LG
Life's Good

คู่มือการใช้งาน

# เตาไมโครเวฟ

**โปรดอ่านคู่มือเล่มนี้อย่างละเอียดก่อนการใช้งาน**
**เก็บคู่มือเล่มนี้ไว้เพื่อใช้อ้างอิงในอนาคต**
**จดหมายเลขรุ่นและหมายเลขเครื่องของเตาไมโครเวฟนี้**
**ดูป้ายที่อยู่ด้านหลังเครื่องและอ้างอิงข้อมูลนี้**
**กับตัวแทนจำหน่ายของท่าน เมื่อท่านต้องการรับบริการ**

MH6349B

มอก.1773-2548

P/No. : MFL41073815

www.lg.com/th

# ข้อควรระวัง

**ท่านควรปฏิบัติตามข้อควรระวังที่แสดงในด้านล่างนี้ เพื่อป้องกันการโดนคลื่นไมโครเวฟที่มากเกินไป**

ท่านไม่สามารถใช้งานเตาไมโครเวฟของท่าน ในขณะที่ประตูเตาไมโครเวฟ ยังเปิดอยู่ได้ เนื่องจาก ระบบล็อคป้องกันเพื่อความปลอดภัยซึ่งอยู่ภายในประตูเตาไมโครเวฟ ระบบนี้จะยกเลิกการปรุงอาหารใดๆอัตโนมัติเมื่อประตูเตาไมโครเวฟ เปิดเพื่อป้องกันอันตรายจากการโดนคลื่นไมโครเวฟ

**ควรจำไว้ว่า ท่านไม่ควรยุ่งเกี่ยวกับระบบล็อคป้องกันเพื่อความปลอดภัย**

ไม่ควรวางวัตถุใดๆ ไว้ที่ระหว่างพื้นด้านหน้าของเตาและประตูเตาไมโครเวฟ หรือปล่อยให้เศษอาหารสะสมบนพื้นฝาผนึก

ไม่ควรใช้งานเตาไมโครเวฟถ้าเตาไมโครเวฟชำรุดอยู่ ควรใช้งานเตาไมโครเวฟเมื่อประตูเตาไมโครเวฟปิดสนิท และส่วนต่างๆ ด้านล่างนี้ต้องไม่ชำรุด (1) ประตูเตาไมโครเวฟ (งอ) (2) บานพับและสลัก(แตกหรือหลวม) (3) ฝาผนึกและพื้นผิวฝาผนึก

ไม่ควรทำการปรับตั้งหรือซ่อมแซมเตาโดยบุคคลอื่นๆ ซึ่งไม่ใช่ช่างผู้ชำนาญ

## คำเตือน

**กรุณาตรวจสอบเวลาในการปรุงอาหารว่าได้ตั้งเวลาที่เหมาะสมแล้วการตั้งเวลามากเกินไป อาจจะทำให้อาหารในเตาไมโครเวฟไหม้ และมีผลต่อเนื่องทำให้เตาไมโครเวฟของท่านเสียหาย**

เมื่อของเหลวร้อนๆ เช่น น้ำซุป, ซอสและเครื่องดื่มในเตาไมโครเวฟได้รับความร้อนมากเกินไปก็จะเดือดขึ้น ซึ่งทำให้น้ำร้อนล้นออกมาจากภาชนะ เพื่อป้องกันน้ำร้อนล้นออกมา ควรปฏิบัติดังนี้

1 หลีกเลี่ยงการใช้ภาชนะขอบเรียบที่มีปากแคบ

2 ไม่ควรใช้ความร้อนมากเกินไป

3 คนน้ำในภาชนะก่อนวางภาชนะลงในเตาไมโครเวฟ และใช้เวลาในการต้มเพียงครึ่งเดียว

4 หลังการต้ม วางภาชนะทิ้งไว้ในเตาไมโครเวฟสักครู่หนึ่ง คนหรือเขย่าภาชนะอย่างระมัดระวังอีกครั้ง และตรวจสอบอุณหภูมิของน้ำก่อนดื่ม เพื่อป้องกันน้ำลวกปากและลิ้น (โดยเฉพาะขวดนมและกระปุกอาหารสำหรับเด็กทารก)
ควรระมัดระวังเมื่อจับภาชนะ

## คำเตือน

**วางภาชนะทิ้งไว้สักครู่หนึ่ง หลังการปรุงอาหารทุกครั้ง และตรวจสอบอุณหภูมิของอาหาร ก่อนรับประทาน โดยเฉพาะขวดนมและกระปุกอาหารสำหรับเด็กทารก**

# สารบัญ

## เตาอบไมโครเวฟทำงานอย่างไร

คลื่นไมโครเวฟมีลักษณะพลังงานเหมือนกับคลื่นวิทยุและโทรทัศน์ และแสงแดดปกติ โดยปกติคลื่นไมโครเวฟจะแพร่กระจายออก คลื่นไมโครเวฟจะเคลื่อนที่ผ่านชั้นบรรยากาศและหายไปโดยไม่เกิดผลใดๆ แต่เตาไมโครเวฟมีคลื่นแม่เหล็กซึ่งถูกออกแบบมา ให้สามารถใช้ได้ในคลื่นไมโครเวฟ เมื่อกระแสไฟฟ้าส่งไปยังหลอดแม่เหล็กจะทำให้เกิดคลื่นไมโครเวฟ

คลื่นไมโครเวฟจะอยู่ในพื้นที่ปรุงอาหารด้านในของเตาไมโครเวฟ จานหมุนหรือถาดจะอยู่ด้านล่างสุดของเตาไมโครเวฟ คลื่นไมโครเวฟไม่สามารถทะลุผ่านผนังโลหะของเตาไมโครเวฟออกได้แต่สามารถทะลุผ่านวัตถุ เช่น แก้ว, กระเบื้อง, กระดาษและภาชนะที่ผลิตจากวัตถุที่สามารถใช้ในเตาไมโครเวฟได้

คลื่นไมโครเวฟจะไม่ทำให้ภาชนะที่ใส่อาหารร้อนขึ้น แต่จะทะลุผ่านภาชนะที่ใส่อาหารความร้อนที่เกิดขึ้นเกิดจากความร้อนของอาหาร

## *อุปกรณ์ที่มีความปลอดภัยสูงสุด*

**เตาไมโครเวฟของท่านคือ1ในอุปกรณ์เครื่องใช้ไฟฟ้าภายในบ้านที่ปลอดภัยมากที่สุด เมื่อประตูเตาไมโครเวฟเปิด เตาไมโครเวฟจะหยุดสร้างคลื่นไมโครเวฟอัตโนมัติ คลื่นไมโครเวฟเมื่อสัมผัสอาหารจะเปลี่ยนเป็นพลังงานความร้อนทั้งหมด โดยไม่มี “หลงเหลือ” อยู่ในอาหาร มาก่อให้เกิดอันตรายแก่ผู้รับประทาน**


ข้อควรระวัง ..... 2
*สารบัญ* ..... 3
*การแกะกล่องและการติดตั้ง* ..... 4~5
*การตั้งนาฬิกา* ..... 6
*การล็อคป้องกันเด็ก* ..... 7
*การปรุงอาหารด้วยคลื่นไมโครเวฟ* ..... 8
*ระดับไฟของคลื่นไมโครเวฟ* ..... 9
*การปรุงอาหาร 2 ขั้นตอน* ..... 10
*การเริ่มปรุงอาหารอย่างรวดเร็ว* ..... 11
*การย่างอาหาร* ..... 12
*การปรุงอาหารด้วยระบบผสม* ..... 13
*การปรุงอาหารอัตโนมัติ* ..... 14~15
*วิธีการใช้งานเมนูอาหารไทยอัตโนมัติ* ..... 16~23
*การละลายน้ำแข็งอัตโนมัติ* ..... 24~25
*การละลายน้ำแข็งอย่างรวดเร็ว* ..... 26~27
*การละลายน้ำแข็งและการย่างอาหาร* ..... 28~29
*โปรแกรมรักษารสชาติอาหาร* ..... 30
*ตารางแนะนำการทำให้ร้อนหรือการอุ่นอาหาร* ..... 31
*ตารางแนะนำการปรุงผักสด* ..... 32
*ตารางแนะนำการย่างอาหาร* ..... 33
*ข้อควรระวังเพื่อความปลอดภัย* ..... 34~35
*ภาชนะที่สามารถใช้กับเตาไมโครเวฟได้* ..... 36
*ลักษณะเฉพาะของอาหารและการปรุงอาหารด้วยไมโครเวฟ* ..... 37~38
*คำถามและคำตอบ* ..... 39
*ข้อมูลเกี่ยวกับสายไฟฟ้า/ข้อมูลทางเทคนิค* ..... 40

# *การแกะกล่องและ*
# การติดตั้ง

ปฏิบัติตามขั้นตอนเบื้องต้นภายใน 2 หน้านี้ ซึ่งจะทำให้ท่านสามารถตรวจสอบว่าเตาไมโครเวฟของท่านทำงานถูกต้องหรือไม่ ได้อย่างรวดเร็ว กรุณาใส่ใจกับคำแนะนำ โดยเฉพาะคำแนะนำเกี่ยวกับการติดตั้งเตาไมโครเวฟของท่าน เมื่อแกะกล่องบรรจุเตาไมโครเวฟของท่าน ควรตรวจสอบว่านำอุปกรณ์และหีบห่อทุกชิ้นออกจากเตาอบ และตรวจสอบว่าเตาไมโครเวฟของท่านไม่ได้รับความเสียหายระหว่างขนส่ง

**1** ยกเตาไมโครเวฟของท่านออกจากกล่อง และวางบนพื้นผิวที่ราบเรียบ

ตะแกรงสูง

ตะแกรงต่ำ

ถาดแก้ว

แกนหมุน

ถาดย่าง

**2** วางเตาไมโครเวฟบนพื้นที่มีความสูงมากกว่า 85 เซนติเมตร และควรมีพื้นที่ด้านบนอย่างน้อย 30 เซนติเมตรและด้านหลัง 10 เซนติเมตร เพื่อระบายอากาศร้อนออกจากเตาไมโครเวฟด้านหน้าของเตาไมโครเวฟควรอยู่ห่างจากขอบของพื้นอย่างน้อย 8 เซนติเมตร เพื่อป้องกันเตาไมโครเวฟตกลงมา ช่องระบายอากาศอยู่ที่ด้านบนและด้านข้างของเตาไมโครเวฟ การปิดกั้นช่องระบายอากาศจะทำให้เตาไมโครเวฟเสียหายได้

**ไม่ควรใช้เตาไมโครเวฟเครื่องนี้เพื่อการพาณิชย์**

**3** เสียบปลั๊กไฟเตาไมโครเวฟของท่านเข้ากับเต้าจ่ายไฟมาตรฐาน ตรวจสอบว่าเสียบปลั๊กไฟของเตาไมโครเวฟเข้ากับเต้าจ่ายไฟเพียงอุปกรณ์เดียว ถ้าเตาไมโครเวฟของท่านทำงานไม่ถูกต้อง ถอดปลั๊กไฟของเตาไมโครเวฟออกจากเต้าจ่ายไฟ และเสียบปลั๊กไฟอีกครั้ง

**4** เปิดประตูเตาไมโครเวฟของท่านโดยดึงที่**ด้ามจับเปิดประตูวาง**แกนหมุนลงในเตาอบ แล้วจึงวางถาดแก้วไว้บนแกนหมุน

**5** เติมน้ำ 300 มิลลิลิตรลงในภาชนะที่สามารถใช้กับเตาไมโครเวฟได้ วางภาชนะลงบนถาดแก้วแล้วจึงปิดประตูเตาอบ ถ้าท่านมีข้อสงสัยเกี่ยวกับชนิดของภาชนะที่สามารถใช้กับเตาไมโครเวฟ กรุณาดูรายละเอียดในหน้า 36

**6** กดปุ่ม START หนึ่งครั้ง เพื่อตั้งเวลาในการปรุงอาหาร 30 วินาที เมื่อท่านกดปุ่มนี้ ท่านจะได้ยินเสียงบี๊พ และเตาไมโครเวฟของท่านจะเริ่มทำงานโดยอัตโนมัติ

**7** จอแสดงผลจะนับเวลาถอยหลังจาก 30 วินาที เมื่อเวลาเป็น 0 เสียงบี๊พจะดังขึ้น เปิดประตูเตาไมโครเวฟและทดสอบอุณหภูมิของน้ำ ถ้าเตาไมโครเวฟของท่านทำงานน้ำก็จะอุ่น ท่านควรระมัดระวังเมื่อหยิบภาชนะเพราะภาชนะอาจจะร้อน

# การตั้งค่านาฬิกา

*ท่านสามารถตั้งนาฬิกาได้ในระบบเวลา 12 ชั่วโมงหรือ 24 ชั่วโมง*
*ตัวอย่างที่แสดงในด้านล่างนี้ คือวิธีการตั้งเวลาไว้ที่ 14:35 เมื่อใช้ระบบเวลา 24 ชั่วโมง*
*ตรวจสอบว่าท่านได้นำหีบห่อต่าง ๆ ออกจากเตาไมโครเวฟหมดแล้ว*

เมื่อคุณเสียบปลั๊กเสียบเตาไมโครเวฟ เป็นครั้งแรก “24H” จะแสดงบนหน้าจอ และคุณสามารถตั้งค่านาฬิกาได้

ถ้าหน้าจอแสดงสัญลักษณ์อื่น ให้คุณถอดปลั๊กเตาไมโครเวฟ ออก และเสียบใหม่ เพื่อเป็นการตั้งค่านาฬิกาใหม่

1

คุณต้องแน่ใจว่าคุณได้ติดตั้งเตาไมโครเวฟ ตามคู่มือการใช้งานอย่างถูกต้องแล้ว
เมื่อเสียบปลั๊กเตาไมโครเวฟ ครั้งแรกหน้าจอจะแสดง “24H”
(ถ้าคุณต้องการใช้โปรแกรมต่าง ๆกด TASTE SAVER
ถ้าคุณต้องการเปลี่ยนแปลงระบบเวลาหลังจากตั้งนาฬิกาเสร็จแล้ว
คุณต้องทำการถอดปลั๊ก และเสียบใหม่)

2

กดปุ่ม 10 MIN 15 ครั้ง
กดปุ่ม 1 MIN 3 ครั้ง
กดปุ่ม 10 SEC 5 ครั้ง

3

กดปุ่ม TASTE SAVER ตั้งเวลา
นาฬิกาจะเริ่มทำงาน

เตาไมโครเวฟของท่านมีการทำงานเพื่อความปลอดภัยที่สามารถป้องกันอุบัติเหตุ ซึ่งเกิดจากการทำงานของเตาไมโครเวฟได้ ถ้าท่านตั้งเปิดการล็อคป้องกันเด็กไว้ ท่านจะไม่สามารถใช้การทำงานใดๆ และไม่สามารถปรุงอาหารได้
แต่อย่างไรก็ตาม เด็กๆ ก็ยังคงสามารถเปิดประตูของเตาไมโครเวฟได้อยู่ดี

1 กดปุ่ม **Stop/Clear**

2 กดปุ่ม **Stop/Clear** ค้างไว้จนกระทั่ง **"L"** แสดงบนจอแสดงผล และเสียงบี๊พดังขึ้น **การล็อคป้องกันเด็ก**เปิดการทำงาน

ถ้าท่านตั้งนาฬิกาไว้ เวลาจะดับลงจากจอแสดงผล

3 **"L"** จะยังคงแสดงอยู่บนจอแสดงผล เพื่อเตือนให้ท่านรู้ว่าท่าน**เปิดการล็อคป้องกันเด็ก**ไว้

4 ถ้าท่านต้องการปิด**การล็อคป้องกันเด็ก** กดปุ่ม **Stop/Clear** ค้างไว้จนกระทั่ง **"L"** ดับลงจากจอแสดงผล ท่านจะได้ยินเสียงบี๊พเมื่อปล่อยปุ่ม

# *การปรุงอาหารด้วย*
# คลื่นไมโครเวฟ

*ตัวอย่างที่แสดงในด้านล่างนี้ คือวิธีการปรุงอาหารด้วยกำลังไฟ 80% เป็นเวลา 5 นาที 30 วินาที*

เตาไมโครเวฟของท่านประกอบด้วยกำลังไฟของคลื่นไมโครเวฟ 5 ระดับ

| *ระดับไฟ* | % | กำลังไฟ |
|---|---|---|
| *HIGH MAX (สูงสุด)* | *100%* | *800 วัตต์* |
| *MEDIUM HIGH (สูง)* | *80%* | *640 วัตต์* |
| *MEDIUM (ปานกลาง)* | *60%* | *480 วัตต์* |
| *DEFROST MEDIUM LOW (ต่ำ)* | *40%* | *320 วัตต์* |
| *LOW (ต่ำสุด)* | *20%* | *160 วัตต์* |

**1**

ตรวจสอบว่าท่านได้ทำการติดตั้งเตาไมโครเวฟของท่านอย่างถูกต้อง ตามขั้นตอนที่อธิบายอยู่ในส่วนแรกของคู่มือการใช้งานเล่มนี้

กดปุ่ม **Stop/Clear**

**2**

กดปุ่ม **Micro** สองครั้ง เพื่อเลือกกำลังไฟ 80%
ตัวเลข “ **640** ” จะปรากฏบนจอแสดง

**3**

กดปุ่ม **1 min** 5 ครั้ง
กดปุ่ม **10 Sec** 3 ครั้ง

**4**

กดปุ่ม **Start**

*เตาไมโครเวฟของท่านประกอบด้วยระดับไฟ 5 ระดับ ซึ่งทำให้ท่านสามารถเปลี่ยนแปลงและควบคุมการปรุงอาหารให้เหมาะสมที่สุดได้*
*ตารางด้านล่างนี้จะแสดงตัวอย่างของอาหาร และแนะนำระดับไฟในการปรุงอาหารต่างๆ ด้วยเตาไมโครเวฟเครื่องนี้*

# ***ระดับไฟของ***
# คลื่นไมโครเวฟ

| ***ระดับไฟ*** | **ใช้สำหรับ** | ***ระดับไฟ (%)*** | **กำลังไฟ** |
|---|---|---|---|
| *HIGH MAX*<br>*(สูงสุด)* | * ต้มน้ำ<br>* ทำเนื้อวัวบดให้สุก<br>* ปรุงอาหารประเภทสัตว์ปีกที่หั่นเป็นชิ้น, ปลาและผัก<br>* ทำเนื้อสัตว์ชิ้นเล็กๆ ให้สุก | 100% | 800 วัตต์ |
| *MEDIUM*<br>*HIGH (สูง)* | * อุ่นอาหารทุกชนิด<br>* ย่างเนื้อและสัตว์ปีก<br>* อบเห็ดและสัตว์น้ำชนิดมีเปลือก เช่น หอย กุ้ง ปู<br>* ปรุงอาหารที่ประกอบด้วยไข่และชีส | 80% | 640 วัตต์ |
| *MEDIUM **<br>*(ปานกลาง)* | ทำเค้กและขนมปัง<br>* ทำไข่ให้สุก<br>* ทำคัสตาร์ด<br>* หุงข้าว, ต้มซุป | 60% | 480 วัตต์ |
| *DEFROST*<br>*MEDIUM LOW*<br>*(ต่ำ)* | * ละลายน้ำแข็งอาหารทุกชนิด<br>* ละลายเนยและช็อคโกแลต<br>* ทำเนื้อสัตว์ที่ตัดเป็นชิ้นเล็กๆ ให้สุก | 40% | 320 วัตต์ |
| *LOW (ต่ำสุด)* | * ละลายเนยและชีส<br>* ทำให้ไอศครีมนุ่มลง<br>* ทำให้ยีสต์ในแป้งสาลีขึ้นฟู | 20% | 160 วัตต์ |

# การปรุงอาหาร
## 2 ขั้นตอน

*ตัวอย่างที่แสดงในด้านล่างนี้ คือวิธีการปรุงอาหาร 2 ขั้นตอน ขั้นตอนแรกจะปรุงอาหารของท่านเป็นเวลา 11 นาทีด้วยระดับไฟที่ HIGH และขั้นตอนที่สองจะปรุงอาหารของท่านเป็นเวลา 35 นาทีด้วยกำลังไฟ 320 วัตต์*

ระหว่างการปรุงอาหาร 2 ขั้นตอน ท่านสามารถเปิดประตูเตาไมโครเวฟ และตรวจสอบอาหารที่อยู่ภายในเตาไมโครเวฟได้ ปิดประตูเตาไมโครเวฟและกดปุ่ม **Start** เพื่อทำการปรุงอาหารขั้นตอนต่อไป

เมื่อเตาไมโครเวฟทำการปรุงอาหารในขั้นตอนที่ 1 เสร็จแล้ว เสียงบี๊พจะดังขึ้นและเตาไมโครเวฟจะเริ่มปรุงอาหารในขั้นตอนที่ 2 ต่อ

กดปุ่ม **Stop/Clear** สองครั้ง ถ้าท่านต้องการยกเลิกโปรแกรมที่ตั้งไว้

**1**

กดปุ่ม **STOP/CLEAR**

**2**

ตั้งกำลังไฟและเวลาในการปรุงอาหาร**สำหรับขั้นตอนที่ 1**

กดปุ่ม Micro หนึ่งครั้ง เพื่อเลือกระดับไฟ HIGH (สูง)

กดปุ่ม **10 MIN** หนึ่งครั้ง
กดปุ่ม **1 MIN** หนึ่งครั้ง

**3**

ตั้งกำลังไฟและเวลาในการปรุงอาหาร**สำหรับขั้นตอนที่ 2**

กดปุ่ม Micro สี่ครั้ง เพื่อเลือกระดับไฟ 320

กดปุ่ม **10 MIN** 3 ครั้ง
กดปุ่ม **1 MIN** 5 ครั้ง

**4**

กดปุ่ม **Start**

# *การเริ่มปรุงอาหาร*
## อย่างรวดเร็ว

*ตัวอย่างที่แสดงในด้านล่างนี้ คือวิธีการปรุงอาหารด้วยระดับไฟสูงสุดเป็นเวลา 2 นาที*

ด้วยระบบ **QUICK START** (การเริ่มปรุงอาหารอย่างรวดเร็ว) จะทำให้ท่านสามารถตั้งการปรุงอาหารด้วยระดับไฟ HIGH (สูงสุด) เป็นเวลา 30 วินาทีได้ด้วยการกดปุ่ม **Start**

1 กดปุ่ม **Stop/Clear**

2 กดปุ่ม **Start** 4 ครั้ง เพื่อเลือกการปรุงอาหารด้วยระดับไฟ HIGH (สูงสุด) 2 นาที
เตาไมโครเวฟของท่านจะเริ่มทำงาน ก่อนที่ท่านจะกดปุ่มครบ 4 ครั้ง

3 ระหว่างปรุงอาหารด้วยระบบ **QUICK START** ท่านสามารถเพิ่มเวลาในการปรุงอาหารออกไปได้ โดยกดปุ่ม **Start** ซ้ำๆ

*ตัวอย่างที่แสดงในด้านล่างนี้ คือวิธีการย่างอาหารเป็นเวลา 12 นาที 30 วินาที*

คุณลักษณะนี้จะช่วยให้คุณมีอาหารสีน้ำตาล และกรอบได้อย่างรวดเร็ว

1 กดปุ่ม **STOP/CLEAR**

2 กดปุ่ม **GRILL**

3 การตั้งเวลาในการทำอาหาร

กดปุ่ม **10 MIN** หนึ่งครั้ง

กดปุ่ม **1 MIN** สองครั้ง

กดปุ่ม **10 SEC** สามครั้ง

4 กดปุ่ม **START**

# การปรุงอาหารด้วยระบบผสม

*ในตัวอย่างนี้จะแสดงวิธีการปรุงอาหารด้วยระบบผสม "Co-3" ใช้เวลา 25 นาที*

เตาไมโครเวฟของคุณสามารถปรุงอาหารด้วยระบบผสมได้ ซึ่งจะใช้พลังงานจาก "HEATER" และ "ไมโครเวฟ" โดยจะทำงานพร้อมกันหรือสลับกันทำงานก็ได้ โดยจะสามารถช่วยลดเวลาปรุงอาหารของท่านให้น้อยลงได้

"Heater" จะให้ความร้อนบริเวณผิวด้านนอก และไมโครเวฟ จะให้ความร้อนภายในของอาหาร สำหรับเตาไมโครเวฟ รุ่นนี้ไม่จำเป็นต้องอุ่นเตาให้ร้อนก่อนทำอาหาร

**1** กดปุ่ม **STOP/CLEAR**

**2** กดปุ่ม **COMBI** สามครั้ง "**Co-3**" จะปรากฏบนหน้าจอ

**3** การตั้งเวลาในการปรุงอาหาร
กดปุ่ม **10 MIN** สองครั้ง
กดปุ่ม **1 MIN** ห้าครั้ง

**4** กดปุ่ม START

***ระวังเมื่อจะนำภาชนะออกจากเตาไมโครเวฟ เพราะภาชนะจะร้อนมาก***

## *โปรแกรมสำหรับปรุงอาหารแบบระบบผสม*

| ประเภท | กำลังไฟของไมโครเวฟ (%) | กำลังไฟของ Heater (%) |
|---|---|---|
| Co-1 | 20 | 80 |
| Co-2 | 40 | 60 |
| Co-3 | 60 | 40 |

# *การปรุงอาหาร*
## อัตโนมัติ

ตัวอย่างที่แสดงด้านล่างนี้ แสดงการปรุงอาหารจากผักสดน้ำหนัก 0.6 กก.

ระบบ AUTO COOK (การปรุงอาหารอัตโนมัติ) จะทำให้ท่านสามารถปรุงอาหารจานโปรดของท่านได้อย่างง่ายดาย เพียงแค่เลือกประเภทและใส่น้ำหนักของอาหาร

| ***ประเภท*** | กดปุ่ม **Auto Cook** |
|---|---|
| Jacket potato<br>มันฝรั่ง | 1 ครั้ง |
| Fresh vegetable<br>ผักสด | 2 ครั้ง |
| Frozen vegetable<br>ผักแช่แข็ง | 3 ครั้ง |
| Rice/Pasta<br>ข้าว/พาสต้า | 4 ครั้ง |

1 กดปุ่ม **STOP/CLEAR**

2 กดปุ่ม **Auto Cook** สองครั้งเพื่อเลือกผักสด Fresh vegetable "Ac-2" แสดงบนจอแสดงผล

3 กดปุ่ม "+" ห้าครั้งเพื่อให้ได้น้ำหนัก 0.6 กก.

4 กดปุ่ม **START**

| อาหาร | น้ำหนัก | อุปกรณ์ | อุณหภูมิอาหาร | วิธีทำ |
|---|---|---|---|---|
| **มันฝรั่ง** | 0.2-1.0 กก. | จานแก้ว | อุณหภูมิห้อง | เลือกมันฝรั่งขนาดกลางน้ำหนักประมาณ 170-200 กรัม ล้างและทำให้แห้ง แทงที่มันฝรั่งด้วยซ้อมหลายๆครั้ง วางมันฝรั่งบนจานแก้ว ปรับน้ำหนักและกดปุ่ม START หลังจากการปรุงอาหารเอามันฝรั่งออกมาจากเตาหอด้วยฟอยด์เป็นเวลา 5 นาที |
| **ผักสด** | 0.2-0.8 กก. | ชามที่สามารถใช้กับไมโครเวฟได้ | อุณหภูมิห้อง | วางผักลงในชามที่สามารถใช้กับไมโครเวฟได้ ใส่น้ำ และห่อหุ้มมัน หลังจากการทำอาหารสามารถคนและวางต่อได้อีก 2 นาที โดยมีการเติ่มปริมาณน้ำเข้าไปดังนี้<br>** 0.2-0.4 กก. : 2 ช้อนโต๊ะ<br>** 0.5-0.8 กก. : 4 ช้อนโต๊ะ |
| **ผักแช่แข็ง** | 0.2-0.8 กก. | ชามที่สามารถใช้กับไมโครเวฟได้ | แช่แข็ง | วางผักลงในชามที่สามารถใช้กับไมโครเวฟได้ ใส่น้ำ และห่อหุ้มมัน หลังจากการทำอาหารสามารถคนและวางต่อได้อีก 2 นาที โดยมีการเติ่มปริมาณน้ำเข้าไปดังนี้<br>** 0.2-0.4 กก. : 2 ช้อนโต๊ะ<br>** 0.5-0.8 กก. : 4 ช้อนโต๊ะ |
| **ข้าว/พาสต้า** | 0.1-0.3 กก. | ชามที่สามารถใช้กับไมโครเวฟได้ | อุณหภูมิห้อง | ล้างข้าวและเทน้ำทิ้ง ใส่ข้าวและน้ำเดือดลงในชามที่ลึกและขนาดใหญ่<br>**น้ำหนัก** \| 100กรัม \| 200กรัม \| 300กรัม \| **การห่อหุ้ม**<br>**น้ำเดือด** \| 200ml \| 400ml \| 600ml \| มี/ตรงมุมมีทางระบายออก<br>**ข้าว--หลังการปรุงอาหารเสร็จ ให้คลุมทิ้งไว้ 5 นาทีจนกระทั่งน้ำระเหยไป |

# วิธีการใช้งานเมนูอาหารไทยอัตโนมัติ

| การทำงาน | การทำงาน | | น้ำหนักที่จำกัด | ภาชนะ | คำแนะนำ |
|---|---|---|---|---|---|
| **เมนูอาหารไทย อัตโนมัติ** | TC 1 | ผัดผงกะหรี่ปลาหมึกสด | 0.60 กก. | ชามแก้วทนไฟ (2.5L) | **ส่วนผสม**<br>ปลาหมึกกล้วย 300 กรัม<br>หอมใหญ่หั่นเสี้ยว 1/2 หัว<br>พริกชี้ฟ้าแดงหั่นแฉลบ 2 เม็ด<br>ขึ้นฉ่ายหั่นท่อน 2 ต้น<br>ต้นหอมหั่นท่อน 2 ต้น<br>ผงกะหรี่ 2 ช้อนโต๊ะ<br>ไข่ไก่ 1 ฟอง<br>นมข้นจืด 3 ช้อนโต๊ะ<br>น้ำมันหอย 2 ช้อนโต๊ะ<br>น้ำตาลทราย 2 ช้อนชา<br>น้ำพริกเผา 2 ช้อนโต๊ะ<br>น้ำมันพืชสำหรับผัด 2 ช้อนโต๊ะ<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 เมื่อเครื่องทำงานเสร็จ ยกอาหารออกจากเตาไมโครเวฟ เสิร์ฟ |
| | TC 2 | ต้มโป๊ะแตกทะเล | 1.50 กก. | ชามแก้วทนไฟ (2.5L) | **ส่วนผสม**<br>เนื้อหอยแมลงภู่ 300 กรัม<br>ปลาหมึกกล้วย ยาว 5 นิ้ว 3 ตัว<br>กุ้งกุลาดำ 200 กรัม<br>ก้ามปูทะเลทุบ 3 ก้าม<br>ตะไคร้หั่นท่อนทุบ 2 ต้น<br>ใบมะกรูดฉีก 6 ใบ<br>ข่าหั่นแว่น 5 ชิ้น<br>ใบกะเพรา 1/2 ถ้วย<br>พริกขี้หนูเขียว แดง โขลกพอแหลก 10 เม็ด<br>น้ำมะนาว 3-4 ช้อนโต๊ะ<br>น้ำปลา 2 ช้อนโต๊ะ<br>น้ำสต๊อกไก่ 3 ถ้วย<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

# วิธีการใช้งานเมนูอาหารไทยอัตโนมัติ

| การทำงาน | การทำงาน | | น้ำหนักที่จำกัด | ภาชนะ | คำแนะนำ |
|---|---|---|---|---|---|
| **เมนูอาหารไทย อัตโนมัติ** | TC 3 | ปลากะพงทอดผัดหอมใหญ่ | 0.3 กก. | ชามแก้วทนไฟ | **ส่วนผสม**<br>เนื้อปลากะพงขาว 300 กรัม<br>หอมใหญ่หั่นเสี้ยว 1 หัว<br>พริกชี้ฟ้าแดง,เหลืองหั่นแฉลบอย่างละ 2 เม็ด<br>ต้นหอมหั่นท่อน 2 ต้น<br>แป้งชุบทอด 1/4 ถ้วย<br>น้ำมันหอย 2 ช้อนโต๊ะ<br>ซอสปรุงรส 1 ช้อนโต๊ะ<br>น้ำตาลทราย 1 ช้อนชา<br>กระเทียมสับ 1 ช้อนโต๊ะ<br>น้ำสต๊อกไก่ 1/4 ถ้วย<br>น้ำมันพืชสำหรับทอด 1 ถ้วย<br>น้ำมันพืชสำหรับผัด 2 ช้อนโต๊ะ<br><br>วิธีทำ<br>1. ล้างเนื้อปลาให้สะอาด หั่นชิ้นใหญ่ คลุกกับแป้งชุบทอดให้ทั่ว พักไว้<br>2. ใส่น้ำมันพืชสำหรับทอดลงในชามแก้วทนไฟ แล้ววางเนื้อปลาที่คลุกแป้งไว้ลงไป<br>3. นำอาหารเข้าเตาไมโครเวฟ<br>4. กดปุ่มเลือกเมนู และกด Start<br>5. เมื่อมีเสียงบี๊ปให้กลับด้านเนื้อปลาในชาม<br>6. นำอาหารเข้าเตาไมโครเวฟอีกครั้งแล้วกด Start เพื่อให้เครื่องทำงานต่อ<br>เมื่อเครื่องทำงานเสร็จ นำปลาออกจากเตาไมโครเวฟ แล้วพักไว้ให้สะเด็ดน้ำมัน<br>7. ใส่น้ำมันพืชสำหรับผัดลงในชามแก้วทนไฟอีกใบ แล้วใส่กระเทียม, หอมใหญ่, ต้นหอม และพริกชี้ฟ้าลงไป จากนั้นปรุงรสด้วยน้ำมันหอย ซอสปรุงรส น้ำตาลทราย คนให้ทั่ว<br>8. เทน้ำสต๊อกไก่ที่เดือดแล้วลงไป จากนั้นวางปลาทอดและต้นหอม<br>9. ใส่จานอาหารเข้าเตาไมโครเวฟ เวฟต่อจนเดือด ยกออกจากเตาไมโครเวฟ ตักใส่จาน เสิร์ฟ |

THAI

# วิธีการใช้งานเมนูอาหารไทยอัตโนมัติ

| การทำงาน | การทำงาน | | น้ำหนักที่จำกัด | ภาชนะ | คำแนะนำ |
|---|---|---|---|---|---|
| **เมนูอาหารไทย อัตโนมัติ** | TC 4 | ข้าวราดหน้ากุ้ง | 0.40 กก. | ชามแก้วทนไฟ (2.5L) | **ส่วนผสม**<br>ข้าวสวยหอมมะลิ 3 ถ้วย<br>กุ้งกุลาดำ 300 กรัม<br>ซีอิ๊วขาว 1 ช้อนโต๊ะ<br>ซีอิ๊วดำ 1 ช้อนชา<br>น้ำมันหอย 1 ช้อนโต๊ะ<br>น้ำมันงา 1 ช้อนชา<br>แป้งข้าวโพดสำหรับหมักกุ้ง 2 ช้อนโต๊ะ<br>แป้งข้าวโพดละลายน้ำ 3 ช้อนโต๊ะ<br>เหล้าจีน 1 ช้อนโต๊ะ<br>เห็ดหอมแห้งแช่น้ำให้นิ่มแล้วผ่าสี่ 4 ดอก<br>น่ำสต๊อกไก่ 3 ถ้วย<br>ซอสปรุงรส 1 ช้อนโต๊ะ<br>น้ำตาลทราย 1 ช้อนชา<br>กระเทียมสับ 2 ช้อนโต๊ะ<br>พริกขี้ฟ้าแดง เหลือง หั่นแว่น 2 เม็ด<br>ผักชีเด็ดเป็นใบ 2 ต้น<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. เมื่อเครื่องทำงานเสร็จ ยกอาหารออกจากเตาไมโครเวฟ เทลงบนข้าวสวย เสิร์ฟ |
| | TC 5 | แกงป่าลูกชิ้นปลากราย | 1 กก. | ชามแก้วทนไฟ (2.5L) | **ส่วนผสม**<br>เนื้อปลากรายขูด 200 กรัม<br>น้ำพริกแกงเผ็ด 2 ช้อนโต๊ะ<br>มะเขือเปราะผ่าสี่ 4 ผล<br>พริกชี่ฟ้าแดงเหลืองหั่นแฉลบอย่างละ 1 เม็ด<br>พริกไทยอ่อน 2 ช่อ<br>กระชายซอย 1/4 ถ้วย<br>ใบมะกรูดฉีก 5 ใบ<br>ใบกะเพรา 1/4 ถ้วย<br>น้ำปลา 2 ช้อนชา<br>น้ำตาลปี๊บ 1 ช้อนชา<br>น้ำเปล่า 3 ถ้วย<br><br>วิธีทำ<br>1. โขลกเนื้อปลากรายกับน้ำเกลือเล็กน้อยให้เหนียว พักไว้จากนั้นปั้นเนื้อปลากรายให้เท่ากับลูกชิ้น<br>2. ใส่น้ำลงในชามแก้วทนไฟ แล้วใส่ลูกชิ้นเนื้อปลากราย และส่วนผสมอื่นๆ ใส่ลงในชาม<br>3. นำอาหารเข้าเตาไมโครเวฟ<br>4. กดปุ่มเลือกเมนู และกด Start<br>5. เมื่อเครื่องทำงานเสร็จ ยกอาหารออกจากเตาไมโครเวฟ เสิร์ฟ |

THAI

# วิธีการใช้งานเมนูอาหารไทยอัตโนมัติ

| การทำงาน | การทำงาน | | น้ำหนักที่จำกัด | ภาชนะ | คำแนะนำ |
|---|---|---|---|---|---|
| **เมนูอาหารไทย อัตโนมัติ** | TC 6 | พะโล้หมูสามชั้น | 1.2 กก. | ชามแก้วทนไฟ (2.5L) | **ส่วนผสม**<br>เนื้อหมูสามชั้นติดมันน้อยๆ 300 กรัม<br>โป๊ยกั๊ก 4 ดอก<br>อบเชย ยาว 1 นิ้ว 3 ชิ้น<br>กระเทียมบุบพอแตก 5 กลีบ<br>พริกไทยเม็ด 2 ช้อนชา<br>รากผักชีบุบ 2 ราก<br>น้ำสต๊อกหมู 4 ถ้วย<br>น้ำตาลปี๊บ 2 ช้อนโต๊ะ<br>ซีอิ๊วขาว 2 ช้อนโต๊ะ<br>ซีอิ๊วดำ 2 ช้อนชา<br>ซอสปรุงรส 2 ช้อนโต๊ะ<br>ผ้าขาวบางสำหรับห่อเครื่องเทศ<br><br>วิธีทำ<br>1. ล้างเนื้อหมูสามชั้นให้สะอาด หั่นชิ้นใหญ่ ใส่อ่างผสมไว้แบ่งซีอิ๊วขาว ซีอิ๊วดำ ซอสปรุงรสอย่างละครึ่งหมักกับเนื้อหมู เคล้าให้ทั่วหมักไว้ประมาณ 30 นาที<br>2. ใส่น้ำสต๊อกลงในชามแก้วทนไฟ แล้วใส่และส่วนผสมอื่นๆ ใส่ลงในชาม<br>3. นำอาหารเข้าเตาไมโครเวฟ<br>4. กดปุ่มเลือกเมนู และกด Start<br>5. เมื่อเครื่องทำงานเสร็จ ยกอาหารออกจากเตาไมโครเวฟ เสิร์ฟ |
| | TC 7 | วุ้นสังขยา | 0.50 กก. | ชามแก้วทนไฟ (2.5L) | **ส่วนผสม**<br>ผงวุ้น 1 ช้อนโต๊ะ<br>น้ำเปล่า 1 1/2 ถ้วย<br>ไข่ไก่ 2 ฟอง<br>น้ำตาลปี๊บ 1/4 ถ้วย<br>กะทิ 1/4 ถ้วย<br>ใบเตยหั่นท่อน 3 ใบ<br><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. เมื่อเครื่องทำงานเสร็จ ยกอาหารออกจากเตาไมโครเวฟ เทใส่พิมพ์ที่เตรียมไว้ ทิ้งไว้จนวุ้นแข็งตัว |

THAI

# วิธีการใช้งานเมนูอาหารไทยอัตโนมัติ

| การทำงาน | การทำงาน | | น้ำหนักที่จำกัด | ภาชนะ | คำแนะนำ |
|---|---|---|---|---|---|
| **เมนูอาหารไทย อัตโนมัติ** | TC8 | ซี่โครงหมูย่างน้ำผึ้ง | 0.5 กก. | ตะแกรงสูง | **ส่วนผสม**<br>ซี่โครงหมูอ่อน 500 กรัม น้ำผึ้ง 1/2 ถ้วย<br>ซีอิ๊วขาว 5 ช้อนโต๊ะ น้ำสับปะรดสด 2 ช้อนโต๊ะ<br>ซอสมะเขือเทศ 3 ช้อนโต๊ะ ผักดองสามรส<br>เกลือป่น 1 ช้อนชา<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. เมื่อได้ยินเสียงปี๊บ ให้กลับด้านซี่โครงหมู<br>6. กดปุ่ม Start เพื่อให้เครื่องทำงานต่อ หลังจากเครื่องทำงานเสร็จแล้ว จัดใส่จานเสริฟพร้อมผักดองสามรส |
| | TC9 | เนื้อย่างเกาหลี | 0.5 กก. | ตะแกรงสูง | **ส่วนผสม**<br>เนื้อวัวสันใน 500 กรัม งาขาวคั่ว 1 ช้อนโต๊ะ<br>ซีอิ๊วญี่ปุ่น 3 ช้อนโต๊ะ เหล้าจีน 1 ช้อนโต๊ะ<br>พริกไทยป่น 2 ช้อนชา ข้าวโพดอ่อน 12 ฝัก<br>น้ำตาลทราย 2 ช้อนโต๊ะ แครอตหั่นแท่ง 1 หัว<br>ต้นหอมซอย 2 ช้อนโต๊ะ หน่อไม้ฝรั่ง 300 กรัม<br>น้ำมันงา 1 ช้อนโต๊ะ<br>**ส่วนผสมน้ำจิ้ม**<br>พริกขี้หนูเขียว แดง สับละเอียด 2 ช้อนโต๊ะ เกลือป่น 1 ช้อนชา<br>รากผักชีสับละเอียด 1 ช้อนโต๊ะ น้ำตาลทราย 1 ช้อนโต๊ะ<br>กระเทียมสับละเอียด 2 ช้อนโต๊ะ น้ำกระเทียมดอง 1/2 ถ้วย<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 6. กดเลือกเมนู และกดปุ่ม Start<br>7. หลังจากเครื่องทำงานเสร็จแล้ว จัดใส่จาน และนำผักไปย่างต่อจนพอสุก จัดเรียงในจาน 8. เสริฟพร้อมน้ำจิ้ม |

THAI

# วิธีการใช้งานเมนูอาหารไทยอัตโนมัติ

| การทำงาน | การทำงาน | | น้ำหนักที่จำกัด | ภาชนะ | คำแนะนำ |
|---|---|---|---|---|---|
| **เมนูอาหารไทย อัตโนมัติ** | TC10 | ข้าวหน้าไก่ย่างเทอริยากิ | 0.5 กก. | ตะแกรงสูง | **ส่วนผสม**<br>ข้าวสวยหอมมะลิ 3 ถ้วย<br>เนื้ออกไก่ติดหนัง น้ำหนัก 150 กรัม 3 ชิ้น<br>ซอสเทอริยากิ 1/2 ถ้วย<br>กิมจิ<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 |
| | TC11 | กุ้งย่างไส้ห่อหมก | กุ้ง 6 ตัว | ตะแกรงสูง | **ส่วนผสม**<br>กุ้งก้ามกราม น้ำหนักตัวละ 150 กรัม 6 ตัว<br>เนื้อกุ้งบดหยาบ 1/4 ถ้วย<br>น้ำพริกแกงเผ็ด 1 ช้อนโต๊ะ<br>กะทิ 3/4 ถ้วย<br>กะทิสำหรับทำหน้าห่อหมก 1/4 ถ้วย<br>แป้งข้าวเจ้า 1 ช้อนชา<br>น้ำปลา 2 ช้อนชา<br>น้ำตาลปี๊บ 1 ช้อนชา<br>ใบโหระพา 1/4 ถ้วย<br>พริกชี้ฟ้าแดงหั่นเส้นเล็ก 1 เม็ด<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 |

THAI

# วิธีการใช้งานเมนูอาหารไทยอัตโนมัติ

| การทำงาน | การทำงาน | | น้ำหนักที่จำกัด | ภาชนะ | คำแนะนำ |
|---|---|---|---|---|---|
| **เมนูอาหารไทย อัตโนมัติ** | TC12 | ปลาหมึกกล้วยย่างไส้ข้าวปรุงรส | 4 ตัว | ตะแกรงสูง | **ส่วนผสม**<br>ปลาหมึกกล้วย ยาว 6 นิ้ว 4 ตัว<br>ข้าวสวยข้าวกล้อง 1 1/2 ถ้วย<br>เกลือป่น 1/2 ช้อนชา<br>พริกไทยป่น 1/2 ช้อนชา<br>พริกขี้หนูเขียวและแดงสับ 1 ช้อนโต๊ะ<br>กระเทียมสับ 1/2 ช้อนโต๊ะ<br>แครอตสับ 2 ช้อนโต๊ะ<br>ผักโขมแช่แข็งสับ 3 ช้อนโต๊ะ<br>น้ำมันพืชสำหรับผัด 2 ช้อนโต๊ะ<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 |
| | TC13 | ปีกไก่อบน้ำแดง | 6 ชิ้น | ตะแกรงสูง | **ส่วนผสม**<br>ปีกไก่ 6 ชิ้น<br>กระเทียมทุบ 5 กลีบ<br>ซอสมะเขือเทศ 1/2 ถ้วย<br>ซีอิ๊วขาว 3 ช้อนโต๊ะ<br>ซอสปรุงรส 1 ช้อนโต๊ะ<br>น้ำตาลทราย 3 ช้อนโต๊ะ<br>เหล้าจีน 1 ช้อนโต๊ะ<br>เกลือป่น 1 ช้อนชา<br>พริกไทยป่น 1 ช้อนชา<br>น้ำเปล่า 2 1/2 ถ้วย<br>น้ำมันพืช 3 ช้อนโต๊ะ<br>น้ำมันพืชสำหรับทอด 1/2 ถ้วย<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. เมื่อมีเสียงบี๊ป ให้กลับปีกไก่อีกด้านขึ้น<br>7. นำอาหารเข้าเตาไมโครเวฟอีกครั้งแล้วกด Start เพื่อให้เครื่องทำงานต่อ<br>8. หลังจากเครื่องทำงานเสร็จแล้ว นำอาหารออกจากเตา ตักปีกไก่ขึ้นจากน้ำมัน พักไว้<br>9. ผสมซอสมะเขือเท น้ำเปล่า น้ำตาล เหล้าจีน ซีอิ๊วขาว และซอสปรุงรสเข้าด้วยกัน พักไว้จากนั้นใส่น้ำมันและกระเทียมลงในชามแก้วอีกใบ นำเข้าเตาไมโครเวฟให้เหลืองหอม ใส่ส่วนผสมซอสมะเขือเทศ เวฟต่อจนเดือ<br>10. ใส่ปีกไก่ทอด นำไปเวฟต่อจนส่วนผสมสุกและน้ำขลุกขลิก ยกออกจากเตาไมโครเวฟ จัดใส่จาน เสิร์ฟ |

THAI

# วิธีการใช้งานเมนูอาหารไทยอัตโนมัติ

| การทำงาน | การทำงาน | | น้ำหนักที่จำกัด | ภาชนะ | คำแนะนำ |
|---|---|---|---|---|---|
| **เมนูอาหารไทย อัตโนมัติ** | TC14 | ปลาสำลีย่างใบเตย | 0.4 กก. | ตะแกรงสูง | **ส่วนผสม**<br>ปลาสำลี น้ำหนัก 300 กรัม 1 ตัว<br>เกลือป่น 1 ช้อนชา<br>ใบเตยหอมใบใหญ่ 10 ใบ<br>รากผักชี กระเทียม พริกไทย โขลกรวมกัน 2 ช้อนโต๊ะ<br>ตะไคร้หั่นท่อนทุบ 2 ต้น<br>ใบมะกรูดฉีก 5 ใบ<br>ผักสด เช่น แตงกวา ผักกาดขาว ใบโหระพา<br>ส่วนผสมน้ำจิ้ม<br>กระเทียม 1 ช้อนโต๊ะ<br>พริกขี้หนูสวนเขียวและแดง 15 เม็ด<br>น้ำมะนาว 2 ช้อนโต๊ะ<br>น้ำปลา 2 ช้อนโต๊ะ<br>น้ำตาลทราย 2 ช้อนชา<br>วิธีทำ<br>1. ทำความสะอาดปลาโดยควักไส้ออก ล้างน้ำอีกครั้งให้สะอาดแล้วผึ่งไว้<br>2. ทาเกลือให้ทั่วตัวปลา นำรากผักชีที่โขลกใส่ในปากปลาใส่ตะไคร้ใบมะกรูด 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 เสิร์ฟพร้อมกับผักสดและน้ำจิ้ม |
| | TC15 | สเต๊กหมูย่างนมสด | 0.6 กก. | ตะแกรงสูง | **ส่วนผสม**<br>เนื้อหมูสำหรับทำสเต๊ก 200 กรัม 3 ชิ้น<br>นมข้นจืด 1/4 ถ้วย<br>เกลือป่น 1 ช้อนชา<br>พริกไทยดำป่นหยาบ 1 ช้อนโต๊ะ<br>กระเทียมสับละเอียด 1 ช้อนโต๊ะ<br>รากผักชีสับละเอียด 2 ราก<br>น้ำสต๊อกหมู 1/4 ถ้วย<br>เนยสดชนิดเค็ม 1 ช้อนโต๊ะ<br>แป้งข้าวโพด 1 ช้อนชา<br>ผักผัดเนย เช่น แครอต มันฝรั่ง หน่อไม้ฝรั่ง<br>วิธีทำ<br>1. ล้างเนื้อหมูให้สะอาด พักให้สะเด็ดน้ำ<br>2. จากนั้นผสมนมข้นจืด เกลือ พริกไทย รากผักชี และกระเทียมเข้าด้วยกัน<br>3. ใส่เนื้อหมูลงไปหมักไว้ ใช้ส้อมจิ้มเนื้อหมูให้ทั่ว 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 |

THAI

# การละลายน้ำแข็ง
## อัตโนมัติ

*อุณหภูมิและความหนาแน่นของอาหารจะแตกต่างกัน ขอแนะนำให้ท่านตรวจสอบอาหารก่อนทำการปรุงอาหาร โดยเฉพาะเนื้อวัวและเนื้อไก่ที่ตัดออกเป็นชิ้นใหญ่ๆ อาหารบางชนิดไม่ควรละลายน้ำแข็งจนหมดก่อนปรุง ตัวอย่างเช่น เนื้อปลาจะสุกอย่างรวดเร็ว ดังนั้นในบางครั้งท่านจึงควรปรุงอาหารในขณะที่ยังมีน้ำแข็งเกาะอาหารอยู่เล็กน้อย โปรแกรม BREAD (ขนมปัง) เหมาะกับการละลายน้ำแข็งของเล็กๆ เช่น ขนมปังก้อนเล็ก ซึ่งจำเป็นต้องปล่อยให้น้ำแข็งละลายถึงส่วนกลาง ตัวอย่างที่แสดงในด้านล่างนี้ คือวิธีการละลายสัตว์ปีกแช่แข็ง 1.4 กิโลกรัม*

เตาไมโครเวฟของท่านประกอบด้วยโปรแกรมการละลายน้ำแข็ง 4 ประเภท ได้แก่**เนื้อสัตว์, สัตว์ปีก , ปลา**และ**ขนมปัง** แต่ละประเภทจะใช้กำลังไฟที่แตกต่างกัน กดปุ่ม **AUTO DEFORST** (การละลายน้ำแข็งอัตโนมัติ) ซ้ำๆ เพื่อเลือกประเภทที่ท่านต้องการ

| *ประเภท* | กดปุ่ม **AUTO DEFROST** |
|---|---|
| *เนื้อสัตว์* | 1 ครั้ง |
| *สัตว์ปีก* | 2 ครั้ง |
| *ปลา* | 3 ครั้ง |
| *ขนมปัง* | 4 ครั้ง |

**1** กดปุ่ม **STOP/CLEAR**
ชั่งน้ำหนักโดยประมาณของอาหารที่ท่านต้องการละลายน้ำแข็ง ท่านควรนำวัสดุที่ใช้มัดหรือห่ออาหารทั้งหมดออกจากอาหาร แล้วจึงวางอาหารลงในเตาไมโครเวฟและปิดประตูเตาไมโครเวฟ

**2** กดปุ่ม **AUTO DEFROST** สองครั้งเพื่อเลือกโปรแกรมละลายน้ำแข็งสัตว์ปีก **(POULTRY)**
**"dEF2"** แสดงบนจอแสดงผล

**3** ใส่น้ำหนักโดยประมาณของอาหารแช่แข็งที่ท่านต้องการละลายน้ำแข็ง

กดปุ่ม **+** 14 ครั้ง เพื่อใส่น้ำหนัก 1.4 กิโลกรัม

**4** กดปุ่ม **START**

**5** ระหว่างการละลายน้ำแข็ง เมื่อท่านได้ยิน "เสียงบี๊พ" ท่านต้องเปิดประตูเตาไมโครเวฟเพื่อกลับด้านของอาหาร หรือแยกอาหารออกจากกัน ซึ่งจะช่วยให้การละลายน้ำแข็งเร็วขึ้น หลังจากนั้นปิดประตูเตาไมโครเวฟ และกดปุ่ม **START** เพื่อทำการละลายน้ำแข็งต่อ **เตาไมโครเวฟ ของท่านจะไม่หยุดละลายน้ำแข็ง (ถึงแม้เสียงบี๊พจะดังขึ้น) จนกว่าท่านจะเปิดประตูเตาไมโครเวฟ**

# ตารางแนะนำการละลายน้ำแข็งอัตโนมัติ

* ควรใส่อาหารที่ต้องการละลายน้ำแข็งลงในภาชนะที่สามารถใช้กับเตาไมโครเวฟได้ และวางภาชนะลงบนถาดแก้ว โดยไม่ต้องปิดฝาภาชนะ
* ควรห่อเนื้อส่วนเล็กๆ ของเนื้อสัตว์ หรือสัตว์ปีกด้วยแผ่นอลูมิเนียมฟอยล์ สิ่งนี้จะช่วยป้องกันเนื้อบางส่วนสุกระหว่างละลายน้ำแข็ง ตรวจสอบว่าแผ่นฟอยล์ไม่สัมผัสกับผนังของเตาไมโครเวฟ
* แยกชิ้นส่วนของเนื้อออกจากกัน เช่น เนื้อสับ, เนื้อหั่นเป็นชิ้น, ไส้กรอกและเบคอน
* เมื่อท่านได้ยินเสียงบี๊พ เปิดประตูเตาไมโครเวฟและพลิกอาหารอีกด้านหนึ่งลงด้านล่าง นำอาหารส่วนที่ละลายน้ำแข็งแล้วออกจากเตาไมโครเวฟและกดปุ่ม Start เพื่อละลายน้ำแข็งส่วนที่เหลือต่อ
  หลังจากเตาไมโครเวฟละลายน้ำแข็งเสร็จแล้ว นำอาหารออกจากเตาไมโครเวฟ, ห่ออาหารด้วยแผ่นฟอยล์และวางอาหารพักทิ้งไว้จนกระทั่งน้ำแข็งละลายจนหมด
  สำหรับชิ้นเนื้อขนาดใหญ่และไก่ทั้งตัว ควรวางพักทิ้งไว้อย่างน้อย 1 ชั่วโมงก่อนนำไปปรุงอาหาร

| *ประเภท* | *น้ำหนักที่จำกัด* | *ภาชนะ* | *อาหาร* |
|---|---|---|---|
| **เนื้อสัตว์**<br>**สัตว์ปีก**<br>**ปลา** | 0.1 ~ 4.0 กิโลกรัม | ภาชนะที่สามารถใช้กับเตาไมโครเวฟได้ (จานแบน) | **เนื้อสัตว์**<br>เนื้อวัวบด, สเต็คเนื้อที่ไม่มีมัน, เนื้อสำหรับตุ๋น, สเต็คเนื้อสันนอก, เนื้ออบในหม้อ, เนื้อสะโพกอบ, เบอร์เกอร์เนื้อ<br>เนื้อหมูหั่นเป็นชิ้น, เนื้อแกะหั่นเป็นชิ้น, เนื้อหมูบดอบ, ไส้กรอก, เนื้อทอดเป็นชิ้น (2 เซนติเมตร)<br>เมื่อเสียงบี๊พดังขึ้น กลับเนื้ออีกด้านหนึ่งลงด้านล่าง<br>หลังจากละลายน้ำแข็งเสร็จแล้ว วางเนื้อพักทิ้งไว้ประมาณ 5-15 นาที<br><br>**สัตว์ปีก**<br>เนื้อไก่ทั้งตัว, น่องไก่, เนื้อหน้าอก, เนื้อหน้าอกของไก่งวง (ไม่เกิน 2.0 กิโลกรัม)<br>เมื่อเสียงบี๊พดังขึ้น กลับเนื้ออีกด้านหนึ่งลงด้านล่าง<br>หลังจากละลายน้ำแข็งเสร็จแล้ว วางเนื้อพักทิ้งไว้ประมาณ 20-30 นาที<br><br>**ปลา**<br>ปลาชิ้น, สเต็กปลา, ปลาทั้งตัว, อาหารทะเล<br>เมื่อเสียงบี๊พดังขึ้น กลับเนื้ออีกด้านหนึ่งลงด้านล่าง<br>หลังจากละลายน้ำแข็งเสร็จแล้ว วางเนื้อพักทิ้งไว้ประมาณ 10-20 นาที |
| **ขนมปัง** | 0.1 ~ 0.5 กิโลกรัม | กระดาษเช็ดจาน หรือจานแบน | ขนมปังปอนด์หั่นเป็นชิ้น, ขนมปังก้อนและขนมปังอื่นๆ<br>แยกชิ้นของขนมปังออกจากกัน และวางขนมปังไว้ระหว่างกระดาษเช็ดจาน หรือวางขนมปังบนจานแบน<br>กลับด้านของขนมปัง เมื่อได้ยินเสียงบี๊พ<br>หลังจากละลายน้ำแข็งเสร็จแล้ว วางขนมปังพักทิ้งไว้ประมาณ 1-2 นาที |

# *การละลายน้ำแข็ง*
## อย่างรวดเร็ว

*ใช้การทำงานนี้เพื่อละลายน้ำแข็งเนื้อบด 0.5 กิโลกรัมอย่างรวดเร็ว*
*เมื่อท่านละลายน้ำแข็งโดยใช้การทำงานนี้ ท่านต้องวางเนื้อพักทิ้งไว้เพื่อละลายน้ำแข็งที่อยู่ตรงกลางของเนื้อ ตัวอย่างที่แสดงในด้านล่างนี้คือวิธีการละลายน้ำแข็งเนื้อบด 0.5 กิโลกรัม*

1

กดปุ่ม **Stop/Clear**
ชั่งน้ำหนักโดยประมาณของอาหารที่ท่านต้องการละลายน้ำแข็ง แกะวัสดุโลหะที่ใช้มัดหรือห่ออาหารทั้งหมดออกจากอาหาร วางอาหารลงในเตาไมโครเวฟของท่านและปิดประตูเตาไมโครเวฟ

2

กดปุ่ม **Quick Defrost**
เตาไมโครเวฟจะเริ่มละลายน้ำแข็งอัตโนมัติ

3

ระหว่างละลายน้ำแข็ง เมื่อท่านได้ยิน “เสียงบี๊พ” ท่านต้องเปิดประตูเตาไมโครเวฟเพื่อกลับด้านของอาหารและแยกอาหารออกจากกัน ซึ่งจะช่วยให้การละลายน้ำแข็งเร็วขึ้น นำชิ้นส่วนที่น้ำแข็งละลายหมดแล้วออกจากเตาไมโครเวฟหรือใช้แผ่นฟอยล์หุ้มชิ้นส่วนเหล่านี้ ซึ่งจะทำให้เนื้อส่วนนี้ละลายน้ำแข็งช้าลง หลังจากตรวจสอบอาหารเสร็จแล้ว ปิดประตูเตาไมโครเวฟและกดปุ่ม **Start** เพื่อทำการละลายน้ำแข็งต่อ
เตาไมโครเวฟของท่านจะไม่หยุดละลายน้ำแข็ง (ถึงแม้เสียงบี๊พจะดังขึ้น) จนกว่าท่านจะเปิดประตูเตาไมโครเวฟ

# *คำแนะนำในการละลายน้ำแข็งอย่างรวดเร็ว*

ใช้การทำงานนี้ เพื่อละลายน้ำแข็งเนื้อบดอย่างรวดเร็ว

นำเนื้อบดออกจากพลาสติกที่ห่อไว้ วางเนื้อบดลงในจานที่สามารถใช้กับเตาไมโครเวฟได้ เมื่อท่านได้ยิน “เสียงบี๊พ” นำเนื้อบดออกจากเตาไมโครเวฟและกลับด้านของเนื้อ แล้วจึงวางเนื้อบดลงในเตาไมโครเวฟอีกครั้ง กดปุ่ม Start เพื่อทำการละลายน้ำแข็งต่อ หลังจากละลายน้ำแข็งเสร็จแล้ว นำเนื้อบดออกจากเตาไมโครเวฟ, ห่อเนื้อบดด้วยแผ่นฟอยล์และวางเนื้อบดพักทิ้งไว้ประมาณ 5-15 นาที หรือจนกระทั่งน้ำแข็งละลายจนหมด

| *ประเภท* | *น้ำหนัก* | *ภาชนะ* | *คำแนะนำ* |
|---|---|---|---|
| **เนื้อบด** | 0.5 กิโลกรัม | ภาชนะสำหรับใช้กับ<br>เตาไมโครเวฟ<br>(จานแบน) | เนื้อบด<br>กลับด้านของเนื้อ เมื่อได้ยินเสียงบี๊พ<br>หลังจากละลายน้ำแข็งเสร็จแล้ว วางเนื้อพักทิ้งไว้ประมาณ 5-15 นาที |

# การละลายน้ำแข็งและย่าง

*ตัวอย่างที่แสดงด้านล่างนี้ แสดงวิธีการปรุงเนื้อปลาแซลมอนน้ำหนัก 0.3 กก.*

ระบบ DEFORST&GRILL (การละลายน้ำแข็งและการย่าง) จะทำให้ท่านสามารถปรุงอาหารจานโปรดของท่านได้อย่างง่ายดาย เพียงแค่เลือกประเภทและใส่น้ำหนักของอาหาร

| *ประเภท* | กดปุ่ม **DEFORST&GRILL** | |
|---|---|---|
| Salmon Fillet<br>เนื้อปลาแซลมอน | 1 | ครั้ง |
| Shrimp<br>กุ้ง | 2 | ครั้ง |
| Hamburger Patties<br>เนื้อแฮมเบอร์เกอร์ | 3 | ครั้ง |
| Sausage<br>ไส้กรอก | 4 | ครั้ง |

1 กดปุ่ม **STOP/CLEAR**

2 กดปุ่ม **DEFORST&GRILL** หนึ่งครั้ง

3 กดปุ่ม **+** สองครั้งเพื่อใส่น้ำหนัก 0.3 กก.

4 กดปุ่ม **START**

| อาหาร | น้ำหนัก | อุปกรณ์ | อุณหภูมิอาหาร | วิธีทำ |
|---|---|---|---|---|
| **เนื้อปลาแซลมอน** | 0.2-0.6 กก. | ถาดย่าง+ตะแกรง | แช่แข็ง | เลือกเนื้อปลาแซลมอนหนักประมาณ 200กรัม หนาประมาณ 2.5เซนติเมตร แช่แข็งมัน วางบนถาดย่างและตะแกรง เลือกเมนูและน้ำหนักกดปุ่ม START หลังจากเสร็จการทำอาหาร เอาออกจากเตาแล้วทิ้งไว้สักครู่ |
| **กุ้ง** | 0.1-0.4 กก. | | แช่แข็ง | 1.ล้างกุ้งให้สะอาด แล้วนำไปวางบนตะแกรง<br>2.เมื่อเสียง บี๊พ (Beep) ดังขึ้น ให้ทำการพลิกด้านตัวกุ้ง |
| **เนื้อแฮมเบอร์เกอร์** | 1-4 ชิ้น | | แช่แข็ง | วางแฮมเบอร์เกอร์บนถาดย่างซึ่งวางไว้บนตะแกรง เลือกเมนูอาหารและใส่น้ำหนักอาหาร กดปุ่ม START หลังจากเสร็จการทำอาหาร ให้นำออกจากเตาไมโครเวฟ แล้ววางพักไว้สักครู่ |
| **ไส้กรอก** | 0.2-0.6 กก. | | แช่แข็ง | 1.ทำความสะอาดและปลอกพลาสติกที่ห่อไส้กรอกออก ทำการวางบนตะแกรง<br>2.เมื่อเสียง บี๊พ (Beep) ดังขึ้น ให้ทำการพลิกด้านไส้กรอก |

ในตัวอย่างจะแสดงวิธีการใช้ระบบคงอุณหภูมิของอาหารที่ระดับสูงสุด เป็นเวลา 90 นาที

ถ้าคุณต้องการให้อาหารของคุณคงความร้อนอยู่ได้ เมื่อใช้โปรแกรม AUTO COOK คุณสามารถทำให้อาหารของคุณร้อนอยู่ตลอดเวลาเพียงแค่กดปุ่ม

เมื่อคุณทำอาหารเสร็จเรียบร้อยแล้ว และต้องการที่จะให้อาหารของคุณร้อนอยู่ตลอดเวลาเพื่อ รอเวลาเสิร์ฟ คุณสามารถทำได้โดยกดปุ่มโปรแกรมนี้

ระบบรักษารสชาติอาหารจะตั้งค่าอยู่ที่ 90 นาที โดยโปรแกรมนี้จะหยุดทำงานเมื่อคุณเปิดประตูออก

| ระดับไฟ | กดปุ่ม "keep warming" | | หน้าจอ |
|---|---|---|---|
| ต่ำ | 1 | ครั้ง | Ho-L |
| สูง | 2 | ครั้ง | Ho-H |

## คู่มือโปรแกรมรักษารสชาติอาหาร

1

ใส่อาหารในเตาไมโครเวฟ กดปุ่ม **TASTE SAVER** 2 ครั้ง หน้าจอจะแสดง "Ho-H" กดปุ่ม **START**

## การใช้ระบบคงอุณหภูมิของอาหารหลังโปรแกรงปรุงอาหารอัตโนมัติ (ตัวอย่าง)

2

1.ตั้งโปรแกรมปรุงอาหารอัตโนมัติที่ต้องการ กดปุ่ม **START** และหลังจากโปรแกรมปรุงอาหารอัตโนมัติเสร็จสิ้น ประมาณ 5 นาที ระบบคงอุณหภูมิของอาหารจะทำงานเองโดยอัตโนมัติ

2.เมื่อโปรแกรมปรุงอาหารอัตโนมัติเสร็จ คุณสามารถกดปุ่ม **TASTE SAVER** หน้าจอจะแสดง "Ho-H" กดปุ่ม **START**

## *การแสดงเวลาการทำงานบนหน้าจอ

3

เมื่อโปรแกรมทำงานหน้าจอจะแสดง [ - - - ] และเมื่อคุณกดปุ่ม **TASTE SAVER** อีกครั้ง เวลาการทำงานของโปรแกรมจะแสดงบนหน้าจอ

# ตารางแนะนำการทำให้ร้อน หรือการอุ่นอาหาร

*การทำอาหารให้ร้อนหรืออุ่นอาหารด้วยไมโครเวฟ มีความสำคัญในการปฏิบัติตามคำแนะนำ ปริมาณของอาหารเป็นตัวกำหนดเวลาในการอุ่นอาหาร เพื่อให้ได้ผลที่ดีท่านควรจัดเรียงอาหารเป็นวงกลม อาหารที่มีอุณหภูมิเท่ากับอุณหภูมิของห้องจะร้อนเร็วกว่าอาหารแช่เย็น สำหรับอาหารกระป๋องควรนำอาหารออกจากกระป๋อง และใส่อาหารลงในภาชนะที่สามารถใช้ในเตาไมโครเวฟได้ อาหารจะร้อนเร็วกว่าปกติ ถ้าท่านปิดฝาหรือห่ออาหารด้วยพลาสติกและเจาะรูระบายอากาศ แกะวัสดุที่ห่ออาหารออกเพื่อป้องกันการปะทุเนื่องจากความร้อน กรุณาใช้คำแนะนำที่แสดงในตารางด้านล่างนี้เพื่ออุ่นอาหาร*

| อาหาร | เวลาในการปรุงอาหาร (ที่ระดับไฟสูงสุด) | คำแนะนำพิเศษ |
|---|---|---|
| เนื้อหั่นเป็นชิ้น 3 ชิ้น (หนา 0.5 ซม.) | 1 ~ 2 นาที | วางชิ้นเนื้อลงบนจานที่สามารถใช้กับเตาไมโครเวฟได้ ห่อเนื้อด้วยพลาสติกห่ออาหาร และเจาะรูระบายอากาศ หมายเหตุ : น้ำเกรวี่หรือซอสจะช่วยทำให้เนื้อชุ่มชื้น |
| เนื้อไก่เป็นชิ้น หน้าอก 1 ชิ้น<br>ขาและกระดูกขาอ่อน 1 ชิ้น | 2 ~ 3 นาที<br>3 ~ 3 1/2 นาที | วางชิ้นไก่ลงบนจานที่สามารถใช้กับเตาไมโครเวฟได้ ห่อเนื้อไก่ด้วยพลาสติกห่ออาหาร และเจาะรูระบายอากาศ |
| เนื้อปลาแล่บาง (170~230 กรัม) | 1 ~ 2 นาที | วางเนื้อปลาลงบนจานที่สามารถใช้กับเตาไมโครเวฟได้ ห่อปลาด้วยพลาสติกห่ออาหาร และเจาะรูระบายอากาศ |
| ลาซานย่า เสิร์ฟ 1 ที่ (300 กรัม) | 4 ~ 6 นาที | วางลาซานย่าลงบนจานที่สามารถใช้กับเตาไมโครเวฟได้ ห่ออาหารด้วยพลาสติกห่ออาหาร และเจาะรูระบายอากาศ |
| แคซเซะโรล<br>1 ถ้วย<br>4 ถ้วย | 1 1/2 ~ 3 นาที<br>4 1/2 ~ 7 นาที | ปรุงอาหารในจานสำหรับอบอาหารที่ใช้กับเตาไมโครเวฟ คนอาหารให้เข้ากัน เมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง |
| แคซเซะโรลครีมหรือเนยแข็ง<br>1 ถ้วย<br>4 ถ้วย | 1 ~ 2 1/2 นาที<br>3 1/2 ~ 6 นาที | ปรุงอาหารในจานสำหรับอบอาหารที่ใช้กับเตาไมโครเวฟ คนอาหารให้เข้ากัน เมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง |
| Sloppy Joe หรือเนื้อวัวบาบีคิว แซนวิช 1 คู่ (เนื้อวัวสำหรับยัดไส้ 1/2 ถ้วย) ไม่มีขนมปัง | 1 ~ 2 1/2 นาที | แยกอุ่นเนื้อและขนมปังออกจากกัน ปรุงอาหารในจานสำหรับอบอาหารที่ใช้กับเตาไมโครเวฟ คนอาหารให้เข้ากัน เมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง |

| อาหาร | เวลาในการปรุงอาหาร (นาที/ที่ระดับไฟสูงสุด) | คำแนะนำพิเศษ |
|---|---|---|
| มันฝรั่งบด<br>1 ถ้วย<br>4 ถ้วย | 2 1/2 ~ 3 1/2 นาที<br>6 ~ 9 นาที | ปรุงอาหารในจานสำหรับอบอาหารที่ใช้กับเตาไมโครเวฟ คนอาหารให้เข้ากัน เมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง |
| ถั่วอบ<br>1 ถ้วย | 1 1/2 ~ 3 นาที | ปรุงอาหารในจานสำหรับอบอาหารที่ใช้กับเตาไมโครเวฟ คนอาหารให้เข้ากัน เมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง |
| เกี๊ยวอิตาเลี่ยนหรือพาสต้าในซอส<br>1 ถ้วย<br>4 ถ้วย | 2 1/2 ~ 4 นาที<br>7 1/2 ~ 11 นาที | ปรุงอาหารในจานสำหรับอบอาหารที่ใช้กับเตาไมโครเวฟ คนอาหารให้เข้ากัน เมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง |
| ข้าว<br>1 ถ้วย<br>4 ถ้วย | 1 ~ 1 1/2 นาที<br>3 1/2 ~ 5 นาที | ปรุงอาหารในจานสำหรับอบอาหารที่ใช้กับเตาไมโครเวฟ คนอาหารให้เข้ากัน เมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง |
| แซนวิชม้วนหรือขนมปัง<br>1 แถว | 15 ~ 30 วินาที | ห่อขนมปังด้วยกระดาษเช็ดจาน และวางบนถาดแก้ว |
| ผัก<br>1 ถ้วย<br>4 ถ้วย | 1 1/2 ~ 2 1/2 นาที<br>3 1/2 ~ 5 นาที | ปรุงอาหารในจานสำหรับอบอาหารที่ใช้กับเตาไมโครเวฟ คนอาหารให้เข้ากัน เมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง |
| น้ำซุป เสิร์ฟ 1 ที่ (8 ออนซ์) | 1 1/2 ~ 2 นาที | ปรุงอาหารในจานสำหรับอบอาหารที่ใช้กับเตาไมโครเวฟ คนอาหารให้เข้ากัน เมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง |

# ตารางแนะนำ

## การปรุงผักสด

| อาหาร | ปริมาณ | เวลาในการปรุงอาหาร (ที่ระดับไฟสูงสุด) | คำแนะนำ | ปล่อยทิ้งไว้ |
|---|---|---|---|---|
| อาร์ติโชค (หัวละ 230 กรัม) | 2 หัวกลาง<br>4 หัวกลาง | $4^{1}/_{2}$ ~ 7<br>10 ~ 12 | จัดเรียง, เติมน้ำ 2 ช้อนโต๊ะและน้ำผลไม้ 2 ช้อนโต๊ะ ปิดฝา | 2~3 นาที |
| หน่อไม้ฝรั่งสด | 450 กรัม | $2^{1}/_{2}$ ~ 6 | เติมน้ำ 1 ถ้วย ปิดฝา | 2~3 นาที |
| ถั่วเขียว | 450 กรัม | 7 ~ 11 | เติมน้ำ $^{1}/_{2}$ ถ้วยลงในหม้อ 1.5 ลิตรที่มีฝาปิด คนอาหารเมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง | 2~3 นาที |
| หัวบีทสด | 450 กรัม | 11 ~ 15 | เติมน้ำ $^{1}/_{2}$ ถ้วยลงในหม้อ 1.5 ลิตรที่มีฝาปิด กลับอาหารเมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง | 2~3 นาที |
| บรอคโคลีสด | 450 กรัม | 5 ~ 8 | วางบรอคโคลีลงในจานอบ เติมน้ำ $^{1}/_{4}$ ถ้วย วางอาหารพักทิ้งไว้ | 2~3 นาที |
| กะหล่ำปลีสดหั่นเป็นชิ้นเล็กๆ | 450 กรัม | $5^{1}/_{2}$ ~ $7^{1}/_{2}$ | เติมน้ำ $^{1}/_{2}$ ถ้วยลงในหม้อ 1.5 ลิตรที่มีฝาปิด คนอาหารเมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง | 2~3 นาที |
| แครอทสดหั่นเป็นแว่นเล็กๆ | 200 กรัม | 2 ~ 3 | เติมน้ำ $^{1}/_{4}$ ถ้วยลงในหม้อ 1.5 ลิตรที่มีฝาปิด คนอาหารเมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง | 2~3 นาที |
| กะหล่ำดอกสดทั้งหัว | 450 กรัม | 5 ~ 7 | จัดเรียง, เติมน้ำ $^{1}/_{4}$ ถ้วยลงในหม้อ 1.5 ลิตรที่มีฝาปิด คนอาหารเมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง วางอาหารพักทิ้งไว้ | 2~3 นาที |
| ยอดสดเซเลรี่, เนื้อสดแล่บาง | 2 ถ้วย<br>4 ถ้วย | 11 ~ 16 | สไลด์เป็นแผ่นบาง, เติมน้ำ $^{1}/_{2}$ ถ้วยลงในหม้อ 1.5 ลิตรที่มีฝาปิด คนอาหารเมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง วางอาหารพักทิ้งไว้ | 2~3 นาที |

| อาหาร | ปริมาณ | เวลาในการปรุงอาหาร (ที่ระดับไฟสูงสุด) | คำแนะนำ | ปล่อยทิ้งไว้ |
|---|---|---|---|---|
| ข้าวโพดสด | 2 ฝัก | 4 ~ 8 | ปอกเปลือก, เติมน้ำ 2 ช้อนโต๊ะลงในจานอบ 1.5 ลิตร ปิดฝา | 2~3 นาที |
| เห็ดสดหั่นเป็นชิ้น | 230 กรัม | $1^{1}/_{2}$ ~ $2^{1}/_{2}$ | วางเห็ดลงในหม้อ 1.5 ลิตรที่มีฝาปิด คนอาหารเมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง | 2~3 นาที |
| พาร์สนิพสดหั่นเป็นชิ้น | 450 กรัม | 4 ~ 7 | เติมน้ำ $^{1}/_{2}$ ถ้วยลงในหม้อ 1.5 ลิตรที่มีฝาปิด คนอาหารเมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง | 2~3 นาที |
| ถั่วลันเตา, เขียวและสด | 4 ถ้วย | 6 ~ 9 | เติมน้ำ $^{1}/_{2}$ ถ้วยลงในหม้อ 1.5 ลิตรที่มีฝาปิด คนอาหารเมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง | 2~3 นาที |
| อบมันฝรั่งหวานทั้งหัว (170~230 กรัม) | 2 หัวกลาง<br>4 หัวกลาง | 4 ~ 9<br>6 ~ 12 | แทงมันฝรั่งให้เป็นรูรอบๆ หัวด้วยส้อม วางมันฝรั่งลงบนกระดาษเช็ดจาน 2 แผ่น กลับด้านมันฝรั่งเมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง | 2~3 นาที |
| อบมันฝรั่งขาวทั้งหัว (170~230 กรัม) | 2 หัว<br>4 หัว | $5^{1}/_{2}$ ~ $7^{1}/_{2}$<br>$9^{1}/_{2}$ ~ 14 | แทงมันฝรั่งเป็นเป็นรูรอบๆ ด้วยส้อม วางมันฝรั่งลงบนกระดาษเช็ดจาน 2 แผ่น กลับด้านมันฝรั่งเมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง | 2~3 นาที |
| ผักชมสดมีใบ | 450 กรัม | $4^{1}/_{2}$ ~ $7^{1}/_{2}$ | เติมน้ำ $^{1}/_{2}$ ถ้วยลงในหม้อ 1.5 ลิตรที่มีฝาปิด คนอาหารเมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง | 2~3 นาที |
| คูเก็ตสดหั่นเป็นชิ้น | 450 กรัม | $4^{1}/_{2}$ ~ $7^{1}/_{2}$ | เติมน้ำ $^{1}/_{2}$ ถ้วยลงในหม้อ 1.5 ลิตรที่มีฝาปิด คนอาหารเมื่อเวลาผ่านไปครึ่งหนึ่ง | 2~3 นาที |
| คูเก็ตสดทั้งหัว | 450 กรัม | 6 ~ 9 | แทงคูเก็ตให้เป็นรูรอบๆ หัว วางคูเก็ตลงบนกระดาษเช็ดจาน 2 แผ่น กลับด้านคูเก็ต | 2~3 นาที |

***คำแนะนำสำหรับการย่างเนื้อสัตว์บนตะแกรง***

-ตัดไขมันส่วนเกินออกจากเนื้อ คุณควรแน่ใจว่าไม่ตัดจนบางเกินไป
-จัดวางเรียงบนชั้น ทาเนยหรือน้ำมันลงไป
-เมื่อผ่านไปครึ่งหนึ่งของเวลาที่ตั้งไว้ควรทำการกลับชิ้นเนื้อ

| *รายการ* | *น้ำหนัก* | *เวลาในการทำอาหาร (นาที)* | *เคล็ดลับ* |
|---|---|---|---|
| **เนื้อแกะ** (หนา 2.5ซม./1นิ้ว) | 230 กรัม x 2 | 25-32 | -ทาน้ำมันหรือเนยเหลวระหว่างการทำอาหาร<br>-บางครั้งเนื้อบางชิ้นควรวางบนตะแกรงย่าง ชิ้นที่มีความหนาสามรถวางบนถาดย่าง<br>-ควรกลับด้านอาหารเมื่อผ่านไปประมาณครึ่งหนึ่งของเวลาที่ตั้งไว้<br>*ควรทำการกลับด้านอาหารบ่อยๆ |
| **ไส้กรอก** (หนา 2.5ซม./1นิ้ว) | 230 กรัม | 13-16 | |
| **เนื้อปลา** (หนา 1ซม.(1/2นิ้ว)) | 230 กรัม<br>230 กรัม | 17-21<br>20-24 | ทาเนยเหลวบนเนื้อปลา เมื่อเวลาผ่านไปประมาณช่วงหนึ่งของการทำอาหาร ให้ทำการกลับด้าน |

***คำแนะนำสำหรับการย่างเนื้อปลาและอาหารทะเล***

ทำการวางปลาและอาหารทะเลลงบนตะแกรง เนื้อปลาควรมีการเฉือนเป็นแนวทแยงทั้งสองด้านก่อนการย่าง ทาเนื้อปลาและอาหารทะเลด้วยเนยเหลว มาการีน หรือน้ำมันทั้งก่อนทำอาหารและระหว่างทำอาหาร ซึ่งจะช่วยลดการแห้งของเนื้อปลา เวลาที่ใช้ในการย่างแนะนำดังตารางด้านล่าง ทั้งเนื้อปลาและสเต็กปลาควรจะทำการกลับด้านเมื่อผ่านไปประมาณครึ่งหนึ่งของเวลาในการย่าง ในกรณีของเนื้อปลาที่มีความหนามากสามารถพลิกกลับได้อีกเช่นกัน

| *รายการ* | *น้ำหนัก* | *เวลาในการทำอาหาร (นาที)* | *เคล็ดลับ* |
|---|---|---|---|
| **สเต็กปลา** (หนา 2.5ซม./1นิ้ว) | 230 กรัม | 24-28 | ทาเนยเหลวบนเนื้อปลา เมื่อเวลาผ่านไปประมาณช่วงหนึ่งของการทำอาหาร ให้ทำการกลับด้าน |
| **ปลาทั้งตัว** | 225-350 กรัม<br>450 กรัม | 16-20<br>24-28 | สามารถเพิ่มเวลาในการย่างออกไปได้อีกขึ้นกับความหนาและความมันของปลา |
| **หอยสแกลลอบ**<br>**กุ้งสด** | 450 กรัม<br>450 กรัม | 16-20<br>16-20 | ทาน้ำมันหรือเนยเหลวระหว่างการทำอาหาร |

# *ข้อควรระวังเพื่อความปลอดภัย*

## อ่านอย่างละเอียดและเก็บไว้อ้างอิงในอนาคต

***คำเตือน***

*กรุณาตรวจสอบเวลาในการปรุงอาหาร ว่าท่านได้ตั้งเวลาไว้ถูกต้องแล้ว การตั้งเวลามากเกินไปอาจทำให้เกิดเพลิงไหม้และทำให้เตาไมโครเวฟเสียหายได้*

1. ไม่ควรพยายามปรับหรือซ่อมแซมใดๆ กับประตูเตา, แผงควบคุม, สวิตช์ป้องกันหรือส่วนประกอบอื่นๆ ของเตา ซึ่งอาจทำให้เกิดอันตรายกับผู้ที่ซ่อมแซม รวมทั้งผู้ที่นำฝาครอบป้องกันคลื่นไมโครเวฟออก ซึ่งอาจทำให้คลื่นไมโครเวฟแพร่กระจายออกมาได้ การซ่อมแซมเตาสามารถทำได้เฉพาะช่างผู้ชำนาญเท่านั้น
2. ไม่ควรใช้งานเตาไมโครเวฟเมื่อไม่ได้ใส่อะไรไว้ในเตา ท่านควรวางแก้วใส่น้ำไว้ในเตาไมโครเวฟเมื่อไม่ได้ใช้งาน น้ำในแก้วจะช่วยป้องกันอันตรายที่อาจเกิดขึ้นได้เมื่อเตาอบเริ่มทำงานโดยบังเอิญ
3. ไม่ควรทำผ้าให้แห้งโดยใส่ผ้าลงในเตาไมโครเวฟ เพราะอาจทำให้เกิดเพลิงไหม้ได้ถ้าผ้าได้รับความร้อนมากเกินไป
4. ไม่ควรปรุงอาหารที่ห่อด้วยกระดาษอเนกประสงค์ ยกเว้นทำตามคำอธิบายในตำราทำอาหาร
5. ไม่ควรใช้กระดาษหนังสือพิมพ์แทนกระดาษอเนกประสงค์ ซึ่งใช้สำหรับทำอาหาร
6. ไม่ควรใช้ภาชนะที่ผลิตจากไม้ ภาชนะเหล่านี้จะเกิดความร้อนและไหม้ได้ ไม่ควรใช้ภาชนะเซรามิคที่ประกอบด้วยโลหะ (เช่นทองหรือเงิน) ควรนำโลหะที่มัดอาหารออกก่อนทุกครั้ง วัตถุโลหะในเตาอาจทำให้เกิดประกายไฟ ซึ่งทำให้เตาเสียถาวรได้
7. ไม่ควรใช้เตากับผ้าเช็ดจาน, ผ้าเช็ดปากหรือสิ่งใดๆ ขวางระหว่างฝากับส่วนหน้าของเตาไมโครเวฟ เพราะอาจทำให้เกิดคลื่นไมโครเวฟรั่วออกมาได้
8. ไม่ควรใช้กระดาษรีไซเคิล ซึ่งกระดาษเหล่านี้อาจจะมีสารเจือปน และอาจทำให้เกิดประกายไฟและ/หรือเพลิงไหม้เมื่อใช้ปรุงอาหารได้
9. อย่านำถาดแก้วของไมโครเวฟไปล้างทันทีหลังจากการใช้งาน เพราะอาจทำให้เกิดการแตกหรือเสียหายได้
10. อาหารที่มีปริมาณน้อยจะใช้เวลาปรุงอาหารอย่างรวดเร็ว ถ้าใช้เวลาปกติจะทำให้เกิดความร้อนมากเกินไป และอาจทำให้อาหารไหม้หรือเกรียมได้
11. ควรวางเตาไมโครเวฟให้มีพื้นที่ด้านหน้าจากขอบพื้นผิวที่วางเตาอย่างน้อย 8 ซม./ไม่เกิน 22 ซม. หรือมากกว่าขอบด้านหลังของพื้นที่ที่วางเตาไมโครเวฟ เพื่อป้องกันเตาตกลงมา
12. แทงเปลือกมันฝรั่ง, แอปเปิล, ผักหรือผลไม้ต่างๆ ก่อนปรุงอาหาร
13. ห้ามต้มไข่ดิบหรือไข่สุกที่มีเปลือกหุ้มในเตาไมโครเวฟ เพราะอาจเกิดการระเบิดได้
14. ไม่ควรพยายามทอดอาหารที่ใช้น้ำมันมากๆ ในเตาไมโครเวฟของท่าน
15. แกะห่อพลาสติกออกจากอาหารก่อนปรุงหรือละลายน้ำแข็ง แต่การปรุงอาหารในบางครั้งควรห่ออาหารด้วยพลาสติกบางๆ ที่ใช้ปรุงอาหาร
16. ควรมีการตรวจสภาพของเตาไมโครเวฟอย่างสม่ำเสมอ ถ้าประตูหรือวัสดุกันรั่วของประตูชำรุดต้องไม่ใช้เตาไมโครเวฟจนกว่าจะได้รับการซ่อมให้เรียบร้อยจากบุคลากรที่ชำนาญงาน
17. ถ้ามีควันเกิดขึ้น ท่านควรปิดเตาไมโครเวฟหรือถอดปลั๊กไฟออกจากเต้าจ่ายไฟ และปิดประตูเตาไว้ เพื่อป้องกันไฟที่ไหม้ในเตาไมโครเวฟลามออกมา
18. ขณะปรุงอาหารที่บรรจุในภาชนะพลาสติกหรือกระดาษ ให้เฝ้าระวังที่เตาไมโครเวฟ เพราะอาจเกิดการจุดติดไฟ
19. ท่านสามารถให้เด็กๆ ใช้เตาไมโครเวฟด้วยตัวเอง เฉพาะเมื่อท่านได้ให้คำแนะนำที่ถูกต้อง ซึ่งทำให้เด็กสามารถใช้เตาได้อย่างถูกวิธี และเข้าใจถึงอันตรายของการใช้งานที่ผิดวิธีได้
20. ห้ามใช้งานกับของเหลวหรืออาหารอื่นที่บรรจุในภาชนะปิดผนึก เนื่องจากสิ่งเหล่านี้อาจเกิดระเบิดได้
21. การรักษาความสะอาดไม่ดีพอ อาจทำให้เกิดการเสื่อมของพื้นผิว ซึ่งเป็นผลเสียต่ออายุการใช้งานของเตาไมโครเวฟและเป็นผลให้เกิดสภาพที่เสี่ยงอันตรายได้

# *ข้อควรระวังเพื่อความปลอดภัย*

## อ่านข้อมูลนี้อย่างละเอียดและเก็บข้อมูลนี้ไว้เพื่อใช้อ้างอิงในอนาคต

22 ตรวจสอบภาชนะว่าสามารถใช้กับเตาไมโครเวฟ ได้ ก่อนนำภาชนะไปปรุงอาหารในเตา

23 ไม่ควรสัมผัสประตูเตา, ภายนอกเตา, ด้านหลังเตา , ช่องระบายอากาศบนเตา อุปกรณ์ต่างๆ และจาน เมื่ออยู่ในรูปแบบการย่างอาหาร, การอบอาหารด้วยอุณหภูมิคงที่และการปรุงอาหารอัตโนมัติ นอกจากท่านจะใส่ถุงมืออย่างหนา เพราะส่วนต่างๆ เหล่านี้จะร้อนมากก่อนสัมผัสอุปกรณ์ ควรตรวจสอบว่าอุปกรณ์ต่างๆ เย็นลงแล้ว

24 ใช้เฉพาะภาชนะซึ่งเหมาะสำหรับใช้กับเตาไมโครเวฟเท่านั้น

25 เมื่ออุ่นอาหารในภาชนะพลาสติกหรือภาชนะกระดาษ ควรเฝ้าดูเตาตลอดเวลา เนื่องจากภาชนะเหล่านี้อาจติดไฟได้

26 ถ้ามีควันเกิดขึ้นท่านควรปิดเตาไมโครเวฟ หรือถอดปลั๊กไฟออกจากเต้าจ่ายไฟ และปิดประตูเตาไมโครเวฟ ไว้เพื่อป้องกันไฟที่ไหม้ในเตาไมโครเวฟลามออกมา

27 การทำเครื่องดื่มให้ร้อนขึ้นโดยใช้คลื่นไมโครเวฟ อาจส่งผลให้น้ำเดือดพุ่งขึ้นมาได้ ดังนั้นควรระมัดระวังเมื่อถือภาชนะของเครื่องดื่ม

28 ควรเขย่าหรือคนอาหารในขวดนมและกระปุกอาหารสำหรับเด็กทารก และตรวจสอบอุณหภูมิของอาหาร ก่อนรับประทานเพื่อป้องกันอาหารลวกปากและลิ้น

29 ไม่ควรอบไข่ในเปลือกหรืออุ่นไข่ต้มสุกด้วยเตาไมโครเวฟ เพราะไข่อาจระเบิดได้ ถึงแม้เตาไมโครเวฟ จะหยุดส่งคลื่นไมโครเวฟแล้วก็ตาม

30 ควรรักษาความสะอาดในบริเวณฝาผนึกประตูเตาไมโครเวฟ , ช่องระบายอากาศบนเตาไมโครเวฟ และส่วนที่ใกล้เคียงอยู่เสมอ

31 ควรเช็ดทำความสะอาดเตาไมโครเวฟ และเศษอาหารที่เหลืออยู่ในเตาไมโครเวฟ เป็นประจำ

32 การดูแลรักษาทำความสะอาดเตาไมโครเวฟที่ผิดวิธี อาจทำให้พื้นผิวของเตาเสียหายและส่งผลต่ออายุในการใช้งานของเตาอีกด้วย และอาจทำให้เกิดเหตุการณ์ที่อันตรายขึ้นได้

33 ใช้เฉพาะเครื่องทดสอบอุณหภูมิที่แนะนำให้ใช้กับเตาไมโครเวฟ นี้เท่านั้น (สำหรับอุปกรณ์ซึ่งใช้งาน เครื่องทดสอบอุณหภูมิได้อย่างสะดวก)

34 ระหว่างใช้งานเตาไมโครเวฟ ถ้าอุปกรณ์เสริมสำหรับทำความร้อนที่จัดมาให้ร้อนขึ้น ควรหลีกเลี่ยง ที่จะสัมผัสอุปกรณ์เหล่านี้ภายในเตา

35 อุปกรณ์นี้ไม่ได้ผลิตขึ้นมาเพื่อให้เด็กเล็ก และบุคคลทุพพลภาพใช้งานโดยไม่ได้รับการดูแล

36 เตาไมโครเวฟจะต้องทำงานโดยเปิดฝาประดับไว้

37 การเชื่อมต่อนี้สามารถกระทำได้โดยใช้ปลั๊กแบบเสียบต่อ หรือติดตั้งสวิทช์โดยเดินสายไฟถาวรให้เป็นไปตามมาตรฐาน การเดินสายไฟ

38 อย่าใช้อุปกรณ์ทำความสะอาดที่มีผิวหยาบ หรือเครื่องขัดโลหะที่มีความคมในการทำความสะอาดกระจก ฝาเตาไมโครเวฟ เพราะจะทำให้เกิดการถลอกที่พื้นผิว ซึ่งอาจจะทำให้กระจกแตกได้

39 เครื่องใช้ไฟฟ้าชิ้นนี้ไม่เหมาะสำหรับเด็กเล็ก หรือบุคคลซึ่งไม่มีความพร้อมทางร่างกาย ความรู้สึก หรือสภาพจิตใจ หรือขาดประสบการณ์และความรู้ นอกจากพวกเขาจะได้รับการควบคุมดูแลหรือคำแนะนำในการใช้เครื่องจากผู้ที่มีความรู้และเชี่ยวชาญในการใช้อุปกรณ์

⚠ **คำเตือน** : ถ้าประตูเตาไมโครเวฟและฝาผนึกประตูเตาเสีย ท่านจะไม่สามารถใช้งานเตาได้จนกว่าฝาประตูจะถูกซ่อมแซมโดยช่างผู้ชำนาญ

⚠ **คำเตือน** : ไม่ควรพยายามปรับหรือซ่อมแซมใดๆ กับประตูเตาไมโครเวฟ , แผงควบคุม, สวิตช์ป้องกันหรือส่วนประกอบอื่นๆ ของเตา ซึ่งอาจทำให้เกิดอันตรายกับผู้ที่ซ่อมแซมรวมทั้งผู้ที่นำฝาครอบป้องกันคลื่นไมโครเวฟออก ซึ่งอาจทำให้คลื่นไมโครเวฟแพร่กระจายออกมาได้ การซ่อมแซมเตาสามารถทำได้เฉพาะช่างผู้ชำนาญเท่านั้น

⚠ **คำเตือน** : ของเหลวหรืออาหารบางชนิดไม่ควรอุ่นในภาชนะที่ปิดฝา ซึ่งอาจทำให้เกิดแรงอัดและทำให้อาหารหกกระจายได้

⚠ **คำเตือน** : ท่านสามารถปล่อยให้เด็กๆ ใช้เตาไมโครเวฟ ด้วยตัวเองเฉพาะเมื่อท่านได้ให้คำแนะนำที่ถูกต้อง ซึ่งทำให้เด็กสามารถใช้เตาไมโครเวฟ ได้อย่างถูกวิธีและเข้าใจถึงอันตรายของการใช้งานที่ผิดวิธีได้

⚠ **คำเตือน** : ชิ้นส่วนบางอย่างที่สามารถเข้าถึงได้อาจจะร้อนในระหว่างการใช้งาน อย่าให้เด็กๆเข้าใกล้

# *ภาชนะที่สามารถใช้กับ*
# เตาไมโครเวฟได้

**ไม่ควรใช้ภาชนะโลหะหรือภาชนะที่มีขอบโลหะในเตาไมโครเวฟของท่าน**

คลื่นไมโครเวฟไม่สามารถทะลุผ่านโลหะได้ คลื่นไมโครเวฟจะสะท้อนกลับเมื่อโดนวัตถุโลหะภายในเตาไมโครเวฟ ซึ่งทำให้เกิดประกายไฟที่เหมือนกับฟ้าแลบ

ภาชนะซึ่งไม่ใช่โลหะส่วนใหญ่ที่สามารถทนต่อความร้อนได้ ปลอดภัยสำหรับใช้ในเตาไมโครเวฟของท่าน แต่อย่างไรก็ตามบางภาชนะอาจจะผสมด้วยโลหะบางชนิด ซึ่งไม่เหมาะสมในการใช้กับเตาไมโครเวฟ ถ้าท่านมีข้อสงสัยเกี่ยวกับการใช้ภาชนะบรรจุอาหาร ท่านสามารถรู้ได้อย่างง่ายดาย ว่าภาชนะไหนปลอดภัยสำหรับใช้ในเตาไมโครเวฟของท่าน

โดยการวางภาชนะที่ท่านต้องการรู้ ว่าใช้กับเตาไมโครเวฟได้หรือไม่ ลงในถ้วยแก้วที่เติมน้ำไว้แล้ววางถ้วยแก้วลงในเตาไมโครเวฟ ตั้งเตาไมโครเวฟ 1 นาทีด้วยระดับไฟที่ HIGH ถ้าน้ำร้อนขึ้นแต่ภาชนะที่ทดสอบนั้นยังคงเย็นอยู่ แสดงว่าภาชนะนั้นสามารถใช้กับเตาไมโครเวฟได้ แต่ถ้าอุณหภูมิของน้ำไม่เปลี่ยนแปลงและภาชนะที่ทดสอบร้อนขึ้น แสดงว่าภาชนะนั้นไม่สามารถใช้กับเตาไมโครเวฟได้ ท่านสามารถใช้อุปกรณ์ภายในครัวของท่านกับเตาไมโครเวฟได้ อ่านข้อมูลที่แสดงในด้านล่างนี้เพื่อตรวจสอบว่าท่านสามารถใช้ภาชนะชนิดใดกับเตาไมโครเวฟของท่านได้

**จานอาหารค่ำ**

ภาชนะสำหรับอาหารค่ำหลายชนิดเป็นภาชนะที่สามารถใช้กับเตาไมโครเวฟได้ ถ้าท่านมีข้อสงสัยใดๆ กรุณาปรึกษาผู้ผลิต หรือทำการทดสอบภาชนะตามวิธีที่แสดงในด้านบน

**ภาชนะแก้ว**

ภาชนะแก้วสามารถทนต่อความร้อนได้ ซึ่งปลอดภัยสำหรับใช้ในเตาไมโครเวฟของท่านรวมทั้งภาชนะแก้วหลอมทุกยี่ห้อ แต่อย่างไรก็ตาม ไม่ควรใช้ภาชนะแก้วที่แตกได้ง่าย เช่น แก้วไวน์ ซึ่งอาจจะแตกเมื่ออาหารอุ่นขึ้น

**ภาชนะพลาสติกสำหรับเก็บอาหาร**

ภาชนะชนิดนี้สามารถใส่อาหารที่ใช้เวลาสั้นๆ ในการอุ่นได้ แต่ไม่ควรใช้เมื่อต้องการปรุงอาหารในเตาไมโครเวฟเป็นเวลานาน 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 หรือประกอบด้วยเหล็กไม่เหมาะสมสำหรับใช้กับเตาไมโครเวฟ**

**ท่านควรทดสอบภาชนะก่อน เพื่อความมั่นใจว่าท่านสามารถใช้ภาชนะนี้กับเตาไมโครเวฟของท่านได้**

# *ลักษณะเฉพาะของอาหารและ*
# การปรุงอาหารด้วยไมโครเวฟ

## ควรมองเตาไมโครเวฟอยู่เสมอ

วิธีการปรุงอาหารในคู่มือเล่มนี้คือสูตรการปรุงอาหารอย่างละเอียด แต่โดยขึ้นอยู่กับวิธีในการเตรียมอาหารและคอยดูแลอาหารระหว่างการปรุง จึงจะได้อาหารที่มีรูปร่างสวยงามและมีรสชาติดีเยี่ยม ท่านควรมองอาหารระหว่างปรุงตลอดเวลา เตาไมโครเวฟของท่านประกอบด้วยระบบไฟอัตโนมัติ ซึ่งจะเปิดขึ้นเมื่อเตาไมโครเวฟทำงาน และทำให้ท่านมองเห็นภายในเตาไมโครเวฟและตรวจสอบอาหารของท่านได้ ขอแนะนำให้ท่านคนอาหารและใช้ไฟในระยะเวลาสั้นๆ ก่อน ถ้าอาหารสุกไม่เท่ากัน ท่านจึงค่อยๆ ปรับระดับไฟ

## ปัจจัยที่ส่งผลต่อเวลาในการปรุงอาหาร

มีหลายสาเหตุที่ทำให้เกิดผลต่อเวลาในการปรุงอาหาร อุณหภูมิของส่วนผสมที่ใช้ในการปรุงอาหารจะทำให้เวลาในการปรุงอาหารแตกต่างกันมาก เช่น เค้กที่ทำด้วยเนยแข็งแช่แข็ง, นม, ไข่จะใช้เวลาในการอบมากกว่าเค้กที่ใช้ส่วนผสมที่มีอุณหภูมิปกติ การปรุงอาหารในคู่มือการใช้งานเล่มนี้จะใช้ช่วงเวลาในการปรุงอาหารแตกต่างกันไป โดยปกติท่านจะพบว่าอาหารยังไม่สุก เมื่อปรุงอาหารตามเวลาที่แนะนำไว้ และในบางครั้งอาหารของท่านต้องใช้เวลาสูงสุดที่แนะนำในการปรุงอาหาร กลุ่มนักวิทยาศาสตร์ของคู่มือการใช้งานเล่มนี้มั่นใจว่าเวลาในการปรุงอาหารที่แนะนำนั้นเหมาะสมที่สุด การปรุงอาหารบางชนิด โดยเฉพาะขนมปัง, เค้กและขนมคัสตาร์ด ขอแนะนำว่าควรนำอาหารออกจากเตาไมโครเวฟในขณะที่อาหารยังไม่ค่อยสุก สิ่งนี้ไม่ใช่การแนะนำที่ผิด เมื่อนำอาหารออกมาวางพักทิ้งไว้ข้างนอก ความร้อนภายในอาหารก็จะปรุงอาหารอย่างต่อเนื่อง จนกระทั่งอาหารสุกทั่วทั้งหมด ถ้าปล่อยอาหารทิ้งไว้ในเตาไมโครเวฟจนสุกหมด ส่วนภายนอกของอาหารก็จะไหม้เกรียม ท่านจะต้องกะทั้งเวลาในการปรุงอาหาร และเวลาวางพักทิ้งไว้เองตามชนิดของอาหารที่แตกต่างกัน

## ความหนาแน่นของอาหาร

อาหารที่นุ่มและเต็มไปด้วยรู เช่น เค้กและขนมปังจะใช้เวลาในการปรุงอาหารเร็วกว่าอาหารที่หนาทึบ เช่น อาหารย่างและอบ ท่านต้องคอยดูอาหารในระหว่างที่ปรุงอาหารในเตาไมโครเวฟ เพราะภายนอกของอาหารอาจจะแห้งและกรอบได้

## ส่วนที่สูงสุดของอาหาร

ส่วนที่สูงสุดของอาหารที่มีความสูง โดยเฉพาะอาหารย่างจะสุกเร็วกว่าส่วนที่อยู่ด้านล่าง ดังนั้นจึงขอแนะนำให้ท่านกลับอาหารระหว่างปรุงหลายๆ ครั้ง

## ไอน้ำของอาหาร

เมื่อความร้อนจากคลื่นไมโครเวฟแพร่ออกมาจะทำให้เกิดไอน้ำ อาหารที่แห้ง เช่น อาหารย่างและผักบางชนิดควรพรมน้ำให้เปียกก่อน หรือหาอะไรมาห่อไว้ก่อนนำเข้าเตาไมโครเวฟ เพื่อรักษาความชื้นไว้

## กระดูกและอาหารที่มีไขมันมาก

กระดูกจะนำความร้อน และอาหารที่มีไขมันมากจะสุกเร็วกว่าเนื้อ ควรระมัดระวังเมื่อปรุงเนื้อที่มีกระดูกหรือมัน ซึ่งอาหารจะสุกไม่เท่ากัน และไม่ควรปล่อยให้อาหารไหม้

## ปริมาณของอาหาร

จำนวนคลื่นไมโครเวฟในเตาไมโครเวฟของท่านจะคงที่ ถึงแม้อาหารในเตาไมโครเวฟจะมีปริมาณมากน้อยแค่ไหนก็ตาม ดังนั้นถ้าท่านใส่อาหารในเตาไมโครเวฟมาก ท่านก็ควรเพิ่มเวลาในการปรุงอาหารให้มากขึ้น เมื่อท่านปรุงอาหารที่มีปริมาณเพียงครึ่งเดียว ควรลดเวลาในการปรุงอาหารลงอย่างน้อย 1/3 ของเวลาทั้งหมด

## รูปร่างของอาหาร

คลื่นไมโครเวฟสามารถทะลุเข้าไปในอาหารได้ประมาณ 2.5 ซม. ด้านในของอาหารที่หนาจึงสุกช้ากว่าด้านนอก ซึ่งความร้อนภายนอกจะแพร่เข้าไปภายใน เฉพาะด้านนอกของอาหารเท่านั้นที่สุกโดยคลื่นไมโครเวฟ ส่วนที่เหลือของอาหารจะสุกโดยการถ่ายความร้อน อาหารที่เป็นรูปสี่เหลี่ยมหนาๆ ไม่เหมาะสำหรับปรุงในเตาไมโครเวฟ เพราะมุมของอาหารจะไหม้ก่อนที่ข้างในจะเริ่มร้อน อาหารที่เป็นรูปวงกลมและบางเหมาะสำหรับปรุงในเตาไมโครเวฟ เนื่องจากอาหารจะสุกได้ง่ายกกว่า

## การปิดฝา

การห่ออาหารจะช่วยเก็บความชื้นในอาหาร, ช่วยลดเวลาในการปรุงอาหารและลดการกระเด็น ควรใช้ฝาหรือแผ่นฟิล์มติดที่มุมด้านหลังเพื่อป้องกันการแตกของอาหาร

## การอบสีน้ำตาล

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

## การห่อด้วยกระดาษป้องกันน้ำมัน

กระดาษป้องกันน้ำมันจะช่วยป้องกันการกระเด็น และยังช่วยคงความร้อนของอาหาร แต่กระดาษนี้ไม่แน่นหนาเท่ากับการใช้ฝาปิด จึงมีผลทำให้อาหารแห้งเล็กน้อย

## การเรียงและการเว้นระยะ

อาหารบางชนิด เช่น การอบมันฝรั่ง, เค้กชิ้นเล็กๆ และออเดิร์ฟจะร้อนเท่ากัน ถ้าวางอาหารแต่ละชิ้นในเตาไมโครเวฟในระยะห่างที่เท่ากัน ท่านอาจจะวางเรียงเป็นวงกลมก็ได้ แต่ไม่ควรวางอาหารซ้อนทับกัน

# *ลักษณะเฉพาะของอาหารและ*
# การปรุงอาหารด้วยไมโครเวฟ

**การคน**

การคนเป็นเทคนิคที่สำคัญมากที่สุดในการใช้เตาไมโครเวฟ ในการปรุงอาหารทั่วไป การคนเป็นการผสมอาหารให้เข้ากัน แต่ในการปรุงอาหารโดยใช้เตาไมโครเวฟ การคนเป็นการแพร่และกระจายความร้อน ควรคนจากด้านนอกเข้าหาจุดศูนย์กลาง เพราะด้านนอกจะร้อนก่อนจุดศูนย์กลาง

**การพลิกอาหาร**

การย่างอาหารที่ใหญ่และยาว เช่น ไก่ทั้งตัว ท่านควรพลิกไก่กลับด้านเพื่อที่ไก่จะได้สุกสม่ำเสมอทั้งด้านบนและด้านล่าง ท่านอาจจะตัดไก่ออกเป็นชิ้นก็ได้

**วางส่วนที่หนาที่สุดไว้ด้านนอก**

คลื่นไมโครเวฟจะโดนส่วนที่อยู่ด้านนอกของอาหารมาก ดังนั้นท่านควรวางส่วนที่หนาที่สุดของเนื้อสัตว์, สัตว์ปีกและปลาไว้ด้านนอกขอบจาน ซึ่งจะทำให้อาหารสุกเท่ากันทั้งหมด

**การห่ออาหาร**

ห่อกระดาษฟอยด์ (ที่กั้นคลื่นไมโครเวฟ) ไว้ที่มุมหรือขอบเหลี่ยมของอาหาร เพื่อป้องกันอาหารส่วนนั้นไหม้เกรียม ไม่ควรใช้กระดาษฟอยด์มากเกินไป และตรวจสอบว่ากระดาษฟอยด์ติดอยู่กับจาน มิฉะนั้นอาจเกิดประกายไฟในเตาไมโครเวฟได้

**การยกอาหาร**

อาหารที่หนาควรวางให้สูง ซึ่งจะทำให้คลื่นไมโครเวฟผ่านด้านล่างและศูนย์กลางของอาหารได้

**การแทงอาหารให้เป็นรู**

อาหารที่มีเปลือกหรือเยื่อหุ้มมักจะปะทุในเตาไมโครเวฟ นอกจากอาหารเหล่านี้จะถูกแทงให้เป็นรูรอบๆ เช่น ไข่แดงและไข่ขาว, หอยกาบ, หอยนางรมและผักผลไม้ทุกชนิด

**การทดสอบอาหาร**

อาหารที่ปรุงในไมโครเวฟจะสุกอย่างรวดเร็ว ท่านควรทดสอบความสุกของอาหารบ่อยๆ อาหารบางชนิดควรปล่อยทิ้งไว้ในเตาไมโครเวฟจนเสร็จ แต่อาหารส่วนมากรวมทั้งเนื้อสัตว์และสัตว์ปีกสามารถนำออกจากเตาไมโครเวฟและปล่อยไว้ข้างนอกจนสุกได้ อุณหภูมิภายในของอาหารระหว่างวางพักทิ้งไว้จะเพิ่มขึ้นประมาณ 5˚F (3˚C) ถึง 15˚F (8˚C)

**การพักอาหาร**

หลังจากนำอาหารออกจากเตาไมโครเวฟ ท่านควรวางอาหารพักทิ้งไว้ประมาณ 3 ถึง 10 นาที อาหารโดยส่วนมากจะยังคงร้อนอยู่ระหว่างที่วางทิ้งไว้ ยกเว้นอาหารบางชนิดที่ต้องการให้เนื้อของอาหารแห้ง (เช่น เค้กและบิสกิตบางชนิด) การวางอาหารพักทิ้งไว้จะทำให้การปรุงเสร็จสิ้น และยังช่วยให้รสชาติของอาหารกลมกลืนและดีขึ้น

## *การทำความสะอาดเตาไมโครเวฟของท่าน*

**1 รักษาความสะอาดภายในเตาไมโครเวฟอยู่เสมอ**

ขอแนะนำให้ท่านทำความสะอาดเศษอาหารและของเหลวที่หกออกมาด้วยผ้าชุบน้ำทันที ใช้ผ้าชุบน้ำเช็ดเศษอาหารระหว่างประตูเตาไมโครเวฟและโครงฝา เศษอาหารหรือน้ำที่ล้นออกมาจะดูดคลื่นไมโครเวฟและเพิ่มเวลาในการปรุงอาหารให้มากขึ้น พื้นที่บริเวณประตูเตาไมโครเวฟและโครงฝาควรสะอาดอยู่เสมอ ซึ่งจะทำให้ท่านสามารถปิดประตูเตาไมโครเวฟได้แน่น เช็ดคราบน้ำมันที่กระเด็นด้วยผ้าชุบน้ำสบู่และผ้าแห้ง ไม่ควรใช้ผงซักฟอกหรือน้ำยาทำความสะอาดที่กัดกร่อนได้ ท่านสามารถล้างถาดแก้วด้วยตัวท่านเอง หรือใช้เครื่องล้างจานก็ได้

**2 รักษาความสะอาดภายนอกเตาไมโครเวฟอยู่เสมอ**

ทำความสะอาดด้านนอกเตาไมโครเวฟด้วยน้ำสบู่และน้ำ แล้วเช็ดน้ำให้แห้งด้วยผ้าแห้งหรือผ้าขนหนู ไม่ควรปล่อยให้น้ำไหลลงในช่องระบายอากาศเพื่อป้องกันส่วนประกอบภายในเตาไมโครเวฟเสียหาย เปิดประตูเตาไมโครเวฟเมื่อทำความสะอาดแผงควบคุม เพื่อป้องกันเตาไมโครเวฟทำงานโดยบังเอิญ เช็ดแผงควบคุมด้วยผ้าชุบน้ำแล้วใช้ผ้าแห้งเช็ดซ้ำอีกที กดปุ่ม **STOP/CLEAR** หลังจากทำความสะอาดเสร็จแล้ว

3 ถ้ามีไอน้ำเกาะอยู่ด้านในหรือรอบๆ ด้านนอกของประตูเตาไมโครเวฟ ควรเช็ดแผงควบคุมด้วยผ้านุ่มๆ สิ่งนี้จะเกิดขึ้นเมื่อเตาไมโครเวฟทำงานภายใต้สภาพแวดล้อมที่มีความชื้นสูง และสิ่งนี้ไม่ได้หมายความว่าเตาไมโครเวฟทำงานผิดปกติ

4 ควรทำความสะอาดประตูและฝาผนึกเตาไมโครเวฟอยู่เสมอ โดยใช้น้ำอุ่น, น้ำสบู่, น้ำสะอาด แล้วใช้ผ้าแห้งเช็ดซ้ำ

ไม่ควรใช้วัตถุกัดกร่อน เช่น ผงทำความสะอาดหรือแผ่นเหล็กและแผ่นพลาสติก

ขอแนะนำให้ท่านทำความสะอาดเตาไมโครเวฟเป็นประจำ

**Q ทำไมไฟในเตาไมโครเวฟถึงไม่สว่าง?**

**A อาจมีสาเหตุมาจากหลอดไฟแตกหรือท่านปิดประตูเตาไมโครเวฟไม่สนิท**

**Q คลื่นไมโครเวฟสามารถทะลุผ่านจอบนฝาประตูได้หรือไม่?**

**A ไม่ได้ คลื่นไมโครเวฟไม่สามารถทะลุผ่านจอบนฝาประตูได้**

**Q ทำไมถึงได้ยินเสียงบี๊พ เมื่อกดปุ่มบนแผงควบคุม?**

**A เสียงบี๊พดังขึ้น เพื่อยืนยันการทำงานที่ท่านเลือก**

**Q เตาไมโครเวฟจะเสียหรือไม่ ถ้าใช้งานโดยไม่มีอะไรอยู่ข้างในเตาไมโครเวฟ?**

**A เสียหาย ไม่ควรใช้งานเตาไมโครเวฟถ้าไม่ได้ใส่อาหารไว้ข้างใน หรือใช้เตาไมโครเวฟโดยไม่มีถาดแก้ว**

**Q ทำไมบางครั้งไข่ถึงแตก?**

**A เมื่ออบ, ทอดหรือต้มไข่ ไข่แดงอาจจะแตกเนื่องจากไอน้ำที่เกิดขึ้นภายในไข่แดง เพื่อป้องกันท่านควรทิ่มไข่แดงให้แตกก่อนปรุง ไม่ควรปรุงไข่ที่อยู่ในเปลือก**

**Q ทำไมถึงแนะนำให้วางอาหารพักทิ้งไว้ หลังจากปรุงอาหารด้วยเตาไมโครเวฟเสร็จแล้ว?**

**A หลังจากปรุงอาหารด้วยเตาไมโครเวฟเสร็จแล้ว ท่านควรวางอาหารพักทิ้งไว้ชั่วครู่หนึ่ง ซึ่งจะทำให้อาหารสุกทั่วทั้งหมด เวลาในการวางอาหารพักทิ้งไว้จะขึ้นอยู่กับความหนาแน่นของอาหาร**

**Q สามารถทำข้าวโพดคั่วในเตาไมโครเวฟได้หรือไม่?**

A ได้ ท่านสามารถทำข้าวโพดคั่วได้โดย ปฏิบัติตามวิธีใดวิธีหนึ่งต่อไปนี้

1 ใช้ภาชนะในการทำข้าวโพดคั่ว ซึ่งออกแบบมาให้ใช้กับเตาไมโครเวฟโดยเฉพาะ

2 ใช้ข้าวโพดคั่วที่บรรจุอยู่ในซอง ซึ่งสามารถใช้ในเตาไมโครเวฟได้เลย ข้าวโพดคั่วที่บรรจุมาแล้วจะมีเวลาในการอบและระดับไฟที่เหมาะสม

ปฏิบัติตามคำแนะนำของบริษัทผู้ผลิตข้าวโพดคั่ว ไม่ควรปล่อยเตาไมโครเวฟทิ้งไว้ในขณะที่ข้าวโพดคั่วเริ่มกระเด็น เมื่อข้าวโพดคั่วเริ่มกระเด็น หลังจากผ่านเวลาที่แนะนำไว้ ท่านควรหยุดการทำข้าวโพดคั่ว ถ้าข้าวโพดคั่วได้รับความร้อนมากเกินไป จะทำให้ข้าวโพดติดไฟได้

## ข้อควรระวัง

ไม่ควรใช้ถุงกระดาษสีน้ำตาลในการทำข้าวโพดคั่ว ไม่ควรพยายามนำเม็ดข้าวโพดคั่วที่เหลือมาทำข้าวโพดคั่วอีกครั้งหนึ่ง

**Q ทำไมเตาไมโครเวฟของฉันถึงได้ทำงานเร็วกว่าเวลาที่อธิบายไว้ในคู่มือ?**

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

| | MH6349B |
|---|---|
| กำลังไฟฟ้าที่รับเข้าเครื่อง | 220 V~ 50 Hz |
| กำลังไฟฟ้าที่จ่ายออก | 800 วัตต์ (ระดับมาตรฐาน IEC60705) |
| ความถี่คลื่นไมโครเวฟ | 2,450 MHz |
| ขนาดภายนอก (ก X ย X ส) | 485 X 396 X 280 มิลลิเมตร |
| การใช้คลื่นไมโครเวฟ | 1,200 วัตต์ |
| การย่างอาหาร | 1,100 วัตต์ |
| การทำงาน 2 รูปแบบรวมกัน | สูงสุด 2,250 วัตต์ |

LG

Life's Good

P/No : MFL41073815