



إل جي

# فرن المايكروويف دليل المستخدم

يرجى قراءة هذا الدليل بعناية قبل التشغيل.

**MH-5883ALB**

P/No: MFL06319402

# الوقاية

## الوقاية لتجنب التعريض الممكن لطاقة المايكروويف المفرط.

عند تسخين السوائل كالحساء والشوربة والمشروبات في فرن المايكروويف قد يحدث احيانا زيادة تسخين هذه السوائل فوق درجة الغليان دون مشاهدة الفقاقيع. هذا قد يؤدي الى انسكاب السائل من الوعاء. لتجنب حدوث ذلك اتبع الخطوات التالية :

١. تجنب استخدام أواني مستقيمة الأطراف بريقة ضيقة.
٢. لا تسخنها فترة طويلة.
٣. حرّك السوائل قبل وضع الأثناء في الفرن ومرة اخرى عند منتصف فترة التسخين.
٤. بعد التسخين دعه يبرد قليلا في الفرن ثم حرّكه مرة اخرى وافحص درجة حرارة قبل الأكل لتجنب السعة (خاصة لجاجات الرضاعة ومرطبات أغذية الأطفال).  
خذ عناية عند تناول الوعاء.

## تحذير

دائما اترك الطعام يبرد قليلا داخل الفرن بعد طبخه وافحص درجة حرارته قبل استهلاكه خاصة محتويات زجاجات الرضاعة ومرطبات أغذية الأطفال.

لا يمكنك تشغيل الفرن والباب مفتوحا بسبب وجود قفل أمن تشابكي في نظام الباب. قفل الأمن التشابكي يوقف عمل الفرن وعملية الطبخ تلقائيا عن فتح الباب. لذلك يجب عدم التلاعب بقفل الأمن التشابكي حتى لا ينتج تعرض مؤذي للطاقة الناتجة عن فرن المايكروويف.

من المهم عدم العبث بقفل الأمن التشابكي.

لا تضع أي مادة بين مقدمة الفرن والباب كذلك لا تسمح لبقايا مواد التنظيف أو الطعام بالتراكم عند سطح إغلاق باب الفرن.

لا تشغل الفرن اذا كان تالفا أو متعطلا. ومن الضروري أن يتغلق باب الفرن باحكام تام ولا يوجد أي تلف أو خلل: (١) الباب (اللوي) ، (٢) المفصلات والمزلاج (مسكور أو مرخو) ، (٣) أحتام الباب وأسطحها.  
يجب عدم تعديل أو تطليح الفرن إلا بواسطة خبير فني مخصص.

## تحذير

الرجاء التأكد من الوقت المحدد للطبخ جيدا لأن زيادة الطبخ قد يؤدي الى احتراق الطعام وبالتالي إتلاف الفرن.

# المحتويات

٢	الرقابة
٣	المحتويات
٥ - ٤	اخرج الفرن من الكرتون
٦	ضبط الساعة
٧	قفل الأطفال
٨	الطهي بطاقة المايكرو
٩	مستوى طاقة المايكرو
١٠	الطهي على مرحلتين
١١	البدء السريع
١٢	الطهي بالشواء
١٣	الطهي المزوج
١٥ - ١٤	الطهي الآلي
١٧ - ١٦	إذابة الثلج آلياً
١٩ - ١٨	النشواء الآلي
٢١ - ٢٠	إعادة التسخين الآلي
٢٢	الطهي بمستوى أكثر أو أقل
٢٣	دليل التسخين أو إعادة التسخين
٢٤	دليل الخضروات الطازجة
٢٥	دليل الشواء
٢٦	تحذيرات من أجل للسلامة
٢٧	أواني الطبخ الألمانية
٢٩ - ٢٨	خصائص الأطعمة والطهي بالمايكروويف
٣٠	أسئلة وإجابات
٣١	معلومات توصيل الأسلاك/المواصفات الفنية

## كيف يعمل فرن المايكروويف

موجات المايكروويف هي شكل من أشكال الطاقة تشبه موجات الراديو والتلفزيون وضوء الشمس العادي. عادة، تنتشر موجات المايكروويف نحو الخارج أثناء سيرها بالغلاف الجوي وتختفي بدون ترك أي أثر. لأفران المايكروويف صمام مفرغ (ماجنترون) صمم للاستغلال الطاقة الموجودة بموجات المايكروويف. فالكهرباء التي يوفرها أنبوب الصمام المفرغ تستخدم في إنشاء طاقة موجات المايكروويف.

تدخل موجات المايكروويف هذه داخل منطقة الطهي من خلال فتحات داخل الفرن. توجد صينية نوازة أسفل الفرن. لا تستطيع موجات المايكروويف اختراق الجدار المعدني للفرن، ولكنها تخترق بعض المواد الأخرى مثل الزجاج والبورسلين والورق، وتلك هي المواد التي تصنع منها الأطباق الآمنة للطهي داخل أفران المايكروويف.

موجات المايكروويف لا تتسبب في رفع حرارة أواني الطهي، ولكن الأوعية التي يتم الطهي بها ترتفع درجة حرارتها بشكل متساوي بسبب الحرارة الناتجة عن الطعام.

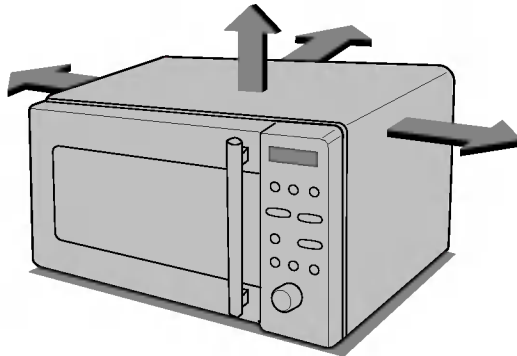
## الجهاز آمن للغاية

فرن المايكروويف هو أحد الأجهزة المنزلية الأكثر أماناً في استعماله. عند فتح الباب، يتوقف الفرن تلقائياً عن إصدار موجات المايكروويف. تتحول طاقة المايكروويف إلى حرارة بالكامل حينما تخترق الأطعمة، ولا تترك أي آثاراً للطاقة قد تؤذي الفرد عندما يتناول الطعام.

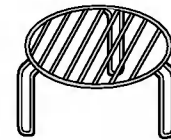
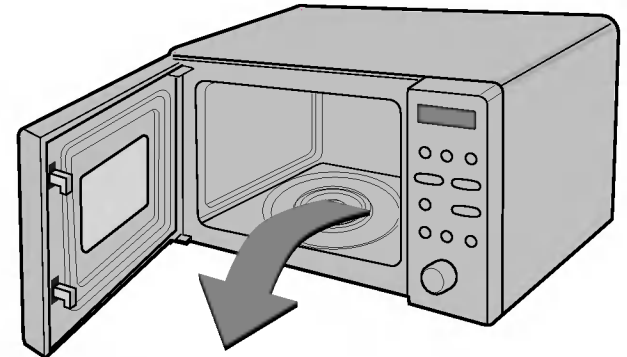
# إخراج الفرن من الكرتون وتركيب الفرن

عند اتباع الخطوات الأساسية التالية ستتمكن من اختبار تشغيل الفرن بالشكل الصحيح. الرجاء الأهتمام جيدا بتعليمات مكان تركيب الفرن. عند فتح صندوق الكرتون تأكد من رفع كافة القطع الملحقة بالفرن وغيرها. تأكد أن الفرن غير مكسور أو مضرور أثناء نقل الجبه

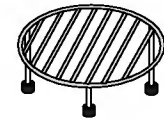
٢ ضع الفرن في المستوى والمكان الذي تريده بارتفاع يزيد عن ٨٥ سم ولكن تأكد من وجود على الأقل ٣٠ سم فراغ فوقه وحوالي ١٠ سم فراغ وراءه من أجل التهوية المناسبة. مقدمة الفرن يجب أن تكون داخله على الأقل ٨ سم عن حافة السطح لموضوع فوقه حتى لا يقع. مخرج حرارة الغازات موجود على السطح وجانب الفرن يجب عدم إغلاقه أو وضع أي شيء عليه.



١ اخرج الفرن من صندوق الكرتون وضعه على سطح مستوي.



الرف المرتفع



الرف المنخفض



صينية زجاجية



حلقة دورانية

هذا الفرن يجب عدم استخدامه للأغراض التجارية.

٣. تأكد أن قابس الفرن وحده فقط في ذلك المخرج. إذا لم يعمل الفرن بشكل صحيح انزع القابس وادخله مرة أخرى في المخرج الكهربائي.

٤. افتح باب الفرن بسحب مقبض الباب. ضع الحلقة الدورانية داخل الفرن وضع فوقها الصينية الزجاجية.

٥. املا وعاء أمانى الاستخدام في الفرن بـ ٣٠٠ مللتر من الماء. ضعه فوق الصينية الزجاجية واغلق باب الفرن بإحكام. إذا كانت لديك شكوك بنوع الأنية التي يمكن استخدامها في الفرن. راجع ص ٢٠.

اضغط على زر التشغيل مرة لضبط ٣٠ ثانية لوقت الطبخ. وعندها تسمع صفارة عند الضغط على الزر.

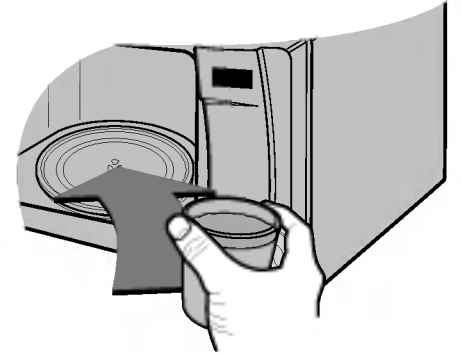


٧. يبدأ العرض بالعد التنازلي من ٣٠ ثانية.

وعند الوصول الى صفرن تنطلق الصفارة من الفرن. وافتح باب الفرن وافحص درجة حرارة الماء. وإذا عمل الفرن، لا بد من تدفئة الماء. وخذ عناية عند إخراج الوعاء لأنه قد يكون ساخنا.



جهاز الفرن الآن تم تركيبه



# ضبط الساعة

يمكنك ضبطها إما على وضع 12 ساعة أو 24 ساعة.  
فيما يلي مثال يوضح كيفية ضبط الوقت على 14:35 باستعمال وضع 24 ساعة.  
تأكد من أنك تخلصت من كل مواد التغليف الخاصة بالفرن.



تأكد من صحة تركيب الفرن كما سبق شرحه ضمن هذا الكتاب.

اضغط **STOP/CLEAR**.



اضغط **CLOCK** مرة واحدة.

(إن أردت استخدام وضع 12 ساعة، اضغط **CLOCK** ثانية.  
وإن أردت تغيير خيار آخر بعد ضبط الساعة  
انزع القابس الكهربائي وأوصله مرة أخرى



أمر **DIAL** إلى أن يظهر "14:00" على الشاشة.

اضغط **START** لتأكيد الساعة.



أمر **DIAL** إلى أن يظهر "14:35" على الشاشة.

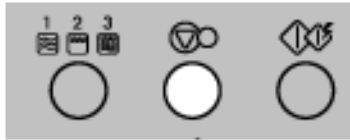
اضغط **START**  
ستبدأ الساعة في العد.



عند توصيل الفرن لأول مرة أو عند  
عودة التيار الكهربائي بعد انقطاعه،  
سيظهر أصفار على الشاشة؛ عليك  
حينئذ إعادة ضبط الساعة.

إن أظهرت الساعة (أو شاشة العرض)  
أي رموز غريبة الشكل، أفضل الفرن من  
مصدر التيار ثم أعد توصيله وأعد ضبط  
الساعة.

# قفل الأطفال



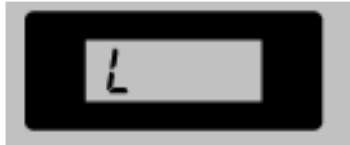
اضغط **STOP/CLEAR**.



اضغط **STOP/CLEAR** واستمر في الضغط إلى أن يظهر «L» على الشاشة ويصدر صوت.  
تم الآن ضبط **قفل الأطفال**.

سيختفي الوقت من على الشاشة إن قمت بضبط الساعة.

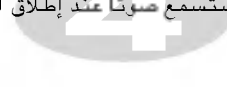
يتميز هذا الفرن بخاصية سلامة تمنع تشغيل الفرن عن طريق الخطأ. بعد ضبط قفل الأطفال، لن تتمكن من استعمال أي وظيفة من الوظائف ولن تتمكن من الطهي. ولكن مازال الطفل بإمكانه فتح باب الفرن.



يظل «L» على الشاشة لتعرف أنه سبق ضبط **قفل الأطفال**.



لإلغاء **قفل الأطفال**، اضغط **STOP/CLEAR** إلى أن يختفي «L».  
ستسمع صوتاً عند إطلاق الزر.



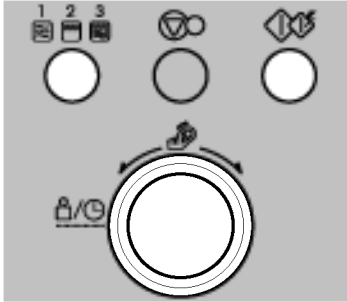
# بطاقة المايكرو الطهي

يوضح المثال التالي كيفية طهي بعض الأطعمة على طاقة 80 % لمدة 5 دقائق و30 ثانية.



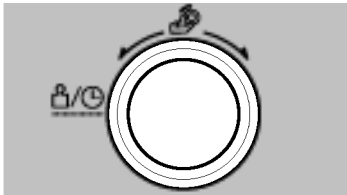
تأكد من صحة تركيب الفرن كما سبق شرحه ضمن هذا الكتاب.

اضغط **STOP/CLEAR**.



اضغط مفتاح **FUNCTION** مرة واحدة وأمر القرص إلى أن يظهر "640" على الشاشة.

اضغط **START**.



أمر **DIAL** إلى أن يظهر "05:30" على الشاشة.



اضغط **START**.



الفرن يحتوي على خمس إعدادات لطاقة المايكرو ويف.

بعد انتهاء الطبخ، قف صوت "بي بي" الذي سيحدث كل 1 دقيقة لمدة 5 دقائق حتى باب الفرن يفتح.

الطاقة	%	إخراج الطاقة
أعلى (أقصى)	100%	800 ط
متوسط عالي	80%	640 ط
متوسط	60%	480 ط
إزالة التجمد منخفض متوسط (**)	40%	320 ط
منخفض	20%	160 ط



# مستوى طاقة المايكرو

الفرن مجهز بخمسة مستويات للطاقة للحصول على أقصى مرونة وسيطرة على الطهي. يوضح الجدول التالي أمثلة للأطعمة ومستويات الطاقة التي ينصح بها للطهي المستعملة مع فرن المايكروويف هذا.



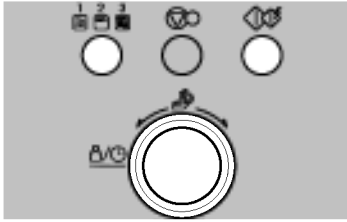
مستوى الطاقة	الاستعمال	مستوى الطاقة (%)	إخراج الطاقة
أعلى (أقصى)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• غلي الماء</li> <li>• طبخ قطع الطيور، والسّمك، والخضروات</li> <li>• طبخ قطع اللحم الطرية</li> </ul>	100%	800 ط
متوسط عالي	<ul style="list-style-type: none"> <li>• إعادة تسخين (السوائل)</li> <li>• شواء اللحم والطيور</li> <li>• طبخ المشروم والمخار</li> <li>• طبخ الأطعمة التي تحتوي على جبن وبيض</li> </ul>	80%	640 ط
متوسط	<ul style="list-style-type: none"> <li>• إعادة التسخين</li> <li>• (بطاطا مهروسة، لحم في أطباق، وجبة جاهزة)</li> <li>• خبز الكعك والمعجنات</li> <li>• تجهيز البيض</li> <li>• طبخ الكاسترد</li> <li>• إعداد الأرز والشوربة</li> </ul>	60%	480 ط
إزالة التجمد منخفض متوسط ( ** )	<ul style="list-style-type: none"> <li>• إذابة الثلج</li> <li>• إذابة الزبد والشكولاته</li> <li>• طبخ قطع اللحم الأقل طراوة</li> </ul>	40%	320 ط
منخفض	<ul style="list-style-type: none"> <li>• تليين الزبد والجبن</li> <li>• تليين الأيس كريم</li> <li>• رفع خميرة العجينة</li> </ul>	20%	160 ط

# على مرحلتين الطهي

سنوضح لك في المثال التالي كيفية طهي بعض الأطعمة على مرحلتين. في المرحلة الأولى سيتم طهي الطعام لمدة 11 دقيقة على المستوى العالي HIGH، وفي المرحلة التالية سيكون الطهي لمدة 35 دقيقة على درجة 320 وات.

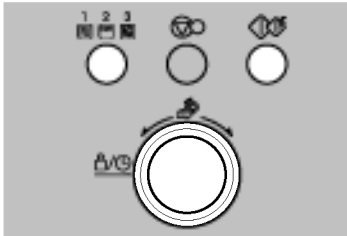


اضغط STOP/CLEAR



اضبط الطاقة وزمن الطهي للمرحلة الأولى.  
(يمكنك تجاوز هذه الخطوة للحصول على القوة العالية HIGH).  
اضغط مفتاح FUNCTION مرة واحدة لاختيار القوة العالية HIGH ثم  
اضغط START.

أر DIAL إلى أن يظهر "11:00" على الشاشة.



اضبط الطاقة وزمن الطهي للمرحلة الثانية.

اضغط مفتاح FUNCTION مرة واحدة وأر القرص إلى أن يظهر "320"  
على الشاشة.

اضغط START.



أر DIAL إلى أن يظهر "35:00" على الشاشة.

اضغط START.



أثناء الطهي على مرحلتين، يمكن فتح باب الفرن وفحص الطعام. أغلق باب الفرن ثم اضغط START وستستمر مرحلة الطهي.

في نهاية المرحلة الأولى، سيصدر الفرن صوتاً. وبذلك تبدأ المرحلة الثانية.

إن أردت مسح البرنامج، اضغط STOP مرتين.

# البدء السريع

يوضح المثال التالي كيفية ضبط زمن الطهي على دقيقتين على طاقة المايكرو.

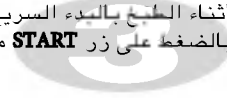


اضغط **START** أربع مرات لاختيار 2 دقيقة على الطاقة العالية HIGH.  
سيبدأ الفرن قبل أن تنتهي من ضغط الزر أربع مرات.



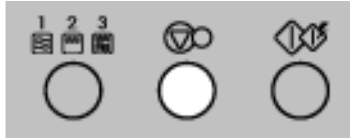
تسمح لك خاصية طاقة المايكرو بضبط فترة الطهي بطاقة المايكرو على فترات قدرها 30 ثانية بمجرد لمس زر **START**.

أثناء الطبخ بالبدء السريع، يمكنك تمديد زمن الطهي إلى 10 دقائق بحد أقصى بالضغط على زر **START** مرارًا.



# بالشواء الطهي

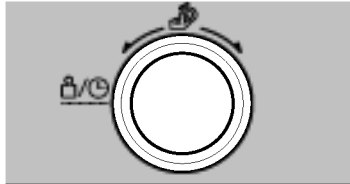
يوضح المثال التالي كيفية استعمال الشواية لطهي بعض الأطعمة لمدة 12 دقيقة و30 ثانية.



اضغط مزيج **STOP/CLEAR**.



اضغط مفتاح **FUNCTION** مرتين لاختيار وضع الشواء.



أدر **DIAL** إلى أن يظهر "12:30" على الشاشة.

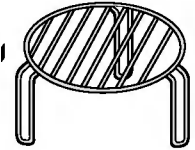


اضغط **START**

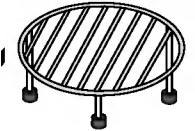


هذه الخاصية تسمح لك بتحميم وقرمشة الأطعمة بسرعة.

الرف العلوي

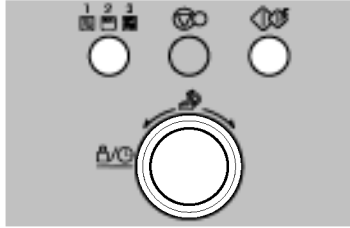


الرف السفلي



# المزوج الطهي

يوضح المثال التالي كيفية برمجة الفرن مع طاقة المايكرو 40 % على الوضع المزوج للطهي لمدة 25 دقيقة.

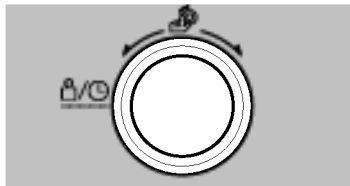


اضغط مفتاح **FUNCTION** مرتين وأدر القرص إلى أن يظهر "Co-2" على الشاشة.



اضغط **START**.

يمتاز الفرن بإحصائية الطهي المزوج التي تسمح لك بطهي الأطعمة بالسخان والميكروويف في نفس الوقت أو بالتبادل. هذا يعني بشكل عام أنك ستحتاج إلى وقت أقل لطهي الطعام.



أدر **DIAL** إلى أن يظهر "25:00" على الشاشة.



بإمكانك ضبط ثلاثة أنواع من مستويات طاقة المايكرو (20 %، 40 %، 60 %) في وضع الطهي المزوج.

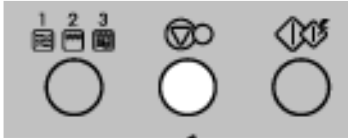
الصف	طاقة المايكرو (%)
Co-1	20
Co-2	40
Co-3	60



كن حذرًا عن إخراج الطعام لأن حاوية الطعام قد تكون ساخنة.

# الطهي الآلي

يوضح المثال التالي كيفية طهي 0.6 كجم من الخضروات الطازجة.



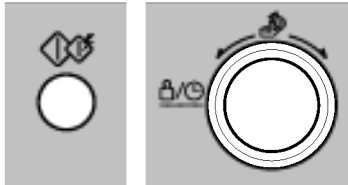
اضغط **STOP/CLEAR**



تسمح خاصية الطبخ الآلي **AUTOCOOK** لطهي الأطعمة المفضلة لديك بسهولة وذلك باختيار نوع الطعام وتحديد وزنه.



اضغط **AUTO COOK** مرتين لتحديد اختيار الخضروات الطازجة. سيظهر "Ac-2" على الشاشة.



أمر **DIAL** إلى أن يظهر "0:06" على الشاشة.



الصف	اضغط
البطاطا المحشوة	<b>1</b> مرة
خضروات طازجة	<b>2</b> مرات
خضروات مجمدة	<b>3</b> مرات
أرز/معجنات	<b>4</b> مرات
سمك	<b>5</b> مرات

الوظيفة	الصف	حدود الوزن	إتناء الطهي	درجة حرارة الطعام	تعليمات																		
الطهي الآلي	١ البطاطا المشوية	0.1 كجم ~ 1.0 كجم	—	الغرفة	اختر بطاطا من الجم المتوسط 170-200 جم. اغسل البطاطا وجففها. اخرق البطاطا عدة مرات باستعمال الشوكة. ضع البطاطا على الصينية الزجاجية. اضبط الوزن ثم اضغط Start. بعد انتهاء الطبخ، أخرج البطاطا من الفرن. اتركها على سطح مغطى بورق الألومنيوم لمدة 5 دقائق.																		
	٢ خضروات طازجة	0.2 كجم ~ 0.8 كجم	وعاء مايكروويف آمن	الغرفة	ضع الخضروات في وعاء آمن للاستعمال داخل المايكروويف. أضف الماء. غطها بغلاف. بعد الانتهاء من الطبخ، قلبها واطرها لمدة دقيقتين. أضف مقدار الماء حسب الكمية. ** 0.2 كجم - 0.4 كجم: 2 ملعقة طعام ** 0.5 كجم - 0.8 كجم: 4 ملعقة طعام																		
	٣ خضروات مجمدة	0.2 كجم ~ 0.8 كجم	وعاء مايكروويف آمن	مجمدة	ضع الخضروات في وعاء آمن للاستعمال داخل المايكروويف. أضف الماء. غطها بغلاف. بعد الانتهاء من الطبخ، قلبها واطرها لمدة دقيقتين. أضف مقدار الماء حسب الكمية. ** 0.2 كجم - 0.4 كجم: 2 ملعقة طعام ** 0.5 كجم - 0.8 كجم: 4 ملعقة طعام																		
	٤ أرز/ معجنات	0.1 كجم ~ 0.3 كجم	وعاء مايكروويف آمن	الغرفة	اغسل الأرز قم بتصفية الماء. ضع الأرز والماء المغلي مع 1/4 إلى ملعقة شاي ملح في وعاء كبير وعميق. <table border="1" data-bbox="268 663 833 748"> <thead> <tr> <th colspan="2"></th> <th>الوزن</th> <th>100 جم</th> <th>200 جم</th> <th>300 جم</th> <th>الغطاء</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="2">الماء</td> <td>أرز</td> <td>180 مل</td> <td>330 مل</td> <td>480 مل</td> <td>نعم</td> </tr> <tr> <td>معجنات</td> <td>400 مل</td> <td>800 مل</td> <td>1200 مل</td> <td>لا</td> </tr> </tbody> </table>			الوزن	100 جم	200 جم	300 جم	الغطاء	الماء	أرز	180 مل	330 مل	480 مل	نعم	معجنات	400 مل	800 مل	1200 مل	لا
			الوزن	100 جم	200 جم	300 جم	الغطاء																
الماء	أرز	180 مل	330 مل	480 مل	نعم																		
	معجنات	400 مل	800 مل	1200 مل	لا																		
٥ سمك	0.1 كجم ~ 0.6 كجم	صحن مسطح آمن بالميكروويف	مبرد	سمك كامل، ستيك سمك مشبع بالزيت: سلمون، ماركريل سمك أبيض: القد، الهانوك رتب المحتويات في طبقة واحدة في طبق كبير مسطح آمن داخل المايكروويف. غط الصحن بإحكام بغلاف بلاستيك وأخرمه في مواضع متعددة. ضع المحتويات على الصينية الزجاجية الدوارة. اضبط الوزن ثم اضغط Start. بعد انتهاء الطبخ، أخرج الصحن من الفرن. اتركه لمدة 3 دقائق قبل التقديم.																			

# إذابة الثلج ألياً

تختلف درجة حرارة وكثافة الأطعمة، لذا ننصح بفحص الطعام قبل البدء بالطهي. انتبه إلى قطع اللحم والدجاج الكبيرة على وجه الخصوص، فبعض الأطعمة يجب ألا تذوب تمامًا قبل طبخها. إن برنامج الخبز BREAD يناسب إذابة الثلج عن الأصناف الصغيرة مثل اللفائف والأرغفة الصغيرة. هذا يتطلب وقتًا للسماح بإذابة الثلج عن قلب الطعام. يوضح المثال التالي كيفية إذابة الثلج عن 1.4 كجم من الدواجن المجمدة.

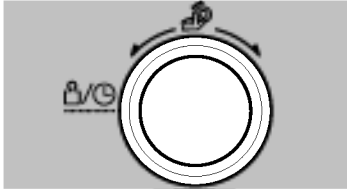


اضغط **STOP/CLEAR**.

حدد وزن المطلوب إذابة الثلج عنه. تأكد من نزع الأريطة المعدنية أو الأغطية؛ ثم ضع الطعام داخل الفرن وأغلق باب الفرن.



اضغط **AUTO DEFROST** مرتين لاختيار برنامج إذابة الدواجن **POULTRY**. سيظهر "def2" على شاشة العرض.



أدخل وزن الطعام المجمد المطلوب إذابة الثلج عنه. أدر **DIAL** إلى أن يظهر "1.4" على الشاشة.



اضغط **START**



يحتوي فرن المايكروويف على أربع إعدادات لإذابة الثلج: **اللحم، الدواجن، السمك، الخبز**؛ كل صنف يحتاج إلى إعدادات معينة. كل مرة تضغط فيها زر **AUTO DEFROST** سيختار إعدادًا مختلفًا.

الضغف	الصنف
1	لحم
2	دواجن
3	سمك
4	خبز

أثناء عملية إذابة الثلج سيصدر الفرن صوتًا، في هذه اللحظة افتح باب الفرن ثم اقلب الطعام وافصله عن بعضه لتتأكد من إذابة الثلج بشكل متساوي. تخلص من أي أجزاء تمت إذابة الثلج عنها أو غلفها لتقلل من معدل إذابتها. بعد أن تفحص الطعام، أغلق باب الفرن ثم اضغط **START** لاستئناف عملية إذابة الثلج. **لن يتوقف الفرن عن إذابة الثلج (حتى بعد أن يصدر صوتًا) حتى ينفذ الباب.**



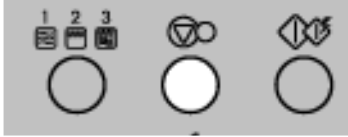
## دليل أوزان إذابة الثلج اليًا

- لا بد أن يكون الطعام المطلوب إذابته في حاوية آمنة للاستعمال داخل المايكروويف ويوضع غير مغطى على صينية زجاجية بواردة.
- وإذا لزم الأمر، يجب تغطية اللحوم أو الدواجن بقطع مسطحة من ورق الألونيوم. هذا يمنع من تسخين بعض المناطق أثناء إذابة الثلج. تأكد من عدم ملامسة ورق الألونيوم لجدار الفرن.
- أفضل الأصناف مثل اللحم المفروم، وقطع اللحم، والنقانق، ولحم الضأن بقدر المستطاع.
- حينما يصدر الفرن صوتاً، في هذه اللحظة أخرج الطعام من فرن المايكروويف، اقلب الطعام ثم أعدّه إلى الفرن. اضغط Start للاستمرار. عند نهاية البرنامج، أخرج الطعام من فرن المايكروويف، غطه بورق الألونيوم وأتركه إلى أن يذوب تماماً.
- ليتم الذوبان تماماً، يجب أن تترك قطع اللحم والدجاج الكامل مثلاً لمدة ساعة على الأقل قبل الطهي.

الصف	حدود الوزن	وعاء الطهي	الطعام
لحم	0.1 ~ 4.0 كجم	أواني المايكروويف (صحن مسطح)	لحم مفروم، ستيك فيليه، مكعبات الخضار، سيرليون ستيك، بطن مشوي، فخذ مشوي، برجر لحم، قطع حمل، لفائف لحم مشوي، نقانق، ريش (2 سم) اقلب الطعام عند سماع الصوت. بعد إذابة الثلج، اتركه 5-15 دقيقة.
دواجن			دجاجة كاملة، أرجل، صدور، صدور رومي (أقل من 2.0 كجم) اقلب الطعام عند سماع الصوت. بعد إذابة الثلج، اتركه 20-30 دقيقة.
سمك			فيليه، ستيك، سمكة كاملة، مأكولات بحرية اقلب الطعام عند سماع الصوت. بعد إذابة الثلج، اتركه 10-20 دقيقة.
خبز	0.1 ~ 0.5 كجم	فوطه ورقية أو صحن مسطح	شرائح خبز، كعك، خبز فرنسي، وغيرهم.

# الشواء الآلي

يوضح المثال التالي كيفية طبخ 0.6 كجم من لحم الضأن المشوي.



اضغط **STOP/CLEAR**



تسمح خاصية الشواء الآلي **AUTO ROAST** لطهي الأطعمة المفضلة لديك بسهولة وذلك باختيار نوع الطعام وتحديد وزنه.

اضغط **AUTO ROAST** مرتين لاختيار لحم الحمل المشوي Roast Lamb.

سيظهر "Ar-2" على الشاشة.



أمر **DIAL** إلى أن يظهر "0.6" على الشاشة.

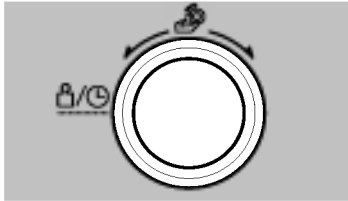
اضغط **START**

الضغط	الوصف
<b>AUTO ROAST</b>	الوصف
1 مرة	لحم مشوي
2 مرات	لحم حمل مشوي
3 مرات	لرجل دجاج

الوظيفة	الصنف	حدود الوزن	إناء الطهي	درجة حرارة الطعام	تعليمات
الشواء الآلي	١ لحم مشوي	0.5 كجم ~ 1.5 كجم	الرف السفلي	مبرد	ادهن اللحم بالزبدة. ضعها على الرف السفلي على الصينية الزجاجية. ضع حاوية المايكروويف لاستقبال سوائل اللحم المتساقطة تحت الرف. عند سماع الصوت، اقلب الطعام. ثم اضغط Start للاستمرار في الطبخ. بعد الانتهاء من الطبخ، اتركه مغطى بورق الألمونيوم لمدة 10 دقائق.
	٢ لحم حمل مشوي	0.5 كجم ~ 1.5 كجم	الرف السفلي	مبرد	ادهن اللحم بالزبدة. ضعها على الرف السفلي على الصينية الزجاجية. ضع حاوية المايكروويف لاستقبال سوائل اللحم المتساقطة تحت الرف. عند سماع الصوت، اقلب الطعام. ثم اضغط Start للاستمرار في الطبخ. بعد الانتهاء من الطبخ، اتركه مغطى بورق الألمونيوم لمدة 10 دقائق.
	٣ أرجل دجاج	0.2 كجم ~ 0.8 كجم	الرف العلوي	مبرد	اغسل الدجاج وجففه. ادهن أرجل الدجاج بالزبدة. ضعها على الرف السفلي على الصينية الزجاجية. ضع حاوية المايكروويف لاستقبال سوائل اللحم المتساقطة تحت الرف. عند سماع الصوت، اقلب الطعام. ثم اضغط Start للاستمرار في الطبخ. بعد الانتهاء من الطبخ، اتركه مغطى بورق الألمونيوم لمدة 2-5 دقيقة.

# إعادة التسخين الآلي

يوضح المثال التالي كيفية طبخ 0.6 كجم من اللحم المبرد.



أر DIAL إلى أن يظهر "0.6" على الشاشة.



الطبخ بالتسخين الآلي يجعل عملية إعادة تسخين الأطعمة أكثر سهولة وملاءمة. يمتاز الفرن بأنه سبق برمجته لإعادة تسخين الطعام آلياً.

يحتوي هذا الفرن على ثلاثة إعدادات لإعادة التسخين الآلي: لحوم مبردة، لحوم مجمدة، وبيتزا مبردة.

الوظيفة	الصنف	حدود الوزن	إناء الطهي	درجة حرارة الطعام	تعليمات
إعادة التسخين الآلي	١ لحم مبرد	0.3 كجم ~ 0.6 كجم	صينية خاصة	مبرد	<p>اثقب باستعمال سيخ على السطح.</p> <p>ضع المحتويات على الصينية الزجاجية الدوارة. بعد الطبخ، اتركها لمدة 2-3 دقيقة قبل التقديم.</p> <p>تحتاج للتقليب مثل: سباجيتي بولونيز، لحم مطبوخ</p> <p>لا تحتاج للتقليب مثل: لازانيا، فطيرة كرنب</p> <p><b>ملاحظة:</b></p> <p>بالنسبة للأطعمة داخل الأكياس، اثقب جزء اللحم وجزء الأرز/المعجنات.</p> <p>بالنسبة للأطعمة التي تحتاج إلى تقليب، قلبها مرة واحدة عند منتصف زمن الطبخ.</p> <p>لا يلزم تقليب الأطعمة التي لا تحتاج إلى التقليب.</p>
	٢ لحم مجمد	0.3 كجم ~ 0.6 كجم	صينية خاصة	مجمد	مثل ما سبق.
	٣ بيتوا مبردة	0.2 كجم ~ 0.4 كجم	الرف السفلي	مبرد	<p>هذه الوظيفة مخصصة لتسخين ما تبقى من البيتزا المبردة. ضعه البيتزا المبردة على الرف السفلي على الصينية الزجاجية.</p> <p>بعد الانتهاء من الطبخ، أخرج الطعام فوراً. اتركه 2 - 3 دقائق.</p>

# الطهي بمستوى أكثر أو أقل

يوضح المثال التالي كيفية تغيير برامج الطهي الآلي المعدة مسبقًا للحصول على زمن أكثر أو أقل للطهي.



اضبط برنامج الطهي الآلي المطلوب.  
(حدد وزن الطعام)

اضغط **START**.



إذا رأيت أنه الطعام زاد مستوى طبخه أو كان أقل من المطلوب عند استعمال برنامج الطهي الآلي أو إعادة التسخين الآلي أو الشواء الآلي، يمكنك زيادة زمن الطبخ أو تقليله بالضغط على مفتاح .

في حالة الطبخ بدون الوظائف الآلية، يمكنك تمديد زمن الطبخ عند أي نقطة بالضغط على مفتاح . نون الحاجة إلى إيقاف عملية الطهي.



اضغط **MORE** ().

سيزيد زمن الطهي 10 ثوان في كل مرة تضغط المفتاح.

اضغط **LESS** ().

سيقل زمن الطهي 10 ثوان في كل مرة تضغط المفتاح.

# دليل التسخين أو إعادة التسخين

لإتمام التسخين أو إعادة التسخين بنجاح داخل المايكروويف، من المهم اتباع بعض الإرشادات الهامة. حدد مقدار الطعام لتحديد الوقت المناسب لإعادة التسخين. للحصول على أفضل نتائج، رتب الطعام بشكل دائري. الطعام بدرجة حرارة الغرفة يعاد تسخينه أسرع من الطعام المجمد. لا بد من إخراج الأطعمة المعلبة ووضعها في حاويات المايكروويف. سيتم تسخين الطعام بشكل متساوي إن تمت تغطيته بأغطية المايكروويف أو بغلاف بلاستيكي مثقوب. انزع الغطاء بحرص لتفادي الحروق التي قد يسببها البخار. استخدم المخطط التوضيحي التالي كدليل لكيفية إعادة تسخين الأطعمة المطهية.

تعليمات خاصة	زمن الطهي (على HIGH)	الصنف
اطبخ المكونات مغطاة في صحن كسرولة المايكروويف. قلب المحتويات مرة واحدة عند منتصف زمن الطهي.	1 1/2 - 3 دقيقة	فاصوليا مخبوزة 1 كوب
اطبخ المكونات مغطاة في صحن كسرولة المايكروويف. قلب المحتويات مرة واحدة عند منتصف زمن الطهي.	2 1/4 - 4 دقائق 7 - 11 دقيقة	رافيولي أو معجنات بالصلصة 1 كوب 4 أكواب
اطبخ المكونات مغطاة في صحن كسرولة المايكروويف. قلب المحتويات مرة واحدة عند منتصف زمن الطهي.	1 1/2 - 1 دقيقة 3 1/2 - 5 دقيقة	أرز 1 كوب 4 أكواب
غطه بغطاة ورقية وضعه على الصينية الزجاجية.	15 - 30 ثانية	سندوتش طويل أو مدور 1 خبز طويل
اطبخ المكونات مغطاة في صحن كسرولة المايكروويف. قلب المحتويات مرة واحدة عند منتصف زمن الطهي.	1 1/2 - 2 1/2 دقيقة 3 1/2 - 5 1/2 دقيقة	خضروات 1 كوب 4 أكواب
اطبخ المكونات مغطاة في صحن كسرولة المايكروويف. قلب المحتويات مرة واحدة عند منتصف زمن الطهي.	1 1/2 - 2 دقيقة	شوربة صحن واحد (8 أونصة)

تعليمات خاصة	زمن الطهي (على HIGH)	الصنف
ضع شرائح اللحم على صحن مخصص للمايكروويف. غطها بغطاء بلاستيكي واثقبه. ملاحظة: الصلصة تساعد على احتفاظ اللحم بطراوته.	1 - 2 دقيقة	شرائح لحم 3 شرائح (بسمك 0.5 سم)
ضع قطع الدجاج على صحن مخصص للمايكروويف. غطها بغطاء بلاستيكي واثقبه.	2 - 3 دقيقة	قطع دجاج صدر واحد رجل واحد وفخذ
ضع السمك على صحن مخصص للمايكروويف. غطها بغطاء بلاستيكي واثقبه.	3 1/2 - 3 دقيقة 1 - 2 دقيقة	سمك فيليه (170 - 230 جم)
ضع اللازانيا على صحن مخصص للمايكروويف. غطها بغطاء بلاستيكي واثقبه.	4 - 6 دقيقة	لازانيا صحن واحد (300 جم)
اطبخ المكونات مغطاة في صحن كسرولة المايكروويف. قلب المحتويات مرة واحدة عند منتصف زمن الطهي.	1 1/2 - 3 دقيقة 4 1/2 - 7 دقائق	كسرولة 1 كوب 4 أكواب
اطبخ المكونات مغطاة في صحن كسرولة المايكروويف. قلب المحتويات مرة واحدة عند منتصف زمن الطهي.	1 - 2 1/2 دقيقة 3 1/2 - 6 دقيقة	كسرولة كريمة أو جبن 1 كوب 4 أكواب
اطبخ المكونات مغطاة في صحن كسرولة المايكروويف. قلب المحتويات مرة واحدة عند منتصف زمن الطهي.	7 ~ 7 1/2 دقيقة (على متوسط)	بطاطا مهروسة جم 350

# دليل الخضروات الطازجة

نوع الخضار	المقدار	زمن الطهي (على HIGH)	تعليمات	زمن الإنجاز
نرة طازجة	2 كوز	4 ~ 8	قشر. أضف 2 ملعقة طعام ماء إلى 1.5 لتر ماء في صحن الخبز. غطها.	2-3 دقيقة
فطر طازج شرائح	230 جم	1 1/2 ~ 2 1/2	ضع الفطر في إناء سعته 1.5 لتر. قلب المحتويات مرة واحدة عند منتصف زمن الطهي.	2-3 دقيقة
جزر أبيض طازج شرائح	450 جم	4 ~ 7	أضف 1/2 كوب ماء إلى صحن مغطى سعته 1.5 لتر. قلب المحتويات مرة واحدة عند منتصف زمن الطهي.	2-3 دقيقة
بازلاء خضراء طازجة	4 أكواب	6 ~ 9	أضف 1/2 كوب ماء إلى صحن مغطى سعته 1.5 لتر. قلب المحتويات مرة واحدة عند منتصف زمن الطهي.	2-3 دقيقة
بطاطا حلوة كاملة مخبوزة (170-230 جم الواحدة)	2 متوسطة 4 متوسطة	4 ~ 9 6 ~ 12	اثقب البطاطا عدة مرات باستعمال الشوكة. ضعها على فوطتين ورقيتين. اقلبها عند منتصف زمن الطهي.	2-3 دقيقة
بطاطا بيضاء، كاملة مخبوزة (170-230 جم الواحدة)	2 حبة بطاطا 4 حبات بطاطا	5 1/2 ~ 7 1/2 9 1/2 ~ 14	اثقب البطاطا عدة مرات باستعمال الشوكة. ضعها على فوطتين ورقيتين. اقلبها عند منتصف زمن الطهي.	2-3 دقيقة
سبانخ طازجة أوراق	450 جم	4 1/2 ~ 7 1/2	أضف 1/2 كوب ماء إلى صحن مغطى سعته 2 لتر.	2-3 دقيقة
جزر أبيض طازج شرائح	450 جم	4 1/2 ~ 7 1/2	أضف 1/2 كوب ماء إلى صحن مغطى سعته 1.5 لتر. قلب المحتويات مرة واحدة عند منتصف زمن الطهي.	2-3 دقيقة
جزر أبيض طازج كامل	450 جم	6 ~ 9	اثقب. ضعها على فوطتين ورقيتين. اقلب الجزر الأبيض وأعد ترتيبه عند منتصف زمن الطهي.	2-3 دقيقة

نوع الخضار	المقدار	زمن الطهي (على HIGH)	تعليمات	زمن الإنجاز
خرشوف (230 جم الواحدة)	2 متوسط 4 متوسط	4 1/2 ~ 7 10 ~ 12	اقطع الزوائد. أضف ملعقتي طعام ماء وملعقتي طعام عصير. غطها.	2-3 دقيقة
هليون طازج براعم	450 جم	2 1/2 ~ 6	أضف كوب ماء. غطه.	2-3 دقيقة
فاصوليا خضراء	450 جم	7 ~ 11	أضف 1/2 كوب ماء إلى صحن سعته 1.5 لتر. قلب المحتويات مرة واحدة عند منتصف زمن الطهي.	2-3 دقيقة
فاصوليا طازجة	450 جم	11 ~ 16	أضف 1/2 كوب ماء إلى صحن مغطى سعته 1.5 لتر. أعد ترتيب المحتويات مرة واحدة عند منتصف زمن الطهي.	2-3 دقيقة
بروكلي طازج براعم	450 جم	5 ~ 8	ضع البروكلي في صحن الخبز. أضف 1/2 كوب ماء.	2-3 دقيقة
كرونب طازج مقطع	450 جم	5 1/2 ~ 7 1/2	أضف 1/2 كوب ماء إلى صحن مغطى سعته 1.5 لتر. قلب المحتويات مرة واحدة عند منتصف زمن الطهي.	2-3 دقيقة
جزر طازج شرائح	200 جم	2 ~ 3	أضف 1/4 كوب ماء إلى صحن مغطى سعته 1.5 لتر. قلب المحتويات مرة واحدة عند منتصف زمن الطهي.	2-3 دقيقة
قرنبيط طازج كامل	450 جم	5 ~ 7	اقطع الزوائد. أضف 1/4 كوب ماء إلى صحن مغطى سعته 1.5 لتر. قلب المحتويات مرة واحدة عند منتصف زمن الطهي.	2-3 دقيقة
أزهار كرفس طازجة شرائح	2 أكواب 4 أكواب	11 ~ 16	اقطع شرائح. أضف 1/2 كوب ماء إلى صحن مغطى سعته 1.5 لتر. قلب المحتويات مرة واحدة عند منتصف زمن الطهي.	2-3 دقيقة



# دليل الشواء

## إرشادات حول شي الأسماك والمأكولات البحرية

ضع السمك والمأكولات البحرية على الرف. يجب قطع السمكة الكاملة بشكل مائل من الجهتين قبل الشواء. ادهن السمك والمأكولات البحرية بالزبدة أو الزيت قبل وأثناء الطبخ. هذا سيساعد في منع جفاف السمك. يتم الشواء حسب الأوقات المحددة بالجدول. السمكة الكاملة وستيك السمك يجب قلبهم بحرص عند منتصف زمن الطبخ. يمكن أيضاً قلب قطع الفيليه السميكة عند منتصف زمن الطهي.

الصنف	الوزن	زمن الطهي بالتقريب (بالدقائق)	تلميحات
ستيك السمك 2.5 سم بسمك 1 بوصة	230 جم	24-28	ادهن بالزبدة وقلب عند منتصف زمن الطهي.
سمكة كاملة	225 - 350 جم الواحدة	16-20 24-28	اترك المزيد من الوقت بالنسبة للسمك السميكة أو المحتوي على قدر كبير من الزيت.
سكالوب روبيان نيئ	450 جم 450 جم	16-20 16-20	ادهن جيداً أثناء الطبخ.

## إرشادات بخصوص شي اللحوم على الشواية

- اقطع الدهون الزائدة من اللحم. اقطع الدهون تأكد من أنك لا تقطع النسيج. (هذا سيمنع تجعيد الدهون.)
- رتب المحتويات على الرف. ادهنها بزبدة أو زيت.
- اقلب اللحم عند منتصف زمن الطهي.

الصنف	الوزن	زمن الطهي بالتقريب (بالدقائق)	تلميحات
قطع الحمل 2.5 سم بسمك 1 بوصة)	230 جم 2x	25-32	ادهنه بالزبدة أو الزيت. يجب وضع الأصناف غير السميكة على رف الشواء. الأصناف السميكة يمكن وضعها على صينية التقطير. اقلب الطعام عند منتصف زمن الطبخ. أدر باستمرار.
سُجُق 2.5 سم بسمك 1 بوصة)	230 جم	13-16	
شرائح لحم السمك 1 سم بسمك 1/2 بوصة) 1.5 سم بسمك 1/2 بوصة)	230 جم 230 جم	17-21 20-24	ادهن بالزبدة وقلب عند منتصف زمن الطهي.

# تحذيرات من أجل السلامة

## تنبيه

تأكد من الاوقات المخصصة للطبخ جيدا لان زيادة الطبخ عن الوقت المحدد تؤدي الى إحداث الحرائق وإتلاف الفرن.

١٠. الكميات القليلة من الطعام تحتاج الى وقت أقصر للطبخ أو التسخين. اذا استعملت التوقيت العادي فقد يؤدي الى حرقها أو إتلافها.
١١. تأكد من وضع الفرن بحيث تكون مقدمة الباب بعيدة ٨ سم أو أكثر سم خلف طرف السطح الموجودة فوقه لتجنب انقلاب الفرن.
١٢. قبل وضع البطاطس أو التفاح او ما يشابهه في الفرن اخرج ثقبا في قشرتها.
١٣. لا تطبخ البيض بقشوره في الفرن. الضغط سيزداد داخل البيضة فتفجر.
١٤. لا تحاول الغلي بالزيت الكثير في الفرن.
١٥. انزع الغلاف البلاستيكي عن الطعام قبل طبخه أو تسخينه أو ازالة الجليد منه . لاحظ أنه في بعض الحالات الخاصة فقط يجب لف المادة المطبوخة بفيلم بلاستيكي للتسخين أو الطبخ.
١٦. اذا كان باب الفرن مصابا بالضرر، يجب عليك عدم تشغيل الفرن حتى يتم إصلاحه بالفني المختص للخدمات.
١٧. اذا لاحظت وجود الدخان حافظ على باب الفرن مغلقا ولكن أوقف تشغيله وافصله عن التيار الكهربائي.
١٨. عند طبخ او تسخين الطعام في أوعية وأواني الاستخدام مرة واحدة أنتبه جيدا للفرن عدة مرات لمعرفة إفساد أوعية .
١٩. لا تسمح للأطفال باستخدام الفرن بدون إشراف إلا عند توفير التعليمات المناسبة بحيث يستخدم الأطفال الفرن بطريقة آمنة ويعرف خطر التشغيل غير المناسب.
٢٠. لا تسخن السوائل أو الأطعمة الأخرى بالأوعية المغطاة بإحكام لانها قد تنفجر.

١. لا تحاول تغيير أو إجراءات تعديل أو اصلاح للباب ولوحة التحكم ومفاتيح الأمن أو اي جزء من أمام الفرن. ومن الخطر لأي شخص القيام بأي إصلاح مثل سحب أي غطاء يمنع التعريض لطاقة المايكروويف. يجب أن يقوم بعمليات الإصلاح فني مؤهل.
٢. لا تعمل على تشغيل الفرن وهو فارغ. من الأفضل وضع كاس من الماء في الفرن أثناء عدم الاستخدام. الماء سيمتص جميع طاقة موجات المايكرو اذا اشتغل الفرن بطريق الخطأ.
٣. لا تجفف الملابس في الفرن والتي يمكن أن تتكربن أو تحترق اذا سخنت لفترة طويلة.
٤. لا تطبخ المواد الغذائية ملفوفة بمناديل ورقية الا اذا كانت تعليمات كتاب الطبخ لهذه الوجبة تحتوي على التعليمات.
٥. لا تستخدم اوراق الجرائد بدلا من مناديل الورق.
٦. لا تستخدم اواني خشبية للطبخ في الفرن. انها ستسخن وتتفحم . لا تستخدم أواني معدنية أو أواني فخارية مرجعة ب مواد معدنية (كالذهب أو الفضة). دائما ارفع المواد المعدنية. المواد المعدنية في الفرن تؤدي لما يشبه البرق ويمكنها اتلاف الفرن.
٧. لا تشغل الفرن أثناء وجود حافظ بين بأن الفرن وأطرافه كالورق أو المناديل أو أي شيء اخر فهذه تؤدي الى تسرب طاقة موجات المايكرو خارج الفرن.
٨. لا تستخدم المنتجات الورقية المدورة لانها قد تحتوي على شوائب قد تؤدي الى إحداث شرارة أو حريق.
٩. لا تنظف المائدة الدائرية بوضعها في الماء فورا بعد الطبخ. هذا يؤدي الى كسرها أو إتلافها.

# أواني الطبخ الأمانية بفرن المايكروويف

لا تستخدم أبداً أواني معدنية أو يدخل في تركيبها معادن في فرن المايكروويف.

موجات المايكروويف لا تخترق المعادن وإنما ترتد عنها - مثلما ترتد عن جدران فرن المايكروويف المعدنية - وتتسبب في تشكيل « أقواس » كهربائية تشبه الصواعق أو البرق.  
أواني الطبخ غير المعدنية المقاومة جدا للحرارة هي الأكثر أمنا للاستخدام في فرن المايكروويف. ولكن ربما يحتوي بعضها على مواد قد لا تكون مناسبة للاستخدام في فرن المايكروويف. إذا كان لديك شك في أي وعاء معين هناك وسيلة سهلة لمعرفة ما إذا كان يناسب للاستخدام في فرن المايكروويف.  
اختبار صلاحية الوعاء للاستخدام في فرن المايكروويف: ضع الاناء المطلوب بالقرب من كأس القياس الزجاجي المملوء بالماء داخل فرن المايكروويف. إذا سخن الماء بعد دقيقة واحدة بينما الوعاء ما زال بارداً فإن استخدام الوعاء في فرن المايكروويف آمن. ولكن إذا لم تتغير درجة حرارة الماء لكن الوعاء نفسه أصبح ساخناً فمعنى ذلك أن الوعاء نفسه يمتص موجات المايكروويف وليس مناسباً ولا آمناً للاستخدام في فرن المايكروويف. قد لديك الكثير من المواد في المطبخ التي يمكنك استخدامها الآن كمعدات للطبخ في فرن المايكروويف. اقرأ القائمة التالية بعناية:

## الاطباق الطعام

كثير من انواع الاطباق يمكن استخدامها في الفرن ؛ اذا كان لديك شك فانظر في دليل الارشادات من المنتج أو اختبر الطبق في الفرن بنفسك.

## الواني الزجاجية

الواني الزجاجية المقاومة للحرارة يمكن استخدامها في فرن المايكروويف. وهذا يتضمن جميع انواع الواني الزجاجية بدرجة حرارة الفرن. ولكن لا تستخدم الاقداح الشفافة وكاسات الخمرة وما شابهها في الفرن لانها ستتكسر عندما يسخن الطعام.

## أواني الحفظ البلاستيكية

يمكن استخدامها للاطعمة سريعة التسخين غير أنه يجب عدم استخدامها لطبخ الاطعمة التي تحتاج الى فترة في الفرن لان الطعام الساخن سيذيب البلاستيك أو يلتصق به.

## الورق

الحاويات والصحون الورقية مناسبة للاستخدام في فرن المايكروويف شريطة أن تكون فترة الطبخ قصيرة وان تكون الاطعمة المنوي طبخها فيها قليلة الاحتواء على الدهون والماء. المناظف الورقية مناسبة أيضا للف الاطعمة ووضعها في أسفل الصواني المنوي فيها طبخ المواد الدهنية. تجنب الاوراق الملونة لان اللون قد يتحلل. وبعض الاوراق التي تم إعادة دورتها قد تحتوي على مادة غير صافية قد تؤدي الى اشتعال أو احتراق أثناء استخدامها في فرن المايكروويف.

## أكياس الطبخ البلاستيكية

إذا كانت مصنوعة خصيصا لعمليات الطبخ فانها آمنة الاستخدام في الفرن. ولكن تأكد ان تعمل شقاً في الكيس حتى يخرج البخار. لا تستخدم اكياس البلاستيك العادية أبداً في فرن المايكروويف لانها ستذوب وتتمزق.

## أواني فرن المايكروويف البلاستيكية

يوجد أنواع عديدة واشكال مختلفة وأحجام متعددة من اواني الطبخ في المايكروويف. ومن المحتمل انك تستطيع استخدام ما لديك في فرن المايكروويف بدلا من شراء أواني جديدة.

## الخزف والسيراميك والواني الحجرية :

الأواني المصنوعة من هذه المواد عادة مناسبة للاستخدام في فرن المايكروويف ومع ذلك يجب اختيارها أولاً.

## تحذير

بعض الأواني التي تحتوي على نسبة عالية من الرصاص أو الحديد غير مناسبة للاستخدام كأواني طبخ في فرن المايكروويف. لا تبتد فحص الأواني للتأكد من أنها مناسبة للاستخدام في أفران المايكروويف.

# خصائص المواد الغذائية والطبخ بفرن المايكروويف

## نسبة الرطوبة في المواد الغذائية

بما أن موجات المايكروويف تنجذب إلى الرطوبة فإن المواد الغذائية شبه الجافة مثل تحمير اللحم أو الدجاج وبعض أنواع الخضراوات يجب رشها بقليل من الماء قبل طبخها أو تغطيتها حتى تحتفظ بالبخار .

## محتويات الطعام من العظام والدهون

العظام موصلة للحرارة والكميات الكبيرة من الدهون في المادة المطبوخة تجذب إليها موجات الطاقة. لذلك يجب الاعتناء جيدا عند وضع اللحوم والدجاج بعظامها وشحمها في الفرن. حتى لا تنطبخ بدون تساوي في الاستواء أو تزيد سواء بعضها عن الآخر.

## كمية الطعام

عدد موجات المايكروويف في الفرن ثابتة بغض النظر عن كمية الطعام الجاري طبخه. لذلك كلما زادت كمية المواد الغذائية الموضوعة في الفرن للطبخ كلما زاد طول الوقت الذي تحتاجه للاستواء.

## شكل المواد الغذائية

موجات المايكروويف تخترق حوالي ٢.٥ سم داخل المواد الغذائية : القسم الداخلي من المواد الغذائية السميكة تستوي مع انتقال الحرارة المولدة في الخارج إلى الداخل. وبعبارة أخرى فقط تستوي الطبقة الخارجية بسمك ٢.٥ سم فقط فعليا بموجات المايكروويف بينما يستوي الباقي عند طريق التحول الحراري. ومن هنا فإن أسوأ شكل للمادة الغذائية المطبوخة هي الشكل المربع السميكة : تحترق الأطراف حتى قبل أن يسخن وسطها. أفضل أشكال المواد الغذائية للطبخ هي المستديرة بشكل حلقات والدائرية الرقيقة.

## التغطية

تغطية الطعام تحدث الحرارة والبخار وتؤدي إلى طبخ الطعام أكثر سرعة. ويمكن استخدام غطاء أو فيلم خاص للمايكروويف مع أطرافه المنطوية لمنع شقه.

## التحمير

للحوم والدجاج عند طبخها خمس عشر دقيقة أو أكثر ستتحمر بفعل الدهون الموجودة فيها. المواد الغذائية المطبوخة لفترة زمنية أقصر يمكن دهنها بمواد التحمير للحصول على اللون المرغوب.

وبما أن كمية قليلة من صلصة التحمير تضاف إلى المادة المطبوخة فإن النكهة الأصلية والمذاق المرغوب لا يتأثران ولا يتغيران.

## التغطية بالورق المضاد للدهن

التغطية بالورق المضاد للدهن تمنع توليد الصحن وتساعد الطعام على الاحتفاظ بحرارته، وعندها قد يحدث تجفيف الطعام قليلا لأنها تجعل الغطاء رخوا.

## الترتيب والمسافات

أنواع الأطعمة المختلفة كالبطاطس والكعك الصغير تستوي بسرعة أكبر إذا كانت مرتبة على شكل دائري بينما مسافات متساوية لا تضع مواد الغذائية فوق بعضها أبدا.

## مراقبة الأمور جيدا

الوصفات التالية اعداد الطعام جرى وضعها بعناية شديدة غير أن نجاحك في إعدادها يعتمد على مدى اهتمامك بالطعام أثناء طبخه. دائما راقب الطعام أثناء الطبخ. فرن المايكروويف مزود بزر خاص للإضاءة الذي يشتغل تلقائيا أثناء عمل فرن المايكروويف حتى تستطيع مشاهدة الطعام داخل الفرن وفحص مدى تقدم عملية الطبخ. الإرشادات الموجودة في وصفات إعداد الطعام مثل التحريك والرفع وغير ذلك يجب اعتبارها أقل ما يوصى به من إجراءات. إذا بدأ أن الطعام لم يستوي بشكل متساوي عليك إجراء التعديلات اللازمة التي تعتبرها مناسبة لتصحيح هذه المشكلة.

## العوامل المؤثرة في فترة الطبخ في فرن المايكروويف

هناك عوامل كثيرة تؤثر في فترة إعداد الطعام. درجة حرارة المكونات المستخدمة في إعداد الطعام لها تأثير كبير في فترة الطبخ. الكعك على سبيل المثال المستخدم فيه الرطوبة المثلى والحليب البارد والبيض يستغرق فترة أطول نسبيا للطبخ من الموجود فيها مواد بدرجة حرارة الغرفة. جميع الوصفات لإعداد الطعام في هذا الكتاب تقدم فترة تقريبية للطبخ. بشكل عام ستجد أن الطعام يظل غير كامل الطبخ عند اسفله أو عند النهايات الدنيا لفترة الطبخ قد تحتاج أحيانا للطبخ فترة أطول قليلا أكثر من الحد الأقصى المعطى في الكتاب تبعا لتفضيلات الذوق الشخصية. الفلسفة الأساسية في هذا الكتاب أنه من الأفضل إعطاء وصفة محافظة بدلا من إعطاء فترة طبخ زائدة عند الحاجة. الطعام المطبوخ فترة طويلة أكثر من اللازم يتلف وغير قابل للاستخدام. بعض الوصفات خاصة للخبز والكعك والكاستارد يوصى برفع الطعام من الفرن قبل اكتمال طبخها. والسبب في ذلك ان الحرارة الداخلية للطعام ستستمر تنضيجه بفعل الحرارة الموجودة في الأجزاء الخارجية والتي تنتقل تدريجيا إلى الأجزاء الداخلية. ستزداد مهارتك في إعداد الطعام مع مرور الوقت والحصول على الخبرة في إعداد وقت بدء الطبخ ووقت انتهاءه.

## كثافة المادة المطبوخة

الأطعمة الخفيفة مثل الكعك والخبز تستوي بسرعة أكبر من مواد الطبخ الكثيفة مثل اللحم والدجاج المحمر. يجب الاعتناء عند طبخ المواد الغذائية الخفيفة أن لا تجف أطرافها.

## ارتفاع المادة الغذائية

الجزء العلوي من المواد الغذائية المرتفعة خاصة عند التحمير سينطبخ بسرعة أكبر من إستواء الأجزاء السفلية. لذلك من الأفضل قلب مادة الطبخ الكبيرة عدة مرات أثناء الطبخ.

# خصائص المواد الغذائية والطبخ بفرن المايكروويف

## التحريك

التحريك من أهم أساليب طبخ المايكروويف. في الطبخ العادي يجري تحريك المواد الغذائية من أجل مزجها مع بعضها جيدا. ولكن في فرن المايكروويف يجري تحريكها من أجل انتشار وتوزيع الحرارة. دائما حرك المواد الغذائية من الخارج باتجاه الوسط لأن الأجزاء الخارجية من الطعام تسخن دائما بسرعة.

## قلب المواد الغذائية

المواد الغذائية الكبيرة الحجم والسميكة مثل الدجاجة الكاملة يجب قلب عاليها سافلها حتى يستوى السطح العلوي والسطح السفلي بالتساوي. كذلك من الأفضل قلب أجزاء الدجاجة المقطعة واللحوم المقطعة.

## وضع الأجزاء السميكة في المواقع المكشوفة

بما أن موجات المايكرو موجبة أولا إلى الأجزاء الخارجية من الطعام فمن المنطقي وضع الأجزاء السميكة كاللحوم والدجاج والسمك عند الأطراف المكشوفة لوعاء الطبخ.

بهذه الطريقة تلتقي الأجزاء السميكة أكثر الطاقات من موجات المايكرو ويستوى الطعام بشكل متساوي.

## الوقاية

صفايح الألمنيوم (الفيول) الرقيقة التي تحجب موجات المايكروويف يمكن وضعها على زوايا وأطراف المواد الغذائية المربعة والمستطيلة لمنع نضوج هذه الأجزاء بسرعة قبل غيرها. لا تستخدم صفايح الألمنيوم السميكة أو الكثيرة أبدا لأن ذلك يؤدي إلى ما يشبه البرق كذلك حافظ عليها محكمة تماما عند الاستخدام.

## رفع المستوى

المواد الغذائية السميكة و الزكيفة من الأفضل رفع مستوى وضعها حتى يمتص الجزء السفلي موجات المايكروويف مثل الأطراف والسطح.

## الثقب

المواد الغذائية بالقشرة، الجلد أو الغشاء تكاد تندفع في الفرن إلا في حالة ثقب هذه المواد الغذائية قبل طبخها. بما في هذه المواد الغذائية صفار البيض وبياض البيض والقعقة والحارة والخضراوات والفواكه الكاملة.

## اختبار الذوق عند الطبخ

نظرا لأن سرعة طبخ الطعام في المايكروويف، من الضروري اختبار نوق الطعام كثيرا. بعض الأطعمة تبقى في فرن المايكروويف حتى ينتهي طبخها، لكن معظم الأطعمة بما فيها اللحوم والدجاج مخروجة من فرن المايكروويف أثناء كونها في الطريق إلى طبخها فانظر مدة لانتهاه الطبخ. قد ترتفع درجة الحرارة الداخلية بين ٥ فهرنهايت (٣ مئوية) و ١٥ ف (٨ م) أثناء وقت الانتظار.

## وقت الانتظار

ارتك الأطعمة تبقى في الفرن لمدة ٢ إلى ١٠ دقائق بعد اخراجها من فرن المايكروويف. وقت طبخ الأطعمة يعضى وقت الانتظار للاحتفاظ بالحرارة في حالة انك تريد تجفيفها لكي تتصلب (مثلا بعض الكعكات واليسكويت). ينتهي الطبخ خلال وقت الانتظار وهذا الوقت يساعد على حماية النكهة وتحسينها.

## تنظيف الفرن:

### ١. حافظ على نظافة الفرن من الداخل.

يقع الطعام أو السوائل تلتصق بجدران الفرن وبين الباب ومغلقه. من الأفضل مسحها فورا بمنشفة مبلولة البقع الوسائل في الفرن تمتص حرارة المايكروويف لذلك تحتاج عملية الطبخ الى فترة أطول. استخدم قطعة قماش مبلولة لتنظيف داخل الفرن وتحت الباب وإطار الباب. من الضروري المحافظة على نظافة هذه المنطقة من أجل احكام غلاق الباب. انزع البقع المتجمدة بمقاش مبلول ثم جفف المكان. لا تستخدم قماش خشن أو سلك التنظيف. الصينية الزجاجية يمكن تنظيفها بالماء.

### ٢. حافظ على نظافة الفرن الخارجية.

نظف الفرن من الخارج بالماء والصابون وجففه بقطعة قماش ناعمة أو منشفة ورقية. من أجل منع تلف الأجزاء والفعالة في الفرن يجب عدم السماح بتسرب الماء داخل الفرن من فتحة التهوية. لتنظيف لوحة القيادة افتح باب الفرن لتمنع تشغيل غير المقصود وامسحها بقطعة قماش مبلولة ثم بقطعة قماش جافة فورا. المس زر الإيقافبعد عملية التنظيف.

### ٣. اذا تراكم البخار داخل باب الفرن أو حول الباب من الخارج فان هذا لا يدل

على تعطل الفرن دائما توجد ستة رطوبة عالية في الجو. امسح البخار بقطعة قماش عن لوحة القيادة.

### ٤. الباب ومغاليق الباب يجب أن تظل نظيفة دائما. استخدم الماء الدافئ

فقط أو الماء بالصوبين لتنظيفها ثم جففها جيدا. لا تستخدم مواد خشنة أو مسحوق التنظيف أو لفات بلاستيكية أو فولاذية للتنظيف.

الأجزاء المعدنية في الفرن يسهل المحافظة عليها عند تنظيفها دائما بقطعة من القماش المبلول.

# أسئلة وأجوبة

- س. هل يمكن عمل الفشار في فرن المايكروويف ؟  
ج. نعم، إذا أُجرى استخدام إحدى الطريقتين التاليتين.  
١. في وعاء عمل الفشار المصنوع خصيصا للاستخدام فيفرن المايكروويف.  
٢. فشار مصنوع مسبقا خاص بفرن المايكروويف يحتوي على مزايا معينة مناسبة للتضييع النهائي.

نفذ التعليمات المعطاة من الصانع لمنتجات الفشار. لا تترك الفرن بدون مراقبة شديدة أثناء عمل الفشار. إذا لم يبدأ الفشار بعد اتباع التعليمات المعطاة فوقف عن العمل. الاستمرار في محاولة أنضاجه قد يؤدي الى احتراقه.

## تحذير

لا تستخدم ابداً اكياس الورق البنية لعمل الفشار. لا تحاول ابدا عمل فشار من بقايا حبات الذرة.

س. لماذا لا يتطبخ فرن المايكروويف الاطعمة في الوقت المحدد في دليل الطبخ ؟

- ج. راجع دليل الطبخ مرة ثانية. لتتأكد بأنك قمت بتنفيذ الإرشادات على الوجه الصحيح ومعرفة اسباب التغير في اوقات الطبخ. الاوقات الزمنية في دليل الطبخ هي مقترحات فقط لمنع حدوث احتراق أو زيادة في التسخين .... المشكلة الأكثر حدوثا هي التعود على الطبخ في المايكروويف. الاختلافات في الحجم والشكل والوزن والأبعاد قد تتطلب فترة طبخ أطول. استعمل خبرتك وحكمتك الذاتية الى جانب دليل الطبخ لفحص درجة الطعام كما ترغبه.

- س. ما هو السبب في عدم توهج ضوء الفرن ؟  
ج. هناك بعض أسباب في عدم توهج ضوء الفرن.  
• لمبة الضوء قد احترقت  
• باب الفرن غير مغلق

س. هل تمر موجات طاقة فرن المايكروويف من خلال نافذة العرض ؟  
ج. لا. الفتحات أو الثقوب معمولة للسماح بمرور الإضاءة ولكنها لا تسمح بمرور طاقة المايكروويف.

س. لماذا ينطلق صوت الصفارة عند لمس الزر على لوحة التحكم ؟  
ج. صوت الصفارة يشير الى اكتمال البرمجة.

س. هل يتلف فرن المايكروويف عند تشغيله فارغا ؟  
ج. نعم. لا تشغله فارغا أبدا أو بدون الصينية الزجاجية.

س. لماذا تفقع البيضات احيانا ؟  
ج. أثناء قلي أو تحميص أو سلق البيض قد يفقع صفار البيض بسبب تراكم البخار داخل الصفار. لمنع حدوث ذلك فقط اخزق الصفار بنكاشة اسنان قبل الطبخ. لا تطبخ البيض أبدا بدون خزق القشرة.

س. لماذا تحتاج الى وقت الانتظار بعد أنتهاء عملية الطبخ ؟  
ج. بعد انتهاء الطبخ في فرن المايكروويف يستمر الطعام في الطبخ خلال فترة الانتظار. هذه الفترة تجعل الطعام ينضج بالتساوي. فترة الانتظار تعتمد على مدى كثافة الطعام.

# معلومات توصيل الأسلاك

## المواصفات الفنية

### المواصفات الفنية

MH-5883ALB	
230 فولت تيار متردد/50 هرتز	إدخال الطاقة
800 وات (مقياس التقدير IEC60 705)	الإخراج
2450 ميجاهرتز	تردد الميكروويف
455 مم (العرض) x 284 مم (الارتفاع) x 347 مم (العمق)	الأبعاد الخارجية
	استهلاك الطاقة
1200 وات	الميكروويف
1000 وات	الثواء
2150 وات	المزوج

## تحذير


هذا الجهاز يجب توصيله بالأرضي

الأسلاك في هذه الفيشة ملونة وفق النمط التالي:  
الأزرق ~ المحايد  
البنّي ~ التيار  
الأخضر والأصفر ~ الأرضي

إن لم تتفق الألوان المحددة على الفيشة مع العلامات الملونة المحددة على الأطراف، إذن:

السلك الملون بالأزرق يجب توصيله بالطرف الذي يحمل علامة الحرف N أو الملون بالأسود.

السلك الملون بالبنّي يجب توصيله بالطرف الذي يحمل علامة الحرف L أو الملون بالأحمر.

السلك الملون بالأخضر والأصفر أو الأخضر يجب توصيله بالطرف الذي يحمل علامة الحرف E أو .

إن تلف سلك التيار، يجب استبداله من قبل جهة التصنيع أو وكيل الخدمة أو الفني المختص لتجنب المخاطر.

بالنسبة للاستعمال في سنغافورة، إن تلف سلك التيار، يجب استبداله بسلك خاص متوفر من المصنع أو وكيل الخدمة.