LG

เตาไมโครเวฟ/ย่าง/อบอาหาร

คู่มือการใช้งาน

กรุณาอ่านคู่มือการใช้งานเล่มนี้อย่างละเอียด ก่อนเริ่มทำการใช้งาน

มอก.1773-2548

MC8087ARC
MC8087TRC

P/No: MFL51228844

ข้อควรระวัง

ท่านควรปฏิบัติตามข้อควรระวังที่แสดงในด้านล่างนี้ เพื่อป้องกันการโดนคลื่นไมโครเวฟที่มากเกินไป

ท่านไม่สามารถใช้งานเตาอบของท่านในขณะที่ประตูเตาอบยังเปิดอยู่ได้ เนื่องจากระบบล็อคป้องกันเพื่อความปลอดภัยซึ่งอยู่ภายในประตูเตาอบ ระบบนี้จะยกเลิกการปรุงอาหารใดๆ อัตโนมัติเมื่อประตูเตาอบเปิด เพื่อป้องกันอันตรายจากการโดนคลื่นไมโครเวฟ

ควรจำไว้ว่า ท่านไม่ควรยุ่งเกี่ยวกับระบบล็อคป้องกันเพื่อความปลอดภัย

ไม่ควรวางวัตถุใดๆ ไว้ที่ระหว่างพื้นด้านหน้าของเตาอบและประตูเตาอบ หรือปล่อยให้เศษอาหารสะสมบนพื้นฝาผนึก

ไม่ควรใช้งานเตาอบถ้าเตาอบชำรุดอยู่ ควรใช้งานเตาอบเมื่อประตูเตาอบปิดสนิท และส่วนต่างๆ ด้านล่างนี้ต้องไม่ชำรุด (1) ประตูเตาอบ (งอ) (2) บานพับและสลัก (แตกหรือหลวม) (3) ฝาผนึกและพื้นผิวฝาผนึก

ไม่ควรทำการปรับตั้งหรือซ่อมแซมเตาอบ โดยบุคคลอื่นๆ ซึ่งไม่ใช่ช่างผู้ชำนาญ

⚠ คำเตือน

กรณาตรวจสอบเวลาในการปรงอาหาร วาไดตงไวในเวลาทเหมาะสมแลวการตงเวลามากเกนไปอาจทาใหอาหารในเตาอบไหม และมผลตอเนองทาใหเตาอบของทานเสยหายได

เมื่อของเหลวร้อนๆ เช่น น้ำซุป, ซอสและเครื่องดื่มในเตาอบ ได้รับความร้อนมากเกินไปก็จะเดือดขึ้นซึ่งทำให้น้ำร้อนล้นออกมาจากภาชนะ เพื่อป้องกันน้ำร้อนล้นออกมา ควรปฏิบัติดังนี้

1 หลีกเลี่ยงการใช้ภาชนะขอบเรียบที่มีปากแคบ

2 ไม่ควรใช้ความร้อนมากเกินไป

3 คนน้ำในภาชนะก่อนวางภาชนะลงในเตาอบ และใช้เวลาในการต้มเพียงครึ่งเดียว

4 หลังการต้ม วางภาชนะทิ้งไว้ในเตาอบสักครู่หนึ่ง คนหรือเขย่าภาชนะอย่างระมัดระวังอีกครั้ง และตรวจสอบอุณหภูมิของน้ำก่อนดื่ม เพื่อป้องกันน้ำลวกปากและลิ้น (โดยเฉพาะขวดนมและกระปุกอาหารสำหรับเด็กทารก)
ควรระมัดระวังเมื่อจับภาชนะ

⚠ คำเตือน

หลงการปรงอาหารทกครง ควรวางภาชนะทงไวสกครหนง และตรวจสอบอณหภมของอาหาร กอนรบประทาน โดยเฉพาะขวดนมและกระปกอาหารสาหรบเดกทารก

สารบัญ

คลื่นไมโครเวฟทำงานอย่างไร

คลื่นไมโครเวฟมีลักษณะพลังงานเหมือนกับคลื่นวิทยุและโทรทัศน์ และแสงแดดปกติ โดยปกติคลื่นไมโครเวฟจะแพร่กระจายออก คลื่นไมโครเวฟจะเคลื่อนที่ผ่านชั้นบรรยากาศและหายไปโดยไม่เกิดผลใดๆ แต่เตาไมโครเวฟมีคลื่นแม่เหล็กซึ่งถูกออกแบบมา ให้สามารถใช้ได้ในคลื่นไมโครเวฟ เมื่อกระแสไฟฟ้าส่งไปยังหลอดแม่เหล็กจะทำให้เกิดคลื่นไมโครเวฟ

คลื่นไมโครเวฟจะอยู่ในพื้นที่ปรุงอาหารด้านในของเตาอบ จานหมุนหรือถาดจะอยู่ด้านล่างสุดของเตาอบ คลื่นไมโครเวฟไม่สามารถทะลุผ่านผนังโลหะของเตาอบออกมาได้ แต่สามารถทะลุผ่านวัตถุ เช่น แก้ว, กระเบื้อง, กระดาษและภาชนะที่ผลิตขึ้นมาจากวัสดุที่สามารถใช้ในเตาไมโครเวฟได้

คลื่นไมโครเวฟจะไม่ทำให้ภาชนะที่ใส่อาหารร้อนขึ้น แต่จะทะลุผ่านภาชนะที่ใส่อาหาร ความร้อนที่เกิดขึ้นคือความร้อนจากอาหาร

อุปกรณ์ที่มีความปลอดภัยสูงสุด

เตาไมโครเวฟของท่านคือ 1 ในอุปกรณ์เครื่องใช้ไฟฟ้าภายในบ้านที่ปลอดภัยมากที่สุด เมื่อประตูเตาอบเปิด เตาอบจะหยุดสร้างคลื่นไมโครเวฟอัตโนมัติ คลื่นไมโครเวฟเมื่อสัมผัสอาหารจะเปลี่ยนเป็นพลังงานความร้อนทั้งหมด โดยจะไม่มีหลงเหลืออยู่ในอาหารมาก่อให้เกิดอันตรายแก่ผู้รับประทานได้

ข้อควรระวัง 2
สารบัญ 3
การแกะกล่องและการติดตั้ง ..... 4~5
วิธีการใช้อุปกรณ์ในแต่ละรูปแบบการทำงาน 6
การตั้งนาฬิกา 7
การล็อคป้องกันเด็ก 8
การเริ่มปรุงอาหารอย่างรวดเร็ว 9
การปรุงอาหารด้วยคลื่นไมโครเวฟ 10
ระดับไฟของคลื่นไมโครเวฟ 11
การย่างอาหาร 12
การย่างอาหารรวมกับคลื่นไมโครเวฟ 13
การทำให้อาหารอุ่นตลอดเวลาที่กำหนดไว้ 14
การขจัดกลิ่นภายในเตาอบ (ระบบ EZ Clean) 15
การเตรียมเตาอบเพื่อปรุงอาหารด้วยความร้อนอย่างรวดเร็ว 16
การปรุงอาหารด้วยความร้อนอย่างรวดเร็ว 17
การอบอาหารด้วยอุณหภูมิคงที่รวมกับคลื่นไมโครเวฟ 18
การเตรียมเตาอบเพื่ออบอาหารด้วยอุณหภูมิคงที่ 19
การอบอาหารด้วยอุณหภูมิคงที่ 20
การปรุงอาหารอัตโนมัติ ..... 21~23
การทอดกรอบอาหาร ..... 24~25
การนึ่งอาหาร ..... 26~29
การละลายน้ำแข็งอัตโนมัติ 30
ตารางแนะนำการละลายน้ำแข็งอัตโนมัติ 31
การละลายอย่างรวดเร็ว 32
คำแนะนำละลายน้ำแข็งอย่างรวดเร็ว 33
ตารางแนะนำการทำให้ร้อนหรือการอุ่นอาหาร 34
ตารางแนะนำการปรุงผักสด 35
ตารางแนะนำการละลายน้ำแข็ง 36
ตารางแนะนำการย่างอาหาร 37
ตารางแนะนำการอบอาหารด้วยอุณหภูมิคงที่ ..... 38~39
ตารางแนะนำการปรุงอาหารด้วยถาดโลหะ ..... 40~41
ตารางแนะนำการปรุงอาหารด้วยความร้อนอย่างรวดเร็ว 42
ตารางแนะนำการนึ่งอาหาร 43
ข้อควรระวังเพื่อความปลอดภัย ..... 44~45
ภาชนะที่สามารถใช้กับเตาไมโครเวฟได้ 46
ลักษณะเฉพาะของอาหารและการปรุงอาหารด้วยคลื่นไมโครเวฟ ..... 47~48
คำถามและคำตอบ 49
ข้อมูลเกี่ยวกับสายไฟฟ้า/ข้อมูลทางเทคนิค 50

การแกะกล่องและ
การติดตั้ง

ปฏิบัติตามขั้นตอนเบื้องต้นภายใน 2 หน้านี้ ซึ่งจะทำให้ท่านสามารถตรวจสอบว่าเตาอบของท่านทำงานถูกต้องหรือไม่ ได้อย่างรวดเร็ว กรุณาใส่ใจกับคำแนะนำ โดยเฉพาะคำแนะนำเกี่ยวกับการติดตั้งเตาอบของท่าน เมื่อแกะกล่องบรรจุเตาอบของท่าน ควรตรวจสอบว่านำอุปกรณ์และหีบห่อทุกชิ้นออกจากเตาอบ และตรวจสอบว่าเตาอบของท่านไม่ได้รับความเสียหายระหว่างขนส่ง

1 ยกเตาอบของท่านออกจากกล่อง และวางบนพื้นผิวที่ราบเรียบ

ตะแกรง

ถาดแก้ว

แกนหมุน

ชุดนึ่งอาหาร

ฝาครอบถาด

แผ่นรอง

ถาดรองน้ำ (ถาดโลหะ, ถาดทอดกรอบ)

2 วางเตาอบบนพื้นที่มีความสูงมากกว่า 85 เซนติเมตร และควรมีพื้นที่ด้านบนอย่างน้อย 20 เซนติเมตรและด้านหลัง 10 เซนติเมตร เพื่อระบายอากาศร้อนออกจากเตาอบ ด้านหน้าของเตาอบควรอยู่ห่างจากขอบของพื้นอย่างน้อย 8 เซนติเมตร เพื่อป้องกันเตาอบตกลงมาช่องระบายอากาศอยู่ที่ด้านบนและด้านข้างของเตาอบ การปิดกั้นช่องระบายอากาศจะทำให้เตาอบเสียหายได้

เตาไมโครเวฟเครื่องนี้ไม่ได้มีจุดมุ่งหมายในการปรุงอาหารเพื่อการพานิชย์

3 เสียบปลั๊กไฟเตาอบของท่านเข้ากับเต้าจ่ายไฟมาตรฐาน ตรวจสอบว่าเสียบปลั๊กไฟของเตาอบเข้ากับเต้าจ่ายไฟเพียงอุปกรณ์เดียว **ถ้าเตาอบของท่านทำงานไม่ถูกต้อง ถอดปลั๊กไฟของเตาอบออกจากเต้าจ่ายไฟ และเสียบปลั๊กไฟอีกครั้ง**

4 เปิดประตูเตาอบของท่านโดยดึงที่**ด้ามจับเปิดประตู** วาง**แกนหมุน**ลงในเตาอบ แล้วจึงวาง**ถาดแก้ว**ไว้บนแกนหมุน

5 เติมน้ำ 300 มิลลิลิตร (1/2 ไพน์) ลงใน**ภาชนะที่สามารถใช้กับเตาไมโครเวฟได้** วางภาชนะลงบน**ถาดแก้ว** แล้วจึงปิดประตูเตาอบ ถ้าท่านมีข้อสงสัยเกี่ยวกับชนิดของภาชนะที่สามารถใช้กับเตาอบนี้ได้ กรุณาดูรายละเอียดในหน้า 46

6 กดปุ่ม **STOP/CLEAR** และกดปุ่ม **START** หนึ่งครั้ง เพื่อตั้งเวลาในการปรุงอาหาร 30 วินาที

7 **จอแสดงผล**จะนับเวลาถอยหลังจาก 30 วินาที เมื่อเวลาเป็น 0 เสียงบี๊พจะดังขึ้น เปิดประตูเตาอบและทดสอบอุณหภูมิของน้ำ ถ้าเตาอบของท่านทำงานน้ำก็จะอุ่น **ท่านควรระมัดระวังเมื่อหยิบภาชนะ เพราะภาชนะอาจจะร้อน**

ขณะนี้ท่านทำการติดตั้งเตาอบเสร็จเรียบร้อยแล้ว

8 ควรคนหรือเขย่าอาหารภายในขวดนมและกระปุกอาหารสำหรับเด็กทารก และตรวจสอบอุณหภูมิของอาหารก่อนรับประทาน เพื่อป้องกันอาหารลวกปากและลิ้น

วิธีการใช้อุปกรณ์ในแต่ละรูปแบบการทำงาน

	การปรุงอาหารด้วยคลื่นไมโครเวฟ	การย่างอาหาร	การอบอาหารด้วยอุณหภูมิคงที่	การทำให้อาหารอุ่นตลอดเวลาที่กำหนดไว้	การปรุงอาหารด้วยความร้อนอย่างรวดเร็ว	การปรุงอาหาร 2 รูปแบบรวมกัน	การทอดกรอบอาหาร
ฝาครอบถาด	—	—	—	—	—	—	—
แผ่นรอง	—	—	—	—	—	—	—
ถาดรองน้ำ	O	—	—	—	—	—	—
แผ่นรอง + ถาดรองน้ำ	—	—	—	—	—	—	—
ชุดนึ่งอาหาร (ทั้งชุด)	O	—	—	O	—	—	—
ฝาครอบถาด + ถาดรองน้ำ	—	—	—	—	—	—	O
ตะแกรง	—	O	O	—	O	O	—
ถาดแก้ว	O	O	O	O	O	O	O

ข้อควรระวัง : ตรวจสอบว่าใช้อุปกรณ์ โดยอ้างอิงตามคำแนะนำในการปรุงอาหาร

O : สามารถใช้ได้
— : ไม่สามารถใช้ได้

การตั้งนาฬิกา

ท่านสามารถตั้งนาฬิกาในระบบเวลา 12 ชั่วโมงหรือ 24 ชั่วโมงก็ได้
ตัวอย่างที่แสดงในด้านล่างนี้ คือวิธีการตั้งเวลาไว้ที่ 14:35 เมื่อใช้ระบบเวลา 24 ชั่วโมง
ตรวจสอบว่าท่านได้นำอุปกรณ์และหีบห่อต่าง ๆ ออกจากเตาอบหมดแล้ว

เมื่อเสียบปลั๊กไฟของเตาอบในครั้งแรกหรือเมื่อไฟฟ้ากลับเข้าเครื่องหลังจากไฟดับ ‘0’ จะแสดงบนจอแสดงผล ท่านต้องตั้งนาฬิกาอีกครั้ง

ถ้านาฬิกา (หรือจอแสดงผล) แสดงเครื่องหมายที่ท่านไม่เคยเห็น ท่านควรถอดปลั๊กไฟของเตาอบออกจากเต้าจ่ายไฟ และเสียบปลั๊กไฟอีกครั้งพร้อมทั้งตั้งนาฬิกาใหม่

1

ตรวจสอบว่าท่านได้ทำการติดตั้งเตาอบของท่านอย่างถูกต้อง ตามขั้นตอนที่อธิบายอยู่ในส่วนแรกของคู่มือการใช้งานเล่มนี้

กดปุ่ม **STOP/CLEAR**

2

กดปุ่ม **CLOCK** หนึ่งครั้ง

กดปุ่มยืนยันการตั้งเวลา 24 ชั่วโมง
(ถ้าท่านต้องการใช้ระบบเวลา 12 ชั่วโมง กดปุ่ม **CLOCK** ซ้ำ ๆ ถ้าท่านต้องการเปลี่ยนระบบเวลาหลังจากตั้งนาฬิกาเสร็จแล้ว ท่านต้องถอดปลั๊กไฟของเตาอบออกจากเต้าจ่ายไฟและเสียบปลั๊กไฟอีกครั้ง)

3

หมุนปุ่ม **DIAL** จนกระทั่ง “14:00 ” แสดงบนจอแสดงผล

กดปุ่ม **DIAL** เพื่อยืนยันตัวเลขบอกชั่วโมงที่เลือก

4

หมุนปุ่ม **DIAL** จนกระทั่ง “14:35 ” แสดงบนจอแสดงผล

กดปุ่ม **DIAL**
นาฬิกาเริ่มเดิน

การล็อค

ป้องกันเด็ก

เตาอบของท่านมีการทำงานเพื่อความปลอดภัยที่สามารถป้องกันอุบัติเหตุ ซึ่งเกิดจากการทำงานของเตาอบได้ ถ้าท่านตั้งเปิดการล็อคป้องกันเด็กไว้ ท่านจะไม่สามารถใช้การทำงานใดๆ และไม่สามารถปรุงอาหารได้

แต่อย่างไรก็ตามเด็กๆ ก็ยังคงสามารถเปิดประตูของเตาอบได้อยู่ดี

1 กดปุ่ม **STOP/CLEAR**

2 กดปุ่ม **STOP/CLEAR** ค้างไว้จนกระทั่ง **"L"** แสดงบนจอแสดงผล และเสียงบี๊พดังขึ้น **การล็อคป้องกันเด็ก**เปิดการทำงาน

3 ถ้าท่านต้องการปิด**การล็อคป้องกันเด็ก** กดปุ่ม **STOP/CLEAR** ค้างไว้จนกระทั่ง **"L"** ดับลงจากจอแสดงผล ท่านจะได้ยินเสียงบี๊พเมื่อปล่อยปุ่ม

การเริ่มปรุงอาหาร
อย่างรวดเร็ว

ด้วยระบบ **QUICK START** การเริ่มปรุงอาหารอย่างรวดเร็ว) จะทำให้ท่านสามารถตั้งการปรุงอาหารด้วยระดับไฟสูงสุดเป็นเวลา 30 วินาทีได้โดยกดปุ่ม **QUICK START**

1

กดปุ่ม **STOP/CLEAR**

2

กดปุ่ม **QUICK START** สี่ครั้ง เพื่อเลือกการปรุงอาหารด้วยระดับไฟสูงสุดเป็นเวลา 2 นาที เตาอบของท่านจะเริ่มทำงาน ก่อนที่ท่านจะกดปุ่มครบสี่ครั้ง

3

ระหว่างปรุงอาหารด้วยระบบ **QUICK START** ท่านสามารถเพิ่มเวลาในการปรุงอาหารได้นานถึง 99 นาที 59 วินาที โดยกดปุ่ม **QUICK START** ซ้ำๆ หรือหมุนปุ่ม **DIAL**

การปรุงอาหารด้วย
คลื่นไมโครเวฟ

ตัวอย่างที่แสดงในด้านล่างนี้ คือวิธีการปรุงอาหารด้วยกำลังไฟ 720 วัตต์ (80%) เป็นเวลา 5 นาที 30 วินาที

เตาอบของท่านสามารถเลือกกำลังไฟของคลื่นไมโครเวฟได้ 5 ระดับ

ระดับไฟ	%	*กำลังไฟ*
สูงสุด	100%	900 วัตต์ (สูงสุด)
สูง	80%	720 วัตต์
ปานกลาง	60%	540 วัตต์
ละลายน้ำแข็ง (ต่ำ)	40%	360 วัตต์ (**)
ต่ำสุด	20%	180 วัตต์

1 ตรวจสอบว่าท่านได้ทำการติดตั้งเตาอบของท่านอย่างถูกต้อง ตามขั้นตอนที่อธิบายอยู่ในส่วนแรกของคู่มือการใช้งานเล่มนี้

กดปุ่ม **STOP/CLEAR**

2 กดปุ่ม **MODE**

3 กดปุ่มเพื่อเลือกโหมด MICRO

(โหมด MICRO (≋) จะทำงานโดยอัตโนมัติเมื่อกดปุ่ม MODE)

4 หมุนปุ่ม **DIAL** จนกระทั่ง " 720W " แสดงบนจอแสดงผล

กดปุ่ม **DIAL** เพื่อยืนยันกำลังไฟที่เลือก

5 หมุนปุ่ม **DIAL** จนกระทั่ง " 5:30" แสดงบนจอแสดงผล

6 กดปุ่ม **START**

ในขณะที่เตาอบกำลังทำงาน ท่านสามารถเพิ่มหรือลดเวลาในการปรุงอาหารโดยหมุนปุ่ม **DIAL** ได้

ระดับไฟของ
คลื่นไมโครเวฟ

เตาไมโครเวฟของท่านประกอบด้วยระดับไฟ 5 ระดับ ซึ่งทำให้ท่านสามารถเปลี่ยนแปลงและควบคุมการปรุงอาหารให้เหมาะสมที่สุดได้ ตารางด้านล่างนี้จะแสดงตัวอย่างของอาหาร และแนะนำระดับไฟในการปรุงอาหารต่างๆ ด้วยเตาไมโครเวฟเครื่องนี้

ระดับไฟ	ใช้สำหรับ	ระดับไฟ (%)	กำลังไฟ
สูงสุด	* ต้มน้ำ * อบเนื้อวัวสับ * ปรุงอาหารประเภทสัตว์ปีกที่หั่นเป็นชิ้น, ปลาและผัก * ทำเนื้อสัตว์ที่ตัดเป็นชิ้นให้สุก	100%	900 วัตต์ (สูงสุด)
สูง	* อุ่นอาหาร (ของเหลว) * ย่างเนื้อสัตว์และสัตว์ปีก * อบเห็ดและสัตว์น้ำชนิดมีเปลือก * ปรุงอาหารที่ประกอบด้วยไข่และชีส	80%	720 วัตต์
ปานกลาง	* อุ่นอาหาร (มันฝรั่งบด, อาหารในจาน, อาหารสำเร็จรูป) * ทำไข่ให้สุก * ทำคัสตาร์ด * หุงข้าว, ต้มซุป	60%	540 วัตต์
ละลายน้ำแข็ง (ต่ำ)	* ละลายน้ำแข็งอาหารทุกชนิด * ละลายเนยและช็อคโกแลต * ทำเนื้อสัตว์ที่ตัดเป็นชิ้นเล็กๆ ให้สุก	40%	360 วัตต์ (⁂)
ต่ำสุด	* ละลายเนยและเนยแข็ง * ทำให้ไอศครีมนุ่มลง * ทำให้เชื้อยีสต์ในแป้งสาลีขึ้นฟู	20%	180 วัตต์

การย่าง

อาหาร

ตัวอย่างที่แสดงในด้านล่างนี้ คือวิธีการย่างอาหารเป็นเวลา 12 นาที 30 วินาที

การย่างอาหารจะทำให้ท่านสามารถอบอาหารให้เป็นสีน้ำตาล และทำให้อาหารกรอบได้อย่างรวดเร็ว

ท่านต้องใช้ตะแกรงระหว่างย่างอาหาร

1 กดปุ่ม **STOP/CLEAR**

2 กดปุ่ม **MODE**

3 หมุนปุ่มเพื่อเลือก **การย่าง**
จอแสดงจะแสดง ดังรูป “ ”

กดปุ่มเพื่อยืนยันการเลือก

4 หมุนปุ่ม **DIAL** จนกระทั่ง “12:30” แสดงบนจอแสดงผล

5 กดปุ่ม **START**

ในขณะที่เตาอบกำลังทำงาน ท่านสามารถเพิ่มหรือลดเวลาในการปรุงอาหารโดยหมุนปุ่ม **DIAL** ได้

การย่างอาหารรวมกับ
คลื่นไมโครเวฟ

ตัวอย่างที่แสดงในด้านล่างนี้ คือวิธีการตั้งโปรแกรมเตาอบของท่านให้ปรุงอาหารด้วยคลื่นไมโครเวฟ 180 วัตต์ (20%) รวมกับการย่างเป็นเวลา 25 นาที

เตาอบของท่านสามารถปรุงอาหาร 2 รูปแบบรวมกันได้ ซึ่งทำให้ท่านสามารถปรุงอาหารด้วย**ความร้อน**และ**คลื่นไมโครเวฟ**พร้อมกันหรือสลับกันได้ การทำงานนี้จะช่วยลดเวลาในการปรุงอาหารของท่าน

ท่านสามารถตั้งระดับไฟของคลื่นไมโครเวฟในรูปแบบการทำงานรวมกันนี้ได้ 3 ระดับ (20%, 40% และ 60%)

1 กดปุ่ม **STOP/CLEAR**

2 กดปุ่ม **MODE**

3 หมุนปุ่มเพื่อเลือก **การย่างอาหารรวมกับ** จนกระทั่งจอแสดง “540W”
จอแสดงจะแสดง ดังรูป “ ≋ ”, “ 〰 ”
กดปุ่มเพื่อยืนยันการเลือก

4 หมุนปุ่ม **DIAL** จนกระทั่ง “ 180W ” แสดงบนจอแสดงผล
กดปุ่ม **DIAL** เพื่อยืนยันกำลังไฟที่เลือก

5 หมุนปุ่ม **DIAL** จนกระทั่ง “25:00” แสดงบนจอแสดงผล

6 กดปุ่ม **START**
ในขณะที่เตาอบกำลังทำงาน ท่านสามารถเพิ่มหรือลดเวลาในการปรุงอาหารโดยหมุนปุ่ม **DIAL** ได้
ควรระมัดระวังเมื่อยกอาหารออกจากเตาอบ เพราะภาชนะจะร้อนมาก!

การทำให้อาหารอุ่น
ตลอดเวลาที่กำหนดไว้

ตัวอย่างที่แสดงในด้านล่างนี้ คือวิธีการทำให้อาหารอุ่นด้วยรูปแบบ HI เป็นเวลา 30 นาที

การทำงานนี้จะทำให้ท่านสามารถทำให้อาหารอุ่นตลอดเวลาที่กำหนดไว้ หลังจากปรุงอาหารด้วยการนึ่งแล้วได้
การทำให้อาหารอุ่นตลอดเวลาที่กำหนดไว้มี 2 รูปแบบคือ HI และ Lo

คำแนะนำในการทำให้อาหารอุ่นตลอดเวลาที่กำหนดไว้

เทน้ำ 300 มิลลิลิตรลงในถาดรองน้ำ วางแผ่นรองบนถาดรองน้ำ แล้วจึงวางอาหารไว้บนแผ่นรอง และปิดอาหารด้วยฝาครอบถาด วางชุดนึ่งอาหารซึ่งเตรียมไว้แล้ว ไว้ตรงกลางของถาดแก้วอย่างระมัดระวัง
ตรวจสอบว่าชุดนึ่งอาหารไม่เอียง
อาหารในจาน, ซุป, ซอส, สตูและอื่นๆ

ข้อควรระวัง

1. **ตรวจสอบว่ามีอาหารอยู่ในชุดนึ่งอาหาร เมื่อใช้การทำให้อาหารอุ่นตลอดเวลาที่กำหนดไว้**
2. **ควรใช้ถุงมือสำหรับใช้กับเตาอบ ทุกครั้งที่ยกชุดนึ่งอาหารออกจากเตาอบ เพราะชุดนึ่งอาหารจะร้อนมาก**
3. **หลังการปรุงอาหาร ไม่ควรวางชุดนึ่งอาหารที่กำลังร้อนไว้บนถาดแก้ว หรือบนพื้นผิวที่ละลายได้ง่าย ควรใช้ที่รองสำหรับภาชนะร้อนหรือถาดโลหะ**
4. **ตรวจสอบว่ามีน้ำอยู่ในถาดรองน้ำ ก่อนปรุงอาหารโดยใช้ชุดนึ่งอาหาร**
5. **ควรระมัดระวัง เมื่อทำการเคลื่อนย้ายชุดนึ่งอาหารในขณะที่มีน้ำอยู่ในถาด**
6. **เมื่อท่านใช้ชุดนึ่งอาหาร ท่านควรใช้ทั้งฝาครอบถาดและถาดรองน้ำให้ครบชุด ไข่หรือลูกเกาลัดอาจระเบิดได้ ถ้าท่านปรุงอาหาร โดยไม่ใช้ฝาครอบถาดหรือถาดรองน้ำ**

1 กดปุ่ม **STOP/CLEAR**

2 กดปุ่ม **MODE**

3 หมุนปุ่มเพื่อเลือก **การทำให้อาหารอุ่น ตลอดเวลาที่กำหนดไว้** จนกระทั่งจอแสดง “S HI”
จอแสดงจะแสดง ดังรูป “ ≋ ”, “ ⌓ ”
กดปุ่มเพื่อยืนยันการเลือก

4 กดปุ่ม **DIAL** เพื่อยืนยันประเภทของอาหารที่เลือก

(โหมด HI (S HI) จะเปิดโดยอัตโนมัติ เมื่อเลือกโหมด
การทำให้อาหารอุ่น ตลอดเวลาที่กำหนดไว้

5 หมุนปุ่ม **DIAL** เพื่อตั้งเวลาในการอุ่นอาหารจนกระทั่ง “30:00” แสดงบนจอแสดงผล

6 กดปุ่ม **START**
ในขณะที่เตาอบกำลังทำงาน ท่านสามารถเพิ่มหรือลดเวลาในการปรุงอาหาร โดยหมุนปุ่ม **DIAL** ได้

การขจัดกลิ่นภายในเตาอบ

ระบบ EZ Clean

เตาอบของท่านมีการทำงานพิเศษ ซึ่งสามารถขจัดกลิ่นเหม็นภายในเตาอบของท่านได้ โดยกดปุ่มการทำงานเพียงแค่ปุ่มเดียว

ท่านสามารถใช้ระบบขจัดกลิ่นภายในเตาอบ ได้เฉพาะในขณะที่ไม่มีอาหารอยู่ภายในเตาอบเท่านั้น

โปรดถอดถาด และอุปกรณ์อื่นๆออกระหว่างกระบวนการทำความสะอาด EZ ต่อจากนั้นให้นำกลับมาใส่ใหม่เมื่อเสร็จสิ้นกระบวน การทำความสะอาด EZ

1 กดปุ่ม **STOP/CLEAR**

2 กดปุ่ม **MODE**

3 หมุนปุ่มเพื่อเลือก **EZ CLEAN** จนกระทั่งจอแสดง “250°C” จอแสดงจะแสดง ดังรูป “ ” , “ ”

กดปุ่มเพื่อยืนยันการเลือก

4 กดปุ่ม **START**
(เวลาที่แสดงบนจอแสดงผลจะนับถอยหลังอัตโนมัติ)

การเตรียมเตาอบเพื่อ

ปรุงอาหารด้วยความร้อนอย่างรวดเร็ว

ตัวอย่างที่แสดงในด้านล่างนี้ คือวิธีการเตรียมความร้อนของเตาอบไว้ที่อุณหภูมิ 230˚C

เตาอบเครื่องนี้มีอุณหภูมิระหว่าง 100˚C ถึง 250˚C (เมื่อเลือกใช้การปรุงอาหารด้วยความร้อนอย่างรวดเร็ว เตาอบจะตั้งอุณหภูมิไว้ที่ 180˚C อัตโนมัติ)

1 กดปุ่ม **STOP/CLEAR**

2 กดปุ่ม **MODE**

3 หมุนปุ่มเพื่อเลือก **การเตรียมเตาอบเพื่อ**
จอแสดงจะแสดง ดังรูป “ ” , “ ”

กดปุ่มเพื่อยืนยันการเลือก

4 หมุนปุ่ม **DIAL** จนกระทั่ง “230˚C” แสดงบนจอแสดงผล

กดปุ่ม **DIAL** เพื่อยืนยันอุณหภูมิที่เลือก

5 กดปุ่ม **START**

เตาอบจะเริ่มเตรียมความร้อน ในขณะที่ “Pr-H” แสดงบนจอแสดงผล

การปรุงอาหาร
ด้วยความร้อนอย่างรวดเร็ว

ตัวอย่างที่แสดงในด้านล่างนี้ คือวิธีการตั้งโปรแกรมเตาอบของท่านให้ปรุงอาหารด้วยความร้อนอย่างรวดเร็ว ที่อุณหภูมิ 230˚C เป็นเวลา 20 นาที

เตาอบเครื่องนี้มีอุณหภูมิระหว่าง 100˚C ถึง 250˚C (เมื่อเลือกใช้การปรุงอาหารด้วยความร้อนอย่างรวดเร็ว เตาอบจะตั้งอุณหภูมิไว้ที่ 180˚C อัตโนมัติ)

การทำงานนี้จะทำให้ท่านสามารถใช้การอบอาหารด้วยอุณหภูมิคงที่รวมกับการย่างได้

ซึ่งช่วยลดเวลาในการปรุงอาหารของท่าน

1 กดปุ่ม **STOP/CLEAR**

2 กดปุ่ม **MODE**

3 หมุนปุ่มเพื่อเลือก **การปรุงอาหาร**
จอแสดงจะแสดง ดังรูป “ ”, “ ”

กดปุ่มเพื่อยืนยันการเลือก

4 หมุนปุ่ม **DIAL** จนกระทั่ง “230˚C” แสดงบนจอแสดงผล

กดปุ่ม **DIAL** เพื่อยืนยันอุณหภูมิที่เลือก

5 หมุนปุ่ม **DIAL** จนกระทั่ง “20:00” แสดงบนจอแสดงผล

6 กดปุ่ม **START**

ในขณะที่เตาอบกำลังทำงาน ท่านสามารถเพิ่มหรือลดเวลาในการปรุงอาหาร โดยหมุนปุ่ม **DIAL** ได้

การอบอาหารด้วยอุณหภูมิคงที่
รวมกับคลื่นไมโครเวฟ

ตัวอย่างที่แสดงในด้านล่างนี้ คือวิธีการตั้งโปรแกรมเตาอบของท่านให้ปรุงอาหารด้วยคลื่นไมโครเวฟ 540 วัตต์ (60%) รวมกับการอบอาหารด้วยอุณหภูมิคงที่ ที่อุณหภูมิ 200˚C เป็นเวลา 25 นาที

เตาอบเครื่องนี้มีอุณหภูมิระหว่าง 100˚C ถึง 250˚C (เมื่อเลือกใช้การอบอาหารด้วยอุณหภูมิคงที่ เตาอบจะตั้งอุณหภูมิไว้ที่ 180˚C อัตโนมัติ)

ท่านสามารถตั้งระดับไฟของคลื่นไมโครเวฟในรูปแบบการทำงานรวมกันนี้ได้ 3 ระดับ (20%, 40% และ 60%)

1

กดปุ่ม **STOP/CLEAR**

กดปุ่ม **MODE**

2

หมุนปุ่มเพื่อเลือก **การอบอาหารด้วยอุณหภูมิคงที่** จนกระทั่งจอแสดง “540W” จอแสดงจะแสดง ดังรูป “ ≋ ”, “ ”

กดปุ่มเพื่อยืนยันการเลือก

3

กดปุ่มเพื่อยืนยันการเลือก

(540W จะแสดงโดยอัตโนมัติ เมื่อเลือกโหมด CONV. COMBI)

4

หมุนปุ่ม **DIAL** จนกระทั่ง “200˚C” แสดงบนจอแสดงผล

กดปุ่ม **DIAL** เพื่อยืนยันอุณหภูมิที่เลือก

5

หมุนปุ่ม **DIAL** จนกระทั่ง “25:00” แสดงบนจอแสดงผล

6

กดปุ่ม **START**

ในขณะที่เตาอบกำลังทำงาน ท่านสามารถเพิ่มหรือลดเวลาในการปรุงอาหารโดยหมุนปุ่ม **DIAL** ได้

ควรระมัดระวังเมื่อยกอาหารออกจากเตาอบ เพราะภาชนะจะร้อนมาก!

ตัวอย่างที่แสดงในด้านล่างนี้ คือวิธีการเตรียมความร้อนของเตาอบไว้ที่อุณหภูมิ 230˚C

การเตรียมเตาอบเพื่อ
อบอาหารด้วยอุณหภูมิคงที่

เตาอบอาหารด้วยอุณหภูมิคงที่เครื่องนี้มีอุณหภูมิระหว่าง 40˚C และ 100˚C ถึง 250˚C (เมื่อเลือกใช้การอบอาหารด้วยอุณหภูมิคงที่ เตาอบจะตั้งอุณหภูมิไว้ที่ 180˚C อัตโนมัติ)

* **เตาอบนี้มีระบบการหมักเชื้อที่อุณหภูมิ 40˚C เมื่อท่านใช้การทำงานนี้ ในขณะที่เตาอบมีอุณหภูมิมากกว่า 70˚C รหัสแสดงการทำงานที่ปิดปกติ "F-14" จะแสดงบนจอแสดงผล ท่านต้องรอจนกระทั่งเตาอบเย็นลง ท่านจึงจะสามารถใช้ระบบหมักเชื้อได้**

เตาอบของท่านจะใช้เวลาประมาณ 2-3 นาที เพื่อทำอุณหภูมิของเตาอบให้ได้อุณหภูมิที่เลือก

เมื่อได้อุณหภูมิที่ต้องการแล้ว เสียงบี๊พจะดังขึ้นเพื่อบอกให้ท่านรู้ว่า ท่านสามารถวางอาหารลงในเตาอบได้แล้ว และเตาอบของท่านจะเริ่มปรุงอาหาร

1

กดปุ่ม **STOP/CLEAR**

กดปุ่ม **MODE**

2

หมุนปุ่มเพื่อเลือก **การเตรียมเตาอบเพื่อ**

จอแสดงจะแสดง ดังรูป " "

กดปุ่มเพื่อยืนยันการเลือก

3

หมุนปุ่ม **DIAL** จนกระทั่ง "230˚C" แสดงบนจอแสดงผล

กดปุ่ม **DIAL** เพื่อยืนยันอุณหภูมิที่เลือก

4

กดปุ่ม **START**

เตาอบจะเริ่มเตรียมความร้อน ในขณะที่ "Pr-H" แสดงบนจอแสดงผล

การอบอาหาร
ด้วยอุณหภูมิคงที่

ตัวอย่างที่แสดงในด้านล่างนี้ คือวิธีการอบอาหารด้วยอุณหภูมิคงที่ ที่อุณหภูมิ 230˚C เป็นเวลา 50 นาที

เตาอบอาหารด้วยอุณหภูมิคงที่เครื่องนี้มีอุณหภูมิระหว่าง 40˚C และ 100˚C ถึง 250˚C (เมื่อเลือกใช้การอบอาหารด้วยอุณหภูมิคงที่ เตาอบจะตั้งอุณหภูมิไว้ที่ 180˚C อัตโนมัติ)

ถ้าท่านไม่ตั้งอุณหภูมิ เตาอบของท่านจะตั้งอุณหภูมิไว้ที่ 180˚C อัตโนมัติ ท่านสามารถหมุนปุ่ม DIAL เพื่อเปลี่ยนอุณหภูมิ ในการอบอาหารด้วยอุณหภูมิคงที่ได้

ท่านต้องใช้ตะแกรงระหว่างอบอาหารด้วยอุณหภูมิคงที่

1

กดปุ่ม **STOP/CLEAR**

กดปุ่ม **MODE**

2

หมุนปุ่มเพื่อเลือก **การอบอาหาร**

จอแสดงจะแสดง ดังรูป “ ”

กดปุ่มเพื่อยืนยันการเลือก

3

หมุนปุ่ม **DIAL** จนกระทั่ง “230˚C” แสดงบนจอแสดงผล

กดปุ่ม **DIAL** เพื่อยืนยันอุณหภูมิที่เลือก

4

หมุนปุ่ม **DIAL** จนกระทั่ง “50:00” แสดงบนจอแสดงผล

5

กดปุ่ม **START**

ในขณะที่เตาอบกำลังทำงาน ท่านสามารถเพิ่มหรือลดเวลาในการปรุงอาหารโดยหมุนปุ่ม **DIAL** ได้

ระบบ **AUTO COOK** (การปรุงอาหารอัตโนมัติ) จะทำให้ท่านสามารถปรุงอาหารจานโปรดของท่านได้อย่างง่ายดายเพียงแค่เลือกประเภทและใส่น้ำหนักของอาหาร

1 กดปุ่ม **STOP/CLEAR**

2 กดปุ่ม **Auto Cook**

3 หมุนปุ่ม **DIAL** จนกระทั่ง “Ac 1” แสดงบนจอแสดงผล

กดปุ่ม **DIAL** เพื่อยืนยันประเภทของอาหารที่เลือก

4 หมุนปุ่ม **DIAL** จนกระทั่ง “0.6kg” แสดงบนจอแสดงผล

5 กดปุ่ม **START**
ในขณะที่เตาอบกำลังทำงาน ท่านสามารถเพิ่มหรือลดเวลาในการปรุงอาหารโดยหมุนปุ่ม **DIAL** ได้

การทำงาน	ประเภท	น้ำหนักที่จำกัด	ภาชนะ	อุณหภูมิอาหาร	คำแนะนำ
การปรุงอาหารอัตโนมัติ	มันฝรั่งทั้งเปลือก (Ac 1)	0.2 ~ 1.0 กก.	บนถาดแก้ว	อุณหภูมิห้อง	1. เลือกมันฝรั่งขนาดกลางหนักประมาณ 180 ถึง 220 กรัม ล้างและผึ่งมันฝรั่งให้แห้งใช้ส้อมแทงรอบๆ หัวมันฝรั่งหลายๆ ครั้ง 2. วางมันฝรั่งลงในเตาอบ 3. หลังจากเตาอบทำงานเสร็จแล้ว ห่อมันฝรั่งทั้งหมดด้วยแผ่นฟอยด์ และวางมันฝรั่งพักทิ้งไว้ประมาณ 5 นาที
	ผักสด (Ac 2)	0.2 ~ 0.8 กก.	ชามที่สามารถใช้กับเตาไมโครเวฟได้	อุณหภูมิห้อง	1. วางผักลงในชามที่สามารถใช้กับเตาไมโครเวฟได้ เติมน้ำสะอาดลงในชาม โดยขึ้นอยู่กับน้ำหนักของผักทั้งหมด ** 0.2 - 0.4 กิโลกรัม : เติมน้ำ 2 ช้อนโต๊ะ ** 0.5 - 0.8 กิโลกรัม : เติมน้ำ 4 ช้อนโต๊ะ 2. ห่อด้านบนของชามด้วยพลาสติกห่ออาหาร วางอาหารลงในเตาอบ 3. หลังจากเตาอบทำงานเสร็จแล้ว คนผักในชาม 3-4 วินาที วางชามผักพักทิ้งไว้ประมาณ 3 นาที
	ผักแช่แข็ง (Ac 3)	0.2 ~ 0.8 กก.	ชามที่สามารถใช้กับเตาไมโครเวฟได้	แช่แข็ง	1. วางผักลงในชามที่สามารถใช้กับเตาไมโครเวฟได้ เติมน้ำสะอาดลงในชาม โดยขึ้นอยู่กับน้ำหนักของผักทั้งหมด ** 0.2 - 0.4 กิโลกรัม : เติมน้ำ 2 ช้อนโต๊ะ ** 0.5 - 0.8 กิโลกรัม : เติมน้ำ 4 ช้อนโต๊ะ 2. ห่อด้านบนของชามด้วยพลาสติกห่ออาหาร วางอาหารลงในเตาอบ 3. หลังจากเตาอบทำงานเสร็จแล้ว คนผักในชาม 3-4 วินาที วางชามผักพักทิ้งไว้ประมาณ 3 นาที
	ข้าว/พาสต้า (Ac 4)	0.1 ~ 0.3 กก.	ชามที่สามารถใช้กับเตาไมโครเวฟได้	อุณหภูมิห้อง (ข้าว)	1. ใส่ข้าว/พาสต้าและน้ำต้มกับเกลือ $^1/_4$ ถึง 1 ช้อนชาลงในชามลึกขนาดใหญ่ วางอาหารลงในเตาอบ 2. หลังจากเตาอบทำงานเสร็จแล้ว คนข้าว/พาสต้าให้เข้ากัน และวางพักทิ้งไว้ประมาณ 5 นาที หมายเหตุ : ข้าว : เติมน้ำต้มสุก 300 มิลลิลิตรต่อข้าวขาว 100 กรัม ห่อด้านบนของชามด้วยพลาสติกห่ออาหาร และเจาะรูระบายอากาศ พาสต้า : เติมน้ำต้มสุก 400 มิลลิลิตรต่อพาสต้า 100 กรัม ไม่ต้องห่อด้านบนของชามด้วยพลาสติกห่ออาหาร ในขณะที่เตาอบทำงาน คนพาสต้าในชามอย่างน้อย 2 ครั้ง เพื่อป้องกันพาสต้าติดกัน

การทำงาน	ประเภท	น้ำหนักที่จำกัด	ภาชนะ	อุณหภูมิอาหาร	คำแนะนำ
การปรุงอาหารอัตโนมัติ	เนื้อวัวอบ (Ac 5)	0.5 ~ 1.5 กก.	จานแบบป้องกันความร้อน	แช่เย็น	1. ทาเนื้อวัวด้วยน้ำมันพืช 2. วางเนื้อวัวบนจานแบบป้องกันความร้อน 3. เมื่อเสียงบี๊พดังขึ้น เทน้ำออกจากจานถ้าท่านต้องการ แล้วจึงกลับเนื้อวัวอีกด้านหนึ่งลงด้านล่าง 4. หลังจากเตาอบทำงานเสร็จแล้ว ห่อเนื้อวัวทั้งหมดด้วยกระดาษฟอยล์และวางพักทิ้ง 10 นาที
	เนื้อแกะอบ (Ac 6)	0.5 ~ 1.5 กก.	จานแบบป้องกันความร้อน	แช่เย็น	1. ทาเนื้อแกะด้วยน้ำมันพืช 2. วางเนื้อแกะบนจานแบบป้องกันความร้อน 3. เมื่อเสียงบี๊พดังขึ้น เทน้ำออกจากจานถ้าท่านต้องการ แล้วจึงกลับเนื้อแกะอีกด้านหนึ่งลงด้านล่าง 4. หลังจากเตาอบทำงานเสร็จแล้ว ห่อเนื้อแกะทั้งหมดด้วยกระดาษฟอยล์และวางพักทิ้ง 10 นาที
	ไก่อบทั้งตัว (Ac 7)	0.8 ~ 1.5 กก.	จานแบบป้องกันความร้อน	แช่เย็น	1. ล้างและผึ่งไก่ให้แห้ง ทาไก่ทั้งตัวด้วยน้ำมันพืช ใช้ด้ายมัดเท้าไก่เข้าด้วยกัน 2. วางไก่ทั้งตัวบนจานแบบป้องกันความร้อน 3. เมื่อเสียงบี๊พดังขึ้น เทน้ำออกจากจานถ้าท่านต้องการ แล้วจึงกลับไก่อีกด้านหนึ่งลงด้านล่าง 4. หลังจากเตาอบทำงานเสร็จแล้ว ห่อไก่ทั้งตัวด้วยกระดาษฟอยล์และวางพักทิ้ง 10 นาที
	น่องไก่อบ (Ac 8)	0.2 ~ 0.8 กก.	ตะแกรง	แช่เย็น	1. ล้างและผึ่งน่องไก่ให้แห้ง ทาน่องไก่ด้วยน้ำมันพืช 2. วางน่องไก่บนตะแกรง แล้วจึงวางจานแบบป้องกันความร้อนไว้ใต้ตะแกรงเพื่อรองน้ำที่หยดลงมา 3. เมื่อเสียงบี๊พดังขึ้น กลับน่องไก่อีกด้านหนึ่งลงด้านล่าง 4. หลังจากเตาอบทำงานเสร็จแล้ว ห่อน่องไก่ทั้งหมดด้วยกระดาษฟอยล์และวางพักทิ้ง 2 นาที

การทอดกรอบ

อาหาร

ตัวอย่างที่แสดงในด้านล่างนี้ คือวิธีการทอดกรอบปลาที่ไม่มีไขมันหนัก 0.6 กิโลกรัม

การทำงานนี้จะทำให้ท่านสามารถทอดอาหารให้กรอบได้

ข้อควรระวัง

1. **ควรใช้ถุงมือสำหรับใช้กับเตาอบ ทุกครั้งที่ยกถาดโลหะออกจากเตาอบ เพราะถาดโลหะจะร้อนมาก**
2. **หลังการปรุงอาหาร ไม่ควรวางถาดโลหะที่กำลังร้อนไว้บนถาดแก้ว หรือบนพื้นผิวที่ละลายได้ง่าย ควรใช้ที่รองสำหรับภาชนะร้อนหรือถาด**
3. **ไม่ควรใช้ถาดโลหะนี้กับเตาอบรุ่นอื่น ๆ เป็นอันขาด เพราะอาจทำให้เกิดเพลิงไหม้ หรือทำให้เตาอบเสียหายได้**

1 กดปุ่ม **STOP/CLEAR**

2 กดปุ่ม **Crispy Cook**

3 หมุนปุ่ม **DIAL** จนกระทั่ง “cc 1” แสดงบนจอแสดงผล

กดปุ่ม **DIAL** เพื่อยืนยันประเภทของอาหารที่เลือก

4 หมุนปุ่ม **DIAL** จนกระทั่ง “0.6kg” แสดงบนจอแสดงผล

5 กดปุ่ม **START**

ในขณะที่เตาอบกำลังทำงาน ท่านสามารถเพิ่มหรือลดเวลาในการปรุงอาหารโดยหมุนปุ่ม **DIAL** ได้

การทำงาน	ประเภท	น้ำหนักที่จำกัด	ภาชนะ	อุณหภูมิอาหาร	คำแนะนำ
การทอดกรอบอาหาร	ปลาชิ้น (cc 1)	0.2 ~ 0.8 กก.	ถาดทอดกรอบ ฝาครอบถาด	แช่เย็น	1. วางปลาบนถาดทอดกรอบ ทาเนื้อปลาด้วยน้ำมันพืช 2. ปิดฝาครอบถาด วางอาหารลงในเตาอบ 3. เมื่อเสียงบี๊พดังขึ้น กลับเนื้อปลาอีกด้านหนึ่งลงด้านล่าง 4. หลังจากเตาอบทำงานเสร็จแล้ว ยกปลาออกจากเตาอบและวางพักทิ้งประมาณ 1-2 นาที ⚠ ***ข้อควรระวัง : ภาชนะและรอบ ๆ เตาอบจะร้อนมาก ควรใช้ถุงมือสำหรับใช้กับเตาอบ***
	มันฝรั่งแท่ง (cc 2)	0.2 ~ 0.4 กก.	ถาดทอดกรอบ ฝาครอบถาด	แช่แข็ง	วางมันฝรั่งแท่งแช่แข็งกระจายบนถาดทอดกรอบ ไม่ควรวางมันฝรั่งแท่งแช่แข็งซ้อนทับกันเพื่อทำให้มันฝรั่งแท่งกรอบทั่วกันทุกชิ้น ปฏิบัติเหมือนกับคำแนะนำที่แสดงในด้านบน
	เนื้อหน้าอกของไก่ (cc 3)	0.2 ~ 0.8 กก.	ถาดทอดกรอบ ฝาครอบถาด	แช่เย็น	ปฏิบัติเหมือนกับคำแนะนำที่แสดงในด้านบน
	ไส้กรอก (cc 4)	0.1 ~ 0.6 กก.	ถาดทอดกรอบ ฝาครอบถาด	แช่เย็น	วางไส้กรอกบนถาดทอดกรอบ ปฏิบัติเหมือนกับคำแนะนำที่แสดงในด้านบน

การนึ่งอาหาร

ตัวอย่างที่แสดงในด้านล่างนี้ คือวิธีการนึ่งสัตว์น้ำที่มีเปลือกหนัก 0.6 กิโลกรัม

การทำงานนี้จะทำให้ท่านสามารถนึ่งอาหารได้

ข้อควรระวัง

1. **ควรใช้ถุงมือสำหรับใช้กับเตาอบ ทุกครั้งที่ยกชุดนึ่งอาหารออกจากเตาอบ เพราะชุดนึ่งอาหารจะร้อนมาก**
2. **หลังการปรุงอาหาร ไม่ควรวางชุดนึ่งอาหารที่กำลังร้อนไว้บนถาดแก้ว หรือบนพื้นผิวที่ละลายได้ง่าย ควรใช้ที่รองสำหรับภาชนะร้อนหรือถาด**
3. **เมื่อใช้ชุดนึ่งอาหาร ก่อนปรุงอาหาร เทน้ำลงในถาดรองน้ำอย่างน้อย 300 มิลลิลิตร ถ้าปริมาณของน้ำน้อยกว่า 300 มิลลิลิตร อาจทำให้การปรุงอาหารไม่สมบูรณ์ หรืออาจทำให้เกิดเพลิงไหม้ หรือทำให้เตาอบเสียหายได้**
4. **ตรวจสอบว่ามีน้ำอยู่ในถาดรองน้ำ ก่อนปรุงอาหารโดยใช้ชุดนึ่งอาหาร**
5. **เมื่อท่านใช้ชุดนึ่งอาหาร ท่านควรใช้ทั้งฝาครอบถาดและถาดรองน้ำให้ครบชุด ไข่หรือลูกเกาลัดอาจระเบิดได้ ถ้าท่านปรุงอาหารโดยไม่ใช้ฝาครอบถาดหรือถาดรองน้ำ**
6. **ไม่ควรใช้ชุดนึ่งอาหารนี้กับเตาอบรุ่นอื่น ๆ เป็นอันขาดเพราะอาจทำให้เกิดเพลิงไหม้ หรือทำให้เตาอบเสียหายได้**

1 กดปุ่ม **STOP/CLEAR**

2 กดปุ่ม **Steam Cook**

3 หมุนปุ่ม **DIAL** จนกระทั่ง “Sc 3” แสดงบนจอแสดงผล

กดปุ่ม **DIAL** เพื่อยืนยันประเภทของอาหารที่เลือก

4 หมุนปุ่ม **DIAL** จนกระทั่ง “0.6kg” แสดงบนจอแสดงผล

5 กดปุ่ม **START**
ในขณะที่เตาอบกำลังทำงาน ท่านสามารถเพิ่มหรือลดเวลาในการปรุงอาหารโดยหมุนปุ่ม **DIAL** ได้

อาหาร	น้ำหนักที่จำกัด	ภาชนะ	อุณหภูมิอาหาร	คำแนะนำ
สเต็กปลา (Sc 1)	0.2 ~ 0.6 กก.	ถาดรองน้ำ แผ่นรอง ฝาครอบถาด	แช่เย็น	1. ล้างทำความสะอาดอาหาร 2. เทน้ำ 300 มิลลิลิตรลงในถาดรองน้ำ วางแผ่นรองบนถาดรองน้ำ แล้วจึงวางอาหารที่เตรียมไว้บนแผ่นรอง โดยไม่วางอาหารซ้อนทับกัน ปิดอาหารด้วยฝาครอบถาด 3. วางชุดนึ่งอาหารไว้ตรงกลางของถาดแก้ว 4. หลังจากเตาอบทำงานเสร็จแล้ว วางอาหารพักทิ้งไว้ในเตาอบ 1 นาที - หนาไม่เกิน 2.5 เซนติเมตร (1 นิ้ว)
ปลาที่ไม่มีไขมัน (Sc 2)	0.1 ~ 0.6 กก.	ถาดรองน้ำ แผ่นรอง ฝาครอบถาด	แช่เย็น	ปฏิบัติเหมือนกับคำแนะนำที่แสดงในด้านบน - หนาไม่เกิน 2.5 เซนติเมตร (1 นิ้ว)
สัตว์น้ำที่มีเปลือก (Sc 3)	0.1 ~ 1.0 กก.	ถาดรองน้ำ แผ่นรอง ฝาครอบถาด	แช่เย็น	ปฏิบัติเหมือนกับคำแนะนำที่แสดงในด้านบน กุ้ง, ปู, หอยกาบ, หอยแครง, ปลาหมึก (ยาวไม่เกิน 25 เซนติเมตร)
ไส้กรอก (Sc 4)	0.1 ~ 0.6 กก.	ถาดรองน้ำ แผ่นรอง ฝาครอบถาด	แช่เย็น	1. เตรียมอาหาร 2. เทน้ำ 300 มิลลิลิตรลงในถาดรองน้ำ วางแผ่นรองบนถาดรองน้ำ แล้วจึงวางอาหารที่เตรียมไว้บนแผ่นรอง โดยไม่วางอาหารซ้อนทับกัน ปิดอาหารด้วยฝาครอบถาด 3. วางชุดนึ่งอาหารไว้ตรงกลางของถาดแก้ว 4. หลังจากเตาอบทำงานเสร็จแล้ว วางอาหารพักทิ้งไว้ในเตาอบ 1 นาที - หนาไม่เกิน 2.5 เซนติเมตร (1 นิ้ว)
หมูแฮม (Sc 5)	0.1 ~ 0.6 กก.	ถาดรองน้ำ แผ่นรอง ฝาครอบถาด	แช่เย็น	ปฏิบัติเหมือนกับคำแนะนำที่แสดงในด้านบน
เนื้อวัวแช่น้ำเกลือ (Sc 6)	0.3 ~ 0.7 กก.	ถาดรองน้ำ แผ่นรอง ฝาครอบถาด	แช่เย็น	1. เตรียมเนื้อวัวและตัดเนื้อวัวแบ่งออกเป็น 2 ส่วน 2. เทน้ำ 300 มิลลิลิตรลงในถาดรองน้ำ วางแผ่นรองบนถาดรองน้ำ แล้วจึงวางอาหารที่เตรียมไว้บนแผ่นรอง โดยไม่วางอาหารซ้อนทับกัน ปิดอาหารด้วยฝาครอบถาด 3. วางชุดนึ่งอาหารไว้ตรงกลางของถาดแก้ว 4. หลังจากเตาอบทำงานเสร็จแล้ว วางอาหารพักทิ้งไว้ในเตาอบ 3-5 นาที

อาหาร	น้ำหนักที่จำกัด	ภาชนะ	อุณหภูมิอาหาร	คำแนะนำ
เนื้อหน้าอกของไก่ (Sc 7)	0.2 ~ 0.6 กก.	ถาดรองน้ำ แผ่นรอง ฝาครอบถาด	แช่เย็น	1. ล้างทำความสะอาดอาหาร 2. เทน้ำ 300 มิลลิลิตรลงในถาดรองน้ำ วางแผ่นรองบนถาดรองน้ำ วางอาหารที่เตรียมไว้บนแผ่นรอง โดยไม่วางอาหารซ้อนทับกัน ปิดอาหารด้วยฝาครอบถาด 3. วางชุดนึ่งอาหารไว้ตรงกลางของถาดแก้ว 4. หลังจากเตาอบทำงานเสร็จแล้ว วางอาหารพักทิ้งไว้ในเตาอบ 1-2 นาที - หนาไม่เกิน 2.5 เซนติเมตร (1 นิ้ว)
น่องไก่ (Sc 8)	0.2 ~ 0.8 กก.	ถาดรองน้ำ แผ่นรอง ฝาครอบถาด	แช่เย็น	ปฏิบัติเหมือนกับคำแนะนำที่แสดงในด้านบน
ไข่ไก่ (Sc 9)	2 ~ 9 ฟอง	ถาดรองน้ำ แผ่นรอง ฝาครอบถาด	แช่เย็น	1. เทน้ำ 300 มิลลิลิตรลงในถาดรองน้ำ วางแผ่นรองบนถาดรองน้ำ วางไข่ไก่บนแผ่นรอง ปิดไข่ไก่ด้วยฝาครอบถาด 2. วางชุดนึ่งอาหารไว้ตรงกลางของถาดแก้ว 3. หลังจากเตาอบทำงานเสร็จแล้ว วางไข่ไก่พักทิ้งไว้ในเตาอบประมาณ 1 นาที

อาหาร	น้ำหนักที่จำกัด	ภาชนะ	อุณหภูมิอาหาร	คำแนะนำ
มะเขือเทศ (Sc 10)	0.2 ~ 0.8 กก.	ถาดรองน้ำ แผ่นรอง ฝาครอบถาด	อุณหภูมิห้อง	1. ล้างทำความสะอาดผัก และหั่นผักออกเป็นชิ้นในขนาดที่เท่ากัน 2. เทน้ำ 300 มิลลิลิตรลงในถาดรองน้ำ วางแผ่นรองบนถาดรองน้ำ วางอาหารที่เตรียมไว้บนแผ่นรอง โดยไม่วางอาหารซ้อนทับกัน ปิดอาหารด้วยฝาครอบถาด 3. วางชุดนึ่งอาหารไว้ตรงกลางของถาดแก้ว 4. หลังจากเตาอบทำงานเสร็จแล้ว วางอาหารพักทิ้งไว้ในเตาอบประมาณ 1 นาที
กะหล่ำปลี (Sc 11)	0.2 ~ 0.8 กก.	ถาดรองน้ำ แผ่นรอง ฝาครอบถาด	อุณหภูมิห้อง	ปฏิบัติเหมือนกับคำแนะนำที่แสดงในด้านบน - หั่นกะหล่ำปลีแบ่งออกเป็น 4 ส่วน
แครอท (Sc 12)	0.2 ~ 0.8 กก.	ถาดรองน้ำ แผ่นรอง ฝาครอบถาด	อุณหภูมิห้อง	ปฏิบัติเหมือนกับคำแนะนำที่แสดงในด้านบน
บรอคโคลี่, กะหล่ำดอก (Sc 13)	0.2 ~ 0.6 กก.	ถาดรองน้ำ แผ่นรอง ฝาครอบถาด	อุณหภูมิห้อง	ปฏิบัติเหมือนกับคำแนะนำที่แสดงในด้านบน

การละลายน้ำแข็ง
อัตโนมัติ

อุณหภูมิและความหนาแน่นของอาหารจะแตกต่างกัน ขอแนะนำให้ท่านตรวจสอบอาหารก่อนทำการปรุงอาหาร โดยเฉพาะเนื้อวัวและเนื้อไก่ที่ตัดออกเป็นชิ้นใหญ่ๆ อาหารบางชนิดไม่ควรละลายน้ำแข็งจนหมดก่อนปรุง ตัวอย่างเช่น เนื้อปลาจะสุกอย่างรวดเร็ว ดังนั้นในบางครั้งท่านจึงควรปรุงอาหารในขณะที่ยังมีน้ำแข็งเกาะอาหารอยู่เล็กน้อย โปรแกรมละลายน้ำแข็งประเภทขนมปังเหมาะสำหรับใช้ เพื่อละลายน้ำแข็งขนมปังก้อนหรือขนมปังแถวเล็กๆ การละลายน้ำแข็งต้องวางอาหารพักทิ้งไว้ด้วย เพื่อปล่อยให้น้ำแข็งภายในอาหารละลายจนหมด ตัวอย่างที่แสดงในด้านล่างนี้คือวิธีการละลายน้ำแข็งสัตว์ปีกแช่แข็ง 1.4 กิโลกรัม

เตาอบของท่านประกอบด้วยโปรแกรมการละลายน้ำแข็ง 4 ประเภท ได้แก่ **เนื้อสัตว์**, **สัตว์ปีก**, **ปลา**และ**ขนมปัง** แต่ละประเภทจะใช้กำลังไฟที่แตกต่างกัน

1 กดปุ่ม **STOP/CLEAR**
ชั่งน้ำหนักโดยประมาณของอาหารที่ท่านต้องการละลายน้ำแข็ง แกะวัสดุที่ใช้มัดหรือห่ออาหารทั้งหมดออกจากอาหาร วางอาหารลงในเตาอบของท่านและปิดประตูเตาอบ

2 กดปุ่ม **Auto Defrost**

3 หมุนปุ่ม **DIAL** จนกระทั่ง “dEF2” แสดงบนจอแสดงผล

กดปุ่ม **DIAL** เพื่อยืนยันประเภทของอาหารที่เลือก

4 ใส่น้ำหนักโดยประมาณของอาหารแช่แข็งที่ท่านต้องการละลายน้ำแข็ง

หมุนปุ่ม **DIAL** จนกระทั่ง “1.4kg” แสดงบนจอแสดงผล

5 กดปุ่ม **START**

6 ระหว่างละลายน้ำแข็ง เมื่อท่านได้ยิน “เสียงบี๊พ” ท่านต้องเปิดประตูเตาอบเพื่อกลับด้านของอาหารและแยกอาหารออกจากกัน ซึ่งจะช่วยให้การละลายน้ำแข็งเร็วขึ้น นำชิ้นส่วนที่น้ำแข็งละลายหมดแล้วออกจากเตาอบหรือใช้แผ่นฟอยล์หุ้มชิ้นส่วนเหล่านี้ ซึ่งจะทำให้เนื้อส่วนนี้ละลายน้ำแข็งช้าลง หลังจากตรวจสอบอาหารเสร็จแล้ว ปิดประตูเตาอบและกดปุ่ม **START** เพื่อทำการละลายน้ำแข็งต่อ
เตาอบของท่านจะไม่หยุดละลายน้ำแข็ง (ถึงแม้เสียงบี๊พจะดังขึ้น) จนกว่าท่านจะเปิดประตูเตาอบ

ตารางแนะนำการละลายน้ำแข็งอัตโนมัติ

* ควรใส่อาหารที่ต้องการละลายน้ำแข็งลงในภาชนะที่สามารถใช้กับเตาไมโครเวฟได้ และวางภาชนะลงบนถาดแก้ว โดยไม่ต้องปิดฝาภาชนะ
* ควรห่อเนื้อส่วนเล็กๆ ของเนื้อสัตว์ หรือสัตว์ปีกด้วยแผ่นอลูมิเนียมฟอยล์ สิ่งนี้จะช่วยป้องกันเนื้อบางส่วนสุกระหว่างละลายน้ำแข็ง ตรวจสอบว่าแผ่นอลูมิเนียมฟอยด์ไม่สัมผัสกับผนังของเตาอบ
* แยกชิ้นส่วนของเนื้อออกจากกัน เช่น เนื้อสับ, เนื้อหั่นเป็นชิ้น, ไส้กรอกและเบคอน
* **เมื่อท่านได้ยินเสียงบิ๊พ เปิดประตูเตาอบและพลิกอาหารอีกด้านหนึ่งลงด้านล่าง นำอาหารส่วนที่ละลายน้ำแข็งแล้วออกจากเตาอบและทำการละลายน้ำแข็งส่วนที่เหลือต่อ**
  หลังจากละลายน้ำแข็งเสร็จแล้ว ควรวางอาหารพักทิ้งไว้จนกระทั่งน้ำแข็งละลายจนหมด

ประเภท	น้ำหนักที่จำกัด	ภาชนะ	อาหาร
เนื้อสัตว์ (dEF1)	0.1 ~ 4.0 กิโลกรัม	จานที่สามารถใช้กับเตาไมโครเวฟได้	**เนื้อสัตว์** เนื้อวัวบด, สเต็คเนื้อที่ไม่มีมัน, เนื้อสำหรับตุ๋น, สเต็คเนื้อสันนอก, เนื้ออบในหม้อ, เนื้อสะโพกอบ,เบอร์เกอร์เนื้อ เนื้อแกะหั่นเป็นชิ้น, เนื้อหมูบดอบ, ไส้กรอก, เนื้อทอดเป็นชิ้น (2 เซนติเมตร) หลังจากละลายน้ำแข็งเสร็จแล้ว ห่อเนื้อทั้งหมดด้วยแผ่นอลูมิเนียมฟอยด์และวางพักทิ้งไว้ประมาณ 5-15 นาท
สัตว์ปีก (dEF2)			**สัตว์ปีก** เนื้อไก่ทั้งตัว, น่องไก่, เนื้อหน้าอก, เนื้อหน้าอกของไก่งวง (ไม่เกิน 2.0 กิโลกรัม) หลังจากละลายน้ำแข็งเสร็จแล้ว ห่อเนื้อทั้งหมดด้วยแผ่นอลูมิเนียมฟอยด์และวางพักทิ้งไว้ประมาณ 20-30 นาที
ปลา (dEF3)			**ปลา** ปลาชิ้น, สเต็กปลา, ปลาทั้งตัว, อาหารทะเล หลังจากละลายน้ำแข็งเสร็จแล้ว ห่อเนื้อทั้งหมดด้วยแผ่นอลูมิเนียมฟอยด์และวางพักทิ้งไว้ประมาณ 10-20 นาที
ขนมปัง (dEF4)	0.1 ~ 0.5 กิโลกรัม	กระดาษเช็ดจาน	ขนมปังปอนด์หั่นเป็นชิ้น, ขนมปังก้อนและขนมปังอื่นๆ หลังจากละลายน้ำแข็งเสร็จแล้ว วางขนมปังพักทิ้งไว้ประมาณ 1~2 นาที

การละลายอย่างรวดเร็ว

ใช้ฟังก์ชันนี้สำหรับการละลายน้ำแข็งออกจากเนื้อบดน้ำหนัก 0.5 กิโลกรัม อย่างรวดเร็ว
ฟังก์ชันนี้จะให้ระบุเวลาในการละลายน้ำแข็ง
ต่อไปนี้เป็นตัวอย่างการละลายน้ำแข็ง ของเนื้อแช่แข็งน้ำหนัก 0.5 กิโลกรัม

1 กดปุ่ม **STOP/CLEAR**
ชั่งน้ำหนักเนื้อที่ต้องการละลายน้ำแข็ง ต้องนำสิ่งแปลกปลอม เช่น โลหะ หรือ กระดาษห่อ ออกให้หมด จากนั้นนำเนื้อเข้าเตาไมโครเวฟ แล้วปิดฝา

2 กดปุ่ม **QUICK DEFORST** ครั้ง
(วางเนื้อน้ำหนัก 0.5 กิโลกรัม)

เตาไมโครเวฟจะทำงานโดยอัตโนมัติ

3 ระหว่างการละลายน้ำแข็ง ถ้าเกิดเสียง " บี๊บ " ให้เปิดเตา เพื่อพลิกเนื้ออีกด้านขณะละลายน้ำแข็ง และนำสิ่งที่ทำให้การละลายช้าลง เช่น กระดาษห่อ ออกให้หมด จากนั้นปิดเตาไมโครเวฟ และกดปุ่ม **START/QUICK START** เพื่อละลายน้ำแข็งต่อ
เตาไมโครเวฟจะไม่หยุดทำละลาย ถ้าไม่เปิดเตา เมื่อเกิดเสียง " บี๊บ "

คำแนะนำละลายน้ำแข็งอย่างรวดเร็ว

ใช้ฟังก์ชันการละลายน้ำแข็งอย่างรวดเร็ว สำหรับเนื้อบด
แกะเนื้อออกจากห่อ วางบนจานในเตาไมโครเวฟ
เมื่อมีเสียงดัง " บี๊บ " ให้นำเนื้อออกจากเตา พลิกเนื้อด้านที่ยังไม่ละลายน้ำแข็ง
แล้วนำกลับไปวางบนจานในเตาไมโครเวฟเหมือนเดิม
กดปุ่มสตาร์ท เพื่อละลายน้ำแข็งต่อ เมื่อละลายเสร็จแล้วให้นำเนื้อออกจากเตา แล้วห่อเนื้อด้วยอลูมิเนียมฟอล์ย
ปล่อยทิ้งไว้ 5-15 นาที หรือจนกระทั่งน้ำแข็งละลายออกจนหมด

ประเภท	น้ำหนัก	ภาชนะ	คำแนะนำ
เนื้อบด	0.5 กิโลกรัม	จานภายในเตาไมโครเวฟ	เนื้อบด หลังจากการละลายน้ำแข็ง ให้ห่อด้วยอลูมิเนียมฟอล์ย ประมาณ 5-15 นาที

ตารางแนะนำการทำให้ร้อน หรือการอุ่นอาหาร

ท่านควรปฏิบัติตามคำแนะนำที่แสดงในตารางด้านล่างนี้ เมื่อต้องการทำอาหารให้ร้อนหรืออุ่นอาหารโดยใช้เตาอบ ชั่งปริมาณของอาหารเพื่อกำหนดเวลาในการอุ่น เพื่อให้ได้ผลที่ดีท่านควรเรียงอาหารเป็นวงกลม อาหารที่มีอุณหภูมิเท่ากับอุณหภูมิของห้องจะร้อนเร็วกว่าอาหารแช่แข็ง สำหรับอาหารกระป๋อง ท่านควรนำอาหารออกจากกระป๋อง และใส่อาหารลงในภาชนะที่สามารถใช้ในเตาไมโครเวฟได้ อาหารจะร้อนเร็วกว่าปกติ ถ้าท่านปิดฝาหรือห่ออาหารด้วยพลาสติกและเจาะรูระบายอากาศแกะวัสดุที่ห่ออาหารออก เพื่อป้องกันการเกิดควันและเพลิงไหม้ กรุณาใช้คำแนะนำที่แสดงในตารางด้านล่างนี้เพื่ออุ่นอาหาร

อาหาร	เวลาในการปรุงอาหาร (นาที/ที่ระดับไฟสูงสุด)	คำแนะนำพิเศษ
เนื้อหั่นเป็นชิ้น 3 ชิ้น (หนา 0.5 ซม.)	1 ~ 2	วางชิ้นเนื้อลงบนจานที่สามารถใช้กับเตาไมโครเวฟได้ ห่อเนื้อด้วยพลาสติกห่ออาหาร และเจาะรูระบายอากาศ หมายเหตุ : น้ำเกรวี่หรือซอสจะช่วยทำให้เนื้อไม่แห้ง
เนื้อไก่ หน้าอก 1 ชิ้น ขาและกระดูกขาอ่อน 1 ชิ้น	 $1^1/_2$ ~ 2 2 ~ $3^1/_2$	วางชิ้นไก่ลงบนจานที่สามารถใช้กับเตาไมโครเวฟได้ ห่อเนื้อไก่ด้วยพลาสติกห่ออาหาร และเจาะรูระบายอากาศ
ปลาที่ไม่มีไขมัน (170~230 กรัม)	1 ~ 2	วางเนื้อปลาลงบนจานที่สามารถใช้กับเตาไมโครเวฟได้ ห่อปลาด้วยพลาสติกห่ออาหาร และเจาะรูระบายอากาศ
ลาซานย่า เสิร์ฟ 1 ที่ (300 กรัม)	4 ~ 6	วางลาซานย่าลงบนจานที่สามารถใช้กับเตาไมโครเวฟได้ ห่ออาหารด้วยพลาสติกห่ออาหาร และเจาะรูระบายอากาศ
ต้มหรือเคี่ยวอาหารในหม้อที่มีฝาปิด 1 ถ้วย 4 ถ้วย	 $1^1/_2$ ~ 3 $4^1/_2$ ~ 7	ปรุงอาหารในภาชนะที่สามารถใช้กับเตาไมโครเวฟได้ คนอาหารให้เข้ากัน เมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง
ต้มครีมหรือเนยแข็ง 1 ถ้วย 4 ถ้วย	 1 ~ $2^1/_2$ $3^1/_2$ ~ 6	ปรุงอาหารในภาชนะที่สามารถใช้กับเตาไมโครเวฟได้ คนอาหารให้เข้ากัน เมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง
SloppyJoe หรือเนื้อวัวบาบีคิว สำหรับแซนวิช 1 คู่ (เนื้อวัวสำหรับยัดไส้ $^1/_2$ ถ้วย) ไม่มีขนมปัง	 1 ~ $2^1/_2$	ปรุงอาหารในภาชนะที่สามารถใช้กับเตาไมโครเวฟได้ คนอาหารให้เข้ากัน เมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง

อาหาร	เวลาในการปรุงอาหาร (นาที/ที่ระดับไฟสูงสุด)	คำแนะนำพิเศษ
มันฝรั่งบด 350 กรัม	5~7 (ที่ 540 วัตต์)	ปรุงอาหารในภาชนะที่สามารถใช้กับเตาไมโครเวฟได้ คนอาหารให้เข้ากัน เมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง
ถั่วอบ 1 ถ้วย	$1^1/_2$ ~ $2^1/_2$	ปรุงอาหารในภาชนะที่สามารถใช้กับเตาไมโครเวฟได้ คนอาหารให้เข้ากัน เมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง
พาสต้าในซอส 1 ถ้วย 4 ถ้วย	 $1^1/_2$ ~ 3 $6^1/_2$ ~ 9	ปรุงอาหารในภาชนะที่สามารถใช้กับเตาไมโครเวฟได้ คนอาหารให้เข้ากัน เมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง
ข้าว 1 ถ้วย 4 ถ้วย	 1 ~ $1^1/_2$ $2^1/_2$ ~ 4	ปรุงอาหารในภาชนะที่สามารถใช้กับเตาไมโครเวฟได้ คนอาหารให้เข้ากัน เมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง
แซนวิชม้วนหรือขนมปัง 1 แถว	15 ~ 30 วินาที	ห่อขนมปังด้วยกระดาษเช็ดจาน และวางบนถาดแก้ว
ผัก 1 ถ้วย 4 ถ้วย	 $1^1/_2$ ~ $2^1/_2$ 4 ~ 6	ปรุงอาหารในภาชนะที่สามารถใช้กับเตาไมโครเวฟได้ คนอาหารให้เข้ากัน เมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง
น้ำซุป เสิร์ฟ 1 ที่ (230 กรัม)	$1^1/_2$~ 2	ปรุงอาหารในภาชนะที่สามารถใช้กับเตาไมโครเวฟได้ คนอาหารให้เข้ากัน เมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง
อาหารในจาน (เสิร์ฟ 1 ที่) เนื้อ 125 กรัม มันฝรั่งบด 150 กรัม แครอทสุก 150 กรัม	9 ~ 14 (ที่ 540 วัตต์)	ปรุงอาหารในจานอาหารค่ำที่สามารถใช้กับเตาไมโครเวฟได้

ตารางแนะนำ

การปรุงผักสด

อาหาร	ปริมาณ	เวลาในการปรุงอาหาร (นาที/ที่ระดับไฟสูงสุด)	คำแนะนำ
อาร์ติโชค (หัวละ 230 กรัม)	2 หัว 4 หัว	$4^1/_2$ ~ 7 10 ~ 12	ตกแต่ง เติมน้ำ 2 ช้อนโต๊ะและน้ำผลไม้ 2 ช้อนโต๊ะ ปิดฝา วางอาหารพักทิ้งไว้ 2~3 นาที
หน่อไม้ฝรั่งสด	450 กรัม	3 ~ 6	เติมน้ำ 1 ถ้วย ปิดฝา วางอาหารพักทิ้งไว้ 2~3 นาที
ถั่วเขียว	450 กรัม	6 ~ 10	เติมน้ำ $^1/_2$ ถ้วยลงในหม้อ 1.5 ลิตรที่มีฝาปิด คนอาหารเมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง วางอาหารพักทิ้งไว้ 2~3 นาที
หัวบีทสด	450 กรัม	10 ~ 14	เติมน้ำ $^1/_2$ ถ้วยลงในหม้อ 1.5 ลิตรที่มีฝาปิด กลับอาหารเมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง วางอาหารพักทิ้งไว้ 2~3 นาที
บรอคโคลีสด	300 กรัม	$3^1/_2$ ~ 4	วางบรอคโคลีลงในจานอบ เติมน้ำ $^1/_4$ ถ้วย วางอาหารพักทิ้งไว้ 2 นาที
กะหล่ำปลีสดหั่นเป็นชิ้นเล็ก ๆ	450 กรัม	7 ~ 9	เติมน้ำ $^1/_2$ ถ้วยลงในหม้อ 1.5 ลิตรที่มีฝาปิด คนอาหารเมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง วางอาหารพักทิ้งไว้ 2~3 นาที
แครอทสดหั่นเป็นแว่นเล็ก ๆ	200 กรัม	2 ~ 3	เติมน้ำ $^1/_4$ ถ้วยลงในหม้อ 1.5 ลิตรที่มีฝาปิด คนอาหารเมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง วางอาหารพักทิ้งไว้ 2~3 นาที
กะหล่ำดอกสดทั้งหัว	450 กรัม	5 ~ 7	ตกแต่ง, เติมน้ำ $^1/_4$ ถ้วยลงในหม้อ 1.5 ลิตรที่มีฝาปิด คนอาหารเมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง วางอาหารพักทิ้งไว้ 2~3 นาที
ข้าวโพดสด	2 ฝัก	4 ~ 8	ปอกเปลือก, เติมน้ำ 2 ช้อนโต๊ะลงในจานอบ 1.5 ลิตร ปิดฝา วางอาหารพักทิ้งไว้ 2~3 นาที

อาหาร	ปริมาณ	เวลาในการปรุงอาหาร (นาที/ที่ระดับไฟสูงสุด)	คำแนะนำ
เห็ดสดหั่นเป็นชิ้น	230 กรัม	$1^1/_2$ ~ $2^1/_2$	วางเห็ดลงในหม้อ 1.5 ลิตรที่มีฝาปิด คนอาหารเมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง วางอาหารพักทิ้งไว้ 2~3 นาที
พาร์สนิพสดหั่นเป็นชิ้น	450 กรัม	6 ~ 8	เติมน้ำ $^1/_2$ ถ้วยลงในหม้อ 1.5 ลิตรที่มีฝาปิด คนอาหารเมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง วางอาหารพักทิ้งไว้ 2~3 นาที
ถั่ว, เขียวและสด	4 ถ้วย	6 ~ 9	เติมน้ำ $^1/_2$ ถ้วยลงในหม้อ 1.5 ลิตรที่มีฝาปิด คนอาหารเมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง วางอาหารพักทิ้งไว้ 2~3 นาที
อบมันฝรั่งหวานทั้งหัว (170~230 กรัม)	2 หัว 4 หัว	5 ~ 9 9 ~ 13	แทงมันฝรั่งให้เป็นรูรอบ ๆ หัวด้วยส้อม วางมันฝรั่งลงบนกระดาษเช็ดจาน 2 แผ่น กลับด้านมันฝรั่งเมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง วางอาหารพักทิ้งไว้ 2~3 นาที
อบมันฝรั่งขาวทั้งหัว (170~230 กรัม)	2 หัว 4 หัว	$5^1/_2$ ~ $7^1/_2$ $9^1/_2$ ~ 14	แทงมันฝรั่งเป็นเป็นรูรอบ ๆ ด้วยส้อม วางมันฝรั่งลงบนกระดาษเช็ดจาน 2 แผ่น กลับด้านมันฝรั่งเมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง วางอาหารพักทิ้งไว้ 2~3 นาที
ผักขมสดมีใบ	450 กรัม	6 ~ 8	เติมน้ำ $^1/_2$ ถ้วยลงในหม้อ 1.5 ลิตรที่มีฝาปิด คนอาหารเมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง วางอาหารพักทิ้งไว้ 2~3 นาที
คูเก็ตสดหั่นเป็นชิ้น	450 กรัม	$4^1/_2$ ~ $7^1/_2$	เติมน้ำ $^1/_2$ ถ้วยลงในหม้อ 1.5 ลิตรที่มีฝาปิด คนอาหารเมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง วางอาหารพักทิ้งไว้ 2~3 นาที
คูเก็ตสดทั้งหัว	450 กรัม	6 ~ 9	แทงคูเก็ตให้เป็นรูรอบ ๆ หัว วางคูเก็ตลงบนกระดาษเช็ดจาน 2 แผ่น กลับด้านคูเก็ตเมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง

ตารางแนะนำ

การละลายน้ำแข็ง

ข้อควรรู้และเทคนิคในการละลายน้ำแข็งเนื้อสัตว์

ท่านสามารถละลายน้ำแข็งเนื้อสัตว์ภายในห่อที่บรรจุเนื้อสัตว์มาได้ ถ้าวัสดุของห่อบรรจุนั้นไม่ได้ประกอบด้วยโลหะใดๆ นำเส้นโลหะ, เชือกโลหะหรือแผ่นอลูมิเนียมฟอยด์ออกจากเนื้อสัตว์ วางเนื้อสัตว์ลงบนจานที่สามารถใช้กับเตาไมโครเวฟได้ และสามารถรองน้ำที่หยดลงมาได้ ใช้เวลาในการละลายน้ำแข็งเท่าที่จำเป็นเท่านั้น ควรแยกส่วนต่างๆ เช่น ไส้กรอก, เบคอนออกจากกันถ้าทำได้ นำเนื้อส่วนที่ละลายน้ำแข็งแล้วออกจากเตาไมโครเวฟ และทำการละลายน้ำแข็งในเนื้อส่วนที่เหลือต่อ เมื่อวางอาหารพักทิ้งไว้ ใช้ส้อมแทงเข้าไปตรงกลางของเนื้อสัตว์เพื่อกระจายความร้อน ตรงกลางของเนื้อจะยังคงเป็นน้ำแข็งอยู่ พักทิ้งไว้สักครู่หนึ่งจนกระทั่งเนื้อทั้งหมดละลายน้ำแข็งจนหมด

อาหาร	*น้ำหนัก*	*เวลาในการละลายน้ำแข็ง (นาที)*	*เวลาพักทิ้งไว้ (นาที)*	*คำแนะนำ*
เนื้อวัว				นำเนื้อสัตว์ออกจากห่อบรรจุ วางเนื้อแช่แข็งบนจานที่สามารถใช้กับเตาไมโครเวฟได้ ทำการละลายน้ำแข็งด้วยระดับไฟที่ 40% เมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง กลับเนื้ออีกด้านหนึ่งลงด้านล่าง (นำเนื้อส่วนที่ละลายน้ำแข็งแล้วออกจากจาน)
เนื้อวัวบด	500 กรัม	6 ~ 8	5 ~ 10	
สเต็ค, เนื้อสันอก	500 กรัม	4 ~ 6	5 ~ 10	
เนื้ออบ, ตะโพก (ไม่มีกระดูก)	1000 กรัม	12 ~ 15	10 ~ 15	
สัตว์ปีก				
ไก่ทั้งตัว	1000 กรัม	16 ~ 19	10 ~ 15	
เนื้อหน้าอก	450 กรัม	5 ~ 7	5 ~ 10	
น่อง	450 กรัม	8 ~ 9	5 ~ 10	
ต้นขา	450 กรัม	8 ~ 9	5 ~ 10	
ปีก	450 กรัม	6 ~ 8	5 ~ 10	
ปลาและอาหารทะเล				
ปลาทั้งตัว	450 กรัม	6 ~ 8	5 ~ 10	
ปลาที่ไม่มีไขมัน	500 กรัม	7 ~ 9	5 ~ 10	
กุ้ง	250 กรัม	4 ~ 6	5 ~ 10	

คำแนะนำในการย่างเนื้อบนตะแกรง

แล่ส่วนที่มีไขมันมากๆ ออกจากเนื้อ ควรระมัดระวังแล่โดนเนื้อที่ไม่มีไขมัน (สิ่งนี้จะช่วยป้องกันเนื้องอหรือม้วนได้)

เรียงชิ้นเนื้อบนตะแกรง ทาเนื้อด้วยเนยที่ละลายแล้วหรือน้ำมันพืช

เมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง กลับเนื้ออีกด้านหนึ่งลงด้านล่าง

อาหาร	ปริมาณ	เวลาในการย่าง (นาที/ที่ระดับไฟสูงสุด)	คำแนะนำ
เบอร์เกอร์เนื้อ	50 กรัม x 2 100 กรัม x 2	11 ~ 14 17 ~ 21	ทาเนื้อด้วยเนยที่ละลายแล้วหรือน้ำมันพืช ถ้าเนื้อบาง ควรวางเนื้อบนตะแกรง ถ้าเนื้อหนา ท่านสามารถวางชิ้นเนื้อบนถาดรองได้ เมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง กลับเนื้ออีกด้านหนึ่งลงด้านล่าง ควรกลับด้านของเนื้อบ่อยๆ
สเต็กเนื้อวัว (หนา 2.5 ซม.) ไม่สุกมาก สุกปานกลาง สุกมาก	 230 กรัม x 2 230 กรัม x 2 230 กรัม x 2	 16 ~ 18 19 ~ 21 23 ~ 25	
เนื้อแกะ (หนา 2.5 ซม.)	230 กรัม x 2	22 ~ 29	
ไส้กรอก (แกะห่อออก)	230 กรัม x 2	11 ~ 14	

คำแนะนำในการย่างปลาและอาหารทะเล

วางปลาและอาหารทะเลบนตะแกรง สำหรับปลาทั้งตัว ใช้มีดเฉือนปลาให้เป็นรอยบากทั้งสองด้านก่อนนำไปย่าง

ก่อนย่างและระหว่างย่าง ทาเนื้อปลาและอาหารทะเลด้วยน้ำมันพืช, เนยหรือเนยเทียมที่ละลายแล้ว สิ่งนี้จะช่วยป้องกันเนื้อปลาแห้งมากเกินไป เวลาที่แนะนำให้ใช้สำหรับการย่าง แสดงอยู่ในตารางด้านล่างนี้ สำหรับปลาทั้งตัวและเนื้อปลาเป็นชิ้น เมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่งควรกลับด้านของเนื้อปลาอย่างระมัดระวัง ท่านสามารถกลับด้านของเนื้อปลาที่ไม่มีไขมัน แต่ชิ้นค่อนข้างหนาได้เช่นกัน

อาหาร	ปริมาณ	เวลาในการย่าง (นาที/ที่ระดับไฟสูงสุด)	คำแนะนำ
ปลาไม่มีไขมัน หนา 1 ซม. หนา 1.5 ซม.	 230 กรัม 230 กรัม	 11 ~ 14 17 ~ 21	ทาเนื้อปลาด้วยเนยที่ละลายแล้วและกลับเนื้ออีกด้านหนึ่งลงด้านล่างเมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง
เนื้อปลาเป็นชิ้น หนา 2.5 ซม.	230 กรัม	18 ~ 23	
ปลาทั้งตัว	225~350 กรัม 400 กรัม	18 ~ 23 22 ~ 32	เพิ่มเวลาในการย่างมากขึ้น สำหรับปลาที่มีเนื้อหนาและมีน้ำมันมาก
หอยแครง กุ้งนาง	450 กรัม 450 กรัม	16 ~ 20 16 ~ 20	ทาน้ำมันระหว่างย่าง

ตารางแนะนำ

การอบอาหารด้วยอุณหภูมิคงที่

เตรียมเตาอบให้ร้อนไว้ในอุณหภูมิที่ท่านต้องการ ปฏิบัติตามคำแนะนำและเวลาที่แสดงในตารางด้านล่างนี้
หลังจากเตาอบทำงานเสร็จแล้ว รอบๆ เตาอบจะร้อนมาก ควรใช้ถุงมือสำหรับใช้กับเตาอบเพื่อหยิบภาชนะ

อาหาร	*ปริมาณ*	*อุณหภูมิคงที่ อาหาร (นาที)*	*เวลาในการปรุง*	*คำแนะนำ*
มัฟฟิน (แป้ง)	6 ชิ้น (ชิ้นละ 60 กรัม)	200˚C	20 ~ 25	เตรียมแป้งของมัฟฟิน วางแป้งบนตะแกรง วางพักทิ้งไว้ประมาณ 5 นาที
ขนมปังก้อน (อบแล้ว)	4 ชิ้น (ชิ้นละ 50 กรัม)	180˚C +180 วัตต์ (ไม่ต้องทำเตาอบให้ร้อนก่อน)	8 ~ 10	เรียงขนมปังบนตะแกรง วางพักทิ้งไว้ประมาณ 3 นาที
ขนมปังขาว (แป้ง)	1 ก้อน (500 ~ 750 กรัม)	200˚C	20 ~ 50 หรือจนกระทั่ง กลายเป็นสีน้ำตาล	เตรียมแป้งของขนมปัง วางแป้งบนตะแกรง วางพักทิ้งไว้ประมาณ 10 นาที
เค้กสพัน (แป้ง)	1 ถาด (450 ~ 500 กรัม)	180˚C	25 ~ 40	เตรียมแป้งของเค้ก ใส่แป้งลงในถาดกลมบางขนาด 8 นิ้ว วางถาดเค้กบนตะแกรง วางพักทิ้งไว้ประมาณ 10 นาที
เค้กผลไม้	1 ถาด (1000 ~ 1200 กรัม)	160˚C+180 วัตต์	40 ~ 60	เตรียมแป้งของเค้ก ใส่แป้งลงในถาดกลมบางขนาด 8 หรือ 9 นิ้ว วางถาดเค้กบนตะแกรง อบเค้กจนกระทั่งไม้ที่เสียบอยู่ในเค้กเปลี่ยนสี วางพักทิ้งไว้ประมาณ 10 นาที
พิซซ่า	1 ถาด (ประมาณ 1000 กรัม)	200˚C	25 ~ 40	เตรียมพิซซ่า วางพิซซ่าบนตะแกรง วางพักทิ้งไว้ประมาณ 2 นาที
พิซซ่าแช่แข็ง	400 กรัม	220˚C	18 ~ 25	แกะห่อบรรจุออกจากพิซซ่า วางพิซซ่าบนตะแกรง วางพักทิ้งไว้ประมาณ 2 นาที

อาหาร	ปริมาณ	อุณหภูมิคงที่ อาหาร (นาที)	เวลาในการปรุง	คำแนะนำ
อาหารแช่แข็ง (มักกะโรนีและชีส)	300 กรัม	200˚C+ 360วัตต์ (ไม่ต้องทำเตาอบให้ร้อนก่อน)	18 ~ 25	วางอาหารลงในจานทนความร้อนที่มีขนาดเหมาะสม วางจานอาหารบนตะแกรง วางพักทิ้งไว้ประมาณ 2-3 นาที
เนื้อม้วนแช่แข็ง	300 กรัม	230˚C	35 ~ 50	ทาผิวด้านนอกเนื้อม้วนทั้งหมดด้วยน้ำมันพืช เรียงเนื้อม้วนบนตะแกรง วางพักทิ้งไว้ประมาณ 1-2 นาที
กราแต็งมันฝรั่ง	1000 กรัม	140˚C+540 วัตต์ (ไม่ต้องทำเตาอบให้ร้อนก่อน)	14 ~ 18	เตรียมกราแต็งมันฝรั่ง วางจานกราแต็งมันฝรั่งบนตะแกรง วางพักทิ้งไว้ประมาณ 2-3 นาที
เนื้อวัวอบ	1000 กรัม	160˚C+540 วัตต์ (ไม่ต้องทำเตาอบให้ร้อนก่อน)	30 ~ 45	วางเนื้อวัวบนตะแกรง เมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง กลับเนื้ออีกด้านหนึ่งลงด้านล่าง ห่อเนื้อทั้งหมดด้วยแผ่นอลูมิเนียมฟอยล์ และวางพักทิ้งไว้ประมาณ 10-15 นาที
เนื้อลูกแกะอบ	1000 กรัม	160˚C+540 วัตต์ (ไม่ต้องทำเตาอบให้ร้อนก่อน)	34 ~ 48	วางเนื้อลูกแกะบนตะแกรง เมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง กลับเนื้ออีกด้านหนึ่งลงด้านล่าง ห่อเนื้อทั้งหมดด้วยแผ่นอลูมิเนียมฟอยล์ และวางพักทิ้งไว้ประมาณ 10-15 นาที
เนื้อไก่อบ	1000 กรัม	200˚C+540 วัตต์ (ไม่ต้องทำเตาอบให้ร้อนก่อน)	32 ~ 47	วางเนื้อไก่บนตะแกรง เมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง กลับเนื้ออีกด้านหนึ่งลงด้านล่าง ห่อเนื้อทั้งหมดด้วยแผ่นอลูมิเนียมฟอยล์ และวางพักทิ้งไว้ประมาณ 2-5 นาที

ตารางแนะนำการปรุงอาหาร
ด้วยถาดโลหะ (ถาดทอดกรอบ)

ทำถาดโลหะให้ร้อนก่อน โดยวางถาดโลหะบนถาดแก้วและตั้งคลื่นไมโครเวฟไว้ที่กำลังไฟ 100% ไม่ควรวางถาดโลหะบนตะแกรง

ปฏิบัติตามคำแนะนำและเวลาที่แสดงในตารางด้านล่างนี้ หลังจากเตาอบทำงานเสร็จแล้ว ตะแกรงและรอบๆ เตาอบจะร้อนมาก ควรใช้ถุงมือสำหรับใช้กับเตาอบเพื่อหยิบภาชนะ

อาหาร	*ปริมาณ*	*เวลาในการเตรียมความร้อน*	*รูปแบบการปรุงอาหาร อาหาร (นาที)*	*เวลาในการปรุง*	*คำแนะนำ*
พิซซ่าแช่แข็ง	400 กรัม	3	คลื่นไมโครเวฟ 900 วัตต์ ย่าง + คลื่นไมโครเวฟ 180 วัตต์	5 8 ~ 11	ทำถาดโลหะให้ร้อน วางพิซซ่าแช่แข็งบนถาดโลหะ
ไข่เจียว	3 ฟอง	3	ย่าง + คลื่นไมโครเวฟ 360 วัตต์	7 ~ 8	เทไข่ 3 ฟอง, นม 2 ช้อนโต๊ะและเครื่องเทศลงในชาม ตีให้เข้ากัน หั่นมะเขือเทศเป็นรูปสี่เหลี่ยมลูกเต๋า วางพักไว้ก่อน ทำถาดโลหะให้ร้อน เทมะเขือเทศที่หั่นเสร็จแล้วลงบนถาดโลหะ เทไข่ที่ผสมไว้แล้วลงบนถาดโลหะ และโรยหน้าด้วยเนยแข็งแบบฝอย
เบคอน	2 ชิ้น	3	ย่าง + คลื่นไมโครเวฟ 540 วัตต์	1~ 1 1/2	ทำถาดโลหะให้ร้อน วางเบคอนบนถาดโลหะ
มะเขือเทศย่าง	4 ชิ้น (400 กรัม)	3	ย่าง + คลื่นไมโครเวฟ 180 วัตต์	7 ~ 8	หั่นมะเขือเทศแบ่งออกเป็น 2 ส่วน วางพักไว้ก่อน ทำถาดโลหะให้ร้อน วางมะเขือเทศบนถาดโลหะ และโรยหน้าด้วยเนยแข็ง
ไข่ดาว (ไข่แดงอยู่ด้านบน)	1 ฟอง 2 ฟอง	3 (น้ำมัน 5 มิลลิลิตร)	ย่าง + คลื่นไมโครเวฟ 540 วัตต์	1/2 ~ 1 1 1/2 ~ 2	เทน้ำมันลงในถาดโลหะ และทำถาดโลหะให้ร้อน เทไข่ลงบนถาดโลหะ
ผัดผัก	125 กรัม 250 กรัม	3 (น้ำมัน 5 มิลลิลิตร)	ย่าง + คลื่นไมโครเวฟ 540 วัตต์	4 ~ 5 5 ~ 6	เทน้ำมันลงในถาดโลหะ และทำถาดโลหะให้ร้อน หั่นผักแบ่งออกเป็นขนาดพอคำ เทผักลงในถาดโลหะ คนผักผสมกับน้ำมันก่อนนำเข้าเตาอบ ระหว่างปรุงอาหาร คนผักในถาดหนึ่งครั้ง

อาหาร	ปริมาณ	เวลาในการเตรียมความร้อน	รูปแบบการปรุงอาหาร อาหาร (นาที)	เวลาในการปรุง	คำแนะนำ
มันฝรั่งแผ่นแช่แข็ง	300 กรัม	3	ย่าง + คลื่นไมโครเวฟ 180 วัตต์	15 ~ 24	ทำถาดโลหะให้ร้อน วางมันฝรั่งแผ่นแช่แข็งบนถาดโลหะ กลับด้านของอาหาร เมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง
	300 กรัม	-	คลื่นไมโครเวฟ 900 วัตต์	15 ~ 17	วางมันฝรั่งแผ่นแช่แข็งบนถาดโลหะ ปิดด้วยฝาครอบถาด กลับด้านของอาหาร เมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง
นักเก็ตแช่แข็ง (ไก่)	200 กรัม	3 (น้ำมัน 5 มิลลิลิตร)	ย่าง + คลื่นไมโครเวฟ 540 วัตต์	7 ~ 9	เทน้ำมันลงในถาดโลหะ และทำถาดโลหะให้ร้อน วางนักเก็ตแช่แข็งลงบนถาดโลหะ กลับด้านของอาหาร เมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง
	200 กรัม	-	คลื่นไมโครเวฟ 900 วัตต์	8 ~ 12	วางนักเก็ตแช่แข็งลงบนถาดโลหะ ปิดด้วยฝาครอบถาด กลับด้านของอาหาร เมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง
สเต็กปลาแซลมอน	1 ชิ้น (230 กรัม)	3 (น้ำมัน 5 มิลลิลิตร)	ย่าง + คลื่นไมโครเวฟ 540 วัตต์	6 ~ 8	เทน้ำมันลงในถาดโลหะและทำถาดโลหะให้ร้อน วางสเต็กปลาแซลมอนลงบนถาดโลหะ กลับด้านของอาหาร เมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง
	1 ชิ้น (230 กรัม)	-	คลื่นไมโครเวฟ 900 วัตต์	8 ~ 12	วางสเต็กปลาแซลมอนลงบนถาดโลหะ ปิดด้วยฝาครอบถาด กลับด้านของอาหาร เมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง
เนื้อก้อนของแฮมเบอร์เกอร์สด	240 กรัม (120 ก. x 2)	3 (น้ำมัน 5 มิลลิลิตร)	ย่าง + คลื่นไมโครเวฟ 540 วัตต์	6 ~ 7	เทน้ำมันลงในถาดโลหะ และทำถาดโลหะให้ร้อน วางเนื้อก้อนลงบนถาดโลหะ กลับด้านของอาหาร เมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง
	240 กรัม (120 ก. x 2)	-	คลื่นไมโครเวฟ 900 วัตต์	7 ~ 9	วางเนื้อก้อนลงบนถาดโลหะ ปิดด้วยฝาครอบถาด กลับด้านของอาหาร เมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง

ตารางแนะนำการปรุงอาหาร
ด้วยความร้อนอย่างรวดเร็ว

เตรียมเตาอบให้ร้อนไว้ในอุณหภูมิที่ท่านต้องการ
ปฏิบัติตามคำแนะนำและเวลาที่แสดงในตารางด้านล่างนี้
หลังจากเตาอบทำงานเสร็จแล้ว ตะแกรงและรอบ ๆ เตาอบจะร้อนมาก ควรใช้ถุงมือสำหรับใช้กับเตาอบเพื่อหยิบภาชนะ

อาหาร	*ปริมาณ*	*อุณหภูมิสำหรับการปรุงอาหารด้วยความร้อนอย่างรวดเร็ว*	*เวลาในการปรุงอาหาร (นาที)*	*คำแนะนำ*
อบเนื้อหน้าอกของไก่งวง, สด	400 กรัม	200˚C	30 ~ 38	ล้างทำความสะอาดและผึ่งเนื้อหน้าอกไก่งวงให้แห้ง หมักเนื้อไก่ด้วยเครื่องเทศหรือน้ำซอส วางเนื้อหน้าอกไก่ลงในจานแบนซึ่งทนต่อความร้อนแล้วจึงวางจานแบนบนตะแกรง
พิซซ่าทำเองแช่แข็ง	400 กรัม	200˚C	8 ~ 14	วางพิซซ่าแช่แข็งบนตะแกรง
บักเก็ตพร้อมท็อปปิ้งแช่แข็ง	250 กรัม	200˚C	10 ~ 15	วางบักเก็ตพร้อมท็อปปิ้งแช่แข็งบนตะแกรง
เนื้อม้วนแช่แข็ง	300 กรัม (150 กรัม x 2)	230˚C	15 ~ 22	วางเนื้อม้วนแช่แข็งบนตะแกรง
มันฝรั่งแท่งทอด (มันฝรั่งแช่แข็ง)	300 กรัม	220˚C	15 ~ 22	วางมันฝรั่งแท่งแช่แข็งบนจานทนความร้อน

เทน้ำ 300 มิลลิลิตรลงในถาดรองน้ำ
วางแผ่นรองบนถาดรองน้ำ แล้วจึงวางอาหารที่เตรียมไว้บนแผ่นรอง และปิดด้วยฝาครอบถาด
วางชุดนึ่งอาหารที่ใส่อาหารไว้แล้ว ลงบนตรงกลางของถาดแก้วอย่างระมัดระวัง และตรวจสอบว่าชุดนึ่งอาหารไม่เอียง

อาหาร	*น้ำหนักที่จำกัด*	*กำลังไฟ*	*เวลาในการปรุงอาหาร (นาที)*	*คำแนะนำ*
ปลาทั้งตัว	100 ~ 600 กรัม	900 วัตต์ (100%)	15 ~ 20	เรียงอาหารที่เตรียมไว้บนแผ่นรอง โรยเนื้อปลาด้วยเครื่องเทศและน้ำมะนาว 30 มิลลิลิตร
ปลาไม่มีไขมัน	100 ~ 600 กรัม	900 วัตต์ (100%)	15 ~ 25	เรียงอาหารที่เตรียมไว้บนแผ่นรอง โรยเนื้อปลาด้วยเครื่องเทศและน้ำมะนาว 30 มิลลิลิตร
กุ้งนาง	100 ~ 600 กรัม	900 วัตต์ (100%)	13 ~ 20	ล้างทำความสะอาดกุ้ง เรียงอาหารที่เตรียมไว้บนแผ่นรอง
เนื้อหน้าอกของไก่, ไม่ติดมัน	200 ~ 600 กรัม	900 วัตต์ (100%)	15 ~ 25	ล้างทำความสะอาดไก่ เรียงอาหารที่เตรียมไว้บนแผ่นรอง
ไข่ต้มสุก	2 ~ 9 ฟอง	900 วัตต์ (100%)	17 ~ 25	วางไข่ลงในช่องเล็กๆ บนแผ่นรอง
แครอทหั่นเป็นชิ้น	200 ~ 800 กรัม	900 วัตต์ (100%)	13 ~ 20	เตรียมแครอท หั่นเป็นชิ้นเท่าๆ กัน
แอปเปิ้ล	200 ~ 800 กรัม	900 วัตต์ (100%)	15 ~ 20	เตรียมแอปเปิ้ล หั่นเป็นชิ้นเท่าๆ กัน

ข้อควรระวังเพื่อความปลอดภัย

อ่านข้อมูลนี้อย่างละเอียดและเก็บข้อมูลนี้ไว้เพื่อใช้อ้างอิงในอนาคต

⚠ *คำเตือน*

กรุณาตรวจสอบเวลาในการปรุงอาหาร ว่าท่านได้ตั้งเวลาไว้ถูกต้องแล้ว การตั้งเวลามากเกินไปอาจเป็นผลทำให้เกิดเพลิงไหม้และทำให้เตาอบเสียหายได้

1 ไม่ควรพยายามปรับหรือซ่อมแซมใดๆ กับประตูเตาอบ, แผงควบคุม, สวิตช์ป้องกันหรือส่วนประกอบอื่นๆ ของเตาอบ ซึ่งอาจทำให้เกิดอันตรายกับผู้ที่ซ่อมแซม รวมทั้งผู้ที่นำฝาครอบป้องกันคลื่นไมโครเวฟออก ซึ่งอาจทำให้คลื่นไมโครเวฟแพร่กระจายออกมาได้ การซ่อมแซมเตาอบสามารถทำได้เฉพาะช่างผู้ชำนาญเท่านั้น

2 ไม่ควรใช้งานเตาอบเมื่อไม่ได้ใส่อะไรไว้ในเตาอบ ท่านควรวางแก้วใส่น้ำไว้ในเตาอบ เมื่อไม่ได้ใช้งาน น้ำในแก้วจะช่วยป้องกันอันตรายที่อาจเกิดขึ้นได้ เมื่อเตาอบเริ่มทำงานโดยบังเอิญ

3 ไม่ควรใช้เตาอบเพื่อขจัดความชื้น เพราะอาจทำให้ท่านได้รับบาดเจ็บสาหัสได้ (เช่น ใช้เตาอบกับหนังสือพิมพ์, ผ้า, ของเล่น, สัตว์เลี้ยง หรือเครื่องใช้ไฟฟ้าแบบพกพาที่เปียก)

4 ไม่ควรปรุงอาหารที่ห่อด้วยกระดาษเช็ดจาน ยกเว้นทำตามคำอธิบายในตำราทำอาหาร

5 ไม่ควรใช้กระดาษหนังสือพิมพ์แทนกระดาษเช็ดจาน ซึ่งใช้สำหรับทำอาหาร

6 ไม่ควรใช้ภาชนะที่ผลิตจากไม้ ภาชนะเหล่านี้จะเกิดความร้อนและไหม้ได้ ไม่ควรใช้ภาชนะเซรามิคที่ประกอบด้วยโลหะ (เช่นทองหรือเงิน) ควรนำโลหะที่มัดอาหารออกก่อนทุกครั้ง วัตถุโลหะในเตาอบอาจทำให้เกิดประกายไฟ ซึ่งทำให้เตาอบเสียถาวรได้

7 ไม่ควรใช้เตาอบกับผ้าเช็ดจาน, ผ้าเช็ดปากหรือสิ่งใดๆ ขวางระหว่างฝากับส่วนหน้าของเตาอบ เพราะอาจทำให้คลื่นไมโครเวฟรั่วได้

8 ไม่ควรใช้กระดาษรีไซเคิล ซึ่งกระดาษเหล่านี้อาจมีสารเจือปน และอาจทำให้เกิดประกายไฟและ/หรือเพลิงไหม้เมื่อใช้ปรุงอาหารได้

9 หลังจากปรุงอาหารเสร็จแล้ว ไม่ควรนำถาดแก้วไปล้างน้ำทันที เพราะอาจทำให้ถาดแก้วแตกหรือเสียหายได้

10 อาหารที่มีปริมาณน้อยจะใช้เวลาปรุงอาหารอย่างรวดเร็ว ถ้าใช้เวลาปกติจะทำให้เกิดความร้อนมากเกินไป และอาหารอาจจะไหม้ได้

11 ควรวางเตาอบให้มีพื้นที่ด้านหน้าจากขอบพื้นผิวที่วางเตาอบอย่างน้อย 8 เซนติเมตรหรือมากกว่าขอบด้านหลังของพื้นที่ที่วางเตาอบ เพื่อป้องกันเตาอบตกลงมา

12 แทงเปลือกมันฝรั่ง, แอปเปิล, ผักหรือผลไม้ต่างๆ ก่อนปรุงอาหาร

13 ไม่ควรอบไข่ทั้งเปลือก แรงดันอากาศที่เกิดขึ้นภายในไข่จะทำให้ไข่แตกได้

14 ไม่ควรพยายามทอดอาหารที่ใช้น้ำมันมากๆ ในเตาอบของท่าน

15 แกะห่อพลาสติกออกจากอาหารก่อนปรุงหรือละลายน้ำแข็ง การปรุงอาหารในบางครั้งควรห่ออาหารด้วยพลาสติกบางๆ ที่ใช้สำหรับปรุงอาหาร

16 ถ้าประตูเตาอบและฝาผนึกประตูเตาอบเสีย ท่านจะไม่สามารถใช้งานเตาอบได้ จนกว่าฝาประตูจะถูกซ่อมแซมโดยช่างผู้ชำนาญ

17 ถ้ามีควันเกิดขึ้น ท่านควรปิดเตาอบหรือถอดปลั๊กไฟออกจากเต้าจ่ายไฟ และปิดประตูเตาอบไว้เพื่อป้องกันไฟที่ไหม้ในเตาอบลามออกมา

18 เมื่อปรุงอาหารในภาชนะพลาสติก, กระดาษหรือโลหะที่ติดไฟได้ ท่านควรตรวจสอบเตาอบและภาชนะที่ใช้บ่อยๆ ว่าชำรุดหรือไม่

19 ท่านสามารถปล่อยให้เด็กๆ ใช้เตาอบด้วยตัวเองเฉพาะเมื่อท่านได้ให้คำแนะนำที่ถูกต้อง ซึ่งทำให้เด็กสามารถใช้เตาอบได้อย่างถูกวิธี และเข้าใจถึงอันตรายของการใช้งานที่ผิดวิธีได้

20 ของเหลวหรืออาหารบางชนิดไม่ควรอุ่นในภาชนะที่ปิดฝา ซึ่งอาจทำให้เกิดแรงอัดและทำให้อาหารหกกระจายได้

21 ไม่ควรใช้งานเตาอบ ถ้าฝาผนึกประตูเตาอบและส่วนที่ใกล้เคียงเสีย ท่านจะไม่สามารถใช้งานเตาอบได้ จนกว่าส่วนที่เสียจะถูกซ่อมแซมโดยช่างผู้ชำนาญ

22 ตรวจสอบภาชนะว่าสามารถใช้กับเตาอบได้ ก่อนนำภาชนะไปปรุงอาหารในเตาอบ

23 ไม่ควรสัมผัสประตูเตาอบ, ภายนอกเตาอบ, ด้านหลังเตาอบ, ช่องระบายอากาศบนเตาอบ อุปกรณ์ต่างๆ และจาน เมื่ออยู่ในรูปแบบการย่างอาหาร, การอบอาหารด้วยอุณหภูมิคงที่และการปรุงอาหารอัตโนมัติ นอกจากท่านจะใส่ถุงมืออย่างหนา เพราะส่วนต่างๆ เหล่านี้จะร้อนมากก่อนสัมผัสอุปกรณ์ ควรตรวจสอบว่าอุปกรณ์ต่างๆ เย็นลงแล้ว

24 ใช้เฉพาะภาชนะซึ่งเหมาะสำหรับใช้กับเตาไมโครเวฟเท่านั้น

25 เมื่ออุ่นอาหารในภาชนะพลาสติกหรือภาชนะกระดาษ ควรเฝ้าดูเตาอบตลอดเวลา เนื่องจากภาชนะเหล่านี้อาจติดไฟได้

26 ถ้ามีควันเกิดขึ้น ท่านควรปิดเตาอบหรือถอดปลั๊กไฟออกจากเต้าจ่ายไฟ และปิดประตูเตาอบไว้เพื่อป้องกันไฟที่ไหม้ในเตาอบลามออกมา

27 การทำเครื่องดื่มให้ร้อนขึ้นโดยใช้คลื่นไมโครเวฟ อาจส่งผลให้น้ำเดือดพุ่งขึ้นมาได้ ดังนั้นควรระมัดระวังเมื่อถือภาชนะของเครื่องดื่ม

28 ควรเขย่าหรือคนอาหารในขวดนมและกระปุกอาหารสำหรับเด็กทารก และตรวจสอบอุณหภูมิของอาหาร ก่อนรับประทาน เพื่อป้องกันอาหารลวกปากและลิ้น

29 ไม่ควรอบไข่ในเปลือกหรืออุ่นไข่ต้มสุกด้วยเตาอบ เพราะไข่อาจระเบิดได้ ถึงแม้เตาอบจะหยุดส่งคลื่นไมโครเวฟแล้วก็ตาม

30 ควรรักษาความสะอาดในบริเวณฝาผนึกประตูเตาอบ, ช่องระบายอากาศบนเตาอบ และส่วนที่ใกล้เคียงอยู่เสมอ

31 ควรเช็ดทำความสะอาดเตาอบ และเศษอาหารที่เหลืออยู่ในเตาอบเป็นประจำ

32 การดูแลรักษาทำความสะอาดเตาอบที่ผิดวิธี อาจทำให้พื้นผิวของเตาอบเสียหายและส่งผลต่ออายุในการใช้งานของเตาอบอีกด้วย และอาจทำให้เกิดเหตุการณ์ที่อันตรายขึ้นได้

33 ใช้เฉพาะเครื่องทดสอบอุณหภูมิที่แนะนำให้ใช้กับเตาอบนี้เท่านั้น (สำหรับอุปกรณ์ซึ่งใช้งานเครื่องทดสอบอุณหภูมิได้อย่างสะดวก)

34 ระหว่างใช้งานเตาอบ ถ้าอุปกรณ์เสริมสำหรับทำความร้อนที่จัดมาให้ร้อนขึ้น ควรหลีกเลี่ยงที่จะสัมผัสอุปกรณ์เหล่านี้ภายในเตาอบ

35 อุปกรณ์นี้ไม่ได้ผลิตขึ้นมาเพื่อให้เด็กเล็ก และบุคคลทุพพลภาพใช้งานโดยไม่ได้รับการดูแล

36 เตาไมโครเวฟจะต้องทำงานโดยเปิดฝาประตูไว้

37 การเชื่อมต่อนี้สามารถกระทำได้โดยใช้ปลั๊กแบบเสียบต่อ หรือติดตั้งสวิทช์โดยเดินสายไฟถาวรให้เป็นไปตามมาตรฐาน การเดินสายไฟ

38 อย่าใช้อุปกรณ์ทำความสะอาดที่มีผิวหยาบ หรือเครื่องขัดโลหะที่มีความคมในการทำความสะอาดกระจก ฝาเตาไมโครเวฟ เพราะจะทำให้เกิดการถลอกที่พื้นผิว ซึ่งอาจจะทำให้กระจกแตกได้

⚠ **คำเตือน** : ถ้าประตูเตาอบและฝาผนึกประตูเตาอบเสีย ท่านจะไม่สามารถใช้งานเตาอบได้จนกว่าฝาประตูจะถูกซ่อมแซมโดยช่างผู้ชำนาญ

⚠ **คำเตือน** : ไม่ควรพยายามปรับหรือซ่อมแซมใดๆ กับประตูเตาอบ, แผงควบคุม, สวิตช์ป้องกันหรือส่วนประกอบอื่นๆ ของเตาอบ ซึ่งอาจทำให้เกิดอันตรายกับผู้ที่ซ่อมแซมรวมทั้งผู้ที่นำฝาครอบป้องกันคลื่นไมโครเวฟออก ซึ่งอาจทำให้คลื่นไมโครเวฟแพร่กระจายออกมาได้ การซ่อมแซมเตาอบสามารถทำได้เฉพาะช่างผู้ชำนาญเท่านั้น

⚠ **คำเตือน** : ของเหลวหรืออาหารบางชนิดไม่ควรอุ่นในภาชนะที่ปิดฝา ซึ่งอาจทำให้เกิดแรงอัดและทำให้อาหารหกกระจายได้

⚠ **คำเตือน** : ท่านสามารถปล่อยให้เด็กๆ ใช้เตาอบด้วยตัวเองเฉพาะเมื่อท่านได้ให้คำแนะนำที่ถูกต้อง ซึ่งทำให้เด็กสามารถใช้เตาอบได้อย่างถูกวิธี และเข้าใจถึงอันตรายของการใช้งานที่ผิดวิธีได้

⚠ **คำเตือน** : ชิ้นส่วนบางอย่างที่สามารถเข้าถึงได้อาจจะร้อนในระหว่างการใช้งาน อย่าให้เด็กๆเข้าใกล้

ภาชนะที่สามารถใช้กับ
เตาไมโครเวฟได้

ไม่ควรใช้ภาชนะโลหะหรือภาชนะที่มีขอบโลหะในเตาอบไมโครเวฟของท่าน

คลื่นไมโครเวฟไม่สามารถทะลุผ่านโลหะได้ คลื่นไมโครเวฟจะสะท้อนกลับเมื่อโดนวัตถุโลหะภายในเตาอบ ซึ่งทำให้เกิดประกายไฟที่เหมือนกับฟ้าแลบ

ภาชนะซึ่งไม่ใช่โลหะส่วนใหญ่ที่สามารถทนต่อความร้อนได้ ปลอดภัยสำหรับใช้ในเตาไมโครเวฟของท่าน แต่อย่างไรก็ตามบางภาชนะอาจจะผสมด้วยโลหะบางชนิด ซึ่งไม่เหมาะสมในการใช้กับเตาอบไมโครเวฟ ถ้าท่านมีข้อสงสัยเกี่ยวกับการใช้ภาชนะบรรจุอาหาร ท่านสามารถรู้ได้อย่างง่ายดาย ว่าภาชนะไหนปลอดภัยสำหรับใช้ในเตาไมโครเวฟของท่าน

โดยการวางภาชนะที่ท่านต้องการรู้ ว่าใช้กับเตาไมโครเวฟได้หรือไม่ ลงในถ้วยแก้วที่เติมน้ำไว้ แล้ววางถ้วยแก้วลงในเตาอบ ตั้งเตาอบ 1 นาทีด้วยระดับไฟที่ HIGH ถ้าน้ำร้อนขึ้นแต่ภาชนะที่ทดสอบนั้นยังคงเย็นอยู่ แสดงว่าภาชนะนั้นสามารถใช้กับเตาอบไมโครเวฟได้ แต่ถ้าน้ำไม่เปลี่ยนอุณหภูมิ และภาชนะที่ทดสอบร้อนขึ้น แสดงว่าภาชนะนั้นไม่สามารถใช้กับเตาไมโครเวฟได้ ท่านสามารถใช้อุปกรณ์ภายในครัวที่แสดงอยู่ในตารางด้านล่างนี้กับเตาไมโครเวฟได้

จานอาหารค่ำ

ภาชนะสำหรับอาหารค่ำหลายชนิดเป็นภาชนะที่สามารถใช้กับเตาไมโครเวฟได้ ถ้าท่านมีข้อสงสัยใดๆ กรุณาปรึกษาผู้ผลิต หรือทำการทดสอบภาชนะตามวิธีที่แสดงในด้านบน

ภาชนะแก้ว

ภาชนะแก้วสามารถทนต่อความร้อนได้ ซึ่งปลอดภัยสำหรับใช้ในเตาไมโครเวฟของท่าน รวมทั้งภาชนะแก้วหลอมทุกยี่ห้อ แต่อย่างไรก็ตาม ไม่ควรใช้ภาชนะแก้วที่แตกได้ง่าย เช่น แก้วไวน์ ซึ่งอาจจะแตกเมื่ออาหารอุ่นขึ้น

ภาชนะพลาสติกสำหรับเก็บอาหาร

ภาชนะชนิดนี้สามารถใส่อาหารที่ใช้เวลาสั้นๆ ในการอุ่นได้ แต่ไม่ควรใช้เมื่อต้องการปรุงอาหารในเตาอบเป็นเวลานาน อาหารที่ร้อนจะทำให้ภาชนะพลาสติกโค้งงอหรือละลายได้

กระดาษ

จานและภาชนะกระดาษคือภาชนะที่สะดวกสบาย และปลอดภัยสำหรับใช้ในเตาไมโครเวฟของท่าน ภาชนะกระดาษจะใช้เวลาในการปรุงอาหารสั้นลง และทำให้อาหารมีไขมันและความชื้นน้อยลง กระดาษที่ใช้ในการทำอาหารมีประโยชน์ในการห่ออาหาร และใส่ในถาดอบอาหาร ในกรณีที่ปรุงอาหารที่มีความมันมาก เช่น เบคอน ควรหลีกเลี่ยงการใช้ผ้าสีและกระดาษรีไซเคิล เพราะผ้าและกระดาษบางชนิดอาจมีสิ่งเจือปนที่ทำให้เกิดประกายไฟหรือเพลิงไหม้ เมื่อใช้ในเตาไมโครเวฟได้

ถุงพลาสติกสำหรับปรุงอาหาร

ถุงพลาสติกเหล่านี้ได้ถูกผลิตขึ้นมาเป็นพิเศษ สำหรับใช้ปรุงอาหารในเตาไมโครเวฟโดยเฉพาะ แต่เพื่อความมั่นใจในการใช้งาน ท่านควรฉีกถุงให้มีรอยขาดเล็กน้อย เพื่อให้ควันสามารถระบายออกจากถุงได้ ไม่ควรใช้ถุงพลาสติกทั่วไป เพื่อปรุงอาหารในเตาไมโครเวฟของท่าน เพราะถุงอาจจะละลายและแตกได้

ภาชนะพลาสติกสำหรับใช้ในเตาไมโครเวฟ

ท่านสามารถใช้ภาชนะพลาสติกที่มีรูปร่างและขนาดต่างๆ ได้ทุกชนิด และสามารถใช้ภาชนะพลาสติกที่ท่านมีอยู่แล้วได้ โดยไม่จำเป็นต้องลงทุนซื้อใหม่

ภาชนะเคลือบ, หินและกระเบื้อง

ภาชนะที่กล่าวมาในด้านบนนี้สามารถใช้กับเตาไมโครเวฟได้เป็นอย่างดี แต่ท่านก็ควรทดสอบภาชนะก่อนเพื่อความมั่นใจ

⚠ ข้อควรระวัง

ภาชนะบางชนิดเป็นตัวนำความร้อน หรือประกอบด้วยเหล็ก ซึ่งไม่เหมาะสมสำหรับใช้กับเตาไมโครเวฟ

ท่านควรทดสอบภาชนะก่อน เพื่อความมั่นใจว่าท่าน สามารถใช้ภาชนะนี้กับเตาไมโครเวฟของท่านได้

ลักษณะเฉพาะของอาหารและ
การปรุงอาหารด้วยไมโครเวฟ

ควรมองเตาอบอยู่เสมอ

วิธีการปรุงอาหารในคู่มือเล่มนี้คือสูตรการปรุงอาหารอย่างละเอียด แต่โดยขึ้นอยู่กับวิธีในการเตรียมอาหารและคอยดูแลอาหารระหว่างการปรุง จึงจะได้อาหารที่มีรูปร่างสวยงามและมีรสชาติดีเยี่ยม ท่านควรมองอาหารระหว่างปรุงตลอดเวลา เตาอบของท่านประกอบด้วยระบบไฟอัตโนมัติ ซึ่งจะเปิดขึ้นเมื่อเตาอบทำงาน และทำให้ท่านมองเห็นภายในเตาอบและตรวจสอบอาหารของท่านได้ ขอแนะนำให้ท่านคนอาหาร และใช้ไฟในระยะเวลาสั้นๆ ก่อน ถ้าอาหารสุกไม่เท่ากัน ท่านจึงค่อยๆ ปรับระดับไฟของเตาอบ

ปัจจัยที่ส่งผลต่อเวลาในการปรุงอาหาร

มีหลายสาเหตุที่ทำให้เกิดผลต่อเวลาในการปรุงอาหาร อุณหภูมิของส่วนผสมที่ใช้ในการปรุงอาหารจะทำให้เวลาในการปรุงอาหารแตกต่างกันมาก เช่น เค้กที่ทำด้วยเนยแข่แข็ง, นม, ไข่จะใช้เวลาในการอบมากกว่าเค้กที่ใช้ส่วนผสมที่มีอุณหภูมิปกติ การปรุงอาหารในคู่มือการใช้งานเล่มนี้จะใช้ช่วงเวลาในการปรุงอาหารแตกต่างกันไป โดยปกติท่านจะพบว่าอาหารยังไม่สุก เมื่อปรุงอาหารตามเวลาที่แนะนำไว้ และในบางครั้งอาหารของท่านต้องใช้เวลาสูงสุดที่แนะนำในการปรุงอาหาร กลุ่มนักวิทยาศาสตร์ของคู่มือการใช้งานเล่มนี้ มั่นใจว่าเวลาในการปรุงอาหารที่แนะนำนั้นเหมาะสมที่สุด การปรุงอาหารบางชนิด โดยเฉพาะขนมปัง, เค้กและขนมคัสตาร์ด ขอแนะนำว่าควรนำอาหารออกจากเตาอบในขณะที่อาหารยังไม่ค่อยสุก สิ่งนี้ไม่ใช่การแนะนำที่ผิด เมื่อนำอาหารออกมาวางพักทิ้งไว้ข้างนอกความร้อนภายในอาหารก็จะปรุงอาหารอย่างต่อเนื่อง จนกระทั่งอาหารสุกทั่วทั้งหมด ถ้าปล่อยอาหารทิ้งไว้ในเตาอบจนสุกหมด ส่วนภายนอกของอาหารก็จะไหม้เกรียม ท่านจะต้องกะทั้งเวลาในการปรุงอาหาร และเวลาวางพักทิ้งไว้เองตามชนิดของอาหารที่แตกต่างกัน

ความหนาแน่นของอาหาร

อาหารที่นุ่มและเต็มไปด้วยรู เช่น เค้กและขนมปังจะใช้เวลาในการปรุงอาหารเร็วกว่าอาหารที่หนาทึบ เช่น อาหารย่างและอบ ท่านต้องคอยดูอาหารในระหว่างที่ปรุงอาหารในเตาอบ เพราะภายนอกของอาหารอาจจะแห้งและกรอบได้

ส่วนที่สูงสุดของอาหาร

ส่วนที่สูงสุดของอาหารที่มีความสูง โดยเฉพาะอาหารย่างจะสุกเร็วกว่าส่วนที่อยู่ด้านล่าง ดังนั้นท่านควรกลับอาหารระหว่างการปรุงหลายๆ ครั้ง

ไอน้ำของอาหาร

เมื่อความร้อนจากคลื่นไมโครเวฟแพร่ออกมาจะทำให้เกิดไอน้ำ อาหารที่แห้ง เช่น อาหารย่างและผักบางชนิดควรพรมน้ำให้เปียกก่อน หรือหาอะไรมาห่อไว้ก่อนนำเข้าเตาอบ เพื่อรักษาความชื้นไว้

กระดูกและอาหารที่มีไขมันมาก

กระดูกจะนำความร้อน และอาหารที่มีไขมันมากจะสุกเร็วกว่าเนื้อ ควรระมัดระวังเมื่อปรุงเนื้อที่มีกระดูกหรือมัน ซึ่งอาหารจะสุกไม่เท่ากัน และไม่ควรปล่อยให้อาหารไหม้

ปริมาณของอาหาร

จำนวนคลื่นไมโครเวฟในเตาอบของท่านจะคงที่ ถึงแม้อาหารในเตาอบจะมีปริมาณมากน้อยแค่ไหนก็ตาม ดังนั้นถ้าท่านใส่อาหารในเตาอบมาก ท่านก็ควรเพิ่มเวลาในการปรุงอาหารให้มากขึ้น เมื่อท่านปรุงอาหารที่มีปริมาณเพียงครึ่งเดียว ควรลดเวลาในการปรุงอาหารลงอย่างน้อย 1/3 ของเวลาทั้งหมด

รูปร่างของอาหาร

คลื่นไมโครเวฟสามารถทะลุเข้าไปในอาหารได้ประมาณ 2 ซม. ด้านในของอาหารที่หนาจึงสุกช้ากว่าด้านนอก ซึ่งความร้อนภายนอกจะแพร่เข้าไปภายใน เฉพาะด้านนอกของอาหารเท่านั้นที่สุกโดยคลื่นไมโครเวฟส่วนที่เหลือของอาหารจะสุกโดยการถ่ายความร้อน อาหารที่เป็นรูปสี่เหลี่ยมหนาๆ ไม่เหมาะสำหรับปรุงในเตาอบไมโครเวฟ เพราะมุมของอาหารจะไหม้ก่อนที่ข้างในจะเริ่มร้อนอาหารที่เป็นรูปวงกลมและบางเหมาะสำหรับปรุงในเตาอบไมโครเวฟ

การปิดฝา

การปิดฝาจะช่วยเก็บความร้อนและไอน้ำ ซึ่งทำให้อาหารสุกเร็วขึ้น ใช้ฝาหรือแผ่นฟิล์มติดที่มุมด้านหลังเพื่อป้องกันการแตกของอาหาร

การอบสีน้ำตาล

เนื้อสัตว์และสัตว์ปีกจะใช้เวลาในการปรุงอาหารอย่างน้อย 15 นาที เพื่อทำให้เนื้อกลายเป็นสีน้ำตาลอ่อนๆ อาหารที่ใช้เวลาในการปรุงน้อยกว่านี้ อาจต้องใช้ซอสที่ทำให้เป็นสีน้ำตาล เช่น ซอส Worcesterchire, ซอสถั่วเหลืองหรือซอสบาร์บีคิว เพื่อแต่งสีสันของอาหารการใส่ซอสในปริมาณเพียงเล็กน้อย ไม่ทำให้รสชาติของอาหารเปลี่ยนแปลงไป

การห่อด้วยกระดาษป้องกันน้ำมัน

กระดาษป้องกันน้ำมันจะช่วยป้องกันการกระเด็น และยังช่วยคงความร้อนของอาหาร แต่กระดาษนี้ไม่แน่นหนาเท่ากับการใช้ฝาปิด จึงมีผลทำให้อาหารแห้งเล็กน้อย

การเรียงและการเว้นระยะ

อาหารบางชนิด เช่น การอบมันฝรั่ง, เค้กชิ้นเล็กๆ และออเดิร์ฟจะร้อนเท่ากัน ถ้าวางอาหารแต่ละชิ้นในเตาอบ ในระยะห่างที่เท่ากัน ท่านอาจจะวางเรียงเป็นวงกลมก็ได้ แต่ไม่ควรวางอาหารซ้อนทับกัน

ลักษณะเฉพาะของอาหารและ
การปรุงอาหารด้วยไมโครเวฟ

การคน

การคนเป็นเทคนิคที่สำคัญมากที่สุดในการใช้เตาอบไมโครเวฟ ในการปรุงอาหารทั่วไป การคนเป็นการผสมอาหารให้เข้ากัน แต่ในการปรุงอาหารโดยใช้เตาอบ การคนเป็นการแพร่และกระจายความร้อน ควรคนจากด้านนอกเข้าหาจุดศูนย์กลาง เพราะด้านนอกจะร้อนก่อนจุดศูนย์กลาง

การพลิกอาหาร

การย่างอาหารที่ใหญ่และยาว เช่น ไก่ทั้งตัว ท่านควรพลิกไก่กลับด้านเพื่อที่ไก่จะได้สุกสม่ำเสมอทั้งด้านบนและด้านล่าง ท่านอาจจะตัดไก่ออกเป็นชิ้นก็ได้

วางส่วนที่หนาที่สุดไว้ด้านนอก

คลื่นไมโครเวฟจะโดนส่วนที่อยู่ด้านนอกของอาหารมาก ดังนั้นท่านควรวางส่วนที่หนาที่สุดของเนื้อสัตว์, สัตว์ปีกและปลาไว้ด้านนอกขอบจาน ซึ่งจะทำให้อาหารสุกเท่ากันทั้งหมด

การห่ออาหาร

ห่อแผ่นอลูมิเนียมฟอยด์ (ที่กั้นคลื่นไมโครเวฟ) ไว้ที่มุมหรือขอบเหลี่ยมของอาหาร เพื่อป้องกันอาหารส่วนนั้นไหม้เกรียม ไม่ควรใช้แผ่นอลูมิเนียมฟอยด์มากเกินไป และตรวจสอบว่าแผ่นอลูมิเนียมฟอยด์ติดอยู่กับจาน มิฉะนั้นอาจเกิดประกายไฟในเตาอบได้

การยกอาหาร

อาหารที่หนาควรวางให้สูง ซึ่งจะทำให้คลื่นไมโครเวฟผ่านด้านล่างและศูนย์กลางของอาหารได้

การแทงอาหารให้เป็นรู

อาหารที่มีเปลือกหรือเยื่อหุ้มมักจะปะทุในเตาอบ นอกจากอาหารเหล่านี้จะถูกแทงให้เป็นรูรอบๆ เช่น ไข่แดงและไข่ขาว, หอยกาบ, หอยนางรมและผักผลไม้ทุกชนิด

การทดสอบอาหาร

อาหารที่ปรุงในไมโครเวฟจะสุกอย่างรวดเร็ว ท่านควรทดสอบความสุกของอาหารบ่อยๆ อาหารบางชนิดควรปล่อยทิ้งไว้ในเตาอบจนเสร็จ แต่อาหารส่วนมาก รวมทั้งเนื้อสัตว์และสัตว์ปีกสามารถนำออกจากเตาอบ และปล่อยไว้ข้างนอกจนสุกได้ อุณหภูมิภายในของอาหารระหว่างวางพักทิ้งไว้จะเพิ่มขึ้นประมาณ 5˚F (3˚C) ถึง 15˚F (8˚C)

การพักอาหาร

หลังจากนำอาหารออกจากเตาอบไมโครเวฟ ท่านควรวางอาหารพักทิ้งไว้ประมาณ 3 ถึง 10 นาที อาหารโดยส่วนมากจะยังคงร้อนอยู่ระหว่างที่วางทิ้งไว้ ยกเว้นอาหารบางชนิดที่ต้องการให้เนื้อของอาหารแห้ง (เช่นเ ค้กและบิสกิตบางชนิด) การวางอาหารพักทิ้งไว้จะทำให้การปรุงเสร็จสิ้น และยังช่วยให้รสชาติของอาหารกลมกลืนและดีขึ้น

การทำความสะอาดเตาอบของท่าน

1 รักษาความสะอาดภายในเตาอบอยู่เสมอ

อาหารจะกระเด็นหรือมีน้ำเหนียวๆ หกใส่ผนังเตาอบและประตูเตาอบ ท่านควรใช้ผ้าชุบน้ำหมาดๆ เช็ดรอยเปื้อนนี้ออกไป เศษอาหารหรือน้ำที่ล้นออกมาจะดูดคลื่นไมโครเวฟ และเพิ่มเวลาในการปรุงอาหารมากขึ้น ใช้ผ้าชุบน้ำเช็ดเศษอาหารระหว่างประตูเตาอบและโครงฝา ถ้าประตูเตาอบสะอาดจะทำให้ฝาปิดแน่น เช็ดคราบน้ำมันที่กระเด็นด้วยผ้าชุบน้ำสบู่และผ้าแห้ง ไม่ควรใช้ผงซักฟอกหรือน้ำยาทำความสะอาดที่กัดกร่อนได้ ท่านสามารถล้างถาดโลหะด้วยตัวท่านเอง หรือใช้เครื่องล้างจานก็ได้

2 รักษาความสะอาดภายนอกเตาอบอยู่เสมอ

ทำความสะอาดด้านนอกเตาอบด้วยน้ำสบู่และน้ำ แล้วเช็ดน้ำให้แห้งด้วยผ้าแห้งหรือผ้าขนหนู เพื่อป้องกันส่วนประกอบภายในเสียหาย ไม่ควรปล่อยให้น้ำไหลลงในช่องระบายอากาศ การทำความสะอาดแผงควบคุม เปิดประตูเตาอบเพื่อป้องกันเตาอบทำงานโดยบังเอิญ เช็ดแผงควบคุมด้วยผ้าชุบน้ำแล้วใช้ผ้าแห้งเช็ดซ้ำอีกที กดปุ่ม STOP/CLEAR หลังการทำความสะอาด

3 ถ้ามีไอน้ำเกาะอยู่ด้านในหรือรอบๆ ด้านนอกของประตูเตาอบ เช็ดแผงควบคุมด้วยผ้านุ่มๆ สิ่งนี้จะเกิดขึ้น เมื่อเตาไมโครเวฟทำงานภายใต้สภาพแวดล้อมที่มีความชื้นสูง และสิ่งนี้ไม่ได้หมายความว่าเตาอบทำงานผิดปกติ

4 ควรทำความสะอาดประตูและฝาผนึกเตาอบอยู่เสมอ โดยใช้น้ำอุ่น, น้ำสบู่, น้ำสะอาดแล้วใช้ผ้าแห้งเช็ดซ้ำ

ไม่ควรใช้วัตถุกัดกร่อน เช่น ผงทำความสะอาดหรือแผ่นเหล็กและพลาสติก

ส่วนประกอบโลหะนั้นสามารถทำความสะอาดได้อย่างง่ายดาย เพียงใช้ผ้าชุบน้ำเช็ดบ่อยๆ

5 อย่าใช้เครื่องทำความสะอาดด้วยไอน้ำ

Q ทำไมไฟในเตาอบถึงไม่สว่าง?

A มีหลายสาเหตุที่ทำให้ไฟในเตาอบไม่สว่าง
หลอดไฟแตก
ประตูเตาอบเปิดอยู่

Q คลื่นไมโครเวฟสามารถทะลุผ่านจอบนฝาประตูได้หรือไม่?

A ไม่ได้ แสงสามารถลอดผ่านรูหรือช่องต่างๆ บนเตาอบได้ แต่คลื่นไมโครเวฟไม่สามารถทะลุผ่านรูหรือช่องต่างๆ บนเตาอบได้

Q ทำไมถึงได้ยินเสียงบี๊พ เมื่อกดปุ่มบนแผงควบคุม?

A เสียงบี๊พจะดังขึ้น เพื่อยืนยันการทำงานที่ท่านเลือก

Q เตาอบจะเสียหรือไม่ ถ้าใช้งานโดยไม่มีอะไรอยู่ข้างในเตาอบ ?

A เสียหาย ไม่ควรใช้งานเตาอบถ้าไม่ได้ใส่อาหารไว้ข้างใน หรือใช้เตาอบโดยไม่มีถาดแก้ว

Q ทำไมบางครั้งไข่ถึงแตก?

A เมื่ออบหรือต้มไข่ ไข่แดงอาจจะแตกเนื่องจากไอน้ำที่เกิดขึ้นภายในไข่แดง เพื่อป้องกันท่านควรทิ่มไข่แดงให้แตกก่อนปรุง ไม่ควรปรุงไข่ที่อยู่ในเปลือก

Q ทำไมถึงแนะนำให้วางอาหารพักทิ้งไว้ หลังจากปรุงอาหารด้วยเตาอบเสร็จแล้ว?

A หลังจากปรุงอาหารด้วยเตาอบเสร็จแล้ว ท่านควรวางอาหารพักทิ้งไว้ชั่วครู่หนึ่ง ซึ่งจะทำให้อาหารสุกทั่วทั้งหมด เวลาในการวางอาหารพักทิ้งไว้จะขึ้นอยู่กับความหนาแน่นของอาหาร

Q พัดลมทำงาน ในขณะที่ไม่ได้ใช้งานเตาไมโครเวฟ สิ่งนี้คือการทำงานที่ผิดปกติหรือไม่?

A ไม่ผิดปกติ 'ระบบทำความเย็นอัตโนมัติ' จะควบคุมให้พัดลมทำงานอัตโนมัติเพื่อความปลอดภัยของผู้ใช้ ถ้าอุณหภูมิภายในเตาอบมากเกินกว่าค่าที่กำหนดไว้ หลังจากเตาอบทำงานเสร็จสมบูรณ์แล้ว

Q สามารถทำข้าวโพดคั่วในเตาไมโครเวฟได้หรือไม่ ?

A ได้ ท่านสามารถทำข้าวโพดคั่วได้โดย ปฏิบัติตามวิธีใดวิธีหนึ่งต่อไปนี้

1. ใช้ภาชนะในการทำข้าวโพดคั่ว ซึ่งออกแบบมาให้ใช้กับเตาไมโครเวฟโดยเฉพาะ
2. ใช้ข้าวโพดคั่วที่บรรจุอยู่ในซอง ซึ่งสามารถใช้ในเตาไมโครเวฟได้เลย ข้าวโพดคั่วที่บรรจุมาแล้วจะมีเวลาในการอบและระดับไฟที่เหมาะสม

ปฏิบัติตามคำแนะนำของบริษัทผู้ผลิตข้าวโพดคั่ว ไม่ควรปล่อยเตาอบทิ้งไว้ในขณะที่ข้าวโพดคั่วเริ่มกระเด็น เมื่อข้าวโพดคั่วเริ่มกระเด็น หลังจากผ่านเวลาที่แนะนำไว้ ท่านควรหยุดการทำข้าวโพดคั่ว ถ้าข้าวโพดคั่วได้รับความร้อนมากเกินไป จะทำให้ข้าวโพดติดไฟได้

⚠ ข้อควรระวัง

ไม่ควรใช้ถุงกระดาษสีน้ำตาลในการทำข้าวโพดคั่ว ไม่ควรพยายามนำเม็ดข้าวโพดคั่วที่เหลือมาทำข้าวโพดคั่วอีกครั้งหนึ่ง

Q ทำไมเตาอบของฉันถึงได้ทำงานเร็วกว่าเวลาที่อธิบายไว้ในคู่มือ?

A ตรวจสอบตำราทำอาหารอีกครั้งว่าท่านได้ปฏิบัติถูกต้องทุกวิธี หรืออาจเกิดจากความคลาดเคลื่อนของเวลาในการปรุงอาหาร ตั้งเวลาในการปรุงอาหารและระดับไฟตามที่ได้แนะนำไว้ในตำราทำอาหารเพื่อป้องกันอาหารไหม้เกรียม ขนาด, รูปร่างและน้ำหนักของอาหารที่เปลี่ยนไปจะทำให้ใช้เวลาในการปรุงอาหารมากขึ้น ท่านสามารถปรับเวลาและระดับไฟตามคำแนะนำในตำราปรุงอาหารเพื่อทดสอบอาหาร เหมือนกับเวลาท่านทำอาหารตามปกติได้

ข้อมูลเกี่ยวกับสายไฟฟ้า/
ข้อมูลทางเทคนิค

คำเตือน

อุปกรณ์นี้ต้องต่อสายดิน

สายของสายไฟหลักจะมีสีที่สอดคล้องกับรหัสด้านล่างนี้

สีน้ำเงิน ~ สายกลาง

สีน้ำตาล ~ สายกระแสไฟ

สีเขียวและสีเหลือง ~ สายดิน

สีของสายไฟหลักของอุปกรณ์นี้อาจจะไม่เหมือนกับสีของช่องที่ต่อ ท่านควรเสียบปลั๊กไฟดังนี้

สายที่มีสีน้ำเงินต้องต่อกับช่องที่มีตัวอักษร N หรือช่องสีดำ

สายที่มีสีน้ำตาลต้องต่อกับช่องที่มีตัวอักษร L หรือช่องสีแดง

สายที่มีสีเขียวและสีเหลืองหรือสีเขียวต้องต่อกับช่องที่มีตัวอักษร E หรือเครื่องหมาย ⏚

ถ้าสายไฟฟ้าที่จัดมาให้ชำรุด ท่านต้องเปลี่ยนสายไฟฟ้าโดยผู้ผลิต, ตัวแทนจำหน่ายหรือช่างผู้ชำนาญเท่านั้น เพื่อป้องกันอันตรายที่อาจเกิดขึ้นได้

ข้อมูลทางเทคนิค

	MC8087ARC/MC8087TRC
กำลังไฟฟ้าที่รับเข้าเครื่อง	220 V~ 50 Hz
กำลังไฟฟ้าที่จ่ายออก	900 วัตต์ (ระดับมาตรฐาน IEC60705)
ความถี่คลื่นไมโครเวฟ	2,450 MHz
ขนาดภายนอก (ก x ส x ล)	530 X 322 X 427 มิลลิเมตร
ใช้กำลังไฟ	
การใช้คลื่นไมโครเวฟ	1,300 วัตต์
การย่างอาหาร	1,150 วัตต์
การทำงาน 2 รูปแบบรวมกัน	สูงสุด 2,400 วัตต์
การอบอาหารด้วยอุณหภูมิคงที่	สูงสุด 1,850 วัตต์