

GoldStar

website:<http://www.lg.ca>

e-mail:<http://www.lgeservice.com/techsup.html>

FOUR À MICRO-ONDES

MANUEL DE L'UTILISATEUR

LIRE COMPLÈTEMENT CE MANUEL DE L'UTILISATEUR AVANT D'UTILISER LE FOUR

GMV-1320RW

N°/P 3828W5A2720
Imprimé en Corée

PRÉCAUTIONS À PRENDRE POUR ÉVITER L'EXPOSITION EXCESSIVE À L'ÉNERGIE MICRO-ONDES

- (a) Ne pas tenter de faire fonctionner ce four si la porte est ouverte car cela peut causer une exposition dangereuse à l'énergie micro-ondes. Il est important de ne pas outrepasser ni modifier le système de verrouillage de sécurité.
- (b) Ne pas placer d'objets entre le devant du four et la porte ou laisser des saletés ou des résidus de nettoyant s'accumuler sur les joints d'étanchéité.
- (c) Ne pas faire fonctionner le four s'il est endommagé. Il est très important que la porte du four se ferme adéquatement et qu'il n'y a aucun dommage à:
 - (1) la porte (pliée);
 - (2) aux charnières et loquets (brisés ou lâches);
 - (3) aux joints de la porte et aux surfaces scellées.
- (d) Le four ne doit pas être réglé ou réparé par une personne autre qu'un technicien qualifié.

TABLE DES MATIÈRES

PRÉCAUTIONS À PRENDRE POUR ÉVITER L'EXPOSITION EXCESSIVE À L'ÉNERGIE MICRO-ONDES	2	Pommes de terre	12
TABLE DES MATIÈRES	3	Breuvage	12
SÉCURITÉ	4	Entrée surgelée	12
Instructions de sécurité importantes	4	Légumes frais	12
INFORMATION	6	Minuterie	12
Emplacement du numéro de modèle	6	Guide de cuisson pour puissance plus basse ..	13
Données techniques du four	6	Tableau de cuisson automatique	14
Cote électrique	6	Décongélation automatique	15
Exigences électriques	6	Conseils pour la décongélation automatique....	15
Instructions de mise à la terre	6	Tableau de décongélation automatique.....	16
Caractéristiques du four à micro-ondes	7	CUISSON	18
Panneau de commandes	8	Pour les meilleurs résultats possible	18
FONCTIONNEMENT	10	Poissons et crustacés	18
Apprendre à connaître le four à micro-ondes ...	10	Gueuletons, sauces, soupes	19
Pendule	10	Viande.....	19
Réglage sur mesure	10	Volaille	21
Lumière marche-arrêt	10	Pâte et riz.....	22
Ventilation marche-arrêt	10	ENTRETIEN	23
Verrouillage pour enfant	10	Entretien et nettoyage.....	23
Ez On(Minute additionnelle)	11	Nettoyage des filtres à graisse	23
Cuisson à puissance élevée	11	Remplacement des filtres à charbon	23
Plus/moins	11	Remplacement de la lumière	23
Cuisson à puissance plus basse	11	Guide pour ustensiles	24
Maïs à éclate	11	GUIDE DE DÉPANNAGE	25
		Avant d'appeler le technicien.....	25
		Questions et réponses.....	25

INSTRUCTIONS DE SÉCURITÉ IMPORTANTES

Les instructions de sécurité ci-dessous indiquent comment utiliser le four et éviter des blessures ou d'endommager le four.

AVERTISSEMENT -Pour réduire les risques de brûlures, de chocs électriques, d'incendie, de blessures ou d'exposition à l'énergie micro-onde.

- **Lire toutes les instructions avant d'utiliser le four.**
- **Ne pas laisser les enfants utiliser le four sans supervision d'un adulte.**
- Lire et suivre **LES PRÉCAUTIONS POUR ÉVITER UNE EXPOSITION À L'ÉNERGIE MICRO-ONDES** indiquées à la page 2.
- **Ne pas utiliser** de produits ou de vapeurs chimiques corrosifs, comme du chlore ou du sulfure, dans cet appareil. Ce type d'appareil est spécifiquement conçu pour chauffer, cuire ou assécher les aliments. Il n'est pas destiné à un usage industriel ou de laboratoire.
- **Ne pas utiliser ni ranger** cet appareil à l'extérieur. Ne pas utiliser cet appareil à proximité de l'eau, par exemple, près d'un évier, dans un sous-sol humide ou près d'une piscine.
- **Ne pas utiliser** l'intérieur à des fins de rangement. Ne pas laisser des objets en papier, des ustensiles ou des aliments à l'intérieur si l'appareil n'est pas utilisé.
- **Nettoyer le ventilateur régulièrement.** Ne pas laisser la graisse s'accumuler dans le ventilateur ou les filtres.
- Prendre des précautions au moment de nettoyer les filtres. Des produits de nettoyage corrosifs peuvent endommager les filtres.
- **Ne pas toucher aux interrupteurs de sécurité intégrés à la porte du four.** Ce four est doté de plusieurs dispositifs de sécurité pour couper l'alimentation lorsque la porte est ouverte.
- Mettre le ventilateur en circuit avant la cuisson ou lorsque les aliments commencent à faire de la vapeur.
- **Idéal pour une utilisation au-dessus d'un appareil de cuisson électrique ou à gaz de 22 po ou moins de largeur.**
- **Ne pas utiliser ce four à des fins commerciales.** Il est destiné à un usage domestique seulement.
- **Au moment de nettoyer la porte et les surfaces en contact avec la porte, utiliser seulement un détergent doux non abrasif et une éponge ou un chiffon doux.**
- **Si le four a été échappé ou endommagé,** le faire vérifier adéquatement par un technicien qualifié avant de l'utiliser de nouveau.
- **Pour éviter les risques d'incendie :**
 - **Ne pas trop faire cuire les aliments.** Des aliments trop cuits peuvent causer un incendie dans le four. Surveiller le four, surtout s'il y a du papier, du plastique ou d'autres objets combustibles dans le four.
 - **Ne pas ranger des objets combustibles (pain, biscuits, etc.) dans le four,** car si la foudre frappe les lignes électriques, cela peut mettre le four en circuit.
 - **Ne pas utiliser d'attaches dans le four.** S'assurer de vérifier les aliments achetés pour voir s'il y a des attaches avant de les placer dans le four.
- **Si un feu se déclare :**
 - **Garder la porte du four fermée.**
 - **Mettre le four hors circuit.**
 - **Débrancher le cordon d'alimentation ou couper l'alimentation au fusible ou au coupe-circuit.**
- **Pour éviter les chocs électriques :**
 - **Cet appareil doit être mis à la terre.** Brancher seulement sur une prise mise à la terre. Voir les **INSTRUCTIONS DE MISE À LA TERRE** à la page 6.
 - **Ne pas faire fonctionner cet appareil si le cordon d'alimentation ou la fiche est endommagé,** si l'appareil ne fonctionne pas adéquatement ou s'il a été endommagé ou échappé.
 - **Ne pas immerger le cordon d'alimentation ou la fiche dans l'eau.**
 - **Éloigner le cordon de toute surface chaude.**

SÉCURITÉ

- **Pour éviter une mauvaise cuisson de certains aliments :**
 - **Ne pas faire chauffer tout type de bouteilles pour bébés ni d'aliments pour bébés.** Il peut en résulter un chauffage inégal et causer des blessures.
 - **Ne pas chauffer des contenants à ouverture étroite,** comme des bouteilles de sirop.
 - **Ne pas faire de grande friture dans le four.**
 - **Ne pas tenter de faire des conserves maison dans le four.**
 - **Ne pas faire chauffer les articles suivants dans le four:** oeufs entiers dans la coquille, de l'eau avec du gras ou de l'huile, des contenants scellés ou des bocaux fermés. Ces articles peuvent exploser.
- **Ne pas couvrir** ou obstruer les ouvertures du four.
- Utiliser le four seulement selon les instructions décrites dans ce guide.
- Ne pas faire fonctionner le four s'il est vide, sans aliment.
- Ne pas laisser le cordon pendre de la table ou du comptoir.
- **Protéger le fond du four:**
 - **Ne pas chauffer excessivement le fond du four.**
 - **Ne pas** laisser la pellicule grise de certains emballages à cuisson au micro-ondes entrer en contact avec le fond du four. Placer l'emballage dans un plan allant au four à micro-ondes.
 - **Ne pas** faire cuire quoique ce soit directement sur le fond du four ou de la plaque tournante. Utiliser un plat allant au four à micro-ondes.
 - Placer un plat à brunir à au moins 3/16 po au-dessus du fond. Lire et suivre attentivement les instructions pour le plat à brunir. Si ce dernier est mal utilisé, cela peut endommager le fond du four.
- Installer ou placer l'appareil selon les instructions d'installations fournies.
- Seul un technicien qualifié peut effectuer l'entretien de cet appareil. Communiquer avec le centre de service le plus près pour vérification, réparation ou réglage.

CONSERVER CES INSTRUCTIONS

ÉNONCÉ SUR L'INTERFÉRENCE DE RADIO FRÉQUENCE DE LA COMMISSION FÉDÉRALE DE COMMUNICATION (É.-U. SEULEMENT)

AVERTISSEMENT:

Cet équipement génère et utilise une énergie de fréquence ISM et s'il n'est pas utilisé et installé adéquatement, selon les instructions du fabricant, il peut causer des interférences radio et télé. Cet appareil a été testé et est conforme aux normes pour les équipements ISM selon les règlements de la FCC, section 28. Ces normes sont conçues pour assurer une protection raisonnable contre les interférences indésirables pour les installations résidentielles. Toutefois, il n'y a aucune garantie que des interférences ne se produiront pas dans le cas d'une installation particulière. Si cet équipement cause des interférences à la réception télé ou radio, ce qui peut être déterminé en mettant l'appareil hors circuit, puis en circuit, l'utilisateur est prié d'essayer de corriger l'interférence en prenant l'une des mesures suivantes:

- Réorienter l'antenne réceptrice du téléviseur ou de la radio.
- Éloigner le four à micro-ondes du récepteur.
- Déplacer le four à micro-ondes loin du récepteur.
- Brancher le four à micro-ondes sur une prise différente de celle utilisée avec le récepteur.

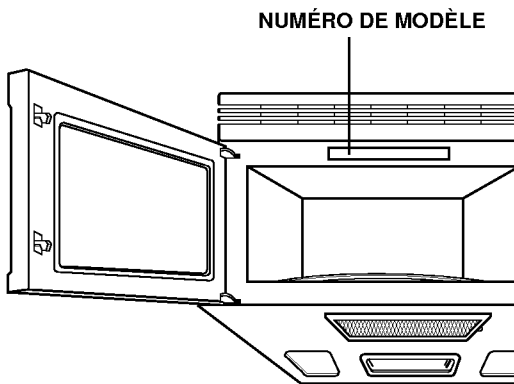
Le fabricant n'est pas responsable des interférences radio ou télé causées par une modification non autorisée de ce four à micro-ondes. Il incombe à l'utilisateur de corriger de telles interférences.

INFORMATIONS

Lire le guide de l'utilisateur. Il indique comment utiliser toutes les caractéristiques de ce four à micro-ondes.

EMPLACEMENT DU NUMÉRO DE MODÈLE

Pour obtenir de l'information ou le remplacement de pièces, le centre de service demandera le numéro de modèle complet du four à micro-ondes. Ce numéro est situé à l'avant du four, tel qu'il est illustré ci-dessous.



DONNÉES TECHNIQUES DU FOUR

Puissance de sortie	950 W (IEC 60705 standard)
Dimensions extérieures	21 ⁷ / ₈ " x 16 ¹ / ₈ " x 16 ⁵ / ₈ " (L x H x P)
Volume de la cavité	1,3 pi. cu.
Poids net	48 lb
Capacité de ventilation	130 pi. cu./min.

COTE ÉLECTRIQUE

- * Cote électrique : 120 volts, c.a., 60 hertz
- * 12,5 ampères / 1350 watts (micro-ondes + ampoule + ventilateur)

EXIGENCES ÉLECTRIQUES

Ce four est conçu pour fonctionner sur une prise standard de 120 volts, 60 hertz. S'assurer que le circuit a au moins 15 ampères et que le four à micro-ondes est le seul appareil sur ce circuit. Il n'est pas conçu pour un circuit de 50 hertz ou tout autre circuit supérieur à 120 volts, 60 hertz.

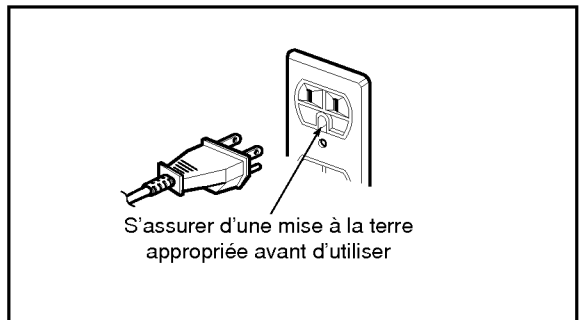
INSTRUCTIONS DE MISE À LA TERRE

Cet appareil doit être mis à la terre. Si un court-circuit se produit, la mise à la terre réduit le risque de choc électrique en fournissant un chemin pour le courant électrique. Le cordon de cet appareil est également mis à la terre par sa fiche mise à la terre. Brancher la fiche sur une prise qui est installée adéquatement et mise à la terre.

AVERTISSEMENT - Si la fiche de mise à la terre est mal utilisée, l'on peut risquer d'avoir un choc électrique.

Demander à un électricien qualifié en cas de doute sur les instructions de mise à la terre ou pour savoir si l'appareil est correctement mis à la terre. Puisque cet appareil s'installe sous une armoire, il est doté d'un cordon d'alimentation qui est court. Consulter les instructions d'installation sur la façon de placer le cordon adéquatement. Le cordon d'alimentation doit toujours être sec, ni pincé, ni écrasé de quelque façon que ce soit.

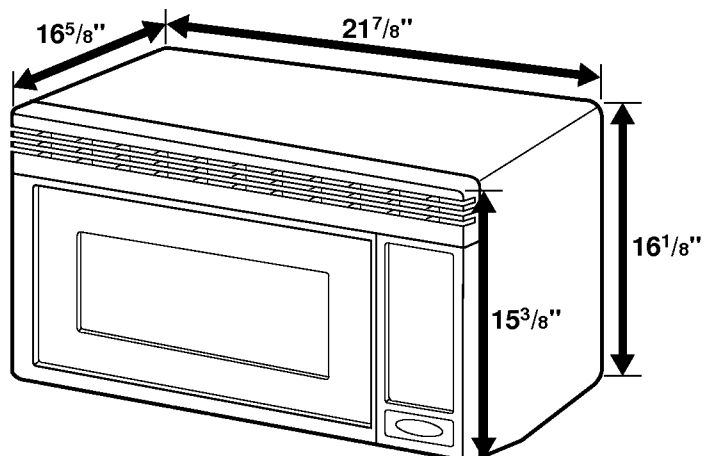
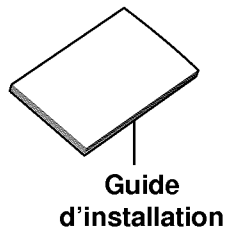
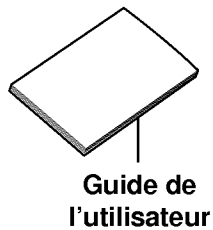
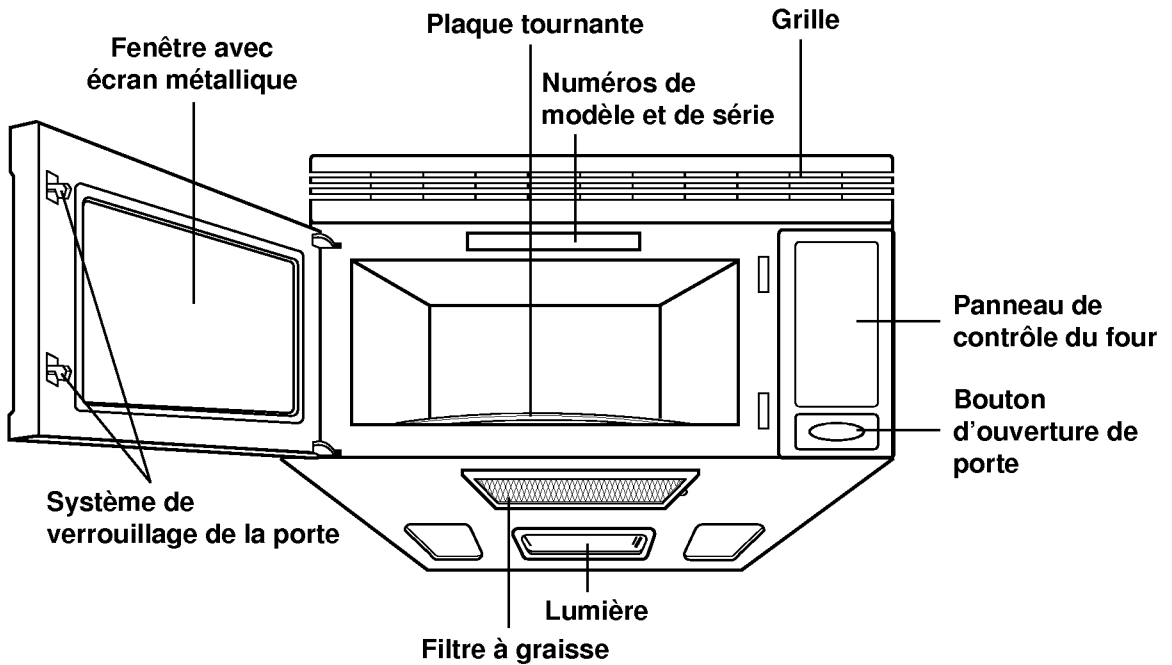
S'il est nécessaire d'utiliser une rallonge, utiliser seulement une rallonge à 3 fils dotée d'une fiche à 3 lames mise à la terre. La cote de l'extension doit être égale ou supérieur à la cote électrique de cet appareil.



Pour un appareil branché en permanence : Cet appareil doit être branché sur un système de câblage permanent, métallique et mis à la terre ou un conducteur mis à la terre doit être conduit avec les conducteurs de circuit et branché sur la borne de mise à la terre ou le fil de l'appareil.

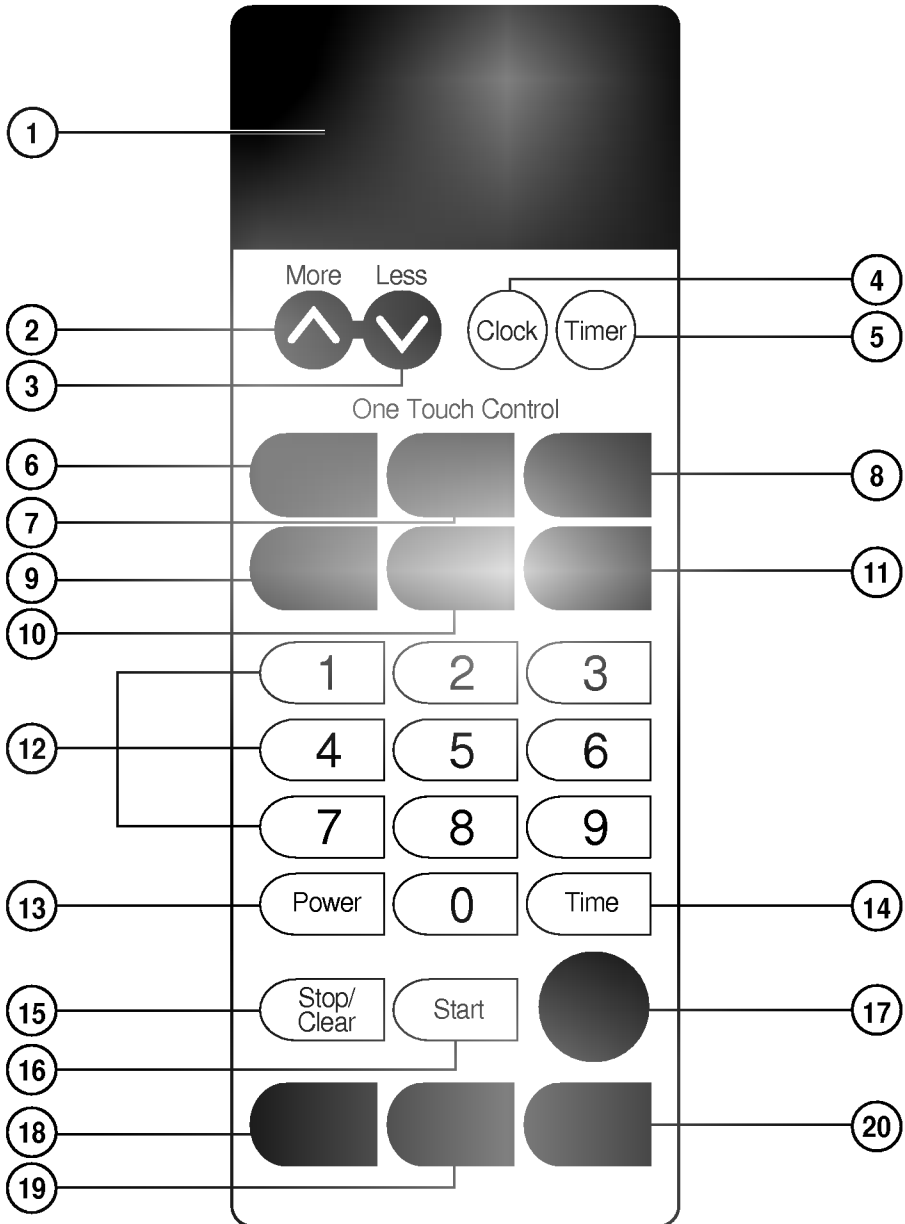
INFORMATIONS

CARACTÉRISTIQUES DU FOUR À MICRO-ONDES



INFORMATIONS

PANNEAU DE CONTRÔLE DU FOUR



INFORMATIONS

- 1. AFFICHAGE “DISPLAY”**: L'affichage comprend une pendule et des indicateurs donnant l'heure, les réglages de temps de cuisson et les fonctions de cuisson sélectionnées.
- 2. PLUS “MORE”**: Presser cette touche pour ajouter 10 secondes de temps de cuisson à chaque pression.
- 3. MOINS “LESS”**: Presser cette touche pour supprimer 10 secondes de temps de cuisson à chaque pression.
- 4. PENDULE “CLOCK”**: Presser cette touche pour entrer l'heure du jour. Voir page 10 pour plus de détails.
- 5. MINUTERIE “TIMER”**: Cette touche sert à activer la minuterie du four. Voir page 12 pour plus de détails.
- 6. MAÏS À ÉCLATER “POPCORN”**: Presser cette touche pour faire du maïs à éclater. Voir page 11 pour plus de détails.
- 7. POMME DE TERRE “POTATO”**: Presser cette touche pour cuire de 1 à 4 pommes de terre. Voir page 12 pour plus de détails.
- 8. BREUVAGE “BEVERAGE”**: Presser cette touche pour réchauffer une ou deux tasses de breuvage. Voir page 12 pour plus de détails.
- 9. DÉCONGÉLATION AUTOMATIQUE “AUTO DEFROST”**: Viande, volaille, poisson. Presser une touche pour sélectionner le type d'aliment et décongeler l'aliment selon le poids. Voir page 15 pour plus de détails.
- 10. PLAT SURGÉLÉ “FROZEN ENTREE”**: Presser cette touche pour réchauffer 10 onces. Voir page 12 pour plus de détails.
- 11. LÉGUMES FRAIS “FRESH VEGETABLE”**: Presser cette touche pour cuire de 1 à 4 tasses. Voir page 12 pour plus de détails.
- 12. CHIFFRES “NUMBER”**: Presser les touches numériques pour entrer le temps de cuisson, la puissance, les quantités ou le poids.
- 13. PUISSANCE “POWER”**: Presser cette touche pour sélectionner le niveau de puissance de cuisson.
- 14. TEMPS “TIME”**: Utiliser pour régler le temps de cuisson manuellement.
- 15. ARRÊT/EFFACE “STOP/CLEAR”**: Presser cette touche pour arrêter le four ou effacer toutes les entrées.
- 16. MARCHE “START”**: Presser cette touche pour mettre en circuit une fonction. Si l'on ouvre la porte du four après avoir enclenché la pendule, presser la touche marche de nouveau.
- 17. MINUTE ADDITIONNELLE “EZ ON”**: Presser cette touche pour mettre le four à micro-ondes en marche sans presser START. L'on peut régler de 30 secondes à 3 minutes ; après 3 minutes, chaque pression ajoute 1 minute jusqu'à 99 minutes 59 secondes. Voir page 11 pour plus de détails.
- 18. RÉGLAGE SUR MESURE “CUSTOM SET”**: Presser cette touche pour changer les réglages par défaut du four pour le son, la pendule, la vitesse de défilement de l'affichage, le poids de décongélation. Voir page 10 pour plus de détails.
- 19. VENTILATEUR MARCHE-ARRÊT “VENT ON/OFF”**: Presser cette touche pour mettre le ventilateur en circuit ou hors circuit. Voir page 10 pour plus de détails.
- 20. LUMIÈRE MARCHE-ARRÊT “LIGHT ON/OFF”**: Presser cette touche pour mettre la lumière en circuit ou hors circuit. Voir page 10 pour plus de détails.

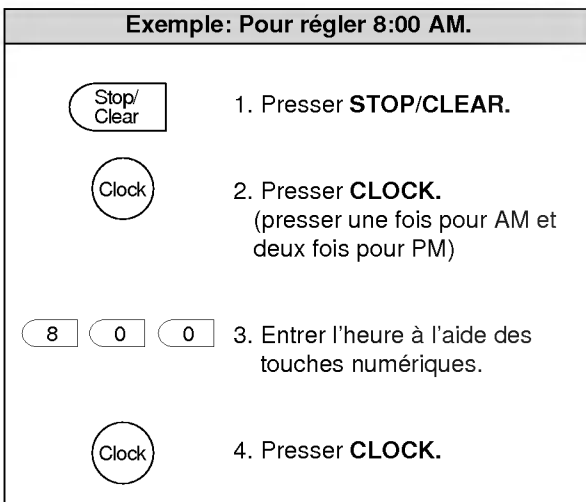
APPRENDRE À CONNAÎTRE LE FOUR À MICRO-ONDES

Cette section présente les concepts de la cuisson au micro-ondes et donne la base nécessaire pour faire fonctionner le four à micro-ondes. Lire les informations avant l'utilisation.

PENDULE (HEURE)

Ce four est doté d'une pendule 24 heures.

Exemple: Pour régler 8:00 AM.



1. Presser **STOP/CLEAR**.
2. Presser **CLOCK**.
(presser une fois pour AM et deux fois pour PM)
3. Entrer l'heure à l'aide des touches numériques.
4. Presser **CLOCK**.

Réglage sur mesure

L'on peut changer les valeurs par défaut pour le son, la pendule, la vitesse de défilement de l'affichage et le poids. Voir le tableau qui suit.

CHIFFRE	FONCTION	CHIFFRE	RÉSULTAT
1	Sonorité marche-arrêt	1	Sonorité en circuit
		2	Sonorité hors circuit
2	Contrôle d'affichage de la pendule	1	Pendule en circuit
		2	Pendule hors circuit
3	Affichage	1	Lent
		2	Normal
		3	Rapide
4	Sélection du mode de décongélation au poids	1	lb
		2	kg

Exemple: Pour changer le mode décongélation au poids (de lb à kg)

- 
1. Presser **STOP/CLEAR**.
 2. Presser **CUSTOM SET**.
 3. Presser le chiffre **4**.
 4. Presser le chiffre **2**.

LUMIÈRE MARCHÉ-ARRÊT

Presser **LIGHT** une fois pour la mettre en circuit et deux fois la mettre hors circuit.

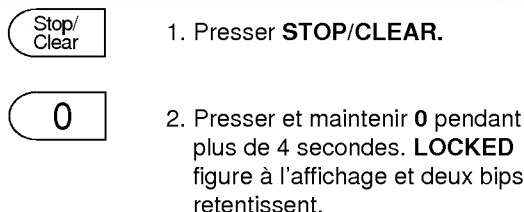
VENTILATEUR MARCHÉ-ARRÊT

Le ventilateur déplace la vapeur de la surface de cuisson. Presser **VENT** une fois pour vitesse élevée et deux fois pour mettre hors circuit.

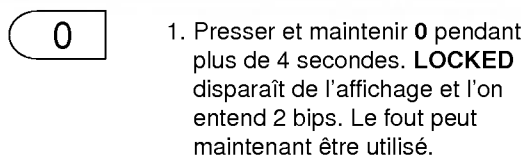
VERROUILLAGE POUR ENFANTS

L'on peut verrouiller le panneau de contrôle pour empêcher le four à micro-ondes d'être mis en marche accidentellement ou être utilisé par un enfant.

Exemple: Pour mettre le verrouillage.

- 
1. Presser **STOP/CLEAR**.
 2. Presser et maintenir **0** pendant plus de 4 secondes. **LOCKED** figure à l'affichage et deux bips retentissent.

Exemple: Pour annuler le verrouillage

- 
1. Presser et maintenir **0** pendant plus de 4 secondes. **LOCKED** disparaît de l'affichage et l'on entend 2 bips. Le four peut maintenant être utilisé.

EZ ON (Minute additionnelle)

Une touche pratique qui permet de régler et de mettre la cuisson rapidement sans presser la touche **START**. Si l'on presse **EZ ON**, cela ajoute 30 secondes jusqu'à 3 minutes. Après les 3 minutes, chaque pression de cette touche ajoute 1 minute jusqu'à 99 minutes 59 secondes.

Exemple: Pour cuire pendant 2 minutes



1. Presser **STOP/CLEAR**.



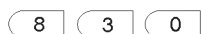
2. Presser **EZ ON** quatre fois.

CUISSON À PUISSANCE ÉLEVÉE

Exemple: Pour cuire pendant 8 minutes 30 secondes.



1. Presser **STOP/CLEAR**.



2. Entrer le temps de cuisson.



3. Presser **START**.

Lorsque le temps de cuisson est écoulé, l'on entend 3 bips et **END** figure à l'affichage.

PLUS/MOINS

En utilisant ces touches, tous les programmes **AUTO COOK** et **TIME COOK** peuvent être réglés pour cuire les aliments plus ou moins longtemps.

À chaque pression de la touche **MORE**, cela ajoute 10 secondes. À chaque pression de **LESS**, cela supprime 10 secondes de temps de cuisson.

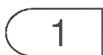
Exemple: Pour régler la cuisson du maïs à éclater 1,75 once pour un temps plus long



1. Presser **STOP/CLEAR**.



2. Presser **POPCORN**.



3. Presser **1**.



4. Presser **MORE**.

REMARQUE: Presser **MORE** ou **LESS** pendant le compte à rebours.

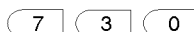
CUISSON À PUISSANCE BASSE

La cuisson à puissance élevée ne donne pas toujours de bons résultats avec des aliments qui requièrent une cuisson plus lente, comme les rôtis. Ce four est doté de 9 réglages de puissance en plus de la puissance **HIGH**.

Exemple: Pour cuire pendant 7 minutes 30 secondes à puissance 70 %



1. Presser **STOP/CLEAR**.



2. Entrer le temps de cuisson.



3. Presser **POWER**.



4. Entrer le niveau de puissance.



5. Presser **START**.

Lorsque la cuisson est terminée, il y a trois bips et **END** s'affiche.

MAÏS À ÉCLATER

Ce réglage permet de faire des sacs de maïs à éclater de 1,75, 3,0, et 3,5 onces. Faire un seul sac à la fois. Si l'on utilise un appareil pour micro-ondes, suivre les instructions du fabricant. Pour régler le four correctement, suivre ce tableau:

Format du sac	1.75	3.0	3.5
Touche NUMÉRIQUE	1	2	3

Exemple: Pour un sac de 3,0 onces



1. Presser **STOP/CLEAR**.



2. Presser **POPCORN**.



3. Presser **2**.

Lorsque la cuisson est terminée, il y a trois bips et **END** s'affiche.

POMME DE TERRE

Ce réglage permet de cuire des POTATO avec un puissance et un temps de cuisson pré-réglés. L'on peut choisir de 1 à 4 pommes de terre.

REMARQUES:

- Le temps de cuisson est réglé en fonction d'une pomme de terre moyenne de 8 onces.
- Avant de cuire, piquer plusieurs fois la pomme de terre avec une fourchette.
- Après la cuisson, laisser reposer 5 minutes.

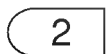
Exemple : Pour cuire 2 pommes de terre.



1. Presser **STOP/CLEAR**.



2. Presser **POTATO**.



3. Presser **2**.
Une fois la cuisson terminée, il y a trois bips et **END** s'affiche.

BREUVAGE

Ce réglage permet de chauffer jusqu'à 2 breuvages.

REMARQUES:

- Le temps de chauffage est en fonction d'une tasse de 8 onces.
- Les breuvages ainsi chauffés peuvent être très chauds.
- Retirer le contenant avec précautions.

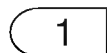
Exemple: Pour réchauffer un breuvage, 8 onces.



1. Presser **STOP/CLEAR**.



2. Presser **BEVERAGE**.



3. Presser **1**.
Lorsque la cuisson est terminée, il y a trois bips et **END** s'affiche.

PLAT SURGELÉ

Exemple: Pour réchauffer 10 onces.



1. Presser **STOP/CLEAR**.



2. Presser **FROZEN ENTREE**.
Lorsque la cuisson est terminée, il y a trois bips et **END** s'affiche.

LÉGUME FRAIS

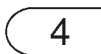
Exemple: Pour cuire 4 tasses.



1. Presser **STOP/CLEAR**.



2. Presser **FRESH VEGETABLE**.



3. Presser **4**.
Lorsque la cuisson est terminée, il y a trois bips et **END** s'affiche.

MINUTERIE

Vous pouvez utiliser votre four à micro-ondes comme minuterie. Celle-ci peut compter les minutes, jusqu'à un maximum de 99 minutes, 99 seconds.

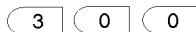
Exemple: Pour compter 3 minutes.



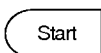
1. Presser **STOP/CLEAR**.



2. Presser **TIMER**.



3. Entrer l'heure à l'aide des touches numériques.



5. Presser **START**.
Lorsque le temps est écoulé, vous entendrez un long bip et **END** apparaîtra à l'affichage.

FONCTIONNEMENT

GUIDE DE CUISSON POUR NIVEAUX DE PUISSANCE BAS

Les neuf réglages plus le réglage ÉLEVÉ permettent de choisir le meilleur niveau de puissance pour les aliments à cuire.

Le tableau ci-dessous donne des exemples d'aliments à cuire à chaque niveau.

NIVEAU DE PUISSANCE	SORTIE DU MICRO-ONDES	UTILISATION
10 Élevé	100%	<ul style="list-style-type: none">• Bouillir de l'eau.• Cuire du boeuf haché.• Faire des bonbons.• Cuire des fruits et des légumes frais.• Cuire du poisson ou de la volaille.• Préchauffer les plats à brunir.
9	90%	<ul style="list-style-type: none">• Réchauffer rapidement de minces tranches de viande.• Sauter des oignons, céleri, et poivrons verts.
8	80%	<ul style="list-style-type: none">• Pour tout réchauffer.• Cuire des oeufs brouillés.
7	70%	<ul style="list-style-type: none">• Cuire du pain ou des céréales.• Cuire des plats avec fromage, le veau.• Cuire des gâteaux, muffins, petits gâteaux.
6	60%	<ul style="list-style-type: none">• Cuire des pâtes.
5	50%	<ul style="list-style-type: none">• Cuire la viande, volaille entière.• Cuire des costardes.• Cuire un poulet entier, dinde, côtes levées, rôtis, etc.
4	40%	<ul style="list-style-type: none">• Cuire des coupes de viande moins tendres.• Réchauffer des aliments surgelés.
3	30%	<ul style="list-style-type: none">• Décongeler la viande, la volaille et fruits de mer.• Cuire de petites quantités d'aliments.• Terminer la cuisson de ragoûts et certaines sauces.
2	20%	<ul style="list-style-type: none">• Ramollir le beurre ou le fromage en crème.• Réchauffer de petites quantités d'aliments.
1	10%	<ul style="list-style-type: none">• Ramollir la crème glacée.• Faire lever la pâte.
0		<ul style="list-style-type: none">• Temps de pause.

FONCTIONNEMENT

TABLEAU DE CUISSON AUTOMATIQUE

CATÉGORIE	PORTION	QUANTITÉ	DIRECTIVES
MAÏS À ÉCLATER		1,75 onces (50 g)	Placer sur la plaque tournante. Suivre les instructions du fabricant.
		3,0 onces (85 g)	
		3,5 onces (100 g)	
POMME DE TERRE	1 portion	8 onces (227 g)	Bien laver. Piquer avec une fourchette. Placer en cercle sur un support pour micro-ondes ou un essuie-tout à 1 po (2,5 cm) des unes des autres. Laisser reposer de 3 à 5 minutes après la cuisson.
	2 portions	16 onces (454 g)	
	3 portions	24 onces (680 g)	
	4 portions	32 onces (907 g)	
BEVERAGE	Café ou thé (froid)	1 tasse (8 oz/227 mL)	Non couvert. Utiliser des tasses pour micro-ondes. Brasser après avoir réchauffé.
		2 tasses (16 oz/454 mL)	
PLAT SURGELÉ	1 portion	10 onces (283 g)	Enlever l'emballage. Suivre les instructions pour le micro-ondes. Placez sur une assiette allant au micro-ondes. Couvrir avec du papier ciré. Exemples : lasagne avec sauce à la viande, poulet avec riz et tranche de dinde avec riz.
LÉGUMES FRAIS	1 tasse	8 onces (227 g) Légumes et 2 c. à table d'eau	Couvrir d'une pellicule plastique pour micro-ondes.
	2 tasses	16 onces (454 g) Légumes et 1/4 tasse d'eau	Couvrir d'une pellicule plastique pour micro-ondes.
	3 tasses	24 onces (680 g) Légumes et 1/3 tasse d'eau	Couvrir d'une pellicule plastique pour micro-ondes.
	4 tasses	32 onces (907 g) Légumes et 1/2 tasse d'eau	Couvrir d'une pellicule plastique pour micro-ondes.
			Préparer les légumes (lavés, coupés en morceaux de 1/2 po (1 po/2,5 cm)). Placer dans un bol ou une casserole pour micro-ondes. Ajouter l'eau. Couvrir. Un temps d'attente de 2 à 3 minutes est recommandé après la cuisson. Remarque: Le poids des légumes frais est après les avoir pelés, coupés, tranchés, etc.

DÉCONGÉLATION AUTOMATIQUE

Cette fonction est la meilleure façon de décongeler des aliments surgelés. Le tableau ci-dessous donne les directives de base pour utiliser les trois séquences de décongélation.

Exemple : Pour décongeler 1,2 lb de boeuf haché.

Stop/
Clear

1. Presser **STOP/CLEAR**.



2. Presser **AUTO DEFROST**.

1

3. Choisir la catégorie d'aliments.

Catégorie	Chiffre
Viande	1
Volaille	2
Poisson	3

1

2

4. Entrer le poids.

Start

5. Presser **START**.

6. Une fois le 1/3 du temps complété, l'affichage indique de tourner l'aliment. Ouvrir la porte, tourner l'aliment, et protéger toute portion chaude.

Start

7. Refermer la porte et remettre en marche.

8. Une fois les 2/3 du temps écoulés, l'affichage indique de tourner l'aliment. Répéter les étapes 6 et 7. Lorsque la décongélation est terminée, il y a trois bips et **END** s'affiche.

REMARQUE: Si l'on n'ouvre pas la porte dans un délai de 3 secondes, l'affichage reprend le compte à rebours.

Tableau de conversion du poids

Si l'on est habitué à utiliser le poids en onces et livres et ses fractions (ex.: 4 onces = 1/4lb).

Toutefois, afin d'entrer le poids en mode AUTO DEFROST, il faut spécifier des livres et des dixièmes de livres. Utiliser le tableau suivant pour convertir en dixième.

ÉQUIVALENT EN ONCES	DÉCIMALE	
1.6	.10	
3.2	.20	
4.0	.25	1/4 lb
4.8	.30	
6.4	.40	
8.0	.50	1/2 lb
9.6	.60	
11.2	.70	
12.0	.75	3/4 lb
12.8	.80	
14.4	.90	
16.0	1.00	1lb

CONSEILS SUR LA DÉCONGÉLATION AUTOMATIQUE

- **Lorsque l'on utilise** cette fonction, le poids entré est le poids net en lb et dixième de lb (le poids de l'aliment moins celui du contenant).
- **Utiliser** cette fonction pour des aliments crus seulement. Pour de meilleurs résultats, les aliments surgelés doivent être à 0°F (sortis du congélateur) sinon, programmer un poids moindre (pour un temps plus court) afin d'éviter de cuire l'aliment.
- **Si l'aliment est sorti du congélateur** depuis plus de 20 minutes, régler à un poids moindre.
- **Le format de l'emballage** modifie le temps de décongélation. Un contenant rectangulaire bas décongèle plus rapidement qu'un plat profond.
- **Séparer les pièces** au fur et à mesure qu'elles dégèlent. Séparer les pièces qui dégèlent plus facilement.
- **L'on peut utiliser de petits morceaux de papier aluminium** pour protéger les ailes de poulet, le bout des cuisses, la queue d'un poisson. Le papier aluminium ne doit pas toucher aux parois intérieures du four, car il peut endommager le four.
- **Couvrir les sections d'aliment avec du papier aluminium lorsqu'elles deviennent chaudes.**
- **Pour de meilleurs résultats, un temps de repos est inclus dans le temps de décongélation.**

FONCTIONNEMENT

TABLEAU DE DÉCONGÉLATION AUTOMATIQUE

Réglage pour viande

ALIMENT	RÉGLAGE	AU SIGNAL SONORE	INSTRUCTIONS SPÉCIALES
BOEUF			Viande de forme irrégulière, coupe grasse et grande devrait avoir le côté gras couvert de papier aluminium au début du cycle de décongélation.
Boeuf haché,	VIANDE	Enlever les parties décongelées avec une fourchette. Tourner. Remettre le reste au four.	Ne pas décongeler moins de 1/4 lb. Congeler en forme de beignet.
Boeuf haché, galettes	VIANDE	Séparer et réarranger.	Ne pas décongeler des galettes de moins de 2 oz. Appuyer au centre lors de la congélation.
Steak rond	VIANDE	Tourner. Couvrir les parties chaudes avec du papier aluminium.	Placer sur un support à rôtir pour micro-ondes.
Filet de steak	VIANDE	Tourner. Couvrir les parties chaudes avec du papier aluminium.	Placer sur un support à rôtir pour micro-ondes.
Boeuf en cubes	VIANDE	Enlever les portions décongelées. Séparer le reste. Remettre le reste au four.	Placer dans un plat pour micro-ondes.
Rôti	VIANDE	Tourner. Couvrir les parties chaudes avec du papier aluminium.	Placer sur un support à rôtir pour micro-ondes.
Rôti roulé	VIANDE	Tourner. Couvrir les parties chaudes avec du papier aluminium.	Placer sur un support à rôtir pour micro-ondes.
AGNEAU			
En cubes	VIANDE	Enlever les portions décongelées avec une fourchette. Remettre le reste au four.	Placer dans un plat pour micro-ondes.
Côtelettes (1 po d'épaisseur)	VIANDE	Séparer et réarranger.	Placer sur un support à rôtir pour micro-ondes.
PORC			
Côtelettes (1/2 po d'épaisseur)	VIANDE	Séparer et réarranger.	Placer sur un support à rôtir pour micro-ondes.
Hot dog	VIANDE	Séparer et réarranger.	Placer sur un support à rôtir pour micro-ondes.
Côtes levées	VIANDE	Tourner. Couvrir les parties chaudes avec du papier aluminium.	Placer sur un support à rôtir pour micro-ondes.
Saucisses reliées	VIANDE	Séparer et réarranger	Placer sur un support à rôtir pour micro-ondes.
Saucisses individuelles	VIANDE	Séparer et réarranger	Placer sur un plat pour micro-ondes.
Rôti sans os	VIANDE	Tourner. Couvrir les parties chaudes avec du papier aluminium.	Placer sur un support à rôtir pour micro-ondes.

FONCTIONNEMENT

TABLEAU DE DÉCONGÉLATION (suite)

Réglage pour volaille

ALIMENT	RÉGLAGE	AU SIGNAL SONORE	INSTRUCTIONS SPÉCIALES
POULET Entier (jusqu'à 9 1/2 lb) Morceaux	VOLAILLE	Tourner (finir de décongeler, poitrine vers le bas). Couvrir les parties chaudes avec du papier aluminium. Séparer et réarranger. Tourner. Couvrir les parties chaudes avec du papier aluminium.	Placer la poitrine vers le haut sur un support à rôtir pour micro-ondes. Finir de décongeler dans l'eau froide. Enlever les abats lorsque le poulet est partiellement décongelé. Placer sur un support à rôtir pour micro-ondes. Finir de décongeler dans l'eau froide.
POULET DE CORNOUAILLES Entier	VOLAILLE	Tourner. Couvrir les parties chaudes avec du papier aluminium.	Placer sur un support à rôtir pour micro-ondes. Finir de décongeler dans l'eau froide.
DINDE Poitrine (moins de 6 lb)	VOLAILLE	Tourner. Couvrir les parties chaudes avec du papier aluminium.	Placer sur un support à rôtir pour micro-ondes. Finir de décongeler dans l'eau froide.

Réglage pour poisson

ALIMENT	RÉGLAGE	AU SIGNAL SONORE	INSTRUCTIONS SPÉCIALES
POISSON Filets	POISSON	Tourner. Séparer les filets lorsque partiellement décongelés, si possible.	Placer dans un plat pour micro-ondes. Séparer les filets délicatement à l'eau froide.
Darnes	POISSON	Séparer et réarranger.	Placer dans un plat pour micro-ondes. Passer à l'eau froide pour terminer la décongélation.
Entier	POISSON	Tourner.	Placer dans un plat pour micro-ondes. Couvrir la tête et la queue avec du papier aluminium. Le papier aluminium ne doit pas toucher aux parois. Terminer la décongélation à l'eau froide.
CRUSTACÉ Crabe	POISSON	Défaire. Tourner.	Placer dans un plat pour micro-ondes.
Queue de homard	POISSON	Tourner et réarranger.	Placer dans un plat pour micro-ondes.
Crevettes	POISSON	Séparer et réarranger.	Placer dans un plat pour micro-ondes.
Pétoncles	POISSON	Séparer et réarranger.	Placer dans un plat pour micro-ondes.

REMARQUE: Les aliments à décongeler ne doivent pas peser plus de 6 lb (4,0 kg).

POUR OBTENIR LES MEILLEURS RÉSULTATS

Pour obtenir les meilleurs résultats du four à micro-ondes, lire et suivre les directives suivantes:

- **Température de conservation:** Les aliments sortis du congélateur ou du réfrigérateur prennent plus de temps à cuire que les aliments à la température de la pièce. Le temps pour les recettes dans ce guide est en fonction d'une température de conservation normale.
- **Format:** Les petites pièces de viande cuisent plus rapidement que les plus grosses. Les pièces de format et de grandeur semblables cuisent plus uniformément. Pour une cuisson uniforme, réduire la puissance au moment de cuire de grosses pièces.
- **Humidité naturelle:** Des aliments très humides cuisent plus uniformément car l'énergie micro-ondes est attirée vers les molécules d'eau.
- **Brasser les aliments comme des ragoûts et des légumes** de l'extérieur vers le centre pour distribuer la chaleur uniformément et accélérer la cuisson. Un brassage constant n'est pas nécessaire.
- **Tourner les aliments** comme les côtelettes de porc, les pommes de terre au four, les rôtis ou un chou-fleur entier à mi-cuisson pour que tous les côtés soient exposés à l'énergie micro-ondes.
- **Placer** les zones délicates des aliments, comme les pointes d'asperge, vers le centre du plat.
- **Arranger** les aliments non uniformes, comme les cuisses de poulet ou les darnes de saumon. Le côté plus épais ou charnu doit être dirigé vers l'extérieur du plat.
- **Protéger**, avec des morceaux de papier aluminium, les parties qui peuvent cuire plus rapidement, comme les ailes et les cuisses de poulet.
- **Laisser reposer:** Après avoir retiré les aliments du micro-ondes, couvrir avec un papier d'aluminium ou un couvercle et laisser reposer pour que le centre cuise et éviter de trop cuire les extrémités. La durée d'attente dépend de la densité et de la surface des aliments.
- **Envelopper dans du papier ciré ou un essuie-tout:** les sandwichs et autres aliments contenant du pain cuit doivent être enveloppés avant de mettre au micro-ondes afin d'éviter qu'ils ne sèchent.

Poisson et crustacé

Cuisson du poisson et des crustacés: directives générales

- Préparer le poisson pour la cuisson.
 - Décongeler complètement le poisson ou les crustacés.
 - Placer les portions plus épaisses vers l'extérieur du plat. Placer les crustacés sur un seul étage pour une cuisson uniforme.
 - Le type de couvercle utilisé dépend de la façon dont l'on fait la cuisine. Le poisson poché requiert un couvercle pour micro-ondes ou une pellicule plastique repliée.
 - Le poisson cuit, enrobé ou en sauce doit être couvert légèrement avec du papier ciré pour que la panure soit croustillante et empêcher que la sauce ne devienne en eau.
- Toujours régler le temps de cuisson le plus court. Le poisson est cuit lorsque qu'il devient opaque et que la partie épaisse commence à se défaire. Les crustacés sont cuits lorsque la carapace devient de rose à rouge et que la chair est opaque et ferme.
- Le tableau ci-dessous donne les directives spécifiques avec les réglages de temps de cuisson et de niveau de puissance pour la plupart des poissons et des crustacés.

Fish And Shellfish Cooking Table

POISSON	NIVEAU DE PUISSANCE	TEMPS DE CUISSON	DIRECTIVES
Filets	HI	4 à 5 minutes	Placer le poisson en un seul étage, la partie charnue vers l'extérieur dans un plat 1 1/2 pinte pour micro-ondes. Napper de beurre fondu et assaisonner. Cuire couvert avec une pellicule plastique avec ouverture. Laisser reposer couvert pendant 2 minutes. Si l'on cuit plus de 1 lb de poisson, tourner le poisson à mi-cuisson.
Darnes	HI	5 à 6 minutes	
Entier	7	5 à 6 minutes	
Pétoncles	HI	4 à 5 minutes	Placer sur un seul étage. Préparer tel qu'il est indiqué ci-dessus, mais brasser au lieu de tourner.
Crevettes avec écaïlle	HI	4 à 5 minutes	

Entrées, sauces, soupes

Cuisson des entrées : conseils et techniques

Recommandé

- Craquelins croustillants comme des toasts Melba, blé filanté et craquelins au seigle. Placer un essuie-tout sous les craquelins garnis pendant la cuisson pour absorber l'humidité.
- Les placer en rond pour une cuisson uniforme.
- Brasser la garniture pour distribuer la chaleur et réduire le temps de cuisson.

Sauces: conseils et techniques

- Utiliser une casserole pour micro-ondes ou une tasse à mesurer en verre de 2 à 3 fois plus grande que le volume de la sauce.
- Les sauces faites avec de la fécule de maïs épaississent plus rapidement que celles faites avec de la farine.

Soupes : conseils et techniques

- Faire la soupe dans un plat pour micro-ondes de 2 fois le volume des ingrédients de la recette pour éviter les débordements, surtout si l'on utilise du lait ou de la crème dans la soupe.
- Habituellement, couvrir avec une pellicule de plastique entrouverte ou un couvercle pour micro-ondes.
- Couvrir les aliments pour garder l'humidité. Découvrir pour que les aliments soient croustillants.
- Éviter de trop cuire en utilisant le temps minimum suggéré. Ajouter du temps, au besoin, seulement après avoir vérifié les aliments.

Non recommandé

- Les entrées croustillantes ou avec une pâte feuilletée sont meilleurs dans un four conventionnel à chaleur sèche.
- Les produits avec du pain peuvent être réchauffés au four à micro-ondes mais ils ne seront pas croustillants.
- Les sauces non couvertes faites avec de la fécule de maïs ou de la farine que l'on doit brasser 2 à 3 fois pendant la cuisson pour qu'elles soient onctueuses.
- Pour adapter une sauce, réduire légèrement la quantité de liquide.
- Le brassage occasionnel aide à mélanger les saveurs, distribuer la chaleur uniformément et peut réduire le temps de cuisson.
- Pour la conversion de soupe conventionnelle pour cuire au micro-ondes, réduire le liquide, le sel et les assaisonnements forts.

Viande

Viande: directives générales

- Préparation de la viande pour la cuisson
 - Décongeler complètement.
 - Enlever l'excès de gras pour éviter les éclaboussures.
 - Placer la viande, côté gras en bas, sur un support pour micro-ondes dans un plat pour micro-ondes.
 - Utiliser un sac à cuisson pour les coupes de viande moins tendres.
 - Placer les portions épaisses vers l'extérieur du plat.
 - Couvrir la viande avec du papier ciré pour éviter les éclaboussures.
- Surveiller la viande pendant la cuisson.
 - Retirer le jus qui s'accumule pour éviter les éclaboussures et éviter que la viande ne cuise trop au fond.
 - Protéger les parties minces avec des morceaux de papier aluminium.

REMARQUE: Le papier aluminium doit être à au moins 1 po des parois du four et ne pas couvrir plus du tiers de la viande.

- Laisser la viande reposer dans l'aluminium de 10 à 15 minutes après l'avoir enlevée du micro-ondes. La température interne de la viande peut augmenter de 5 à 10° F pendant le temps de pause.

Le tableau à la page suivante donne des directives détaillées, le niveau de puissance et les réglages de temps de cuisson pour la plupart des coupes de viande.

CUISSON

Tableau de cuisson de la viande

VIANDE	NIVEAU DE PUISSANCE	TEMPS DE CUISSON	DIRECTIVES
Boeuf, hamburger, frais ou décongelé (4 oz chaque) 1 galette 2 galettes 4 galettes	ÉLEVÉ	1 à 1 1/2 min. 1 1/2 à 2 min. 2 1/2 à 3 1/2 min.	Faire les galettes en faisant un creux au centre. Placer sur un support à rôtir pour micro-ondes. Ajouter un produit pour brunir, si désiré. Couvrir de papier ciré. Tourner à mi-cuisson. Laisser reposer 1 minute.
Rôti de surlonge (3 à 4 lb)	5	9 à 11 min. par lb SAIGNANT(135°F) 12 à 14 min. par lb MOYEN(155°F)	Placer le côté gras du rôti sur un support à rôtir pour micro-ondes. Ajouter les assaisonnements et couvrir de papier ciré. Tourner la viande à mi-cuisson et protéger au besoin. Si l'on utilise une sonde, l'insérer pendant la dernière partie de la cuisson. Retirer le rôti du micro-onde lorsque la température désirée est atteinte. Laisser reposer dans l'aluminium 15 min. La température augmente de 10°F environ.
Agneau Rôti sans os (3 à 4 lb)	5	12 à 13 min. par lb SAIGNANT(135°F) 13 à 14 min. par lb MOYEN(145°F) 15 à 16 min. par lb BIEN CUIT (155°F)	Placer le côté gras du rôti sur un support à rôtir pour micro-ondes. Ajouter les assaisonnements et couvrir de papier ciré. Tourner la viande après 15 min., puis après 30 min. Protéger au besoin. Si l'on utilise une sonde, l'insérer pendant la dernière partie de la cuisson. Retirer le rôti du micro-onde lorsque la température désirée est atteinte. Laisser reposer dans l'aluminium 15 min. La température augmente de 10°F environ.
Porc Bacon 2 tranches 4 tranches 6 tranches	ÉLEVÉ	1 1/2 à 2 min. 3 à 3 1/2 min. 4 à 5 min.	Placer les tranches de bacon sur un support à rôtir pour micro-ondes. Couvrir d'un essuie-tout. Après la cuisson, laisser reposer 1 minute.
Côtelettes (5 à 7 oz. chacune) 2 côtelettes 4 côtelettes	3	20 à 21 min. par lb 17 à 18 min. par lb	Placer sur un support à rôtir pour micro-ondes. Ajouter les assaisonnements désirés et couvrir avec une pellicule plastique entrouverte. Cuire jusqu'à ce qu'elles ne soient plus rosées ou que la température interne atteigne 170°F. Tourner à mi-cuisson. Laisser reposer 5 minutes. La température augmente de 10°F environ.
Rôti roulé sans os (3 1/2 à 4 1/2 lb)	3	27 à 29 min. par lb (165°F)	Placer le rôti dans un sac à cuisson dans un plat pour micro-ondes. Ajouter l'assaisonnement et un produit pour brunir, si désiré. Fermer le sac lâchement à l'aide d'une attache pour micro-onde. Après la cuisson, laisser reposer dans le sac 15 minutes. La température augmente de 10°F environ. La température interne du porc doit être d'environ 170°F avant de servir.
Saucisses attachées, fraîches ou surgelées, décongelées (1 à 2 oz chacune) 2 4 6 10 (paquet 8 oz)	ÉLEVÉ	45 à 60 sec. 1 à 1 1/2 min. 1 1/2 à 2 min. 1 3/4 à 2 min.	Percer les saucisses et les placer sur un support à rôtir pour micro-ondes. Couvrir de papier ciré ou d'un essuie-tout. Tourner à mi-cuisson. Après la cuisson, laisser reposer couvert pendant 1 minute.

VOLAILLE

Cuisson de la volaille: directives générales

- Préparation de la volaille pour la cuisson
 - Décongeler complètement.
 - Placer les morceaux, côté épais vers l'extérieur du plat. Pour les cuisses, les placer comme les rayons d'une roue.
 - Couvrir le plat de cuisson avec du papier ciré pour réduire les éclaboussures.
 - Utiliser un produit pour brunir ou cuire avec de la sauce pour donner une apparence brunie.
- Surveiller la cuisson.
 - Enlever le jus qui s'accumule.
 - Protéger les parties minces ou osseuses avec des morceaux de papier aluminium pour empêcher la sur cuisson. Éloigner l'aluminium d'au moins 1 po des parois.

- La volaille est cuite lorsqu'elle n'est plus rose et que le jus est clair. La température à l'intérieur doit être entre 180 et 185° F.
- Laisser reposer 10 minutes couvert avec de l'aluminium après la cuisson.

Le tableau ci-dessous fournit des directives précises, les niveaux de puissance et le temps de cuisson pour la plupart des coupes et des types de volaille.

Tableau de cuisson de la volaille

VOLAILLE	NIVEAU DE PUISSANCE	TEMPS DE CUISSON	DIRECTIVES
Morceaux de poulet (2 1/2 à 3 lb)	ÉLEVÉ	5 à 6 min. par lb	Laver, enlever l'eau et passer à la cuisson. Placer les pièces sur un étage dans le plat pour micro-ondes, les morceaux charnus vers l'extérieur. Enduire de beurre ou de produit pour brunir et assaisonner. Couvrir de papier ciré. Cuire jusqu'à ce qu'ils ne soient plus roses et que le jus est clair. Laisser reposer 5 minutes.
Poulet entier (3 à 3 1/2 lb)	ÉLEVÉ	13 à 14 min. par lb	Laver, enlever l'eau et passer à la cuisson. Placer les pièces sur un étage dans le plat pour micro-ondes, les morceaux charnus vers l'extérieur. Enduire de beurre ou de produit pour brunir et assaisonner. Couvrir de papier ciré. Cuire environ 1/3 du temps. Tourner, enduire de beurre ou de produit pour brunir et replacer le papier ciré. Cuire environ 1/3 du temps. Protéger, au besoin. Cuire le dernier tiers du temps ou jusqu'à ce que le jus soit clair. Laisser reposer dans l'aluminium 10 minutes. La température augmente d'environ 10° F. La température doit atteindre 180 à 185° F lorsque le poulet est cuit.
Poulets de Cornouailles entier (1 à 1 1/2 lb chacun)	ÉLEVÉ	7 à 8 min. par lb	Laver, enlever l'eau et passer à la cuisson. Attacher les ailes au corps et les pattes à la queue. Placer les poitrines vers le bas sur un support pour micro-ondes. Couvrir de papier ciré. Retourner à mi-cuisson. Protéger les parties osseuses avec du papier aluminium. Enlever le jus. Badigeonner avec du beurre ou de la sauce à brunir et assaisonner. Cuire jusqu'à ce qu'ils ne soient plus roses et que le jus soit clair. Retirer les poulets du four lorsque la température désirée est atteinte. Laisser reposer 5 minutes dans l'aluminium. La température augmente d'environ 10° F. La température intérieure devrait être à environ 170° F avant de servir.

Pâte et Riz

La cuisson au micro-ondes et conventionnelle des pâtes, du riz et des céréales requiert à peu près le même temps, mais celle au micro-ondes est plus pratique, car l'on peut cuire et servir dans le même plat.

Il n'est pas nécessaire de brasser et les restes de pâtes sont aussi bonnes réchauffées au micro-ondes.

Cuisson des pâtes et du riz: conseils et techniques

- Si l'on prévoit utiliser du riz ou des pâtes dans un plat, les faire moins cuire pour qu'ils restent fermes.
- Allouer un temps de repos au riz, mais non aux pâtes.
- Le tableau ci-dessous donne des directives spécifiques pour le niveau de puissance et le temps de cuisson pour la plupart des pâtes et du riz.

Tableau de cuisson des pâtes

TYPE DE PTES	NIVEAU DE PUISSANCE	TEMPS DE CUISSON	DIRECTIVES
Spaghetti 4 tasses d'eau 8 oz	ÉLEVÉ 5	10 à 11 min. 8 à 9 min.	Combiner l'eau chaude et le sel, si désiré. Utiliser un plat de 2 pintes allant au micro-ondes et couvrir avec une pellicule plastique entrouverte, pour le spaghetti et les lasagnes. Utiliser un couvercle pour micro-ondes ou une pellicule plastique entrouverte pour le macaroni et les nouilles aux oeufs. Cuire à puissance élevée tel qu'il est indiqué dans le tableau ou jusqu'à ce que l'eau boue. Brasser les pâtes. Cuire couvert à la puissance 5 tel qu'il est indiqué dans le tableau ou jusqu'à ce que les pâtes soient tendres. Égoutter.
Macaroni 3 tasses d'eau 2 tasses	ÉLEVÉ 5	7 à 8 min. 6 à 7 min.	
Lasagne 4 tasses d'eau 8 oz	ÉLEVÉ 5	8 à 9 min. 12 à 13 min.	
Nouilles aux oeufs 6 tasses d'eau 4 tasses	ÉLEVÉ 5	9 à 11 min. 6 à 7 min.	

Tableau de cuisson du riz

TYPE DE RIZ	NIVEAU DE PUISSANCE	TEMPS DE CUISSON	DIRECTIVES
À grain long 2 1/4 tasses d'eau 1 tasse de riz	ÉLEVÉ 5	5 à 6 min. 15 min.	Combiner l'eau chaude et le sel, si désiré, dans une casserole de 2 pintes pour micro-ondes. Couvrir avec un couvercle pour micro-ondes ou une pellicule de plastique entrouverte. Cuire tel qu'il est indiqué dans le tableau à puissance élevée ou jusqu'à ce que l'eau boue. Brasser le riz et assaisonner. Cuire couvert tel qu'il est indiqué dans le tableau à la puissance 5 ou jusqu'à ce que l'eau soit absorbée et que le riz soit tendre. Laisser reposer de 5 à 10 minutes.
Brun 2 1/2 tasses d'eau 1 tasse de riz	ÉLEVÉ 5	5 à 6 min. 30 min.	
À grain long et riz sauvage 2 1/3 tasses d'eau Paquet de 6 oz	ÉLEVÉ 5	4 1/2 à 5 1/2 min. 25 min.	
À cuisson rapide 1 tasse d'eau 1 tasse de riz	ÉLEVÉ	2 à 3 min.	Cuire jusqu'à ce que l'eau boue. Brasser le riz dans l'eau bouillante et laisser reposer, couvert de 5 à 10 minutes ou jusqu'à ce que l'eau soit absorbée et que le riz soit tendre.

ENTRETIEN

WARNING - Disconnect power supply before replacing parts or cleaning. Do not let water or detergent in unit, they may result in electrical shock hazard or electrical trouble on unit.

ENTRETIEN ET NETTOYAGE

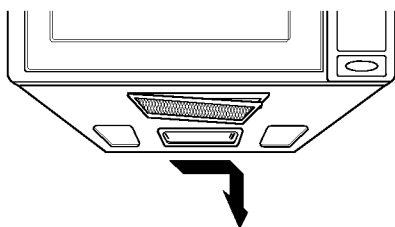
Pour plus de sécurité et un bon rendement, le four doit être propre à l'intérieur et à l'extérieur. Apporter un soin particulier au panneau de porte intérieur et au cadre avant du four. Il ne doit pas y avoir d'accumulation de graisse ou d'aliments.

Ne jamais utiliser de poudre ou de tampons à récuser. Essuyer le four à micro-ondes à l'intérieur et à l'extérieur, incluant le couvercle, avec un chiffon doux et une solution tiède (non chaude) d'eau et de détergent doux. Rincer, puis essuyer. Utiliser un produit nettoyant pour chrome sur les surfaces en aluminium, en métal ou chromée. Essuyer immédiatement les éclaboussures avec un essuie-tout, surtout après la cuisson du poulet ou du bacon. Nettoyer souvent le four.

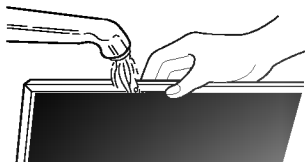
NETTOYAGE DES FILTRES POUR LA GRAISSE

Les filtres pour la graisse doivent être enlevés et nettoyés souvent, au moins une fois par mois.

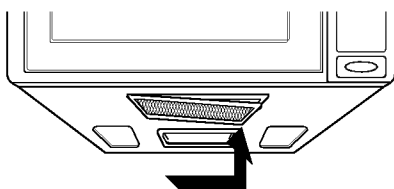
1. Pour enlever les filtres, les faire glisser sur le côté. Tirer les filtres vers le bas et pousser de l'autre côté. Le filtre s'enlève.



2. Faire tremper les filtres dans l'eau chaude avec un détergent doux. Bien rincer et secouer pour assécher. **Ne pas utiliser de produit ammoniacal ni placer au lave-vaisselle. L'aluminium noircira.**



3. Réinstaller les filtres. Les faire glisser dans la fente sur le côté, puis pousser vers le haut et le centre du four pour verrouiller en place.

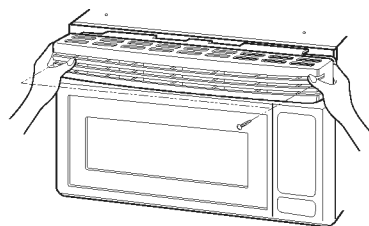


REMARQUE: Ne pas faire fonctionner le ventilateur si les filtres ne sont pas en place.

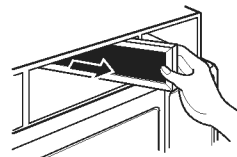
REPLACEMENT DU FILTRE AU CHARBON

Si le four a une ventilation vers l'intérieur, le filtre au charbon doit être remplacé tous les 6 à 12 mois, plus souvent au besoin. Le filtre au charbon ne peut être nettoyé. Pour commander un nouveau filtre au charbon, communiquer avec le centre de service.

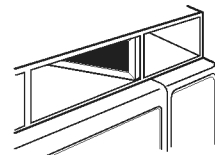
1. Enlever les deux vis de fixation de la grille de ventilateur (2 vis centrales).



2. Incliner la grille vers l'avant, puis soulever.
3. Retirer le filtre au charbon.



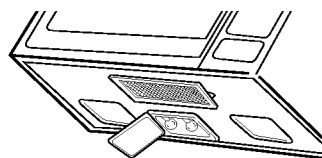
4. Faire glisser le filtre en place, à l'angle indiqué.



5. Faire glisser le haut du ventilateur en place. Pousser le bas jusqu'à ce qu'il s'enclenche en place. Remettre les vis de fixation. Mettre l'alimentation en circuit et régler la pendule.

REPLACEMENT DE LA LUMIÈRE

1. Débrancher le four et mettre l'alimentation hors circuit.
2. Retirer les vis de fixation du couvercle de l'ampoule.



3. Remplacer l'ampoule avec une ampoule 30 watts pour appareils ménagers.
4. Replacer le couvercle.
5. Remettre l'alimentation en circuit.

GUIDE D'USTENSILES POUR MICRO-ONDES

UTILISER	NE PAS UTILISER
<p>VERRE POUR MICRO-ONDES (traité pour chaleur intense): assiettes, plats pour pain de viande, assiettes à tarte, moules à gâteau, tasses à mesurer, casseroles, bols sans bordure métallique</p> <p>PORCELAINE: bols, tasses, assiettes, assiettes de service sans bordure métallique</p> <p>PLASTIQUE: Pellicule de plastique (comme couvercle)-- couvrir de façon lâche sur le bol et presser les côtés. Faire une ouverture en retournant un coin pour que l'excès de vapeur s'échappe. Le plat doit être assez creux pour que la pellicule ne touche pas aux aliments. Lorsque les aliments cuisent, ils peuvent faire fondre la pellicule si elle entre en contact avec ceux-ci. Utiliser des assiettes en plastique, des tasses, des sacs en plastique seulement pour de court temps de cuisson. Les utiliser avec beaucoup de précaution car ils peuvent ramollir à cause de la chaleur des aliments.</p> <p>PAPIER: Essuie-tout, papier ciré, serviettes de papier et assiettes de papier sans motif ni bordure métallique. Rechercher l'étiquette du fabricant indiquant une utilisation pour four à micro-ondes.</p>	<p>USTENSILES EN MÉTAL: Le métal fait un écran à l'énergie micro-ondes et ne donne pas une cuisson uniforme. Éviter les thermomètres, plateaux en aluminium, etc. Les ustensiles en métal peuvent endommager le four à micro-ondes.</p> <p>DÉCORATION MÉTALLIQUE: Toute vaisselle, casserole, etc. avec bordure métallique. Les garnitures métalliques causent des interférences à la cuisson normale et peuvent endommager le four.</p> <p>PAPIER ALUMINIUM: Éviter d'utiliser de grandes feuilles de papier aluminium car elles peuvent modifier la cuisson. Utiliser de petits morceaux pour protéger les cuisses de poulet et les ailes. Éloigner d'au moins 1 po tout papier d'aluminium des parois et de la porte du four.</p> <p>BOIS: Les bols ou planches en bois sécheront et peuvent fendre ou craquer s'ils sont utilisés dans un four à micro-ondes. Les paniers font de même.</p> <p>ACCESSOIRES HERMÉTIQUES: S'assurer de laisser une ouverture afin que la vapeur puisse s'échapper des plats. Percer des trous dans les sacs en plastique avant la cuisson de légumes ou autres. Des sacs fermés hermétiquement peuvent exploser.</p> <p>PAPIER BRUN: Éviter d'utiliser les sacs de papier brun. Ils absorbent trop de chaleur et peuvent brûler.</p> <p>USTENSILES ENDOMMAGÉS: Tout ustensile craqué, écaillé, etc. peut se briser dans le four.</p> <p>ATTACHES MÉTALLIQUES: Retirer toute attache métallique des sacs de plastique ou de papier. Elles deviennent très chaudes et peuvent causer un incendie.</p>

AVANT D'APPELER LE TECHNICIEN

Vérifier la liste suivante afin de s'assurer qu'un appel de service est vraiment nécessaire. Consulter ce guide ainsi que les informations additionnelles pour éviter un appel de service inutile.

Si rien ne fonctionne:

- vérifier si le fusible est sauté ou le coupe-circuit est déclenché.
- vérifier si le four est bien branché.
- vérifier si les commandes sont réglées adéquatement.

Si la lumière du four ne s'allume pas:

- l'ampoule peut être lâche ou défectueuse.

Si la cuisson ne se fait pas:

- vérifier si le panneau de commandes est programmé correctement.
- vérifier si la porte du four est fermée correctement.
- vérifier si la touche marche est pressée.
- vérifier si la sonde a été insérée correctement dans la prise.
- vérifier si la minuterie n'a pas été enclenchée au lieu d'une fonction de cuisson.

Si le four prend plus ou trop de temps à cuire:

- S'assurer que les niveaux de puissance ont été programmés correctement.

Si la pendule ne garde pas toujours l'heure:

- vérifier que le cordon d'alimentation est bien branché sur la prise.
- s'assurer que le four est le seul appareil sur le circuit électrique.

Si la cuisson n'est pas uniforme:

- s'assurer que les aliments sont placés de façon uniforme.
- s'assurer que les aliments sont entièrement décongelés avant la cuisson.
- vérifier l'emplacement des morceaux de papier aluminium utilisés.

Si les aliments ne sont pas assez cuits:

- vérifier que toutes les directives de la recette ont bien été suivies (quantité, temps et niveau de puissance).
- s'assurer que le four à micro-ondes est sur un circuit séparé.
- s'assurer que les aliments sont entièrement décongelés avant la cuisson.

Si les aliments sont trop cuits:

- vérifier si toutes les directives de la recette ont bien été suivies (quantité, temps et niveau de puissance).

S'il y a une odeur (étincelles):

- s'assurer d'utiliser des contenants pour micro-ondes.
- s'assurer qu'il n'y a pas d'attache métallique.
- s'assurer que le four n'est pas vide au moment du fonctionnement.
- s'assurer que le support en métal (si utilisé) est installé adéquatement sur les 4 fixations.

Si l'affichage indique un compte à rebours mais que le four ne fonctionne pas:

- vérifier si la porte est bien fermée.
- vérifier si la minuterie n'est pas enclenchée au lieu d'une fonction de cuisson.

QUESTIONS ET RÉPONSES

Q. Est-ce que je peux utiliser le four à micro-ondes pour réchauffer ou cuire sur deux niveaux à la fois?

R. Utiliser seulement le support fourni avec le four à micro-ondes. L'utilisation de tout autre support peut causer une mauvaise cuisson et/ou endommager le four.

Q. Est-ce que je peux utiliser un plat en métal ou en aluminium dans le four à micro-ondes?

R. Le métal que l'on peut utiliser est le papier aluminium (en petite quantité) et des plateaux plats (s'ils ont 3/4 po d'épaisseur et rempli d'aliments pour absorber l'énergie micro-ondes). Ne jamais laisser le métal toucher aux parois ou à la porte.

Q. Parfois la porte du four à micro-ondes semble gondoler. Est-ce normal?

R. Ceci est normal et ne modifie pas le fonctionnement du four.

Q. Quels sont les bruits que l'on entend lorsque le micro-ondes fonctionne?

R. L'on entend le son du transformateur lorsque le tube magnétron effectue son cycle marche-arrêt.

Q. Pourquoi est-ce que l'assiette devient chaude? Je ne pensais pas que cela pouvait arriver.

R. Lorsque les aliments deviennent chauds, la chaleur est transférée à l'assiette. Utiliser des moufles pour retirer les aliments après la cuisson.

Q. Que veut dire le temps de repos?

R. Ceci veut dire que les aliments doivent être sortis du four et couverts pour un temps de cuisson additionnel. Ce procédé permet de terminer la cuisson, économise l'énergie et libère le four à d'autres fins.

Q. Est-ce que je peux faire du maïs à éclater dans le four? Comment obtenir les meilleurs résultats?

R. Oui. Suivre les directives du fabricant sur les emballages de maïs à éclater ou utiliser la touche MAÏS À ÉCLATER déjà programmée. Ne pas utiliser de sacs en papier ordinaires. Il faut être à l'écoute lorsque l'éclatement du maïs commence à ralentir. Ne pas tenter de faire éclater les maïs qui restent. L'on peut aussi utiliser les accessoires pour maïs à éclater conçus pour four à micro-ondes. Si l'on utilise un tel accessoire, s'assurer de suivre les instructions du fabricant. Ne pas faire de maïs à éclater dans un contenant en verre.

Q. Pourquoi y a-t-il de la vapeur qui sort des événements d'échappement?

R. La vapeur est normalement produite pendant la cuisson. Le four à micro-ondes a été conçu pour évacuer la vapeur par le haut.