



# MICROWAVE OVEN ΦΟΥΡΝΟΣ ΜΙΚΡΟΚΥΜΑΤΩΝ/ΓΚΡΙΑ

## OWNER'S MANUAL ΟΔΗΓΙΕΣ ΧΡΗΣΗΣ

PLEASE READ THIS OWNER'S MANUAL THOROUGHLY BEFORE OPERATING.

Παρακαλούμε διαβάστε αυτό το εγχειρίδιο πριν χρησιμοποιήσετε την συσκευή σας.

**MS-1983ALB**

# Προφυλάξεις

## Προφυλάξεις για την αποφυγή έκθεσης σε μικροκυματική ακτινοβολία.

Ο φούρνος σας δεν λειτουργεί όταν είναι ανοικτή η πόρτα του, λόγω των μηχανισμών ασφάλειας που είναι ενσωματωμένοι στην πόρτα. Αυτοί οι μηχανισμοί ασφάλειας διακόπτουν αυτόματα την λειτουργία του φούρνου μόλις ανοίξετε την πόρτα, επειδή διαφορετικά μπορεί να εκτεθείτε σε επικίνδυνη μικροκυματική ακτινοβολία. **Μην προσπαθήσετε να παρακάμψετε ή να εξουδετερώσετε τους μηχανισμούς ασφάλειας του φούρνου.**

Μην τοποθετείτε κανένα αντικείμενο μεταξύ της πρόσοψης του φούρνου και της πόρτας. Επίσης, μην αφήνετε υπολείμματα τροφών ή καθαριστικών να συσσωρεύονται στο λάστιχο και στις επιφάνειες στεγανοποίησης της πόρτας.

Μην χρησιμοποιείτε τον φούρνο εάν έχει κάποια βλάβη. Η πόρτα του φούρνου είναι ιδιαίτερα σημαντική να κλείνει σωστά. Βεβαιωθείτε ότι δεν υπάρχει καμία βλάβη στην πόρτα (π.χ. ότι δεν έχει στραβώσει), στους μεντεσέδες και στα άγκιστρα ασφάλισης της πόρτας (π.χ. ότι δεν έχουν σπάσει ή χαλαρώσει), καθώς και στο λάστιχο και στις επιφάνειες στεγανοποίησης της πόρτας.

Η ρύθμιση ή η επισκευή του φούρνου θα πρέπει να γίνεται μόνο από ειδικευμένους τεχνικούς.

### Προσοχή

**Θα πρέπει να ακολουθείτε πιστά τους συνιστώμενους χρόνους μαγειρέματος. Εάν τους υπερβείτε σημαντικά, το φαγητό μπορεί να πιάσει φωτιά και να προκληθεί βλάβη στον φούρνο σας.**

Όταν ζεσταίνετε υγρά στον φούρνο (π.χ. σούπες, σάλτσες και ροφήματα), θα πρέπει να είστε ιδιαίτερα προσεκτικοί, επειδή μπορεί να βράσουν απότομα, χωρίς να εμφανιστούν πρώτα φυσαλίδες. Αυτό μπορεί να έχει σαν αποτέλεσμα εκρηκτική υπερχειλίση του καυτού υγρού. Για να αποφύγετε κάτι τέτοιο, ακολουθήστε τα παρακάτω βήματα:

1. Αποφύγετε την χρήση σκευών με ίσια τοιχώματα και στενό λαμμό.
2. Μην ζεσταίνετε τα υγρά για υπερβολικά πολύ χρόνο.
3. Ανακατέψτε το υγρό πριν τοποθετήσετε το σκεύος στον φούρνο και ανακατέψτε το ξανά περίπου στο ήμισυ του χρόνου ζεστάματος.
4. Μετά το ζέσταμα, αφήστε για λίγο το υγρό μέσα στον φούρνο. Ανακατέψτε ή ανακινήστε προσεκτικά το περιεχόμενο του σκεύους (ειδικά εάν ζεσταίνετε μπιμπερό και παιδικές τροφές) και ελέγξτε προσεκτικά την θερμοκρασία του πριν το χρησιμοποιήσετε για να αποφύγετε τυγχόν εγκαύματα. Προσέξτε επίσης καθώς πίνετε τα σκεύη, επειδή μπορεί να είναι καυτά.

### Προσοχή

**Αφού μαγειρέψετε ένα φαγητό χρησιμοποιώντας μικροκύματα, θα πρέπει πάντα να το αφήνετε για λίγο και να ελέγχετε την θερμοκρασία του πριν το καταναλώσετε. Αυτό ισχύει ακόμη περισσότερο για τα μπιμπερό και τα βαζάκια παιδικών τροφών.**

## Τρόπος Λειτουργίας των Φούρνων Μικροκυμάτων

Τα μικροκύματα είναι μία μορφή ενέργειας, παρόμοια με τα ηλεκτρομαγνητικά κύματα τουραδιοφώνου και της τηλεόρασης, καθώς και το φως του ήλιου. Στην φύση, τα μικροκύματα διαχέονται στο περιβάλλον καθώς ταξιδεύουν μέσα στην ατμόσφαιρα και εξαφανίζονται χωρίζοντας προκαλών κανένα αποτέλεσμα. Από την άλλη, οι φούρνοι μικροκυμάτων διαθέτουν μία ειδική λυχνία με όνομα "μάγκνετρον", η οποία είναι σχεδιασμένη ώστε να παράγει μικροκύματα και να εκμεταλλεύεται την ενέργειά τους για την παραγωγή έργου. Για την παραγωγή της μικροκυματικής ενέργειας η λυχνία μάγκνετρον χρησιμοποιεί ηλεκτρικό ρεύμα.

Τα μικροκύματα εισέρχονται μέσα στον φούρνο μέσω ειδικών ανοιγμάτων στο εσωτερικό του φούρνου. Στην βάση του φούρνου υπάρχει ένας περιστρεφόμενος δίσκος. Τα μικροκύματα δεν μπορούν να περάσουν μέσα από τα μεταλλικά τοιχώματα του φούρνου, αλλά έχουν την ιδιότητα να διαπερνούν διάφορα άλλα υλικά, όπως π.χ. γυαλί, πορσελάνη και χαρτί - τα υλικά από τα οποία είναι κατασκευασμένα τα περισσότερα σκεύη για φούρνους μικροκυμάτων.

Τα μικροκύματα δεν θερμαίνουν τα ίδια τα σκεύη, αν και, μετά από λίγο, τα σκεύη ζεσταίνονται από την θερμότητα των τροφίμων που περιέχουν.

## Μία πολύ ασφαλής συσκευή

**Οι φούρνοι μικροκυμάτων είναι από τις ασφαλέστερες οικιακές συσκευές. Όταν ανοίγει η πόρτα, ο φούρνος σταματάει αυτόματα να παράγει μικροκύματα. Η μικροκυματική ενέργεια μετατρέπεται πλήρως σε θερμότητα όταν εισέρχεται στα τρόφιμα και δεν αφήνει κανέναν είδους "κατάλοιπα" τα οποία θα μπορούσαν να σας προκαλέσουν βλάβες κατά την κατανάλωση των τροφίμων.**

**Σημείωση:** Εκτός κι αν αναφέρεται διαφορετικά, οι οδηγίες αυτού του εγχειριδίου καλύπτουν όλα τα μοντέλα που αναφέρονται στο εξώφυλλο.

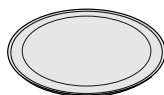
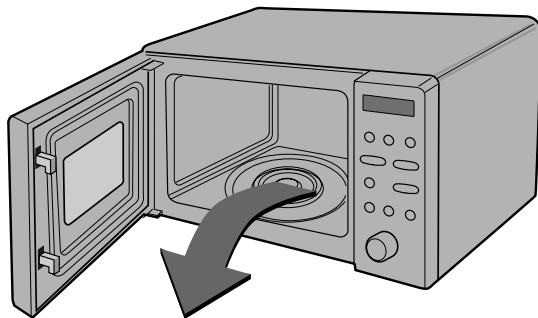
Προφυλάξεις	30
Περιεχόμενα	31
Απουσσκευασία & Εγκατάσταση	32~33
Ρύθμιση ρολογιού	34
Ασφάλεια για τα Παιδιά	35
Μαγείρεμα με Μικροκύματα	36
Επίπεδο Ισχύος Μικροκυμάτων	37
Μαγείρεμα με δύο στάδια	38
Γρήγορη Εκκίνηση	39
Αυτόματο μαγείρεμα	40~41
Αυτόματη Απόψυξη	42~43
Γρήγορη Απόψυξη	44~45
Αυτόματο ξαναζέσταμα	46~47
Λιγότερο ή περισσότερο μαγείρεμα	48
Οδηγίες ζεστάματος ή ξαναζεστάματος	49
Πίνακας Φρέσκων Λαχανικών	50
Προφυλάξεις Ασφάλειας	51~52
Μαγειρικά Σκεύη Κατάλληλα για Φούρνους Μικροκυμάτων	53~54
Χαρακτηριστικά των τροφίμων & μαγείρεμα με μικροκύματα	55
Ερωτήσεις & Απαντήσεις	56
Πίνακας ελέγχου IEC	57
Συνδεσμολογία/Τεχνικές Προδιαγραφές	58

# Αποσυσκευασία & Εγκατάσταση

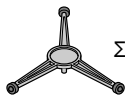
Ακολουθώντας τα βήματα αυτής της ενότητας, μπορείτε να βεβαιωθείτε ότι ο φούρνος σας λειτουργεί κανονικά. Παρακαλούμε προσέξτε ιδιαίτερα τις οδηγίες οι οποίες αφορούν στην θέση εγκατάστασης του φούρνου. Κατά την αποσυσκευασία του φούρνου, βεβαιωθείτε ότι αφαιρείτε όλα τα εξαρτήματα και τα υλικά συσκευασίας. Βεβαιωθείτε επίσης ότι ο φούρνος σας δεν έχει πάθει καμία βλάβη κατά την μεταφορά του.

**1**

Αποσυσκευάστε τον φούρνο και τοποθετήστε τον σε μία επίπεδη επιφάνεια.



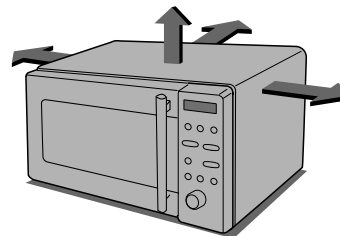
Γυάλινος δίσκος



Στήριγμα κυλίνδρου

**2**

Τοποθετήστε τον φούρνο σε μία επίπεδη επιφάνεια με ύψος τουλάχιστον 85 εκατοστά. Αφήστε τουλάχιστον 30 εκατοστά ελεύθερου χώρου επάνω από τον φούρνο και 10 εκατοστά από την πίσω πλευρά του, έτσι ώστε να υπάρχει επαρκής αερισμός της συσκευής. Η εμπρός πλευρά του φούρνου θα πρέπει να βρίσκεται τουλάχιστον 8 εκατοστά μέσα από το άκρο της επιφάνειας στην οποία τον τοποθετήσατε, για να αποφεύγετε τυχόν πέσιμο. Στα πλάγια ή στην επάνω πλευρά του φούρνου υπάρχει ένα άνοιγμα εξαερισμού. Μην φράζετε αυτό το άνοιγμα, επειδή ο φούρνος μπορεί να πάθει βλάβη.



MS-1983ALB

**ΑΥΤΗ Η ΣΥΣΚΕΥΗ ΔΕΝ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΕΙΤΑΙ ΓΙΑ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΟΥΣ ΣΚΟΠΟΥΣ**

**3** Συνδέστε τον φούρνο σας σε μία απλή, οικιακή πρίζα ρεύματος. Βεβαιωθείτε ότι ο φούρνος είναι ημόνη συσκευή η οποία είναι συνδεδεμένη σ' αυτή την πρίζα. **Εάν ο φούρνος δεν λειτουργεί σωστά, αποσυνδέστε τον από την πρίζα του ρεύματος, περιμένετε λίγο και κατόπιν συνδέστε τον ξανά.**

**4** Ανοίξτε την πόρτα του φούρνου τραβώντας την **ΧΕΙΡΟΛΑΒΗ**. Τοποθετήστε το **Στήριγμα κυλίνδρου** στο εσωτερικό του φούρνου και από πάνω τοποθετήστε τον **ΓΥΑΛΙΝΟ ΔΙΣΚΟ**.

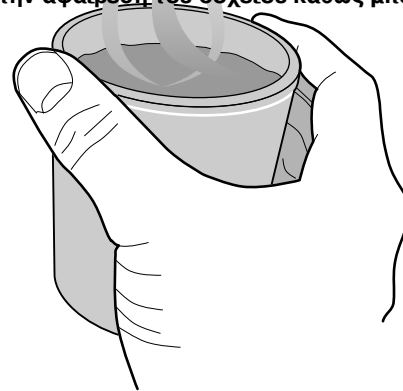
**5** Γεμίστε ένα **δοχείο κατάλληλο για μικροκύματα** με 300 ml νερό. Τοποθετήστε το στον **ΓΥΑΛΙΝΟ ΔΙΣΚΟ** και κλείστε την πόρτα του φούρνου. Εάν έχετε οποιαδήποτε αμφιβολία για τον τύπο του σκεύους που πρέπει να χρησιμοποιήσετε, παρακαλούμε συμβουλευθείτε τη σελ. 53.



**6** Πιέστε το πλήκτρο **ΣΤΑΣΗ/ΚΑΘΑΡΙΣΤΕ** και έπειτα πιέστε το πλήκτρο **ΕΝΑΡΞΗ** μια φορά για να επιλέξετε χρόνο μαγειρέματος 30 δευτερολέπτων.



**7** Η **ΘΘΟΝΗ** θα εμφανίσει την αντίστροφη μέτρηση από τα 30 δευτερόλεπτα. Όταν φθάσει στο 0 θα ηχήσει ο **ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΤΙΚΟΣ ΗΧΟΣ**. Ανοίξτε την πόρτα του φούρνου και ελέγξτε τη θερμοκρασία του νερού. Εάν ο φούρνος σας λειτουργεί το νερό θα πρέπει να είναι ζεστό. **Προσοχή κατά την αφαίρεση του δοχείου καθώς μπορεί να είναι καυτό.**



**Ο ΦΟΥΡΝΟΣ ΣΑΣ ΕΙΝΑΙ ΤΩΡΑ ΕΤΟΙΜΟΣ ΓΙΑ ΧΡΗΣΗ.**

**8** Τα περιεχόμενα των μπιμπερό και των δοχείων με παιδικές τροφές θα πρέπει να ανακατεύονται ή να ανακινώνονται ενώ η θερμοκρασία τους θα πρέπει να ελέγχεται πριν την κατανάλωση για την αποφυγή καψίματος.

# Ρύθμιση ρολογιού

Μπορείτε να ρυθμίσετε το ρολόι σε 12ωρο ή 24ωρο σύστημα.

Στο παράδειγμα που ακολουθεί θα σας υποδείξουμε πως θα ρυθμίσετε την ώρα στις 14:35 όταν χρησιμοποιείτε 24ωρο σύστημα.

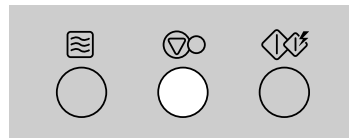
Βεβαιωθείτε ότι έχετε αφαιρέσει όλα τα υλικά της αρχικής συσκευασίας από τον φούρνο.



Όταν ο φούρνος τεθεί σε λειτουργία για πρώτη φορά ή όταν επανέλθει το ρεύμα μετά από διακοπή, στην οθόνη θα εμφανιστεί η ένδειξη «0». Θα πρέπει να ξαναρυθμίσετε το ρολόι.

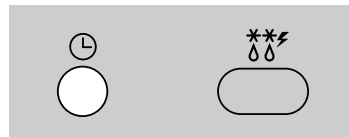
Βεβαιωθείτε ότι έχετε εγκαταστήσει σωστά τον φούρνο όπως περιγράφεται νωρίτερα στο εγχειρίδιο.

Πιέστε **STOP/CLEAR**.



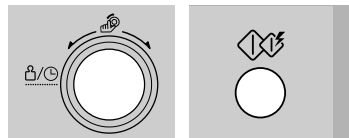
Πιέστε μια φορά **CLOCK**.

(Αν θέλετε να χρησιμοποιήσετε διαφορετικό σύστημα. Πιέστε **CLOCK** ακόμα μια φορά. Αν θέλετε να κάνετε άλλη επιλογή μετά τη ρύθμιση του ρολογιού, πρέπει να αποσυνδέσετε και να ξανασυνδέσετε την πρίζα).



Περιστρέψτε το πλήκτρο **DIAL** μέχρι να εμφανιστεί στην οθόνη η ένδειξη "14: ".

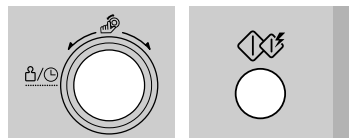
Πιέστε **START** για επιβεβαίωση της ώρας.



Περιστρέψτε το πλήκτρο **DIAL** μέχρι να εμφανιστεί στην οθόνη η ένδειξη "14:35".

Πιέστε **START**.

Το ρολόι ξεκινά τη λειτουργία του.



GR

Εάν το ρολόι (ή η οθόνη) εμφανίζουν παράξενα σύμβολα, αποσυνδέστε την πρίζα του ρεύματος από τον φούρνο, ξανασυνδέστε την και κατόπιν ρυθμίστε το ρολόι.

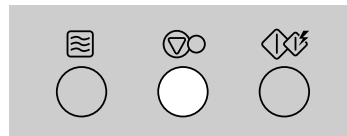
# Ασφάλεια για τα Παιδιά



Ο φούρνος σας διαθέτει μία λειτουργία ασφάλειας, η οποία εμποδίζει την ενεργοποίησή του κατά λάθος. Αφού ενεργοποιήσετε την ασφάλεια για τα παιδιά, δεν θα μπορείτε να χρησιμοποιήσετε καμία από τις λειτουργίες του, ούτε να μαγειρέψετε οτιδήποτε.

Ωστόσο, η λειτουργία αυτή δεν εμποδίζει το άνοιγμα της πόρτας του φούρνου.

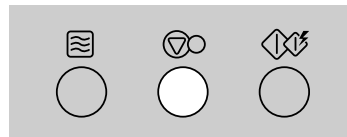
Πατήστε το κουμπί **STOP/CLEAR**.



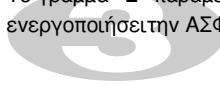
Πατήστε το κουμπί **STOP/CLEAR** και κρατήστε το πατημένο μέχρι να εμφανιστεί το γράμμα **"L"** στην οθόνη και να ακουστεί ένα μπιπ.

Η **ΑΣΦΑΛΕΙΑ ΓΙΑ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ** έχει ενεργοποιηθεί.

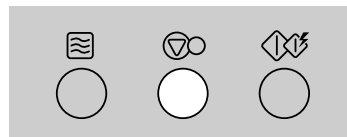
Η ώρα θα εξαφανιστεί από την οθόνη, εφόσον έχετε ρυθμίσει το ρολόι.



Το γράμμα **"L"** παραμένει στην οθόνη, υπενθυμίζοντάς σας ότι έχετε ενεργοποιήσει την **ΑΣΦΑΛΕΙΑ ΓΙΑ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ**.



Για να ακυρώσετε την **ΑΣΦΑΛΕΙΑ ΓΙΑ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ**, πατήστε και κρατήστε πατημένο το κουμπί **STOP/CLEAR** μέχρι να εξαφανιστεί το γράμμα **"L"** από την οθόνη. Όταν απενεργοποιηθεί αυτή η λειτουργία θα ακούσετε ένα μπιπ.



GR

# Μαγείρεμα με Μικροκύματα

Στο ακόλουθο παράδειγμα θα δείτε πώς μπορείτε να μαγειρέψετε ένα φαγητό χρησιμοποιώντας το 640W(80%) της ισχύος μικροκυμάτων του φούρνου για 5 λεπτά και 30 δευτερόλεπτα.

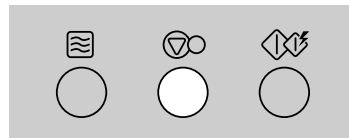


Ο φούρνος σας διαθέτει πέντε επίπεδα ισχύος μικροκυμάτων. Ο φούρνος επιλέγει αυτόματα υψηλή ισχύ, αλλά μπορείτε να πατήσετε το κουμπί **ΜΙΚΡΟΚΥΜΑΤΑ** κατ' επανάληψη για να επιλέξετε ένα διαφορετικό επίπεδο ισχύος.

ΙΣΧΥΣ	Πατήστε ΜΙΚΡΟΚΥΜΑΤΑ	%
<b>ΥΨΗΛΗ</b>	<b>1</b> φορά	100%
<b>ΜΕΣΑΙΑ ΥΨΗΛΗ</b>	<b>2</b> φορές	80%
<b>ΜΕΣΑΙΑ</b>	<b>3</b> φορές	60%
<b>ΑΠΟΨΥΞΗ/ΜΕΣΑΙΑ-ΧΑΜΗΛΗ</b>	<b>4</b> φορές	40%
<b>ΧΑΜΗΛΗ</b>	<b>5</b> φορές	20%

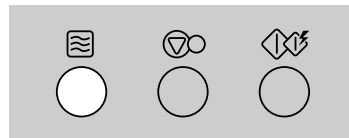
Βεβαιωθείτε ότι έχετε εγκαταστήσει σωστά τον φούρνο, όπως περιγράψαμε παραπάνω σ' αυτό το εγχειρίδιο.

Πατήστε το κουμπί **STOP/CLEAR**.



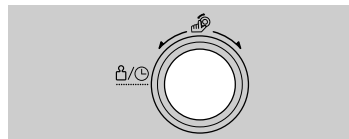
Πατήστε το κουμπί **MICRO** δύο φορές για να επιλέξετε ισχύ 80%.

2



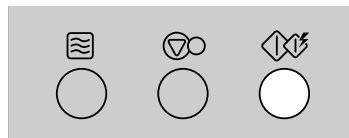
Γυρίστε το **DIAL** κουμπί μέχρι η οθόνη να δείξει 5:30.

3



Πατήστε το κουμπί **START**.

4





Ο φούρνος σας διαθέτει πέντε επίπεδα ισχύος μικροκυμάτων, παρέχοντάς σας την μέγιστη δυνατή ευελιξία κατά το μαγείρεμα. Ο ακόλουθος πίνακας παρουσιάζει παραδείγματα τροφίμων και το συσσωρευμένο επίπεδο ισχύος μικροκυμάτων για το μαγείρεμάτους με τον φούρνο σας.

## Επίπεδο Ισχύος Μικροκυμάτων

ΙΣΧΥΣ	ΧΡΗΣΕΙΣ	ΠΟΣΟΣΤΟ ΙΣΧΥΟΣ	Επίπεδο Ισχύος Μικροκυμάτων
<b>ΥΨΗΛΗ</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Βράσιμο νερού</li> <li>* Ρόδισμα κιμά</li> <li>* Μαγείρεμα κομματιών κοτόπουλου, ψαριών, λαχανικών</li> <li>* Μαγείρεμα τρυφερών κομματιών κρέατος</li> </ul>	100%	800W
<b>ΜΕΣΑΙΑ-ΥΨΗΛΗ</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Ξαναζέσταμα όλων των φαγητών</li> <li>* Ψήσιμο κρεάτων και πουλερικών</li> <li>* Μαγείρεμα μανιταριών και οστρακόδερμων</li> <li>* Μαγείρεμα φαγητών τα οποία περιέχουν τυρί και αυγά</li> </ul>	80%	640W
<b>ΜΕΣΑΙΑ</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Ψήσιμο κέικ και ψωμιού</li> <li>* Προετοιμασία αυγών</li> <li>* Ψήσιμο γαλακτομπούρεκου</li> <li>* Προετοιμασία ρυζιού, σούπας</li> </ul>	60%	480W
<b>ΑΠΟΨΥΞΗ/ΜΕΣΑΙΑ-ΧΑΜΗΛΗ</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Απόψυξη όλων των φαγητών</li> <li>* Λιώσιμο βούτυρου και σοκολάτας</li> <li>* Μαγείρεμα λιγότερο τρυφερών κομματιών κρέατος</li> </ul>	40%	320W
<b>ΧΑΜΗΛΗ</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Μαλάκωμα βούτυρου και τυριού</li> <li>* Μαλάκωμα παγωτού</li> <li>* Φούσκωμα ζύμης με μαγιά</li> </ul>	20%	160W

GR

# Μαγείρεμα με δύο στάδια

Στο επόμενο παράδειγμα θα σας υποδείξουμε πως να μαγειρεύετε κάποια φαγητά σε δύο στάδια. Στο πρώτο στάδιο θα ψήσετε το φαγητό για 11 λεπτά στην Ρύθμιση High και στο δεύτερο στάδιο για 35 λεπτά στα 320w.

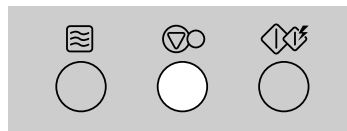


Κατά τη διάρκεια του μαγειρέματος σε δύο στάδια η πόρτα του φούρνου μπορεί να ανοίξει για να ελέγξετε το φαγητό. Κλείστε την πόρτα και πιέστε **START** και το μαγείρεμα θα συνεχιστεί.

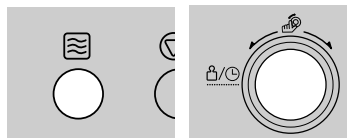
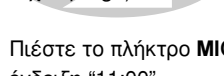
Στο τέλος του πρώτου σταδίου μαγειρέματος ακούγεται ένας ήχος και το δεύτερο στάδιο ξεκινά.

Σε περίπτωση που επιθυμείτε να ακυρώσετε το πρόγραμμα πιέστε το πλήκτρο **STOP/CLEAR** δύο φορές.

Πιέστε **STOP/CLEAR**.

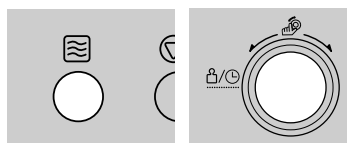
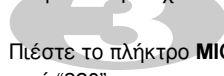


Ρυθμίστε την ισχύ και τον χρόνο μαγειρέματος για το πρώτο στάδιο. (Μπορείτε να παραλείψετε αυτή την διαδικασία για την ρύθμιση ισχύος High).



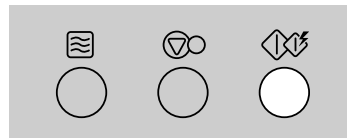
Πιέστε το πλήκτρο **MICRO** μέχρι να εμφανιστεί στην οθόνη η ένδειξη "11:00".

Ρυθμίστε την ισχύ και τον χρόνο μαγειρέματος για το δεύτερο στάδιο.



Πιέστε το πλήκτρο **MICRO** τέσσερις φορές για να επιλέξετε την ισχύ "320".

Περιστρέψτε το πλήκτρο **DIAL** μέχρι να εμφανιστεί στην οθόνη η ένδειξη "35:00".



Πιέστε **START**.

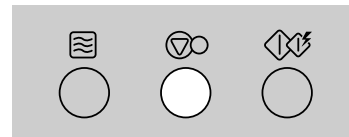
Στο ακόλουθο παράδειγμα θα δείτε πώς μπορείτε να προγραμματίσετε χρόνο μαγειρέματος 2 λεπτών σε ΥΨΗΛΗ ισχύ.

# Γρήγορη Εκκίνηση



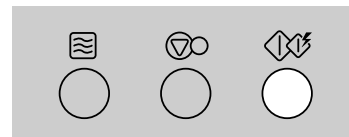
Η λειτουργία **ΓΡΗΓΟΡΗΣ ΕΚΚΙΝΗΣΗΣ** σας δίνει την δυνατότητα να προγραμματίζετε 30 δευτερόλεπτα μαγειρέματος με ΥΨΗΛΗ ισχύ, με κάθε πάτημα του κουμπιού **ΕΝΑΡΞΗ**.

Πατήστε το κουμπί **STOP/CLEAR**.



Πατήστε το κουμπί **START** τέσσερις φορές για να προγραμματίσετε 2 λεπτά χρόνου μαγειρέματος ΥΨΗΛΗ ισχύ.

Ο φούρνος θα ξεκινήσει την λειτουργία τουπριν ολοκληρώσετε το τέταρτο πάτημα τουκουμπιού **START**.



Στην κατάσταση **QUICK START**, μπορείτε να αυξήσετε τον χρόνο μαγειρέματος έως τα 10 λεπτά, πατώντας κατ' επανάληψη το κουμπί **START**.

GR

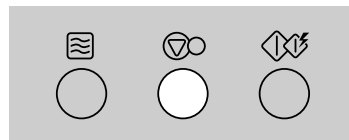
# Αυτόματο μαγείρεμα

Στο επόμενο παράδειγμα θα σας υποδείξουμε πως να μαγειρέψετε 0,6 κιλά φρέσκα λαχανικά.

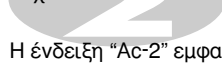


Το Αυτόματο μαγείρεμα σας επιτρέπει να μαγειρεύετε τα περισσότερα αγαπημένα σας φαγητά εύκολα επιλέγοντας το είδος του φαγητού και εισάγοντας το βάρος του.

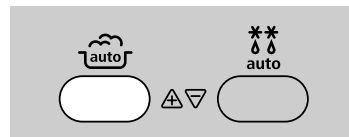
Πιέστε **STOP/CLEAR**.



Πιέστε το πλήκτρο **AUTO COOK** δύο φορές για να επιλέξετε Φρέσκα λαχανικά.



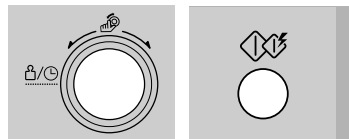
Η ένδειξη "Ac-2" εμφανίζεται στην οθόνη.



Περιστρέψτε το πλήκτρο **DIAL** μέχρι να εμφανιστεί στην οθόνη η ένδειξη "0,6".



Πιέστε **START**.



GR

Κατηγορία	Πιέστε το πλήκτρο <b>AUTO COOK</b>
Πατάτες ψημένες με τον φλοιό	1 φορά
Φρέσκα λαχανικά	2 φορές
Κατεψυγμένα λαχανικά	3 φορές
Ρύζι/Ζυμαρικά	4 φορές
Φρέσκο Ψάρι	5 φορές

## Οδηγίες για το Αυτόματο Μαγείρεμα

ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ	ΟΡΙΑ ΒΑΡΟΥΣ	ΣΚΕΥΟΣ	ΘΕΡΜΟΚΡΑΣΙΑ ΦΑΓΗΤΟΥ	ΟΔΗΓΙΕΣ																
Πατάτες ψημένες με τον φλοιό	0.1 kg-1.0 kg		Δωματίου	Διαλέξτε μεσαίου μεγέθους πατάτες 170-200 gr. Πλύντε και στεγνώστε τις πατάτες. Τρυπήστε τις πατάτες αρκετές φορές με ένα πηρούνι. Τοποθετήστε τις πατάτες στο γυάλινο δίσκο. Ρυθμίστε το βάρος και πιάστε Start. Μετά το μαγείρεμα, βγάλτε τις πατάτες από τον φούρνο. Αφήστε τις τυλιγμένες με αλουμινόχαρτο για 5 λεπτά.																
Φρέσκα Λαχανικά	0.2kg-0.8kg	Ειδικό μπωλ για φούρνο μικροκυμάτων	Δωματίου	Τοποθετήστε τα λαχανικά σε ένα ειδικό μπωλ για φούρνο μικροκυμάτων. Προσθέστε νερό. Καλύψτε το με μεμβράνη. Μετά το μαγείρεμα ανακατέψτε τα και αφήστε τα να σταθούν για δύο λεπτά. Η ποσότητα του νερού που θα προσθέσετε εξαρτάται από την ποσότητα: **0.2kg-0.4kg: 2 κουταλιές σούπας **0.5kg-0.8kg: 4 κουταλιές σούπας																
Κατεψυγμένα Λαχανικά	0.2kg-0.8kg	Ειδικό μπωλ για φούρνο μικροκυμάτων	Κατεψυγμένο	Τοποθετήστε τα λαχανικά σε ένα ειδικό μπωλ μικροκυμάτων. Προσθέστε νερό. Καλύψτε το με μεμβράνη. Μετά το μαγείρεμα ανακατέψτε τα και αφήστε τα να σταθούν για δύο λεπτά. Η ποσότητα του νερού που θα προσθέσετε εξαρτάται από την ποσότητα: **0.2kg-0.4kg: 2 κουταλιές σούπας **0.5kg-0.8kg: 4 κουταλιές σούπας																
Ρύζι/Ζυμαρικά	0.1kg-0.3kg	Ειδικό μπωλ για φούρνο μικροκυμάτων	Δωματίου	<p>Πλύντε το ρύζι. Τοποθετήστε το ρύζι και το βρασμένο νερό με 1/4 του κουταλιού έως 1 κουτάλι του καφέ αλάτι σε βαθύ και μεγάλο μπωλ.</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Βάρος</th> <th>100g</th> <th>200g</th> <th>300g</th> <th>Σκέπασμα</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="2">Νερό</td> <td>Ρύζι</td> <td>180ml</td> <td>330ml</td> <td>480ml</td> <td>Ναι</td> </tr> <tr> <td>Ζυμαρικά</td> <td>400ml</td> <td>800ml</td> <td>1200ml</td> <td>Όχι</td> </tr> </tbody> </table> <p>** Ρύζι - Μετά το μαγείρεμα αφήστε σκεπασμένο το σκεύος για 5 λεπτά μέχρι να απορροφηθεί το νερό.  ** Ζυμαρικά - Κατά τη διάρκεια του μαγειρέματος ανακατέψτε αρκετές φορές. Μετά το μαγείρεμα αφήστε το φαγητό να σταθεί για 1 με 2 λεπτά με σκέπασμα. Ξεπλύντε τα ζυμαρικά με κρύο νερό.</p>	Βάρος	100g	200g	300g	Σκέπασμα	Νερό	Ρύζι	180ml	330ml	480ml	Ναι	Ζυμαρικά	400ml	800ml	1200ml	Όχι
Βάρος	100g	200g	300g	Σκέπασμα																
Νερό	Ρύζι	180ml	330ml	480ml	Ναι															
	Ζυμαρικά	400ml	800ml	1200ml	Όχι															
Φρέσκο Ψάρι	0.1kg-0.6kg	Ειδική πιατέλα μικροκυμάτων	Ψυγείου	Ολόκληρο ψάρι, Κομάτια. Λιπαρό ψάρι: Σολομός, σκουμπρί Άσπρο ψάρι: μπακαλιάρος, καπνιστός μπακαλιάρος Απλώστε σε μία στρώση σε μεγάλη πιατέλα μικροκυμάτων. Καλύψτε την πιατέλα σφικτά με μεμβράνη και τρυπήστε την σε αρκετά σημεία. Τοποθετήστε το σκεύος στον γυάλινο δίσκο περιστροφής. Ρυθμίστε το βάρος και πιάστε Start. Μετά το μαγείρεμα αφαιρέστε την πιατέλα από τον φούρνο. Αφήστε το να σταθεί για 3 λεπτά πριν το σερβίρετε.																

# Αυτόματη Απόψυξη

Επειδή η θερμοκρασία και η πυκνότητα των τροφίμων διαφέρει, σας συνιστούμε να ελέγχετε την κατάσταση των τροφίμων πριν ξεκινήσετε το μαγείρεμα. Συγκεκριμένα, προσέξτε ιδιαίτερα τα μεγάλα κομμάτια κρέατος και πουλερικών. Από την άλλη, ορισμένα τρόφιμα δεν πρέπει να αποψύχονται εντελώς πριν μαγειρευτούν. Για παράδειγμα, τα ψάρια μαγειρεύονται τόσο γρήγορα, που ορισμένες φορές είναι καλύτερο να ξεκινάτε το μαγείρεμά τους ενόσω είναι ακόμη ελαφρά παγωμένα. Το πρόγραμμα ΨΩΜΙΟΥ είναι κατάλληλο για το ξεπάγωμα μικρών κομματιών, όπως π.χ. μιας φραντζόλας ή ενός μικρού καρβελιού. Τρόφιμα αυτού του είδους απαιτούν ένα χρόνο αναμονής, έτσι ώστε να ξεπαγώσει πλήρως το εσωτερικό τους. Στο ακόλουθο παράδειγμα θα δείτε πώς μπορείτε να ξεπαγώσετε 1.4 κιλά κατεψυγμένων πουλερικών.

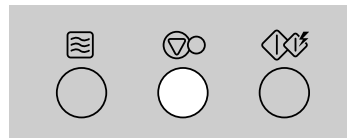


Ο φούρνος σας διαθέτει τέσσερα προγράμματα απόψυξης με μικροκύματα: **ΚΡΕΑΤΟΣ**, **ΠΟΥΛΕΡΙΚΩΝ**, **ΨΑΡΙΩΝ** και **ΨΩΜΙΟΥ**. Κάθε ένα από αυτά τα προγράμματα χρησιμοποιεί διαφορετικό επίπεδο ισχύος. Για να επιλέξετε το επιθυμητό πρόγραμμα, πατήστε κατ'επανάληψη το κουμπί **ΑΥΤΟΜΑΤΗΣ ΑΠΟΨΥΞΗΣ**.

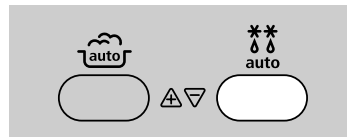
Κατηγορία	Πατήστε <b>ΑΥΤΟΜΑΤΗ ΑΠΟΨΥΞΗ</b>
<b>ΚΡΕΑΣ</b>	1 φορά
<b>ΠΟΥΛΕΡΙΚΑ</b>	2 φορές
<b>ΨΑΡΙΑ</b>	3 φορές
<b>ΨΩΜΙ</b>	4 φορές

Πατήστε το κουμπί **STOP/CLEAR**.

Ζυγίστε το φαγητό που θέλετε να ξεπαγώσετε. Αφαιρέστε οποιοδήποτε μεταλλικό περιτύλιγμα δεσίματα και κατόπιν τοποθετήστε το φαγητό στον φούρνο και κλείστε την πόρτα.

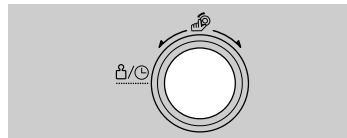


Πατήστε το κουμπί **AUTO DEFROST** δύο φορές για να επιλέξετε το πρόγραμμα απόψυξης **ΠΟΥΛΕΡΙΚΑ**.

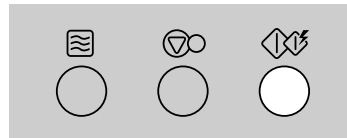


Εισάγετε το βάρος του φαγητού που θέλετε να ξεπαγώσετε.

Γυρίστε το **DIAL** κουμπί μέχρι η οθόνη να δείξει "1.4".



Πατήστε το κουμπί **START**.



Κατά την διάρκεια της απόψυξης ο φούρνος θα κάνει ένα μπιπ. Σ' αυτό το σημείο ανοίξτε την πόρτα του φούρνου, γυρίστε το φαγητό από την άλλη πλευρά και ξεχωρίστε τα κομμάτια του για να διασφαλίσετε το ομοιόμορφο ξεπάγωμά του. Αφαιρέστε ή καλύψτε οποιαδήποτε κομμάτια έχουν ξεπαγώσει για να καθυστερήσετε την διαδικασία απόψυξης τους. Αφού ελέγξετε το φαγητό, κλείστε την πόρτα του φούρνου και πατήστε το κουμπί **START** για να συνεχίσετε την απόψυξη. **Ο φούρνος δεν θα σταματήσει την απόψυξη μετά το μπιπ, εκτός κι αν ανοίξετε την πόρτα.**

## ΟΔΗΓΟΣ ΓΡΗΓΟΡΗΣ ΑΠΟΨΥΞΗΣ ΑΝΑΛΟΓΩΣ ΤΟΥ ΒΑΡΟΥΣ

- \* Τα φαγητά που προορίζονται για απόψυξη πρέπει να είναι τοποθετημένα μέσα σε κατάλληλο σκεύος για μικροκύματα, ξεσκεπαστα. Τοποθετήστε το σκεύος πάνω στον περιστρεφόμενο δίσκο.
- \* Εάν είναι απαραίτητο, προστατέψτε τα μικρά κομμάτια από κρέας ή πουλερικά με κομμάτια από αλουμινόχαρτο. Αυτό αποτρέπει να ζεσταθούν αυτές οι περιοχές κατά τη διάρκεια της απόψυξης. Βεβαιωθείτε ότι το αλουμινόχαρτο δεν ακουμπά τα τοιχώματα του φούρνου.
- \* Ξεχωριστέ κομμάτια όπως κιμάς, παϊδάκια, λουκάνικα και μπέικον όσο περισσότερο γίνεται.
- \* Όταν ακουστεί ο ήχος, βγάλτε το φαγητό από τον φούρνο μικροκυμάτων, γυρίστε την τροφή και ξαναβάλτε την στον φούρνο. Πίστετε Start για να συνεχίσετε. Στο τέλος του προγράμματος, βγάλτε το φαγητό από τον φούρνο μικροκυμάτων, σκεπαστέ το με μεμβράνη και αφήστε το μέχρι να ξεπαγώσει εντελώς. Για πλήρες ξεπάγωμα, π.χ. μεγάλα κομμάτια από κρέας και ολόκληρα κοτόπουλα θα πρέπει να μείνουν τουλάχιστον 1 ώρα πριν το μαγείρεμα.

ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ	ΟΡΙΑ ΒΑΡΟΥΣ	ΣΚΕΥΟΣ	ΦΑΓΗΤΟ
<b>Κρέας Πουλερικά Ψάρι</b>	0.1kg-4.0kg	Σκεύος μικροκυμάτων (επίπεδο πιάτο)	<p>Κρέας Μπιφτέκια, Φιλέτα, Εντράδες, Κόντρα φιλέτο, Ψητό κατσαρόλας, Κοιλότο, Χοιρινά παϊδάκια, Αρνίσια παϊδάκια, Ρολλό, Λουκάνικα, Κοτολέτες (2cm)</p> <p>Περιστρέψτε το φαγητό μετά τον χαρακτηριστικό ήχο. Μετά το ξεπάγωμα, αφήστε τα να σταθούν για 5-15 λεπτά.</p> <p>Πουλερικά Ολόκληρο κοτόπουλο, πόδια, στήθος, στήθος γαλλοπούλας (κάτω από 2kg)</p> <p>Περιστρέψτε το φαγητό μετά τον χαρακτηριστικό ήχο. Μετά το ξεπάγωμα, αφήστε τα να σταθούν για 20-30 λεπτά.</p> <p>Ψάρι Φιλέτα, μερίδες ψαριού, ολόκληρα ψάρια, θαλασσινά</p> <p>Περιστρέψτε το φαγητό μετά τον χαρακτηριστικό ήχο. Μετά το ξεπάγωμα, αφήστε τα να σταθούν για 10-20 λεπτά.</p>
<b>Ψωμί</b>	0.1kg-0.5kg	Χάρτινος δίσκος ή επίπεδο πιάτο	Ψωμί για τoστ, κουλουράκια, μπαγκέτες κ.λπ.

# Γρήγορη Απόψυξη

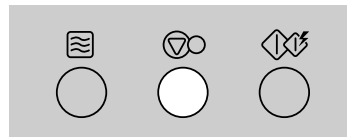
Χρησιμοποιήστε αυτό το πρόγραμμα για να ξεπαγώσετε μόνο 0,5 κιλά μοσχαρίσιου κιμά, κομματιών κοτόπουλου, ή φιλέτων ψαριού πολύ γρήγορα. Αυτή η διαδικασία απαιτεί ένα χρόνο αναμονής, έτσι ώστε να ξεπαγώσει πλήρως το εσωτερικό των τροφίμων. Στο ακόλουθο παράδειγμα θα δείτε πώς μπορείτε να ξεπαγώσετε 0,5 κιλά κατεψυγμένων πουλερικών.



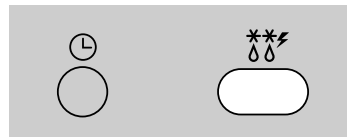
Ο φούρνος σας διαθέτει τρία προγράμματα γρήγορης απόψυξης με μικροκύματα: **ΚΡΕΑΣ**

Πατήστε το κουμπί **STOP/CLEAR**.

Ζυγίστε το φαγητό που θέλετε να ξεπαγώσετε. Αφαιρέστε οποιοδήποτε μεταλλικό περιτύλιγμα ή δεσίματα και κατόπιν τοποθετήστε το φαγητό στον φούρνο και κλείστε την πόρτα.



Πατήστε το κουμπί **QUICK DEFROST** δύο φορές για να επιλέξετε το πρόγραμμα απόψυξης **ΠΟΥΛΕΡΙΚΩΝ**.



Κατά την διάρκεια της απόψυξης ο φούρνος θα κάνει ένα μπιπ. Σ' αυτό το σημείο ανοίξετε την πόρτα του φούρνου, γυρίστε το φαγητό από την άλλη πλευρά και ξεχωρίστε τα κομμάτια του για να διασφαλίσετε το ομοιόμορφο ξεπάγωμά του. Αφαιρέστε ή καλύψτε οποιαδήποτε κομμάτια έχουν ξεπαγώσει για να καθυστερήσει τη διαδικασία απόψυξής τους. Αφού ελέγξετε το φαγητό, κλείστε την πόρτα του φούρνου και πατήστε το κουμπί **START** για να συνεχίσετε την απόψυξη.

**Ο φούρνος δεν θα σταματήσει την απόψυξη μετά το μπιπ, εκτός κι αν ανοίξετε την πόρτα.**



## Οδηγίες Γρήγορου Ξεπαγώματος

Χρησιμοποιείστε την λειτουργία αυτή για να ξεπαγώσετε γρήγορα κιμά.

Αφαιρέστε το κρέας τελείως από οποιαδήποτε συσκευασία. Τοποθετήστε τον κιμά σε σκεύος κατάλληλο για μικροκύματα. Όταν ακουστεί ο ήχος αφαιρέστε το κρέας από τον φούρνο μικροκυμάτων, γυρίστε το και ξαναβάλτε το στο φούρνο. Πιέστε Start για να συνεχιστεί η λειτουργία. Στο τέλος του προγράμματος αφαιρέστε τον κιμά από τον φούρνο μικροκυμάτων, σκεπαστέ τον με αλουμινόχαρτο και αφήστε το να σταθεί για 5-15 λεπτά ή έως ότου ξεπαγώσει τελείως.

<b>ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ</b>	<b>ΟΡΙΑ ΒΑΡΟΥΣ</b>	<b>ΣΚΕΥΟΣ</b>	<b>ΦΑΓΗΤΟ</b>
<b>Κιμάς</b>	0.5kg	Σκεύος μικροκυμάτων (επίπεδο πιάτο)	Κιμάς Γυρίστε το φαγητό όταν ακουστεί ο ήχος Μετά την απόψυξη αφήστε το να σταθεί για 5-15 λεπτά.

# Αυτόματο Ξαναζέσταμα

Στο επόμενο παράδειγμα θα σας υποδείξουμε πώς να μαγειρέψετε 0,6kg Κρύο γεύμα

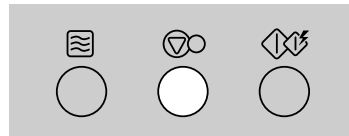


Το Αυτόματο Ξαναζέσταμα κάνει το Ξαναζέσταμα των τροφών βολικό και εύκολο στη χρήση. Ο φούρνος είναι προρυθμισμένος στο αυτόματο Ξαναζέσταμα φαγητών.

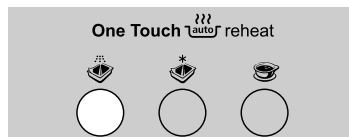
GR

Ο φούρνος διαθέτει τρεις ρυθμίσεις Αυτόματου Ξαναζεστάματος: Κρύο γεύμα, Παγωμένο γεύμα και Κρύα πίτσα.

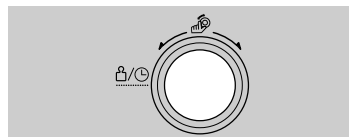
Πιέστε **STOP/CLEAR**.



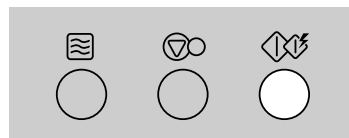
Πιέστε **CHILLED MEAL**.



Περιστρέψτε το πλήκτρο **DIAL** μέχρι να εμφανιστεί στην οθόνη η ένδειξη "0.6".



Πιέστε **START**.







ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ	ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ	ΟΡΙΑ ΒΑΡΟΥΣ	ΣΚΕΥΟΣ	ΘΕΡΜΟΚΡΑΣΙΑ ΦΑΓΗΤΟΥ	ΟΔΗΓΙΕΣ
ΑΥΤΟΜΑΤΟ ΞΑΝΑΖΕΣΤΑΜΑ	ΚΡΥΟ ΓΕΥΜΑ	0.3 kg-0.6 kg	Δικό του σκεύος	Ψυγείου	<p>Τρυπήστε με ένα αιχμηρό αντικείμενο την επιφάνεια. Τοποθετήστε το φαγητό πάνω στον γυάλινο περιστρεφόμενο δίσκο. Μετά το μαγείρεμα αφήστε το να σταθεί 2-3 λεπτά πριν το σερβίρετε.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Τροφές που χρειάζονται ανακάτεμα: Σπαγγέτι μπολονέζ, Κρέας για-χνί.</li> <li>- Τροφές που δεν χρειάζονται ανακάτεμα: Λαζάνια, σπιτική πίτα.</li> </ul> <p>Σημείωση:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Για τροφές που μαγειρεύονται σε σακούλα: τρυπήστε τις μερίδες από κρέας και μερίδες από ρύζι ή ζυμαρικά.</li> <li>- Για τροφές οι οποίες που χρειάζονται ανακάτεμα, ανακατέψτε όταν ακουστεί ο ήχος.</li> <li>- Για τροφές που δεν χρειάζονται ανακάτεμα δεν είναι απαραίτητο να τις ανακατέψετε όταν ακουστεί ο ήχος.</li> </ul>
	ΚΑΤΕΨΥΓΜΕΝΟ ΓΕΥΜΑ	0.3 kg-0.6 kg	Δικό του σκεύος	Κατεψυγμένο	Το ίδιο όπως παραπάνω
	ΣΟΥΠΑ/ΣΑΛΤΣΑ	0.2kg-0.6kg	Μπωλ κατάλληλο για μικροκύματα	Δωματίου	<p>Τοποθετήστε την σούπα/σάλτσα σε μπωλ για μικροκύματα. Σκεπάστε το με κάλυμμα ή πλαστική μεμβράνη. Μετά το ζέσταμα ανακατέψτε. Αφήστε το να σταθεί για 2 λεπτά σκεπασμένο και κατόπιν ανακατέψτε ξανά.</p>

# Λιγότερο ή περισσότερο μαγείρεμα

Στο επόμενο παράδειγμα θα σας υποδείξουμε πώς να αλλάξετε την ρύθμιση Αυτόματο μαγείρεμα (AUTO COOK) για περισσότερο ή λιγότερο χρόνο μαγειρέματος.



Εάν δείτε ότι το φαγητό έχει γίνει ή ότι είναι άψητο όταν χρησιμοποιείτε τις ρυθμίσεις Αυτόματο μαγείρεμα ή Αυτόματο Ψήσιμο ή Αυτόματο Ξαναζέσταμα μπορείτε να αυξήσετε ή μειώσετε τον χρόνο μαγειρέματος πιέζοντας τα πλήκτρα /

Όταν μαγειρεύετε χωρίς την αυτόματη λειτουργία μπορείτε να επεκτείνετε τον χρόνο μαγειρέματος σε όποιο σημείο της διαδικασίας ψησίματος θέλετε πιέζοντας τα πλήκτρα / Δεν είναι ανάγκη να σταματήσετε την διαδικασία ψησίματος.

Πιέστε **STOP/CLEAR**.

Επιλέξτε το απαιτούμενο πρόγραμμα Αυτόματου μαγειρέματος.  
(Επιλέξτε το βάρος του φαγητού).

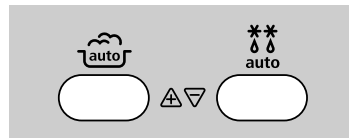
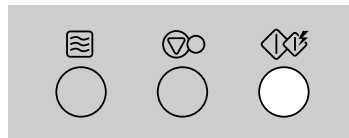
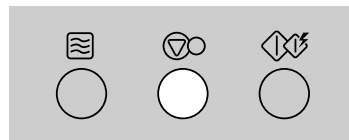
Πιέστε **START**.

Πιέστε **MORE** ().

Ο χρόνος μαγειρέματος θα επεκταθεί κατά 10 δευτερόλεπτα για κάθε πάτημα του κουμπιού.

Πιέστε **LESS** ().

Ο χρόνος μαγειρέματος θα μειωθεί κατά 10 δευτερόλεπτα για κάθε πάτημα του κουμπιού.



Για να ζεστάνετε ή ξαναζεστάνετε επιτυχώς στο φούρνο μικροκυμάτων, είναι σημαντικό να ακολουθήσετε κάποιους κανόνες. Μετρήστε την ποσότητα της τροφής έτσι ώστε να προσδιορίσετε τον απαιτούμενο χρόνο ξαναζεσταματος. Τοποθετήστε την τροφή σε κυκλική διάταξη για καλύτερα αποτελέσματα. Τροφές που βρίσκονται σε θερμοκρασία δωματίου θα θερμανθούν γρηγορότερα απ' ό τι τρο-φές σε θερμοκρασία ψυγείου. Τροφές σε κονσέρβα πρέπει να αφαιρεθούν από την συσκευασία τους και να τοποθετηθούν σε σκεύος για μικροκύματα. Οι τροφές θα ζεσταθούν καλύτερα εάν καλυφθούν με μεμβράνη μικροκυμάτων ή δικτυωτό κάλυμα. Αφαιρείτε το κάλυμα με προσοχή για να αποφύγετε εγκαύματα από τον ατμό. Χρησιμοποιήστε τον παρακάτω πίνακα σαν οδηγό για το ζέσταμα μαγειρεμένων τροφών.

## Οδηγίες ζεστάματος ή ξαναζεστάματος

Είδος	Χρόνος μαγειρέματος (στην Υψηλή)	Ειδικές οδηγίες
Φέτες κρέατος 3 φέτες (0.5cm λεπτές)	1-2 λεπτά	Τοποθετήστε τα κομμάτια κρέας σε πιάτο μικροκυμάτων. Σκεπάστε το με πλαστική μεμβράνη και αφήστε σχισμή για εξαερισμό. Σημείωση: Τα λιπαρά και οι σάλτσες βοηθούν να κρατήσουν το κρέας ζουμερό
Κομμάτια κοτόπουλο 1 στήθος 1 μπούτι ολόκληρο	2-3 λεπτά 3-3 <sup>1</sup> / <sub>2</sub> λεπτά	Τοποθετήστε τα κομμάτια κοτόπουλου σε πιάτο μικροκυμάτων. Σκεπάστε το με πλαστική μεμβράνη και αφήστε σχισμή για εξαερισμό.
Φιλέτα ψαριού (170-230gr)	1-2 λεπτά	Τοποθετήστε το ψάρι σε πιάτο μικροκυμάτων. Σκεπάστε το με πλαστική μεμβράνη και αφήστε σχισμή για εξαερισμό.
Λαζάνια Μια μερίδα (300gr)	4-6 λεπτά	Τοποθετήστε τα λαζάνια σε πιάτο μικροκυμάτων. Σκεπάστε το με πλαστική μεμβράνη και αφήστε σχισμή για εξαερισμό
Φαγητό κατασαρόλας 1 κούπα 4 κούπες	1 <sup>1</sup> / <sub>2</sub> -3 λεπτά 4 <sup>1</sup> / <sub>2</sub> -7 λεπτά	Μαγειρέψτε το σκεπασμένο σε σκεύος κατασαρόλα για μικροκύματα. Ανακατέψτε μια φορά στο μέσο του χρόνου μαγειρέματος
Φαγητό κατασαρόλας με κρέμα ή τυρί 1 κούπα 4 κούπες	1-2 <sup>1</sup> / <sub>2</sub> λεπτά 3 <sup>1</sup> / <sub>2</sub> -6 λεπτά	Μαγειρέψτε το σκεπασμένο σε σκεύος κατασαρόλας για μικροκύματα. Ανακατέψτε μια φορά στο μέσο του χρόνου μαγειρέματος
Πουρές 350gr	5-5 <sup>1</sup> / <sub>2</sub> λεπτά (στην Μεσαία προς Υψηλή)	Μαγειρέψτε το σκεπασμένο σε σκεύος κατασαρόλα για μικροκύματα. Ανακατέψτε μια φορά στο μέσο του χρόνου μαγειρέματος.

Είδος	Χρόνος μαγειρέματος (στην Υψηλή)	Ειδικές οδηγίες
Μαγειρευτά φασόλια	1 <sup>1</sup> / <sub>2</sub> -3 λεπτά	Μαγειρέψτε τα σκεπασμένα σε σκεύος κατασαρόλα για μικροκύματα. Ανακατέψτε μια φορά στο μέσο του χρόνου μαγειρέματος
Ραβιόλια ή ζυμαρικά με σάλτσα 1 κούπα 4 κούπες	2 <sup>1</sup> / <sub>2</sub> -4 λεπτά 7 <sup>1</sup> / <sub>2</sub> -11 λεπτά	Μαγειρέψτε το σκεπασμένο σε σκεύος κατασαρόλα για μικροκύματα. Ανακατέψτε μια φορά στο μέσο του χρόνου μαγειρέματος
Ρύζι 1 κούπα 4 κούπες	1-1 <sup>1</sup> / <sub>2</sub> λεπτά 3 <sup>1</sup> / <sub>2</sub> -5 λεπτά	Μαγειρέψτε το σκεπασμένο σε σκεύος κατασαρόλα για μικροκύματα. Ανακατέψτε μια φορά στο μέσο του χρόνου μαγειρέματος
Σάντουιτς ρολό ή σε ψωμάκι 1 ρολό	15-30 δευτερόλεπτα	Τυλίξτε το σε χάρτινη σακούλα και τοποθετήστε το στον γυάλινο δίσκο.
Λαχανικά 1 κούπα 4 κούπες	1 <sup>1</sup> / <sub>2</sub> -2 <sup>1</sup> / <sub>2</sub> λεπτά 3 <sup>1</sup> / <sub>2</sub> -5 <sup>1</sup> / <sub>2</sub> λεπτά	Μαγειρέψτε το σκεπασμένο σε σκεύος κατασαρόλα για μικροκύματα. Ανακατέψτε μια φορά στο μέσο του χρόνου μαγειρέματος
Σούπα 1 μερίδα (8 oz)	1 <sup>1</sup> / <sub>2</sub> -2 λεπτά	Μαγειρέψτε το σκεπασμένο σε σκεύος κατασαρόλας για μικροκύματα. Ανακατέψτε μια φορά στο μέσο του χρόνου μαγειρέματος

# Πίνακας Φρέσκων

## Λαχανικών

Λαχανικό	Ποσότητα	Χρόνος (σε μέγιστη ισχύ)	Οδηγίες	Χρόνος Αγκινάρες
Αγκινάρες (230 γρ. έκαστη)	2 μεσαίες 4 μεσαίες	4,5-7 10-12	Καθαρίστε τες. Προσθέστε 2 κουταλάκια νερό και 2 κουταλάκια χυμό. Καλύψτε τες.	2-3 λεπτά
Σπαράγγια, φρέσκα, βλαστάρια	450 γρ.	2,5-6	Προσθέστε 1 φλιτζάνι νερό. Καλύψτε.	2-3 λεπτά
Πράσινα φασόλια	450 γρ.	7-11	Προσθέστε 1/2 φλιτζάνι νερό σε βαθύ σκεύος 1,5 λίτρου. Ανακατέψτε στο μέσο του χρόνου μαγειρέματος.	2-3 λεπτά
Παντζάρια, φρέσκα	450 γρ.	11-16	Προσθέστε 1/2 φλιτζάνι νερό σε βαθύ σκεύος 1,5 λίτρου με σκέπασμα. Ανακατέψτε στο μέσο του χρόνου μαγειρέματος.	2-3 λεπτά
Μπρόκολο, φρέσκο, βλαστάρια	450 γρ.	5-8	Τοποθετήστε το μπρόκολο σε ρηχό σκεύος. Προσθέστε 1/2 φλιτζάνι νερό.	2-3 λεπτά
Λάχανο, φρέσκο, κομμένο	450 γρ.	5,5-7,5	Προσθέστε 1/2 φλιτζάνι νερό σε βαθύ σκεύος 1,5 λίτρου με σκέπασμα. Ανακατέψτε στο μέσο του χρόνου μαγειρέματος.	2-3 λεπτά
Καρότα, φρέσκα, σε φέτες	200 γρ.	2-3	Προσθέστε 1/4 φλιτζάνι νερό σε βαθύ σκεύος 1,5 λίτρου με σκέπασμα. Ανακατέψτε στο μέσο του χρόνου μαγειρέματος.	2-3 λεπτά
Κουνουπίδι, φρέσκο, ολόκληρο	450 γρ.	5-7	Καθαρίστε το. Προσθέστε 1/4 φλιτζάνι νερό σε βαθύ σκεύος 1,5 λίτρου με σκέπασμα. Ανακατέψτε στο μέσο του χρόνου μαγειρέματος.	2-3 λεπτά
Σελινόριζες, φρέσκες, σε φέτες	2 φλιτζάνια 4 φλιτζάνια	11-16	Κόψτε σε φέτες. Προσθέστε 1/2 φλιτζάνι νερό σε βαθύ σκεύος 1,5 λίτρου με σκέπασμα. Ανακατέψτε στο μέσο του χρόνου μαγειρέματος.	2-3 λεπτά

Λαχανικό	Ποσότητα	Χρόνος (σε μέγιστη ισχύ)	Οδηγίες	Χρόνος Αγκινάρες
Καλαμπόκι, φρέσκο	2 ρόκες	4-8	Ξεφλούδιστε τες. Προσθέστε 2 κουταλάκια νερό σε βαθύ σκεύος 1,5 λίτρου. Καλύψτε.	2-3 λεπτά
Μανιτάρια, φρέσκα, σε φέτες	230 γρ.	1,5-2,5	Τοποθετήστε τα μανιτάρια σε βαθύ σκεύος 1,5 λίτρου με σκέπασμα. Ανακατέψτε στο μέσο του χρόνου μαγειρέματος.	2-3 λεπτά
Κουκιά, φρέσκα, σε φέτες	450 γρ.	4-7	Προσθέστε 1/2 φλιτζάνι νερό σε βαθύ σκεύος 1,5 λίτρου με σκέπασμα. Ανακατέψτε στο μέσο του χρόνου μαγειρέματος.	2-3 λεπτά
Αρακάς, πράσινο, φρέσκος	4 φλιτζάνια	6-9	Προσθέστε 1/2 φλιτζάνι νερό σε βαθύ σκεύος 1,5 λίτρου με σκέπασμα. Ανακατέψτε στο μέσο του χρόνου μαγειρέματος.	2-3 λεπτά
Γλυκοπατάτες ολόκληρες (170- 230 γρ. έκαστη)	2 μεσαίες 4 μεσαίες	4-9 6-12	Τρυπήστε μερικές φορές τις πατάτες με ένα πιρούνι. Τοποθετήστε τες σε δύο χαρτοπετσέτες. Γυρίστε τες ανάποδα στο μέσο του χρόνου μαγειρέματος.	2-3 λεπτά
Λευκές πατάτες ολόκληρες (170- 230 γρ. έκαστη)	2 πατάτες 4 πατάτες	5,5-7,5 9,5-14	Τρυπήστε μερικές φορές τις πατάτες με ένα πιρούνι. Τοποθετήστε τες σε δύο χαρτοπετσέτες. Γυρίστε τες ανάποδα στο μέσο του χρόνου μαγειρέματος.	2-3 λεπτά
Σπανάκι, φρέσκο, φύλλα	450 γρ.	4,5-7,5	Προσθέστε 1/2 φλιτζάνι νερό σε βαθύ σκεύος 2 λίτρων με σκέπασμα.	2-3 λεπτά
Κολοκυθάκια, φρέσκα, σε φέτες	450 γρ.	4,5-7,5	Προσθέστε 1/2 φλιτζάνι νερό σε βαθύ σκεύος 1,5 λίτρου με σκέπασμα. Ανακατέψτε στο μέσο του χρόνου μαγειρέματος.	2-3 λεπτά
Κολοκυθάκια, φρέσκα, ολόκληρα	450 γρ.	6-9	Τρυπήστε τα. Τοποθετήστε τα σε δύο χαρτοπετσέτες. Γυρίστε τα ανάποδα και ανακατέψτε τα στο μέσο του χρόνου μαγειρέματος.	2-3 λεπτά

Θα πρέπει να ακολουθείτε πιστά τους συστατώμενους χρόνους μαγειρέματος. Εάν τους υπερβείτε σημαντικά, το φαγητό μπορεί να πιάσει ΦΩΤΙΑ και να προκληθεί ΒΛΑΒΗ στον ΦΟΥΡΝΟ σας.

# Προφυλάξεις Ασφάλειας

## Διαβάστε Προσεκτικά τις Προφυλάξεις Ασφάλειας και Φυλάξτε τις για Μελλοντική Χρήση

- 1 Μην επιχειρήσετε να επέμβετε, ή να κάνετε οτιδήποτε ρυθμίσεις ή επισκευές στην πόρτα, στον πίνακα ελέγχου, στους διακόπτες των ενδοσφαιλίων ή σε οποιοδήποτε άλλο εξάρτημα του φούρνου. Είναι επικίνδυνο για τον οποιοδήποτε να επιχειρήσει συντήρηση ή επισκευή που συνεπάγεται την απομάκρυνση οποιουδήποτε καλύμματος που προστατεύει κατά της έκθεσης σε ενέργεια μικροκυμάτων. Μόνο έμπειρος τεχνικός συντήρησης θα πρέπει να αναλάβει τις επισκευές.
- 2 Μην θέτετε σε λειτουργία τον φούρνο όταν είναι άδειος. Είναι καλύτερα να αφήσετε ένα ποτήρι νερό μέσα στον φούρνο όταν δεν χρησιμοποιείται. Το νερό θα απορροφήσει ασφαλώς όλη την ενέργεια μικροκυμάτων, σε περίπτωση που ο φούρνος ξεκινήσει τυχαία.
- 3 Μην λειτουργείτε τον φούρνο για την απομάκρυνση υγρασίας καθώς μπορεί να προκληθεί σοβαρή βλάβη (π.χ. λειτουργία του φούρνου με υγρές εφημερίδες, ρούχα, παιχνίδια, φορητές συσκευές, κλπ).
- 4 Μην μαγειρεύετε τροφή τυλιγμένη σε χαρτί κουζίνας, εκτός κι εάν το βιβλίο μαγειρικής σας περιέχει οδηγίες για την τροφή που μαγειρεύετε.
- 5 Μην χρησιμοποιήσετε εφημερίδα αντί χαρτί κουζίνας για το μαγείρεμα.
- 6 Μην χρησιμοποιήσετε ξύλινα δοχεία. Ίσως να ανάψουν και να καρβουνιαστούν. Μην χρησιμοποιήσετε κεραμικά δοχεία τα οποία έχουν μεταλλικά (π.χ. χρυσός ή ασήμι) διακοσμητικά σχέδια. Πάντα να απομακρύνετε τα μεταλλικά αντικείμενα περιτυλίγματος. Τα μεταλλικά αντικείμενα εντός του φούρνου ίσως να λυγίσουν, τα οποία μπορεί να προκαλέσουν σημαντική ζημιά.
- 7 Μην χειρίζεστε τον φούρνο με πετσέτα κουζίνας, πετσέτα φαγητού ή οτιδήποτε άλλο εμπόδιο μεταξύ της πόρτας και των μπροστινών άκρων του φούρνου, που ίσως προκαλέσουν διαρροή ενέργειας μικροκυμάτων.
- 8 Μην χρησιμοποιείτε προϊόντα ανακυκλωμένου χαρτιού διότι ίσως να περιέχουν ουσίες που μπορεί να προκαλέσουν σπινθήρες ή / και πυρκαγιά όταν χρησιμοποιηθούν στο μαγείρεμα.
- 9 Μην ξεπλένετε την περιστροφική βάση τοποθετώντας την μέσα σε νερό αμέσως μετά το μαγείρεμα. Αυτό μπορεί να προκαλέσει σπάσιμο ή ζημιά.
- 10 Μικρές ποσότητες τροφής απαιτούν λιγότερο χρόνο μαγειρέματος ή χρόνο ζεστάματος. Εάν τηρηθούν οι κανονικοί χρόνοι ίσως υπερζεσταθούν και καούν.
- 11 Βεβαιωθείτε πως έχετε τοποθετήσει τον φούρνο έτσι ώστε το μπροστινό μέρος της πόρτας είναι 8 εκ. ή παραπάνω πίσω από την άκρη της επιφάνειας πάνω στην οποία είναι τοποθετημένος, για να αποφευχθεί τυχαία "ανατροπή" της συσκευής.
- 12 Πριν το μαγείρεμα, τρυπήστε την φλούδα από πατάτες, μήλα ή οποιοδήποτε τέτοιο φρούτο ή λαχανικό.
- 13 Μην μαγειρεύετε αυγά με τσόφλι. Πίεση θα αναπτυχθεί στο εσωτερικό του αυγού το οποίο θα σκάσει.
- 14 Μην επιχειρήσετε τηγάνισμα με πολύ λάδι στον φούρνο σας.
- 15 Αφαιρέστε το πλαστικό περιτύλιγμα από την τροφή πριν την μαγειρέψετε ή ξεπαγώσετε. Ωστόσο, σημειώστε ότι σε ορισμένες περιπτώσεις η τροφή θα πρέπει να είναι καλυμμένη με πλαστική λεπτή μεμβράνη, για ζέσταμα ή μαγείρεμα.
- 16 Εάν η πόρτα του φούρνου ή οι ταιμούρες της πόρτας υψοστούν ζημιά, ο φούρνος δεν πρέπει να θεθεί σε λειτουργία μέχρις ότου επισκευασθεί από έναν έμπειρο τεχνικό συντήρησης.
- 17 Εάν παρατηρηθεί καπνός, κλείστε ή αποσυνδέστε τον φούρνο από το ηλεκτρικό ρεύμα και κρατήστε την πόρτα του φούρνου κλειστή για να σβήσετε οποιαδήποτε φλόγα.
- 18 Όταν η τροφή ζεσταίνεται ή μαγειρεύεται σε δοχεία μιας χρήσης από πλαστικό, χαρτί ή άλλα εύφλεκτα υλικά, να ελέγχετε τον φούρνο τακτικά διότι υπάρχει πιθανότητα ανάφλεξης.
- 19 Να επιτρέπετε σε παιδιά να χρησιμοποιούν τον φούρνο χωρίς επίβλεψη μόνο όταν έχουν δοθεί επαρκείς οδηγίες έτσι ώστε το παιδί να μπορεί να χρησιμοποιεί τον φούρνο με ασφαλή τρόπο και όταν καταλαβαίνει τους κινδύνους από ακατάλληλη χρήση.
- 20 Υγρά ή άλλες τροφές δεν πρέπει να ζεσταίνονται σε αεροστεγή δοχεία διότι υπάρχει κίνδυνος να εκραγούν.
21. Μην λειτουργείτε τον φούρνο εάν οι ασφάλειες της πόρτας και τα γύρω τμήματα του φούρνου είναι ελαττωματικά και έως ότου επισκευασθούν από εξειδικευμένο τεχνικό.
22. Ελέγξτε εάν τα μαγειρικά σκεύη που χρησιμοποιείτε είναι κατάλληλα για φούρνο μικροκυμάτων πριν τα χρησιμοποιήσετε.
23. Μην αγγίζετε την πόρτα του φούρνου, το εξωτερικό περίβλημα, το πίσω μέρος του φούρνου, την κοιλότητα του φούρνου, τα αξεσουάρ και τα σκεύη κατά τη λειτουργία του γκριλ, την λειτουργία εναλλαγής και την αυτόματη λειτουργία εάν δεν φοράτε χοντρά γάντια φούρνου καθώς τα τμήματα αυτά είναι πολύ καυτά. Βεβαιωθείτε ότι έχουν κρυώσει πριν επιχειρήσετε να τα καθαρίσετε.

# Προφυλάξεις Ασφάλειας

## Διαβάστε Προσεκτικά τις Προφυλάξεις Ασφάλειας και Φυλάξτε τις για Μελλοντική Χρήση

24. Χρησιμοποιήστε μόνο τα σκεύη που είναι κατάλληλα για χρήση σε φούρνους μικροκυμάτων.
25. Κατά την θέρμανση φαγητού σε πλαστικά ή χάρτινα δοχεία, επιτηρήστε πάντα την πρόοδο του φαγητού καθώς υπάρχει περίπτωση ανάφλεξης.
26. Εάν παρατηρηθεί καπνός, κλείστε ή αποσυνδέστε τον φούρνο από το ηλεκτρικό ρεύμα και κρατήστε την πόρτα του φούρνου κλειστή για να βησσετε οποιαδήποτε φλόγα.
27. Η θέρμανση ροφημάτων με μικροκύματα μπορεί να έχει σαν αποτέλεσμα την καθυστερημένη υπερχέλιση λόγω του βρασμού και γι' αυτό θα πρέπει να δίνεται ιδιαίτερη προσοχή στον χειρισμό του σκεύους.
28. Τα περιεχόμενα των μπιμπερό και των βάζων παιδικών τροφών θα πρέπει να ανακατεύονται και να ανακινώνονται και η θερμοκρασία τους να ελέγχεται πριν την κατανάλωση για την αποφυγή καψίματος.
29. Τα αυγά με το κέλυφος και τα ολόκληρα σφικτοβρασμένα αυγά δεν θα πρέπει να θερμαίνονται σε φούρνους μικροκυμάτων καθώς μπορεί να εκραγούν ακόμη και μετά το τέλος της θέρμανσης με μικροκύματα.
30. Λεπτομέρειες για τον καθαρισμό των ασφαλειών της πόρτας, του εσωτερικού και των γύρω τμημάτων του φούρνου.
31. Ο φούρνος θα πρέπει να καθαρίζεται τακτικά και να αφαιρούνται οποιαδήποτε υπολείμματα τροφίμων.
32. Εάν ο φούρνος δεν διατηρείται καθαρός μπορεί να έχει σαν αποτέλεσμα την αλλοίωση των επιφανειών που θα επιρρεάσει την διάρκεια ζωής της συσκευής ή την πιθανή επικίνδυνη λειτουργία της.
33. Χρησιμοποιήστε μόνο τον δείκτη θερμοκρασίας που προτείνεται γι' αυτό το φούρνο (για συσκευές που διαθέτουν το χαρακτηριστικό χρήσης δείκτη θερμοκρασίας).
34. Εάν η συσκευή διαθέτει αντιστάσεις θα θερμανθεί αρκετά κατά τη χρήση. Μην αγγίζετε τις αντιστάσεις στο εσωτερικό του φούρνου.

35. Η συσκευή δεν προορίζεται για την χρήση της από μικρά παιδιά ή αδύναμα άτομα χωρίς επιτήρηση.
36. Αυτή η σύνδεση μπορεί να επιτευχθεί με την πρίζα ή με ενσωμάτωση ενός διακόπτη στη σταθερή καλωδίωση σύμφωνα με τους κανόνες καλωδίωσης.
37. Μη χρησιμοποιείτε σκληρά λειαντικά καθαριστικά ή δυνατά μεταλλικά αποξεστικά για να καθαρίσετε το τζάμι της πόρτας του φούρνου καθώς μπορεί να γδάρουν την επιφάνεια, με πιθανό αποτέλεσμα να σπάσει το τζάμι.

**ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ:** Εάν η πόρτα ή οι ασφάλειες της πόρτας είναι κατεστραμμένες, ο φούρνος δεν πρέπει να χρησιμοποιείται έως ότου επισκευασθεί από εξουσιοδοτημένο τεχνικό.

**ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ:** Είναι επικίνδυνο για άλλα άτομα εκτός από τους εξειδικευμένους τεχνικούς να εκτελούν οποιαδήποτε επιδιόρθωση ή επισκευή που συνεπάγεται την αφαίρεση οποιοδήποτε καλύμματος το οποίο προστατεύει κατά της έκθεσης σε ενέργεια μικροκυμάτων.

**ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ:** Τα υγρά και άλλα τρόφιμα δεν πρέπει να θερμαίνονται σε κλειστά δοχεία καθώς είναι επικίνδυνα να εκραγούν.

**ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ:** Επιτρέψτε στα παιδιά να χρησιμοποιήσουν τον φούρνο χωρίς επιτήρηση μόνο όταν έχουν δοθεί επαρκείς οδηγίες ώστε το παιδί να μπορεί να χρησιμοποιήσει τον φούρνο με ασφαλή τρόπο και να κατανοεί τους κινδύνους της ακατάλληλης χρήσης.

**ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ:** Τα προσιτά μέρη της συσκευής ενδέχεται να τη χρήση. Να κρατάτε μακριά τα μικρά παιδιά.

**ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ:** Όταν η συσκευή τίθεται σε συνδυαστική λειτουργία, η χρήση του φούρνου από παιδιά θα πρέπει να γίνεται μόνο υπό την επίβλεψη ενήλικου λόγω των υψηλών θερμοκρασιών, που παράγονται.



# Μαγειρικά Σκεύη Κατάλληλα για Φούρνους Μικροκυμάτων

## Μην χρησιμοποιείτε ποτέ στον φούρνο μικροκυμάτων μεταλλικά σκεύη, ή σκεύη με μεταλλικάξαρτήματα

Τα μικροκύματα δεν μπορούν να διαπεράσουν τα μέταλλα. Ανακλώνται από οποιοδήποτε μεταλλικό αντικείμενο μέσα στον φούρνο και προκαλούν σπινθήρες, οι οποίοι μοιάζουν μεαστραπές. Τα περισσότερα πυρίμαχα, μη-μεταλλικά μαγειρικά σκεύη μπορούν να χρησιμοποιηθούν με ασφάλεια σε έναν φούρνο μικροκυμάτων. Ωστόσο, ορισμένα σκεύη περιέχουν υλικά τα οποία τα καθιστούν ακατάλληλα για χρήση σε φούρνους μικροκυμάτων. Εάν έχετε οποιεσδήποτε αμφιβολίες για ένα σκεύος, υπάρχει ένας απλός τρόπος για να διαπιστώσετε εάν μπορεί να χρησιμοποιηθεί στον φούρνο σας. Τοποθετήστε το σκεύος στον φούρνο μικροκυμάτων, δίπλα σε ένα γυάλινο σκεύος γεμάτο με νερό. Θέστε τον φούρνο σε λειτουργία για 1 λεπτό, στη μέγιστη ισχύ μικροκυμάτων. Εάν το νερό θερμανθεί αλλά το σκεύος παραμένει κρύο, το σκεύος μπορεί να χρησιμοποιηθεί στον φούρνο μικροκυμάτων. Ωστόσο, εάν η θερμοκρασία του νερού δεν αλλάξει αλλά το σκεύος ζεσταθεί, αυτό σημαίνει ότι τα μικροκύματα απορροφήθηκαν από το σκεύος και, συνεπώς, δεν είναι κατάλληλο για χρήση στον φούρνο μικροκυμάτων. Πιθανότατα έχετε στην κουζίνα σας πάρα πολλά σκεύη τα οποία μπορούν να χρησιμοποιηθούν σε έναν φούρνο μικροκυμάτων. Για περισσότερες πληροφορίες, διαβάστε τις επόμενες παραγράφους.

### Σερβίτσια φαγητού

Πολλά είδη σεργίτων είναι κατάλληλα για χρήση σε φούρνους μικροκυμάτων. Εάν έχετε αμφιβολίες, επικοινωνήστε με τον κατασκευαστή τους, ή εκτελέστε την δοκιμή που περιγράψαμε παραπάνω.

### Γυάλινα σκεύη

Τα πυρίμαχα γυάλινα σκεύη είναι κατάλληλα για χρήση σε φούρνο μικροκυμάτων. Σ' αυτά περιλαμβάνονται γενικά όλοι οι τύποι γυάλινων σκευών που είναι κατάλληλα για χρήση σε συμβατικούς φούρνους. Ωστόσο, μην χρησιμοποιείτε ευπαθή γυάλινα σκεύη (π.χ. ποτήριου κρασιού), γιατί μπορεί να σπάσουν από την θερμοκρασία που αναπτύσσουν τα τρόφιμα.

### Πλαστικά αποθηκευτικά σκεύη

Μπορείτε να τα χρησιμοποιείτε για τρόφιμα τα οποία θέλετε να ξαναζεστάνετε γρήγορα στον φούρνο μικροκυμάτων. Ωστόσο, δεν θα πρέπει να τα χρησιμοποιείτε για τρόφιμα τα οποία απαιτούν πολύ χρόνο στον φούρνο, επειδή η θερμότητα των τροφίμων μπορεί να προκαλέσει την παραμόρφωση ή το λιώσιμό τους.

### Χαρτί

Τα χάρτινα πιάτα και σκεύη είναι βολικά και ασφαλή για χρήση στον φούρνο μικροκυμάτων, εφόσον ο χρόνος μαγειρέματος/ζεστάματος είναι μικρός και τα τρόφιμα τα οποία τοποθετείτε σ' αυτά δεν περιέχουν μεγάλες ποσότητες λίπους και/ή υγρασίας. Το χαρτί κουζίνας και οι χαρτοπετσέτες είναι επίσης πολύ χρήσιμα για το τύλιγμα τροφίμων και για την επίστρωση σκευών στα οποία θέλετε να μαγειρέψετε λιπαρές τροφές, όπως π.χ. μπέικον. Γενικά, σας συνιστούμε να αποφεύγετε τα έγχρωμα χάρτινα προϊόντα, επειδή το χρώμα τους μπορεί να ξεβάψει. Ορισμένα προϊόντα από ανακυκλωμένο χαρτί μπορεί να περιέχουν συστατικά τα οποία είναι πιθανό να προκαλέσουν σπινθήρες ή/και φωτιά όταν τοποθετηθούν στον φούρνο μικροκυμάτων.

### Πλαστικές σακούλες για μαγείρεμα

Αυτές οι σακούλες είναι ασφαλείς για χρήση σε φούρνους μικροκυμάτων, εφόσον είναι ειδικά κατασκευασμένες για μαγείρεμα. Ωστόσο, θα πρέπει να κάνετε μία σχισμή ή τρύπα στην σακούλα, έτσι ώστε να μπορεί να φύγει ο ατμός. Μην χρησιμοποιείτε ποτέ απλές πλαστικές σακούλες στον φούρνο μικροκυμάτων, επειδή θα λιώσουν και θα σκιστούν.

### Πλαστικά σκεύη κατάλληλα για φούρνους μικροκυμάτων

Υπάρχει μία μεγάλη ποικιλία σκευών για φούρνους μικροκυμάτων, σε διάφορα σχήματα και μεγέθη. Ωστόσο, πιθανότατα μπορείτε να χρησιμοποιήσετε σκεύη τα οποία διαθέτετε ήδη και να μην αγοράσετε νέα.

### Πήλινα και κεραμικά σκεύη

Τα πήλινα και τα κεραμικά σκεύη είναι συνήθως κατάλληλα για χρήση σε φούρνους μικροκυμάτων, αλλά σας συνιστούμε να τα δοκιμάσετε πρώτα για να βεβαιωθείτε.

### ΠΡΟΣΟΧΗ

**Ορισμένα σκεύη κατασκευασμένα από υλικά με μεγάλη περιεκτικότητα σε μόλυβδο ή σίδηρο δεν είναι κατάλληλα για μαγείρεμα τροφίμων. Θα πρέπει να ελέγχετε τα μαγειρικά σας σκεύη και να βεβαιώνετε ότι είναι κατάλληλα για χρήση σε φούρνους μικροκυμάτων.**

# Μαγειρικά Σκεύη Κατάλληλα για Φούρνους Μικροκυμάτων

## Ελέγχετε την διαδικασία

Οι συνταγές του βιβλίου έχουν δημιουργηθεί με μεγάλη προσοχή, αλλά η επιτυχής εκτέλεσή τους εξαρτάται από την προσοχή σας κατά το μαγείρεμα των φαγητών. Θα πρέπει πάντα να παρακολουθείτε το φαγητό καθώς μαγειρεύεται. Ο φούρνος σας διαθέτει ένα φως το οποίο αναβεί αυτόματα όταν βρισκείται σε λειτουργία, έτσι ώστε να μπορείτε να βλέπετε στο εσωτερικό του και να ελέγχετε την πρόοδο του μαγειρέματος. Οι οδηγίες των συνταγών οι οποίες αναφέρονται στο ανακείμενο ή στο γύρισμα των φαγητών από την άλλη πλευρά θα πρέπει να θεωρούνται σαν τα ελάχιστα συνιστώμενα βήματα. Εάν διαπιστώσετε ότι το φαγητό μαγειρεύεται ανομοιόμορφα, κάντε απλώς τις κατάλληλες ενέργειες για να διαρθρώσετε το πρόβλημα (για παράδειγμα, γυρίστε το συχνότερα).

## Παράγοντες οι οποίοι επηρεάζουν τον χρόνο μαγειρέματος με μικροκύματα

Υπάρχουν πολλοί παράγοντες οι οποίοι επηρεάζουν τον χρόνο μαγειρέματος. Η θερμοκρασία των συστατικών που χρησιμοποιούνται σε μία συνταγή μπορεί να αλλάξει σημαντικά τον χρόνο μαγειρέματος. Για παράδειγμα, ένα κέικ το οποίο έχετε φτιάξει με παγωμένο βούτυρο, γάλα και αυγά θα χρειαστεί σημαντικά περισσότερο χρόνο από ένα κέικ φτιαγμένο με τα ίδια υλικά, αλλά σε θερμοκρασία δωματίου. Όλες οι συνταγές αυτού του βιβλίου δίνουν ένα εύρος χρόνων μαγειρέματος. Γενικά, μπορεί να διαπιστωσέτε ότι το φαγητό δεν μαγειρεύεται πλήρως όταν χρησιμοποιείτε τους μικρότερους χρόνους μαγειρέματος. Από την άλλη, ορισμένες φορές μπορεί να θέλετε να μαγειρέψετε το φαγητό περισσότερο κι από τον ανώτερο χρόνο, ανάλογα με τις προσωπικές σας προτιμήσεις. Η φιλοσοφία αυτού του βιβλίου είναι ότι οι χρόνοι μαγειρέματος είναι προτιμότερο να είναι μικρότεροι από το κανονικό, παρά μεγαλύτεροι, επειδή διαφορετικά το φαγητό θα είναι άχρηστο. Ορισμένες από τις συνταγές, ειδικά αυτές οι οποίες αφορούν σε κέικ, ψωμί και γαλατόπιτες, συνιστούν την αφαίρεση του φαγητού/γλυκού από τον φούρνο πριν μαγειρευτεί πλήρως. Αυτό δεν είναι λάθος. Όταν αφήσετε αυτά τα φαγητά έξω από τον φούρνο (συνήθως καλυμμένα), συνεχίζουν να μαγειρεύονται, καθώς η θερμότητα η οποία έχει παγιδευτεί στα εξωτερικά τους στρώματα κινείται σταδιακά προς το εσωτερικό τους. Εάν αφήσετε το φαγητό μέσα στον φούρνο μέχρι να μαγειρευτεί πλήρως, το εσωτερικό του θα παραμείνει ή θα καεί. Σταδιακά, όσο περισσότερο χρησιμοποιείτε τον φούρνο σας, θα μπορείτε να υπολογίζετε όλο και πιο εύκολα τους σωστούς χρόνους μαγειρέματος και αναμίνης για τα διάφορα φαγητά και γλυκά.

## Πυκνότητα των τροφίμων

Τα ελαφρά, πορώδη τρόφιμα, όπως π.χ. το ψωμί και τα κέικ, μαγειρεύονται γρηγορότερα από τα βαριά, μεγάλης πυκνότητας τρόφιμα, όπως π.χ. το κρέας. Θα πρέπει να είστε ιδιαίτερα προσεκτικοί όταν μαγειρεύετε πορώδη τρόφιμα στα μικροκύματα, επειδή το εξωτερικό στρώμα μπορεί να στεγνώσει και να θρμματιστεί.

## Ύψος των τροφίμων

Το επάνω τμήμα των τροφίμων με μεγάλο ύψος, όπως π.χ. των ψητών κρεάτων, μαγειρεύεται γρηγορότερα από το κάτω τμήμα τους. Για τον λόγο αυτό, καλή ιδέα είναι να γυρίζετε περισσότερες από μία φορές τα τρόφιμα με μεγάλο ύψος κατά την διάρκεια του μαγειρέματος.

## Υγρασία των τροφίμων

Δεδομένου ότι η θερμότητα που παράγουν τα μικροκύματα τείνει να εξατμίζει την υγρασία, τα σχετικά στεγνά τρόφιμα, όπως το ψητό κρέας και ορισμένα λαχανικά, θα πρέπει είτε να ραντίζονται μεντρο πριν από το μαγείρεμα, είτε να καλύπτονται για να διατηρηθεί η υγρασία τους.

## Κόκαλα και λίπος των τροφίμων

Τα κόκαλα είναι καλοί αγωγοί της θερμότητας, ενώ το λίπος μαγειρεύεται γρηγορότερα από το κρέας. Για τον λόγο αυτό θα πρέπει να προσέχετε όταν μαγειρεύετε κρέας με κόκαλο ή πολύ λίπος, έτσι ώστε να αποφύγετε το αναμιάμορφο ή υπερβολικό μαγείρεμά του.

## Ποσότητα των τροφίμων

Η ποσότητα (ή, ακριβέστερα, η ισχύς) των μικροκυμάτων μέσα στον φούρνο παραμένει σταθερή, ανεξάρτητα από την ποσότητα των τροφίμων που μαγειρεύετε. Σαν αποτέλεσμα, όσο περισσότερα τρόφιμα τοποθετείτε στον φούρνο, τόσο μεγαλύτερος είναι ο χρόνος μαγειρέματος. Όταν φτιάχνετε την μισή ποσότητα μιας συνταγής, θα πρέπει να μειώνετε τον χρόνο μαγειρέματος κατά τουλάχιστον ένα τρίτο.

## Σχήμα των τροφίμων

Τα μικροκύματα εισχωρούν μέσα στα τρόφιμα μόνο κατά 2 εκ. περίπου. Το εσωτερικό των τροφίμων με μεγαλύτερο πάχος μαγειρεύεται καθώς η θερμότητα που παράγεται στο εξωτερικό τους κινείται προς τα μέσα. Μόνο το εξωτερικό στρώμα των τροφίμων μαγειρεύεται απευθείας από την μικροκυματική ενέργεια - το υπόλοιπο μαγειρεύεται "δι' επαγωγής". Το χειρότερο δυνατό σχήμα ενός τροφιμού το οποίο θα μαγειρευτεί με μικροκύματα είναι τετράγωνο και με μεγάλο πάχος. Σ' αυτή την περίπτωση, οι γωνίες του θα καούν πριν καν ζεσταθεί το εσωτερικό του. Οι τροφές με στρογγυλό σχήμα ή με σχήμα δακτυλίου μαγειρεύονται καλύτερα σε ένα φούρνο μικροκυμάτων.

## Κάλυψη του φαγητού

Καλύπτοντας το φαγητό παγιδεύετε τον ατμό και την θερμότητα στο εσωτερικό του σκεύους, βοηθώντας στην μείωση του χρόνου μαγειρέματος. Χρησιμοποιήστε σκέπασμα ή διάφανη μεμβράνη κατάλληλη για φούρνους μικροκυμάτων, διπλωμένη προς τα επάνω στις γωνίες για να αποφύγετε την διάραρη υγρασία.

## Ρόδιση

Το κρέας και το πουλερικό τα οποία μαγειρεύονται για δεκαπέντε λεπτά ή περισσότερο ροδίζουν ελαφρώς το λίπος τους. Για τα τρόφιμα τα οποία μαγειρεύονται λιγότερο χρόνο μπορείτε να χρησιμοποιήσετε αλεύρι σκόρα σάλτα, όπως π.χ. σάλτα Worcestershire, σόγιας, ή μπάρμικου, για να σκεπάζετε καλύτερο χρώμα. Δεδομένου ότι χρειάζεται σχετικά μικρή ποσότητα σάλτας, η γεύση και το άρωμα του φαγητού δεν αλλοιώνονται.

## Κάλυψη με λαδόχαρτο

Το λαδόχαρτο εμποδίζει αποτελεσματικά το πιτσιλισμα του φούρνου και βοηθάει το φαγητό να διατηρησει καμία θερμότητα. Αλλά επειδή η δομή του είναι λιγότερο αδιαπεράσιτη από τον αέρα συγκριτικά με την διάφανη μεμβράνη ή ένα σκέπασμα, επιτρέπει στο φαγητό να στεγνώσει ελαφρά.

## Τακτοποίηση και διευθέτηση

Τα μεμονωμένα κομμάτια τροφίμων, όπως οι πατάτες, τα μικρά κέικ και τα ορεκτικά θερμάνονται πιο ομοιόμορφα εάν τα διευθετήσετε σε ίσες αποστάσεις μεταξύ τους, κατά προτίμηση σε κυκλική διάταξη. Μην τοποθετείτε ποτέ τα τρόφιμα σε στρώσεις, το ένα πάνω από το άλλο.

# Χαρακτηριστικά των τροφίμων & μαγείρεμα με μικροκύματα

## Ανακάτεμα

Το ανακάτεμα είναι μία από τις σημαντικότερες τεχνικές για το μαγείρεμα με μικροκύματα. Κατά το συμβατικό μαγείρεμα, το φαγητό ανακατεύεται για να επιτευχθεί καλύτερη ανάμιξη των συστατικών. Αντίθετα, στο μαγείρεμα με μικροκύματα το φαγητό ανακατεύεται για να χωριστούν τα κομμάτια μεταξύ τους και να επιτευχθεί καλύτερη κατανομή της θερμότητας. Θα πρέπει πάντα να ανακατεύετε το φαγητό από έξω προς τα μέσα, επειδή το εξωτερικό θερμαίνεται πρώτο.

## Γύρισμα από την άλλη πλευρά

Τα μεγάλα, ψηλά κομμάτια τροφίμων, όπως το ψητό κρέας και τα ολόκληρα κοτόπουλα θα πρέπει να γυρίζονται και από τις δύο πλευρές, έτσι ώστε να μαγειρεύονται ομοιόμορφα επάνω και κάτω. Καλή ιδέα επίσης είναι να γυρίζετε τα κομμάτια κοτόπουλου και τις μπριζόλες.

## Τοποθέτηση των παχύτερων κομματιών προς τα έξω

Επειδή τα μικροκύματα "έλκονται" στα τμήματα του φαγητού που βρίσκονται προς τα έξω, θα πρέπει να τοποθετείτε τα παχύτερα κομμάτια κρέατος, πουλερικών και ψαριών προς την περιμέτρο του σκεύους. Με τον τρόπο αυτό, τα παχύτερα κομμάτια θα λάβουν την περισσότερη μικροκυματική ενέργεια και το φαγητό θα μαγειρευτεί ομοιόμορφα.

## Προστασία με αλουμινόχαρτο

Στις γωνίες ή στα άκρα των τροφίμων με ορθογώνιο ή τετράγωνο σχήμα μπορείτε να τοποθετείτε λωρίδες αλουμινόχαρτου (το οποίο μπλοκάρει τα μικροκύματα), για να τα προστατέψετε από το υπερβολικό μαγείρεμα. Μην χρησιμοποιείτε μεγάλες ποσότητες αλουμινόχαρτου και βεβαιωθείτε ότι το αλουμινόχαρτο είναι καλά στερεωμένο στο σκεύος, γιατί αλλιώς μπορεί να προκαλέσει σπινθήρες μέσα στον φούρνο.

## Τοποθέτηση σε ύψος

Μπορείτε να τοποθετείτε τα τρόφιμα με μεγάλο πάχος ή πυκνότητα πιο ψηλά, έτσι ώστε τα μικροκύματα να απορροφούνται και από την κάτω πλευρά τους.

## Τρύπημα

Τα τρόφιμα τα οποία περιβάλλονται από φλούδα, κέλυφος, ή μεμβράνη είναι πιθανό να σκάσουν στον φούρνο, εκτός κι αν τα τρυπήσετε πριν τα μαγειρέψετε. Τέτοια τρόφιμα είναι οι κρόκοι και τοσπράδι των αυγών, τα μύδια και τα στρείδια, καθώς και ορισμένα ολόκληρα λαχανικά (όπως οι πατάτες) και φρούτα.

## Δοκιμή του φαγητού

Τα φαγητά μαγειρεύονται τόσο γρήγορα σε έναν φούρνο μικροκυμάτων, που πρέπει να τα δοκιμάζετε συχνά. Ορισμένα φαγητά αφήνονται μέσα στον φούρνο μέχρι να ολοκληρωθεί το μαγείρεμά τους, αλλά τα περισσότερα, συμπεριλαμβανομένων των κρεάτων και των πουλερικών, αφαιρούνται από τον φούρνο πριν μαγειρευτούν πλήρως και αφήνονται έτσι ώστε το μαγείρεμά τους να ολοκληρωθεί κατά τον χρόνο αναμονής. Η εσωτερική θερμοκρασία των φαγητών αυξάνεται κατά 3 °C έως 8 °C κατά τον χρόνο αναμονής.

## Χρόνος αναμονής

Τα φαγητά αφήνονται συχνά για 3 έως 10 λεπτά αφού αφαιρεθούν από το φούρνο

μικροκυμάτων. Συνήθως τα φαγητά καλύπτονται κατά τον χρόνο αναμονής για να διατηρήσουν την θερμότητά τους, εκτός εάν πρέπει να "στεγνώσουν" (όπως π.χ. ορισμένα κέικ και μπισκότα). Ο χρόνος αναμονής επιτρέπει την ολοκλήρωση του μαγειρέματος των φαγητών, ενώ βοηθάει επίσης στην ανάδειξη του αρώματός τους.

## Καθαρισμός του Φούρνου σας

### 1. Διατηρήστε καθαρό το εσωτερικό του φούρνου

Τα υγρά και οι χυμοί από τα φαγητά μπορεί να πιτσιλίσουν ή να χυθούν στα τοιχώματα του φούρνου ή μεταξύ της πόρτας και του λάστιχου στεγανοποίησης. Καλή ιδέα είναι να σκουπίζετε οποιαδήποτε υπολείμματα αμέσως με ένα υγρό πανί. Τα υπολείμματα των φαγητών απορροφούν την μικροκυματική ενέργεια και αυξάνουν τον χρόνο μαγειρέματος. Χρησιμοποιήστε ένα υγρό πανί για να σκουπίσετε τα υπολείμματα τα οποία έχουν πέσει μεταξύ της πόρτας και του πλαισίου της. Αυτή η περιοχή είναι σημαντικό να μένει πάντα καθαρή, έτσι ώστε να διασφαλίζεται η στεγανότητα της πόρτας. Αφαιρέστε οποιαδήποτε υπολείμματα με ένα πανί υγραμένο με λίγο διαλυμένο απορρυπαντικό. Κατόπιν ξεπλύνετε και στεγνώστε καλά τις επιφάνειες. Μην χρησιμοποιείτε καυστικά υγρά ή καθαριστικά οποία προκαλούν γρατζουνιές. Ο γυάλινος δίσκος μπορεί να πλυθεί στο χέρι ή στο πλυντήριο πιάτων.

### 2. Διατηρήστε καθαρό το εξωτερικό του φούρνου

Καθαρίστε τις εξωτερικές επιφάνειες του φούρνου με ένα διάλυμα μαλακού απορρυπαντικού, ξεβγάλετε και σκουπίστε τις με ένα μαλακό, στεγνό πανί ή με χαρτί κουζίνας. Για να αποφύγετε τυχόν βλάβη των εσωτερικών εξαρτημάτων του φούρνου, προσέξτε να μην σας χυθεί νερό στα ανοίγματα αερισμού της συσκευής. Για να καθαρίσετε τον πίνακα ελέγχου, ανοίξτε πρώτα την πόρτα έτσι ώστε να μη θέσετε τον φούρνο σε λειτουργία κατά λάθος, καθαρίστε τον με ένα υγρό πανί και σκουπίστε τον αμέσως με ένα στεγνό πανί. Μετά το καθαρισμό, πατήστε το πλήκτρο **ΣΤΟΠ**.

3. Εάν συγκεντρωθεί ατμός στην εξωτερική επιφάνεια της πόρτας του φούρνου, σκουπίστε τον με ένα μαλακό πανί. Αυτό μπορεί να συμβεί όταν χρησιμοποιείτε τον φούρνο μικροκυμάτων σε συνθήκες υψηλής υγρασίας και δεν αποτελεί βλάβη της συσκευής.

4. Η πόρτα και το λάστιχο στεγανοποίησης θα πρέπει να είναι πάντα καθαρά. Για τον καθαρισμό τους χρησιμοποιήστε μόνο χλιαρό νερό με απορρυπαντικό, ξεβγάλετε και στεγνώστε καλά.

**ΜΗΝ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΕΙΤΕ ΥΛΙΚΑ ΜΕ ΤΡΑΧΙΑ ΕΠΙΦΑΝΕΙΑ, ΟΠΩΣ ΜΕΤΑΛΛΙΚΑ ΚΑΙ ΠΛΑΣΤΙΚΑ ΣΦΟΥΓΓΑΡΑΚΙΑ Η ΣΚΟΝΕΣ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΥ.**

Για να διατηρήσετε τα μεταλλικά μέρη σε καλή κατάσταση, θα πρέπει να τα σκουπίζετε συχνά με ένα υγρό πανί.

5. Μην χρησιμοποιήσετε καθαριστικά ατμού.

# Ερωτήσεις & Απαντήσεις

## **Ε Γιατί δεν ανάβει η λάμπα του φούρνου;**

**A** Μπορεί να υπάρχουν αρκετοί λόγοι για τους οποίους δεν ανάβει η λάμπα του φούρνου.

Η λάμπα έχει καεί

Η πόρτα δεν έχει κλείσει

## **Ε Η μικροκυματική ενέργεια περνάει από το πλέγμα του παραθύρου της πόρτας;**

**A** Όχι. Όλα τα ανοίγματα είναι ειδικά σχεδιασμένα ώστε να αφήνουν μόνο το φως να περνάει, ενώ μπλοκάρουν τα μικροκύματα.

## **Ε Γιατί ακούγεται ένα μπιπ κάθε φορά που πατιέται ένα κουμπί στον πίνακα ελέγχου;**

**A** Το μπιπ παράγεται σαν επιβεβαίωση της σωστής εισαγωγής μιας ρύθμισης.

## **Ε Ο φούρνος μικροκυμάτων θα πάθει βλάβη εάν τεθεί σε λειτουργία άδειος;**

**A** Ναι. Μην βάζετε ποτέ σε λειτουργία τον φούρνο όταν είναι άδειος ή χωρίς τον γυάλινο δίσκο.

## **Ε Γιατί τα αυγά "σκάνε" ορισμένες φορές;**

**A** Όταν ψήνετε, τηγανίζετε, ή βράζετε αυγά, ορισμένες φορές ο κρόκος μπορεί να "σκάσει", λόγω του ατμού που δημιουργείται στο εσωτερικό του. Για να αποφύγετε αυτό το πρόβλημα, τρυπήστε απλώς τον κρόκο πριν από το μαγείρεμα. Μην μαγειρεύετε ποτέ αυγά στα μικροκύματα χωρίς να τρυπήσετε το κέλυφός τους.

## **Ε Γιατί συνιστάται ένας χρόνος αναμονής μετά από την ολοκλήρωση του χρόνου μαγειρέματος με μικροκύματα;**

**A** Όταν ολοκληρωθεί το μαγείρεμα με μικροκύματα, το φαγητό συνεχίζει να μαγειρεύεται εσωτερικά κατά την διάρκεια του χρόνου αναμονής. Αυτός ο χρόνος αναμονής βοηθάει στο ομοιόμορφο μαγείρεμα όλου του φαγητού. Ο χρόνος αναμονής εξαρτάται από την πυκνότητα του τροφίμου που μαγειρεύετε.

## **Ε Μπορώ να φτιάξω ποπ-κορν σε έναν φούρνο μικροκυμάτων;**

**A** Ναι, εάν ακολουθήσετε μία από τις δύο μεθόδους που περιγράφονται στη συνέχεια:

1. Χρησιμοποιήστε σκεύη παρασκευής ποπ-κορν ειδικά κατασκευασμένα για φούρνους μικροκυμάτων.
2. Χρησιμοποιήστε προ-συσκευασμένα προϊόντα ποπ-κορν, ειδικά για φούρνους μικροκυμάτων, τα οποία αναφέρουν σαφώς τον χρόνο και την ισχύ που απαιτείται για την παρασκευή τους.

ΑΚΟΛΟΥΘΗΣΤΕ ΠΙΣΤΑ ΤΙΣ ΟΔΗΓΙΕΣ ΚΑΘΕ ΚΑΤΑΣΚΕΥΑΣΤΗ ΓΙΑ ΤΟ ΠΡΟΪΟΝ ΤΟΥ. ΜΗΝΑΦΗΝΕΤΕ ΤΟΝ ΦΟΥΡΝΟ ΧΩΡΙΣ ΕΠΙΒΛΕΨΗ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΤΗΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ ΤΟΥ ΠΟΠ-ΚΟΡΝ. ΕΑΝ ΤΟ ΠΟΠ-ΚΟΡΝ ΔΕΝ ΑΝΟΙΞΕΙ ΜΕΤΑ ΑΠΟ ΤΟΝ ΧΡΟΝΟ ΠΟΥ ΚΑΘΟΡΙΖΕΙ Ο ΚΑΤΑΣΚΕΥΑΣΤΗΣ, ΒΓΑΛΤΕ ΤΟ ΑΠΟ ΤΟΝ ΦΟΥΡΝΟ. ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΑ, ΤΟ ΠΟΠ-ΚΟΡΝ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΠΙΑΞΕΙ ΦΩΤΙΑ.

## **ΠΡΟΣΟΧΗ**

ΜΗΝ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΕΙΤΕ ΠΟΤΕ ΧΑΡΤΙΝΕΣ ΚΑΦΕ ΣΑΚΟΥΛΕΣ ΓΙΑ ΤΟ ΠΟΠ-ΚΟΡΝ. ΜΗΝ ΠΡΟΣΠΑΘΗΣΤΕ ΠΟΤΕ ΝΑ ΑΝΟΙΞΕΤΕ ΟΠΟΙΟΥΣΔΗΠΟΤΕ ΣΠΟΡΟΥΣ ΔΕΝ ΕΧΟΥΝ ΑΝΟΙΞΕΙ ΤΟ ΠΟΘΕΤΩΝΤΑΣ ΤΟΥΣ ΞΑΝΑ ΣΤΟΝ ΦΟΥΡΝΟ.

## **Ε Γιατί ο φούρνος μου δεν μαγειρεύει πάντα τόσο γρήγορα όσο αναφέρει το βιβλίο του ή οι συνταγές;**

**A** Ελέγξτε ξανά το βιβλίο για να βεβαιωθείτε ότι έχετε ακολουθήσει πιστά τις οδηγίες του και να εξακριβώσετε τι μπορεί να προκάλεσε τις διαφορές στον χρόνο μαγειρέματος. Οι χρόνοι μαγειρέματος και οι ρυθμίσεις ισχύος αποτελούν ενδεικτικές προτάσεις και έχουν σαν στόχο να προλάβουν το υπερβολικό μαγείρεμα ή το κάψιμο του φαγητού. Το μεγαλύτερο πρόβλημα είναι η εξοικείωση με το μαγείρεμα σε φούρνο μικροκυμάτων. Οι αποκλίσεις στο μέγεθος, στο σχήμα και στο βάρος των τροφίμων μπορεί να απαιτήσουν μεγαλύτερο ή μικρότερο χρόνο μαγειρέματος. Όπως και με τους συμβατικούς φούρνους, σας συνιστούμε να χρησιμοποιείτε την κρίση σας σε συνδυασμό με τις ενδεικτικές προτάσεις μαγειρέματος, καθώς και να ελέγχετε συχνά την πρόοδο του μαγειρέματος.

# Πίνακας ελέγχου IEC

Έλεγχος σύμφωνα με το πρότυπο EN60705

## ■ Απόψυξη με μικροκύματα

Γεύμα	Ρύθμιση ισχύος μικροκυμάτων σε Watts Χρόνος μαγειρέματος σε λεπτά	Σημειώσεις
Κρέας	160W, 10 λεπτά + 160W 7-9 λεπτά	Πλαστικό σκεύος για μικροκύματα, 22 cm διάμετρος. Γυρίστε μετά από 10 λεπτά.

## ■ Μαγείρεμα με μικροκύματα

Γεύμα	Ρύθμιση ισχύος μικροκυμάτων σε Watts Χρόνος μαγειρέματος σε λεπτά	Σημειώσεις
Κρέμα	320W, 30-33 λεπτά	750 gr, Πυρέξ 25x20cm
Κέικ	640W, 8-10 λεπτά	Πυρέξ 22cm διάμετρος
Μπιφτέκια	640W, 11-13 λεπτά	Πυρέξ 28 cm, Συνδυασμός 2, 18-22 λεπτά

GR

# Συνδεσμολογία/Τεχνικές Προδιαγραφές

## Προσοχή

### Αυτή η συσκευή πρέπει να γειώνεται.

Οι αγωγοί του καλωδίου ρεύματος της συσκευής έχουν τα ακόλουθα χρώματα:  
ΜΠΛΕ - Ουδέτερος  
ΚΑΦΕ - Φάση  
ΠΡΑΣΙΝΟ & ΚΙΤΡΙΝΟ - Γείωση  
Εάν το καλώδιο ρεύματος καταστραφεί, θα πρέπει να αντικατασταθεί από ειδικευμένους τεχνικούς σε ένα από τα εξουσιοδοτημένα κέντρα επισκευών της LG. Διαφορετικά, υπάρχει κίνδυνος ηλεκτροπληξίας.

	MS-1983ALB
Ρεύμα Λειτουργίας	230 V AC / 50Hz
Ισχύς Εξόδου	800 W (πρότυπο IEC60705)
Συχνότητα Μικροκυμάτων	2450 MHz
Εξωτερικές Διαστάσεις	455 mm(Π) X 284 mm(Υ) X 347 mm(B)
Ισχύς	
Μικροκύματα	1,200 Watts

<Greek>

### **Απόρριψη της παλιάς σας συσκευής**

1. Όταν ένα προϊόν διαθέτει το σύμβολο ενός διαγραμμένου κάλαθου απορριμμάτων, τότε το προϊόν καλύπτεται από την Ευρωπαϊκή Οδηγία 2002/96/ΕΟΚ.
2. Η απόρριψη όλων των ηλεκτρικών και ηλεκτρονικών προϊόντων πρέπει να γίνεται χωριστά από τα γενικά οικιακά απορρίμματα μέσω καθορισμένων εγκαταστάσεων συλλογής απορριμμάτων, οι οποίες έχουν δημιουργηθεί είτε από την κυβέρνηση ή από τις τοπικές αρχές.
3. Η σωστή απόρριψη της παλιάς σας συσκευής θα βοηθήσει στην αποτροπή πιθανών αρνητικών συνεπειών ως προς το περιβάλλον και την υγεία του ανθρώπου.
4. Για πιο λεπτομερείς πληροφορίες σχετικά με την απόρριψη της παλιάς σας συσκευής, επικοινωνήστε με το αρμόδιο τοπικό γραφείο, υπηρεσία διάθεσης οικιακών απορριμμάτων ή το μαγαζί από το οποίο αγοράσατε το προϊόν.



