais	4
• Couve-flor	500 gr	"	10 - 11	Dividi-la em pedaços e cobrir.	4
• Aipo	500 gr	"	6 - 7	Dividi-lo em pedaços e cobrir.	4
• Beringela	500 gr	"	5 - 6	Cortá-la em cubos	4
• Alho-porro	500 gr	"	5 - 6	Cortá-lo em tiras	4
• Cogumelos champignons	500 gr	"	5 - 6	Deixá-los inteiros Não é necessário colocar água.	4
• Cebolas	250 gr	"	4 - 5	Inteiras de dimensões iguais. Não é necessário colocar água.	4
• Espinafre	300 gr	"	5 - 6	Cobrir, depois de tê-los lavado e feito escorrer a água.	4
• Ervilhas	500 gr	"	9 - 10		4
• Funcho	500 gr	"	11 - 12	Cortá-lo em 4 partes	4
• Pimentão	500 gr	"	8 - 9	Cortá-los em pedaços	4
• Batatas	500 gr	"	7 - 8	Cortá-las em pedaços iguais	4
• Aboborinhas	500 gr	"	6 - 7	Cortá-las em fatias	4

N.B: Os tempos de cozedura na tabela têm um valor puramente indicativo e são em função do peso, da temperatura antes da cozedura e da consistência e estrutura da verdura.

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.

DORADURA

Os alimentos mais difíceis a serem dourados durante a cozedura a microondas são geralmente as costeletas, os bifés de vitela e o peito de frango. Mas para obter um efeito de douradura superficial, aconselha-se untar a parte de fora com manteiga, preferivelmente misturada com paprica. Existem à venda também molhos especialmente estudados para colorir os alimentos cozidos a microondas. Em todos os casos, é necessário fazer com que as carnes ou peixes a dourar absorvam substâncias gordurosas e colorantes.

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	Nível 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 tarteira, 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 rechada 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 indicações são adequadas para fazer os Testes de Cozedura segundo a norma 60705, par. 12.3.1.
Sponge cake (475 gr)	"	5 - 7	5	Estas indicações são adequadas para fazer os Testes de Cozedura segundo a norma 60705, par. 12.3.2. A tabela da pág. 2 fornece mais informações, também no que diz respeito a outros Testes de Rendimento segundo a Norma 60705.

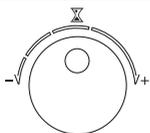
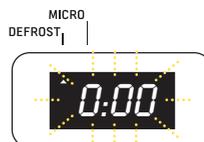
2.8 PROGRAMAR VÁRIAS OPERAÇÕES EM SEQUÊNCIA

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

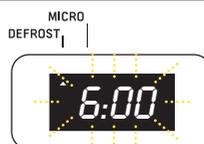
Exemplo: programar uma sequência descongelação + cozedura.



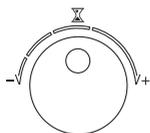
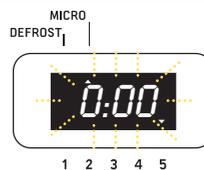
1 Premir a tecla **DEFROST** (10). (O visor lampeja em 0:00 e acende-se o indicador da função de descongelação na parte superior à esquerda).



2 Programar o tempo desejado girando o botão do timer Σ (6) (O visor lampeja).



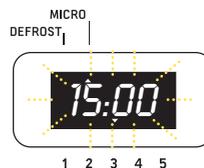
3 Premir a tecla **MICRO** (4). (O visor lampeja em 0:00 e acendem-se o segundo indicador de microondas na parte superior à esquerda e o primeiro indicador de nível de microondas na parte inferior à direita).



4 Programar o tempo desejado girando o botão do timer Σ (6). (O visor lampeja).



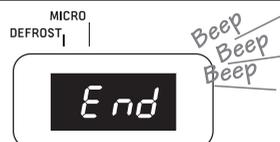
5 Premir a tecla **POWER LEVEL** (11) até seleccionar a potência desejada (5 = máximo; 1 = mínimo). Se não se preme a tecla, o forno funcionará com a potência máxima (potência 5). (No visor o indicador inferior indicará o nível de potência seleccionado).



6 Premir a tecla **START** (12) 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**.



2.9 UTILIZAR AS TECLAS "FUNÇÕES PRÉ-MEMORIZADAS"

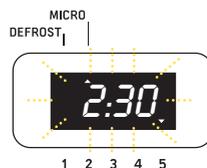
As teclas "funções pré-memorizadas" são 3 programas diferentes com duração de cozedura e nível de potência "pré-memorizados"; estes programas permitem obter **óptimos resultados** para os pratos descritos na tabela abaixo.

Tecla	O que se pode fazer	Conselhos
<p>(3) </p> <ul style="list-style-type: none"> • Premer 1 vez • Premer 2 vezes • Premer 3 vezes • Premer 4 vezes 	<ul style="list-style-type: none"> • 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 refrigerador. • Aquecer 1 prato de sopa (300 cc) que tenha a temperatura do refrigerador. 	<p>Depois de ter aquecido o líquido, misturar bem para uniformizar a temperatura.</p>
<p>(8)  alimentos pré-cozinhados</p> <ul style="list-style-type: none"> • Premer 1 vez • Premer 2 vezes 	<ul style="list-style-type: none"> • Aquecer 100 g de alimento (carne ou acompanhamentos) que tenha a temperatura do refrigerador. • Aquecer 250 g de carne ou carne + verdura que tenha a temperatura do refrigerador. 	<p>Indicado para aquecer porções já cozidas conservadas no refrigerador desde o dia anterior.</p> <p>Cubra a travessa com uma película transparente ou com um prato invertido colocado por cima da primeira.</p>
<p>(9)  alimentos pré-cozidos congelados.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Premer 1 vez • Premer 2 vezes • Premer 3 vezes 	<ul style="list-style-type: none"> • 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). 	<p>Colocar a pizza directamente no prato rotativo.</p> <p>Se a embalagem for adequada para a cozedura com microondas, apoie-a directamente sobre a base giratória.</p> <p>Vice-versa, transfira o conteúdo da embalagem para uma travessa e cubra-a com uma película transparente e com um prato invertido</p>

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



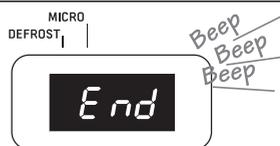
- 1** Premer a tecla "funções pré-memorizadas" desejada (ver pag. 188). O visor lampeja no tempo pré-programado enquanto que se acendem o segundo indicador no alto à esquerda e o de baixo relativo à potência das microondas programadas).



- 2** Premer a tecla **START** (12) para ligar as microondas.

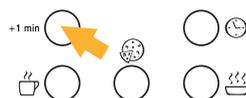


- 3** Terminado o tempo programado, ouve-se 3 beeps longos e no visor aparece a escrita *END*.

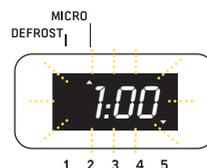


2.10 PROGRAMA : DE 1 A 6 MINUTOS COM A POTÊNCIA MÁXIMA

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** (2). (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).



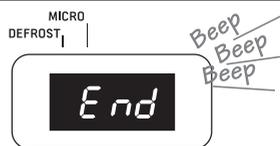
Premindo a tecla várias vezes, o tempo aumenta em intervalos de 30 segundos até a um máximo de 6 minutos.



- 2** Premer a tecla **START** (12) para ligar as microondas.



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



2.11 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** (12)

- Quando o forno não estiver em funcionamento e não foi iniciada nenhuma programação (o visor mostra o relógio), prima a tecla **START** (12) 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** (12) 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** (5) 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** (5) premida até ouvir o beep.

CAPÍTULO 3 - MANUTENÇÃO E LIMPEZA

3.1 LIMPEZA

Antes de efectuar qualquer operação de manutenção ou limpeza, retire sempre a ficha da tomada de alimentação e aguarde que o aparelho arrefeça.

Graças ao esmalte especial com que é revestido o compartimento interno do seu forno, o qual não retém os salpicos e as partículas de comida, a limpeza é particularmente simples. Mantenha as tampas de saída das microondas (C) devidamente limpas, eliminando quaisquer vestígios de gordura ou salpicos.

Não utilize detergentes abrasivos, palha-de-aço ou utensílios de metal pontiagudos quando limpar a superfície exterior do forno. Além disso, certifique-se de que não entra água ou detergente líquido no interior das aberturas de saída do ar e dos vapores, situadas na parte superior do aparelho. Recomendamos, ainda, que não utilize álcool, detergentes abrasivos e detergentes à base de amoníaco para limpar as superfícies internas e externas da porta. Não utilize máquinas de limpeza a vapor para a limpeza interna do forno.

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

Periodicamente, controlar que as aberturas de ventilação da parte traseira e inferior do móvel do aparelho estejam sem obstruções e sem poeira.

Contactar o seu Centro de Assistência para um controlo das aberturas de ventilação da parte traseira do aparelho.

De vez em quando, deverá remover o prato rotativo (E) e o respectivo suporte (F) para proceder à sua limpeza. Também deverá limpar o fundo do forno.

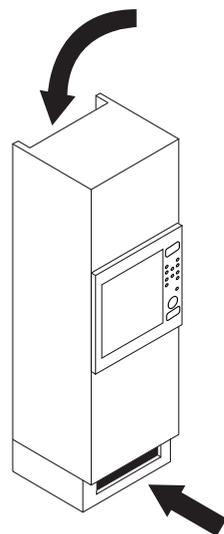
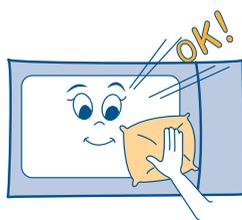
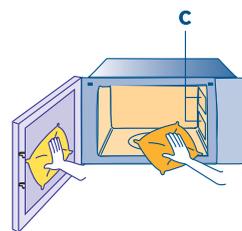
Lave o prato rotativo e o respectivo suporte com água e sabão neutro. Também os pode lavar na máquina de lavar loiça.

Não mergulhe o prato rotativo em água fria após um aquecimento prolongado; o elevado choque térmico poderá provocar a sua ruptura.

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

Recolha dos electrodomésticos

A directiva Europeia 2002/96/CE referente à gestão de resíduos de aparelhos eléctricos e electrónicos (RAEE), prevê que os electrodomésticos não devem ser escoados no fluxo normal dos resíduos sólidos urbanos. Os aparelhos desactualizados devem ser recolhidos separadamente para otimizar a taxa de recuperação e reciclagem dos materiais que os compõem e impedir potenciais danos para a saúde humana e para o ambiente. O símbolo constituído por um contentor de lixo barrado com uma cruz deve ser colocado em todos os produtos por forma a recordar a obrigatoriedade de recolha separada. Os consumidores devem contactar as autoridades locais ou os pontos de venda para solicitar informação referente ao local apropriado onde devem depositar os electrodomésticos velhos.



3.2 MANUTENÇÃO

Se algo parecer não funcionar ou caso detecte algum defeito, contacte o Serviço de Assistência autorizado pelo fabricante. De qualquer forma, antes de contactar os nossos técnicos, efectue os seguintes controlos, extremamente simples

PROBLEMA	CAUSA/SOLUÇÃO
O aparelho não funciona	<ul style="list-style-type: none">• A porta não está devidamente fechada• A ficha não está devidamente inserida na tomada• A tomada não fornece corrente eléctrica (verifique os fusíveis da sua residência).• O timer não foi programado correctamente.
Condensação na superfície de apoio, no interior do forno ou à volta da porta	<ul style="list-style-type: none">• Quando se cozinham alimentos que contêm água, é perfeitamente normal que o vapor que se gera no interior do forno saia e se condense no interior do mesmo, sobre o prato de cozedura ou à volta da armação da porta.
Fáscas no interior do forno	<ul style="list-style-type: none">• Não ligue o forno sem alimentos nas cozeduras com microondas.• Não utilize recipientes de metal nas cozeduras, nem saquetas ou embalagens com elementos metálicos.
Os alimentos não aquecem o suficiente	<ul style="list-style-type: none">• Seleccione a função correcta ou aumente o tempo de cozedura• O alimento não foi totalmente descongelado antes da cozedura.
Os alimentos ficam queimados	<ul style="list-style-type: none">• Seleccionar um nível de potência inferior ou reduzir o tempo de cozedura.
Os alimentos não ficam cozidos uniformemente	<ul style="list-style-type: none">• Mexa os alimentos durante a cozedura. Lembre-se sempre que os alimentos cozem melhor quando cortados em pedaços com dimensões uniformes.• O prato rotativo ficou bloqueado

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