LG
Life's Good

THAI

คู่มือการใช้งาน

# เตาอบ "SolarDOM"

กรุณาอ่านคู่มือการใช้งานเล่มนี้อย่างละเอียดก่อนทำการใช้งาน

MP9489SRC

มอก.1773-2548

P/No.: MFL40931602

www.lg.com

# 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

ไม่ควรทำการปรับตั้งหรือซ่อมแซมเตาอบโดยบุคคลอื่นๆ ซึ่งไม่ใช่ช่างผู้ชำนาญ

## ⚠ คำเตือน

**กรุณาตรวจสอบเวลาในการปรุงอาหารว่าได้ตั้งไว้ในเวลาที่เหมาะสมแล้ว การตั้งเวลามากเกินไปอาจทำให้อาหารในเตาอบไหม้และมีผลต่อเนื่องทำให้เตาอบของท่านเสียหายได้**

เมื่อของเหลวร้อนๆ เช่น น้ำซุป, ซอสและเครื่องดื่มในเตาอบ ได้รับความร้อนมากเกินไปก็จะเดือดขึ้นซึ่งทำให้น้ำร้อนล้นออกมาจากภาชนะ เพื่อป้องกันน้ำร้อนล้นออกมา ควรปฏิบัติดังนี้

1 หลีกเลี่ยงการใช้ภาชนะขอบเรียบที่มีปากแคบ

2 ไม่ควรใช้ความร้อนมากเกินไป

3 คนน้ำในภาชนะก่อนวางภาชนะลงในเตาอบ และใช้เวลาในการต้มเพียงครึ่งเดียว

4 หลังการต้ม วางภาชนะทิ้งไว้ในเตาอบสักครู่หนึ่ง คนหรือเขย่าภาชนะอย่างระมัดระวังอีกครั้งและตรวจสอบอุณหภูมิของน้ำก่อนดื่ม เพื่อป้องกันน้ำลวกปากและลิ้น (โดยเฉพาะขวดนมและกระปุกอาหารสำหรับเด็กทารก)
ควรระมัดระวังเมื่อจับภาชนะ

## ⚠ คำเตือน

**วางภาชนะทิ้งไว้สักครู่หนึ่ง หลังการปรุงทุกครั้งและตรวจสอบอุณหภูมิของอาหาร ก่อนรับประทานโดยเฉพาะขวดนมและกระปุกอาหารสำหรับเด็กทารก**

THAI

## คลื่นไมโครเวฟทำงานอย่างไร

คลื่นไมโครเวฟมีลักษณะพลังงานเหมือนกับคลื่นวิทยุและโทรทัศน์ และแสงแดดปกติ โดยปกติคลื่นไมโครเวฟจะแพร่กระจายออก คลื่นไมโครเวฟจะเคลื่อนที่ผ่านชั้นบรรยากาศและหายไปโดยไม่เกิดผลใดๆ แต่เตาอบไมโครเวฟมีคลื่นแม่เหล็กซึ่งถูกออกแบบมา ให้สามารถใช้ได้ในคลื่นไมโครเวฟ เมื่อกระแสไฟฟ้าส่งไปยังหลอดแม่เหล็กจะทำให้เกิดคลื่นไมโครเวฟ

คลื่นไมโครเวฟจะอยู่ในพื้นที่ปรุงอาหารด้านในของเตาอบ จานหมุนหรือถาดจะอยู่ด้านล่างสุดของเตาอบ คลื่นไมโครเวฟไม่สามารถทะลุผ่านผนังโลหะของเตาอบออกได้ แต่สามารถทะลุผ่านวัตถุ เช่น แก้ว, กระเบื้อง, กระดาษและภาชนะที่ผลิตจากวัตถุที่สามารถใช้ในเตาอบไมโครเวฟได้

คลื่นไมโครเวฟจะไม่ทำให้ภาชนะที่ใส่อาหารร้อนขึ้น แต่จะทะลุผ่านภาชนะที่ใส่อาหาร ความร้อนที่เกิดขึ้นเกิดจากความร้อนของอาหาร

## *อุปกรณ์ที่มีความปลอดภัยสูงสุด*

**เตาอบ SolarDOM ของท่านคือ1ในอุปกรณ์เครื่องใช้ไฟฟ้าภายในบ้านที่ปลอดภัยมากที่สุด เมื่อประตูเตาอบเปิด เตาอบจะหยุดสร้างคลื่นไมโครเวฟอัตโนมัติ คลื่นไมโครเวฟเมื่อสัมผัสอาหารจะเปลี่ยนเป็นพลังงานความร้อนทั้งหมด โดยจะไม่มีหลงเหลืออยู่ในอาหารมาก่อให้เกิดอันตรายแก่ผู้รับประทานได้**


ข้อควรระวัง ..... 2
สารบัญ ..... 3
การแกะกล่องและการติดตั้ง ..... 4 ~ 5
แผงปุ่มควบคุมการทำงาน ..... 6
การตั้งนาฬิกา ..... 7
การล็อคป้องกันเด็ก ..... 8
การอบอาหารด้วยอุณหภูมิคงที่ ..... 9
การปรุงอาหาร 2 รูปแบบพร้อมกันอย่างรวดเร็ว ..... 10 ~ 12
**เมนูอาหารไทยอัตโนมัติ** ..... 13 ~ 34
การละลายน้ำแข็งอัตโนมัติ ..... 35 ~ 36
การย่างอาหาร ..... 37
การปรุงอาหารด้วยคลื่นไมโครเวฟ ..... 38
ระดับไฟของคลื่นไมโครเวฟ ..... 39
การปรุงอาหาร 2 ขั้นตอน ..... 40
การปรุงอาหารจานโปรด ..... 41 ~ 42
การเริ่มปรุงอาหารอย่างรวดเร็ว ..... 43
การเพิ่มหรือลดเวลาในการปรุงอาหาร ..... 44
การประกอบอุปกรณ์ย่างเนื้อ ..... 45
ข้อควรระวังเพื่อความปลอดภัย
อ่านข้อมูลนี้อย่างละเอียดและเก็บข้อมูลนี้ไว้เพื่อใช้อ้างอิงในอนาคต ..... 46 ~ 47
ภาชนะที่สามารถใช้กับเตาไมโครเวฟได้ ..... 48
ลักษณะเฉพาะของอาหารและการปรุงอาหารด้วยไมโครเวฟ ..... 49 ~ 50
คำถามและคำตอบ ..... 51
ข้อมูลเกี่ยวกับสายไฟฟ้า/ข้อมูลทางเทคนิค ..... 52

# *การแกะกล่องและ*
# การติดตั้ง

ปฏิบัติตามขั้นตอนเบื้องต้นภายใน 2 หน้านี้ ซึ่งจะทำให้ท่านสามารถตรวจสอบว่าเตาอบของท่านทำงานถูกต้องหรือไม่ ได้อย่างรวดเร็ว กรุณาใส่ใจกับคำแนะนำ โดยเฉพาะคำแนะนำเกี่ยวกับการติดตั้งเตาอบของท่าน เมื่อแกะกล่องบรรจุเตาอบของท่านควรตรวจสอบว่านำอุปกรณ์และหีบห่อทุกชิ้นออกจากเตาอบ และตรวจสอบว่าเตาอบของท่านไม่ได้รับความเสียหายระหว่างขนส่ง

**1** นำเตาอบของท่านออกจากกล่อง และวางบนพื้นผิวที่ราบเรียบ

**ตะแกรงสูง**
(สำหรับการย่าง)

**ตะแกรงต่ำ**
(สำหรับการปรุงอาหารด้วยคลื่นไมโครเวฟและการอบอาหารด้วยอุณหภูมิคงที่)

**ถาดโลหะ**
(สำหรับการละลายน้ำแข็ง)

**ชุดนึ่งอาหาร**

**ฝาครอบถาด**

**แผ่นรอง**

**ถาดรองน้ำ (ถาดโลหะ, ถาดทอดกรอบ)**

**อุปกรณ์ย่างไก่ทั้งตัว**

**ที่จับ**

**2** วางเตาอบบนพื้นที่มีความสูงมากกว่า 85 เซนติเมตร และควรมีพื้นที่ด้านบนอย่างน้อย 20 เซนติเมตรและด้านหลัง 10 เซนติเมตรเพื่อระบายอากาศร้อนออกจากเตาอบด้านหน้าของเตาอบควรอยู่ห่างจากขอบของพื้นอย่างน้อย 8 เซนติเมตร/ไม่เกิน 22 เซนติเมตร เพื่อป้องกันเตาอบตกลงมา ช่องระบายอากาศอยู่ที่ด้านล่าง และด้านข้างของเตาอบ การปิดช่องระบายอากาศจะทำให้เตาอบเสียหายได้

* **ไม่ควรใช้เตาอบเครื่องนี้เพื่อค้าขายอาหาร**
* **เตาอบเครื่องนี้สามารถใช้เป็นอุปกรณ์แบบบิลท์อินได้**
* **ใช้เฉพาะชุดอุปกรณ์แบบบิลท์อินของ LG ELECTRONICS เท่านั้น**

**3** เสียบปลั๊กไฟเตาอบของท่านเข้ากับเต้าจ่ายไฟมาตรฐาน ตรวจสอบว่าเสียบปลั๊กไฟของเตาอบเข้ากับเต้าจ่ายไฟเพียงอุปกรณ์เดียว **ถ้าเตาอบของท่านทำงานไม่ถูกต้อง ถอดปลั๊กไฟของเตาอบออกจากเต้าจ่ายไฟและเสียบปลั๊กไฟอีกครั้ง**

**4** เปิดประตูเตาอบของท่านโดยดึงที่**ด้ามจับเปิดประตู** วาง**ถาดโลหะ**ลงในเตาอบ

**5** เติมน้ำ 300 มิลลิลิตร (1/2 ไพน์) ลงใน**ภาชนะที่สามารถใช้กับเตาไมโครเวฟได้** วางภาชนะลงบน**ถาดโลหะ** แล้วจึงปิดประตูเตาอบ ถ้าท่านมีข้อสงสัยเกี่ยวกับชนิดของภาชนะที่ใช้กับเตาอบนี้ได้ กรุณาดูรายละเอียดในหน้า 48

**6** กดปุ่ม **หยุด/ยกเลิก** และกดปุ่ม **เริ่มทำงาน** หนึ่งครั้ง เพื่อตั้งเวลาในการปรุงอาหาร 30 วินาที

**7** **จอแสดงผล**จะนับเวลาถอยหลังจาก 30 วินาที เมื่อเวลาเป็น 0 ท่านจะได้ยินเสียงบี๊พ เปิดประตูเตาอบและทดสอบอุณหภูมิของน้ำ ถ้าเตาอบของท่านทำงาน น้ำก็จะอุ่น **ท่านควรระมัดระวังเมื่อหยิบภาชนะเพราะภาชนะอาจจะร้อน**

**ขณะนี้ท่านทำการติดตั้งเตาอบเสร็จเรียบร้อยแล้ว**

**8** ควรคนหรือเขย่าอาหารภายในขวดนมและกระปุกอาหารสำหรับเด็กทารก และตรวจสอบอุณหภูมิของอาหาร ก่อนรับประทาน

THAI

# แผงปุ่มควบคุมการทำงาน

1. **จอแสดงผล**: ท่านสามารถแสดงเวลาปัจจุบัน, เวลาในการปรุงอาหาร, ระดับไฟและประเภทของอาหารได้
2. **ปุ่ม ENTER** : ท่านสามารถกำหนดประเภทในการปรุงอาหาร, ระดับไฟของคลื่นไมโครเวฟหรืออุณหภูมิได้
3. **ปุ่ม ระบบไมโครเวฟ** : ท่านสามารถเลือกระดับไฟได้ 5 ระดับ
4. **ปุ่ม ระบบย่าง** : ท่านสามารถเลือกรูปแบบการย่างที่ท่านต้องการได้
5. **ปุ่ม ระบบอบ** : ท่านสามารถเลือกอุณหภูมิและเวลาในการปรุงอาหารด้วยอุณหภูมิคงที่ได้
6. **ปุ่ม ตั้งเวลาอัตโนมัติ แบบรวดเร็ว**: ท่านสามารถเลือกประเภทในการปรุงอาหาร 2 รูปแบบพร้อมกันได้
7. **ปุ่ม อาหารไทยอัตโนมัติ** : ด้วยฟังก์ชั่นเมนูอาหารไทยอัตโนมัติช่วยให้คุณสามารถทำอาหารไทยที่คุณชื่นชอบได้อย่างง่ายดาย เพียงแค่เลือกชนิดของอาหารและน้ำหนัก
8. **ปุ่มหมุน** :
   - ท่านสามารถตั้งเวลาในการปรุงอาหาร, อุณหภูมิ, น้ำหนักและประเภทในการปรุงอาหารได้
   - ในขณะที่ปรุงอาหารด้วยระบบอัตโนมัติหรือด้วยตนเองก็ตาม ท่านสามารถเพิ่มหรือลดเวลาในการปรุงอาหารโดยหมุนปุ่ม Dial ได้ (ยกเว้นการละลายน้ำแข็ง)
9. **ปุ่ม ละลายน้ำแข็ง** : ท่านสามารถเลือกชนิดและน้ำหนักของอาหารได้
10. **ปุ่ม ตั้งเมนูโปรด** : ท่านสามารถตั้งโปรแกรมการปรุงอาหารเก็บไว้ในหน่วยความจำของเตาอบได้มากถึง 9 รูปแบบ (FA-1 ถึง FA-9)
11. **ปุ่ม ตั้งนาฬิกา** : ท่านสามารถตั้งเวลาปัจจุบันได้
12. **ปุ่ม หยุด/ยกเลิก** : ท่านสามารถหยุดการทำงานและยกเลิกข้อมูลที่ใส่เข้าไปทั้งหมดได้ เว้นแต่เวลาปัจจุบัน
    - กดปุ่ม Stop/Clear 1 ครั้ง เครื่องหมายทั้งหมดจะแสดงบนจอแสดงผลพร้อมกับเวลาปัจจุบัน หรือเข้าสู่การยกเลิกข้อมูลทั้งหมด
    - กดปุ่ม Stop/Clear ซ้ำๆ เครื่องหมายทั้งหมดจะดับลงจากจอแสดงผล
13. **ปุ่ม เริ่มทำงาน** :
    - กดปุ่มนี้ 1 ครั้งเพื่อเริ่มปรุงอาหารตามข้อมูลที่เลือกไว้
    - ด้วยระบบเริ่มปรุงอาหารอย่างรวดเร็ว จะทำให้ท่านสามารถตั้งเวลา 30 วินาทีด้วยระดับไฟในการปรุงอาหารที่ HIGH ในแต่ละครั้งที่ท่านกดปุ่มนี้ได้
14. **เครื่องหมายต่าง ๆ**: ท่านสามารถรับชมเครื่องหมายทั้งหมดได้โดยกดปุ่ม “Stop/Clear” 1 ครั้ง และปิดเครื่องหมายทั้งหมดได้โดยกดปุ่ม “Stop/Clear” ซ้ำๆ (หลังจากนั้น 15 วินาที เครื่องหมายทั้งหมดจะดับลงจากจอแสดงผลอัตโนมัติ)
    เครื่องหมายที่กระพริบแสดงให้รู้ว่านี้คือขั้นตอนต่อไปในการปรุงอาหาร เครื่องหมายรูปแบบการปรุงอาหารที่เลือกจะแสดงบนจอแสดงผล

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

**หมายเหตุ : เกี่ยวกับตัวกระพริบ**

**เมื่ออยู่ในการปรับตั้ง ตัวกระพริบจะแสดงให้ท่านรู้ถึงขั้นตอนต่อไปที่ท่านต้องปรับตั้ง**

เมื่อเสียบปลั๊กไฟของเตาอบในครั้งแรก หรือเมื่อไฟฟ้ากลับเข้าเครื่องหลังจากไฟดับ '0' จะแสดงบนจอแสดงผล ท่านต้องตั้งนาฬิกาอีกครั้ง

ถ้านาฬิกา (หรือจอแสดงผล) แสดงเครื่องหมายที่ท่านไม่เคยเห็น ท่านควรถอดปลั๊กไฟของเตาอบออกจากเต้าจ่ายไฟ และเสียบปลั๊กไฟอีกครั้งพร้อมทั้งตั้งนาฬิกาใหม่

**1**

ตรวจสอบว่าท่านได้ทำการติดตั้งเตาอบของท่านอย่างถูกต้อง ตามขั้นตอนที่อธิบายอยู่ในส่วนแรกของคู่มือการใช้งานเล่มนี้

กดปุ่ม **หยุด/ยกเลิก**

**2**

กดปุ่ม **ตั้งนาฬิกา** หนึ่งครั้ง

(ถ้าท่านต้องการใช้ระบบเวลา 12 ชั่วโมง **กดปุ่ม ตั้งนาฬิกา** ซ้ำอีกครั้ง
ถ้าท่านต้องการเปลี่ยนระบบเวลาหลังจากตั้งนาฬิกาเสร็จแล้ว ท่านต้องถอดปลั๊กไฟของเตาอบออกจากเต้าจ่ายไฟ และเสียบปลั๊กไฟอีกครั้ง)

**3**

หมุนปุ่ม **ปุ่มหมุน** จนกระทั่ง "14:00" แสดงบนจอแสดงผล

กดปุ่ม **ENTER** เพื่อยืนยันตัวเลขบอกชั่วโมงที่เลือก

**4**

หมุนปุ่ม **ปุ่มหมุน** จนกระทั่ง "14:35" แสดงบนจอแสดงผล

กดปุ่ม **ENTER**
นาฬิกาเริ่มเดิน

# *การล็อค*

## ป้องกันเด็ก

เตาอบของท่านมีการทำงานเพื่อความปลอดภัยที่สามารถป้องกันอุบัติเหตุ ซึ่งเกิดจากการทำงานของเตาอบได้ ถ้าท่านตั้งเปิดการล็อคป้องกันเด็กไว้ ท่านจะไม่สามารถใช้การทำงานใดๆ และไม่สามารถปรุงอาหารได้

แต่อย่างไรก็ตาม เด็กๆ ก็ยังคงสามารถเปิดประตูของเตาอบได้อยู่ดี

1 กดปุ่ม **หยุด/ยกเลิก**

2 กดปุ่ม **หยุด/ยกเลิก** ค้างไว้จนกระทั่ง **"L"** แสดงบนจอแสดงผล และเสียงบี๊พดังขึ้น **การล็อคป้องกันเด็ก**เปิดการทำงาน

เวลาจะดับลงจากจอแสดงผล แต่หลังจากนั้น 2-3 วินาที เวลาจะแสดงบนจอแสดงผลอีกครั้ง

3 ถ้าท่านกดปุ่มการทำงานใดๆ **"L"** จะแสดงบนจอแสดงผล

4 ถ้าท่านต้องการปิด**การล็อคป้องกันเด็ก** กดปุ่ม **หยุด/ยกเลิก** ค้างไว้จนกระทั่ง **"L"** ดับลงจากจอแสดงผล ท่านจะได้ยินเสียงบี๊พเมื่อปล่อยปุ่ม

# *การอบอาหาร*
# ด้วยอุณหภูมิคงที่



การอบอาหารด้วยอุณหภูมิคงที่ของเตาอบ จะมีอุณหภูมิระหว่าง 40 ˚C และ 100˚C ~ 250 ˚C

เตาอบนี้มีระบบการหมักเชื้อที่อุณหภูมิ 40˚C ท่านควรรอจนกระทั่งเตาอบเย็นลง ก่อนใช้การหมักเชื้อ เนื่องจากท่านจะไม่สามารถทำการหมักเชื้อได้ ถ้าเตาอบมีอุณหภูมิเกิน 40 ˚C

ท่านสามารถขยายเวลาการอบได้ถึง 9 ชั่วโมง ที่อุณหภูมิ 40 ˚C

เตาอบของท่านจะใช้เวลาประมาณ 2-3 นาที เพื่อทำอุณหภูมิของเตาอบให้ได้อุณหภูมิที่เลือก

เมื่อได้อุณหภูมิที่ต้องการแล้ว เสียงบี๊พจะดังขึ้น เพื่อบอกให้ท่านรู้ว่า ท่านสามารถวางอาหารลงในเตาอบได้แล้ว และเตาอบของท่านจะเริ่มปรุงอาหาร

**ท่านต้องใช้ตะแกรงต่ำระหว่างการอบอาหารด้วยอุณหภูมิคงที่**

| | |
|---|---|
| **1. การเตรียมเตาอบให้ร้อน**<br>กดปุ่ม **หยุด/ยกเลิก** | **2. การปรุงอาหาร**<br>กดปุ่ม **หยุด/ยกเลิก** |
| กดปุ่ม **ระบบอบ** เพื่อเลือกรูปแบบการอบอาหารด้วยอุณหภูมิคงที่<br>หมุนปุ่ม **ปุ่มหมุน** จนกระทั่ง “220˚C” แสดงบนจอแสดงผล | กดปุ่ม **ระบบอบ** เพื่อเลือกรูปแบบการอบอาหารด้วยอุณหภูมิคงที่<br>หมุนปุ่ม **ปุ่มหมุน** จนกระทั่ง “220˚C” แสดงบนจอแสดงผล |
| | กดปุ่ม **ENTER** เพื่อยืนยันอุณหภูมิที่เลือก |
| | หมุนปุ่ม **ปุ่มหมุน** จนกระทั่ง “50:00” แสดงบนจอแสดงผล |
| กดปุ่ม **เริ่มทำงาน**<br>“Pr-H” แสดงบนจอแสดงผล | กดปุ่ม **เริ่มทำงาน**<br>***หลังจากปรุงอาหารเสร็จแล้วท่านต้องใส่ถุงมือเพื่อยกถาดโลหะและภาชนะออกจากเตาอบ เนื่องจากถาดโลหะจะร้อนมาก*** |

# *การปรุงอาหาร 2 รูปแบบ*
## พร้อมกันอย่างรวดเร็ว

ตัวอย่างที่แสดงในด้านล่างนี้ คือวิธีการตั้งโปรแกรมเตาอบของท่านให้ปรุงอาหารด้วยคลื่นไมโครเวฟ 360 วัตต์ และย่างเป็นเวลา 25 นาที

**การปรุงอาหาร 2 รูปแบบ พร้อมกันอย่างรวดเร็ว (Co–1, 2, 3)**

เตาอบของท่านมีระบบการปรุงอาหารรวมกัน ซึ่งทำให้ท่านสามารถปรุงอาหารด้วย**ความร้อน**และ**คลื่นไมโครเวฟ**พร้อมกันหรือสลับกันก็ได้ การทำงานนี้ จะช่วยลดเวลาในการปรุงอาหารของท่าน

ในการปรุงอาหาร 2 รูปแบบพร้อมกันอย่างรวดเร็ว ท่านจะสามารถตั้งระดับคลื่นไมโครเวฟได้ 3 ระดับ (180W, 360W และ 600W)

* ***ประเภทของการปรุงอาหาร 2 รูปแบบ พร้อมกันอย่างรวดเร็ว***

| | | |
|---|---|---|
| ***Co–1*** | 1 | ย่าง-1 + คลื่นไมโครเวฟ |
| ***Co–2*** | 2 | ย่าง-2 + คลื่นไมโครเวฟ |
| ***Co–3*** | 3 | ย่าง-3 + คลื่นไมโครเวฟ |
| ***Co–4*** | 4 | (ให้ความร้อนด้านบน + ด้านล่าง) + คลื่นไมโครเวฟ |
| ***Co–5*** | 5 | อบอาหารด้วยอุณหภูมิคงที่ + คลื่นไมโครเวฟ |

* การย่าง : ดูหน้า 37 ประกอบ

**1** กดปุ่ม **หยุด/ยกเลิก**

**2** กดปุ่ม **ตั้งเวลาอัตโนมัติแบบรวดเร็ว** เพื่อเลือกรูปแบบการย่างรวมกับคลื่นไมโครเวฟ (Co-1, 2, 3)

**3** หมุนปุ่ม **ปุ่มหมุน** จนกระทั่ง “Co-1” แสดงบนจอแสดงผล

กดปุ่ม **ENTER** เพื่อยืนยันรูปแบบการย่าง-1

**4** หมุนปุ่ม **ปุ่มหมุน** จนกระทั่ง “360W” แสดงบนจอแสดงผล

กดปุ่ม **ENTER** เพื่อยืนยันระดับไฟที่เลือก

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

**5** กดปุ่ม **เริ่มทำงาน**

***หลังจากปรุงอาหารเสร็จแล้ว ท่านต้องใส่ถุงมือเพื่อยกถาดโลหะและภาชนะออกจากเตาอบ เนื่องจากถาดโลหะจะร้อนมาก***

ตัวอย่างที่แสดงในด้านล่างนี้ คือวิธีการตั้งโปรแกรมเตาอบของท่านให้ปรุงอาหารด้วยคลื่นไมโครเวฟ 360 วัตต์ และปรุงอาหารด้วยอุณหภูมิที่ 200˚C เป็นเวลา 25 นาที

# *การปรุงอาหาร 2 รูปแบบ*
## พร้อมกันอย่างรวดเร็ว

**การปรุงอาหาร 2 รูปแบบพร้อมกันอย่างรวดเร็ว (Co-4)**

ในการปรุงอาหาร 2 รูปแบบพร้อมกันอย่างรวดเร็ว (Co-4) ท่านจะสามารถตั้งระดับคลื่นไมโครเวฟได้ 4 ระดับ (0W, 180W, 360W และ 600W)

* ***ประเภทของการปรุงอาหาร 2 รูปแบบพร้อมกันอย่างรวดเร็ว***

| | | |
|---|---|---|
| ***Co-1*** | 1 | ย่าง-1 + คลื่นไมโครเวฟ |
| ***Co-2*** | 2 | ย่าง-2 + คลื่นไมโครเวฟ |
| ***Co-3*** | 3 | ย่าง-3 + คลื่นไมโครเวฟ |
| ***Co-4*** | 4 | (ให้ความร้อนด้านบน + ด้านล่าง) + คลื่นไมโครเวฟ |
| ***Co-5*** | 5 | อบอาหารด้วยอุณหภูมิคงที่ + คลื่นไมโครเวฟ |

1 กดปุ่ม **หยุด/ยกเลิก**

2 กดปุ่ม **ตั้งเวลาอัตโนมัติแบบรวดเร็ว** เพื่อเลือกรูปแบบการปรุงอาหารพร้อมกันอย่างรวดเร็ว (Co-4)

3 หมุนปุ่ม **ปุ่มหมุน** จนกระทั่ง "Co-4" แสดงบนจอแสดงผล
กดปุ่ม **ENTER** เพื่อยืนยันรูปแบบการปรุงอาหารพร้อมกันอย่างรวดเร็วที่เลือก
หมุนปุ่ม **ปุ่มหมุน** จนกระทั่ง "200˚C" แสดงบนจอแสดงผล
กดปุ่ม **ENTER** เพื่อยืนยันอุณหภูมิที่เลือก

4 หมุนปุ่ม **ปุ่มหมุน** จนกระทั่ง "360W" แสดงบนจอแสดงผล

กดปุ่ม **ENTER** เพื่อยืนยันระดับไฟที่เลือก

หมุนปุ่ม **ปุ่มหมุน** จนกระทั่ง "25:00" แสดงบนจอแสดงผล

5 กดปุ่ม **เริ่มทำงาน**

***หลังจากปรุงอาหารเสร็จแล้ว ท่านต้องใส่ถุงมือเพื่อยกถาดโลหะและภาชนะออกจากเตาอบ เนื่องจากถาดโลหะจะร้อนมาก***

# *การปรุงอาหาร 2 รูปแบบ*
## พร้อมกันอย่างรวดเร็ว

ตัวอย่างที่แสดงในด้านล่างนี้ คือวิธีการตั้งโปรแกรมเตาอบของท่านให้ปรุงอาหารด้วยคลื่นไมโครเวฟ 360 วัตต์ และอบอาหารด้วยอุณหภูมิคงที่ที่ 200˚C เป็นเวลา 25 นาที

**การปรุงอาหาร 2 รูปแบบพร้อมกันอย่างรวดเร็ว (Co-5)**

เตาอบของท่านมีระบบการปรุงอาหารรวมกันซึ่งทำให้ท่านสามารถปรุงอาหารด้วย**การอบอาหารด้วยอุณหภูมิคงที่**และ**คลื่นไมโครเวฟ**พร้อมกันหรือสลับกันก็ได้ การทำงานนี้จะช่วยลดเวลาในการปรุงอาหารของท่าน

ในการปรุงอาหาร 2 รูปแบบพร้อมกันอย่างรวดเร็ว (Co-5) ท่านจะสามารถตั้งระดับคลื่นไมโครเวฟได้ 3 ระดับ (180W, 360W และ 600W)

* ***ประเภทของการปรุงอาหาร 2 รูปแบบพร้อมกันอย่างรวดเร็ว***

| | | |
|---|---|---|
| ***Co-1*** | 1 | ย่าง-1 + คลื่นไมโครเวฟ |
| ***Co-2*** | 2 | ย่าง-2 + คลื่นไมโครเวฟ |
| ***Co-3*** | 3 | ย่าง-3 + คลื่นไมโครเวฟ |
| ***Co-4*** | 4 | (ให้ความร้อนด้านบน + ด้านล่าง) + คลื่นไมโครเวฟ |
| ***Co-5*** | 5 | อบอาหารด้วยอุณหภูมิคงที่ + คลื่นไมโครเวฟ |

**1** กดปุ่ม **หยุด/ยกเลิก**

**2** กดปุ่ม **ตั้งเวลาอัตโนมัติแบบรวดเร็ว** เพื่อเลือกรูปแบบการอบอาหารด้วยอุณหภูมิคงที่รวมกับคลื่นไมโครเวฟ

หมุนปุ่ม **ปุ่มหมุน** จนกระทั่ง “Co-5” แสดงบนจอแสดงผล

กดปุ่ม **ENTER** เพื่อยืนยันรูปแบบการอบอาหารด้วยอุณหภูมิคงที่

**3** หมุนปุ่ม **ปุ่มหมุน** จนกระทั่ง “200˚C” แสดงบนจอแสดงผล

กดปุ่ม **ENTER** เพื่อยืนยันอุณหภูมิที่เลือก

**4** หมุนปุ่ม **ปุ่มหมุน** จนกระทั่ง “360W” แสดงบนจอแสดงผล

กดปุ่ม **ENTER** เพื่อยืนยันระดับไฟที่เลือก

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

**5** กดปุ่ม **เริ่มทำงาน**

ในขณะที่เตาอบกำลังทำงาน ท่านสามารถหมุนปุ่ม **ปุ่มหมุน** เพื่อเพิ่มหรือลดเวลาในการปรุงอาหารได้

***หลังจากปรุงอาหารเสร็จแล้ว ท่านต้องใส่ถุงมือเพื่อยกถาดโลหะและภาชนะออกจากเตาอบ เนื่องจากถาดโลหะจะร้อนมาก***

# เมนูอาหารไทยอัตโนมัติ

โปรแกรมสำหรับเมนูอาหารไทยอัตโนมัติ
ได้ถูกตั้งเอาไว้แล้ว
ด้วยฟังก์ชั่นเมนูอาหารไทยอัตโนมัติช่วย
ให้คุณสามารถทำอาหารไทยที่คุณชื่นชอบ
ได้อย่างง่ายดาย เพียงแค่เลือกชนิดของ
อาหารและน้ำหนัก

1 กดปุ่ม **หยุด/ยกเลิก**

2 กดปุ่ม **อาหารไทยอัตโนมัติ**

3 หมุนปุ่ม **ปุ่มหมุน** จนกระทั่ง " tc 2 " แสดงบนจอแสดงผล

4 กดปุ่ม **เริ่มทำงาน**

***หลังจากปรุงอาหารเสร็จแล้ว ท่านต้องใส่ถุงมือเพื่อยกถาดโลหะและภาชนะออกจากเตาอบ เนื่องจากถาดโลหะจะร้อนมาก***

# *เมนูอาหารไทยอัตโนมัติ*
## (การนึ่งอาหาร)

ในตัวอย่างต่อไปนี้เป็นวิธีการทำหมูนึ่งไข่เค็ม น้ำหนักอาหาร 0.3 กิโลกรัม (เมนู tc 29)

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 **หยุด/ยกเลิก**

2 กดปุ่ม **อาหารไทยอัตโนมัติ**

3 หมุนปุ่ม **ปุ่มหมุน** จนกระทั่ง " tc 29 " แสดงบนจอแสดงผล

4 กดปุ่ม **เริ่มทำงาน**

***หลังจากปรุงอาหารเสร็จแล้ว ท่านต้องใส่ถุงมือเพื่อยกถาดโลหะและภาชนะออกจากเตาอบ เนื่องจากถาดโลหะจะร้อนมาก***

# วิธีการใช้งานเมนูอาหารไทยอัตโนมัติ

| การทำงาน | การทำงาน | | น้ำหนักที่จำกัด | ภาชนะ | คำแนะนำ |
|---|---|---|---|---|---|
| **เมนูอาหารไทย อัตโนมัติ** | tc 1 | ผัดผงกะหรี่ปลาหมึกสด | 0.60 กก. | ชามแก้วทนไฟ (2.5L) | **ส่วนผสม**<br>ปลาหมึกกล้วย 300กรัม<br>หอมใหญ่หั่นเสี้ยว 1/2หัว<br>พริกชี้ฟ้าแดงหั่นแฉลบ 2เม็ด<br>ขึ้นฉ่ายหั่นท่อน 2ต้น<br>ต้นหอมหั่นท่อน 2ต้น<br>ผงกะหรี่ 2ช้อนโต๊ะ<br>ไข่ไก่ 1ฟอง<br>นมข้นจืด 3ช้อนโต๊ะ<br>น้ำมันหอย 2ช้อนโต๊ะ<br>น้ำตาลทราย 2ช้อนชา<br>น้ำพริกเผา 2ช้อนโต๊ะ<br>น้ำมันพืชสำหรับผัด 2ช้อนโต๊ะ<br><br>**วิธีทำ**<br>1. ล้างปลาหมึกให้สะอาด ผ่าครึ่งตัวตามยาว เอาส่วนที่รับประทานไม่ได้ออก ล้างอีกครั้งให้สะอาด พักให้สะเด็ดน้ำ แล้วบั้งตัวปลาหมึกเป็นตาราง หั่นชิ้นใหญ่ พักให้สะเด็ดน้ำ<br>2. ต่อยไข่ใส่ชาม ใส่นมข้นจืด น้ำมันหอย น้ำตาล และน้ำพริกเผา แล้วตีให้เข้ากันจึงใส่ผงกะหรี่ ตีอีกครั้งให้เข้ากัน พักไว้<br>3. ใส่ส่วนผสมที่ตีเข้ากันไว้ลงในชามแก้วทนไฟ แล้วใส่หอมใหญ่ พริกชี้ฟ้าแดง ขึ้นช่าย ต้นหอม และปลาหมึก<br>4. นำอาหารเข้าเตาไมโครเวฟ<br>5. เลือกเมนูอาหาร แล้วกด Start<br>6. เมื่อมีเสียงบี๊ป นำอาหารออกมาแล้วคนให้เข้ากัน<br>7. นำอาหารเข้าเตาไมโครเวฟอีกครั้งแล้วกด Start เพื่อให้เครื่องทำงานต่อ<br>8. เมื่อเครื่องทำงานเสร็จ ยกอาหารออกจากเตาไมโครเวฟ เสิร์ฟ |
| | tc 2 | ต้มโป๊ะแตกทะเล | 1.50 กก. | ชามแก้วทนไฟ (2.5L) | **ส่วนผสม**<br>เนื้อหอยแมลงภู่ 300กรัม<br>ปลาหมึกกล้วย ยาว 5 นิ้ว 3ตัว<br>กุ้งกุลาดำ 200กรัม<br>ก้ามปูทะเลทุบ 3ก้าม<br>ตะไคร้หั่นท่อนทุบ 2ต้น<br>ใบมะกรูดฉีก 6ใบ<br>ข่าหั่นแว่น 5ชิ้น<br>ใบกะเพรา 1/2ถ้วย<br>พริกขี้หนูเขียว แดง โขลกพอแหลก 10เม็ด<br>น้ำมะนาว 3-4ช้อนโต๊ะ<br>น้ำปลา 2ช้อนโต๊ะ<br>น้ำสต๊อกไก่ 3ถ้วย<br><br>**วิธีทำ**<br>1. ล้างเนื้อหอยให้สะอาด ใส่ตะแกรง พักให้สะเด็ดน้ำ แกะเปลือกกุ้งกุลาดำ เด็ดหัวไว้หาง ผ่าหลัง ดึงเส้นดำ<br>2. ปลาหมึกเอาส่วนที่รับประทานไม่ได้ออก หั่นเป็นแว่น พักไว้<br>3. ใส่เนื้อหอย, ปลาหมึก, กุ้ง, ปู และส่วนผสมทุกอย่างลงในชามใบใหญ่<br>4. นำอาหารเข้าเตาไมโครเวฟ<br>5. กดปุ่มเลือกเมนู และกด Start<br>6. เมื่อเครื่องทำงานเสร็จ ยกอาหารออกจากเตาไมโครเวฟ เสิร์ฟ |

THAI

| การทำงาน | การทำงาน | | น้ำหนักที่จำกัด | ภาชนะ | คำแนะนำ |
|---|---|---|---|---|---|
| **เมนูอาหารไทย อัตโนมัติ** | tc 3 | ปลากะพงทอดผัดหอมใหญ่ | 0.30 กก. | ชามแก้วทนไฟ | **ส่วนผสม**<br>เนื้อปลากะพงขาว 300กรัม<br>หอมใหญ่หั่นเสี้ยว 1หัว<br>พริกชี้ฟ้าแดง,เหลืองหั่นแฉลบอย่างละ 2 เม็ด<br>ต้นหอมหั่นท่อน 2ต้น<br>แป้งชุบทอด 1/4ถ้วย<br>น้ำมันหอย 2ช้อนโต๊ะ<br>ซอสปรุงรส 1ช้อนโต๊ะ<br>น้ำตาลทราย 1ช้อนชา<br>กระเทียมสับ 1ช้อนโต๊ะ<br>น้ำสต๊อกไก่ 1/4ถ้วย<br>น้ำมันพืชสำหรับทอด 1ถ้วย<br>น้ำมันพืชสำหรับผัด 2ช้อนโต๊ะ<br><br>**วิธีทำ**<br>1. ล้างเนื้อปลาให้สะอาด หั่นชิ้นใหญ่ คลุกกับแป้งชุบทอดให้ทั่ว พักไว้<br>2. ใส่น้ำมันพืชสำหรับทอดลงในชามแก้วทนไฟ แล้ววางเนื้อปลาที่คลุกแป้งไว้ลงไป<br>3. นำอาหารเข้าเตาไมโครเวฟ<br>4. กดปุ่มเลือกเมนู และกด Start<br>5. เมื่อมีเสียงบี๊ป ให้กลับด้านเนื้อปลาในชาม<br>6. นำอาหารเข้าเตาไมโครเวฟอีกครั้งแล้วกด Start เพื่อให้เครื่องทำงานต่อ<br>เมื่อเครื่องทำงานเสร็จ นำปลาออกจากเตาไมโครเวฟ แล้วพักไว้ให้สะเด็ดน้ำมัน<br>7. ใส่น้ำมันพืชสำหรับผัดลงในชามแก้วทนไฟอีกใบ แล้วใส่กระเทียม, หอมใหญ่, ต้นหอม และพริกชี้ฟ้าลงไป<br>จากนั้นปรุงรสด้วยน้ำมันหอย ซอสปรุงรส น้ำตาลทราย คนให้ทั่ว<br>8. เทน้ำสต๊อกไก่ที่เดือดแล้วลงไป จากนั้นวางปลาทอดและต้นหอม<br>9. ใส่จานอาหารเข้าเตาไมโครเวฟ เวฟต่อจนเดือด ยกออกจากเตาไมโครเวฟ ตักใส่จาน เสิร์ฟ |

| การทำงาน | การทำงาน | | น้ำหนักที่จำกัด | ภาชนะ | คำแนะนำ |
|---|---|---|---|---|---|
| **เมนูอาหารไทย อัตโนมัติ** | tc 4 | ข้าวราดหน้ากุ้ง | 0.40 กก. | ชามแก้วทนไฟ (2.5L) | **ส่วนผสม**<br>ข้าวสวยหอมมะลิ 3ถ้วย<br>กุ้งกุลาดำ 300กรัม<br>ซีอิ๊วขาว 1ช้อนโต๊ะ<br>ซีอิ๊วดำ 1ช้อนชา<br>น้ำมันหอย 1ช้อนโต๊ะ<br>น้ำมันงา 1ช้อนชา<br>แป้งข้าวโพดสำหรับหมักกุ้ง 2ช้อนโต๊ะ<br>แป้งข้าวโพดละลายน้ำ 3 ช้อนโต๊ะ<br>เหล้าจีน 1ช้อนโต๊ะ<br>เห็ดหอมแห้งแช่น้ำให้นิ่มแล้วผ่าสี่ 4ดอก<br>น้ำสต๊อกไก่ 3ถ้วย<br>ซอสปรุงรส 1 ช้อนโต๊ะ<br>น้ำตาลทราย 1 ช้อนชา<br>กระเทียมสับ 2ช้อนโต๊ะ<br>พริกขี้ฟ้าแดง เหลือง หั่นแว่น 2 เม็ด<br>ผักชีเด็ดเป็นใบ 2ต้น<br>ต้นหอม 3 ต้น<br>พริกไทยป่น 1/2 ช้อนชา<br><br>**วิธีทำ**<br>1. ล้างกุ้ง แกะเปลือก เด็ดหัวไว้หาง ผ่าหลัง ดึงเส้นดำออก แล้วหมักกับซีอิ๊วขาว เหล้าจีน และน้ำมันงา ใส่แป้งข้าวโพด เคล้าให้ทั่ว พักไว้<br>2. นำส่วนผสมทกอย่างลงในชามแก้วทนไฟ คนให้ทั่ว<br>3. นำเข้าเตาอบไมโครเวฟ<br>4. กดปุ่มเลือกเมนู และกด Start<br>5. เมื่อมีเสียงบี๊ป นำอาหารออกมาแล้วคนให้เข้ากัน<br>6. นำอาหารเข้าเตาไมโครเวฟอีกครั้งแล้วกด Start เพื่อให้เครื่องทำงานต่อ<br>7. เมื่อเครื่องทำงานเสร็จ ยกอาหารออกจากเตาไมโครเวฟ เทลงบนข้าวสวย เสิร์ฟ |
| | tc 5 | แกงป่าลูกชิ้นปลากราย | 1.00 กก. | ชามแก้วทนไฟ (2.5L) | **ส่วนผสม**<br>เนื้อปลากรายขูด 200กรัม<br>น้ำพริกแกงเผ็ด 2ช้อนโต๊ะ<br>มะเขือเปราะผ่าสี่ 4ผล<br>พริกขี้ฟ้าแดงเหลืองหั่นแฉลบอย่างละ 1เม็ด<br>พริกไทยอ่อน 2ช่อ<br>กระชายซอย 1/4ถ้วย<br>ใบมะกรูดฉีก 5ใบ<br>ใบกะเพรา 1/4ถ้วย<br>น้ำปลา 2ช้อนชา<br>น้ำตาลปี๊บ 1ช้อนชา<br>น้ำเปล่า 3ถ้วย<br><br>**วิธีทำ**<br>1. โขลกเนื้อปลากรายกับน้ำเกลือเล็กน้อยให้เหนียว พักไว้ จากนั้นปั้นเนื้อปลากรายให้เท่ากับลูกชิ้น<br>2. ใส่น้ำลงในชามแก้วทนไฟ แล้วใส่ลูกชิ้นเนื้อปลากราย และส่วนผสมอื่นๆ ใส่ลงในชาม<br>3. นำอาหารเข้าเตาไมโครเวฟ<br>4. กดปุ่มเลือกเมนู และกด Start<br>5. เมื่อเครื่องทำงานเสร็จ ยกอาหารออกจากเตาไมโครเวฟ เสิร์ฟ |

THAI

| การทำงาน | การทำงาน | | น้ำหนักที่จำกัด | ภาชนะ | คำแนะนำ |
|---|---|---|---|---|---|
| **เมนูอาหารไทย อัตโนมัติ** | tc 6 | พะโล้หมูสามชั้น | 1.20 กก. | ชามแก้วทนไฟ (2.5L) | **ส่วนผสม**<br>เนื้อหมูสามชั้นติดมันน้อยๆ 300กรัม<br>โป๊ยกั๊ก 4ดอก<br>อบเชย ยาว 1 นิ้ว 3ชิ้น<br>กระเทียมบุบพอแตก 5กลีบ<br>พริกไทยเม็ด 2ช้อนชา<br>รากผักชีบุบ 2ราก<br>น้ำสต๊อกหมู 4ถ้วย<br>น้ำตาลปี๊บ 2ช้อนโต๊ะ<br>ซีอิ๊วขาว 2ช้อนโต๊ะ<br>ซีอิ๊วดำ 2ช้อนชา<br>ซอสปรุงรส 2ช้อนโต๊ะ<br>ผ้าขาวบางสำหรับห่อเครื่องเทศ<br><br>**วิธีทำ**<br>1. ล้างเนื้อหมูสามชั้นให้สะอาด หั่นชิ้นใหญ่ ใส่อ่างผสมไว้ แบ่งซีอิ๊วขาว ซีอิ๊วดำ ซอสปรุงรสอย่างละครึ่งหมักกับเนื้อหมู เคล้าให้ทั่ว หมักไว้ประมาณ 30 นาที<br>2. ใส่น้ำสต๊อกลงในชามแก้วทนไฟ แล้วใส่และส่วนผสมอื่นๆ ใส่ลงในชาม<br>3. นำอาหารเข้าเตาไมโครเวฟ<br>4. กดปุ่มเลือกเมนู และกด Start<br>5. เมื่อเครื่องทำงานเสร็จ ยกอาหารออกจากเตาไมโครเวฟ เสิร์ฟ |
| | tc 7 | พะแนงปลาแซลมอน | 0.30 กก. | ชามแก้วทนไฟ (2.5L) | **ส่วนผสม**<br>เนื้อปลาแซลมอน 300กรัม<br>น้ำพริกแกงพะแนง 2ช้อนโต๊ะ<br>กะทิ 1 1/2ถ้วย<br>ใบมะกรูดซอย 4ใบ<br>พริกชี้ฟ้าแดงซอยเป็นเส้น 1เม็ด<br>ใบโหระพา 1/4ถ้วย<br>น้ำปลา 2ช้อนชา<br>น้ำตาลปี๊บ 2ช้อนชา<br>น้ำมันพืชสำหรับทอดปลา 1/4ถ้วย<br><br>**วิธีทำ**<br>1. ล้างเนื้อปลาแซลมอนให้สะอาด ซับน้ำให้แห้ง พักไว้<br>2. ใส่น้ำมันลงในชามแก้วทนไฟ จากนั้นใส่เนื้อปลาแซลมอนและส่วนผสมอื่นๆ ลงไปในชาม<br>3. นำอาหารเข้าเตาไมโครเวฟ<br>4. กดปุ่มเลือกเมนู และกด Start<br>5. เมื่อเครื่องทำงานเสร็จ ยกอาหารออกจากเตาไมโครเวฟ เสิร์ฟ |

| การทำงาน | การทำงาน | | น้ำหนักที่จำกัด | ภาชนะ | คำแนะนำ |
|---|---|---|---|---|---|
| **เมนูอาหารไทย อัตโนมัติ** | tc 8 | สตูไก่น้ำใส | 1.20 กก. | ชามแก้วทนไฟ (2.5L) | **ส่วนผสม**<br>สะโพกไก่ 300กรัม<br>แครอตปอกเปลือก หั่นชิ้นใหญ่ 1/2หัว<br>มันฝรั่งปอกเปลือก หั่นชิ้นใหญ่ 1หัว<br>หอมใหญ่หั่นชิ้นใหญ่ 1/2หัว<br>ก้านเซเลรีหั่นท่อนยาว 1 นิ้ว 2ก้าน<br>น้ำสต๊อกไก่ 3ถ้วย<br>เกลือป่น 1/2ช้อนชา<br>พริกไทยป่น 1/4ช้อนชา<br>**วิธีทำ**<br>1. ล้างสะโพกไก่ให้สะอาด หั่นเป็นชิ้นใหญ่ พักให้สะเด็ดน้ำ<br>2. ใส่น้ำเปล่าลงในชามใบใหญ่ จากนั้นใส่สะโพกไก่และส่วนผสมอื่นๆลงในชาม<br>3. นำอาหารเข้าเตาไมโครเวฟ<br>4. กดปุ่มเลือกเมนู และกด Start<br>5. เมื่อเครื่องทำงานเสร็จ ยกอาหารออกจากเตาไมโครเวฟ เสิร์ฟ |
| | tc 9 | วุ้นสังขยา | 0.50 กก. | ชามแก้วทนไฟ | **ส่วนผสม**<br>ผงวุ้น 1ช้อนโต๊ะ<br>น้ำเปล่า 1 1/2ถ้วย<br>ไข่ไก่ 2ฟอง<br>น้ำตาลปี๊บ 1/4ถ้วย<br>กะทิ 1/4ถ้วย<br>ใบเตยหั่นท่อน 3ใบ<br>**วิธีทำ**<br>1. ผสมไข่ไก่ น้ำตาลปี๊บ กะทิ และใบเตย ขยำให้เข้ากันแล้วกรอง พักไว้<br>2. ผสมน้ำเปล่ากับผงวุ้นเข้าด้วยกัน คนให้เข้ากัน จากนั้นใส่ส่วนผสมไข่ คนให้เข้ากัน<br>3. นำอาหารเข้าเตาไมโครเวฟ<br>4. กดปุ่มเลือกเมนู และกด Start<br>5. เมื่อมีเสียงบี๊ป นำอาหารออกมาแล้วคนให้เข้ากัน<br>6. นำอาหารเข้าเตาไมโครเวฟอีกครั้งแล้วกด Start เพื่อให้เครื่องทำงานต่อ<br>7. เมื่อเครื่องทำงานเสร็จ ยกอาหารออกจากเตาไมโครเวฟ เทใส่พิมพ์ที่เตรียมไว้ ทิ้งไว้จนวุ้นแข็งตัว |

THAI

| การทำงาน | การทำงาน | | น้ำหนักที่จำกัด | ภาชนะ | คำแนะนำ |
|---|---|---|---|---|---|
| **เมนูอาหารไทย อัตโนมัติ** | tc 10 | ตะโก้ข้าวโพด | 0.30 กก. | ชามแก้วทนไฟ (2.5L) | **ส่วนผสม**<br>**ส่วนผสมตัวตะโก้**<br>แป้งข้าวเจ้า 1/4ถ้วย<br>แป้งเท้ายายม่อม 2ช้อนโต๊ะ<br>น้ำเปล่า 2ถ้วย<br>น้ำตาลทราย 1/2ถ้วย<br>ข้าวโพดหวานต้มสุก ฝานเอาแต่เมล็ด 1 1/2ถ้วย<br>**ส่วนผสมหน้าตะโก้**<br>กะทิ 1 1/4ถ้วย<br>แป้งข้าวเจ้า 2ช้อนโต๊ะ<br>น้ำตาลทราย 1ช้อนโต๊ะ<br>เกลือป่น 1/2ช้อนชา<br>**วิธีทำ**<br>1. ทำตัวตะโก้โดยผสมแป้งข้าวเจ้า แป้งเท้ายายม่อม น้ำตาลทราย และน้ำเปล่าเข้าด้วยกัน คนจนส่วนผสมข้นเหนียว ใส่เมล็ดข้าวโพด คนให้เข้ากัน<br>2. นำเข้าเตาไมโครเวฟ<br>3. กดปุ่มเลือกเมนู และกด Start<br>4. หลังจากเสร็จ นำชามออกจากเตาไมโครเวฟ จากนั้นตักตัวขนมหยอดใส่พิมพ์ประมาณ 3/4 ของพิมพ์ พักไว้<br>5. ทำหน้าตะโก้โดยผสมส่วนผสมทั้งหมดเข้าด้วยกัน นำเข้าเตาไมโครเวฟให้เดือด หมั่นคนจนแป้งสุกข้น<br>6. ยกออกจากเตาไมโครเวฟ ตักหยอดบนตัวขนมให้เต็มพิมพ์ พักไว้จนเย็นจึงเสิร์ฟ |
| | tc 11 | ซี่โครงหมูย่างน้ำผึ้ง | 0.50 กก. | ตะแกรงสูง | **ส่วนผสม**<br>ซี่โครงหมูอ่อน 500กรัม<br>ซีอิ๊วขาว 5ช้อนโต๊ะ<br>ซอสมะเขือเทศ 3ช้อนโต๊ะ<br>เกลือป่น 1ช้อนชา<br>น้ำผึ้ง 1/2ถ้วย<br>น้ำสับปะรดสด 2ช้อนโต๊ะ<br>ผักดองสามรส<br>**วิธีทำ**<br>1. ล้างซี่โครงหมูให้สะอาด สับเป็นชิ้นยาว 5 นิ้ว หมักกับซีอิ๊วขาว ซอสมะเขือเทศ เกลือ น้ำผึ้ง และน้ำสับปะรด เคล้าให้เข้ากัน หมักไว้ประมาณ 30 นาที<br>2. เรียงซี่โครงหมูที่หมักไว้บนตะแกรงสำหรับย่างในเตาไมโครเวฟ<br>3. นำเข้าเตาไมโครเวฟ<br>4. กดเลือกเมนู และกดปุ่ม Start<br>5. เมื่อได้ยินเสียงปิ๊บ ให้กลับด้านซี่โครงหมู<br>6. กดปุ่ม Start เพื่อให้เครื่องทำงานต่อ หลังจากเครื่องทำงานเสร็จแล้ว จัดใส่จานเสริฟพร้อมผักดองสามรส |

| การทำงาน | การทำงาน | | น้ำหนักที่จำกัด | ภาชนะ | คำแนะนำ |
|---|---|---|---|---|---|
| **เมนูอาหารไทย อัตโนมัติ** | tc 12 | เนื้อย่างเกาหลี | 0.50 กก. | ตะแกรงสูง | **ส่วนผสม**<br>เนื้อวัวสันใน 500กรัม<br>ซีอิ๊วญี่ปุ่น 3ช้อนโต๊ะ<br>พริกไทยป่น 2ช้อนชา<br>น้ำตาลทราย 2ช้อนโต๊ะ<br>ต้นหอมซอย 2ช้อนโต๊ะ<br>งาขาวคั่ว 1ช้อนโต๊ะ<br>เหล้าจีน 1ช้อนโต๊ะ<br>ข้าวโพดอ่อน 12ฝัก<br>แครอตหั่นแท่ง 1หัว<br>หน่อไม้ฝรั่ง 300กรัม<br>น้ำมันงา 1ช้อนโต๊ะ<br>**ส่วนผสมน้ำจิ้ม**<br>พริกขี้หนูเขียว แดง สับละเอียด 2ช้อนโต๊ะ<br>รากผักชีสับละเอียด 1ช้อนโต๊ะ<br>กระเทียมสับละเอียด 2ช้อนโต๊ะ<br>เกลือป่น 1ช้อนชา<br>น้ำตาลทราย 1ช้อนโต๊ะ<br>น้ำกระเทียมดอง 1/2ถ้วย<br><br>**วิธีทำ**<br>1. ล้างเนื้อวัว ซับน้ำให้แห้ง แล่เป็นชิ้นบาง ใส่ลงในอ่างผสม แล้วใส่งาขาว พริกไทย ต้นหอม น้ำตาล ซีอิ๊วญี่ปุ่น เหล้าจีน และน้ำมันงา เคล้าให้เข้ากัน หมักไว้ประมาณ 1 ชั่วโมง<br>2. ล้างผักทุกชนิดให้สะอาด ตัดโคนหน่อไม้ฝรั่งที่แข็งออก แกะโคนเปลือกข้าวโพดอ่อนออก<br>3. เตรียมน้ำจิ้มโดยผสมน้ำกระเทียมดอง น้ำตาล และเกลือ คนให้เข้ากัน นำเข้าเตาไมโครเวฟให้เดือดจึงยกออก ใส่พริกขี้หนู รากผักชี กระเทียม คนให้เข้ากัน พักไว้<br>4. เรียงเนื้อที่หมักไว้บนตะแกรงสำหรับย่างในเตาไมโครเวฟ<br>5. นำเข้าเตาไมโครเวฟ<br>6. กดเลือกเมนู และกดปุ่ม Start<br>7. เมื่อมีเสียงบี๊ป ให้กลับด้านเนื้อ<br>8. นำอาหารเข้าเตาไมโครเวฟอีกครั้งแล้วกด Start เพื่อให้เครื่องทำงานต่อ<br>9. หลังจากเครื่องทำงานเสร็จแล้ว จัดใส่จาน และนำผักไปย่างต่อจนพอสุก จัดเรียงในจาน เสริฟพร้อมน้ำจิ้ม |

THAI

| การทำงาน | การทำงาน | | น้ำหนักที่จำกัด | ภาชนะ | คำแนะนำ |
|---|---|---|---|---|---|
| **เมนูอาหารไทย อัตโนมัติ** | tc 13 | ข้าวหน้าไก่ย่างเทอริยากิ | 0.50 กก. | ตะแกรงสูง | **ส่วนผสม**<br>ข้าวสวยหอมมะลิ 3ถ้วย<br>เนื้ออกไก่ติดหนัง น้ำหนัก 150 กรัม 3ชิ้น<br>ซอสเทอริยากิ 1/2ถ้วย<br>กิมจิ 1/2ถ้วย<br><br>**วิธีทำ**<br>1. ล้างเนื้อไก่ให้สะอาด แบ่งซอสเทอริยากิครึ่งหนึ่งหมักกับเนื้อไก่ ใช้ส้อมจิ้มเนื้อไก่ให้ทั่ว แล้วหมักไว้ประมาณ 30 นาที<br>2. เรียงเนื้อไก่ที่หมักไว้บนตะแกรงสำหรับย่างในเตาไมโครเวฟ<br>3. นำเข้าเตาไมโครเวฟ<br>4. กดเลือกเมนู และกดปุ่ม Start<br>5. เมื่อได้ยินเสียงปิ๊บ ให้กลับด้านเนื้อไก่<br>6. กดปุ่ม Start เพื่อให้เครื่องทำงานต่อ หลังจากเครื่องทำงานเสร็จและนำออกจากเตา<br>7. ตักข้าวใส่จาน หั่นไก่ย่างเทอริยากิเป็นชิ้นพอคำ เรียงข้างๆ ข้าวสวย ราดด้วยซอสเทอริยากิที่เหลือตามชอบ เสิร์ฟพร้อมกิมจิ |
| | tc 14 | กุ้งย่างไส้ห่อหมก | กุ้ง 6 ตัว | ตะแกรงสูง | **ส่วนผสม**<br>กุ้งก้ามกราม น้ำหนักตัวละ 150 กรัม 6ตัว<br>เนื้อกุ้งบดหยาบ 1/4ถ้วย<br>น้ำพริกแกงเผ็ด 1ช้อนโต๊ะ<br>กะทิ 3/4ถ้วย<br>กะทิสำหรับทำหน้าห่อหมก 1/4ถ้วย<br>แป้งข้าวเจ้า 1ช้อนชา<br>น้ำปลา 2ช้อนชา<br>น้ำตาลปี๊บ 1ช้อนชา<br>ใบโหระพา 1/4ถ้วย<br>พริกชี้ฟ้าแดงหั่นเส้นเล็ก 1เม็ด<br><br>**วิธีทำ**<br>1. ล้างกุ้งให้สะอาด ผ่าหลังกุ้งทั้งเปลือก ดึงเส้นดำออก แล้วแบะออกเพื่อใส่ห่อหมก พักไว้<br>2. ผสมกะทิกับน้ำพริกแกง คนให้เข้ากันจนน้ำพริกแกงละลายเข้ากับกะทิ<br>3. ใส่เนื้อกุ้งแล้วคนต่อให้ขึ้นฟู<br>4. ปรุงรสด้วยน้ำปลาและน้ำตาล คนให้เข้ากันและน้ำตาลละลายหมด<br>5. เรียงกุ้งก้ามกรามในตะแกรงสูงสำหรับเข้าเตาไมโครเวฟ ใส่ใบโหระพาตรงหลังกุ้งที่แบะไว้ ตักส่วนผสมห่อหมกใส่<br>6. นำอาหารเข้าเตาไมโครเวฟ<br>7. กดเลือกเมนู และกดปุ่ม Start<br>8. เมื่อมีเสียงบี๊ป ให้กลับด้านที่วางของกุ้ง<br>9. นำอาหารเข้าเตาไมโครเวฟอีกครั้งแล้วกด Start เพื่อให้เครื่องทำงานต่อ<br>10. ขณะย่างกุ้งให้ทำหน้ากะทิ โดยผสมกะทิกับแป้งข้าวเจ้า คนให้เข้ากัน<br>11. นำเข้าเตาไมโครเวฟให้เดือด หมั่นคนจนกะทิข้น แต่อย่าให้ส่วนผสมเป็นก้อน<br>12. เมื่อย่างกุ้งสุกแล้วจึงตักหน้ากะทิหยอดบนห่อหมก แต่งด้วยพริกชี้ฟ้า |

| การทำงาน | การทำงาน | | น้ำหนักที่จำกัด | ภาชนะ | คำแนะนำ |
|---|---|---|---|---|---|
| **เมนูอาหารไทย อัตโนมัติ** | tc 15 | ปลาหมึกกล้วยไส้ข้าวปรุงรสย่าง | 4 ตัว | ตะแกรงสูง | **ส่วนผสม**<br>ปลาหมึกกล้วย ยาว 6 นิ้ว 4ตัว<br>ข้าวสวยข้าวกล้อง 1 1/2ถ้วย<br>เกลือป่น 1/2ช้อนชา<br>พริกไทยป่น 1/2ช้อนชา<br>พริกขี้หนูเขียวและแดงสับ 1ช้อนโต๊ะ<br>กระเทียมสับ 1/2ช้อนโต๊ะ<br>แครอตสับ 2ช้อนโต๊ะ<br>ผักโขมแช่แข็งสับ 3ช้อนโต๊ะ<br>น้ำมันพืชสำหรับผัด 2ช้อนโต๊ะ<br>**วิธีทำ**<br>1. ล้างปลาหมึกให้สะอาด เอาส่วนที่รับประทานไม่ได้ออก ล้างอีกครั้งให้สะอาด พักไว้ให้สะเด็ดน้ำ<br>2. ใส่น้ำมันและกระเทียมลงในชามแก้วทนไฟ นำเข้าเตาไมโครเวฟให้เดือดและหอมกลิ่นกระเทียม ใส่แครอต เวฟต่อให้สุก<br>3. ใส่ข้าวสวย ปรุงรสด้วยเกลือ พริกไทย ใส่ผักโขม พริกขี้หนู คนให้เข้ากัน<br>4. นำข้าวปรุงรสใส่ในตัวปลาหมึก แต่อย่าให้เต็มมาก บั้งตัวปลาหมึก 3-4 บั้ง<br>5. เรียงใส่ตะแกรงสูงสำหรับย่าง นำเข้าเตาไมโครเวฟ<br>6. กดเลือกเมนู และกดปุ่ม Start<br>7. เมื่อมีเสียงบี๊ป ให้กลับด้านของปลาหมึก<br>8. นำอาหารเข้าเตาไมโครเวฟอีกครั้งแล้วกด Start เพื่อให้เครื่องทำงานต่อ<br>9. หลังจากเครื่องทำงานเสร็จแล้ว จัดใส่จาน เสริฟพร้อมกับผักสลัด |
| | tc 16 | ไก่ย่างพริกไทยดำ (ไก่ทั้งตัวแบบไก่ย่างห้าดาว) | 1.00 กก. | ตะแกรงเตี้ย ถาดอบ | **ส่วนผสม**<br>ไก่น้ำหนัก 1 กก 1ตัว<br>พริกไทยดำบดหยาบ 1/4ถ้วย<br>รากผักชีหั่น 4ราก<br>กระเทียมกลีบใหญ่ 5กลีบ<br>น้ำมันหอย 3ช้อนโต๊ะ<br>ซอสปรุงรส 3ช้อนโต๊ะ<br>น้ำตาลทราย 2ช้อนโต๊ะ<br>ซีอิ๊วดำ 2ช้อนชา<br>เกลือ 1ช้อนชา<br>**วิธีทำ**<br>1. ล้างไก่ให้สะอาด พักไว้ให้สะเด็ดน้ำ<br>2. แบ่งพริกไทยดำ 1 ช้อนโต๊ะมาโขลกกับรากผักชีและกระเทียมเข้าด้วยกันให้ละเอียด นำไปใส่ในท้องไก่ เพื่อดับกลิ่นคาว พักไว้<br>3. ผสมพริกไทยที่เหลือกับซอสปรุงรส น้ำมันหอย น้ำตาลทราย และซีอิ๊วดำ คนให้ละลาย นำไปทาบนตัวไก่ให้ทั่ว พักไว้ 20 นาที<br>4. จัดไก่ใส่ตะแกรงเตี้ยสำหรับย่าง นำเข้าเตาไมโครเวฟ<br>5. กดเลือกเมนู และกดปุ่ม Start<br>6. เมื่อมีเสียงบี๊ป ให้กลับด้านของไก่<br>7. นำอาหารเข้าเตาไมโครเวฟอีกครั้งแล้วกด Start เพื่อให้เครื่องทำงานต่อ<br>8. หลังจากเครื่องทำงานเสร็จแล้ว จัดใส่จาน เสริฟ |

THAI

| การทำงาน | การทำงาน | | น้ำหนักที่จำกัด | ภาชนะ | คำแนะนำ |
|---|---|---|---|---|---|
| **เมนูอาหารไทย อัตโนมัติ** | tc 17 | ปลาสำลีย่างใบเตย | 0.40 กก. | ตะแกรงสูง | **ส่วนผสม**<br>ปลาสำลี น้ำหนัก 300 กรัม 1ตัว<br>เกลือป่น 1ช้อนชา<br>ใบเตยหอมใบใหญ่ 10ใบ<br>รากผักชี กระเทียม พริกไทย โขลกรวมกัน 2ช้อนโต๊ะ<br>ตะไคร้หั่นท่อนทุบ 2ต้น<br>ใบมะกรูดฉีก 5ใบ<br>ผักสด เช่น แตงกวา ผักกาดขาว ใบโหระพา<br><br>**ส่วนผสมน้ำจิ้ม**<br>กระเทียม 1ช้อนโต๊ะ<br>พริกขี้หนูสวนเขียวและแดง 15เม็ด<br>น้ำมะนาว 2ช้อนโต๊ะ<br>น้ำปลา 2ช้อนโต๊ะ<br>น้ำตาลทราย 2ช้อนชา<br><br>**วิธีทำ**<br>1. ทำความสะอาดปลาโดยควักไส้ออก ล้างน้ำอีกครั้งให้สะอาดแล้วผึ่งไว้<br>2. ทาเกลือให้ทั่วตัวปลา นำรากผักชีที่โขลกใส่ในปากปลา ใส่ตะไคร้ ใบมะกรูด แล้วนำใบเตยมาพันให้รอบตัวปลา พักไว้<br>3. วางปลาบนตะแกรงสูงในเตาไมโครเวฟ<br>4. กดเลือกเมนู และกดปุ่ม Start<br>5. ขณะที่เครื่องทำงาน ทำน้ำจิ้มโดยโขลกพริกขี้หนูกับกระเทียมเข้าด้วยกันพอแหลก ตักใส่ถ้วย ใส่น้ำปลา น้ำตาล น้ำมะนาว คนให้เข้ากัน พักไว้<br>6. เมื่อมีเสียงปิ๊บ ให้กลับปลาเอาอีกด้านขึ้น<br>7. นำอาหารเข้าเตาไมโครเวฟอีกครั้งแล้วกด Start เพื่อให้เครื่องทำงานต่อ<br>8. หลังจากเครื่องทำงานเสร็จแล้ว จัดใส่จาน เสริฟพร้อมกับผักสดและน้ำจิ้ม |

| การทำงาน | การทำงาน | | น้ำหนักที่จำกัด | ภาชนะ | คำแนะนำ |
|---|---|---|---|---|---|
| **เมนูอาหารไทย อัตโนมัติ** | tc 18 | ปลานิลย่างเกลือกับสมุนไพร | 0.50 กก. | ตะแกรงสูง | **ส่วนผสม**<br>ปลานิล น้ำหนัก 500 กรัม 1ตัว<br>เกลือเม็ด 1/4ถ้วย<br>ตะไคร้สับละเอียด 2ช้อนโต๊ะ<br>ใบมะกรูดสับละเอียด 2ช้อนโต๊ะ<br>ข่าสับละเอียด 1ช้อนโต๊ะ<br>กระเทียมสับละเอียด 1ช้อนโต๊ะ<br>ผักต้ม เช่น กะหล่ำปลี ข้าวโพดอ่อน แครอต ถั่วฝักยาว<br><br>**ส่วนผสมน้ำจิ้มพริกคั่ว**<br>พริกขี้หนูเขียวและแดง 10เม็ด<br>หอมแดง 3หัว<br>กระเทียม 3กลีบ<br>น้ำปลา 2ช้อนโต๊ะ<br>น้ำมะนาว 2ช้อนโต๊ะ<br>น้ำตาลทราย 2ช้อนชา<br>ต้นหอมซอย 1ช้อนโต๊ะ<br><br>**วิธีทำ**<br>1. เตรียมน้ำจิ้มโดยคั่วพริกขี้หนู หอมแดง และกระเทียมจนสุกหอม ตักขึ้น<br>2. โขลกให้แหลกจนเกือบละเอียด ตักใส่ถ้วย ปรุงรสด้วยน้ำปลา น้ำมะนาว น้ำตาล คนให้เข้ากันจนน้ำตาลละลายหมด ใส่ต้นหอมคนให้เข้ากัน พักไว้<br>3. ขอดเกล็ดปลา ผ่าท้อง ดึงไส้และเหงือกออก ล้างอีกครั้งให้สะอาด เคล้ากับเกลือแล้วล้างอีกครั้งให้หมดเมือก พักไว้ให้สะเด็ดน้ำ<br>4. ผสมเกลือ ตะไคร้ ข่า ใบมะกรูด และกระเทียมเข้าด้วยกัน นำไปพอกให้ทั่วตัวปลา<br>5. จัดใส่ตะแกรงสำหรับย่าง และนำเข้าเตาไมโครเวฟ<br>6. กดเลือกเมนู และกดปุ่ม Start<br>7. เมื่อมีเสียงปี๊บ ให้กลับปลาเอาอีกด้านขึ้น<br>8. นำอาหารเข้าเตาไมโครเวฟอีกครั้งแล้วกด Start เพื่อให้เครื่องทำงานต่อ<br>9. หลังจากเครื่องทำงานเสร็จแล้ว จัดใส่จาน เสริฟพร้อมกับผักต้มและน้ำจิ้ม |

THAI

| การทำงาน | การทำงาน | | น้ำหนักที่จำกัด | ภาชนะ | คำแนะนำ |
|---|---|---|---|---|---|
| **เมนูอาหารไทย อัตโนมัติ** | tc 19 | สเต็กหมูย่างนมสด | 0.60 กก. | ตะแกรงสูง | **ส่วนผสม**<br>เนื้อหมูสำหรับทำสเต็ก 200 กรัม 3ชิ้น<br>นมข้นจืด 1/4ถ้วย<br>เกลือป่น 1ช้อนชา<br>พริกไทยดำป่นหยาบ 1ช้อนโต๊ะ<br>กระเทียมสับละเอียด 1ช้อนโต๊ะ<br>รากผักชีสับละเอียด 2ราก<br>น้ำสต๊อกหมู 1/4ถ้วย<br>เนยสดชนิดเค็ม 1ช้อนโต๊ะ<br>แป้งข้าวโพด 1ช้อนชา<br>ผักผัดเนย เช่น แครอต มันฝรั่ง หน่อไม้ฝรั่ง<br><br>**วิธีทำ**<br>1. ล้างเนื้อหมูให้สะอาด พักให้สะเด็ดน้ำ<br>2. จากนั้นผสมนมข้นจืด เกลือ พริกไทย รากผักชี และกระเทียมเข้าด้วยกัน<br>3. ใส่เนื้อหมูลงไปหมักไว้ใช้ส้อมจิ้มเนื้อหมูให้ทั่ว หมักไว้ 1 ชั่วโมงในตู้เย็น<br>4. เรียงเนื้อหมูที่หมักไว้บนวางบนตะแกรงสูงสำหรับย่าง นำเข้าเตาไมโครเวฟ<br>5. กดเลือกเมนู และกดปุ่ม Start<br>6. เมื่อมีเสียงปิ๊บ ให้กลับเนื้อหมูเอาอีกด้านขึ้น<br>7. นำอาหารเข้าเตาไมโครเวฟอีกครั้งแล้วกด Start เพื่อให้เครื่องทำงานต่อ<br>8. หลังจากเครื่องทำงานเสร็จแล้ว จัดใส่จาน เสิร์ฟพร้อมผักผัดเนย |
| | tc 20 | บาร์บีคิวซี่โครงหมูอ่อน | 0.50 กก. | ตะแกรงสูง | **ส่วนผสม**<br>ซี่โครงหมูอ่อน ยาว 5 นิ้ว 10ชิ้น<br>ซอสบาร์บิคิว 1ถ้วย<br>พริกหวาน 3 สี อย่างละ 1/2 เม็ด<br>กระเจี๊ยบเขียว 6ดอก<br><br>**วิธีทำ**<br>1. ล้างซี่โครงหมูอ่อนให้สะอาด ใส่ในชามผสม ใส่ซอสบาร์บีคิวครึ่งหนึ่ง หมักไว้ในตู้เย็นประมาณ 2 ชั่วโมง<br>2. เรียงซี่โครงหมูที่หมักไว้บนตะแกรงสูง นำเข้าเตาไมโครเวฟ<br>3. กดเลือกเมนู และกดปุ่ม Start<br>4. เมื่อมีเสียงปิ๊บ ให้กลับด้านซี่โครงหมู<br>5. นำอาหารเข้าเตาไมโครเวฟอีกครั้งแล้วกด Start เพื่อให้เครื่องทำงานต่อ<br>6. หลังจากเครื่องทำงานเสร็จแล้ว จัดใส่จาน พักไว้<br>7. ย่างพริกหวานและกระเจี๊ยบเขียวต่อจนสุก จัดใส่จานเดียวกันกับซี่โครงหมู เสิร์ฟกับซอสบาร์บีคิวที่เหลือตามชอบ |

| การทำงาน | การทำงาน | | น้ำหนักที่จำกัด | ภาชนะ | คำแนะนำ |
|---|---|---|---|---|---|
| **เมนูอาหารไทย อัตโนมัติ** | tc 21 | ไก่อบน้ำแดง | 6 ปีก | ตะแกรงสูง | **ส่วนผสม**<br>ปีกไก่ 6ชิ้น<br>กระเทียมทุบ 5กลีบ<br>ซอสมะเขือเทศ 1/2ถ้วย<br>ซีอิ๊วขาว 3ช้อนโต๊ะ<br>ซอสปรุงรส 1ช้อนโต๊ะ<br>น้ำตาลทราย 3ช้อนโต๊ะ<br>เหล้าจีน 1ช้อนโต๊ะ<br>เกลือป่น 1ช้อนชา<br>พริกไทยป่น 1ช้อนชา<br>น้ำเปล่า 2 1/2ถ้วย<br>น้ำมันพืช 3ช้อนโต๊ะ<br>น้ำมันพืชสำหรับทอด 1/2ถ้วย<br><br>**วิธีทำ**<br>1. ล้างปีกไก่ให้สะอาด ดึงขนไก่ที่ติดอยู่ออกให้หมด พักให้สะเด็ดน้ำ<br>2. หมักปีกไก่ด้วยเกลือและพริกไทย เคล้าให้เข้ากันประมาณ 15 นาที<br>3. ใส่น้ำมันสำหรับทอดลงในชามแก้วทนไฟ<br>4. ใส่ปีกไก่ลงไป วางบนตะแกรงสูง นำเข้าเตาไมโครเวฟ<br>5. กดเลือกเมนู และกดปุ่ม Start<br>6. เมื่อมีเสียงปี๊บ ให้กลับปีกไก่อีกด้านขึ้น<br>7. นำอาหารเข้าเตาไมโครเวฟอีกครั้งแล้วกด Start เพื่อให้เครื่องทำงานต่อ<br>8. หลังจากเครื่องทำงานเสร็จแล้ว นำอาหารออกจากเตา ตักปีกไก่ขึ้นจากน้ำมัน พักไว้<br>9. ผสมซอสมะเขือเทศ น้ำเปล่า น้ำตาล เหล้าจีน ซีอิ๊วขาว และซอสปรุงรสเข้าด้วยกัน พักไว้ จากนั้น ใส่น้ำมันและกระเทียมลงในชามแก้วอีกใบ นำเข้าเตาไมโครเวฟให้เหลืองหอม ใส่ส่วนผสมซอสมะเขือเทศ เวฟต่อจนเดือด<br>10. ใส่ปีกไก่ทอด นำไปเวฟต่อจนส่วนผสมสุกและน้ำขลุกขลิก ยกออกจากเตาไมโครเวฟ จัดใส่จาน เสิร์ฟ |

THAI

| การทำงาน | การทำงาน | | น้ำหนักที่จำกัด | ภาชนะ | คำแนะนำ |
|---|---|---|---|---|---|
| **เมนูอาหารไทย อัตโนมัติ** | tc 22 | ปลาแซลมอนนึ่งมะนาว | 0.40 กก. | ถาดอบ อุปกรณ์ชุด Steamchef | **ส่วนผสม**<br>เนื้อปลาแซลมอน น้ำหนัก 200 กรัม 2 ชิ้น<br>กระเทียมซอย 2 ช้อนโต๊ะ<br>พริกขี้หนูเขียวและแดงสับ 1 ช้อนโต๊ะ<br>น้ำปลา 2 ช้อนโต๊ะ<br>น้ำตาลทราย 1/2 ช้อนชา<br>น้ำมะนาว 2 ช้อนโต๊ะ<br>ผักชีซอย 1 ช้อนโต๊ะ<br>มะนาวหั่นแว่น 1 ผล<br><br>**วิธีทำ**<br>1. ผสมกระเทียม พริกขี้หนู น้ำปลา น้ำตาล และน้ำมะนาว เข้าด้วยกัน และราดบนเนื้อปลาแซลมอน<br>2. เติมน้ำ 300มล. ในถาดสำหรับใส่น้ำของชุดอุปกรณ์นึ่ง<br>3. วางถาดสำหรับวางอาหารลงบนถาดสำหรับใส่น้ำ วางเนื้อปลาลงไป<br>4. ปิดฝาชุดอุปกรณ์นึ่ง<br>5. กดเลือกเมนู และกดปุ่ม Start<br>6. หลังจากเครื่องทำงานเสร็จแล้ว นำอาหารออกจากเตา จัดใส่จาน เรียงมะนาวหั่นแว่น โรยผักชี เสิร์ฟ |
| | tc 23 | กุ้งนึ่งเนยกระเทียม | 3 ตัว | ถาดอบ อุปกรณ์ชุด Steamchef | **ส่วนผสม**<br>กุ้งก้ามกราม 3 ตัว<br>หน่อไม้ฝรั่ง 300 กรัม<br>กระเทียมสับหยาบ 3 ช้อนโต๊ะ<br>หอมแดงซอย 2 ช้อนชา<br>พริกไทยป่น 1/4 ช้อนชา<br>ซีอิ๊วขาว 4 ช้อนชา<br>น้ำมันงา 1 ช้อนชา<br>น้ำมันหอย 1 ช้อนโต๊ะ<br>น้ำตาลทราย 1/2 ช้อนชา<br>เนยสดชนิดเค็ม 1 ช้อนโต๊ะ<br>น้ำซุป 1/2 ถ้วย<br><br>**วิธีทำ**<br>1. ล้างกุ้งให้สะอาด ผ่ากุ้งตามยาวลำตัวทั้งเปลือกตั้งแต่หัวถึงหาง ดึงเส้นดำออก บากใต้ท้องกุ้ง 2-3 รอยเพื่อไม่ให้กุ้งงอตัวเวลานึ่ง จัดใส่จานสำหรับเข้าเตาไมโครเวฟ วางหน่อไม้ฝรั่งข้างๆ<br>2. ผสมน้ำซุป ซีอิ๊วขาว น้ำมันหอย น้ำมันงา น้ำตาล พริกไทย เนย กระเทียม และหอมแดง คนให้เข้ากัน จากนั้นราดส่วนผสมบนกุ้งให้ทั่ว<br>3. เติมน้ำ 300มล. ในถาดสำหรับใส่น้ำของชุดอุปกรณ์นึ่ง<br>4. วางถาดสำหรับวางอาหารลงบนถาดสำหรับใส่น้ำ วางจานอาหารลงไป<br>5. ปิดฝาชุดอุปกรณ์นึ่ง<br>6. กดเลือกเมนู และกด Start<br>7. หลังจากเครื่องทำงานเสร็จแล้ว นำอาหารออกจากเตา เสิร์ฟ |

| การทำงาน | การทำงาน | | น้ำหนักที่จำกัด | ภาชนะ | คำแนะนำ |
|---|---|---|---|---|---|
| **เมนูอาหารไทย อัตโนมัติ** | tc 24 | หมูอบสับปะรด | 1.00 กก. | ชามแก้วทนไฟ (2.5L) ตะแกรงเตี้ย | **ส่วนผสม**<br>เนื้อหมูสันคอ 300กรัม<br>สับปะรดกระป๋องชนิดหั่นแว่น 1กระป๋อง<br>น้ำสต๊อกหมู 2ถ้วย<br>ซีอิ๊วขาว 2ช้อนโต๊ะ<br>พริกไทยดำป่นหยาบ 1/2ช้อนชา<br>น้ำตาลปี๊บ 1ช้อนโต๊ะ<br>ใบผักชี 1ต้น<br>**วิธีทำ**<br>1. ล้างเนื้อหมูให้สะอาด หั่นเป็นชิ้นใหญ่ พักให้สะเด็ดน้ำ<br>2. ผสมน้ำสต๊อกหมู น้ำตาลปี๊บ ซีอิ๊วขาวเข้าด้วยกัน คนให้น้ำตาลละลาย<br>3. ใส่เนื้อหมู สับปะรด และพริกไทย นำเข้าเตาไมโครเวฟ<br>4. กดเลือกเมนู และกด Start<br>5. หลังจากเครื่องทำงานเสร็จแล้ว นำอาหารออกจากเตา ตักหมูอบใส่จานพร้อมกับสับปะรด โรยผักชี เสิร์ฟ |
| | tc 25 | ไข่ตุ๋นกุ้งผักโขม | 0.40 กก. | ถาดอบ อุปกรณ์ชุด Steamchef | **ส่วนผสม**<br>ไข่ไก่ 3ฟอง<br>ผักโขมลวกแล้วสับ 1/2ถ้วย<br>เนื้อหมูสับ 1/4ถ้วย<br>กุ้งสดสับ 1/4ถ้วย<br>ซีอิ๊วขาว 2ช้อนชา<br>พริกไทยป่น 1/2ช้อนชา<br>ต้นหอมซอย 2ช้อนโต๊ะ<br>น้ำเปล่า 1/2ถ้วย<br>**วิธีทำ**<br>1. ต่อยไข่ใส่ชามผสม เติมน้ำเปล่าแล้วตีให้เข้ากัน จากนั้นใส่ผักโขม เนื้อหมูสับ กุ้งสับ คนให้เข้ากัน<br>2. ปรุงรสด้วยพริกไทยและซีอิ๊วขาว คนให้เข้ากัน<br>3. เทส่วนผสมไข่ลงในถ้วยสำหรับนึ่ง จากนั้นโรยต้นหอม<br>4. เติมน้ำ 300มล. ในถาดสำหรับใส่น้ำของชุดอุปกรณ์นึ่ง<br>5. วางถาดสำหรับวางอาหารลงบนถาดสำหรับใส่น้ำ วางถ้วยอาหารลงไป<br>6. ปิดฝาชุดอุปกรณ์นึ่ง และนำเข้าเตาไมโครเวฟ<br>7. กดเลือกเมนู และกด Start<br>8. หลังจากเครื่องทำงานเสร็จแล้ว นำอาหารออกจากเตา เสิร์ฟ |

THAI

| การทำงาน | การทำงาน | | น้ำหนักที่จำกัด | ภาชนะ | คำแนะนำ |
|---|---|---|---|---|---|
| **เมนูอาหารไทย อัตโนมัติ** | tc 26 | ฉู่ฉี่ปลาหมึกสอดไส้ | 0.50 กก. | ถาดอบ อุปกรณ์ชุด Steamchef | **ส่วนผสม**<br>ปลาหมึกกล้วย ยาว 5 นิ้ว 3ตัว<br>เนื้อหมูบด 1/4ถ้วย<br>รากผักชี กระเทียม และพริกไทย โขลกรวมกัน 2ช้อนชา<br>ซีอิ๊วขาว 2ช้อนชา<br>น้ำพริกแกงเผ็ด 1ช้อนโต๊ะ<br>น้ำปลา 2ช้อนชา<br>น้ำตาลทราย 1ช้อนชา<br>พริกชี้ฟ้าแดงหั่นเป็นเส้น 1เม็ด<br>ใบมะกรูดซอย 2ช้อนโต๊ะ<br>กะทิ 1 1/2ถ้วย<br><br>**วิธีทำ**<br>1. ล้างปลาหมึกให้สะอาด เอาส่วนที่รับประทานไม่ได้ออก พักไว้ให้สะเด็ดน้ำ จากนั้นผสมเนื้อหมูบดกับรากผักชีที่โขลกและซีอิ๊วขาวเข้าด้วยกัน นำไปยัดใส่ในตัวปลาหมึกให้เต็ม แต่อย่าให้แน่นมาก แล้วบั้งตัวปลาหมึกสัก 2-3 บั้ง<br>2. เติมน้ำ 300มล. ในถาดสำหรับใส่น้ำของชุดอุปกรณ์นึ่ง<br>3. วางถาดสำหรับวางอาหารลงบนถาดสำหรับใส่น้ำ วางปลาหมึกลงไป<br>4. ปิดฝาชุดอุปกรณ์นึ่ง และนำเข้าเตาไมโครเวฟ<br>5. กดเลือกเมนู และกด Start<br>6. หลังจากเครื่องทำงานเสร็จแล้ว นำปลาหมึกออกจากเตา<br>7. ผสมกะทิ น้ำพริกแกงเผ็ด น้ำปลา และน้ำตาลลงในชามแก้วทนไฟ นำเข้าเตาไมโครเวฟจนเดือดและกะทิแตกมัน ใส่ใบมะกรูดและพริกชี้ฟ้าอย่างละครึ่ง คนให้ทั่ว<br>8. ราดบนปลาหมึก โรยด้วยใบมะกรูดและพริกชี้ฟ้าที่เหลือ เสิร์ฟ |

| การทำงาน | การทำงาน | | น้ำหนักที่จำกัด | ภาชนะ | คำแนะนำ |
|---|---|---|---|---|---|
| **เมนูอาหารไทย อัตโนมัติ** | tc 27 | พิซซ่าไข่ | 0.30กก. | ชามแก้วทนไฟ ตะแกรงเตี้ย | **ส่วนผสม**<br>ไข่ไก่ 3ฟอง<br>แป้งข้าวโพด 1ช้อนโต๊ะ<br>พริกไทยป่น 1/2ช้อนชา<br>เกลือป่น 1/4ช้อนชา<br>ชีสพาร์เมซานขูดฝอย 1/4ถ้วย<br>ชีสมอซซาเรลลาขูด 1/4ถ้วย<br>เห็ดฟางหั่นบางๆ 4ดอก<br>พริกหวานแดงหั่นสี่เหลี่ยมลูกเต๋าเล็ก 2ช้อนโต๊ะ<br>ผักโขมแช่แข็งสับหยาบ 2ช้อนโต๊ะ<br>น้ำมันพืชสำหรับทอดไข่ 2ช้อนโต๊ะ<br><br>**วิธีทำ**<br>1. ต่อยไข่ใส่ชาม ตีให้ฟู ใส่พริกหวาน ผักโขม และเห็ดอย่างละครึ่ง คนให้เข้ากัน ปรุงรสด้วยเกลือ พริกไทย คนอีกครั้งให้เข้ากัน<br>2. ใส่น้ำมันลงในจานแก้วทนไฟที่มีขอบ เทส่วนผสมไข่ลงไป<br>3. โรยเห็ดฟาง พริกหวาน และผักโขมที่เหลือ โรยชีสทั้งสองชนิดลงไป<br>4. วางจานแก้วบนตะแกรงเตี้ย ในเตาไมโครเวฟ<br>5. กดเลือกเมนู และกดปุ่ม Start<br>6. หลังจากเครื่องทำงานเสร็จแล้ว นำอาหารออกจากเตา เสิร์ฟกับซอสมะเขือเทศหรือซอสพริกตามชอบ |

THAI

| การทำงาน | การทำงาน | | น้ำหนักที่จำกัด | ภาชนะ | คำแนะนำ |
|---|---|---|---|---|---|
| **เมนูอาหารไทย อัตโนมัติ** | tc 28 | ซูชิหน้าพิซซ่า | 0.60กก. | ถาดอบ กระดาษฟอยล์ ตะแกรงเตี้ย | **ส่วนผสม**<br>ข้าวสวยญี่ปุ่น 3ถ้วย<br>กุ้งกุลาดำแกะเปลือก ลวกสุก 100กรัม<br>พริกหวานเขียวแดงหั่นชิ้นเล็กอย่างละ 2ช้อนโต๊ะ<br>สาหร่ายทะเลชนิดแผ่น 2แผ่น<br>ชีสมอซซาเรลลาขูด 1/4ถ้วย<br>ผงออริกาโน 1ช้อนชา<br>ส่วนผสมน้ำปรุงรสข้าว<br>น้ำส้มสายชู 3ช้อนโต๊ะ<br>น้ำตาลทราย 3ช้อนโต๊ะ<br>เกลือป่น 1/2ช้อนชา<br><br>**วิธีทำ**<br>1. เตรียมน้ำปรุงรสข้าวโดยผสมน้ำส้มสายชู เกลือ และน้ำตาลเข้าด้วยกัน นำเข้าเตาไมโครเวฟให้เดือดและน้ำตาลละลาย ยกออกมาพักไว้<br>2. อุ่นข้าวสวยด้วยเตาไมโครเวฟให้ร้อน เทใส่ชามผสม ใส่น้ำปรุงรสแล้วคลุกให้เข้ากัน ปิดฝาไว้จนข้าวดูดน้ำปรุงรส<br>3. นำแผ่นสาหร่ายวางบนเสื่อสำหรับม้วนข้าว<br>4. ใส่ข้าวปรุงรสบนสาหร่าย แผ่ข้าวออกพอประมาณ และวางกุ้งลวกให้ทั่วบนข้าว<br>5. ม้วนเสื่อสำหรับม้วนข้าว ห่อให้แน่น<br>6. เอาเสื่อสำหรับม้วนข้าวออก หั่นม้วนซูชิเป็นแว่นหนา 3 เซนติเมตร เรียงใส่ถาดสำหรบอบในเตาไมโครเวฟ โดยหงายด้านตัดขึ้น<br>7. โรยพริกหวาน ใส่ชีสและผงออริกาโน วางสาหร่ายชิ้นเล็กๆ นำเข้าเตาไมโครเวฟ<br>8. กดเลือกเมนู และกดปุ่ม Start<br>9. หลังจากเครื่องทำงานเสร็จแล้ว นำอาหารออกจากเตา เสิร์ฟ |

| การทำงาน | การทำงาน | | น้ำหนักที่จำกัด | ภาชนะ | คำแนะนำ |
|---|---|---|---|---|---|
| **เมนูอาหารไทย อัตโนมัติ** | tc 29 | หมูนึ่งไข่เค็ม | 0.30กก. | ถาดอบ อุปกรณ์ชุด Steamchef | **ส่วนผสม**<br>ไข่เค็มดิบ 2ฟอง<br>เนื้อหมูบด 150กรัม<br>รากผักชีหั่น 2ราก<br>กระเทียม 3กลีบใหญ่<br>พริกไทยป่น 1/2ช้อนชา<br>ซีอิ๊วขาว 1ช้อนโต๊ะ<br>ต้นหอมซอย 2ช้อนโต๊ะ<br>แครอตสับ 2ช้อนโต๊ะ<br>พริกขี้หนูเขียวและแดงสับ 6เม็ด<br><br>**วิธีทำ**<br>1. โขลกรากผักชี กระเทียม และพริกไทยเข้าด้วยกันให้ละเอียด นำไปผสมกับเนื้อหมูบด ปรุงรสด้วยซีอิ๊วขาว ใส่ต้นหอม แครอต และพริกขี้หนู ผสมให้เข้ากัน ตักใส่ถ้วยสำหรับนึ่ง พักไว้<br>2. ต่อยไข่เค็มโดยแยกไข่ขาวกับไข่แดง เอาไข่แดงครึ่งฟองวางบนเนื้อหมูบด แล้วตักไข่ขาวใส่เล็กน้อย<br>3. เติมน้ำ 300มล. ในถาดสำหรับใส่น้ำของชุดอุปกรณ์นึ่ง<br>4. วางถาดสำหรับวางอาหารลงบนถาดสำหรับใส่น้ำ วางถ้วยอาหารลงไป<br>5. ปิดฝาชุดอุปกรณ์นึ่ง และนำเข้าเตาไมโครเวฟ<br>6. กดเลือกเมนู และกดปุ่ม Start<br>7. หลังจากเครื่องทำงานเสร็จแล้ว นำอาหารออกจากเตา จัดใส่จาน เสิร์ฟกับข้าวสวยร้อนๆ |

THAI

| การทำงาน | การทำงาน | | น้ำหนักที่จำกัด | ภาชนะ | คำแนะนำ |
|---|---|---|---|---|---|
| **เมนูอาหารไทย อัตโนมัติ** | tc 30 | ขนมถ้วยฟูชาเขียว | 0.70กก. | ถาดอบ<br>ตะแกรงเตี้ย | **ส่วนผสม**<br>แป้งข้าวเจ้า 1 1/2ถ้วย<br>ผงชาเขียว 1ช้อนชา<br>น้ำลอยดอกไม้ 1ถ้วย<br>กลิ่นชาเขียว 1ช้อนชา<br>น้ำตาลทราย 1/2ถ้วย<br>ยีสต์ผง 2ช้อนชา<br>ผงฟู 2ช้อนชา<br><br>**วิธีทำ**<br>1. ผสมยีสต์ แป้งข้าวเจ้า และผงชาเขียวให้เข้ากัน ค่อยๆ ใส่น้ำลอยดอกไม้ทีละน้อย แล้วนวดจนแป้งนิ่มและน้ำลอยดอกไม้หมด<br>2. ใส่น้ำตาล ผงฟู และกลิ่นชาเขียว นวดต่อให้เข้ากัน ปิดฝาครอบไว้ 1-2 ชั่วโมง<br>3. ตักส่วนผสมใส่ในถ้วยตะไลพอเต็ม<br>4. วางถ้วยบนตะแกรงเตี้ย นำเข้าเตาไมโครเวฟ<br>5. กดเลือกเมนู และกดปุ่ม Start<br>6. หลังจากเครื่องทำงานเสร็จแล้ว นำอาหารออกจากเตา พักไว้ให้เย็นแล้วแคะออกจากถ้วยตะไล เสิร์ฟ |

**< ถาดโลหะ >**

**< ตะแกรงต่ำ + ถาดโลหะ >**

**< ตะแกรงสูง + ถาดโลหะ >**

**< ชุดนึ่งอาหาร + ถาดโลหะ >**

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

# การละลายน้ำแข็งอัตโนมัติ

* *เมื่อละลายน้ำแข็ง ให้ใช้เฉพาะถาดโลหะเท่านั้น*

THAI

เตาอบของท่านประกอบด้วยโปรแกรมการละลายน้ำแข็ง 4 ประเภท ได้แก่เนื้อ (**MEAT**), เป็ด, ไก่ (**POULTRY**), ปลา (**FISH**) และขนมปัง (**BREAD**) แต่ละประเภทจะใช้กำลังไฟที่แตกต่างกัน กดปุ่ม **ละลายน้ำแข็ง** ซ้ำๆ เพื่อเลือกประเภทที่ท่านต้องการ

**ไม่ควรใช้**

อุปกรณ์ย่างไก่ทั้งตัว

**1** กดปุ่ม **หยุด/ยกเลิก** ชั่งน้ำหนักโดยประมาณของอาหารที่ท่านต้องการละลายน้ำแข็ง แกะวัสดุที่ใช้มัดหรือห่ออาหารทั้งหมดออกจากอาหาร วางอาหารลงในจานที่สามารถใช้กับเตาไมโครเวฟได้ แล้วจึงวางจานลงบนถาดโลหะ ซึ่งอยู่ในเตาอบของท่านและปิดประตูเตาอบ

**2** กดปุ่ม **ละลายน้ำแข็ง** หนึ่งครั้ง

หมุนปุ่ม **ปุ่มหมุน** จนกระทั่ง “dEF 2” แสดงบนจอแสดงผล

**3** กดปุ่ม **ENTER** เพื่อยืนยันประเภทของอาหาร ที่เลือก

ใส่น้ำหนักโดยประมาณของอาหารแช่แข็งที่ท่านต้องการละลายน้ำแข็ง

หมุนปุ่ม **ปุ่มหมุน** จนกระทั่งน้ำหนักของอาหารแช่แข็ง “1.4kg” แสดงบนจอแสดงผล

**4** กดปุ่ม **เริ่มทำงาน**

**5** ระหว่างการละลายน้ำแข็ง เมื่อท่านได้ยิน “เสียงบี๊พ” ท่านต้องเปิดประตูเตาอบเพื่อกลับด้านของอาหารและแยกอาหารออกจากกัน ซึ่งจะช่วยให้การละลายน้ำแข็งเร็วขึ้น นำชิ้นส่วนที่น้ำแข็งละลายหมดแล้วออกจากเตาอบหรือใช้แผ่นฟอยล์หุ้มชิ้นส่วนเหล่านี้ ซึ่งจะทำให้เนื้อส่วนนี้ละลายน้ำแข็งช้าลง หลังจากตรวจสอบอาหารเสร็จแล้ว ปิดประตูเตาอบและกดปุ่ม **เริ่มทำงาน** เพื่อทำการละลายน้ำแข็งต่อ

**เตาอบของท่านจะไม่หยุดละลายน้ำแข็ง (ถึงแม้เสียงบี๊พจะดังขึ้น) จนกว่าท่านจะเปิดประตูเตาอบ**

# คำแนะนำในการละลายน้ำแข็ง

* ควรใส่อาหารที่ต้องการละลายน้ำแข็งไว้ในภาชนะที่สามารถใช้กับเตาไมโครเวฟได้ และวางภาชนะลงบนถาดโลหะ โดยไม่ต้องปิดฝาภาชนะ
* ควรห่อเนื้อส่วนเล็กๆ ของเนื้อสัตว์ หรือสัตว์ปีกด้วยแผ่นอลูมิเนียมฟอยล์ สิ่งนี้จะช่วยป้องกันเนื้อบางส่วนสุกระหว่างละลายน้ำแข็ง ตรวจสอบว่าแผ่นฟอยล์ไม่สัมผัสกับผนังของเตาอบ
* แยกชิ้นส่วนของเนื้อออกจากกัน เช่น เนื้อสับ, เนื้อหั่นเป็นชิ้น, ไส้กรอกและเบคอน **เมื่อท่านได้ยินเสียงบี๊พ เปิดประตูเตาอบและพลิกอาหารอีกด้านหนึ่งลงด้านล่าง** นำอาหารส่วนที่ละลายน้ำแข็งแล้วออกจากเตาอบและกดปุ่ม Start เพื่อละลายน้ำแข็งส่วนที่เหลือต่อ หลังจากละลายน้ำแข็งเสร็จแล้ว ควรวางอาหารพักทิ้งไว้ จนกระทั่งนำแข็งละลายจนหมด
* สำหรับชิ้นเนื้อขนาดใหญ่และไก่ทั้งตัว ควรวางพักทิ้งไว้อย่างน้อย 1 ชั่วโมงก่อนปรุงอาหาร

| ประเภท | น้ำหนักที่จำกัด | ภาชนะ | อาหาร |
|---|---|---|---|
| เนื้อ (dEF1) | 0.1 ~ 4.0 กิโลกรัม | ภาชนะที่สามารถใช้กับเตาไมโครเวฟได้ (จานแบน), ถาดโลหะ | **เนื้อ**<br>เนื้อวัวบด, สเต็คเนื้อที่ไม่มีมัน, เนื้อสำหรับตุ๋น, สเต็คเนื้อสันนอก, เนื้ออบในหม้อ, เนื้อสะโพกอบ, เบอร์เกอร์เนื้อ เนื้อหมูหั่นเป็นชิ้น, เนื้อแกะหั่นเป็นชิ้น, เนื้อหมูบดอบ, ไส้กรอก, เนื้อทอดเป็นชิ้น (2 ซม.)<br>เมื่อเสียงบี๊พดังขึ้น กลับเนื้ออีกด้านหนึ่งลงด้านล่าง<br>หลังจากละลายน้ำแข็งเสร็จแล้ว วางเนื้อพักทิ้งไว้ประมาณ 5-15 นาที |
| เป็ด, ไก่ (dEF2) | | | **เป็ด, ไก่**<br>เนื้อไก่ทั้งตัว, น่องไก่, เนื้อหน้าอก, เนื้อหน้าอกของไก่งวง (ไม่เกิน 2.0 กก.)<br>เมื่อเสียงบี๊พดังขึ้น กลับเนื้ออีกด้านหนึ่งลงด้านล่าง<br>หลังจากละลายน้ำแข็งเสร็จแล้ว วางเนื้อพักทิ้งไว้ประมาณ 20-30 นาที |
| ปลา (dEF3) | | | **ปลา**<br>เนื้อปลาไม่ติดมัน, สเต็คปลา, ปลาทั้งตัว, อาหารทะเล<br>เมื่อเสียงบี๊พดังขึ้น กลับเนื้ออีกด้านหนึ่งลงด้านล่าง<br>หลังจากละลายน้ำแข็งเสร็จแล้ว วางเนื้อพักทิ้งไว้ประมาณ 10-20 นาที |
| ขนมปัง (dEF4) | 0.1 ~ 0.5 กิโลกรัม | กระดาษเช็ดจานหรือจานแบน, ถาดโลหะ | ขนมปังปอนด์หั่นเป็นชิ้น, ขนมปังก้อนและขนมปังอื่นๆ |

การย่างอาหารจะทำให้ท่านสามารถอบอาหารให้เป็นสีน้ำตาล และทำให้อาหารกรอบได้อย่างรวดเร็ว

เมื่อใช้การย่างอาหาร วางตะแกรงย่างลงบนถาดโลหะ

**ท่านต้องใช้ตะแกรงสูง ระหว่างย่างอาหาร**

1 กดปุ่ม **หยุด/ยกเลิก**

2 กดปุ่ม **ระบบย่าง** เพื่อเลือกรูปแบบการย่าง

3 หมุนปุ่ม **ปุ่มหมุน** จนกระทั่ง “gr-1” แสดงบนจอแสดงผล
กดปุ่ม **ENTER** เพื่อยืนยันรูปแบบการย่างที่เลือก

| ประเภท | จอแสดงผล | การทำงานของเตาอบ |
|---|---|---|
| การย่าง-1 | gr-1 | ให้ความร้อนจากด้านบน (1950 วัตต์) |
| การย่าง-2 | gr-2 | ให้ความร้อนจากด้านบน (1100 วัตต์) |
| การย่าง-3 | gr-3 | ให้ความร้อนจากด้านล่าง (650 วัตต์) |

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

กดปุ่ม **เริ่มทำงาน**

***หลังจากปรุงอาหารเสร็จแล้ว ท่านต้องใส่ถุงมือเพื่อยกถาดโลหะและภาชนะออกจากเตาอบ เนื่องจากถาดโลหะจะร้อนมาก***

# *การปรุงอาหารด้วย*
# คลื่นไมโครเวฟ

ตัวอย่างที่แสดงในด้านล่างนี้ คือวิธีการปรุงอาหารด้วยกำลังไฟ 600 วัตต์เป็นเวลา 5 นาที 30 วินาที

เตาอบของท่านประกอบด้วยกำลังไฟของคลื่นไมโครเวฟ 5 ระดับ ระดับไฟสูงสุดจะถูกเลือกอัตโนมัติ แต่ท่านสามารถหมุนปุ่ม Dial เพื่อเลือกระดับไฟที่ท่านต้องการได้

### *ระดับไฟ*

| | |
|---|---|
| *สูงสุด* | 900 วัตต์ |
| *สูง* | 600 วัตต์ |
| *ปานกลาง* | 360 วัตต์ |
| *ละลายน้ำแข็ง/ต่ำ* | 180 วัตต์ |
| *ต่ำสุด* | 90 วัตต์ |

### ไม่ควรใช้

อุปกรณ์ย่างไก่ทั้งตัว

**1**

ตรวจสอบว่าท่านได้ทำการติดตั้งเตาอบของท่านอย่างถูกต้อง ตามขั้นตอนที่อธิบายอยู่ในส่วนแรกของคู่มือการใช้งานเล่มนี้

กดปุ่ม **หยุด/ยกเลิก**

**2**

กดปุ่ม **ระบบไมโครเวฟ** หนึ่งครั้งเพื่อเลือกรูปแบบคลื่นไมโครเวฟ

หมุนปุ่ม **ปุ่มหมุน** จนกระทั่ง “600W” แสดงบนจอแสดงผล

กดปุ่ม **ENTER** เพื่อยืนยันระดับไฟที่เลือก

**3**

หมุนปุ่ม **ปุ่มหมุน** จนกระทั่ง “5:30” แสดงบนจอแสดงผล

**4**

กดปุ่ม **เริ่มทำงาน**

# ระดับไฟของ
# คลื่นไมโครเวฟ

เตาอบของท่านประกอบด้วยระดับไฟ 5 ระดับ ซึ่งทำให้ท่านสามารถเปลี่ยนแปลงและควบคุมการปรุงอาหารให้เหมาะสมที่สุดได้ ตารางด้านล่างนี้จะแสดงตัวอย่างของอาหาร และแนะนำระดับไฟในการปรุงอาหารต่างๆ ด้วยเตาอบเครื่องนี้

THAI

| ระดับไฟ | กำลังไฟที่ใช้ | ใช้สำหรับ | อุปกรณ์ |
|---|---|---|---|
| **สูงสุด** | 900 วัตต์ | * ต้มน้ำ<br>* ทำเนื้อวัวบดให้สุก<br>* ปรุงอาหารประเภทสัตว์ปีกที่หั่นเป็นชิ้น, ปลาและผัก<br>* ทำเนื้อสัตว์ที่ตัดเป็นชิ้นให้สุก | ตะแกรงต่ำ<br>+ ถาดโลหะ |
| **สูง** | 600 วัตต์ | * อุ่นอาหารทุกชนิด<br>* ย่างเนื้อสัตว์และสัตว์ปีก<br>* อบเห็ดและสัตว์น้ำชนิดมีเปลือก เช่น หอย กุ้ง ปู<br>* ปรุงอาหารที่ประกอบด้วยไข่และชีส | |
| **ปานกลาง** | 360 วัตต์ | * ทำเค้กและขนมปัง<br>* ทำไข่ให้สุก<br>* ทำคัสตาร์ด<br>* หุงข้าว, ต้มซุป | |
| **ละลายน้ำแข็ง/ต่ำ** | 180 วัตต์ | * ละลายน้ำแข็งอาหารทุกชนิด<br>* ละลายเนยและช็อคโกแลต<br>* ทำเนื้อสัตว์ที่ตัดเป็นชิ้นเล็กๆ ให้สุก | ถาดโลหะ |
| **ต่ำสุด** | 90 วัตต์ | * ละลายเนยและเนยแข็ง<br>* ทำให้ไอศครีมนุ่มลง<br>* ทำให้เชื้อยีสต์ในแป้งสาลีขึ้นฟู | ตะแกรงต่ำ<br>+ ถาดโลหะ |

# *การปรุงอาหาร*
## 2 ขั้นตอน

ตัวอย่างที่แสดงในด้านล่างนี้ คือวิธีการปรุงอาหาร 2 ขั้นตอน ขั้นตอนแรกจะปรุงอาหารด้วยระดับไฟสูงสุด (900 วัตต์) เป็นเวลา 11 นาที และขั้นตอนที่สองจะปรุงอาหารด้วยกำลังไฟ 360 วัตต์เป็นเวลา 35 นาที

ระหว่างการปรุงอาหาร 2 ขั้นตอน ท่านสามารถเปิดประตูเตาอบ และตรวจสอบอาหารที่อยู่ภายในเตาอบได้ ปิดประตูเตาอบและกดปุ่ม **เริ่มทำงาน** เพื่อทำการ ปรุงอาหาร 2 ขั้นตอนต่อ

เมื่อเตาอบทำการปรุงอาหารในขั้นตอนที่ 1 เสร็จแล้ว เสียงบี๊พจะดังขึ้น และเตาอบจะเริ่มปรุงอาหารในขั้นตอนที่ 2 ต่อ

กดปุ่ม **หยุด/ยกเลิก** สองครั้ง ถ้าท่านต้องการยกเลิกโปรแกรมที่ตั้งไว้

**ไม่ควรใช้**

อุปกรณ์ย่างไก่ทั้งตัว

1

กดปุ่ม **หยุด/ยกเลิก**

ตั้งกำลังไฟและเวลาในการปรุงอาหารสำหรับ**ขั้นตอนที่ 1**

กดปุ่ม **ระบบไมโครเวฟ** หนึ่งครั้งเพื่อเลือกรูปแบบคลื่นไมโครเวฟ

2

หมุนปุ่ม **ปุ่มหมุน** จนกระทั่ง “900W” แสดงบนจอแสดงผล

กดปุ่ม **ENTER** เพื่อยืนยันกำลังไฟที่เลือก

หมุนปุ่ม **ปุ่มหมุน** จนกระทั่ง “11:00” แสดงบนจอแสดงผล

3

ตั้งระดับไฟและเวลาในการปรุงอาหารสำหรับ**ขั้นตอนที่ 2**

กดปุ่ม **ระบบไมโครเวฟ** หนึ่งครั้งเพื่อเลือกรูปแบบคลื่นไมโครเวฟ

4

หมุนปุ่ม **ปุ่มหมุน** จนกระทั่ง “360W” แสดงบนจอแสดงผล

กดปุ่ม **ENTER** เพื่อยืนยันกำลังไฟที่เลือก

หมุนปุ่ม **ปุ่มหมุน** จนกระทั่ง “35:00” แสดงบนจอแสดงผล

5

กดปุ่ม **เริ่มทำงาน**

การทำงานนี้จะทำให้ท่านสามารถตั้งและใช้ขั้นตอนการปรุงอาหารที่ท่านใช้งานเป็นประจำได้ เมื่อตั้งโปรแกรมการปรุงอาหารไว้แล้ว ท่านจะสามารถใช้โปรแกรมที่ตั้งไว้โดยกดปุ่ม Favorite ได้ ตัวอย่างที่แสดงในด้านล่างนี้ คือวิธีการตั้งโปรแกรมการปรุงอาหารด้วยกำลังไฟ 600 วัตต์เป็นเวลา 10 นาที 30 วินาที

**1. ตั้งโปรแกรม**

ท่านสามารถตั้งโปรแกรมการปรุงอาหารเก็บไว้ในหน่วยความจำของเตาอบได้
ถ้าท่านต้องการเปลี่ยนโปรแกรมการปรุงอาหารจานโปรดของท่าน ท่านสามารถทำได้โดยตั้งโปรแกรมใหม่ทับโปรแกรมเดิม

ท่านสามารถตั้งโปรแกรมการปรุงอาหารจานโปรดของท่านได้มากถึง 9 โปรแกรม (FA-1 ถึง FA-9)

**1**

กดปุ่ม **หยุด/ยกเลิก**

**2**

กดปุ่ม **ตั้งเมนูโปรด** FA-1 แสดงบนจอแสดงผล

กดปุ่ม **ระบบไมโครเวฟ**

**3**

หมุนปุ่ม **ปุ่มหมุน** จนกระทั่ง “600W” แสดงบนจอแสดงผล
กดปุ่ม **ENTER**

หมุนปุ่ม **ปุ่มหมุน** จนกระทั่ง “10:30” แสดงบนจอแสดงผล

**4**

กดปุ่ม **ตั้งเมนูโปรด**
(กดปุ่ม **เริ่มทำงาน** โปรแกรมการปรุงอาหารจะถูกเก็บเข้าในหน่วยความจำของเตาอบและเตาอบจะเริ่มปรุงอาหารตามโปรแกรมที่ตั้งไว้)

การตั้งโปรแกรมการปรุงอาหารจานโปรดเสร็จเรียบร้อยแล้ว

**2. การใช้โปรแกรม**

เมื่อท่านต้องการปรุงอาหารด้วยโปรแกรมที่ตั้งไว้ กดปุ่ม Favorite เพื่อเลือกโปรแกรมที่ต้องการ

1

กดปุ่ม **ตั้งเมนูโปรด** จนกระทั่ง “FA-1” แสดงบนจอแสดงผล

กดปุ่ม **เริ่มทำงาน**

2

**3. การเปลี่ยนโปรแกรม**
(ถ้าท่านตั้งโปรแกรมการปรุงอาหารไว้ที่ FA-1)

กดปุ่ม **ตั้งเมนูโปรด** FA-1 และข้อมูลในการปรุงอาหารที่ท่านตั้งไว้จะแสดงบนจอแสดงผล

1

กดปุ่ม **ตั้งเมนูโปรด** ที่ท่านต้องการตั้งโปรแกรมการปรุงอาหารโปรแกรมใหม่ ตั้งโปรแกรมการปรุงอาหารโปรแกรมใหม่ตามความต้องการของท่าน

กดปุ่ม **ตั้งเมนูโปรด**

**(กดปุ่ม เริ่มทำงาน โปรแกรมการปรุงอาหารจะถูกเก็บเข้าในหน่วยความจำของเตาอบและเตาอบจะเริ่มปรุงอาหารตามโปรแกรมที่ตั้งไว้)**

# *การเริ่มปรุงอาหาร*
## อย่างรวดเร็ว

ด้วยระบบ **QUICK START** (การเริ่มปรุงอาหาร อย่างรวดเร็ว) จะทำให้ท่านสามารถตั้งการปรุงอาหารด้วยระดับไฟสูงสุด (900 วัตต์) เป็นเวลา 30 วินาทีได้ โดยกดปุ่ม **เริ่มทำงาน**

**ไม่ควรใช้**

**อุปกรณ์ย่างไก่ทั้งตัว**

1 กดปุ่ม **หยุด/ยกเลิก**

2 กดปุ่ม **เริ่มทำงาน** สี่ครั้ง เพื่อเลือกการปรุงอาหารด้วยระดับไฟสูงสุด (900) วัตต์ เป็นเวลา 2 นาที
เตาอบของท่านจะเริ่มทำงาน ก่อนที่ท่านจะกดปุ่มครบสี่ครั้ง

3 ระหว่างปรุงอาหารด้วยระบบ **QUICK START** (การเริ่มปรุงอาหาร อย่างรวดเร็ว) ท่านสามารถเพิ่มเวลาในการปรุงอาหาร โดยกดปุ่ม **เริ่มทำงาน** ซ้ำๆ ได้มากถึง 9 นาที 59 วินาที

# *การเพิ่มหรือลดเวลา*
## ในการปรุงอาหาร

ตัวอย่างที่แสดงในด้านล่างนี้ คือวิธีการเปลี่ยนเวลาในการปรุงอาหาร สำหรับโปรแกรม **เมนูอาหารไทยอัตโนมัติ** ( THAI AUTO MENU ) ให้เพิ่มมากขึ้นหรือลดน้อยลง

ถ้าท่านพบว่าอาหารของท่านไหม้เกรียม หรือยังไม่สุก เมื่อใช้โปรแกรม**เมนูอาหารไทยอัตโนมัติ** ( THAI AUTO MENU ) ท่านสามารถเพิ่มหรือลดเวลาในการปรุงอาหารโดยหมุนปุ่ม Dial ได้

ท่านสามารถเพิ่มหรือลดเวลาในการปรุงอาหารโดยหมุนปุ่ม Dial ได้ตลอดเวลา (ยกเว้นการละลายน้ำแข็ง)

| เวลาในการปรุงอาหาร | เวลาที่เพิ่มขึ้นหรือลดลง |
|---|---|
| 0~3 นาที | 10 วินาที |
| 3~20 นาที | 30 วินาที |
| 20~30 นาที | 1 นาที |
| 30~90 นาที | 5 นาที |

1 กดปุ่ม **หยุด/ยกเลิก**

2 เลือกโปรแกรม **เมนูอาหารไทยอัตโนมัติ** ที่ท่านต้องการ

* ดู**เมนูอาหารไทยอัตโนมัติ** ( THAI AUTO MENU ) (**หน้า** 13 )

เลือกน้ำหนักของอาหาร

กดปุ่ม **เริ่มทำงาน**

3 หมุนปุ่ม **ปุ่มหมุน**

เวลาในการปรุงอาหารจะเพิ่มขึ้นหรือลดลง

THAI

**ข้อควรระวัง**
อุปกรณ์ย่างไก่ทั้งตัวไม่ใช่ของเล่น
เก็บอุปกรณ์ย่างไก่ทั้งตัวให้ห่าง
จากเด็กๆ

## 1 ไขแท่งเหล็กเข้ากับแผ่นโลหะด้านขวาให้แน่น

ไขแท่งเหล็กเข้ากับแผ่นโลหะด้านขวา
โดยไขแท่งเหล็กไปตามทิศทางของเข็มนาฬิกา

## 2 ประกอบแแผ่นโลหะด้านซ้าย

ดันแท่งเหล็กเข้ากับแผ่นโลหะด้านซ้าย

## 3 ประกอบเหล็กเสียบเนื้อ

ประกอบที่จับเข้ากับ
**อุปกรณ์ย่างไก่ทั้งตัว**

สอดปลายแหลมของเหล็ก
เสียบลงในรูบนแผ่นโลหะ
ด้านขวา

สอดปลายแหลมอีกด้าน
หนึ่งของเหล็กเสียบลงใน
รูบนแผ่นโลหะด้านซ้าย

หมุนเหล็กเสียบทวนเข็มนาฬิกา
จนกระทั่งเหล็กเสียบยึดเข้ากับ
แผ่นโลหะแน่นแล้ว
ทำขั้นตอนนี้ซ้ำ 4 ครั้ง

# *ข้อควรระวังเพื่อความปลอดภัย*

## อ่านข้อมูลนี้อย่างละเอียดและเก็บข้อมูลนี้ไว้เพื่อใช้อ้างอิงในอนาคต

**⚠ *คำเตือน***

กรุณาตรวจสอบเวลาในการปรุงอาหาร ว่าท่านได้ตั้งเวลาไว้ถูกต้องแล้ว การตั้งเวลามากเกินไปอาจทำให้เกิดเพลิงไหม้และทำให้เตาอบเสียหายได้

1 ไม่ควรพยายามปรับหรือซ่อมแซมใดๆ กับประตูเตาอบ, แผงควบคุม, สวิตช์ป้องกันหรือส่วนประกอบอื่นๆ ของเตาอบ ซึ่งอาจทำให้เกิดอันตรายกับผู้ที่ซ่อมแซมรวมทั้งผู้ที่นำฝาครอบป้องกันคลื่นไมโครเวฟออก ซึ่งอาจทำให้คลื่นไมโครเวฟแพร่กระจายออกมาได้ การซ่อมแซมเตาอบสามารถทำได้เฉพาะช่างผู้ชำนาญเท่านั้น

2 ไม่ควรใช้งานเตาอบเมื่อไม่ได้ใส่อะไรไว้ในเตาอบ ท่านควรวางแก้วใส่น้ำไว้ในเตาอบ เมื่อไม่ได้ใช้งาน น้ำในแก้วจะช่วยป้องกันอันตรายที่อาจเกิดขึ้นได้ เมื่อเตาอบเริ่มทำงานโดยบังเอิญ

3 ไม่ควรใช้เตาอบเพื่อขจัดความชื้น เพราะอาจทำให้ท่านได้รับบาดเจ็บสาหัสได้ (เช่น ใช้เตาอบกับหนังสือพิมพ์, ผ้า, ของเล่น, สัตว์เลี้ยงหรือเครื่องใช้ไฟฟ้าแบบพกพาที่เปียก)

4 ไม่ควรปรุงอาหารที่ห่อด้วยกระดาษเช็ดจาน ยกเว้นทำตามคำอธิบายในตำราทำอาหาร

5 ไม่ควรใช้กระดาษหนังสือพิมพ์แทนกระดาษเช็ดจาน ซึ่งใช้สำหรับทำอาหาร

6 ไม่ควรใช้ภาชนะที่ผลิตจากไม้ ภาชนะเหล่านี้จะเกิดความร้อนและไหม้ได้ ไม่ควรใช้ภาชนะเซรามิคที่ประกอบด้วยโลหะ (เช่นทองหรือเงิน) ควรนำโลหะที่มัดอาหารออกก่อนทุกครั้ง วัตถุโลหะในเตาอบอาจทำให้เกิดประกายไฟซึ่งทำให้เตาอบเสียถาวรได้

7 ไม่ควรใช้เตาอบกับผ้าเช็ดจาน, ผ้าเช็ดปากหรือสิ่งใดๆ ขวางระหว่างฝากับส่วนหน้าของเตาอบ เพราะอาจทำให้คลื่นไมโครเวฟรั่วได้

8 ไม่ควรใช้กระดาษรีไซเคิล ซึ่งกระดาษเหล่านี้อาจจะมีสารเจือปน 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 และปิดประตูเตาอบไว้ เพื่อป้องกันไฟที่ไหม้ในเตาอบลามออกมา

18 เมื่อปรุงอาหารในภาชนะพลาสติก, กระดาษหรือโลหะที่ติดไฟได้ ท่านควรตรวจสอบเตาอบและภาชนะที่ใช้บ่อยๆ ว่าชำรุดหรือไม่

19 ท่านสามารถปล่อยให้เด็กๆ ใช้เตาอบด้วยตัวเองเฉพาะเมื่อท่านได้ให้คำแนะนำที่ถูกต้อง ซึ่งทำให้เด็กสามารถใช้เตาอบได้อย่างถูกวิธี และเข้าใจถึงอันตรายของการใช้งานที่ผิดวิธีได้

20 ของเหลวหรืออาหารบางชนิดไม่ควรอุ่นในภาชนะที่ปิดฝา ซึ่งอาจทำให้เกิดแรงอัดและทำให้อาหารหกกระจายได้

21 ไม่ควรใช้งานเตาอบ ถ้าฝาผนึกประตูเตาอบและส่วนที่ใกล้เคียงเสีย ท่านจะไม่สามารถใช้งานเตาอบได้ จนกว่าส่วนที่เสียจะถูกซ่อมแซมโดยช่างผู้ชำนาญ

22 ตรวจสอบภาชนะว่าสามารถใช้กับเตาไมโครเวฟได้ ก่อนนำภาชนะไปปรุงอาหารในเตาอบ

23 ไม่ควรสัมผัสประตูเตาอบ, ภายนอกเตาอบ, ด้านหลังเตาอบ, ช่องระบายอากาศบนเตาอบ อุปกรณ์ต่างๆ และจาน เมื่ออยู่ในรูปแบบการย่างอาหาร, การอบอาหารด้วยอุณหภูมิคงที่และการปรุงอาหารอัตโนมัติ นอกจากท่านจะใส่ถุงมืออย่างหนาเพราะส่วนต่างๆ เหล่านี้จะร้อนมาก ก่อนสัมผัสอุปกรณ์ ควรตรวจสอบว่าอุปกรณ์ต่างๆ เย็นลงแล้ว

24 ใช้เฉพาะภาชนะซึ่งเหมาะสำหรับใช้ในเตาไมโครเวฟเท่านั้น

25 เมื่ออุ่นอาหารในภาชนะพลาสติกหรือภาชนะกระดาษ ควรเฝ้าดูเตาอบตลอดเวลา เนื่องจากภาชนะเหล่านี้อาจติดไฟได้

26 ถ้ามีควันเกิดขึ้น ท่านควรปิดเตาอบหรือถอดปลั๊กไฟออกจากเต้าจ่ายไฟ และปิดประตูเตาอบไว้ เพื่อป้องกันไฟที่ไหม้ในเตาอบลามออกมา

27 การทำเครื่องดื่มให้ร้อนขึ้นโดยใช้คลื่นไมโครเวฟ อาจส่งผลให้น้ำเดือดพุ่งขึ้นมาได้ ดังนั้นควรระมัดระวังเมื่อถือภาชนะของเครื่องดื่ม

28 ควรเขย่าหรือคนอาหารในขวดนมและกระปุกอาหารสำหรับเด็กทารก และตรวจสอบอุณหภูมิของอาหาร ก่อนรับประทาน

29 ไม่ควรอบไข่ในเปลือกหรืออุ่นไข่ต้มสุกด้วยเตาไมโครเวฟ เพราะไข่อาจระเบิดได้ ถึงแม้เตาอบจะหยุดส่งคลื่นไมโครเวฟแล้วก็ตาม

30 ควรรักษาความสะอาดในบริเวณฝาผนึกประตูเตาอบ, ช่องระบายอากาศบนเตาอบและส่วนที่ใกล้เคียงอยู่เสมอ

31 ควรเช็ดทำความสะอาดเตาอบและเศษอาหารที่เหลืออยู่ในเตาอบเป็นประจำ

32 การดูแลรักษาทำความสะอาดเตาอบที่ผิดวิธี อาจทำให้พื้นผิวของเตาอบเสียหายและส่งผลต่ออายุในการใช้งานของเตาอบอีกด้วย และอาจทำให้เกิดเหตุการณ์ที่อันตรายขึ้นได้

33 ใช้เฉพาะเครื่องทดสอบอุณหภูมิที่แนะนำให้ใช้กับเตาอบนี้เท่านั้น (สำหรับอุปกรณ์ซึ่งใช้งานเครื่องทดสอบอุณหภูมิได้อย่างสะดวก)

34 ระหว่างใช้งานเตาอบ ถ้าอุปกรณ์เสริมสำหรับทำความร้อนที่จัดมาให้ร้อนขึ้น ควรหลีกเลี่ยงที่จะสัมผัสอุปกรณ์เหล่านี้ภายในเตาอบ

35 อุปกรณ์นี้ไม่ได้ผลิตขึ้นมาเพื่อให้เด็กเล็ก และบุคคลทุพพลภาพใช้งานโดยไม่ได้รับการดูแล

⚠ **คำเตือน** : ถ้าประตูเตาอบและฝาผนึกประตูเตาอบเสีย ท่านจะไม่สามารถใช้งานเตาอบได้ จนกว่าฝาประตูจะถูกซ่อมแซมโดยช่างผู้ชำนาญ

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

⚠ **คำเตือน** : ของเหลวหรืออาหารบางชนิดไม่ควรอุ่นในภาชนะที่ปิดฝา ซึ่งอาจทำให้เกิดแรงอัดและทำให้อาหารหกกระจายได้

⚠ **คำเตือน** : ท่านสามารถปล่อยให้เด็กๆ ใช้เตาอบด้วยตัวเองเฉพาะเมื่อท่านได้ให้คำแนะนำที่ถูกต้อง ซึ่งทำให้เด็กสามารถใช้เตาอบได้อย่างถูกวิธี และเข้าใจถึงอันตรายของการใช้งานที่ผิดวิธีได้

⚠ **คำเตือน** : **ผลิตภัณฑ์นี้ไม่ได้ออกแบบมาเพื่อให้เด็กหรือผู้ที่มีความบกพร่องทางร่างกาย ระบบประสาท หรือทางด้านจิตใจ หรือผู้ที่ขาดประสบการณ์หรือความรู้ ใช้งาน เว้นแต่จะมีผู้ดูแลหรือให้คำแนะนำเกี่ยวกับการใช้งาน โดยผู้ดูแลหรือผู้ให้คำแนะนำจะต้องรับผิดชอบต่อความปลอดภัยของผู้ใช้งาน**

# *ภาชนะที่สามารถใช้กับ*
# เตาไมโครเวฟได้

**ไม่ควรใช้ภาชนะโลหะหรือภาชนะที่มีขอบโลหะในเตาอบไมโครเวฟของท่าน**

คลื่นไมโครเวฟไม่สามารถทะลุผ่านโลหะได้ คลื่นไมโครเวฟจะสะท้อนกลับเมื่อโดนวัตถุโลหะภายในเตาอบ ซึ่งทำให้เกิดประกายไฟที่เหมือนกับฟ้าแลบ

ภาชนะซึ่งไม่ใช่โลหะส่วนใหญ่ที่สามารถทนต่อความร้อนได้ ปลอดภัยสำหรับใช้ในเตาไมโครเวฟของท่าน แต่อย่างไรก็ตามบางภาชนะอาจจะผสมด้วยโลหะบางชนิด ซึ่งไม่เหมาะสมในการใช้กับเตาอบไมโครเวฟ ถ้าท่านมีข้อสงสัยเกี่ยวกับการใช้ภาชนะบรรจุอาหาร ท่านสามารถรู้ได้อย่างง่ายดาย ว่าภาชนะไหนปลอดภัยสำหรับใช้ในเตาไมโครเวฟของท่าน โดยการวางภาชนะที่ท่านต้องการรู้ ว่าใช้กับเตาอบไมโครเวฟได้หรือไม่ ลงในถ้วยแก้วที่เติมน้ำไว้ แล้ววางถ้วยแก้วลงในเตาอบ ตั้งเตาอบ 1 นาทีด้วยระดับไฟที่ HIGH ถ้าน้ำร้อนขึ้น แต่ภาชนะที่ทดสอบนั้นยังคงเย็นอยู่ แสดงว่าภาชนะนั้นสามารถใช้กับเตาอบไมโครเวฟได้ แต่ถ้าน้ำไม่เปลี่ยนอุณหภูมิ และภาชนะที่ทดสอบร้อนขึ้น แสดงว่าภาชนะนั้นไม่สามารถใช้กับเตาอบไมโครเวฟได้ ท่านสามารถใช้อุปกรณ์ภายในครัวที่แสดงอยู่ในตารางด้านล่างนี้กับเตาอบไมโครเวฟได้

**จานอาหารค่ำ**

ภาชนะสำหรับอาหารค่ำหลายชนิดเป็นภาชนะที่สามารถใช้กับเตาอบไมโครเวฟได้ ถ้าท่านมีข้อสงสัยใดๆ กรุณาปรึกษาผู้ผลิต หรือทำการทดสอบภาชนะตามวิธีที่แสดงในด้านบน

**ภาชนะแก้ว**

ภาชนะแก้วสามารถทนต่อความร้อนได้ ซึ่งปลอดภัยสำหรับใช้ในเตาไมโครเวฟของท่าน รวมทั้งภาชนะแก้วหลอมทุกยี่ห้อแต่อย่างไรก็ตาม ไม่ควรใช้ภาชนะแก้วที่แตกได้ง่าย เช่น แก้วไวน์ ซึ่งอาจจะแตกเมื่ออาหารอุ่นขึ้น

**ภาชนะพลาสติกสำหรับเก็บอาหาร**

ภาชนะชนิดนี้สามารถใส่อาหารที่ใช้เวลาสั้นๆ ในการอุ่นได้ แต่ไม่ควรใช้เมื่อต้องการปรุงอาหารในเตาอบเป็นเวลานานอาหารที่ร้อนจะทำให้ภาชนะพลาสติกโค้งงอ หรือละลายได้

**กระดาษ**

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

**ถุงพลาสติกสำหรับปรุงอาหาร**

ถุงพลาสติกเหล่านี้ได้ถูกผลิตขึ้นมาเป็นพิเศษ สำหรับใช้ปรุงอาหารในเตาอบไมโครเวฟโดยเฉพาะ แต่เพื่อความมั่นใจในการใช้งาน ท่านควรฉีกถุงให้มีรอยขาดเล็กน้อย เพื่อให้ควันสามารถระบายออกจากถุงได้ ไม่ควรใช้ถุงพลาสติกทั่วไป เพื่อปรุงอาหารในเตาอบไมโครเวฟของท่าน เพราะถุงอาจจะละลายและแตกได้

**ภาชนะพลาสติกสำหรับใช้ในเตาอบไมโครเวฟ**

ท่านสามารถใช้ภาชนะพลาสติกที่มีรูปร่างและขนาดต่างๆ ได้ทุกชนิด และสามารถใช้ภาชนะพลาสติกที่ท่านมีอยู่แล้วได้ โดยไม่จำเป็นต้องลงทุนซื้อใหม่

**ภาชนะเคลือบ, หินและกระเบื้อง**

ภาชนะที่กล่าวมาในด้านบนนี้สามารถใช้กับเตาอบไมโครเวฟได้เป็นอย่างดี แต่ท่านก็ควรทดสอบภาชนะก่อนเพื่อความมั่นใจ

## ข้อควรระวัง

**ภาชนะบางชนิดเป็นตัวนำความร้อน หรือประกอบด้วยเหล็ก ซึ่งไม่เหมาะสมสำหรับใช้กับเตาอบไมโครเวฟ ท่านควรทดสอบภาชนะก่อน เพื่อความมั่นใจว่าท่านสามารถใช้ภาชนะนี้กับเตาอบไมโครเวฟของท่านได้**

# *ลักษณะเฉพาะของอาหารและ*
# การปรุงอาหารด้วยไมโครเวฟ

**ควรมองเตาอบอยู่เสมอ**

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

**ปัจจัยที่ส่งผลต่อเวลาในการปรุงอาหาร**

มีหลายสาเหตุที่ทำให้เกิดผลต่อเวลาในการปรุงอาหาร อุณหภูมิของส่วนผสมที่ใช้ในการปรุงอาหารจะทำให้เวลาในการปรุงอาหารแตกต่างกันมาก เช่น เค้กที่ทำด้วยเนยแข็งแข็ง, นม, ไข่จะใช้เวลาในการอบมากกว่าเค้กที่ใช้ส่วนผสมที่มีอุณหภูมิปกติ การปรุงอาหารในคู่มือการใช้งานเล่มนี้จะใช้ช่วงเวลาในการปรุงอาหารแตกต่างกันไป โดยปกติท่านจะพบว่าอาหารยังไม่สุก เมื่อปรุงอาหารตามเวลาที่แนะนำไว้ และในบางครั้งอาหารของท่านต้องใช้เวลาสูงสุดที่แนะนำในการปรุงอาหารกลุ่มนักวิทยาศาสตร์ของคู่มือการใช้งานเล่มนี้ มั่นใจว่าเวลาในการปรุงอาหารที่แนะนำนั้นเหมาะสมที่สุด การปรุงอาหารบางชนิด โดยเฉพาะขนมปัง, เค้กและขนมคัสตาร์ด ขอแนะนำว่าควรนำอาหารออกจากเตาอบในขณะที่อาหารยังไม่ค่อยสุก สิ่งนี้ไม่ใช่การแนะนำที่ผิด เมื่อนำอาหารออกมาวางพักทิ้งไว้ข้างนอก ความร้อนภายในอาหารก็จะปรุงอาหารอย่างต่อเนื่อง จนกระทั่งอาหารสุกทั่วทั้งหมด ถ้าปล่อยอาหารทิ้งไว้ในเตาอบจนสุกหมดส่วนภายนอกของอาหารก็จะไหม้เกรียม ท่านจะต้องกะทั้งเวลาในการปรุงอาหารและเวลาวางพักทิ้งไว้เองตามชนิดของอาหารที่แตกต่างกัน

**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 2.5 ซม. ด้านในของอาหารที่หนาจึงสุกช้ากว่าด้านนอก ซึ่งความร้อนภายนอกจะแพร่เข้าไปภายใน เฉพาะด้านนอกของอาหารเท่านั้นที่สุกโดยคลื่นไมโครเวฟ ส่วนที่เหลือของอาหารจะสุกโดยการถ่ายความร้อน อาหารที่เป็นรูปสี่เหลี่ยมหนาๆ ไม่เหมาะสำหรับปรุงในเตาอบไมโครเวฟ เพราะมุมของอาหารจะไหม้ก่อนที่ข้างในจะเริ่มร้อน อาหารที่เป็นรูปวงกลมและบาง เหมาะสำหรับปรุงในเตาอบไมโครเวฟ

**การปิดฝา**

การปิดฝาจะช่วยเก็บความร้อนและไอน้ำ ซึ่งทำให้อาหารสุกเร็วขึ้น ใช้ฝาหรือแผ่นฟิล์มติดที่มุมด้านหลังเพื่อป้องกันการแตกของอาหาร

**การอบสีน้ำตาล**

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

**การห่อด้วยกระดาษป้องกันน้ำมัน**

กระดาษป้องกันน้ำมันจะช่วยป้องกันการกระเด็น และยังช่วยคงความร้อนของอาหาร แต่กระดาษนี้ไม่แน่นหนาเท่ากับการใช้ฝาปิด จึงมีผลทำให้อาหารแห้งเล็กน้อย

**การเรียงและการเว้นระยะ**

อาหารบางชนิด เช่น การอบมันฝรั่ง, เค้กชิ้นเล็กๆ และออเดิร์ฟจะร้อนเท่ากัน ถ้าวางอาหารแต่ละชิ้นในเตาอบ ในระยะห่างที่เท่ากันท่านอาจจะวางเรียงเป็นวงกลมก็ได้ แต่ไม่ควรวางอาหารซ้อนทับกัน

# *ลักษณะเฉพาะของอาหารและ*
# การปรุงอาหารด้วยไมโครเวฟ

**การคน**

การคนเป็นเทคนิคที่สำคัญมากที่สุดในการใช้เตาอบไมโครเวฟ ในการปรุงอาหารทั่วไป การคนเป็นการผสมอาหารให้เข้ากัน แต่ในการปรุงอาหารโดยใช้เตาไมโครเวฟ การคนเป็นการแพร่และกระจายความร้อน ควรคนจากด้านนอกเข้าหาจุดศูนย์กลาง เพราะด้านนอกจะร้อนก่อนจุดศูนย์กลาง

**การพลิกอาหาร**

การย่างอาหารที่ใหญ่และยาว เช่น ไก่ทั้งตัว ท่านควรพลิกไก่กลับด้านเพื่อที่ไก่จะได้สุกสม่ำเสมอทั้งด้านบนและด้านล่าง ท่านอาจจะตัดไก่ออกเป็นชิ้นก็ได้

**วางส่วนที่หนาที่สุดไว้ด้านนอก**

คลื่นไมโครเวฟจะโดนส่วนที่อยู่ด้านนอกของอาหารมาก ดังนั้นท่านควรวางส่วนที่หนาที่สุดของเนื้อสัตว์, สัตว์ปีกและปลาไว้ด้านนอกขอบจาน ซึ่งจะทำให้อาหารสุกเท่ากันทั้งหมด

**การห่ออาหาร**

ห่อกระดาษฟอยด์ (ที่กั้นคลื่นไมโครเวฟ) ไว้ที่มุมหรือขอบเหลี่ยมของอาหาร เพื่อป้องกันอาหารส่วนนั้นไหม้เกรียม ไม่ควรใช้กระดาษฟอยด์มากเกินไป และตรวจสอบว่ากระดาษฟอยด์ติดอยู่กับจาน 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 (เช่น เค้กและบิสกิตบางชนิด) การวางอาหารพักทิ้งไว้จะทำให้การปรุงเสร็จสิ้น และยังช่วยให้รสชาติของอาหารกลมกลืนและดีขึ้น

## *การทำความสะอาดเตาอบของท่าน*

**1 รักษาความสะอาดภายในเตาอบอยู่เสมอ**

อาหารจะกระเด็นหรือมีน้ำเหนียวๆ หกใส่ผนังเตาอบและประตูเตาอบ ท่านควรใช้ผ้าชุบน้ำหมาดๆ เช็ดรอยเปื้อนนี้ออกไป เศษอาหารหรือน้ำที่ล้นออกมาจะดูดคลื่นไมโครเวฟและเพิ่มเวลาในการปรุงอาหารมากขึ้น ใช้ผ้าชุบน้ำเช็ดเศษอาหารระหว่างประตูเตาอบและโครงฝา ถ้าประตูเตาอบสะอาดจะทำให้ฝาปิดแน่น เช็ดคราบน้ำมันที่กระเด็นด้วยผ้าชุบน้ำสบู่และผ้าแห้ง ไม่ควรใช้ผงซักฟอกหรือน้ำยาทำความสะอาดที่กัดกร่อนได้ ท่านสามารถล้างถาดโลหะด้วยตัวท่านเอง หรือใช้เครื่องล้างจานก็ได้

**2 รักษาความสะอาดภายนอกเตาอบอยู่เสมอ**

ทำความสะอาดด้านนอกเตาอบด้วยน้ำสบู่และน้ำ แล้วเช็ดน้ำให้แห้งด้วยผ้าแห้งหรือผ้าขนหนู เพื่อป้องกันส่วนประกอบภายในเสียหาย ไม่ควรปล่อยให้น้ำไหลลงในช่องระบายอากาศ การทำความสะอาดแผงควบคุม เปิดประตูเตาอบเพื่อป้องกันเตาอบทำงานโดยบังเอิญ เช็ดแผงควบคุมด้วยผ้าชุบน้ำแล้วใช้ผ้าแห้งเช็ดซ้ำอีกที กดปุ่ม Stop/Clear หลังการทำความสะอาด

3 ถ้ามีไอน้ำเกาะอยู่ด้านในหรือรอบๆ ด้านนอกของประตูเตาอบ เช็ดแผงควบคุมด้วยผ้านุ่มๆ สิ่งนี้จะเกิดขึ้น เมื่อเตาอบไมโครเวฟทำงานภายใต้สภาพแวดล้อมที่มีความชื้นสูง และสิ่งนี้ไม่ได้หมายความว่าเตาอบทำงานผิดปกติ

4 ควรทำความสะอาดประตูและฝาผนึกเตาอบอยู่เสมอ โดยใช้น้ำอุ่น, น้ำสบู่, น้ำสะอาดแล้วใช้ผ้าแห้งเช็ดซ้ำ

**ไม่ควรใช้วัตถุกัดกร่อน เช่น ผงทำความสะอาดหรือแผ่นเหล็กและพลาสติก**

ส่วนประกอบโลหะนั้นสามารถทำความสะอาดได้อย่างง่ายดาย เพียงใช้ผ้าชุบน้ำเช็ดบ่อยๆ

**Q ทำไมไฟในเตาอบถึงไม่สว่าง?**

A มีหลายสาเหตุที่ทำให้ไฟในเตาอบไม่สว่าง
หลอดไฟแตก
ระบบส่งกระแสไฟไม่ทำงาน

**Q คลื่นไมโครเวฟสามารถทะลุผ่านจอบนฝาประตูได้หรือไม่?**

A ไม่ได้ แสงสามารถลอดผ่านรูหรือช่องต่างๆ บนเตาอบได้ แต่คลื่นไมโครเวฟไม่สามารถทะลุผ่านรูหรือช่องต่างๆ บนเตาอบได้

**Q ทำไมถึงได้ยินเสียงบี๊พ เมื่อกดปุ่มบนแผงควบคุม?**

A เสียงบี๊พดังขึ้น เพื่อยืนยันการทำงานที่ท่านเลือก

**Q เตาไมโครเวฟจะเสียหรือไม่ ถ้าใช้งานโดยไม่มีอะไรอยู่ข้างในเตาอบ?**

A เสียหาย ไม่ควรใช้งานเตาอบถ้าไม่ได้ใส่อาหารไว้ข้างใน หรือใช้เตาอบโดยไม่มีถาดแก้ว

**Q ทำไมบางครั้งไข่ถึงแตก?**

A เมื่ออบหรือต้มไข่ ไข่แดงอาจจะแตกเนื่องจากไอน้ำที่เกิดขึ้นภายในไข่แดง เพื่อป้องกันท่านควรทิ่มไข่แดงให้แตกก่อนปรุง ไม่ควรปรุงไข่ที่อยู่ในเปลือก

**Q ทำไมถึงแนะนำให้วางอาหารพักทิ้งไว้ หลังจากปรุงอาหารด้วยเตาอบเสร็จแล้ว?**

A หลังจากปรุงอาหารด้วยเตาอบเสร็จแล้ว ท่านควรวางอาหารพักทิ้งไว้ชั่วครู่หนึ่ง ซึ่งจะทำให้อาหารสุกทั่วทั้งหมด เวลาในการวางอาหารพักทิ้งไว้จะขึ้นอยู่กับความหนาแน่นของอาหาร

**Q สามารถทำข้าวโพดคั่วในเตาอบไมโครเวฟได้หรือไม่?**

A ได้ ท่านสามารถทำข้าวโพดคั่วได้โดย ปฏิบัติตามวิธีใดวิธีหนึ่งต่อไปนี้

1 ใช้ภาชนะในการทำข้าวโพดคั่ว ซึ่งออกแบบมาให้ใช้กับเตาอบไมโครเวฟโดยเฉพาะ
2 ใช้ข้าวโพดคั่วที่บรรจุอยู่ในซอง ซึ่งสามารถใช้ในเตาอบไมโครเวฟได้เลย ข้าวโพดคั่วที่บรรจุมาแล้วจะมีเวลาในการอบและระดับไฟที่เหมาะสม

ปฏิบัติตามคำแนะนำของบริษัทผู้ผลิตข้าวโพดคั่ว ไม่ควรปล่อยเตาอบทิ้งไว้ ในขณะที่ข้าวโพดคั่วเริ่มกระเด็น เมื่อข้าวโพดคั่วเริ่มกระเด็น หลังจากผ่านเวลาที่แนะนำไว้ ท่านควรหยุดการทำข้าวโพดคั่ว ถ้าข้าวโพดคั่วได้รับความร้อนมากเกินไปจะทำให้ข้าวโพดติดไฟได้

**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 ⏚

ถ้าสายไฟที่จัดมาให้ชำรุด ท่านต้องเปลี่ยนสายไฟโดยผู้ผลิต, ตัวแทนจำหน่ายหรือช่างผู้ชำนาญเท่านั้น เพื่อป้องกันอันตรายที่อาจเกิดขึ้นได้

### ข้อมูลทางเทคนิค

| | | MP9489SRC |
|---|---|---|
| กำลังไฟฟ้าที่รับเข้าเครื่อง | | 220 V~ 50 Hz |
| กำลังไฟฟ้าที่จ่ายออก | | 900 วัตต์ (ระดับมาตรฐาน IEC60705) |
| ความถี่คลื่นไมโครเวฟ | | 2,450 MHz |
| ขนาดภายนอก (ก x ส x ล) | | 527 X 392 X 480 มม. |
| กำลังไฟฟ้าที่สูญเสีย | ระบบไมโครเวฟ | 1,650 วัตต์ |
| | ระบบย่าง | สูงสุด 2,040 วัตต์ |
| | ระบบผสม 2 รูปแบบ | สูงสุด 2,700 วัตต์ |
| | ระบบอบเกรียม | 1,750 วัตต์ |

# Memo

# Memo

# Memo

LG
Life's Good

Printed in Korea