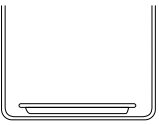
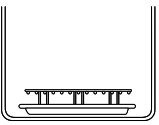
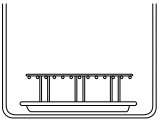


TABELA RECAPITULATIVA DAS OPERAÇÕES

PO

TIPO DE COZEDURA	POSIÇÃO GRELHA E PRATO GIRATÓRIO	NIVEL POTÊNCIA MICRO-ONDAS	ACONSELHA-SE PARA:	NOTAS
Só MICRO-ONDAS	 Prato giratório		Todos os tipos de descongelação. Manter aquecida a comida.	Para ulteriores informações ver p. 124 ou controlar as receitas.
			Fazer molhos e receitas com ovos, levedação de bolos, derreter manteiga e chocolate.	
			Cozer verduras, peixe (não dourado). Completar a cozedura de bolos. Aquecer qualquer tipo de comida pré-cozida e congelada.	
COMBINADA MICRO-ONDAS + GRILL	 Grelha baixa em cima do prato giratório		Cozer carne, hamburgers, salsichas. Quantidade máx. 150 g.	Para ulteriores informações ver p. 130 ou controlar as receitas.
			Cozer espetos, peitos de frango, verdura gratinada, lasanhas. Bolos. Cozer grandes pedaços de carne e aves. Cozer comida gratinada ou grandes quantidades da mesma.	
				
Só GRILL	 Grelha alta em cima do prato giratório		Grelhar hamburgers, costeletas, verduras, salsichas, toucinho, pão torrado.	Para ulteriores informações ver p. 131 ou controlar as receitas.

ADVERTENCIAS IMPORTANTES

Leia atentamente as instruções antes de utilizar o forno. Somente assim evitar-se-ão erros e obter-se-ão os melhores resultados.

- 1) Este aparelho é um forno e foi projectado para descongelar e cozer comida. Qualquer outro tipo de utilização é de se considerar impróprio.
- 2) É perigoso modificar as características do forno.
- 3) Não poha a funcionar o forno se o mesmo estiver danificado. A porta deve fechar perfeitamente: para este fim verifique que a armação metálica não seja deformada e que as dobradiças e os ganchos não estejam apertados.
- 4) Não tente pôr a funcionar o forno com a porta aberta, alterando os dispositivos de segurança.
- 5) Não ponha a funcionar o forno no caso em que objectos de qualquer tipo fiquem bloqueados entre a fachada do forno e a porta. É preciso manter sempre limpo o lado interno da porta.
- 6) **Regulações e reparações deverão ser feitas por pessoal tecnicamente competente formado pelo produtor.** Eventuais reparações feitas por pessoal não competente podem-se tornar perigosas.
- 7) Este forno deve ser utilizado somente por adultos. Não deixe que as crianças fiquem por perto do forno enquanto este estiver em funcionamento. (Perigo de queimaduras).
- 8) Durante as cozeduras "Só MICRO-ONDAS" e "COMBINADA MICRO-ONDAS + GRILL", **é proibido pré-aquecer o forno, é proibido também utilizá-lo sem alimentos nele (em vazio), assim fazendo poderia causar faíscas no interior do forno.**
- 9) **Não imergir o prato giratório na água depois de um aquecimento prolongado; o choque térmico poderia provocar a ruptura do mesmo.**
- 10) Não coloque recipientes ou utensílios metálicos ao interno do forno enquanto estiver a utilizar o programa MICRO-ONDAS ou MICRO-ONDAS+GRILL. O metal reflecte a energia das micro-ondas e isto poderia causar faíscas (veja capítulo "Loiça").
- 11) **Não tente cozer ovos com casca.** A pressão que se cria na parte interna pode fazer rebentar o ovo (mesmo depois da cozedura). Não ponha a cozer ovos já cozidos a não ser que se trate de ovos mexidos.
- 12) Antes de aquecer ou cozer comida em recipientes herméticos ou fechados, não se esqueça de tirar a tampa. A pressão ao interno do recipiente poderia causar estouros também depois de acabada a cozedura.
- 13) Aconselha-se a mexer a comida para bebês, depois do aquecimento, para que a temperatura torne-se mais homogénea.
- 14) Durante o aquecimento de líquidos em chávenas ou copos, é possível obter a ebulição mesmo não aparecendo as bolhas. Para evitar que o líquido trasborde causando queimaduras enquanto retirar o recipiente do forno, é preciso introduzir, antes de começar a operação de aquecimento, uma colher de plástico resistente às altas temperaturas ou um pauzinho de vidro.
- 15) Não aqueça licores de elevada graduação, nem grandes quantidades de azeite. (Há perigo que se possam incendiar).
- 16) Durante o aquecimento de pequenas quantidades de comida, para evitar que esta sobreaqueça e haja perigo de incêndios, aconselha-se a controlar a cozedura.
- 17) Preste muita atenção quando escolher os tempos de cozedura. Se tiver dúvidas, controle os tempos das receitas.

INSTALAÇÃO

Importante: - Ligar o aparelho somente a tomadas de corrente que possuam uma ligação à terra eficaz e com uma capacidade de, ao menos, 16 A. Aconselha-se, também, a verificar que o interruptor geral da sua abitação possua uma capacidade mínima de 16 A, para evitar a repentina intervenção deste possa interromper o funcionamento do forno.

- Antes de utilizar o seu forno certifique-se de que a tensão da rede seja a mesma da indicada na placa de especificações do aparelho e a tomada de corrente possua uma eficiente ligação à terra; **o Produtor declina toda e qualquer responsabilidade devida à falta de consideração desta norma.**

- 1) Depois de retirado o forno da embalagem, retire também a protecção das grelhas (H,I), do prato giratório (L) e a base (M). Controle que o perno do prato giratório (N) esteja colocado correctamente no furo ao centro do forno.
- 2) Verifique que o forno não tenha sofrido danos durante o transporte, que a porta esteja íntegra e que se feche perfeitamente.
- 3) Coloque o forno numa superfície plana a uma altura de, ao menos, 85 cm, fora do alcance das crianças; pois a porta de vidro pode atingir, durante a cozedura, temperaturas elevadas.
- 4) **Depois de colocado o forno numa superfície plana, verifique que entre a parede e o aparelho haja um espaço de, ao menos, 15 cm e em volta do aparelho deve haver um espaço de 2 cm, para permitir uma adequada ventilação. Não encaixar em vãos fechados. Não obstruir as condutas de admissão e saída do ar (fig. 2).**
- 5) Coloque o suporte (M) no centro da sede circular e apoie o prato giratório (L). O perno (G) deve ser colocado no furo do prato giratório.
- 6) Se necessário, o cabo de alimentação pode ser substituído somente por pessoal autorizado pelo Produtor ou pelo Serviço de Assistência.
- 7) Quando utilizar o forno pela primeira vez poderia acontecer que, durante um prazo de cerca 15 minutos, este produza o característico cheiro a novo e um pouco de fumo. Isto é perfectamente normal, e é devido à presença de substâncias protectoras, aplicadas às resistências antes da expedição do aparelho.

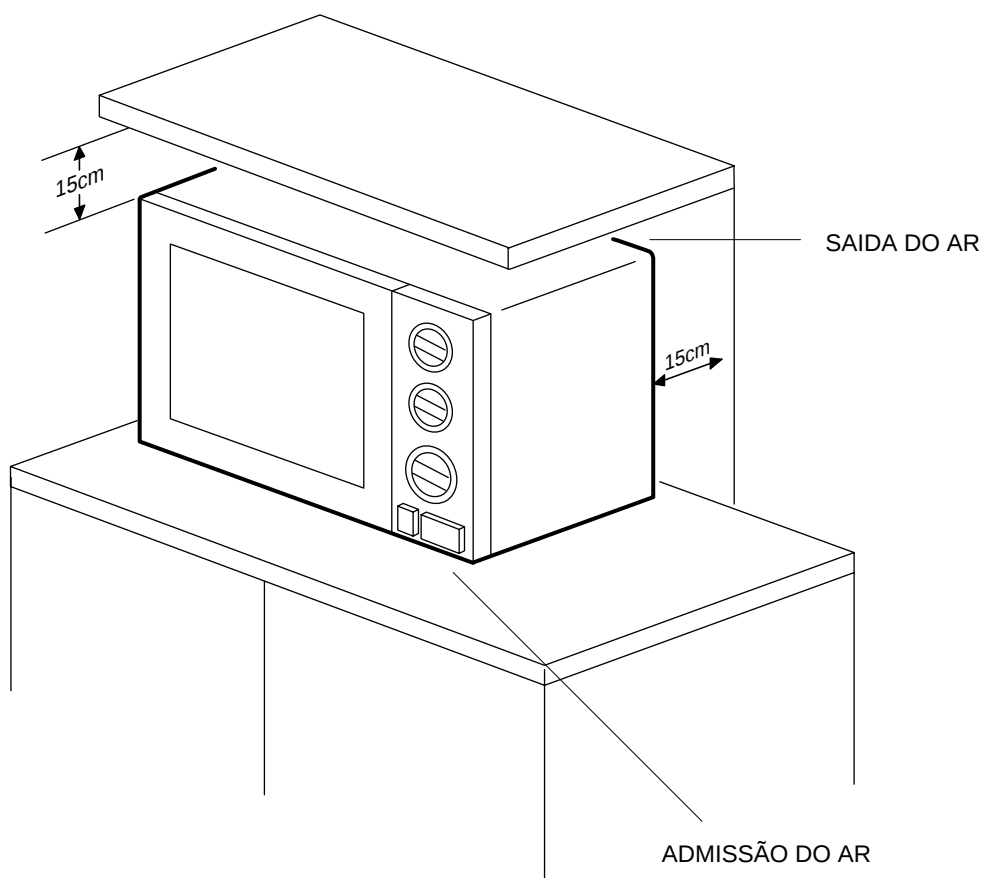


Fig. 2

DESCRIÇÃO DOS CONTROLOS

Luz de controlo grill (B)

Esta luz acende para indicar que está em funcionamento a cozedura com o GRILL ou uma função combinada MICRO-ONDAS+GRILL. A luz piloto acende quando a resistência eléctrica está em funcionamento.

Manípulo selector de programas (C)

Este manípulo serve para a selecção do programa de cozedura a utilizar.

- Só **MICRO-ONDAS** 
- Função combinada **MICRO-ONDAS + GRILL** 
- Só **GRILL** 

Manípulo selector de potência micro-ondas (D)

Utilize este manípulo para seleccionar a potência das micro-ondas nas funções MICRO-ONDAS e MICRO-ONDAS+GRILL.

	(10%)	Potência:	85 W
	(15%)	Potência:	125 W
	(35%)	Potência:	295 W
	(50%)	Potência:	425 W
	(70%)	Potência:	595 W
	(100%)	Potência:	850 W

Manípulo timer (E)

Utilize este manípulo para escolher o tempo de cozedura.

Depois de seleccionado o tempo, o ventilador e a lâmpada do forno acendem (a porta deve estar fechada) e o manípulo timer começa a girar até a posição zero.

Botão abre-porta (F)

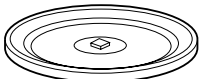
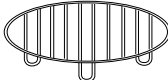
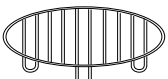
Carregue neste botão para abrir a porta do forno. Quando abrir a porta do forno, a lâmpada acende.

A lâmpada do forno e o ventilador continuam a funcionar também quando abrir a porta durante a cozedura. Este é normal. Para pôr novamente em funcionamento o forno, é necessário fechar a porta e carregar no botão FUNCIONAMENTO MICRO-ONDAS.

Botão "FUNCIONAMENTO MICRO-ONDAS" (G)

Feche a porta e carregue neste botão para pôr em funcionamento as MICRO-ONDAS ou as MICRO-ONDAS+GRILL. Além disso este botão põe novamente em funcionamento as microondas depois de qualquer interrupção (por ex. se abrir a porta para vigiar a cozedura).

COMO UTILIZAR OS ACESSÓRIOS ENTREGUES

ACESSÓRIO	TIPO DE COZEDURA	CONSELHOS
PRATO GIRATÓRIO (L) 	Só MICRO-ONDAS COMBINADA MICRO-ONDAS+GRILL Só GRILL	O prato giratório deve ser utilizado para TODOS os tipos de cozedura, pois serve como plano de apoio para os outros acessórios. Aconselha-se a utilizar somente o prato giratório para todos os tipos de descongelação e aquecimento somente com micro-ondas.
GRELHA BAIXA (I) 	COMBINADA MICRO-ONDAS+GRILL	É indispensável para certas comidas (por ex. todas as cozeduras gratinadas) que devem ser cozidas com a função COMBINADA. A grelha baixa apoia em cima do prato giratório.
GRELHA ALTA (H) 	Só GRILL	Deve-se utilizar para grelhar qualquer tipo de comida e coloca-se em cima do prato giratório. A comida pode ser apoiada directamente em cima da grelha; eventuais gotas de gordura serão recolhidas no prato giratório.

LOIÇA A EMPREGAR

Podem-se utilizar todos os tipos de recipientes de vidro (melhor se de pírrex), cerâmica, porcelana, terracota, desde que desprovidos de decorações ou partes metálicas (fios dourados, asas, pés). É também possível utilizar recipientes de plástico resistentes ao calor, mas somente durante as cozeduras com MICRO-ONDAS . De qualquer forma, se tiver dúvidas no que diz respeito o recipiente a utilizar, poderá efectuar esta simples prova: levar ao forno o recipiente vazio e deixá-lo durante uns 30 segundos a nível de potência máximo (função Só MICRO-ONDAS). Se o recipiente continuar frio ou aquecer levemente, isto quer dizer que é apto para a cozedura de micro-ondas. Se, ao contrário, aquece, (ou há centelhas), o recipiente não é apto para este tipo de cozedura. Para aquecer brevemente a comida podem-se utilizar como bases: guardanapos de papel, bandejas de papelão e pratos de plástico a deitar fora. No que diz respeito a forma e a dimensão, é indispensável que estes permitam uma correcta rotação do prato giratório.

Não são aptos para a cozedura com micro-ondas todos os recipientes de metal, madeira, junco e cristal.

É necessário lembrar-se de que, sendo que as micro-ondas aquecem a comida e não a loiça, é possível cozer directamente no prato em que se vai comer, evitando o emprego e a conseguinte limpeza de panelas. De qualquer forma, lembre-se de que a comida muito quente pode transmitir seu calor ao prato, assim sendo, será indispensável a utilização dum pano para pegar no recipiente.

	Vidro	Pírrex	Vidro-cerâmica	Terra-cota	Folha de alumínio	Plástico	Papel ou papelão*	Recipientes metálicos
Cozedura só MICRO-ONDAS	SIM	SIM	SIM	SIM	NÃO	SIM	SIM	NÃO
Cozedura combinada	NÃO	SIM	SIM	NÃO	NÃO	NÃO	NÃO	NÃO
Cozedura só com GRILL	NÃO	SIM	SIM	NÃO	SIM	NÃO	NÃO	SIM

* Se o tempo de cozedura demorar demasiado poderia causar incêndios.

PARA OBTER OS MELHORES RESULTADOS DURANTE AS COZEDURAS

- 1) A cozedura está estreitamente ligada ao tamanho e à homogeneidade da comida a cozer: um guisado coze mais rápido do que um assado, porque é feito com pedaços de carne menores e mais homogêneos. Para escolher correctamente os tempos, é preciso respeitar as tabelas das páginas seguintes e é preciso não se esquecer de que, aumentando a quantidade da comida, deve-se aumentar também, em proporção, o tempo de cozedura e vice-versa. É também importante respeitar os tempos de "repouso" pois estes permitem uma maior difusão do calor no interior da comida.
- 2) Uma das principais operações a efectuar é **mexer**: isto serve para tornar as temperaturas mais homogêneas e, consequentemente, para reduzir o tempo de cozedura. É preciso mexer do exterior para o interior, várias vezes durante a cozedura.
- 3) Aconselha-se, inclusivamente, a **virar** a comida durante a cozedura: isto em particular para a carne, tanto em pedaços grandes, (assados, frangos inteiros...), como em pedaços pequenos (bifes, peito de frango...).
- 4) A comida com pele ou casca (por ex.: maçãs, batatas, tomates, ovos, salsichas e peixe), têm que ser furadas em vários pontos por meio dum garfo, de maneira que o vapor possa sair e que a pele, ou a casca, não rebente (fig. 3).
- 5) Ao cozer muitas porções da mesma comida, por exemplo batatas cozidas, aconselha-se a arrumá-las em círculo, para obter uma cozedura homogênea (fig. 4).
- 6) Aconselha-se a cozer colocando sempre o recipiente da comida em cima da grelha. Se cozer sem utilizar a grelha, com o recipiente em contacto com o fundo do forno, pode acontecer que a cozedura obtida seja de péssima qualidade.
- 7) Quanto menor a temperatura em que a comida é colocada no forno, tanto maior é o tempo requerido. A comida à temperatura ambiente será aquecida mais rapidamente da comida à temperatura de frigorífico.

Fig. 3

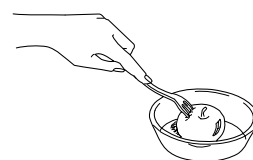
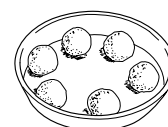


Fig. 4



UTILIZAÇÃO DO FORNO

Este forno oferece as vantagens tanto da cozedura com micro-ondas como da cozedura tradicional. Escolha, dadas as várias combinações, o método de cozedura que mais lhe apetece. Esta secção descreve os vários métodos de cozedura.

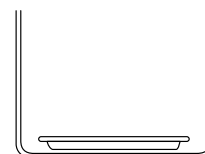
Cozedura

Programa

SÓ MICRO-ONDAS

Aconselhado para:

Até à potência 	(125W)	Para descongelar carne e aves de capoeira e para manter a comida aquecida.
Até à potência 	(425W)	Para cozer molhos e receitas com ovos, para bolos com levadura ou fermento, durante a primeira fase de descongelação de grande pedaços de carne; derreter manteiga e queijos.
Até à potência 	(850W)	Para cozer verdura, peixe (não dourado), para completar a cozedura de bolos, aquecer grandes porções de comida já cozida ou congelada.



Prato giratório

Durante estes programas de cozedura, o recipiente deve ser colocado ao centro do prato giratório, como indicado na figura ao lado.

Utilização do programa:

- 1) Coloque a comida num recipiente apto e o leve ao forno apoiando-o no centro do prato giratório. Feche a porta do forno.
- 2) Coloque o manípulo selector de programas (C) na posição  (MICRO-ONDAS).
- 3) Gire o manípulo selector de potência (D) até atingir o nível de potência desejado.
- 4) Gire o manípulo timer (E) no sentido dos ponteiros do relógio até chegar ao nível de cozedura desejado. Os números marcados no manípulo representam o tempo de cozedura em minutos. O ventilador e a lâmpada do forno acendem automaticamente.
- 5) Carregue no botão FUNCIONAMENTO MICRO-ONDAS (G) para começar a cozer.
- 6) Depois de acabado o tempo de cozedura, o forno desliga automaticamente. O fim do processo de cozedura é indicado por um sinal acústico, que começará a tocar quando o manípulo do timer voltar à posição  (STOP). O ventilador e a lâmpada do forno desligarão.

Notas:

- A lâmpada do forno acende quando escolher o tempo de cozedura girando o manípulo do timer ou quando ligar o forno.
- O forno pode-se desligar em qualquer momento durante a cozedura simplesmente girando o manípulo do timer (E) até à posição  (STOP). Além disso é possível modificar o tempo de cozedura durante a cozedura, girando o manípulo do timer no sentido dos ponteiros do relógio ou em sentido contrário.
- Para controlar a cozedura da comida, abra o forno. Ao abrir a porta do forno pára de funcionar. Para pôr novamente em funcionamento o forno, feche a porta e carregue novamente no botão FUNCIONAMENTO MICRO-ONDAS.

DESCONGELAÇÃO

É preciso controlar a tabela e lembrar-se dos seguintes conselhos:

- 1) Os alimentos congelados em saquinhos, películas de plástico ou em confecção de papelão podem-se levar directamente ao forno para a descongelação com a condição de tirar as partes metálicas das confecções (por ex. fitas ou fechos metálicos).
- 2) Tome as instruções nos pacotes de produtos congelados com muito cuidado, pois nem sempre estas estão correctas.
- 3) Lembre-se de que certos alimentos como verdura ou peixe não precisam de uma descongelação completa antes de começar a cozedura.
- 4) Cozidos no molho, molho de carne moída e estufados descongelam muito mais rápido se mexidos de vez em quando.
- 5) Enquanto os alimentos estiverem a descongelar há uma forte perda de líquidos. Assim sendo é melhor descongelar todos os tipos de comida num recipiente.
- 6) Para descongelar grandes pedaços de carne, é preciso proteger as partes mais sutis (por ex. as aves) para demorar um pouco o aquecimento, pois as partes exteriores podem ficar mais secas e poderiam começar a cozer. A carne deve ser virada ao meio da descongelação.
- 7) É importante utilizar tempos de descongelação levemente abaixo dos recomendados. A duração da descongelação depende do grau de congelação do alimento. Se possível, vire e/ou separe os pedaços de comida durante a descongelação e o tempo de repouso.
- 8) O "tempo de repouso" é o tempo durante o qual a comida precisa repousar depois da descongelação ou depois de cozida, pois isto permite uma difusão homogénea do calor ao interno dos alimentos. A temperatura das carnes, por exemplo, sobe cerca 5-8° durante o tempo de repouso. Os tempos de repouso (com o forno desligado), podem ter lugar também fora do forno.

TEMPOS DE DESCONGELAÇÃO

Descongelação de carne				
Tipo	Quantidade	Nível de potência	Tempo de descongelação	Tempo de repouso (minutos)
CARNE				
Moída	500 g		12	10
Rojão	300 g	"	10	5
Fígado	300 g	"	8	5
Assado, espádua	1 kg	"	30	20
Assado, rolo	1 kg	"	30	20
Assado, lombo	1 kg	"	30	20
Guisado	500 g	"	14	10
Bife	200 g	"	5	4
VITELA				
Costeleta	200 g	"	5	4
Moída	500 g	"	12	6
Bife	200 g	"	5	4
PORCO				
Costeleta	200 g	"	5	4
Guisado	500 g	"	14	10
Moído	500 g	"	12	6
Assado,Lombo	1 kg	"	30	20
Entrecosto magro	500 g	"	11	12
Espádua	400 g	"	10	10
Filé	200 g	"	6	6
ANHO				
Coxa ou espádua	1,5 kg	"	37	25
FRANGO				
Inteiro	1,5 kg	"	35	20
Pedaços	1 kg	"	28	15
Peito	500 g	"	14	8
Coxas	500 g	"	19	10
PERU				
Pedaços	1 kg	"	27	15
Peito	500 g	"	14	10
PATO				
Inteiro	1,5 kg	"	38	20

Descongelação de verduras				
Tipo	Quantidade	Nível de potência	Tempo de descongelação	Tempo de repouso (minutos)
Beringelas	inteiras		14	5
Pimentos	inteiros	"	8	4
Ervilha	sem casca	"	10	4
Alcachofras	inteiras	"	7	4
Espárgos	inteiros	"	9	3
Feijão verde	pedaços	"	11	5
Brócolos	inteiros	"	10	5
Couves de Bruxelas	inteiras	"	10	4
Cenouras	em fatias	"	9	4
Couve-flor	coração	"	8	3
Verduras mistas		"	8	3
Espinafres	cortados	"	9	4

Descongelação de peixe				
Tipo	Quantidade	Nível de potência	Tempo de descongelação	Tempo de repouso (min)
Filetes	300 g		9	6
Postas	400 g	"	10	8
Inteiro	400 g	"	12	8
Mexilhões-Amêijoas	400 g	"	6	5
Gambas	250 g	"	7	5
Ostras	200 g	"	5	5

Descongelação manteiga, queijo (produtos que vêm do leite)				
Tipo/quantidade	Nível de potência	Tempo	Observações e conselhos	Tempo de repouso (min)
Manteiga (250 g)		5	Tire o papel de alumínio e as partes metálicas	10
Queijo (250 g)	"	6	O queijo está descongelado só em parte. É preciso o tempo de repouso.	15
Creme de leite (200 g)	"	8	O creme pode-se descongelar num recipiente de papelão, depois de tiradas as partes metálicas.	5

Descongelação de pão e pãozinhos				
Tipo/quantidade	Nível de potência	Tempo	Observações e conselhos	Tempo de repouso (min)
4 pães		5	Não precisa virar os pães	5
Pão misto (300g)	"	5	Não precisa virar o pão	10
Pão integral em fatias (70g)	"	4	Não precisa virar as fatias	3

Descongelação de fruta				
Tipo/quantidade	Nível de potência	Tempo	Observações e conselhos	Tempo de repouso (min)
Morangos, ameixas, cerejas, groselhas, damascos (500 g)		12	Vire 1 vez depois de 4 minutos	10
Framboesas (300g)	"	10	Vire 1 vez depois de 4 minutos	10
Amouras (250 g)	"	8	Vire 1 vez depois de 3 minutos	6

Descongelação de carnes ensacadas				
Tipo/quantidade	Nível de potência	Tempo	Observações e conselhos	Tempo de repouso (min)
Fiambre em fatias (200 g)		5	Depois dos primeiros 2 minutos, vire o fiambre e tire as fatias já descongeladas.	10
Mortadela em fatias (200 g)	"	5	Depois dos primeiros 2 minutos, vire a mortadela e tire as fatias já descongeladas.	10
Salsicha de porco (n. 3) (300 g)	"	8	Depois dos primeiros 3 min., vire as salsichas.	10

AQUECIMENTO

É uma operação em que o forno de micro-ondas evidencia toda a própria utilidade e eficácia. O aquecimento dos alimentos oferece várias vantagens. O forno de micro-ondas aquece os alimentos muito rapidamente e, conseqüentemente, os alimentos mantêm todo seu sabor e qualidades originais.

Sugestões para o aquecimento dos alimentos:

- 1) Como durante es cozeduras tradicionais, utilizando as micro-ondas aconselhamos também a aquecer a comida (em particular alimentos congelados), por meio duma temperatura de ao menos, 70°C. Não será possível comer logo o alimento, pois resultará ser demasiado quente, desta forma, porém garante-se a sua completa esterilização.
- 2) Para aquecer comida pré-cozida ou congelada, seguir sempre estas advertências:
 - Tire a comida do recipiente, se metálico;
 - tampe com película transparente ou papel encerado; desta maneira todo o sabor natural será mantido e o forno ficará mais limpo;
 - Se possível, mexer ou virar frequentemente para acelerar o processo de aquecimento;
 - Seguir com muito cuidado as advertências na confecção dos alimentos (não sempre estas estão correctas). Portanto, lembre-se de que, em certas condições, os tempos indicados para o aquecimento deverão ser aumentados.
- 3) Lembre-se de que as comidas congeladas deverão ser descongeladas antes de começar o aquecimento. Quanto mais baixa a temperatura inicial da comida, tanto maior o tempo necessário para o aquecimento.
- 4) Comidas e bebidas podem ser aquecidas durante breve tempo em recipientes de papael ou de plástico. Lembre-se de que, se o tempo de aquecimento for demasiado, estes recipientes poderiam deformar-se.

Aquecimento de alimentos pré-cozidos já descongelados

Tipo/quantidade	Nível de potência	Tempo	Observações e conselhos
Lasanhas (400 g)		7 - 9	Retirar do recipiente e coloque num prato covo. Tape a comida. Depois do aquecimento, deixe repousar uns 2 minutos. A comida como costeletas e "Bhuna Gosht" deverão ser mexidas umas duas vezes durante o aquecimento.
Massa recheada (400 g)	"	7 - 9	
Costeletas	"	6 - 9	
Bhuna Gosht	"	6 - 8	

Aquecimento de comida à temperatura de frigorífico até cerca 20°C

Tipo/quantidade	Nível de potência	Tempo	Observações e conselhos
Leite/cacau (1/4 l)		2	Aquecer numa chávena
Líquidos (1/4 l)	"	2	Aquecer numa chávena
Manteiga (250 g)	"	4	Retirar a folha metálica (quando tiver)
logurt (125 g)	"	3	Retirar a folha metálica (quando tiver)

Aquecimento pratos frios

Tipo/quantidade	Nível de potência	Tempo	Observações e conselhos
1 biberão (240 ml)		2	Aquecer o biberão sem a tampa. Mexer depois do aquecimento.
1 prato de carne (350-400 g)		6	Aquecer tapado com película transparente.
1 porção de carne (150 g)	"	2,5	Aquecer tapado com película transparente, menos a carne panada.
1 porção de peixe (150-200 g)	"	2,5	Aquecer tapado com película transparente, menos o peixe panado.
1 porção de verdura, batatas e arroz (200 g)	"	3	Aquecer tapado com película transparente.
2 porções de sopa de verdura (1/2 l)	"	7	Aquecer tapado com película transparente.
1 chávena de caldo (300 cc)	"	2,5	Caldo claro aquecer sem tampa. Caldo com massa, aquecer com película transparente.

Aquecimentos de bebidas

Tipo/quantidade	Nível de potência	Tempo	Observações e conselhos
Leite (200 ml)		3	Mexer depois de aquecido.
1 chávena de água (180 cc)	"	4	Água para o café ou o chá instantâneo. Mexer quando a água não estiver mais ferver.
1 chávena de leite (150 cc)	"	1,5	O leite é aquecido para poder ser bebido.
1 chávena de café (a aquecer novamente)	"	1	Mexer depois de aquecido.

Derreter alimentos

Tipo/quantidade	Nível de potência	Tempo	Observações e conselhos
Chocolate/Gelatina (100 g)		3,5	Para o chocolate que derrete, não é preciso mexer.
Manteiga (50-70 g)	"	2 - 3	Mexer uma vez a gelatina. Para o aquecimento acrescentar um minuto a mais.

COZEDURA

Para cozer verduras ou peixes não dourados é preciso fazer referimento à tabela, lembrando-se dos seguintes conselhos:

- As verduras, cozidas no forno de micro-ondas, guardam a cor e o poder nutritivo mais do que as cozidas por meio da cozedura tradicional. Não é preciso acrescentar água: a que fica da lavagem é suficiente para criar um pouco de vapor. Como regra geral, as verduras devem ficar sempre cobertas com a película transparente, previamente furada em várias partes, para permitir a saída do vapor. As que são mais consistentes devem ser cortadas aos pedaços (por ex. : cenouras). Mexe-se ao menos uma vez ao meio da cozedura e põe-se um pouco de sal somente no fim.
- O peixe coze muito rápido e com ótimos resultados. Pode-se temperar com pouca manteiga ou azeite (ou não temperar); cobre-se com película, deixando uma saída para o vapor. É claro que, se o peixe tem pele, é preciso fazer algumas incisões; os filetes têm que se dispor em camadas homogêneas. Aconselha-se a cozer peixe panado. É possível cozer o peixe directamente no prato.

Tempos de cozedura para verduras					
Tipo	Formato	Quantidade	Nível de potência	Tempo de cozedura (min)	Tempo de repouso (min)
Alcachofras frescas	Inteiras	4 (8 metadoes)		11	3
Alcachofras descongeladas	Corações	300 gr	"	9	3
Espárgos frescos	pedaços de 2cm	500 gr	"	8	3
Espárgos descongelados	Inteiros	300 gr	"	8	4
Feijão verde fresco	Pedaços de 2 cm	500 gr	"	11	3
Feijão verde descongelado	Em pedaços	300 gr	"	10	3
Nabo fresco	Em fatias	500 gr	"	11	5
Brócolos frescos	Folhas	500 gr	"	10	3
Brócolos descongelados	Inteiros/em pedaços	300 gr	"	10	2
Couve de Bruxelas frescas	Inteiras	500 gr	"	11	3
Couve de Bruxelas descong.	Inteiras	300 gr	"	10	3
Couve fresca	Em pedaços	500 gr	"	12	5
Couve fresca	Coração	500 gr	"	11	5
Cenouras frescas	Fatias de 1 cm	500 gr	"	10	3
Cenouras descongeladas	Fatias	300 gr	"	9	3
Couve-flor fresca	Coração	500 gr	"	13	5
Couve-flor fresca	Inteira	800-900 gr	"	18	6
Couve-flor descongelada	Coração	300 gr	"	9	3
Aipo fresco	Fatias de 1 cm	500 gr	"	10	2
Beringela fresca	Em cubos	500 gr	"	10	2
Beringela fresca	Inteira, furada	500 gr	"	12	3
Alho-porro	Inteiro, folhas	400 gr	"	12	3
Verduras mistas descongeladas		300 gr	"	8	2
Colgumelos frescos	Em pedaços	500 gr	"	11	3
Cebolas frescas	Inteiras, sem casca	8 - 10 (pequenas)	"	13	4
Ervilha fresca	Sem casca	500 gr	"	11	3
Ervilha descongelada	Sem casca	300 gr	"	7	3
Batatas frescas	Em pedaços	500 gr	"	20	3
Espinafres frescos	Folhas inteiras	500 gr	"	8	2
Espinafres descongelados	Em pedaços	300 gr	"	7	2
Pimentos frescos	Pedaços	500 gr	"	13	3
Aboborinhas frescas	Fatias	500 gr	"	8	3

Tempos de cozedura para o peixe					
Tipo	Quantidade	Nível de potência	Tempo de cozedura	Observações e conselhos	Tempo de repouso (min)
Filetes	300 gr		6	Virar ao meio da cozedura	2
Postas	300 gr	"	9	Virar ao meio da cozedura	2
Inteiro	500 gr	"	10	Virar ao meio da cozedura	3
Amêijoas	500 gr	"	6	Mexer depois de cozido	-
Mexilhão	500 gr	"	6	Mexer depois de cozido	-
Camarões	500 gr	"	8	Mexer depois de cozido	2

- Notas:
- Para as cozeduras que ultrapassam os 5 minutos aconselha-se a mexer ou virar a comida ao meio da cozedura.
 - A formação de condensação ao interno do forno e na área de saída do ar é perfectamente normal. Para reduzi-la, aconselha-se a tapar a comida com película transparente, papel encerado, tampas de vidro ou um simples prato entornado.
 - A comida com muita água, (como a verdura), coze melhor se coberta. Cobrindo a comida, não somente ajudará manter o interno do forno limpo, mas inclusivamente reduzir-se-á a formação de condensação. Utilize películas transparentes.

ATENÇÃO! Não tapar com papel de alumínio e não tapar nas funções COMBINADA MICRO-ONDAS + GRILL e Só GRILL

Cozedura combinada: MICRO-ONDAS+GRILL

Programa 

Aconselhado para:

Cozeduras que precisam de cor e para tornar estaladiça a parte exterior da comida. Isto não acontece utilizando somente as micro-ondas (por ex. carne, aves de capoeira, salsichas, verduras, massa ou lasanhas gratinadas, peixe dourado, bolos, etc.).

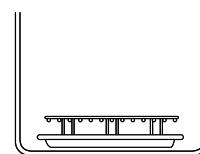
Escolha o nível de potência das micro-ondas da seguinte maneira:

Potência até o nível  (125W) + **grill 1500W**

Para cozer carnes, hamburguers, salsichas. Quantidade máx. 150 g.

Potência até o nível  (595W) + **grill 1500W**

Para cozer espetos, peitos de frango, verduras gratinadas, lasanhas, bolos. Quantidade máx. 350 g. Cozedura de grandes pedaços de carne, aves, grandes quantidades de comida gratinada.



Grelha baixa em cima do prato giratório



Prato giratório

Durante estes programas o recipiente da comida deve ser colocado como aconselhado nas receitas (em cima do prato giratório ou na grelha baixa).

Funcionamento:

Este forno oferece um sistema de cozedura que une a cozedura de micro-ondas junto com a grelhadura tradicional. Este método reduz sensivelmente os tempos de cozedura.

- 1) Coloque a comida num recipiente apto e coloque o recipiente ao centro da grelha baixa em cima do prato giratório ou directamente no prato giratório. Feche a porta do forno.
- 2) Gire o manípulo selector de programas (C) até ao programa COZEDURA COMBINADA .
- 3) Gire o manípulo selector de potência (D) até o nível de potência desejado.
- 4) Gire o manípulo do timer (E) no sentido dos ponteiros do relógio até o tempo de cozedura desejado. A resistência do grill e a luz piloto acendem. O ventilador e a lâmpada do forno acendem.
- 5) Carregue no botão FUNCIONAMENTO MICRO-ONDAS (G) para pôr em funcionamento a cozedura.
- 6) Depois de terminado o tempo de cozedura programado, a função micro-ondas e o grill desligam automaticamente. O fim da cozedura será indicada por meio dum sinal acústico.

Nota: Se abrir a porta do forno para controlar a comida, a função micro-ondas é interrompida, mas o grill continua ligado. Para pôr novamente em funcionamento as micro-ondas, feche a porta e carregue novamente no botão FUNCIONAMENTO MICRO-ONDAS.

Atenção: Se abrir a porta do forno durante a grelhadura ou a cozedura combinada, o grill continua ligado. Não toque no grill. As crianças devem ser vigiadas quando elas estiverem na cozinha.

Aconselha-se a conferir a tabela das receitas. Lembre-se de que todas as sugestões que achar para a cozedura de micro-ondas são válidas também para a cozedura combinada.

Tempos de cozedura para a carne

Tipo		Quantidade	Nível de potência	Tempo de cozedura	Conselhos	Tempo de repouso (min)
NOVILHO	Rolo de carne moída	500 gr		26	Virar 2 vezes	3
	Lombo	600 gr	"	28	Virar 2 vezes	3
	Assado, pernil	1 kg	"	37	Virar 2 vezes	2
VITELA	Assada (rolo)	1 kg	"	37	Virar 1 vez	2
	Coxa	500 gr	"	24	Virar 1 vez	2
	Assado	1 kg	"	37	Virar 2 vezes	2
PORCO	Lombo	700 gr	"	30	Virar 1 vez	5
	Coxa	1 - 1.5 kg	"	40	Virar 2 vezes	5
	Inteiro	1 kg	"	45	Virar 2 vezes	3
FRANGO	Meio	500 gr		17	Virar 2 vezes	3
	Pedaços	500 gr		22	Virar 1 vez	3
	Peito	300 gr	"	13	Virar 1 vez	2
PERU	Pedaços	1 kg	"	38	Virar 2 vezes	5
	Peito	500 gr	"	17	Virar 1 vez	2
	Inteiro	1 - 1.5 kg		37	Virar 2 vezes	5
BATATAS	Frescas em pedaços	500 gr		22	Mexer 2 vezes	3

Cozedura

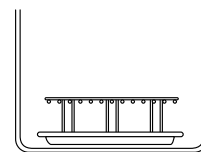
Sò GRILL

Programa 

Aconselhado para:

Este programa aconselha-se para grelhar Hamburgers, costeletas, salsichas, verdura, wüstel, toucinho, tostas, etc.

Utiliza-se o forno como um forno tradicional: a comida é colocada na grelha alta, que colocar-se-á em cima do prato giratório, o prato giratório será útil para recolher as gotas de gordura.



Grelha alta em cima do prato giratório

Funcionamento:

- 1) Ponha a comida a grelhar em cima da grelha alta e coloque a grelha em cima do prato giratório.
- 2) Gire o manípulo selector de programas (C) até  (Só grill).
- 3) Gire o manípulo do timer (E) no sentido dos ponteiros do relógio até o tempo de cozedura desejado. A resistência do grill acende automaticamente; a luz piloto do grill e o ventilador ligam.
- 4) Depois de acabado o tempo de cozedura, o manípulo do timer (E) volta à posição  (STOP), e a luz piloto e o ventilador desligam. O fim do processo de cozedura é indicado por um sinal acústico.

Nota Quando utilizar a função Só GRILL, não é preciso carregar no botão FUNCIONAMENTO MICRO-ONDAS (G) para começar a cozedura.

Atenção: Se abrir a porta durante a grelhadura ou a cozedura combinada, o grill permanece ligado. Não toque no grill. Aconselha-se a vigiar as crianças quando elas estiverem na cozinha.

TEMPOS DE GRELHADURA

Nota: O forno deve ser pré-aquecido durante uns 5-8 minutos antes de começar a grelhar.

Comida	Tempo de grelhadura
Costeleta de boi ou porco (1 cm de espessor)	7-10 minutos cada lado
Costeleta de boi ou porco (2 cm de espessor)	11-14 minutos cada lado
Costeleta de anho	11-14 minutos cada lado
Salsichas	6-9 minutos cada lado
Pão grelhado	1-3 minutos cada lado
Hamburgers frescos (200 g)	8-11 minutos cada lado
Hamburgers congelados (200 g)	10-13 minutos cada lado

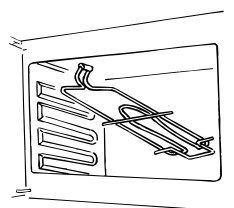
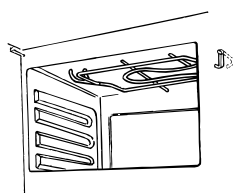
MANUTENÇÃO E LIMPEZA

Importante: Antes de qualquer operação de manutenção ou limpeza, retire sempre a ficha da tomada de corrente.

Limpeza

Para manter o seu forno em boas condições, aconselha-se a limpá-lo tanto interna como extrenamente com um pano húmido e detergente neutro líquido. Não utilize detergentes abrasivos, palha-d'aço ou utensílios de metal pontiagudos. Aconselha-se a não utilizar álcool para limpar as superfícies da porta. Aconselha-se a limpar muito bem a parte interna da porta para permitir que esta feche perfeitamente.

De vez em quando será necessário retirar o prato giratório e a base do prato para os limparem, e para limpar também o fundo do forno. Lave o prato giratório e a base do prato em água morna com sabão neutro. Enxugue bem por meio dum pano seco. O prato giratório e a sua base podem ser lavados na máquina de lavar louça. **Atenção: Não imergir o prato giratório na água depois dum longo aquecimento; o elevado choque térmico poderia quebrá-lo.** O motor do prato giratório é vedado, porém quando executar a limpeza do fundo faça atenção para que a água não penetre abaixo do perno central do prato.



Para tornar mais fácil a limpeza da parte interior do forno, pode-se abaixar a resistência superior depois de rodado o gancho de cerâmica. O céu do forno deve-se limpar fazendo atenção para não manumitir ou dobrar o pequeno gancho que ali está (também para não se ferir).

IMPORTANTE: Depois da limpeza, colocar novamente a resistência no lugar adequado e enganchá-la correctamente. O forno não deve ser utilizado com a resistência em posição abaixada.

Se algo não estiver a funcionar...

No caso em que haja defeitos, poderá dirigir-se ao Serviço de Assistência Técnica. De qualquer forma, antes de consultar os nossos técnicos, aconselha-se a verificar com atenção estas breves indicações:

PROBLEMA	CAUSA
O aparelho não funciona	• A porta não está fechada correctamente • A ficha não está inserida correctamente na tomada • A tomada não dá corrente (controle o fusível) • Não carregou no botão FUNCIONAMENTO (para as cozeduras com micro-ondas) • O timer não foi colocado correctamente
Vapor ou condensação da conduta de saída do ar	• Quando coze-se comida cheia de água, é normal que o vapor gerado no interior do forno saia pela conduta do ar.
Centelhas ao interno do forno	• Não ligue o forno sem alimentos durante as cozeduras com MICRO-ONDAS e MICRO-ONDAS+GRILL • Não utilize recipientes metálicos durante as cozeduras com micro-ondas • O lado interno da porta deve ser mantido sempre limpo.
O grill não funciona	• Gire o manípulo selector de programas até a posição GRILL (▼▼▼)
A comida não aquece suficientemente	• Escolha outro tipo de cozedura ou aumente o tempo de cozedura • A comida não foi descongelada completamente antes da cozedura • Utilize o correcto acessório entregue
A comida queima	• Utilize o correcto modo de cozedura ou diminua o tempo de cozedura
A comida não coze homogeneamente	• Mexer a comida durante a cozedura. Lembre-se de que a comida coze melhor se cortada em pedaços homogéneos.

Se a lâmpada de iluminação não funcionar, poderá continuar utilizar o forno sem problemas. Para substituir a lâmpada avariada é preciso dirigir-se ao Serviço de Assistência

DADOS TÉCNICOS

Tensão	veja a placa de especificações
Frequência	50 Hz
Potência absorvida (grill)	1500 W
Potência absorvida (micro-ondas)	1500 W
Potência absorvida total	3000 W
Potência de rendimento das micro-ondas	850 W
Frequência micro-ondas	2450 MHz
Dimensões externas:	
Largura	56.0 cm (22")
Altura	34.9 cm (13.5")
Profundidade	49.5 cm (19.5")
Volume líquido do forno	26 litros
Peso	25 kg
Lâmpada forno	25 W

Este aparelho é conforme a normativa EEC 87/308 referente à supressão de interferências de rádio.

Os dados técnicos poderão sofrer modificações sem algum aviso prévio.