



# MANUAL DE INSTRUCCIONES

## HORNO MICROONDAS CON GRILL

MB-308DD

POR FAVOR LEA ESTE MANUAL CUIDADOSAMENTE  
ANTES DE OPERARLO.

# PRECAUCIONES PARA EVITAR LA POSIBLE EXPOSICION A LA ENERGIA DEL MICROONDAS

No intente operar este horno con la puerta abierta pues puede usted exponerse a la energia de microondas. Es importante seguir las normas de seguridad.

No coloque ningun objeto entre el frente de la unidad y la puerta del horno ni permita que se acumule suciedad o residuos de limpiadores en las superficies selladoras.

No opere este horno si esta dañado. Es particularmente importante que el horno funcione con la puerta cerrada.

El mantenimiento y servicio de este horno microondas debe ser realizado solo por personal tecnico calificado.

## PRECAUCION

Asegurese que se fijen los tiempos de coccion correctos . Ajustes incorrecctos quemarian los alimentos y podrian causar un incendio y daños en su microondas.

## PRECAUCION

Cuando caliente liquidos, por ejemplo sopas, salsas y bebidas en su horno microondas, el sobrecalentamiento de liquidos mas alla del punto de ebullicion puede causar burbujas sin ser notado desde el exterior.

Esto podria resultar en un ebullicion repentina del liquido caliente.

Para prevenir esta posibilidad siga los siguientes pasos:

1. Evite usar recipientes rectos con cuellos angosto.
2. No lo sobrecaliente.
3. Vierta el liquido antes de colocar el recipientes en el horno y luego parcialmente midiendo el tiempo de coccion.
4. Despues de calentado, dejelo en el horno por un lapso de tiempo, vierta o muevalo luego cuidadosamente revise su temperatura y enseguida antes de consumir evite quemarse (especialmente, el contenido de alimentos embotellados y mamaderas).

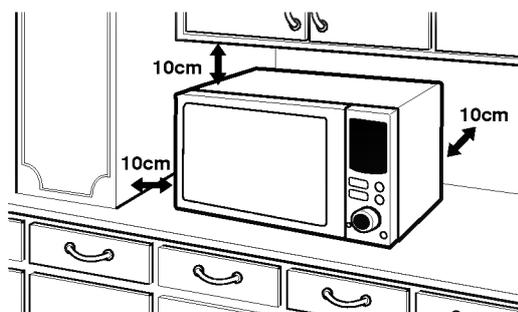
# INDICE

3-5	INSTALACION
6-7	INTRODUCCION
8	GUIA PARA USO DE UTENSILIOS DE MICROONDAS
9	PARTES Y ACCESORIOS
10	PANEL DE CONTROL
11-15	OPERACIONES MANUALES
16	INSTRUCCIONES GENERALES PARA COCINAR CARNES
17	INSTRUCCIONES GENERALES PARA COCINAR AVES
18	INSTRUCCIONES GENERALES PARA PESCADO
19	RECALENTAMIENTO
20	OTRAS INSTRUCCIONES DE AYUDA
21	PRECAUCIONES
22	PREGUNTAS Y RESPUESTAS
23	ESPECIFICACIONES TECNICAS

## INSTALACION

### Tres simples pasos para instalar su horno microondas :

1. Retire el horno y accesorios de la caja de empaque
2. Instale el horno en un area plana y firme , dejando espacios de 10 cm alrededor ( partes superiores, laterales y traseras ) , para asegurar una buena ventilacion. No permita que se obstaculice la ventilacion alrededor del horno.
3. Conecte el horno a una fuente de poder compatible con el voltaje del horno. Este toma debe ser exclusiva para uso del horno. La fuente electrica debe tener un amperaje de 15 amperios.



## A. INSTRUCCIONES PARA CONEXION A TIERRA

Este aparato tiene que ser debidamente conectado a tierra. En el caso de un cortocircuito eléctrico, el hecho de estar conectado a tierra reduce el riesgo de choque eléctrico al proporcionar un cable de escape para la energía eléctrica.

Este aparato está dotado de un cordón con enchufe (uno de los cuales para conexión a tierra), para minimizar la posibilidad de que este aparato produzca un choque eléctrico.

Este enchufe debe ser conectado en un tomacorriente que esté debidamente instalado y conectado a tierra.

**CUIDADO-**El uso inapropiado de la clavija de tierra puede resultar en choque eléctrico.

El usuario hará bien en consultar con un electricista idóneo si estas instrucciones sobre conexión a tierra no han sido suficientemente comprendidas o si persiste alguna duda sobre como se puede conectar esta unidad a tierra.

**CUIDADO:** Enchufar el adaptador terminal de tierra al tomacorriente de la pared no produce la conexión a tierra salvo que el tornillo que sostiene la tapa del receptáculo sea de metal, no aislado, y el tomacorriente de la pared esté conectado a tierra por medio del sistema de alambrado de la casa o edificio.

- En situaciones donde el cordón eléctrico del aparato ha de ser desconectado frecuentemente, no use un adaptador de enchufe pues el desconectar el cordón eléctrico causa presión indebida sobre el adaptador y eventualmente conduce a anular su utilidad.

### NOTAS:

1. Un cordón eléctrico corto se proporciona junto con esta unidad con el fin de reducir el riesgo de que alguien se enrede con el mismo o se tropiece con un cordón mas largo.
2. Cordones apropiados mas largos están disponibles pero se deben usar con el debido cuidado.
3. Si se llegara a usar un cordón mas largo,
  - (1) la capacidad eléctrica del cordón debe ser por lo menos igual a la de la capacidad del aparato.
  - (2) el cordón que resulte largo debe ser acomodado de manera que no caiga a los lados de la mesa donde esté el aparato donde pueda ser tirado por niños o causar tropiezos accidentales.

## B. CIRCUITOS

Por razones de seguridad, este horno debe ser conectado a un circuito de 15 amperes. NINGUN otro artefacto debe de estar conectado al mismo circuito. En caso de duda, consulte con un electricista calificado.

## C. PREVENCIÓN SOBRE VOLTAJE

El voltaje del tomacorriente debe ser el mismo que se ha especificado en la plaqueta de serie que está situada en la parte trasera del aparato o al lado del panel de control del horno. El uso de voltajes superiores puede ser peligroso y causar incendios u otros tipos de accidentes que resulten, causando daños al horno.

El voltaje insuficiente, por otra parte, puede resultar en cocción de mayor lentitud. En caso de que su horno de microondas no esté funcionando con normalidad estando en orden lo relacionado con la fuente de energía de Corriente Alterna y con el voltaje, desconecte el cordón y vuelva a conectarlo.

## D. UBICACION DEL HORNO.

Su horno de microondas puede ser fácilmente instalado en su cocina, el cuarto de estar de la familia o en cualquier otra habitación de la casa.

Coloque el horno sobre una superficie plana como el aparador de la cocina o sobre un carrito especialmente diseñado para uso con hornos de microondas. Jamás lo coloque encima de una cocina o estufa de gas o eléctrica. Es importante que el aire pueda fluir alrededor del horno.

## E. NO BLOQUEE LOS CONDUCTOS DE AIRE

Todas las salidas de aire deben mantenerse libres de obstrucción durante la función de cocina. Si las salidas están cubiertas durante la operación del horno, éste puede sobrecalentarse. En este caso, un sensible dispositivo de seguridad automáticamente apaga el horno. El horno quedará impedido de funcionar hasta que se haya enfriado suficientemente.

## F. INTERFERENCIA DE RADIO

1. La operación del horno de microondas puede causar interferencias en la recepción de radio, televisor o equipos similares.
2. Cuando haya interferencia, ésta puede ser reducida o eliminada adoptando las siguientes medidas:
  - a. Limpie la puerta y las superficies de sellado de horno.
  - b. Cambie la orientación de la antena de su radio o televisor.
  - c. Cambie de lugar el horno de microondas.
  - d. Aleje el microondas de su receptor.
  - e. Conecte el horno de microondas en otro tomacorrientes de modo que el receptor y el horno resulten conectados a dos circuitos diferentes.

## Como Funciona su Horno Microondas

Las microondas son formas de energía similares a las ondas de radio, televisión. Comúnmente, las microondas se esparcen hacia afuera a medida que viajan a través de la atmósfera y desaparecen sin efecto alguno. Los hornos microondas, sin embargo tienen un magnetón el cual está diseñado para hacer uso de la energía en microondas. La electricidad, suministrada por el tubo de magnetón es usado para crear energía de microondas. Estas microondas entran al área de cocción a través de aberturas dentro del horno. Una bandeja giratoria está localizada en la parte inferior del horno. Las microondas no pueden pasar a través de las paredes metálicas del horno, pero pueden penetrar materiales tales como vidrio, porcelanas y papel, los materiales externos los cuales aseguran la cocción en microondas están contruidos para platos de cocción segura en microondas.

**Un artefacto muy seguro:** Su horno microondas es uno de los artefactos más seguros del hogar. Cuando la puerta está abierta, el horno automáticamente detiene la producción de microondas. La energía microondas es completamente convertida a calor cuando entra al alimento, no dejando residuos de energía que le dañen cuando cocina sus alimentos.

Las microondas no calientan la cacerola, aunque a veces las vasijas se calientan por calor generado por los alimentos.

## Obteniendo Los Mejores Resultados de su Horno Microondas.

**Mantener vigilado el objeto.** Las instrucciones en este libro han sido formuladas con gran cuidado, pero el éxito al preparar recetas depende, por supuesto, de cuánta atención pone al alimento a medida que lo cocina. Siempre mirar el alimento mientras lo cocina. Su horno está equipado con una luz que se enciende automáticamente cuando el horno está en operación tal que pueda ver dentro y revisar el progreso de su receta. Da instrucciones de recetas para elevar, batir, y lo equivalente sería tal que considere el mínimo de pasos recomendados. Si los alimentos parecen estar cocidos dispares, simplemente haga los ajustes para corregir el problema.

### Factores que afectan los tiempos de cocción.

Revise el voltaje de su horno, diríjase a las especificaciones al comienzo de este libro. Muchos factores afectan los tiempos de cocción. La temperatura de los ingredientes usados en una receta hacen pequeñas diferencias en los tiempos de cocción. Por ejemplo, un pastel hecho con mantequilla congelada, leche y huevos tomarán un tiempo considerable para hornear que uno hecho con ingredientes que están a temperatura ambiente. Todas las recetas en este libro dan un rango de tiempos de cocción. En general, usted encontrará que los restos de alimentos bajo cocción en el extremo de abajo y al comienzo del tiempo, y usted puede algunas veces cocinar los alimentos más allá del tiempo máximo dado, de acuerdo a la preferencia personal. La filosofía de este libro es que tiene mejores recetas para ser ahorrativa en los tiempos dados de cocción. Mientras recaliente los alimentos es destruido el gusto. Algunas de las recetas, particularmente para panes, queques y flanes, se recomienda remover los alimentos desde el horno cuando ellos están ligeramente calientes. Este no es un error. Cuando sea posible detenerlo, normalmente cubralos, estos alimentos continuarán la cocción fuera del horno tal que la temperatura atrapada en la porción exterior de los alimentos gradualmente viajan al interior del alimento. Si los alimentos son dejados en el horno hasta que ellos son cocinados por completo las partes externas comenzarán el recalentamiento o quemado uniforme. Los beneficios que adquiere al usar su microondas irán aumentando a medida que sea usted diestro en el manejo de cocinado y detención de tiempo.

## Cambios en la Comida por su Cocción en Microondas:

**Densidad de los alimentos:** Los alimentos ligeros y porosos como panes y queques se cocinan más rápido que los pesados, alimentos densos tales como carnes a la cacerolas. Usted debe tener cuidado cuando cocine alimentos porosos pues las orillas pueden quedar secos y quebradizos. (Altura de los alimentos: La parte de arriba de los alimentos altos, en especial las carnes, se cocinarán más rápido que la parte baja. Sin embargo es recomendable girar los alimentos altos durante la cocción, varias veces.)

**Alimentos que contienen humedad:** Puesto que el calor generado por las microondas tienden a evaporar humedad, alimentos relativamente secos, como asados y algunos vegetales deben rociarse con agua previo a cocinarse o cubrirse enteros para que retengan la humedad.

# INTRODUCCION

**Alimentos que contienen hueso y grasa:** Los huesos conducen el calor y la grasa se cocinan mas rapido que la carne. Por consiguiente, debe tener cuidado cuando cocine huesos o cortes de carne con grasa que la carnes no se cocinan uniformemente y que no se sobrecocinen.

**Cantidades:** El numero de microondas en su horno permanece constantes y afecta la cantidad de alimento que este cocinando. Por consiguiente, a mayor cantidad de alimento en el microonda, mas largo el tiempo de coccion. Recuerde disminuir los tiempos de coccion a lo menos un tercio cuando 1/2 receta.

**Formas de alimentos:** Las microondas penetran solo unos 2.5cm en los alimentos la porcion interna se cocina por el calor generado en el exterior. En otras palabras, solamente las orillas de algunos alimentos se cocinan actualmente por energia de microondas, el resto es cocinado por conveccion. Por consiguiente la peor forma de un alimento que se va ha cocinar en un microonda en uno grueso y cuadrado. Las esquinas se quemaran mas luego que el centro tiene calentamiento parejo. Redondee los alimentos y de forma delgada para un cocinado satisfactorio en el microonda.

## Tecnicas Especiales en Cocina en Microondas.

**Dorado:** Carnes y pollos son cocinados 15 o mas minutos dorandose ligeramente en su propia grasa. Los alimentos que son cocinados por tiempos mas cortos pueden ser rociados con una salsa para dorar para dar un apetitoso color. Las salsas mas usadas son Worcestershire, la salsa de soya y la salsa de barbacoa. Son agregadas en pequeñas cantidades a los alimentos, el sabor original de la receta no es alterado.

**Cubriendo:** Una cubierta para atrapar el calor y el vapor el cual causa mas efectividad a la coccion a los alimentos. Usted puede usar uno u otro liquido o una pelicula de microondas con orillas plegadas abajo para prevenir salpicaduras.

**Cubrir con papel resistente a las grasas:** este papel previene efectivamente el esparcimiento y ayuda a retener el calor de algunos alimentos.

Sin embargo lo hecho causa perdida de liquido, esto permite que el alimento se seque ligeramente fuera. Envolverlo en toalla de papel o papel antigrasa. Los sandwiches y otros alimentos deberan envolverse principalmente para prevenir que se sequen.

**Colocacion y esparcimiento:** Los alimentos individuales tales como patatas, pequeñas pasteles y hors d'oeuvres se cocinan mas parejo si son colocados en el horno a una misma distancia y de preferencia en forma circular, Nunca coloque un alimento sobre otro.

**Movimiento:** El movimiento es una de las tecnicas mas importantes. En cocina tradicional, los alimentos se mueven con el proposito de mezclarlos. Al cocinar en el microonda siempre son movidos en orden para redistribuir el calor. Siempre desde el interior hacia el centro ya que en las orillas se cocinan primero.

**Girarlos:** Para alimentos muy altas como carnes y pollos, deberan girarse tal que la parte superior y la inferior se cocinen uniformemente. Es tambien una buena idea girar los pollos trozados y chuletas.

**Colocar porciones gruesas hacia arriba:** Siempre las microondas son atraidas hacia las porciones exteriores de los alimentos, o haga sensando el lugar de la porcion delgada de carne, pollo y pescado, la orilla exterior del plato. Esta manera, las porciones gruesa reciban mas energia y los alimentos se cocinaran uniformemente.

**Envolturas:** hojas de papel aluminio, las cuales bloquean las microondas, algunas veces se ubican en las esquinas o bordes de los alimentos con forma rectangular o cuadrada para prevenir la sobrecocion de las porciones. Nunca use mucho papel aluminio y asegurese que este bien ajustado en la fuente donde se han colocado los alimentos ya que podria causar un daño en el horno "arcing".

**Elevacion:** Los alimentos muy gruesos o densos generalmente se colocan elevados de forma que las microondas pueden ser absorbidas por la parte inferior y el centro de estas.

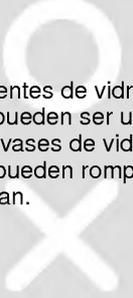
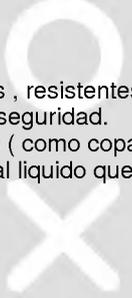
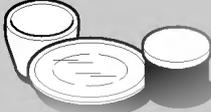
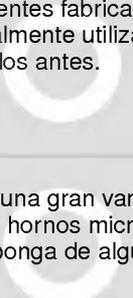
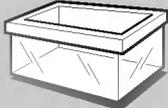
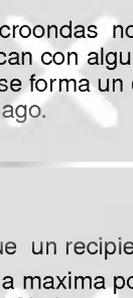
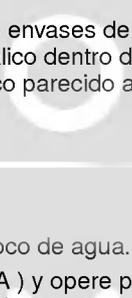
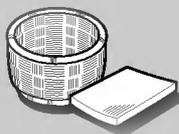
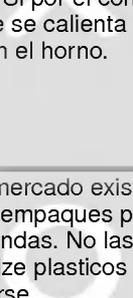
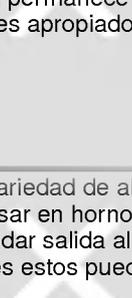
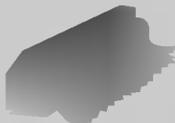
**Agujerear:** Los alimentos encerrados en una concha, piel o membrana son probablemente reventados en el horno a menos que ellos se pinchen antes de cocinarlos. Estos alimentos incluidos ambos yema y clara, ostras y almejas y muchos vegetales y frutas.

**Verificacion de coccion:** porque los alimentos se cocinan mas rapido en un horno microonda, es necesario verificar los alimentos frecuentemente. Algunos alimentos son dejados en el microonda hasta completar su coccion, pero muchos alimentos, incluidos carnes y pollo, son sacados del horno mientras amortigua la sobrecocion y permite finalizar la coccion durante la detencion del tiempo. La temperatura interna de los alimentos subira entre los 3 y 8 grados durante el periodo de reposo.

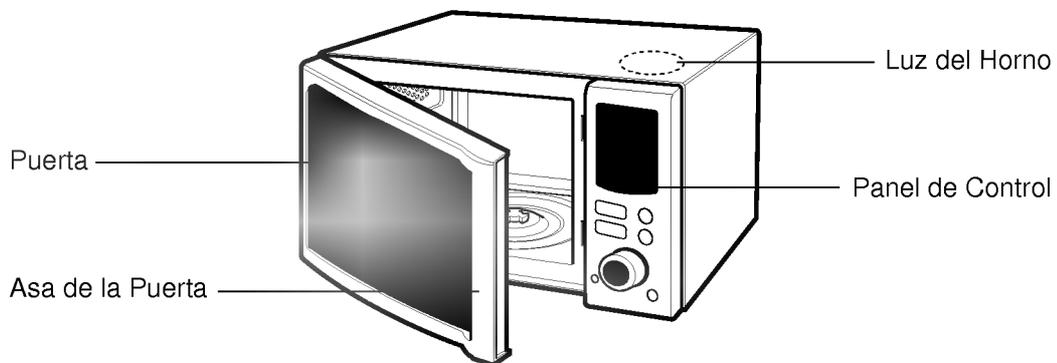
**Reposo:** Los alimentos deben reposar en ocasiones de 3 a 10 minutos antes de sacarlos del microonda. Generalmente los alimentos son cubiertos durante el reposo para retener el calor aun mas los que son de textura seca. ( por ejemplo: bizcochos ) El reposo permite a los alimentos finalizar su cocimiento y tambien ayuda a mantener el sabor.

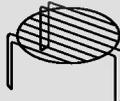
# GUIA PARA USO DE UTENCILIOS DE MICROONDAS

En caso de dudas, haga pruebas de los utensilios antes de colocarlos en el horno microondas.

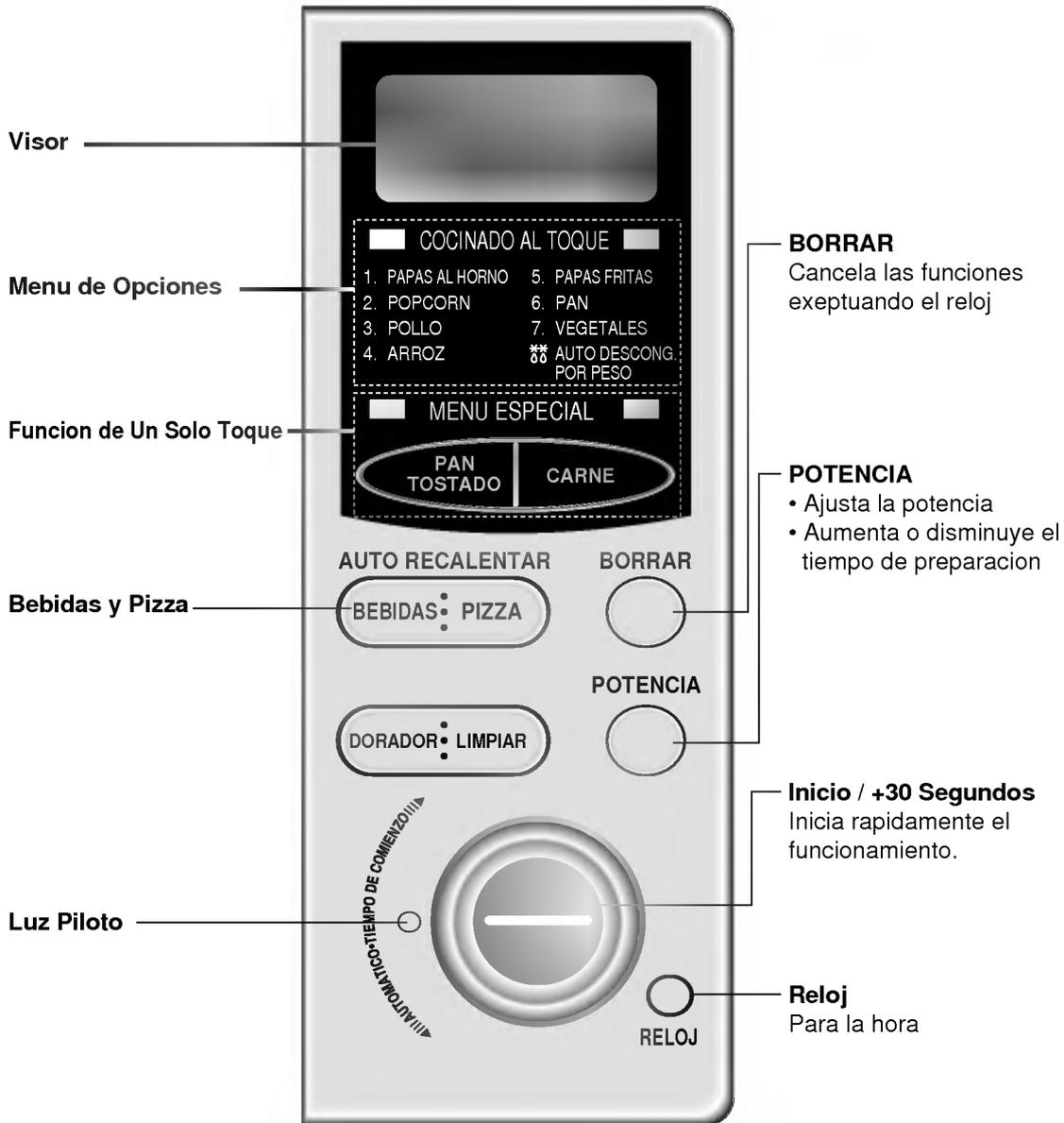
MATERIAL		MICROONDAS	GRILL
VIDRIO TEMPLADO		  <p>Recipientes de vidrios templados , resistentes al calor, pueden ser utilizados con seguridad. Los envases de vidrios delgados ( como copas de vino ) pueden romperse debido al líquido que calientan.</p>	
VIDRIO COMUN			
CERAMICA ARCILLA		  <p>Recipientes fabricados con este material pueden generalmente utilizados sin problemas. Deben ser probados antes.</p>	
PLASTICOS			
METAL Y ALUMINIOS		  <p>Las microondas no penetran los envases de metal. Si chocan con algun objeto metalico dentro del horno se forma un efecto electrico parecido a un relampago.</p>	
RECIPIENTES ESMALTADOS			
CALIENTA MADERA		  <p>Coloque un recipiente con un poco de agua. Ajuste a maxima potencia ( ALTA ) y opere por un minuto. Si el agua se calienta y el envase permanece frio, entonces puede ser utilizado en el horno. Si por el contrario el agua permanece y el envase se calienta entonces no es apropiado para usar en el horno.</p>	
EMPAQUES			

# PARTES Y ACCESORIOS



	Modo Microondas	Modo Dorador
 <p>Dorador</p>	No Utilize	<p>Dorador</p> 
 <p>Base Giratoria</p>	<p>Base Giratoria</p> 	
 <p>Aro Giratorio</p>	<p>Aro Giratorio</p>	

# PANEL DE CONTROL



**NOTA : 1. Cada vez que presione una de las opciones en el panel de control el horno microondas emitira un sonido BEEP.**

# OPERACIONES MANUALES

## Boton de Inicio / + 30 Segundos

- Al accionar este boton se inicia rapidamente la funcion elegida
- Presionando repetidas veces se prolonga el tiempo de coccion hasta 12 minutos maximo.



## Dispositivo de Seguridad

- Esta caracteristica impide que el horno sea accionado accidentalmente. Una vez en funcion este desactiva todas las funciones del panel de control
- Para reactivar el horno, presione el boton BORRAR por un periodo hasta que pueda ver en el visor el indicador .
- **Pulse y no suelte BORRAR** hasta que la palabra "  " desaparezca y escuche usted un breve pitido. El horno está ahora listo para funcionar.

**BORRAR**

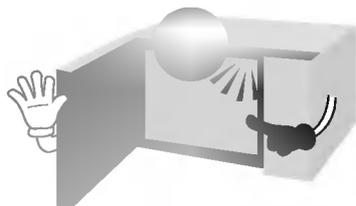


Para ajustar el tiempo ( por ejemplo : 9:30 ) haga lo siguiente



## Alarma de fin del tiempo de coccion

- Este horno posee un sistema de ahorro de energia.
- En caso de que la puerta permanezca abierta por mas de 5 minutos , la lampara interna se apagara automaticamente.



- Despues del fin de cada ciclo de coccion suena un BEEP de alerta



# OPERACIONES MANUALES

## COCCION PROGRAMADA (En modo de Microondas)

Esta función le permite seleccionar 5 niveles de potencia para preparar sus alimentos:



### EJEMPLO:

Si usted desea preparar un alimento utilizando una potencia alta durante 5 minutos y 30 segundos realice lo siguiente:



POTENCIA	BOTON POTENCIA		INDICADOR	PORCENTAJE(%)
Alta	Tiempo de preparacion	Presione una vez	P-HI	100
Média/Baja		Presione dos / tres vez	P-80 / 60	80 / 60
DESCONGELAMIENTO		Presione cuatro / cinco	P-40 / 20	40 / 20

## COCCION PROGRAMADA (En modo Dorador)

Esta función le permite dorar los alimentos o darles un toque crujiente.



### EJEMPLO:



## OPERACIONES MANUALES

### POP CORN (En mode de Microondas)

Esta función le permite hacer Pop Corn en el horno microondas de

#### Botones y Accesorios



#### EJEMPLO:



## INSTRUCCIONES PARA HACER POP CORN

- Si el Pop Corn no viene en empaque, utilice una bandeja especial para su coccion en el horno.
- Siga las instrucciones del producto ( algunos requieren menos tiempo que otros ).
- No abra el empaque de Pop Corn mientras el maiz este abriendo.
- Detenga el proceso de coccion cuando el maiz pare de abrir o este abriendo cada 2 o 3 segundos.
- No reutilize los empaques del producto.

# OPERACIONES MANUALES

## FUNCION DE COCCION AUTOMATICA

Esta funcion le permite preparar sus alimentos preferidos sin tener que programar tiempos de coccion.



EJEMPLO:



Gire y presione



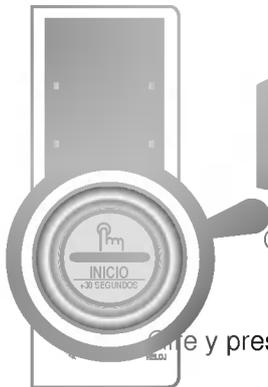
Inicia Funcion

## DESCONGELAMIENTO

- Este horno microondas posee varios niveles de potencia para la funcion de descongelamiento.
- El peso de los alimentos a descongelar debe ser entre 0.1 k a 4.0 k



EJEMPLO:



Coloque los alimentos dentro del horno

Gire y presione



Inicia Funcion

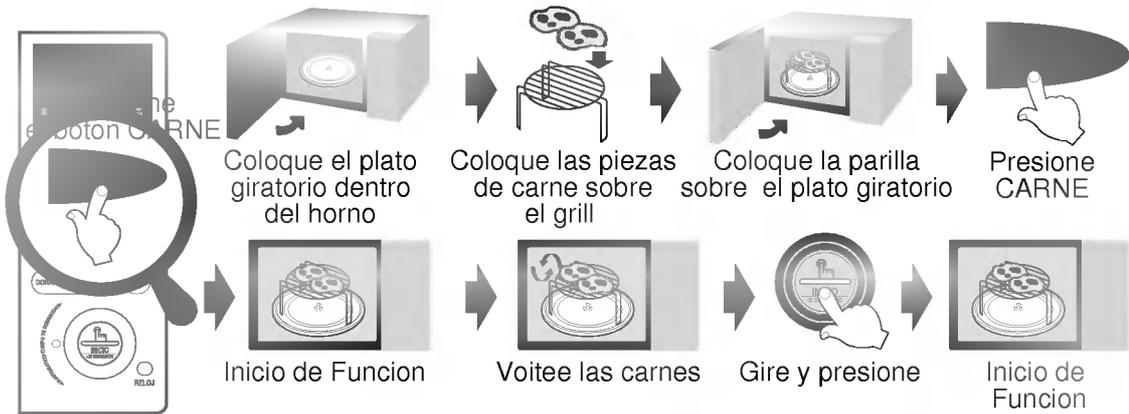
# OPERACIONES MANUALES

## CARNES

Esta función le permite dorar sus carnes favoritas sin tener que programar tiempos de cocción.



### EJEMPLO:



	2 Piezas de 230g cada una		Coloquelas sobre la parrilla voltear al escuchar BEEP
	Un Vaso 230g		
	Una pieza de 120g	Congelado	Coloque dos laminas de papel toalla sobre un plato y repose la pizza sobre esta. No cubra.

# INSTRUCCIONES GENERALES PARA COCINAR CARNES

**PRECAUCION: Remueva todo material de aluminio de los alimentos antes de iniciar el proceso.**

1. No requiere de tecnicas especiales. El asado debera ser preparado y sazonado (si lo desea) pro cualquier metodo tradicional. La carne debera descongelarse completamente antes de cocinarla.
2. Coloque la carne en el rack asador del microondas o en un plato y coloque sobre el plato giratorio.
3. Cocinelo de acuerdo a la carta de coccion usando tiempos largos para cuartos de pequeñas mezclas y tiempos cortos de mezclas grandes.
4. Gire la carne por mas de una vez durante el tiempo de coccion.
5. Reposela por 5 a 10 min. envuelta con papel aluminio despues de cocinar. El tiempo de reposo es muy importante para finalizar el periodo de coccion.
6. Pruebe la carne, especialmente el cerdo, que este completamente cocida antes de comer.

**TABLA PARA COCINAR CARNE EN MICROONDA**

CORTES	TIEMPOS DE COCCION POR 448 g (1 libra)	POTENCIA DE MICROONDAS
<b>Carne de Res</b> -Poco asada -Mediano -Bien asado Hamburguesas Asado a la cacerola Salchichas 2 4 8	8½ a 9 min 9 a 10 min 11 a 12 min 7 a 9 min 6 a 8 min 2 a 3 min 4 a 5 min 5 a 7 min	ALTA ALTA ALTA ALTA ALTA ALTA ALTA ALTA
<b>Cordero</b> Pierna, filete, espaldilla	13 a 16 min	ALTA
<b>Cerdo</b> Lonjas, pierna lomo	12 a 15 min 1 min aprox por trozo	ALTA ALTA

**NOTA:** Los tiempos de arriba deberan ser respetadas como una guia solamente permiten sabores individuales y preferencias. Los tiempos pueden variar debido al corte y composicion de la carne.

# INSTRUCCIONES GENERALES PARA COCINAR AVES

## PRECAUCION: Remueva todo material de aluminio de los alimentos antes de iniciar el proceso

1. No requiere tecnicas especiales. El pollo debera ser preparado tal como cualquier metodo convencional. Sazone si lo desea.
2. El pollo debera estar completamente descongelado, asegurando menudencias y que cualquier metal sea removido.
3. Pinche el pellejo y cepille ligeramente con aceite vegetal.
4. Todos el pollo debe estar colocado en el rack asador del microonda o en un plato de horno y colocado en la bandeja giratoria.
5. Cocine de acuerdo a las instrucciones, en el carta de coccion girando el ave a traves del tiempo de coccion. Particularmente el pollo, porque por su contextura tiene tendencia a cocinarse desigualmente, especialmente en las partes muy gorditas. Girando el ave durante el rostizado ayuda estas areas a cocerse uniformemente.  
**NOTA:** Si el ave entera esta estofada, el peso del ave estofada debera ser hecho calculando el tiempo de coccion.
6. Repose por 5 a 10 min, envuelvalo en papel estaño despues de cocer antes pinchelo. El tiempo de reposo es muy importante para finalizar el periodo de coccion.
7. Asegurese que el ave este completamente cocinada antes de comer. El ave entera esta cocida cuando corre jugo claro desde el interior al pinchar una trozo con el tenedor. Los trozos de pollo deberan ser pinchados con el tenedor sobre todo las partes gruesas para asegurarse que el jugo este claro y firme.

**TABLA DE COCCION DE AVES EN MICROONDAS**

<b>AVES</b>	<b>TEMPO DE COCCION POR 448 g (1 libra)</b>	<b>POTENCIA DE MICROONDAS</b>
<b>Pollos</b> Entero Pechuga Trozado	 10 a 12 min 9 a 11 min 10 a 12 min	 ALTA ALTA ALTA
<b>Codorniz</b> Entera	 9 a 12 min	 ALTA

**NOTA:** Los tiempos de arriba deberan ser respetados como una guia solamente permite su individual preferencia. Los tiempos pueden variar debido a la forma y composici6n de los alimentos.

# INSTRUCCIONES GENERALES PARA PESCADO

## PRECAUCION: Remueva todo material de aluminio de los alimentos antes de iniciar el proceso

1. Ordene el pescado en una fuente larga no metalica o cacerola.
2. Cubra con pedazos de plastico para microondas o cacerola tapada.
3. Coloque el plato sobre la bandeja giratoria.
4. Cocine de acuerdo a las instrucciones de la carta de cocimiento. Puede agregar escamas de mantequilla en el pescado si lo desea.
5. Repaselo segun indicaciones de la carta antes de servirlo.
6. Luego del tiempo de reposo asegurese que el pescado este completamente cocido. El pescado esta opaco y facil de cortar.

TABLA DE COCCION DE PESCADO FRESCO

PESCADO	TIEMPO DE COCCION 448 g (1 libra)	SELECCION	METODO	REPOSO
Filetes de pescado	4 a 6 min	ALTA	Agregar leche: 1-2 cucharadita	2-3 min
Bacalao	5 a 7 min	ALTA	Agregar leche: 1-2 cucharaditas	3-4 min
Filetes de lenguado	2 <sup>1</sup> / <sub>2</sub> a 4 min	ALTA	Agregar leche: 1-2 cucharaditas	2-3 min
Lenguas de paloma	4 a 6 min	ALTA	Agregar leche: 1-2 cucharaditas	2-3 min
Corvina	4 a 6 min	ALTA	Agregar leche: 1-2 cucharaditas	3-4 min
Truchas enteras,	5 a 7 min	ALTA	Agregar leche: 1-2 cucharaditas	3-4 min
Bistec de Salmon	5 a 6 min	ALTA	Agregar leche: 1-2 cucharaditas	3-4 min

# RECALENTAMIENTO

**PRECAUCION: Remueva todo material de aluminio de los alimentos antes de iniciar el proceso**

## GUIAS GENERALES A SEGUIR

Calentar alimentos en el horno microondas no altera el sabor de los mismos. Cuando recaliente en el microondas deber seguir las siguientes instrucciones.

1. Los alimentos deberan ser recalentados solo una vez.
2. Los alimentos deberan estar previamente descongelados antes de recalentar.
3. Siga las instrucciones de la carta de recalentamiento. Asegurese que los alimentos esten arreglados durante el tiempo de coccion donde sea posible.
4. Reposelo por 3 a 4 min. antes de servir. Esto permitira el termino del recalentamiento de los alimentos.
5. Asegurese que los alimentos esten calientes antes de comerlos. El vapor emitido sera visible desde todas las partes. Los alimentos que no esten calientes regreselos al horno para calentar mas. Para los alimentos que no pueden ser arreglados, ejm. Lazaña, el centro debe ser cortado con un tenedor para verificar si esta bien caliente.

## CARTA DE RECALENTAMIENTO

Antes de recalentar los alimentos en su microondas remueva siempre los platos de metal o tintas y colquelo en la bandeja del microonda.

DETALLE	CANT	POTENCIA	TIEMPO	METODO
Cocer porotos	224 g 454 g	ALTA ALTA	2-4 min 3-5 min	Cubrir, mover durante la coccion. Dejar 2 min. en reposo.
Sopa	213 g 426 g	ALTA ALTA	2.5-3 min 4-5 min	Cubrir, mover durante la coccion. Dejar 2 min. en reposo.
Vegetales de lata	340 g	ALTA	2-3 min	Cubrir durante el tiempo de coccion.
Arroz	426 g	ALTA	3-4 min	Cubrir, durante la coccion.
Piezas de Ave Hamburguesas	2 porciones	ALTA	3-5 min	Cubrir, mover durante la coccion. dejar de 3-5 min. en reposo.
Piezas de carnes Bistec,jamon	1 ó mas porciones	ALTA	2-4 min por porcion	Cubrir con material plastico para hornear en microondas, verifique despues de un minuto. Repose po 3-5 min.
Pollo a la cacerola	Porcion unica 227g para 4	ALTA ALTA	2-4 min. 5-10 min.	Cubra, repose por 5 min. Cubra durante tiempo de coccion.

Todos estos tiempos son aproximados y depende de la temperatura inicial, contenido y tamaño.

**NOTA: DEBE TENER CUIDADO AL TOMAR ENVASES RECALENTADAS.**

Los postres necesitan ser recalentados cuidados cuidadosamente por su relleno azucarado, huevos con jamon, rellenos de carne, atraen microondas, y obtienen mucha calor, sin embargo las pasteles o queques pueden quedar frios. Un tiempo corto de reposo luego del recalentamiento, se debera considerar para estabilizar la temperature interior.

# OTRAS INSTRUCCIONES DE AYUDA

## Para Mejores Resultados:

1. Cuando determine el tiempo para un alimento en particular, comience usando el mínimo de tiempo y revise ocasionalmente para arreglar. Es fácil de sobrecocer los alimentos porque las microondas cocen muy rápido.
2. Pequeñas cantidades de alimento o comidas con poco contenido de agua muy secas externamente y duras se cocinan por más tiempo.
3. No use el horno para secar paños de cocina o productos de papel. Ellos pueden arder.
4. Quiebre los huevos antes de cocinarlos en el microondas.
5. Para alimentos tales como manzanas, papas, yema de huevo, hígados de pollo etc, asegúrese sacar el pellejo o membrana para prevenir reventones mientras se cocinan en el microondas.

## Descongelamiento de Alimentos

1. Los alimentos que han sido congelados pueden ser colocados directamente en el horno para deshielo. Asegurándose de sacarle las partes metálicas.
2. El descongelado de acuerdo a la guía de descongelación de este manual.
3. Partes de los alimentos se deshuelan más rápido que otros, protéjalos si es necesario.
4. Algunos alimentos deberán ser completamente cubiertos antes de cocinar. Por ejemplo, el pescado se cocina tan rápido que está algunas veces comenzando la cocción mientras se descongela.
5. Puede ser necesario aumentar o disminuir el tiempo de cocción en algunas recetas, dependiendo de la temperatura inicial de los alimentos.

## NOTA:

El viento de las aberturas puede ser caliente durante la cocción, esto es normal

## Dorando:

Hay unos pocos alimentos el cual no son cocinados lo suficiente en el horno microondas para dorarse, y muchos necesitan color adicional.

Rostizar, aves o pernil, cocinados por 10 minutos o más se dorarán mejor sin aditivos extras.

## Utensilios de Cocina:

1. Vidrio térmico, cerámicas de vidrio y resistentes al calor, son excelentes utensilios.
2. Servilletas de papel, toallas, platos, copas y cartón son utensilios convenientes. Algunos productos de papel reciclado pueden contener impurezas el cual pueden causar arcos o fuego cuando se usan en el horno microondas.
3. Algunos platos plásticos, recipientes tazas y envoltorios pueden ser usados en el horno microondas. Siga las instrucciones de fabricación o información dada en la guía de cocción cuando use plásticos en su microonda.
4. Utensilios de metal y utensilios con bordes metálicos no deben ser usados en el horno microondas.

## Para Limpiar su Microondas

1. Mantenga el interior del horno limpio.  
Salpicaduras de alimento o derrame de líquidos en las paredes del horno y entre los selladores de la puerta. Lo mejor para limpiar lo derramado con un paño húmedo. Migajas y derrames adsorberán la energía de las microondas y alargarán los tiempos de cocción. Use un paño suave, saque las migajas que caen entre la puerta y el marco. Es importante mantener esta área limpia para asegurar el sellado hermético. Remover la grasa esparcida con un paño jabonoso enseguida enjuague y seque. Al hacerlo no use detergentes o diluyentes. La bandeja de vidrio puede ser lavada manualmente o en el lavaplatos.
2. Mantener el exterior limpio. Límpielo con agua y jabón enseguida séquelo con un paño suave o toalla de papel. Para prevenir daño en las partes operativas dentro del horno, el agua no deberá entrar en los orificios de ventilación. Para limpiar el panel de control, abra la puerta para prevenir accionar el horno accidentalmente y con un paño húmedo siguiendo inmediatamente con un paño seco. Presione PARAR/BORRAR después de limpiar.
3. Si acumula vapor en el interior o en el exterior de la puerta del horno, limpie el panel con un paño suave. Esto puede ocurrir cuando el horno microonda está operando bajo condiciones de alta humedad y conduce a malfuncionamiento de la unidad.
4. La puerta y el sello de la puerta deberá mantenerse limpio. Use solamente agua jabonosa, enjuague y seque rápidamente.  
**NO USE MATERIALES ABRASIVOS TALES COMO LIMPIADORES EN POLVO O ALMOHADILLAS PLÁSTICAS.**

# PRECAUCIONES

1. No remueva el interior, ni lo ajuste o repare la puerta o el panel de control, o el dispositivo de seguridad ni ninguna otra parte del horno. Las reparaciones deberan ser solamente realizadas por un personal tecnico calificado.
2. No ponga en funcionamiento el horno vacio. Es recomendable dejar un vaso de agua dentro cuando no lo use. El agua seguidamente adsorvera toda la energia del microonda, si el horno empieza a funcionar accidentalmente.
3. No seque ropa en el horno microonda, puede quemarse si el calor es excesivo.
4. No cocine alimentos envueltos en toalla de papel, a no menos que su libro de cocina contenga instrucciones para el alimentos que usted esta cocinando.
5. No use papel de diario en lugar de toalla de papel para cocinar.
6. No use envases cerrados. Ellos pueden calentarse demasiado y quemarse. No use envases de metal o cacharros que tienen partes metalicas. Siempre saque el metal. Objetos de metal en el horno hacen arcos, el cual causan severos daños.
7. No opere el horno con la puerta o la orillas frontales obstruidas por un paho de cocina o servilleta, el cual pueden causar fugas de microondas.
8. No use papeles reciclados ellos pueden contener impurezas el cual pueden causar fuego durante el cocinado.
9. No enjuague la bandeja giratoria colocandola en agua inmediatamente despues de cocinar. Esto puede causar quiebre y daño.
10. Pequeñas cantidades de comida requieren tiempo de coccion corto. Si el tiempo normal asignado ellos pueden sobrecocerse y quemarse.
11. Situe el horno hacia el frente de la puerta esta a 8cm o mas detras del borde de la superficie en el cual esta colocado, para evitar volteo accidental del aparato.
12. Antes de cocinar pele las papas, manzanas u otras frutas o vegetales.
13. No cocine huevos en su cascara. La presion interior reventara el huevo.
14. No intente freir trozos de grasa en el horno.
15. Quite el plastico de platos precocidos antes de cocinar. En algunos casos es posible cocinar cubriendo los alimentos con un film plastico, para calentar o cocinar, esta detallado en el libro de cocina en microonda.
16. El horno nunca debe ser usado si el sello de la puerta no esta funcionando bien.
17. Cuando son cocinados liquidos en el microondas, ellos pueden tener un sobrecalentamiento sobre su punto de ebullicion sin burbujas visibles. Cuando el recipiente es sacado, el roce puede causar formaciones de burbujas. Un manantial de liquido caliente puede esparcirse fuera del recipiente en forma explosiva.
18. Si observa humo mantenga la puerta del horno cerrada apague o desenchufe el horno.
19. Cuando el alimento es calentado o cocido en recipientes de plastico, papel o materiales combustibles, mire el horno frecuentemente para revisar si el recipientes de alimento se esta deteriorando.

**PRECAUCION:** Asegurese que los tiempos de coccion esta dados correctamente ya que la sobrecocion puede causar fuego y como consecuencia dañar el horno.

# PREGUNTAS Y RESPUESTAS

- P** Que esta mal en el horno cuando la luz interior no enciende?
- R** Puede haber varias razones porque la luz del horno no se enciende:  
\* La ampolleta se ha roto.  
\* La puerta no esta cerrada.
- P** Pasan energias de microondas a traves de ventanilla de la puerta?
- R** Los orificios o ductos, estan hechos para permitir el paso de la luz, ellos no permiten el paso de energia de microondas.
- P** Porque suena el "Beep" cuando una tecla del panel de control es tocada?
- R** El Beep suena para asegurarle que la seleccion esta siendo ingresada apropiadamente.
- P** Se daña el microonda si se opera mientras esta vacio?
- R** Si, Nunca lo haga funcionar vacio o sin la bandeja de vidrio.
- P** Porque los huevos a veces revientan?
- R** Cuando cocine, o fria huevos, la yema puede reventa debido a la acumulacion de vapor en el interior de la membrana de la yema. Para prevenir esto, simplemente perfore la yema antes de cocinar. Nunca hornee huevos en su cascara.
- P** Porque es recomendado el tiempo de reposo despues de la coccion en microonda?
- R** Despues que la coccion ha finalizado, mantener los alimentos cocidos en reposo durante un tiempo. Esto reposo finaliza la coccion uniformemente de los alimentos. La cantidad de tiempo de reposo depende de la densidad del alimento.
- P** Es posible hacer Popcorn en el microonda?
- R** Si, usando uno de los 2 metodos descritos abajo:  
(1) Utilizando artefactos expresamente diseñados para producir "popcorn" en hornos microondas.  
(2) El popcorn especialmente preparado y empacado para ser cocinado en hornos microondas, que contengan instrucciones precisas sobre la potencia y tiempos requeridos para el efecto.  
SIGA LAS INSTRUCCIONES DADAS POR CADA FABRICANTE PARA SUS PRODUCTOS Y NO SE ALEJE DEL HORNO MIENTRAS SE ESTA COCINANDO EL "POPCORN". SI OCURRIERA QUE EL MAIZ NO REVIENTA DESPUES DEL TIEMPO PREVISTO, DECONTINUE EL PROCESO U APAGUE EL HORNO "PAPAR/BORRAR" PUES EL RECOCIMIENTO DEL MAIZ PUEDE RESULTAR EN INCENDIO.  
**PRECAUCION:** NUNCA USE BOLSAS DE PAPEL CAFE PARA REVENTAR MAIZ NUNCA INTENTE REVENTAR LOS GRANOS SOBRANTES QUE NO LLEGARON A REVENTAR.
- P** Porque no siempre el horno cocina tan rapido como dice la gua de cocina.
- R** Revise su guía de cocina nuevamente para asegurarse que usted siguio correctamente las indicaciones, y ver que fuerza causa la variacion en el tiempo de coccion. Los tiempos de la guia de cocina y la potencia son sugerencias, escoja ayuda para prevenir el sobrecocimiento, el problema mas comun de uso obtenido por su microonda. Variaciones en el tamaño, peso y dimensiones del alimento requieren tiempos de coccion mas extensos. Use su propio juicio ademas de las sugerencias de coccion para revisar lo hecho, como lo hace con una coccion convencional.

# ESPECIFICACIONES TECNICAS

	<b>MB-308DD</b>
Potencia de Entrada	230V AC/50Hz
Salida	800W (IEC705)
Frecuencia de Microondas	2.450 MHz
Dimensiones Externas	348 × 230 × 350 (ancho × alto × profundidad)
Potencia de Consumo	1.200 Watts (MICROONDAS) 1.000 Watts (GRILL)

