



FORNO MICRO-ONDAS/ GRELHADOR/ FORNO DE CONVECÇÃO

INSTRUÇÕES DE UTILIZAÇÃO

LEIA ATENTAMENTE ESTE MANUAL DE INSTRUÇÕES ANTES DE UTILIZAR O APARELHO.

MC-8083ML

MC-8083MLR

P. n°: 3828W5A3204

Precauções

Precauções para evitar uma possível exposição excessiva às microondas

O microondas não pode funcionar quando a porta estiver aberta, já que a parte de dentro desta dispõe de elementos de bloqueio de segurança com os quais se interrompe toda a actividade de cozedura ao abrir a porta do microondas. No caso de permanecer aberta representaria uma exposição prejudicial às microondas.

Nunca tente forçar os elementos de bloqueio da porta.

Não coloque objectos entre a parte frontal do microondas e a porta. Certifique-se de que não se acumulam resíduos de comida nem de produtos de limpeza nas juntas de fecho.

Não utilize o microondas se este estiver danificado. É especialmente importante que a porta do microondas feche bem e que não exista nenhum dano: (1) o sistema de fecho da porta, (2) nas dobradiças e fechos (nem partidos nem largos), (3) nas juntas e superfícies de fecho da porta.

O seu microondas apenas deve ser reparado ou ajustado por pessoal técnico autorizado.

Atenção

Assegure-se de ajustar bem os tempos de cozedura, visto que uma cozedura excessiva poderia fazer com que os ALIMENTOS se incendiassem, danificando assim o forno.

Ao aquecer líquidos (sopas, molhos ou bebidas) no seu microondas, apesar de não apresentarem sinais de ebulição, esta pode dar-se de repente e de forma violenta, fazendo transbordar o líquido em ebulição. Para evitar este risco, tenha em conta os seguintes pontos:

1. Evite utilizar recipientes de faces rectas e com pescoços estreitos.
2. Não aqueça os líquidos em excesso.
3. Retire o líquido antes de introduzir o recipiente no forno e volte a retirá-lo a meio do tempo de aquecimento.
4. Após ter aquecido o líquido, espere alguns momentos abrir a porta do forno, e ao retirá-lo remova-o ou agite-o bem (especialmente o conteúdo de biberões ou de boiões de comida de crianças) e verifique se está demasiado quente para evitar assim possíveis queimaduras (especialmente o conteúdo de biberões ou de boiões de comida de crianças).
Manuseie o recipiente com cuidado.

Atenção

Depois da cozedura dos alimentos, deixe que repousem alguns momentos e depois verifique se estão demasiado quentes para os consumir, especialmente o conteúdo de biberões ou de boiões de comida de crianças.

Princípio de funcionamento dos fornos microondas

As microondas são um tipo de energia semelhante às ondas de rádio e televisão ou à luz solar. Geralmente, as microondas emitidas pelo sol difundem-se na sua passagem pela atmosfera, até desaparecerem sem qualquer efeito, ao contrário dos fornos microondas que, ao possuírem um dispositivo chamado "magnetron" permitem utilizar a energia das microondas. O tubo magnetron recebe a electricidade da rede, produzindo energia.

As microondas acedem ao espaço interior do microondas através de pequenos orifícios. No interior existe uma base giratória. As microondas não podem atravessar as paredes metálicas do forno, mas podem penetrar em materiais como o vidro, porcelana ou papel, de que são feitos os recipientes de utilização adequada em fornos microondas.

Os utensílios habituais de cozinha não são aquecidos pelas microondas, apesar dos recipientes acabarem por se aquecerem pelo efeito da comida já quente.

Um aparelho muito seguro

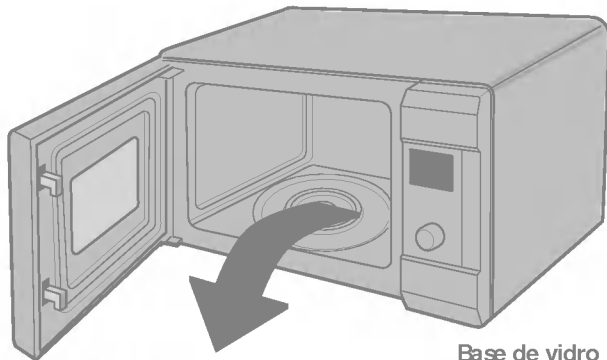
O seu microondas é um dos electrodomésticos mais seguros do seu lar. Ao abrir a porta, o forno microondas deixa automaticamente de produzir energia. A energia das microondas transforma-se completamente em calor ao entrar em contacto com os alimentos, não emitindo "energia residual" que poderia ser prejudicial para o utilizador.

Precauções	2
Índice	3
Desembalagem e instalação	4 a 5
Ajuste do relógio	6
Seleção de idioma	7
Bloqueio para crianças	8
Cozedura com micro potências	9
Níveis de micro potência	10
Início rápido	11
Cozedura com grelhador	12
Cozedura por convecção	13 a 14
Cozedura combinada	15 a 16
Descongelação automática	17
Guia de descongelação automática por peso	18
Cozedura automática	19 a 22
Reaquecimento automático	23 a 24
Assadura automática	25
Guia de assadura automática (para o modelo MC-8083ML)	26
Guia de assadura automática (apenas para o modelo MC-8083MLR)	27
Cozedura em duas fases	28
Assados no espeto Apenas para o modelo MC-8083MLR	29 a 30
Guia de Aquecimento ou Reaquecimento	31
Guia de Legumes Frescos	32
Guia de Cozedura no Grelhador	33
Instruções de segurança importantes	34
Utensílios utilizáveis no microondas	35
Características dos alimentos e cozedura no microondas	36 a 37
Dúvidas mais frequentes	38
Lista de Testes IEC	39
Ligação do forno microondas à rede /	
Especificações técnicas	40

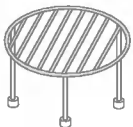
Desembalagem e instalação

Ao realizar as simples verificações destas duas páginas, poderá saber rapidamente se o forno microondas está pronto a ser utilizado. Preste especial atenção às indicações sobre onde instalar o forno. Ao desembalá-lo, assegure-se de retirar todos os acessórios e de retirar todo o material de embalagem. Verifique se o aparelho não sofreu danos durante o seu transporte.

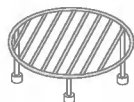
- 1** Retire o microondas da embalagem e coloque-o numa superfície plana e nivelada.



Base de vidro



Rede alta



Rede baixa



Anel giratório

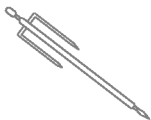
Só para MC-8083MLR



Bandeja metálica

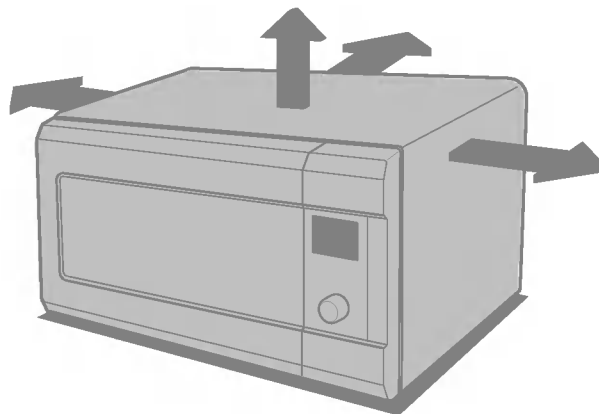


PEGA



ROTISSERIE BARRA

- 2** Coloque o forno no local nivelado que desejar, a uma altura superior a 85 cm acima do chão, e assegure-se de que acima do forno fica um espaço livre de pelo menos 30 cm, e atrás do forno pelo menos 10 cm, para que a sua ventilação seja adequada. Para evitar que o forno possa cair ao chão, deixe pelo menos 8 cm, entre a parte frontal do forno e a beira da superfície de colocação. O forno tem uma saída de ar interior na sua parte superior ou num dos lados, saída que tem de ficar livre, caso contrário o aparelho poderia ficar danificado.

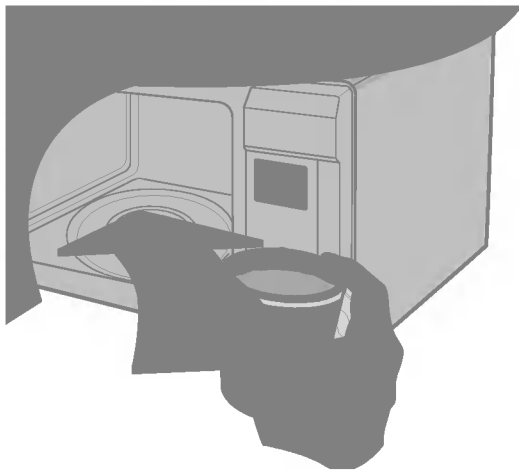


ESTE FORNO NÃO SE DEVE UTILIZAR EM ESTABELECIMENTOS DE SERVIÇOS DE REFEIÇÕES

3 Ligue o microondas a uma tomada convencional de corrente. É importante que a esta tomada só esteja ligado o microondas. **Se o microondas não funcionar correctamente, retire a ficha da tomada e volte a inseri-la.**

4 Abra a porta do microondas com o **PUXADOR DA PORTA**. Coloque o **ANEL GIRATÓRIO** dentro do forno e depois coloque por cima a **BASE DE VIDRO**.

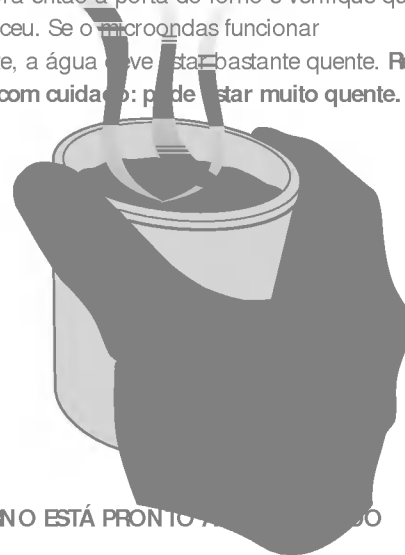
5 Encha um recipiente especial para microondas com 300 ml. de água. Coloque-o em cima da **BASE DE VIDRO** e feche a porta do microondas. Se não sabe bem que tipo de recipientes utilizar, consulte a página 35.



6 Pressione o botão **STOP** e depois o botão **START** seis vezes seguidas para ajustar um tempo de cozedura de 3 minutos. Ouvirá um apito cada vez que pressionar o botão. O microondas vai começar a funcionar antes de ter pressionado o botão pela 6ª vez, o que é completamente normal.



7 O **DISPLAY (VISOR)** começa a contar para trás desde 3 minutos. Ao chegar a 0 emite um apito. Abra então a porta do forno e verifique quanto a água aqueceu. Se o microondas funcionar correctamente, a água deve estar bastante quente. **Retire o recipiente com cuidado: pode estar muito quente.**



O SEU FORNO ESTÁ PRONTO PARA O SEU USO

Ajuste do relógio



Quando ligar o forno pela primeira vez ou depois de um corte de energia, o mostrador apresentará o símbolo '!', indicando que tem de ajustar o relógio.

Se o relógio (ou o mostrador) apresentar algum símbolo estranho, desligue o forno da corrente eléctrica, volte a ligá-lo e reajuste o relógio.

Pode ajustar o relógio no sistema de 12 ou de 24 horas.

No exemplo que se segue, mostraremos como ajustar a hora para as 14:35 utilizando o sistema de 24 horas.

Verifique se retirou todo o material de embalagem do forno.

Certifique-se que instalou correctamente o forno, como descrito anteriormente neste manual.

Carregue em **STOP/ CLEAR**.

Carregue **2** vezes no botão de **CLOCK**.

Pode o **2** seleccionar o sistema de 24H.

Carregue em **ENTER**.

Pode o **3** que o mostrador indique "14:".

Carregue o **3** para confirmar a hora.

Pode o **4** que o mostrador indique "14:35".

Carregue em **ENTER**.

O relógio começará a contar.



Seleção de idioma

Before using it for the first time, you must programme your microwave, to let it know what language you want to use.
In the following example I will show you how to set the Language as ENGLISH.



O seu forno tem sete regulações de idioma: ENGLISH(GB), ALEMÃO(D), FRANCÊS(F), ESPANHOL(E), ITALIANO(I), RUSSO(R), HOLANDES(NL).

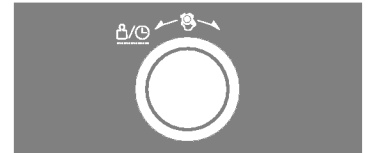
Carregue em **STOP/CLEAR**



Carregue em **LANGUAGE**



Pressione **DIAL** para seleccionar ENGLISH.



Carregue em **ENTER**



Bloqueio para crianças



O forno inclui um dispositivo de segurança que impede que o ligue acidentalmente. Uma vez activado o bloqueio para crianças, não poderá utilizar nenhuma função, nem cozinhar. Contudo, continuará a ser possível abrir a porta do forno.



Carregue o botão **STOP/ CLEAR** sem o soltar até aparecer a indicação "**CHILD LOCK**" no mostrador e ouvir um aviso sonoro.

O bloqueio de segurança para crianças ficará, assim, activado.



Se carregar algum botão, o mostrador apresentará a hora e a indicação "**CHILD LOCK**".

Para cancelar o **BLOQUEIO PARA CRIANÇAS**, carregue novamente no botão **STOP/ CLEAR** sem o soltar até que a indicação "**CHILD LOCKED**" desapareça e até ouvir o aviso sonoro, como indicação de desactivação.

Cozedura com micro potências

No exemplo que se segue mostraremos como cozinhar alimentos a 720W (80%) de potência durante 5 minutos e 30 segundos.



O forno tem cinco programações de potência de micro-ondas.

POTÊNCIA	%	W
ALTA MÁX.	100%	900W
MÉDIA ALTA	80%	720W
MÉDIA	60%	540W
DESCONGELAÇÃO MÉDIA BAIXA	40%	360W (**)
BAIXA	20%	180W

Certifique-se que instalou correctamente o forno, como descrito anteriormente neste manual.

Carregue em **STOP/CLEAR**.



Carregue em **MICRO**.



Podemos **DIAL** para seleccionar a potência 720W (80%).

Carregue em **STOP/CLEAR**.



Podemos **DIAL** para o mostrador indique "5:30".



Carregue em **START**.

Durante a cozedura, pode aumentar ou reduzir o tempo de cozedura rodando o **DIAL**.



Níveis de micro potência

O forno está equipado com 5 níveis de potência para lhe proporcionar a máxima flexibilidade e controlo sobre o processo de cozedura dos alimentos. A tabela que se segue mostra alguns exemplos de alimentos, com os níveis de potência de cozedura recomendados para este micro-ondas.

NÍVEL DE POTÊNCIA	NÍVEL DE POTÊNCIA (%)	POTÊNCIA DE SAÍDA	UTILIZAÇÃO
ALTA	100%	900W (Máx.)	<ul style="list-style-type: none">• Ferver água• Cozinhar carne picada• Cozinhar frango cortado em pedaços, peixe, legumes• Cozinhar pedaços de carne tenra
MÉDIA ALTA	80%	720W	<ul style="list-style-type: none">• Para aquecer• Assar carne e aves• Cozinhar cogumelos e marisco• Cozinhar alimentos que contenham queijo e/ ou ovo
MÉDIA	60%	540W	<ul style="list-style-type: none">• Bolos e pães• Cozinhar ovos• Cozinhar doces• Cozinhar arroz, sopa
DESCONGELAÇÃO/ MÉDIA BAIXA	40%	360W (**)	<ul style="list-style-type: none">• Descongelar• Derreter manteiga e chocolate• Cozinhar pedaços de carne menos tenra
BAIXA	20%	180W	<ul style="list-style-type: none">• Amolecer manteiga e queijo• Amolecer gelados• Levedar massas



Início rápido

No exemplo que se segue mostraremos como seleccionar 2 minutos de cozedura em alta potência.



A função de **INÍCIO RÁPIDO** permite-lhe ajustar intervalos de 30 segundos de cozedura em ALTA potência com um simples toque no botão **QUICK START**.

Carregar o botão **CLEAR**.

Carregar o botão **2** vezes em **QUICK START** para seleccionar 2 minutos em potência ALTA.
O forno começará a funcionar antes de carregar pela quarta vez.

Durante o processo de cozedura em **QUICK START** poderá aumentar o tempo de cozedura até 100 minutos, carregando várias vezes no botão **QUICK START**.

Cozedura com grelhador

No exemplo que se segue mostraremos como utilizar o grelhador para cozinhar alimentos durante 12 minutos e 30 segundos.

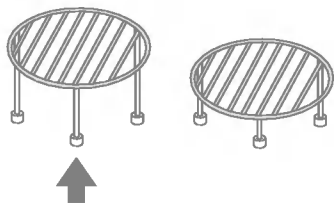


Este modelo dispõe de um **GRELHADOR DE QUARTZO**, pelo que não necessita de pré-aquecimento.

Esta funcionalidade permite-lhe tostar ou dourar rapidamente os alimentos, deixando-os estaladiços.

No modo de grelhador, o prato de metal é colocado entre o prato de vidro e a grelha metálica.

Quando cozinhar nesta modalidade, deverá utilizar a grelha alta.



Carregue o botão **CLEAR**.



Carregue o botão **GRILL**.



Por fim, o mostrador indique "12:30".



Carregue o botão **4 ART.**



Durante a cozedura, pode aumentar ou reduzir o tempo de cozedura rodando o **DIAL**.



Cozedura por convecção

No exemplo que se segue indicaremos como pré-aquecer o forno e como cozinhar alguns alimentos a uma temperatura de 230° C durante 50 minutos.



O forno de convecção tem uma gama de temperatura de 40°C e 100°C-250°C (quando se selecciona o modo de convecção, a temperatura automaticamente seleccionada é 180°C)

O forno tem uma função de fermentação a 40°C. Deve esperar até o forno arrefecer, pois não é possível utilizar uma função de fermentação se a temperatura do forno for superior a 40°C.

O forno demorará alguns minutos a alcançar a temperatura seleccionada.

Uma vez alcançada a temperatura adequada, o forno emitirá um aviso sonoro. Coloque então os alimentos no forno e ligue-o.

1. Para pré-aquecer.

Carregue e **1** TOP/ CLEAR.



Carregue e **CONVECTION**.



Por fim, carregue e **230** para seleccionar 230°C.



Carregue e **4** START.

O pré-aquecimento iniciará-se e o mostrador apresentará a indicação "PREHEAT".

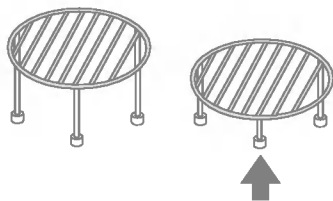


Cozedura por convecção



Se não programar nenhuma temperatura, o forno seleccionará automaticamente 180°C; pode alterar a temperatura de cozedura, rodando o **BOTÃO DE SELECÇÃO**.

Deverá utilizar a grelha baixa sempre que cozinhar por convecção.



2. Para cozinhar

1
Carregue o **STOP/ CLEAR**.

2
Carregue o **CONVECTION**.

3. Pode seleccionar 230°C.

3
Carregue o **ENTER** para confirmar a temperatura.

4. Quando o mostrador indique "50:00".

5. Carregue o **START**.

Durante a cozedura, pode aumentar ou reduzir o tempo de cozedura rodando o **DIAL**.

Cozedura combinada

No exemplo que se segue indicaremos como programar o forno para uma potência de micro-ondas de 20% e grelhador para um tempo de cozedura de 25 minutos.



O forno dispõe de uma função de cozedura combinada que lhe permite cozinhar os alimentos simultaneamente com a função de **aquecimento** e de **micro-ondas**. Esta função permite-lhe poupar tempo nos cozinhados.

Pode programar três níveis de potência micro (20%, 40%, 60%) no modo combinado.

<i>Categoria</i>	<i>Potência micro-ondas (%)</i>
<i>Co-1</i>	<i>20</i>
<i>Co-2</i>	<i>30</i>
<i>Co-3</i>	<i>40</i>

1. COMEÇAÇÃO COM GRELHADOR

Carregue em **STOP/ CLEAR**.

Carregue em **COMBI**.

Pode o **SELEC** para seleccionar **GRILL COMBI**.

Carregue em **ENTER**.

Pode o **POWER** para seleccionar 180W.

Carregue em **ENTER**.

Pode o **TIME** para que o mostrador indique "25:00".

Carregue em **START**.

Durante a cozedura, pode aumentar ou reduzir o tempo de cozedura rodando o **TIME**.

Tenha cuidado ao retirar a comida, pois o recipiente estará quente!

Cozedura combinada

No exemplo que se segue indicaremos como programar o forno para uma potência de micro-ondas de 60% e uma temperatura de convecção de 200 °C, para um tempo de cozedura de 25 minutos.



2. COMBINAÇÃO DE CONVECÇÃO.

Carregue em **STOP/ CLEAR**.



Carregue em **COMBI**.

Pode o **DIAL** para seleccionar **CONVECTION COMBI**.

Carregue em **ENTER**.



Pode o **DIAL** para seleccionar 540W.

Carregue em **ENTER**.



Pode o **DIAL** é que o mostrador indique "200 °C".

Carregue em **ENTER** para confirmar a temperatura.



Pode o **DIAL** mostrador indique "25:00".



Carregue em **START**.

Durante a cozedura, pode aumentar ou reduzir o tempo de cozedura rodando o **DIAL**.



Tenha cuidado ao retirar a comida, pois o recipiente estará quente!

Descongelação automática

A temperatura e a densidade dos alimentos varia, pelo que recomendamos que verifique os alimentos antes de começar a cozinhar. Preste muita atenção a pedaços de carne e aves grandes. Alguns alimentos não devem descongelar-se completamente antes de serem cozinhados. Por exemplo, o peixe cozinha tão depressa, que por vezes é melhor começar a cozinhá-lo quando está ainda ligeiramente congelado. O programa PÃO serve para descongelar peças pequenas como carcaças ou pãezinhos. Estes alimentos necessitam de tempo de repouso para permitir que descongelem por dentro. No exemplo que se segue mostraremos como descongelar um frango de 1,4 kg.



O forno tem quatro programas de descongelação: - **CARNE, AVES, PEIXE e PÃO**; cada categoria de descongelação utiliza ajustes diferentes de potência.

Carregue em **STOP/ CLEAR**.

Pese os alimentos que vai descongelar. Certifique-se de que retira eventuais elementos metálicos utilizados para atar ou embalar. Coloque os alimentos no forno e feche a porta.



Carregue em **AUTO DEFROST**.

Pode o **2** para seleccionar o programa de descongelação de AVES. Aparecerá "dEF2" no mostrador.



Carregue em **ENTER**.

Introduza o peso dos alimentos congelados que pretende descongelar.

Pode o **3** que o mostrador indique "1.4".



Carregue em **START**.



Durante o processo de descongelação o forno emitirá um aviso sonoro, para indicar que deve abrir a porta do forno, virar e separar os alimentos, para garantir uma descongelação uniforme. Retire as partes que já tenham descongelado, ou proteja-as, de forma a retardar o processo. Em seguida, volte a fechar a porta do forno e carregue em **START** para continuar a descongelação. **O forno só interromperá o processo de descongelação (ainda que tenha emitido o aviso sonoro) quando abrir a porta.**

GUIA DE DESCONGELAÇÃO AUTOMÁTICA POR PESO

- Os alimentos a descongelar devem ser colocados em recipientes próprios para o micro-ondas e devem ser colocados destapados no prato de vidro giratório.
- Se necessário, envolva as partes mais finas da carne ou do peixe em pequenos bocados de folha de alumínio. Isto evita que as zonas mais finas fiquem quentes durante a descongelação. Verifique se a folha não toca nas partes laterais do forno.
- Separe os alimentos como carne picada, costeletas, salsichas e bacon o mais depressa possível.
Quando ouvir o aviso sonoro, vire os alimentos, retire as partes já descongeladas e continue a descongelar as partes restantes.
Após a descongelação deixe repousar os alimentos até estarem completamente descongelados.
- Por exemplo, as peças de carne e os frangos inteiros devem **REPOUSAR** durante 1 hora no mínimo antes de serem cozinhados.

CATEGORIA	LIMITE DE PESO	UTENSÍLIO	ALIMENTO
Carne Aves Peixe	0,1 kg ~ 4,0 kg	Recipiente próprio para micro-ondas (Prato raso)	Carne Carne picada, bifinhos, cubos para guisar, lombo de vaca, carne assada, alcatra, hambúrguer, costeletas de porco, costeletas de vaca, rolo de carne, salsichas, costeleta (2 cm). Volte os alimentos quando ouvir o aviso sonoro. Depois de descongelar, deixe repousar durante 5-15 minutos. Aves Frango inteiro, pernas, peito, peitos de peru (com menos de 2,0 kg) Volte os alimentos quando ouvir o aviso sonoro. Depois de descongelar, deixe repousar durante 20-30 minutos. Peixe Filetes, lombinhos, peixe inteiro, mariscos Volte os alimentos quando ouvir o aviso sonoro. Depois de descongelar, deixe repousar durante 10-20 minutos.
Pão	0,1 kg ~ 0,5 kg	Papel ou prato raso	Fatias de pão, pãezinhos, baguetes etc.

Cozedura automática

No exemplo que se segue mostraremos como cozinhar 0,6 kg. de batatas com pele.



A COZEDURA AUTOMÁTICA permite-lhe cozinhar facilmente quase todos os seus alimentos preferidos seleccionando o tipo de alimento e indicando o peso do mesmo.

CATEGORIA	FROG
BATATAS COM PELE	Ac-1
LEGUMES FRESCOS	Ac-2
LEGUMES FRESCOS	Ac-3
LEGUMES CONGELADOS	Ac-4
ARROZ / MASSA	Ac-5
PEIXE FRESCO	Ac-6
PIZZA CONGELADA	Ac-7
BATATAS FRITAS	Ac-8
GRATINADO	Ac-9

Carregue em **CLEAR**.



Carregue em **AUTO COOK**.



Pode carregar o **3** que o mostrador indique "Ac-1".

Carregue em **ENTER** para confirmar a categoria.



Pode carregar o **4** que o mostrador indique "0.6".

Carregue em **START**.



Cozedura automática

Batatas com pele

0,1 kg ~ 1 kg

Prato de metal

Temperatura ambiente

Escolha batatas inteiras de tamanho médio, de 200 a 220 gr. Lave-as e seque-as. Fure-as várias vezes com um garfo. Coloque-as no prato metálico. Ajuste o peso e carregue em START. Uma vez assadas, tire-as do forno microondas.

ATENÇÃO: O grelhador e outras zonas próximas ficam muito QUENTES. Utilize luvas de cozinha.

Legumes frescos

0,2 kg. ~ 0,8 kg

Tigela especial para microondas

Temperatura ambiente

Coloque os legumes numa tigela especial para microondas. Acrescente água. Cubra a tigela com película aderente. Uma vez cozinhados, retire-os e deixe-os repousar durante 2 minutos. Acrescente água conforme a quantidade de legumes.

** De 0,2 kg. a 0,4 kg.: 2 colheres de sopa

** De 0,5 kg. a 0,8 kg.: 4 colheres de sopa

Legumes congelados

0,2 kg. ~ 0,8 kg

Tigela especial para microondas

Congelados

Coloque os legumes numa tigela especial para microondas. Acrescente água. Cubra a tigela com película aderente. Uma vez cozinhados, retire-os e deixe-os repousar durante 2 minutos. Acrescente água conforme a quantidade de legumes ou vegetais.

** De 0,2 kg. a 0,4 kg.: 2 colheres de sopa

** De 0,5 kg. a 0,8 kg.: 4 colheres de sopa

Arroz / Massa

0,1 kg. ~ 0,3 kg.

Tigela especial para microondas

Temperatura ambiente

Lave o arroz e deixe-o de molho durante 30 minutos. Coloque o arroz numa tigela grande e funda com água muito quente acrescentando 1/4 de colher a 1 colher de chá de sal.

Peso		100g.	200g.	300g.	Cobrir
Água	Arroz	180ml.	330ml.	480ml.	SIM
	Massa	300ml.	600ml.	900ml.	NÃO

** Arroz: Uma vez cozido, deixe repousar tapado durante 5 minutos ou até absorver a água.

** Massa: Mexa várias vezes durante a cozedura. Uma vez cozida, deixe repousar de 1 a 2 minutos. Passe a massa por água fria.

Cozedura automática	Peixe fresco	0,1 kg~ 0,6 kg	Travessa especial para micro-ondas	Refrigerados	<p>Peixes inteiros, postas</p> <ul style="list-style-type: none"> - Peixe gordo: salmão, bacalhau - Peixe branco: pescada, peixe espada <p>Disponha numa só camada numa travessa especial para micro-ondas. Cubra a travessa com película aderente e fure-a em vários pontos. Coloque a travessa no prato de vidro giratório. Ajuste o peso e carregue em START.</p> <p>Depois de cozinhado, retire o peixe do forno. Deixe repousar durante 3 minutos antes de servir.</p>
	Pizza congelada	0,1 kg~ 0,5 kg	Grelha baixa e prato de metal	Congelados	<p>Esta função serve para cozinhar pizza congelada. Retire todos os invólucros e coloque a pizza na grelha alta, sobre o prato de metal e o prato de vidro. Quando estiver cozinhada, deixe-a repousar 1-2 min.</p>
	Batatas fritas	0,2 kg~ 0,4 kg	Grelha baixa e prato de metal	Congelados	<p>Distribua as batatas pelo prato de metal que está por cima da grelha baixa. Para obter melhores resultados, cozinhe-as numa só camada. Uma vez cozinhadas, retire-as do forno e deixe-as repousar 1 ou 2 min.</p>

Cozedura automática

Gratinado

0,5 kg~ 1,2 kg

Grelha baixa e prato de metal

Temperatura ambiente

Utilize esta função para fazer gratinados caseiros. Coloque os alimentos na grelha baixa sobre o prato de metal. Uma vez preparado, retire o gratinado do forno e deixe repousar durante 1~2 minutos.

* Batatas gratinadas *

Ingredientes

400 g. de batatas
100 g. de cebolas (em rodela finas)
2/3 de colher de sopa de manteiga
3 fatias de bacon
350 g. de molho bechamel
80 g. de queijo mozzarella ralado
Sal e pimenta preta

(Molho bechamel)

3 colheres de sopa de manteiga, 5 de farinha e 2 1/2 copos de leite. Coloque a manteiga numa tigela grande. Coloque-a no microondas a alta potência ("HIGH") até derreter. Acrescente farinha e introduza a preparação anterior no microondas a alta potência ("HIGH") durante 2 minutos. Acrescente leite, sal e pimenta preta. Introduza a preparação no microondas a alta potência ("HIGH") durante 15 minutos. (Mexe várias vezes durante a cozedura).

Método

1. Asse as batatas com pele conforme se indicou anteriormente. Depois descasque-as e corte-as em bocados pequenos. Acrescente sal e pimenta.
 2. Misture manteiga e cebola numa tigela e depois coloque a tigela no microondas a alta potência ("HIGH") durante 2 minutos.
 3. Verta um terço do molho bechamel num prato para gratinados. Junte as batatas, a cebola e o bacon. Cubra com o resto do bechamel.
 4. Polvilhe com o queijo. Coloque a preparação na grelha baixa por cima da bandeja metálica.
- Uma vez cozinhado, deixe repousar durante 2~3 minutos.

Reaquecimento automático

No exemplo que se segue, é apresentada a forma de cozinhar uma refeição fria com 0,6 kg.



A função **REAQUECIMENTO AUTOMÁTICO** é conveniente e fácil de utilizar. O forno foi pré-programado para reaquecer automaticamente os alimentos.

O forno tem quatro programas de **REAQUECIMENTO AUTOMÁTICO**: Pizza fria, Sopa/ molho, Refeição fria e Refeição congelada.

Carregue o botão **CLEAR**.



Carregue o botão **AUTO REHEAT**.



Rode o botão **3** que o mostrador indique "rh-3".

Carregue o botão **ENTER**.



Rode o botão **4** que o mostrador indique "0.6".

Carregue o botão **START**.



Reaquecer
automático

Pizza fria	0,2 kg – 0,4 kg	Grelha baixa e prato de metal	Refrigerados	Esta função serve para reaquecer restos de pizza fria. Coloque a pizza fria no tabuleiro sobre o prato de metal. Depois de cozinhados, retire os alimentos de imediato. Deixe repousar durante 2-3 minutos.
-------------------	-----------------	-------------------------------	--------------	--

Sopa / molho	0,2 kg – 0,6 kg	Tigela especial para micro-ondas	Temperatura ambiente	Deite a sopa/ molho para dentro de uma tigela especial para micro-ondas. Tape com uma tampa ou película aderente. Depois de aquecer, mexa. Deixe repousar durante 2 minutos tapado. Em seguida, mexa novamente.
---------------------	-----------------	----------------------------------	----------------------	--

Refeição fria	0,3 kg – 0,6 kg	Tabuleiro próprio	Refrigerados	Fique a superfície com um garfo. Coloque os alimentos sobre o prato de vidro giratório. Depois de cozinhado, deixe repousar durante 2-3 minutos antes de servir.
----------------------	-----------------	-------------------	--------------	--

- Agitável por ex., : Esparguete à bolonhesa, carne guisada
- Não agitável por ex., : Lasanha, tarte do campo

Nota:

No caso dos alimentos embalados, pique a peça de carne ou as porções de arroz/ massa, etc.

- Para alimentos agitáveis: mexa quando ouvir o sinal sonoro.

- Alimentos não agitáveis: não é necessário mexer quando ouvir o sinal sonoro

Refeição congelada	0,3 kg – 0,6 kg	Tabuleiro próprio	Congelados	Igual ao anterior
---------------------------	-----------------	-------------------	------------	-------------------

Assadura automática

No exemplo que se segue aprenderá a assar 1.4 kg de carne de vaca



A função **ASSADURA AUTOMÁTICA** permite-lhe cozinhar facilmente quase todos os seus alimentos favoritos seleccionando o tipo de alimento e introduzindo o respectivo peso.

Carregue em **CLEAR**



Carregue em **AUTO ROAST.**



MC-8083ML



MC-8083MLR

Pode o **3** que o mostrador indique "Ar-1".

Carregue em **ENTER**

3



Pode o **4** que o mostrador indique "1.4".

Carregue em **START.**

4



GUIA DE ASSADURA AUTOMÁTICA (para o modelo MC-8083ML)

Assadura automática	Assado de vaca	0.5 kg ~ 1.5 kg	Grelha baixa	Refrigerados	Unte a carne com margarina ou manteiga derretida. Coloque na grelha baixa, sobre o prato de metal. Quando ouvir o aviso sonoro, vire a carne. Em seguida, carregue em START para continuar a cozinhar. Quando acabar de cozinhar, deixe-a repousar, coberta com papel de alumínio, durante 10 minutos.
	Assado de borrego	0.5 kg ~ 1.5 kg	Grelha baixa	Refrigerados	Unte a carne com margarina ou manteiga derretida. Coloque na grelha baixa, sobre o prato de metal. Quando ouvir o aviso sonoro, vire a carne. Em seguida, carregue em START para continuar a cozinhar. Quando acabar de cozinhar, deixe-a repousar, coberta com papel de alumínio, durante 10 minutos.
	Pernas de frango	0.2 kg ~ 0.8 kg	Grelha alta	Refrigerados	Lave e seque a pele do frango. Unte as pernas de frango com margarina ou manteiga derretida. Coloque na grelha alta, sobre o prato de metal. Quando ouvir o aviso sonoro, vire as pernas de frango. Em seguida, carregue em START para continuar a cozinhar. Quando acabar de cozinhar, deixe-as repousar, cobertas com papel de alumínio, durante 2-5 minutos.
	Frango inteiro	0.8 kg ~ 1.5 kg	Prato de vidro + Prato de metal	Refrigerados	Lave e seque a pele do frango. Unte o frango com margarina ou manteiga. Coloque o frango inteiro na grelha baixa, sobre o prato de metal. Quando ouvir o aviso sonoro, vire o frango. Quando acabar de cozinhar, deixe-o repousar, coberto com papel de alumínio, durante 10 minutos.

GUIA DE ASSADURA AUTOMÁTICA (APENAS PARA O MODELO MC-8083MLR)

Assadura automática	Assado de vaca	0.5 kg ~ 1.5 kg	Espeto e prato de metal	Espeto e prato de metal	Perfure a carne com o espeto e unte-a com margarina ou manteiga derretida. Se necessário, utilize fio para prender a carne ao espeto. Coloque o prato de metal sobre o prato de vidro giratório. Quando acabar de cozinhar, deixe-a repousar, coberta com papel de alumínio, durante 10 minutos.
	Assado de borrego	0.5 kg ~ 1.5 kg	Espeto e prato de metal	Espeto e prato de metal	Perfure a carne com o espeto e unte-a com margarina ou manteiga derretida. Se necessário, utilize fio para prender a carne ao espeto. Coloque o prato de metal sobre o prato de vidro giratório. Quando acabar de cozinhar, deixe-a repousar, coberta com papel de alumínio, durante 10 minutos.
	Pernas de frango	0.2 kg ~ 0.8 kg	Grelha alta e prato de metal	Grelha alta e prato de metal	Lave e seque a pele do frango. Unte as pernas de frango com margarina ou manteiga derretida. Coloque na grelha alta, sobre o prato de metal. Por favor volte os alimentos quando faltarem dois minutos. Quando ouvir o aviso sonoro, vire as pernas de frango. Em seguida, carregue em START para continuar a cozinhar. Quando acabar de cozinhar, deixe-as repousar, cobertas com papel de alumínio, durante 2-5 minutos.
	Frango inteiro	0.8 kg ~ 1.5 kg	Espeto e prato de metal	Espeto e prato de metal	Perfure o frango com o espeto e unte-o com margarina ou manteiga. Se necessário, utilize fio para prender o frango ao espeto. Coloque o prato de metal sobre o prato de vidro giratório. Quando acabar de cozinhar, deixe-o repousar, coberto com papel de alumínio, durante 10 minutos.

Cozedura em duas fases

No exemplo que se segue, é apresentada a forma de cozinhar alguns alimentos em duas fases. Na primeira fase, os alimentos são cozinhados durante 11 minutos na posição alta e na segunda fase, os alimentos são cozinhados durante 35 minutos na posição 360.



Durante a cozedura em duas fases, pode abrir a porta do forno e verificar os alimentos. Para continuar a cozedura, feche a porta do forno e carregue em **START**.

No final da fase 1, o aviso sonoro é accionado e a fase 2 começa.

Se quiser cancelar o programa, carregue duas vezes em **STOP**.

Se estiver a utilizar um programa de descongelação automática, pode programar o forno para até três fases de cozedura.

(Descongelação automática + Fase 1 + Fase 2)

Desta forma, pode descongelar os alimentos e cozinhá-los sem ter de reajustar o forno em cada fase.

Carregue em **CLEAR**.

Defina a potência e o tempo de cozedura **para a fase 1**.

(Pode omitir este processo na potência Alta).

Carregue uma vez no botão **MICRO** para seleccionar a potência Alta e carregue em **ENTER**.

Rode o **DIAL** até que o mostrador indique "11:00".

Programa a potência e o tempo de cozedura **para a fase 2**.

Carregue uma vez no botão **MICRO** e rode o **DIAL** até que o mostrador indique "360".

Carregue em **ENTER**.

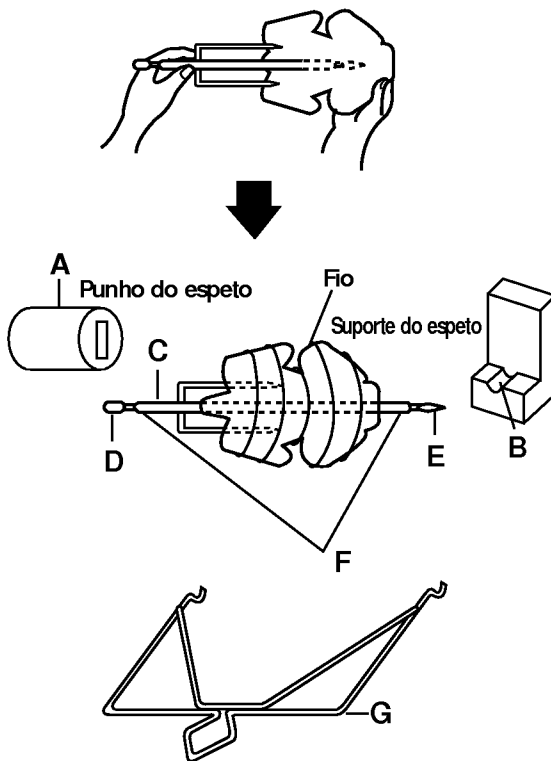
Rode o **DIAL** até que o mostrador indique "35:00".

Carregue em **START**.

No exemplo que se segue aprenderá a assar um frango inteiro no espeto

Assados no espeto

Apenas para o modelo MC-8083MLR



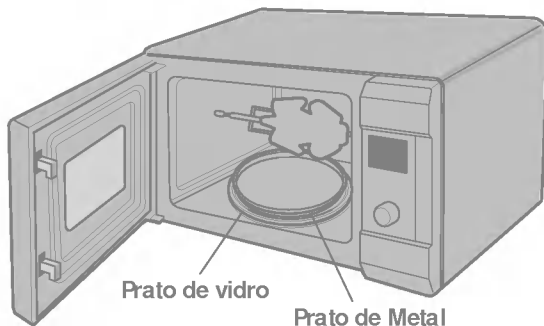
1. Coloque o frango, completamente descongelado, no espeto, certificando-se que o varão maior atravessa o frango pelo centro. Se necessário, ate o frango ao espeto com fio.

NOTA: É MUITO IMPORTANTE DESCONGELAR COMPLETAMENTE O FRANGO ANTES DE O COZINHAR, CASO CONTRÁRIO PODERÁ FICAR MAL COZINHADO.

2. Insira a parte de trás do espeto (D) no respectivo punho (A), situado no lado esquerdo da parede do forno. Empurre-o para a esquerda, rodando ligeiramente o espeto até este encaixar no punho (A).
3. Pouse a outra extremidade do espeto (E) no entalhe do respectivo suporte (B).
4. Coloque um pirex dentro do micro-ondas, com cuidado, sobre o prato de vidro giratório.
5. Depois de fechar a porta do forno, siga os passos indicados em **ASSADURA AUTOMÁTICA** (p. 25).

Assados no espeto

Apenas para o modelo MC-8083MLR



6. No final, segure nas duas pontas do espeto (F), com a pega metálica (G), levante ligeiramente o lado direito e retire o frango pelo lado da direita.

NOTA:

1. Esta forma de cozinhar é ideal para grelhar carne. A superfície dos alimentos fica uniformemente tostada, sem ser necessário voltá-los.
2. O espeto pode ser usado com os modo de cozedura de micro-ondas, combinado, grelhador, assadura automática e cozedura automática.
3. O espeto destina-se apenas a assados. Terminada esta função, retire o espeto, lave-o e guarde-o com os outros acessórios.

ATENÇÃO

1. NÃO UTILIZE O PRATO DE METAL E O ESPETO SEM ALIMENTOS, POIS DANIFICARÁ O FORNO.
2. NO FINAL DO COZINHADO, O PRATO DE METAL FICA EXTREMAMENTE QUENTE
3. Recomenda-se que remova a gordura do prato giratório, sempre que utilizar o microondas. A gordura, ao aquecer, pode originar fumo.

Para conseguir aquecer ou reaquecer no microondas, é importante seguir algumas instruções. Meça a quantidade de alimentos de maneira a determinar o tempo necessário para o reaquecimento. Coloque os alimentos de forma circular para obter melhores resultados. Os alimentos que estiverem à temperatura ambiente aquecem mais facilmente que os alimentos que estiverem no frigorífico. Os alimentos enlatados devem ser retirados da lata e colocados num recipiente próprio para microondas. A comida aquece de forma mais uniforme se for coberta com um teste de microondas ou embrulhada em plástico com furos. Retire a cobertura cuidadosamente para evitar queimaduras por vapor. Use a seguinte tabela como guia para reaquecer alimentos cozinhados.

Alimento	Tempo cozinhado (em HIGH)	Instruções Especiais
Carne fatiada 3 fatias (0,5 cm espessura)	1~2 minutos	Colocar a carne fatiada no prato do microondas. Cobrir com plástico com furos. • Nota: O suco da carne e o molho ajudam a manter a carne suculenta.
Bocados de frango 1 peito 1 perna e coxa	2~3 minutos 3~3½ minutos	Colocar os bocados de frango no prato do microondas. Cobrir com plástico com furos.
Filete de peixe (170-230 g)	1~2 minutos	Colocar o peixe no prato do microondas. Cobrir com plástico com furos.
Lasanha 1 porção (300 g)	4~6 minutos	Colocar a lasanha no prato do microondas. Cobrir com plástico com furos.
Caçarola 1 chávena 4 chávenas	1½~3 minutos 4½~7 minutos	COZINHAR numa caçarola de microondas. Mexer uma vez a meio da cozedura.
Caçarola natas ou queijo 1 chávena 4 chávenas	1~2½ minutos 3½~6 minutos	COZINHAR numa caçarola de microondas. Mexer uma vez a meio da cozedura.
Sloppy .be ou Carne de vaca assada 1 sandwich (½ chávena de recheio de carne sem rolo)	1~2½ minutos	Reaquecer o recheio e o rolo separadamente. COZINHAR numa caçarola de microondas. Mexer uma vez. Aquecer o rolo como indicado a seguir na tabela.

Alimento	Tempo cozinhado (em HIGH)	Instruções Especiais
Puré (350 g)	6~7 minutos	COZINHAR coberto numa caçarola de microondas. Mexer uma vez a meio da cozedura.
Feijões no forno 1 chávena	1½~3 minutos	COZINHAR coberto numa caçarola de microondas. Mexer uma vez a meio da cozedura.
Pavoi ou massa com molho 1 chávena 4 chávenas	2½~4 minutos 7½~11 minutos	COZINHAR numa caçarola de microondas. Mexer uma vez a meio da cozedura.
Arroz 1 chávena 4 chávenas	1~1½ minutos 3½~5 minutos	COZINHAR numa caçarola de microondas. Mexer uma vez a meio da cozedura.
Pão ou rolo de sandwich 1 rolo	15-30 segundos	Embrulhar em papel de cozinha e colocar numa travessa de vidro.
Legumes 1 chávena 4 chávenas	1½~2½ minutos 3½~5½ minutos	COZINHAR numa caçarola de microondas. Mexer uma vez a meio da cozedura.
Sopa 1 porção (8 oz.)	1½~2 minutos	COZINHAR numa caçarola de microondas. Mexer uma vez a meio da cozedura.

Guia de Legumes Frescos

Legume	Quantidade	Tempo coz. (em HIGH)	Instruções	Tempo de Repouso
Alcachofras (230 g cada)	2 médias 4 médias	4 1/2 ~ 7 10 ~ 12	Cortar. Adicionar 2 colher de chá de água e 2 colher de chá de sumo. Cobrir.	2~3 minutos
Espargos frescos, hastes	450g	2 1/2 ~ 6	Adicionar 1 chávena de água. Cobrir.	2~3 minutos
Feijão verde	450g	7 ~ 11	Adicionar 1/2 chávena de água numa caçarola de 1,5 litros. Mexer a meio da cozedura.	2~3 minutos
Beats, frescos	450g	11 ~ 16	Adicionar 1/2 chávena de água numa caçarola de 1,5 litros coberta. Acondicionar a meio da cozedura.	2~3 minutos
Brócolos frescos, hastes	450g	5 ~ 8	Colocar os brócolos na assadeira. Adicionar 1/2 chávena de água.	2~3 minutos
Couve fresca, cortada	450g	5 1/2 ~ 7 1/2	Adicionar 1/2 chávena de água numa caçarola de 1,5 litros coberta. Mexer a meio da cozedura.	2~3 minutos
Cenouras frescas, laminadas	200g	2 ~ 3	Adicionar 1/4 chávena de água numa caçarola de 1,5 litros coberta. Mexer a meio da cozedura.	2~3 minutos
Couve-flor fresca, inteira	450g	5 ~ 7	Cortar. Adicionar 1/4 chávena de água numa caçarola de 1,5 litros coberta. Mexer a meio da cozedura.	2~3 minutos
Flowerettes frescas Aipo fresco Cortados	2 chávn. 4 chávn.	11 ~ 16	Cortar. Adicionar 1/2 chávena de água numa caçarola de 1,5 litros coberta. Mexer a meio da cozedura.	2~3 minutos

Legume	Quantidade	Tempo coz. (em HIGH)	Instruções	Tempo de Repouso
Milho fresco	2 espigas	4 ~ 8	Debulhar. Adicionar 2 colheres almoadadeiras de água numa assadeira. Cobrir.	2~3 minutos
Cogumelos frescos, laminados	230g	1 1/2 ~ 2 1/2	Colocar os cogumelos numa caçarola de 1,5 litros coberta. Mexer a meio da cozedura.	2~3 minutos
Cherivias frescas, laminadas	450g	4 ~ 7	Adicionar 1/2 chávena de água numa caçarola de 1,5 litros coberta. Mexer a meio da cozedura.	2~3 minutos
Ervilhas verdes, frescas	4 chávenas	6 ~ 9	Adicionar 1/2 chávena de água numa caçarola de 1,5 litros coberta. Mexer a meio da cozedura.	2~3 minutos
Batata Doce Assadura Total (170~230 g cada)	2 médias 4 médias	4 ~ 9 6 ~ 12	Furar as batatas várias vezes com um garfo. Colocá-las em dois papéis de cozinha. Virar a meio da cozedura.	2~3 minutos
Batatas brancas, Assadura Total (170~230 g cada)	2 batatas 4 batatas	5 1/2 ~ 7 1/2 9 1/2 ~ 14	Furar as batatas várias vezes com um garfo. Colocá-las em dois papéis de cozinha. Virar a meio da cozedura.	2~3 minutos
Espinafres frescos, folhas	450g	4 1/2 ~ 7 1/2	Adicionar 1/2 chávena de água numa caçarola de 2 litros.	2~3 minutos
Curgetes frescas, laminadas	450g	4 1/2 ~ 7 1/2	Adicionar 1/2 chávena de água numa caçarola de 1,5 litros coberta. Mexer a meio da cozedura.	2~3 minutos
Curgete fresca, inteira	450g	6 ~ 9	Furar. Colocar em dois papéis de cozinha. Virar a curgete e acondicionar a meio da cozedura.	2~3 minutos

Guia de Cozedura no Grelhador

Instruções para grelhar carne no grelhador

- Cortar o excesso de gordura da carne. Cortar a gordura assegurando-se de que não corta a parte magra (isto impede o enrolar da gordura).
- Coloque na grelha. Fincele com manteiga derretida ou óleo.
- A meio do cozinhado, vire a carne.

<i>Alimento</i>	<i>Peso</i>	<i>Tempo de cozinhado aprox. (em minutos)</i>	<i>Dicas</i>
Hambúrgueres de carne de vaca	50g x 2 100g x 2	13-16 19-23	Engordurar com óleo ou manteiga derretida. Os alimentos finos devem ser colocados na grelha. Os alimentos grossos podem ser colocados num tabuleiro. Vire a comida a meio do cozinhado.
Bifes de vaca (2,5 cm esp.)	230g x 2 230g x 2 230g x 2	18-20	
Mal passado		22-24	
Meio pas.		26-28	
Bem pas.			
Costeletas de porco (2,5 cm esp.)	230g x 2	27-32	
Costeletas de cordeiro	230g x 2	25-32	
Salsichas (2,5 cm esp.)	230g	13-16	Virar frequentemente.

Instruções para grelhar peixe e marisco

Coloque o peixe e o marisco na grelha. Devem fazer-se cortes no peixe diagonalmente de ambos os lados antes de grelhar. Fincele o peixe e o marisco com manteiga derretida, margarina ou óleo antes e durante o cozinhado. Isto ajuda a que o peixe não fique seco. Grelhe durante os tempos recomendados na tabela. Os peixes inteiros e os filetes de peixe devem ser cuidadosamente virados a meio do tempo de grelhar. No se deseje, os filetes grossos também podem ser virados a meio do cozinhado.

<i>Alimento</i>	<i>Peso</i>	<i>Tempo de cozinhado aprox. (em minutos)</i>	<i>Dicas</i>
Filetes de peixe 1 cm espes. 1,5 cm espes.	230g 230g	17-21 20-24	Fincele com manteiga derretida e vire a meio do cozinhado.
Postas de peixe 2,5 cm espessura	230g	24-28	
Peixe inteiro	225-350g cod 450g	16-20 24-28	Deixar mais tempo para peixe grosso e gorduroso.
Vieiras Camarões grandes crus	450g 450g	16-20 16-20	Engordurar bem durante o cozinhado.

Instruções de segurança importantes

Leia atentamente e conserve para futura consulta

ATENÇÃO

Certifique-se sempre de que regulou os tempos de cozedura correctamente, na medida em que uma cozedura excessiva poderia dar origem a um INCÊNDIO e danificar o forno.

1. Não tente manipular inadequadamente nem fazer ajustes ou reparações por si próprio na porta do microondas, nos fechos de segurança nem em nenhum elementos do forno. É perigoso tentar reparar ou manipular o forno de forma retirando-se alguma cobertura de protecção contra as microondas. Qualquer reparação deverá ser efectuada por pessoal técnico especializado.
2. Não faça funcionar o microondas se este estiver vazio. É aconselhável colocar um copo de água no seu interior, água que irá absorver as microondas no caso do forno começar a funcionar acidentalmente.
3. Nunca utilize o forno microondas para secar roupa, visto que esta poderia ficar carbonizada ou incendiar-se por um aquecimento prolongado.
4. Não cozinhe alimentos embrulhados em papel de cozinha a não ser que assim conste num livro de cozinha por microondas.
5. Se for possível utilizar papel de cozinha, não o substitua por papel de jornal.
6. Não utilize recipientes de madeira: poderiam aquecer demasiado e ficar carbonizados. Também não utilize recipientes cerâmicos que tenham incrustações metálicas (por exemplo, de ouro ou prata). Tire sempre todos os elementos metálicos de sujeição. Não introduza nunca objectos metálicos: podiam produzir-se arcos voltaicos que poderiam danificar gravemente o microondas.
7. Nunca coloque em funcionamento o microondas se na junta da porta estiver introduzido papel de cozinha, restos de guardanapos de papel ou qualquer outra substância obstruída: poderia representar uma exposição do utilizador às microondas.
8. Não utilize papel reciclado, visto que pode conter impurezas que poderiam provocar faíscas, ou também se podia incendiar ao cozinhar alimentos.
9. Não passe por água a bandeja giratória imediatamente depois de ter cozinhado: podia ficar danificada ou partir-se.
10. Se introduzir pequenas quantidades de alimentos, o tempo correspondente de aquecimento ou de cozedura também será reduzido. Ao utilizar tempos normais de cozedura podiam aquecer demasiado ou queimar-se.
11. Para evitar que o forno possa cair acidentalmente ao chão, deixe pelo menos 8 cm. entre a parte frontal do forno e a beira da superfície onde está colocado.
12. Fure sempre as batatas, maçãs ou outras frutas ou alimentos vegetais antes de os cozinhar.
13. Nunca introduza ovos com a casca, já que acumulariam pressão que os faria reventar.
14. Não cozinhe alimentos com muito aceite.
15. Antes de cozinhar ou de descongelar, retire a embalagem plástica dos alimentos. No entanto, alguns alimentos devem ser cozinhados ou aquecidos com plástico transparente.
16. Se a porta do forno ou a selagem estiverem danificadas, não utilize o microondas até que um técnico especializado o repare.
17. Se sair fumo, apague ou desligue da rede o microondas e mantenha-o fechado para sufocar o fogo.
18. Ao cozinhar ou aquecer alimentos em recipientes de um só uso de plástico, papel ou de outros materiais inflamáveis, observe frequentemente o interior do forno visto que se podem incendiar.
19. As crianças só devem utilizar o microondas com a supervisão de adulto e sempre que lhes for indicado como utilizá-lo correctamente e de forma segura e conhecem os possíveis riscos de uma utilização inadequada.
20. Líquidos e outros alimentos não se devem aquecer em recipientes fechados visto que poderiam explodir.
21. Não use recipientes fechados hermética-mente. Os líquidos ou outros alimentos não devem ser aquecidos em recipientes herméticos, porque existe o risco de eles explodirem.

Utensílios utilizáveis no microondas

Nunca introduza no forno microondas utensílios metálicos nem com incrustações ou adornos de metal.

As microondas são um tipo de energia que não pode penetrar nos metais, fazendo ricochete em todos os objectos metálicos e produzindo arcos voltaicos, efeito alarmante que faz lembrar as descargas eléctricas. A maior parte dos utensílios não metálicos de cozinha resistentes a altas temperaturas são adequados para os microondas, se bem que é possível que contenham substâncias metálicas, sendo então inadequados como utensílio para microondas. Se não tem a certeza se pode utilizar um utensílio, é muito fácil saber se é adequado: Introduza o utensílio no forno junto a um copo grande com água. Ponha o forno a funcionar na potência máxima ("HIGH") durante 1 minuto. Se a água aquecer e o utensílio não, pode utilizar o utensílio no microondas. Pelo contrário, se a água não aquecer e o utensílio sim, quer dizer que este absorveu as microondas e portanto não é adequado utilizá-lo. Seguramente já dispõe de muitos utensílios que poderá utilizar no microondas. Leia atentamente os seguintes exemplos:

Pratos rasos

Muitos pratos deste tipo podem utilizar-se no microondas. Se não tem a certeza, leia as especificações do fabricante ou então faça o teste indicado.

Utensílios de vidro

Podem utilizar-se utensílios de vidro que suportem altas temperaturas, como por exemplo todos os utensílios de vidro temperado. Pelo contrário, não utilize utensílios delicados de cristal, como copos de lados rectos ou copos para vinho, já que se podem partir ao aquecer o seu conteúdo.

Recipientes plásticos para guardar alimentos

Podem utilizar-se para conter alimentos a ser cozinhados no microondas, mas não os introduza no microondas se tiverem de permanecer muito tempo a cozinhar, já que o calor do seu conteúdo finalmente acabaria por deformar ou derreter os recipientes de plástico.

Papel

Os recipientes ou pratos de papel podem utilizar-se nos fornos microondas com a condição do tempo de cozedura não seja longo e de que os alimentos a cozinhar não contenham muito azeite ou água. O papel de cozinha é muito útil para envolver alimentos e para cobrir bandejas de assados que contenham alimentos com muita gordura, como bacon. Em geral, não utilize papel de cor visto que pode desbotar. Alguns produtos de papel reciclado podem conter impurezas que causariam arcos voltaicos, ou até incendiar-se no microondas.

Sacos de plástico especiais para cozinhar

Os sacos de plástico podem utilizar-se sempre que forem especiais para cozinhar. Faça-lhes sempre um pequeno corte para que o vapor possa sair do interior. Nunca utilize sacos normais, porque acabariam por se deformar ou desfazer.

Utensílios de plástico para microondas

Para o seu microondas existem utensílios plásticos de diversas formas e tamanhos que seguramente você já tem na sua cozinha, não precisando de comprar outros utensílios.

Recipientes de cerâmica, de grés ou utensílios de outros materiais cerâmicos

Os utensílios destes materiais costumam poder utilizar-se no microondas, mas faça primeiro o teste indicado anteriormente.

ATENÇÃO

Alguns utensílios com alto teor de chumbo ou ferro não se devem utilizar no microondas.

Em caso de dúvida, faça o teste indicado anteriormente.

Características dos alimentos e cozedura no microondas

Preste atenção durante a cozedura

As receitas foram redigidas com grande cuidado; para que o prato saia bem depende de você prestar atenção à cozedura, observando de vez em quando o interior do forno. O seu microondas dispõe de uma luz interior que se acende automaticamente quando o forno entra em funcionamento, para assim ver como avança a cozedura. Nas receitas, as indicações, como por exemplo, dar a volta ou tirar os alimentos, são meras tarefas básicas a realizar. Se vir que os alimentos não se estão a cozinhar homogeneamente, faça as modificações que achar necessárias.

Factores a considerar no tempo de cozedura

A duração de toda a cozedura depende de muitos factores, como por exemplo, e de forma muito substancial, da temperatura dos ingredientes a utilizar. Ou seja, se por exemplo desejar fazer um bolo com ovos, leite e manteiga frios, o tempo de cozedura deverá ser maior que se os ingredientes estiverem à temperatura ambiente. Em todas as receitas deste guia constam os tempos de cozedura correspondentes. Geralmente, observará que os pratos não ficam completamente cozinhados se utilizar o período mínimo de cozedura, e também se pode dar que pense ser necessário prolongar o período máximo de cozedura indicado. Nestas receitas, aplicou-se o princípio de que é melhor não indicar tempos de cozedura possivelmente excessivos, já que um prato demasiado cozinhado nunca se pode servir. Em algumas receitas, especialmente as de pão, pastéis e cremes, recomenda-se retirá-los do microondas antes de estarem, completamente feitos, indicação conveniente porque ao deixar repousar estes pratos, acabam por se fazerem sozinhos fora do forno ao actuar o calor das partes mais externas, que penetrará pouco a pouco no interior. Se se deixar o prato dentro do microondas até que toso o seu conteúdo se faça, as partes mais externas podem ficar demasiado cozinhadas ou até queimadas. À medida que for utilizando o seu microondas, será mais fácil calcular quanto tempo cozinhar e deixar os alimentos em repouso.

Densidade dos alimentos

Os alimentos porosos e de pouco peso, como pastéis e pães diferentes, cozinham-se com maior rapidez que os de maior peso e mais densos, como os assados e os guisados. Ao cozinhar alimentos porosos, preste atenção para que as partes mais externas não fiquem ressequidas e demasiado quebradiças.

Peso dos alimentos

A parte superior dos pratos de grande grossura, como os assados, fica feita antes da parte inferior, pelo que é sempre aconselhável virar os alimentos durante a cozedura, até várias vezes.

Grau de humidade dos alimentos

Como o calor emitido pelas microondas faz com que se evapore parte da humidade dos alimentos, é aconselhável que os pratos não muito húmidos, como por exemplo assados e alguns alimentos vegetais, se pulverizem com água antes da cozedura, e então cobri-los para que não fiquem secos.

Conteúdo de gordura e osso

Os ossos conduzem o calor, e a parte gorda das carnes cozinha-se antes das partes magras. Quando cozinhar bocados de carne com osso ou partes com gordura, preste atenção para ficarem cozinhadas homogeneamente e para não ficarem demasiado cozinhadas.

Quantidade de alimentos

Seja qual for a quantidade de alimentos que introduzir no microondas, a energia gerada pelo microondas será a mesma. Portanto, quanto maior for a quantidade de alimentos, maior será o tempo de cozedura necessário. Se cortar a meio algum alimento, lembre-se que o tempo de cozedura necessário será reduzido pelo menos a uma terça parte.

Forma dos alimentos

As microondas penetram apenas 2 cm. nos alimentos, cozinhando-se as partes internas por efeito do calor que vai penetrando; portanto, apenas as partes externas são cozinhadas por efeito directo das microondas, e o resto por condução do calor. Os alimentos mais difíceis de cozinhar homogeneamente num microondas são os que têm a forma de um grande cubo, já que as esquinas ficarão feitas muito antes de começar a aquecer a parte central. Vire e mude de lugar os alimentos de pouca grossura ou em forma de arô.

Alimentos embrulhados ou cobertos

Os alimentos embrulhados cozinham-se mais rapidamente pela acumulação de vapor e calor sob a embalagem. Utilize uma tampa ou película de plástico transparente enrolada à volta do prato para evitar que se possa separar e partir.

Dourar alimentos

As carnes e aves cozinhadas durante 15 minutos ou mais douram-se ligeiramente por si próprias no seu próprio molho e azeite. Se o tempo de cozedura indicado for inferior, unte os alimentos com líquido que favoreça que fiquem dourados, como por exemplo, molho de barbecue, molho de soja, ou molho worcestershire, que darão um aspecto mais saboroso. Como estes líquidos se acrescentam em pouca quantidade, não varia o sabor final da receita original.

Envoltura em papel parafinado

Pode utilizar-se papel parafinado para evitar salpicos e reter o calor, mas como não é uma cobertura tão hermética como uma tampa ou o plástico transparente, pode ser que o prato fique um pouco seco.

Disposição e separação dos alimentos

Os pratos como as batatas assadas, os bolos pequenos ou aperitivos quentes, cozinham-se mais homogeneamente se distribuir e separar bem os elementos, de preferência formando um círculo. Nunca disponha diferentes camadas de unidades.

Características dos alimentos e cozedura no microondas

Retirar os alimentos

Ao cozinhar com fornos microondas é muito importante retirar bem os alimentos, operação que na cozinha tradicional se faz para misturar os alimentos e que na cozedura por microondas por seu lado serve para estender e distribuir bem o calor. Retire sempre de fora para dentro, porque as partes externas aquecem mais rapidamente.

Virar os alimentos

Os pratos de grande tamanho e grossura, como os assados de carnes e frango, devem virar-se para a parte superior fique tão cozinhada como a inferior. Também é conveniente virar os bocados de frango ou carnes.

Colocação das partes mais grossas na beira do recipiente

Como as partes mais afastadas do centro do recipiente recebem mais calor, é conveniente colocar as partes mais grossas de carnes, frango ou peixe na beira do recipiente de assado. Assim, os bocados mais grossos receberão mais calor e o prato ficará homoganeamente assado.

Cobertura dos alimentos

Quando for cozinhar alimentos com forma quadrada ou rectangular, cubra com papel de alumínio as beiras dos alimentos. O papel de alumínio não deixa penetrar as microondas e assim evita-se que essas partes fiquem demasiado cozinhadas. Nunca utilize demasiado papel de alumínio e assegure-se de que fica bem preso ao recipiente, caso contrário podem produzir-se arcos voltaicos dentro do forno.

Colocação sobre uma superfície

Quando desejar cozinhar alimentos muito densos ou grossos, pode colocá-los sobre uma superfície para que as microondas entrem bem na parte superior e central dos alimentos.

Furar os alimentos

Os alimentos com casca, pele ou membranas podem rebentar no forno a menos que os fure antes de os cozinhar; por exemplo, no caso de cozinhar ostras, amêijoas, gemas e claras de ovo e frutas ou legumes e vegetais inteiros.

Verificação da cozedura

Como os alimentos se cozinham tão rapidamente num microondas, é necessário verificar a cozedura frequentemente. Alguns alimentos deixam-se no microondas até à sua cozedura completa, mas a maior parte, como é o caso de carnes e frango, é melhor retirá-los quando estiverem quase feitos, deixando-os repousar fora para que se acabem de cozinhar, aumentando a temperatura dos alimentos entre 3 °C e 8 °C.

Repouso dos alimentos

Frequentemente retira-se os alimentos do forno e deixa-se repousar de 3 a 10 minutos, cobrindo-os então para reterem o calor, a não ser que seja mais atractivo que apresentem uma textura seca (por exemplo, alguns pastéis e bolachas). Durante este tempo de repouso, os alimentos acabam de cozinhar, e os sabores misturam-se e melhoram.

Como limpar o seu forno microondas

1 Mantenha o interior do forno limpo

Os salpicos ou os líquidos derramados aderem às paredes interiores do forno e da porta. Utilize um pano húmido para limpar os salpicos. As migalhas e os salpicos absorvem parte das microondas aumentando o tempo de cozedura. Retire com pano húmido as migalhas que tiverem caído na junta da porta, zona que é importante que esteja bem limpa pois proporciona a selagem hermética do forno. Limpe os salpicos de gordura com um pano ensaboado e depois lave e seque as superfícies. Não utilize produtos de limpeza fortes nem detergentes abrasivos. A base giratória pode limpar-se à mão ou na máquina de lavar louça.

2 Mantenha o exterior do forno limpo

Limpe o exterior do forno microondas com água e sabão e depois passe com água e seque-o com um pano suave ou toalha de papel. Para que as peças interiores do forno não fiquem danificadas, evite que a água entre pelas aberturas de ventilação. Ao limpar a face frontal e os botões, abra a porta do forno para evitar que o forno comece a funcionar acidentalmente, passe um pano húmido e depois um pano seco. Depois de limpar o exterior do forno, pressione **STOP / CLEAR**

- 3 Se a janela da porta se embaciou por dentro ou as partes circundantes de fora, passe um pano suave. Isto pode acontecer se houver muita humidade no ambiente, e não é sinal de mau funcionamento do forno microondas.
- 4 Mantenha sempre limpas a porta e as respectivas juntas. Utilize apenas água morna ligeiramente ensaboada, passe depois um pano sem sabão e a seguir seque-as bem.
NÃO UTILIZE MATERIAIS ABRASIVOS, COMO PRODUTOS DE LIMPEZA EM PÓ, NEM FERRAMENTAS DE PLÁSTICO OU FERRO.
Será mais fácil limpar as partes metálicas se lhes passar frequentemente um pano húmido.

Dúvidas mais frequentes

Pergunta - Qual é o problema se não se acender a luz interior do forno microondas?

Resposta Pode ser por duas razões:
A lâmpada fundiu.
A porta não está bem fechada.

P - As microondas atravessam a porta do microondas?

R Não. Os orifícios internos da porta servem para poder ver o interior do forno, mas as microondas não podem sair para o exterior.

P – Porque se ouve um apito ao tocar num botão do Painel de Controlo?

R O apito ouve-se para indicar que se introduziu correctamente o valor.

P - O microondas pode estragar-se se se ligar estando vazio?

R Sim. Nunca ponha o microondas a funcionar sem alimentos no seu interior, ou então coloque sempre um copo de água.

P – Porque por vezes os ovos rebentam?

R Ao meter no forno, escalfar ou fritar ovos, a gema pode rebentar porque se acumula vapor dentro da membrana que a cobre. Para que isto não aconteça, basta furar várias vezes a gema antes de os meter. Nunca introduza os ovos com a casca.

P – Porque se aconselha deixar repousar os alimentos uma vez cozinhados?

R Uma vez cozinhados, os pratos acabam de se fazer totalmente deixando-os em repouso, ficando assim feitos uniformemente. A duração deste tempo de repouso depende da densidade dos alimentos.

P – Podem-se fazer pipocas no microondas?

R Sim, podem-se fazer de duas maneiras:
1 Utilizando utensílios especiais para fazer pipocas no microondas.
2 Introduzindo sacos de pipocas para microondas, sacos onde constam os tempos de cozedura e os níveis de potência adequados.

SIGA EXACTAMENTE AS INSTRUÇÕES QUE CONSTAM NOS SACOS DE PIPOCAS PARA MICROONDAS. PESTE ATENÇÃO AO MICROONDAS DURANTE TODA A COZEDURA, E SE TODAS AS PIPOCAS NÃO SALTARAM PASSADO O TEMPO ESPECIFICADO, NÃO CONTINUE COM A COZEDURA PORQUE O MILHO PODE INCENDIAR-SE.

ATENÇÃO

PARA FAZER PIPOCAS, NUNCA UTILIZE UM SACO DE PAPEL. NUNCA TENTE FAZER AS PIPOCAS QUE NÃO SALTARAM.

P – Porque é que por vezes os alimentos não se fazem totalmente mesmo tendo seguido as instruções?

R Consulte outra vez o seu livro de cozinha para ver se seguiu correctamente as instruções e para ver o que pode afectar no tempo necessário de cozedura. Os tempos de cozedura e de aquecimento são meramente indicativos e indicam valores com os quais os pratos não se podem cozinhar em excesso, o problema mais habitual até que o utilizador se habitua a cozinhar com microondas. O tempo necessário de cozedura depende do tamanho, forma, peso e dimensões dos alimentos. Ao calcular o tempo de cozedura tenha em conta as indicações do livro e o seu critério pessoal, tal como quando utiliza a cozinha convencional.

Lista de Testes IEC

• Descongelamento microondas

Prato	Potência microondas em watts, Tempo de cozedura	Observações
Carne	180W, 11-12	Ponha num prato raso. Volte após 6 minutos.

• Cozinhar com microondas

Prato	Potência microondas em watts, Tempo de cozedura	Observações
Leite creme	360 W, 22-25 min.	Ponha o pirex na grelha baixa.
Massa Levedada	540 W, 9-12 min.	Ponha um pirex de 22cm de diâmetro na grelha baixa.
Empadão de carne	720 W, 11-13 min.	Ponha o pirex na grelha baixa.

• Combinado com microondas

Prato	Potência microondas em watts, Tempo de cozedura	Temperatura	Observações
Batatas Gratinadas	Convecção Co-2 (540W) 15-20 min.	140 °C	Ponha um pirex de 22cm na grelha baixa.
Bolos	Convecção Co-2 (540W) 20-25 min.	180 °C	Ponha um pirex de 22cm na grelha baixa.
Frango	Convecção Co-2 (540W) 40-45 min. ou menu de Auto-cozinhar.	250 °C	Ponha o frango de peito para baixo na grelha baixa. Volte após 20 min.

Ligação do forno microondas à rede /

Especificações técnicas


Atenção

Os fios do cabo principal de ligação à rede têm as seguintes cores:
AZUL – Neutro
CASTANHO – Em tensão
VERDE E AMARELO – Tomada de terra

É possível que a cor dos fios desse cabo não coincida com as cores da tomada de corrente. Nesse caso, siga as seguintes instruções:

Ligue o fio AZUL ao terminal da tomada de corrente que seja PRETO ou tenha o "N" de "neutro".

Ligue o fio CASTANHO ao terminal da tomada de corrente que seja VERMELHO ou tenha a letra L.

Ligue o fio VERDE E AMARELO (ou só VERDE) ao terminal que tenha a letra E ou o símbolo (símbolo) 

Se o cabo de ligação à rede estiver danificado, adquira outro no fabricante ou no seu fornecedor especializado, evitando assim possíveis acidentes.

Especificações técnicas

MC-8083ML/ MC-8083MLR		
Alimentação eléctrica	Corrente alterna 230V / 50 Hz	
Potência	900W (conforme standard IEC60705)	
Frequência de microondas	2450 MHz	
Dimensões exteriores	Comprimento: 530 mm.; Altura: 322 mm.; Profundidade: 500 mm.	
Consumo	Microondas	1350 W
	Grelhador	1250 W
	Cozedura combinada	2650 W
	Convecção	1350 W (máx: 2550 W)

