



**MIKROVÅGSUGN
MIKROBØLGEOVN
MIKROBØLGEOVN
MIKROAALTOUUNI**

**ANVÄNDARHANDBOK
BRUKERHÅNDBOK
BRUGERVEJLEDNING
KÄYTTÖOHJEET**

LÄS IGENOM DENNA ANVÄNDARHÅNDBOK NOGA INNAN MIKROVÅGSUGNEN ANVÄNDS.
SETT DEG GRUNDIG INN I INNHOLDET I DENNE BRUKERHÅNDBOKEN FØR APPARATET TAS I BRUK.
LÆS VENLIGST VEJLEDNINGEN GRUNDIGT, INDEN OVNEEN TAGES I BRUG.
LUKEKAA NÄMÄ OHJEET HUOLELLISESTI ENNEN MIKROAALTOUUNIN KÄYTTÖÄ.

**MC-7684B
MC-7684BS**

P/No: MFL36437001

Forholdsregler

Forholdsregler mod mulig overeksponering for mikrobølger.

Ovnen kan ikke startes med åben låge på grund af den sikkerhedsmekanisme, der er indbygget i låsen på lågen. Sikkerhedsmekanismen afbryder automatisk alle funktioner, når lågen åbnes. I modsat fald kunne der opstå en skadelig eksponering for mikrobølger.

Det er vigtigt, at sikkerhedsmekanismen ikke beskadiges på nogen måde.

Sørg for ikke at placere genstande mellem ovnrummets forkant og lågen, og for at der ikke samler sig sæbe- eller madrester på tætnings overflader. Brug ikke ovnen, hvis den på nogen måde er beskadiget. Det er specielt vigtigt, at ovnlågen lukker korrekt, og at følgende dele ikke har taget skade: (1) låge (bøjlet), (2) hængsler og låse (brækkede eller løse) og (3) lågetætning og tætningsoverflader.

Mikrobølgeovnen bør ikke repareres eller justeres af andre end kvalificerede servicemontører.

Advarsel

Ved opvarmning af væsker som fx supper, saucer og drikkevarer i mikrobølgeovnen kan der opstå forsinket, voldsom kogning uden forudgående bobler. Det kan medføre, at den varme væske pludselig koger over. For at forhindre dette, bør du gøre følgende:

1. Undgå at bruge beholdere med lige sider og smal hals.
2. Opvarm ikke for længe eller for meget.
3. Omrør væsken, inden beholderen sættes i ovnen, og igen halvvejs gennem opvarmningsperioden.
4. Lad beholderen stå i ovnen lidt efter opvarmningen, og omrør væsken eller ryst beholderen grundigt (specielt vigtigt ved sutteflasker og glas med babymad), og kontroller væskens temperatur inden indtagelse (også specielt vigtigt ved sutteflasker og glas med babymad). Vær forsigtig, når du håndterer beholderen.

Advarsel

Lad altid maden stå og hvile lidt, når den er blevet tilberedt i mikrobølgeovn, og kontroller temperaturen inden indtagelse. Det er specielt vigtigt, når det gælder sutteflasker og glas med babymad.

Sådan virker mikrobølgeovnen

Mikrobølger er en energiform, der ligner TV- og radiobølger og almindeligt dagslys. Mikrobølger spredes normalt udad, når de bevæger sig gennem atmosfæren og forsvinder uden effekt. Men mikrobølgeovne har en magnetron, som er udviklet til at udnytte energien i mikrobølgerne. Mikrobølgeeffekten opstår ved at magnetronrøret tilføres elektricitet.

Mikrobølgerne når frem til tilberedningsområdet gennem åbninger inden i ovnen. I bunden af ovnen findes der en roterende plade/ tallerken. Mikrobølgerne er ikke i stand til at trænge igennem ovnens metalvægge, men de kan trænge gennem materialer som glas, porcelæn og papir. Derfor er mikrobølgesikre beholdere fremstillet af disse materialer.

Mikrobølgerne opvarmer ikke selve køkkentøjet, men det bliver alligevel varmt på grund af den varme, fødevarerne afgiver.

Mikrobølgeovne er ufarlige

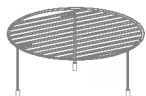
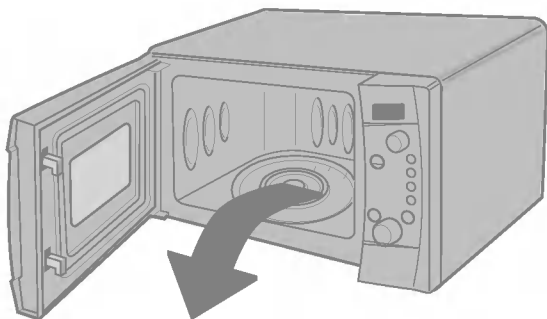
Din mikrobølgeovn er et af de mest ufarlige apparater i dit hjem. Når lågen åbnes, stopper ovnen automatisk med at producere mikrobølger. Mikrobølgerne omformes fuldstændigt til varme, når de trænger ind i fødevarerne uden at efterlade nogen former for "overskydende" energi, som eventuelt kunne være skadelig ved indtagelse.

Forholdsregler	79
Indhold	80
Sådan pakker du ovnen ud og installerer den	81 ~ 82
Indstilling af uret	83
Børnesikring	84
Mikrobølge-tilberedning	85
Effekt-niveau	86
Kvikstart	87
Kortere (+) eller længere (-) Tilberedningstid	88
Grilning	89
Tilberedning med varmluft	90 ~ 91
Kombineret tilberedning	92 ~ 93
Automatisk tilberedning	94 ~ 96
Autostegning	97 ~ 98
Automatisk optøning	99 ~ 100
Kvik- optøning	101 ~ 102
Europæisk menu	103 ~ 105
Opvarmning eller genopvarmning – guide	106
Friske grønsager Vejledning	107
Stegning Guide	108
Vigtige sikkerhedsinstruktioner	109 ~ 110
Mikrobølgesikkert køkkentøj	111
Fødevarer typer og mikrobølgetilberedning	112 ~ 113
Tips	114
IEC Testlister	115
Tekniske data	116

Sådan pakker du ovnen ud og installerer den

Ved at følge den simple, trinvise vejledning på denne og næste side, kan du hurtigt kontrollere, om din mikrobølgeovn fungerer korrekt. Læg venligst specielt mærke til retningssinjerne for, hvor ovnen skal installeres. Sørg for at fjerne alt ekstraudstyr og emballage, når du pakker ovnen ud. Husk at se efter, om ovnen er blevet beskadiget under transporten.

- 1** Pak ovnen ud, og placér den på en jævn, plan overflade.



HØJ RIST



LAV RIST



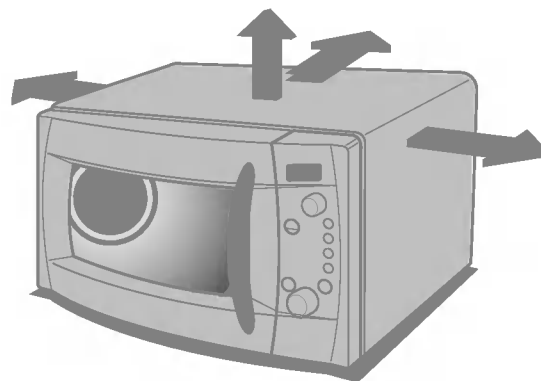
METALTALLERKEN



GLASTALLERKEN

ROTATIONSRING

- 2** Placér ovnen på en plan overflade, hvor der er mindst 85 cm plads i højden – der skal være mindst 30 cm frihøjde over og mindst 10 cm friplads bagved af hensyn til ventilationen. Der bør være mindst 8 cm fra ovnens forkant til bordkanten for at forhindre ovnen i at tippe forover. Der sidder en udluftningsåbning på ovnens overside eller side. Hvis åbningen blokeres, kan ovnen tage skade.

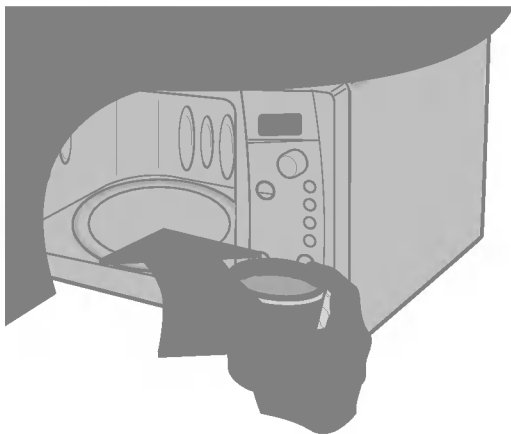


DENNE OVN BØR IKKE ANVENDES TIL KOMMERCIEL MADLAVNING.

3 Sæt stikket fra ovnen i en almindelig stikkontakt. Sørg for, at ovnen er det eneste apparat, der er tilsluttet stikkontakten. **Hvis mikrobølgeovnen ikke fungerer korrekt, kan du prøve at tage stikket ud af kontakten og sætte det ind igen.**

4 Åbn din ovnlåge ved at trykke på **LÅGE-ÅBEN-KNAP**. Placer **ROTATIONSRING** inde i ovnen og placer **GLASTALLERKEN** ovenpå.

5 Fyld en **mikrobølgesikker beholder** med 300 ml vand. Placer beholderen på **GLASTALLERKEN**, og luk lågen. Hvis du ikke er sikker på, hvilke beholdere, du kan bruge, kan du se på side 111.



6 Tryk på STOP og derefter på START 6 gange for at indstille en tilberedningstid på 30 sekunder. Der lyder et "bip", hver gang du trykker på knapperne. Ovnen starter, inden du er færdig med 6. tryk – men bare rolig, det er helt normalt.



7 **Displayet** tæller ned fra 30 sekunder. Når det når 0, begynder ovnen at bippe. Åbn ovnlågen, og kontrollér vandets temperatur. Hvis vandet er varmt, fungerer ovnen. **Vær forsigtig, når du tager beholderen ud – den kan være varm.**



Indstilling af uret

Du kan vælge mellem 12 og 24 timers visning.

Her vil vi vise hvordan du indstiller klokkeslettet 14:35 med 24 timers visning.

Kontroller, at du har fjernet al emballage fra ovnen.

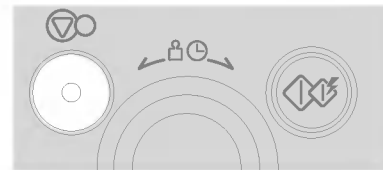


Når ovnen tilsluttes første gang eller når elforsyningen har været afbrudt, vil displayet vise "0"; så må du sætte uret på ny.

Hvis uret (eller displayet) viser usædvanlige symboler, skal ovnens stik trækkes ud af stikkontakten og sættes igen og uret må sættes på ny.

Kontroller **1** at du har installeret ovnen som tidligere beskrevet i denne bogen.

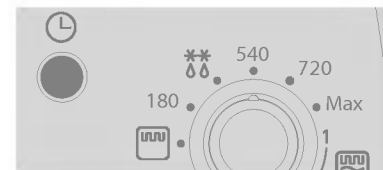
Tryk på **STOP/ CLEAR**.



Tryk på **2** én gang.

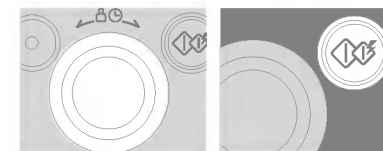
(Hvis du vil sætte 12 timers ur, så tryk **CLOCK** én gang til.

Hvis du vil ændre valgmulighed efter at uret er sat, må du trække stikket ud og sætte det i igen.)



Drej på **3** til displayet viser "14: ".

Tryk på **STOP/ CLEAR**, at bekræfte time-indstillingen.



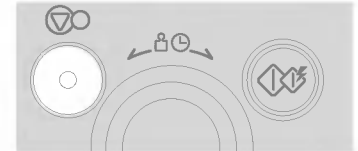
Drej på **4** til displayet viser "14:35".

Tryk på **STOP/ CLEAR**.
Uret begynder at gå.



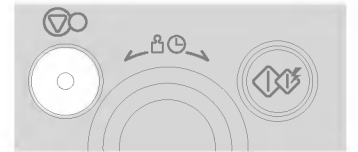


Mikrobølgeovnen har en sikkerhedsfunktion, der forhindrer ovnen i at starte ved et uheld. Når børnesikringen er aktiveret, kan ovnens funktioner ikke startes. Ovnlågen kan dog stadig åbnes.



Tryk på **STOP/CLEAR**, og hold knappen nede, indtil displayet viser "L", og der lyder et bip. **CHILD LOCK** er aktiveret.

Displayet vil ikke længere vise tiden.



"L" vises på displayet, så du kan se, at børnesikringen er aktiveret.



For at slå **CHILD LOCK** fra igen, skal du trykke på **STOP/CLEAR**, og holde knappen nede, indtil "L" forsvinder fra displayet. Der lyder et bip, når børnesikringen er slået fra.



Mikrobølge-tilberedning

Følgende eksempel viser, hvordan du kan tilberede fødevarer ved en effekt på 720 i 5 minutter og 30 sekunder.

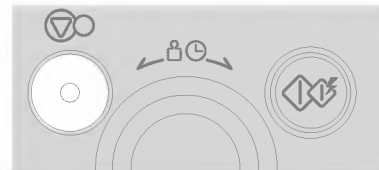


Din ovn har 5 mikrobølgeindstillinger

EFFEKT	%	Tryk på MICRO	Udgangseffekt
MAX	100%	1 gang	900W
OVER MIDDEL	80%	2 gange	720W
MIDDEL	60%	3 gange	540W
OPTØNING UNDER MIDDEL	40%	4 gange	360W
LAV	20%	5 gange	180W

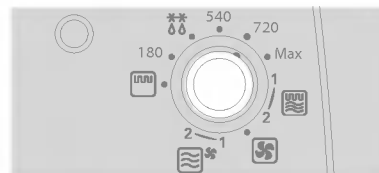
Sørg for **1** at ovnen er korrekt installeret som beskrevet tidligere i denne vejledning.

Tryk på **STOP/ CLEAR**.



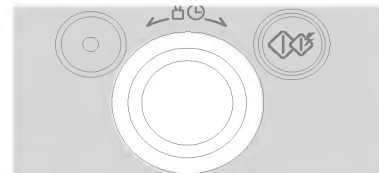
Drej på **2** FUNCTION for at vælge 720.

"720" vises på displayet.

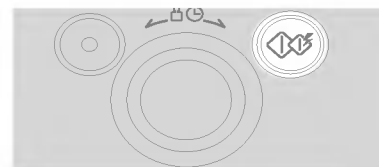


Drej på **3** TIME for at sætte tiden.

Displayet viser "5:30".



Tryk på



Mikrobølgeovnen har 5 forskellige effektiveauer, som giver dig maksimal fleksibilitet og kontrol med tilberedningen. Skemaet nedenfor viser eksempler på fødevarer og det tilsvarende, anbefalede effektiveau for tilberedning i denne mikrobølgeovn.

EFFEKTIVEAU	ANVENDELSE	EFFEKT (%)	UDGANGSEFFEKT
MAX	<ul style="list-style-type: none"> * Kogning af vand * Bruning af hakkeboffer * Tilberedning af stykker af fjerkræ, fisk og grøntsager * Stegning af møre kødstykker 	100%	900W
OVER MIDDEL	<ul style="list-style-type: none"> * Opvarmning (Flydende) * Stegning af kød og fjerkræ * Tilberedning af svampe og skaldyr * Tilberedning af madvarer, der indeholder ost og æg 	80%	720W
MIDDEL	<ul style="list-style-type: none"> * Opvarmning (kartoffelmos, måltid på tallerken, færdigret) * Baging * Tilberedning af æg * Tilberedning af cremer * Tilberedning af ris og supper 	60%	540W
OPTØNING UNDER MIDDEL	<ul style="list-style-type: none"> * Alle former for optøning * Smeltning af smør og chokolade * Stegning af mindre møre kødstykker 	40%	360W
LAV	<ul style="list-style-type: none"> * Blødgørelse af smør og ost * Blødgørelse af is * Hævning af gærdej 	20%	180W

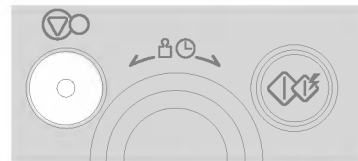


Kvikstart

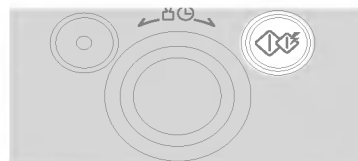
Følgende eksempel viser, hvordan du kan indstille en tilberedningstid på 2 minutter ved højeste effekt.



KVIKSTART funktionen gør det muligt at bruge ovnen i intervaller på 30 sekunder ved højeste effekt blot ved at trykke på **QUICK START**.



Tryk på **1** gang på **QUICK START** for at vælge 2 minutter ved højeste effekt. Ovnen starter automatisk, inden der er trykket 4. gang.



Under **QUICK START** madlavning kan du forlænge tilberedningstiden op til 99 minutter og 59 sekunder gentagne gange ved at trykke på **KVIKSTART** på ovnen.



Kortere (+) eller længere (-) Tilberedningstid

I næste eksempel vil vi vise hvordan du kan ændre forvalgt program for **AUTOMATISK TILBEREDNING** for at forlænge eller forkorte tilberedningstiden.



Hvis du synes at maden er tilberedt for lang eller kort tid med **AUTOMATISK TILBEREDNING**, kan du øge eller mindske tilberedningstiden ved at Drej på skiven.

Nar du bruger funktionen auto og manuel, kan du øke eller mindske tilberedningstiden nar som helst ved at drej skiven.

Det er ikke nødvendigt at stoppe madlavningsprocessen.

Tryk på **START**.

Vælg ønsket program for **AUTOMATISK TILBEREDNING**.

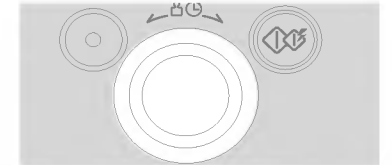
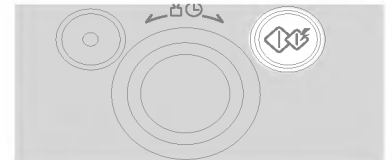
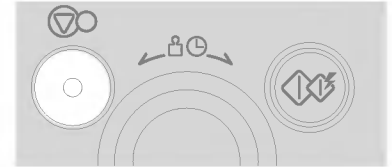
* Se **AUTOMATISK TILBEREDNING** (side 94)

Indstil madmængde.

Tryk på **START**.

Drej på skiven.

Tilberedningstiden forlænges eller reduceres.



Grilning

Her vil vi vise hvordan du bruger grillen til at lave mad i 12 minutter og 30 sekunder.

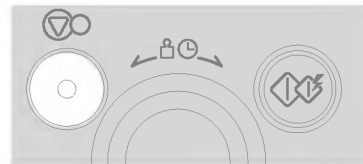
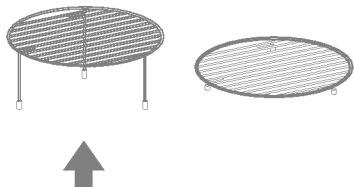


Med denne funktion kan du brune og lave mad med sprød skorpe hurtigt.

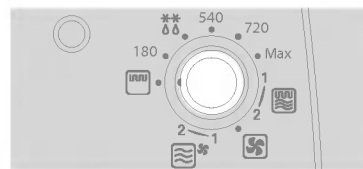
Denne egenskab giver dig mulighed for at brune og stege maden hurtigt.

Metaltallerkenen stilles mellem en glastallerken og en grillrist ved grilning.

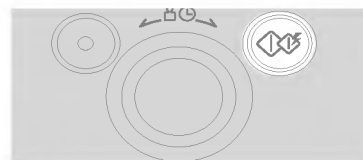
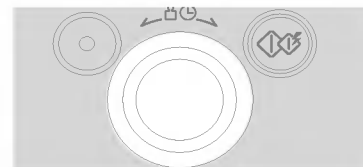
Grillristen (høj rist) skal bruges ved grilning.



Drej **GRILL** for at vælge GRILL-modus.



Drej **GRILL** til 12:30".



Tilberedning med varmluft

I dette eksempel vil vi vise hvordan du kan forvarme ovnen først, derefter lave mad ved 230 °C i 50 minutter.



Varmluftsovnene har et temperatur-område fra 40 °C og 100 °C~250 °C (180 °C vælges automatisk, når varmluftsfunktionen er valgt).

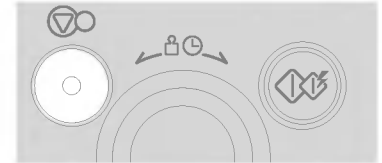
Ovnen kan bruges til hævnings af dej ved en ovnstemperatur på 40 °C. Du må vente til ovnen er kold, efter som du ikke kan bruge hævningsfunktionen, hvis ovnstemperaturen er over 40 °C.

Ovnen bruger nogle få minutter til at komme op på den valgte temperatur.

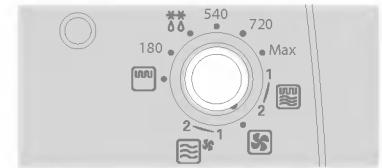
Når den har nået rigtig temperatur, vil ovnen BIPPE, således at du ved, at den har nået rigtig temperatur.
Sæt maden ind i ovnen:
og giv ovnen besked på at starte tilberedningen.

1. Forvarmning.

Tryk på **STOP/CLEAR**.

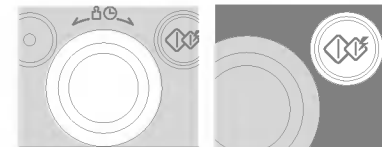


Drej på **PI** for at vælge konvektionsmåden.



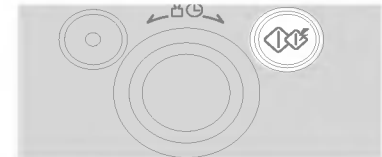
Drej på **PI** for at vælge 230 °C.

Tryk på **START** for at bekræfte valg af temperatur.



Tryk på **START** en gang mere.

Forvarmning er startet med "Pr-H" vist på displayet.

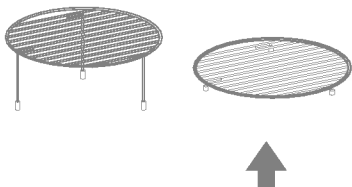


Tilberedning med varmluft



Hvis du ikke indstiller en temperatur, vil din ovn automatisk vælge 180 °C, kogetemperaturen kan ændres ved at dreje på DIAL

Varmluftsristen (lav rist) skal bruges til varmluftsfunktionen.



2. Tilberedning.

Tryk på **START** **CLEAR**.

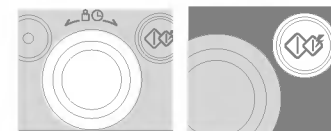


Drej på **DIAL** for at vælge konvektionsmåden.



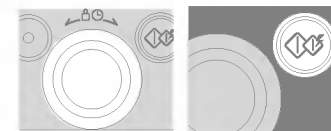
Drej på **DIAL** til displayet viser "230 °C".

Tryk på **START** for at bekræfte valg af temperatur.



Drej på **DIAL** til displayet viser "50:00".

Tryk på **START**.



Her vil vi vise hvordan du indstiller ovnen til mikrobølger med 20% effekt og grilning i 25 minutter.

Kombineret tilberedning



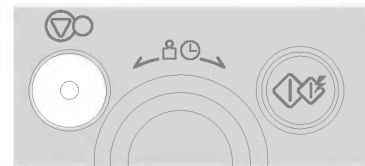
Din ovn er udstyret med funktionen kombineret tilberedning, som gør at du kan bruge både mikrobølger og varme samtidig eller vekselvis.

Det betyder, at det tager dig kortere tid at tilberede din mad. Du kan vælge tre mikrobølgeeffektrin (20% og 60%) i kombi-modus.

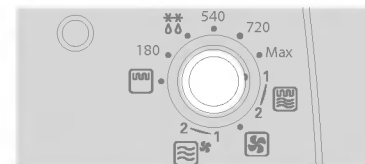
Fødevaregruppe	Mikrobølge (%)
Co-1	20
Co-2	60

1. KOMBINERET VARME

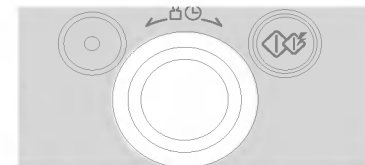
Tryk på **STOP/CLEAR**.



Drej **1** for at vælge grill Co-1 måden.

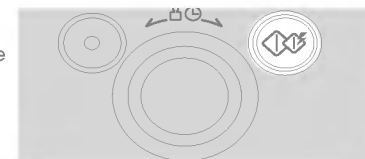


Drej **2** så tidsviser viser "25:00".



Tryk på **START**.

Ved at vælge et programvælgeren kan du under tilberedningen forlænge eller reducere tilberedningstiden.



Pas på, når du tager mad ud, da beholderen vil være varm!

Kombineret tilberedning



Din ovn har funktionen kombineret tilberedning, som gør, at du kan tilberede mad med varmelementet og mikrobølger samtidig eller hver for sig. Det betyder, at det tager dig kortere tid at tilberede din mad.

2. VARMERE KOMBINERT.

Tryk på **START** og **CLEAR**.



Drej på **TEMPERATURE** for at vælge konvektion Co-2 måden.

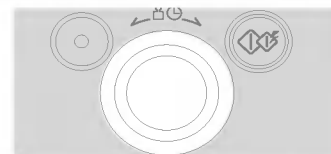


Drej på **TEMPERATURE** til displayet viser "200 °C".

Tryk på **START** for at bekræfte valg af temperatur.

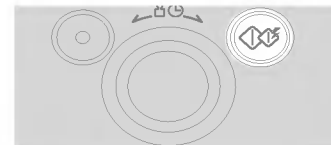


Drej på **COOK TIME** til displayet viser "25:00".



Tryk på **START** og **STOP**.
Ved at dreje på programvælgeren kan du under tilberedningen forlænge eller reducere tilberedningstiden.

Pas på, når du tager mad ud, da beholderen vil være varm!



Sådan steger du en kylling på 1,2 kg.

Automatisk tilberedning



AUTOTILBEREDNING gør det let for dig at tilberede dine livretter ved at vælge, hvilken type madvarer, der skal tilberedes, og indtaste vægten.

Fødevarergruppe	Displayet
-----------------	-----------

Ovnstegt kylling	Ac-1
------------------	-------------

Ovnstegte kyllingelår	Ac-2
-----------------------	-------------

Ovnstegt fisk	Ac-3
---------------	-------------

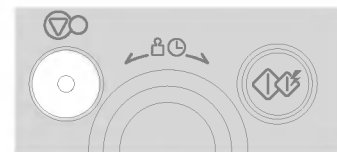
Frossen pizza	Ac-4
---------------	-------------

Ikke-frossen pizza	Ac-5
--------------------	-------------

Grønsager Ragout	Ac-6
------------------	-------------

Bagte kartofler	Ac-7
-----------------	-------------

Tryk på **START**.



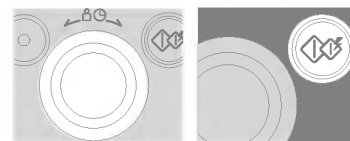
Tryk på **START**.



Drej på **DIAL** indtil displayet viser "Ac-1".



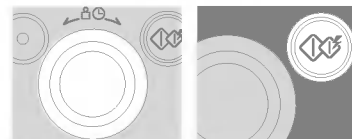
Tryk på **START** for at bekræfte valg af kategori.



Drej på **DIAL** indtil displayet viser "1.2kg".



Tryk på **START**.



Autotilberedning	Ovnstegt kylling (Ac 1)	0,8 – 1,5 kg	Lav rist Metalbakke	Køleskabskold	Vask og tør skindet. Pensl kyllingen med olie. Bind underbenene sammen med bomuldssnor. Sæt den på risten på metalbakken. Når ovnen bipper, vendes kyllingen. Når kyllingen er stegt færdig, skal du tage den ud af ovnen og dække den til med stanniol. Lad den hvile i 10 minutter.
	Ovnstegte kyllingelår (Ac-2)	0,2 – 0,8 kg	Lav rist Metalbakke	Rumtemperatur	Vask og tør skindet. Pensl kyllingestykkerne med olie. Sæt kyllingen på risten oven på metalbakken. Når ovnen bipper, vendes kødet. Når kødet er stegt færdigt, skal du tage det ud af ovnen og dække det til med stanniol. Lad det hvile i 2 minutter.
	Ovnstegt fisk (Ac-3)	0,2 – 0,8 kg	Høj rist Metalbakke	Køleskabskold	Klargør maden. Stil maden på risten. Når ovnen bipper, vendes maden. Når kødet er stegt færdigt, skal du tage det ud af ovnen og dække det til med stanniol. Lad det hvile i 2 minutter.
	Frossen pizza (Ac 4)	0,1 – 0,5 kg	Lav rist Metalbakke	Køleskabskold	Denne funktion er til tilberedning af frossen pizza. Fjern emballagen. Sæt pizzaen på den lave rist oven på metalbakken på glastallerkenen. Indstil vægten og tryk på start. Når pizzaen er færdig, skal du tage den ud af ovnen og lade den hvile i 1 – 2 minutter.

Autostegning	Ikke-frossen pizza (Ac 5)	1 pizza	Lav rist Metalbakke	Rumtemperatur	<p>Ingredienser:</p> <p>Dej: 250 g mel, 11/4 dl mælk, 25 g gær, 1 tsk sukker, lidt salt 25 g blødt smør.</p> <p>Fyld: 250 g revet ost, 1/2 dl olivenolie, 250 g pepperoni, 2 tomater i skiver, 1 rød peber i skiver, 50 g sorte oliven, 3 spsk tomatkoncentrat.</p> <p>Lun mælken med smørret og kom gæren i. Når gæren er opløst, tilsættes de andre ingredienser. Dejen æltes. Lad dejen hæve tildækket til dobbelt størrelse. Rulles ud på den olierede metalbakke. Kom olie og tomatkoncentrat på dejen. Læg resten af fyldet på med osten øverst. Vælg menuen og tryk på start (uden maden i ovnen). Når ovnen er varm, bipper den. Sæt pizzaen i ovnen på glastallerknen. Når den er bagt færdig, tages den ud af ovnen og hviler i 2 – 3 minutter.</p>
	Grønsager Ragout (Ac 6)	4 portioner	Skål der er egnet til mikroovn	Rumtemperatur	<p>Ingredienser:</p> <p>2 1/2 aubergine skåret i tern, 3 røde pebre skåret i tern, 2 – 3 tomater skåret i tern, 1 løg skåret i tern, 1 gulerod skåret i tern, 1/4 dl olivenolie, 1 tsk sukker, 2 – 3 laurbærblade, presset hvidløg, salt og peber. Bland alle ingredienser og kom dem i en skål egnet til mikroovn. Dæk til med film eller et låg. Kom skålen i ovnen. Vælg menuen og tryk på start. Rør rundt et par gange under tilberedningen. Når maden er færdig, tages den ud af ovnen og hviler i 2 – 3 minutter.</p>
	Bagte kartofler (Ac 7)	0,2 – 1,0 kg	Metalbakke	Rumtemperatur	<p>Vælg mellemstore kartofler 180 – 220 g. Vask og tør kartoflerne. Stik flere gange i kartoflerne med en gaffel. Sæt kartoflerne ind i ovnen. Når de er færdige, skal du tage dem ud af ovnen og dække dem til med stanniol. Lad dem hvile i 5 minutter.</p>

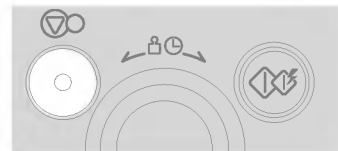
Autostegning

Sådan steger du en kalvesteg på 0,6 kg.



AUTOSTEGNING gør det let for dig at tilberede dine livretter ved at vælge, hvilken type madvarer, der skal tilberedes, og indtaste vægten.

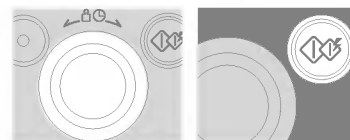
Fødevarergruppe	Displayet
Roast Beef	Ar-1
Stegt flæskesteg	Ar-2
Stegning Kalvekød	Ar-3



Drej på **DIAL** indtil displayet viser "Ar-3".



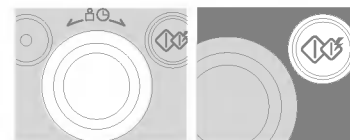
Tryk på **START** for at bekræfte valg af kategori .



Drej på **DIAL** indtil displayet viser "0.6kg".



Tryk på **START**



Autostegning	Roast Beef (Ar-1)	0.5 ~ 1.5 kg	Lavt stativ & Metalbakke	Køleskabstemp.	Smør bøffen med smeltet margarine eller smør. Anbring den på det lave stativ over metalbakken. Når biptonen lyder, drejes over på mad. Og tryk så på start for at fortsætte tilberedningen. Efter tilberedning skal den stå dækket med folie i 10 minutter.
	Stegt flæskesteg (Ar-2)	0.5 ~ 1.5 kg	Lavt stativ & metalbakke	Køleskabstemp.	Smør stegen med smeltet margarine eller smør. Anbring den på det lave stativ over metalbakken. Når biptonen lyder, drejes over på mad. Og tryk så på start for at fortsætte tilberedningen. Efter tilberedning skal den stå dækket med folie i 10 minutter.
	Stegning Kalvekød (Ar 3)	0.5 ~ 1.5 kg	Lavt stativ & metalbakke	Køleskabstemp.	Lav en marinade: Bland citronsaft, olie, presset hvidløg og krydderier. Marinér kødet i en time. Stil kalvekødet på den lave rist oven på metalbakken. Vælg program og indstil vægten. Tryk på start. Når ovnen bipper, vendes kødet. Tryk på start for at fortsætte tilberedningen. Når kødet er stegt færdigt, skal du tage det ud af ovnen og dække det til med stanniol. Lad det hvile i 10 minutter.

Automatisk optøning

Madvarers temperatur og tæthed varierer, og derfor anbefaler vi at tjekke madvaren inden stegning. Vær særligt opmærksom på store stykker kød og kylling og på, at nogle fødevarer ikke skal tøs op før tilberedning. Programmet FROSNE GRØNSAGER er velegnet til at tø frosne grønsager og grønsagsblandinger op. Bemærk, at de skal have lov til at hvile efter tilberedningen for at varmen kan fordele sig. Sådan tør du en kylling på 1,4 kg op.



Denne mikroovn har fire optøningsindstillinger: kød, fjerkræ, fisk og FROSNE GRØNSAGER. Tryk gentagne gange på **AUTO DEFROST** knappen for at vælge funktion.

Fødevarergruppe	Tryk
KØD	1 gang
FJERKRÆ	2 gange
FISK	3 gange
FROSNE GRØNSAGER	4 gange

Tryk på **STOP/CLEAR**.

Vej maden, der skal tøs op, og fjern evt. metallkips. Anbring maden i ovnen og luk døren.

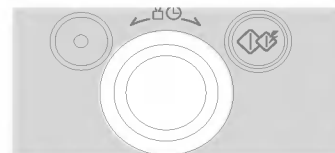


Tryk på **AUTO DEFROST** knappen to gange for at vælge **FJERKRÆ** optøningsprogram.
"dEF2" på displayet

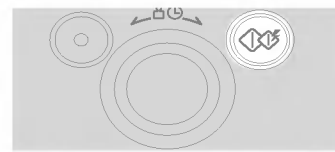


Indstil **1.4kg**.

Drej på **1.4kg** displayet viser "1.4kg".



Tryk på **START**.



Mens optøningen foregår, høres bip fra ovnen. Når dette sker, åbnes døren, og maden vendes om for at sikre jævn optøning. Fjern dele, der allerede er optøet, luk døren igen og tryk på **START** for at fortsætte.

Optøningen standser ikke, når der høres et bip, med mindre døren åbnes.

GUIDE TIL OPTØNING

- Fødevarer til optøning bør lægges i en mikrobølge sikker beholder og placeres udækket på den roterende glasbakke.
- Hvis det er nødvendigt, kan områder, hvor kødet er tyndt, dækkes med et glat stykke folie. Det forhindrer, at disse dele opvarmes under optøningen. Sørg for, at folien ikke kommer i berøring med ovnens indvendige flader.
- Adskil fødevarer som hakket oksekød, koteletter, pølser og bacon så hurtigt som muligt.
Maden vendes, når ovnen afgiver et lydsignal. Fjern de optøede portioner, og fortsæt optøningen af de resterende stykker. Efter optøningen skal fødevarerne hvile, indtil de er helt optøede.
- Eksempelvis bør steg og hele kyllinger HVILE i minimum 1 time, før de tilberedes.

Kategori	Vægt mellem	Redskaber	Fødevarer
Kød (dEF1) Fjerkræ (dEF2) Fisk (dEF3)	0.1 kg ~ 4.0 kg	Køkkentøj velegnet til mikrobølgeovn (flad tallerken)	Kød Hakket oksekød, oksefilet, kødtern til gryderet, mørbrad, gryderet, culottesteg, hamburger, svinekoteletter, lammekoteletter, rullesteg, pølser, koteletter (2 cm tykke) Vend fødevarerne, når ovnen afgiver et lydsignal. Lad fødevarerne hvile i 5-15 minutter efter optøning. Fjerkræ Hel kylling, lår, bryst, kalkunbryst (under 2 kg) Vend fødevarerne, når ovnen afgiver et lydsignal. Lad fødevarerne hvile i 20-30 minutter efter optøning. Fisk Fileter, steaks, hele fisk, skaldyr Vend fødevarerne, når ovnen afgiver et lydsignal. Lad fødevarerne hvile i 10-20 minutter efter optøning.
Frosne grønsager (dEF4)	0,1 – 2,0 kg	En skål egnet til mikroovn	Kom de frosne grønsager i en skål, der er egnet til mikroovn. Stil den ind i ovnen. Indstil vægten og tryk start. Når ovnen bipper, skal du røre rundt i grønsagerne. Efter grønsagerne er tøet op, skal du lade dem hvile i 5-8 minutter.

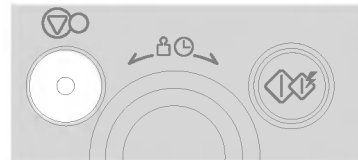
Kvik- optøning

Anvend denne funktion til meget hurtig optøning af maks. 0,5 kg hakket oksekød. Dette kræver, at fødevarerne får lov til at stå et stykke tid, for at de også tøs op indei. I det følgende eksempel viser vi dig, hvordan du tør 0,5 kg frossent hakket oksekød op.

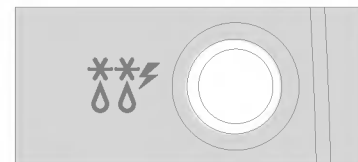


Ovnen har en quick-optøningsfunktion (KØD), der anvender mikrobølger.

Tryk på **START** op. Vær opmærksom på at fjerne eventuelle metaldelene.
Placer fødevarerne i ovnen, og luk ovndøren.



Tryk på **START** for at vælge KØD-optøningsprogrammet.



I løbet af optøningen giver ovnen et lydssignal. Åbn da ovndøren, vend fødevarerne, og skil delene ad for at lette optøningen. Fjern eventuelt optøede dele, eller dæk dem til for at nedsætte optøningshastigheden. Luk ovndøren, når fødevarerne er blevet tilset, og tryk på **START** for at fortsætte optøningen.
Ovnen stopper ikke optøningen (heller ikke selvom den afgiver lydssignaler), med mindre ovndøren åbnes.

GUIDE TIL QUICK-OPTØNING

Anvend denne funktion til hurtig optøning af hakket oksekød.

Fjern al emballage fra kødet, og læg kødet på en mikrobølgeovnsikker tallerken. Når ovnen afgiver et lydssignal, tages det hakkede kød ud, vendes og sættes tilbage i ovnen. Tryk på *START* for at fortsætte optøningen. Efter optøningen tages det hakkede kød ud af ovnen og dækkes med folie. Lad kødet hvile i 5-15 minutter, eller indtil det er helt optøet.

<i>Kategori</i>	<i>Vægt</i>	<i>Redskaber</i>	<i>Anvisninger</i>
Hakket oksekød	0,5kg	Køkkentøj velegnet til mikrobølgeovne (flad tallerken)	Hakket oksekød Vend fødevarerne, når ovnen afgiver et lydssignal. Lad fødevarerne hvile i 5-15 minutter efter optøning.

Europæisk Menu

Sådan tilbereder du 0.5 kg baked beans.

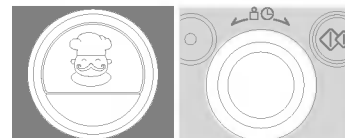


Europæisk Menu gør det muligt for dig at tilberede mange af dine livretter ved at vælge, hvilken type madvarer, der skal tilberedes, og vægten ved at trykke på Højere/ Lavere-knappen.

Fødevarergruppe	Displayet
HAVREGRØD	Sc 1
PASTA	Sc 2
BAKED BEANS, GENOPVARMNING	Sc 3
COCKTAILPØ- LSER I LAGE	Sc 4
GRYDERET	Sc 5
RØRÆG	Sc 6
GRILLET FISK	Sc 7
PØLSER	Sc 8



Præparer menu.



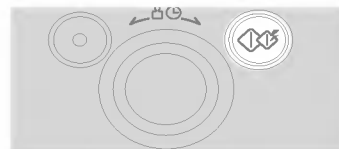
Drej på **DIAL** indtil displayet viser "Sc-3".

Tryk på **START** for at bekræfte valg af kategori .



Drej på **DIAL** indtil displayet viser "0.5kg".

Tryk på **START**.



KATEGORI	VÆGT	REDSKABER	MADTEMPERATUR	VEJLEDNING															
1. HAVREGRØD	1 – 4 portioner	Skål egnet til mikroovn	Rumtemperatur	<p>Kom havregryn og mælk i en skål egnet til mikroovn. Tilberedes uden låg. Når ovnen bipper, skal du røre rundt i havregrøden og trykke på start for at fortsætte tilberedningen. Når grøden er færdig, skal du igen røre rundt i den, og lade den hvile i 1 minut før servering.</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>1 portion</th> <th>2 portioner</th> <th>3 portioner</th> <th>4 portioner</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Havregryn</td> <td>1 dl</td> <td>2 dl</td> <td>3 dl</td> <td>4 dl</td> </tr> <tr> <td>Kold mælk</td> <td>2 dl</td> <td>4 dl</td> <td>6 dl</td> <td>8 dl</td> </tr> </tbody> </table>		1 portion	2 portioner	3 portioner	4 portioner	Havregryn	1 dl	2 dl	3 dl	4 dl	Kold mælk	2 dl	4 dl	6 dl	8 dl
	1 portion	2 portioner	3 portioner	4 portioner															
Havregryn	1 dl	2 dl	3 dl	4 dl															
Kold mælk	2 dl	4 dl	6 dl	8 dl															
2. PASTA	0,1 kg – 0,3 kg	Skål egnet til mikroovn	Rumtemperatur	<p>Kom pasta, salt og kogende vand i en stor skål egnet til mikroovn.</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Vægt</th> <th>100 g</th> <th>200 g</th> <th>300 g</th> <th>Låg</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Kogende vand</td> <td>400 ml</td> <td>700 ml</td> <td>1 l</td> <td>Nej</td> </tr> </tbody> </table> <p>Tilberedes uden låg. Når ovnen bipper, skal du røre rundt i pastaen og trykke på start for at fortsætte. Når pastaen er færdig, skal du igen røre rundt og lade den hvile i 1 minut.</p>	Vægt	100 g	200 g	300 g	Låg	Kogende vand	400 ml	700 ml	1 l	Nej					
Vægt	100 g	200 g	300 g	Låg															
Kogende vand	400 ml	700 ml	1 l	Nej															
3. BAKED BEANS, GENOPVARMNING	0,2 kg – 0,8 kg	Skål egnet til mikroovn	Rumtemperatur	<p>Kom bønnerne i en skål egnet til mikroovn. Læg låg på. Sæt skålen på glastallerkenen. Efter bønnerne er genopvarmede, skal du røre rundt og lade dem hvile tildækket i 1 – 2 minutter.</p>															
4. COCKTAILPØLSER I LAGE	0,2 kg – 0,6 kg	Skål egnet til mikroovn	Rumtemperatur	<p>Kom pølser og lage i en skål egnet til mikroovn. Tilberedes uden låg. Når pølserne er færdige, skal du forsigtigt røre rundt. Hæld lagen fra og servér.</p>															
5. GRYDERET	0,2 kg – 0,6 kg	Skål egnet til mikroovn	Rumtemperatur	<p>Kom gryderetten i en skål egnet til mikroovn. Dæk løst til med film. Når maden er opvarmet, skal du røre rundt og lade den hvile i 3 minutter.</p>															

KATEGORI	VÆGT	REDSKABER	MADTEMPERATUR	VEJLEDNING
6. RØRÆG	1 – 4 æg	Skål egnet til mikroovn	Køleskabskold	<p>Kom det antal æg, du skal bruge, i en stor skål sammen med mælk. Mælk og æg piskes let. Dækkes til med film. Når røræggene er færdige, skal du tage dem ud af ovnen.</p> <p>Rør godt rundt, og lad dem hvile tildækket i 1 – 2 minutter, indtil de er faste.</p> <p>Tilsæt en passende mængde mælk.</p> <p>** 1 æg: 1 tsk. mælk 2 æg: 2 tsk. mælk 3 æg: 3 tsk. mælk 4 æg: 4 tsk. mælk</p>
7. GRILLET FISK	0,2 – 0,6 kg	Høj rist	Køleskabstemperatur	<p>Klargør fisken. Læg fisken på den høje rist. Når ovnen bipper, vendes fisken. Tryk på start for at fortsætte tilberedningen. Når fisken er færdig, tages den ud af ovnen og serveres.</p>
8. PØLSER	0,1 – 0,5 kg	Høj rist	Køleskabskold	<p>Fjern emballagen. Læg pølserne på den høje rist. Når ovnen bipper, vendes pølserne. Tryk på start for at fortsætte tilberedningen. Når pølserne er færdige, tages de ud af ovnen og serveres.</p>

For at få et godt opvarmnings- eller genopvarmningsresultat er det vigtigt at følge flere forskellige anvisninger. Mængden af fødevarer bør vejes for at afgøre, hvor lang tid genopvarmning vil tage. Arranger fødevarerne i et cirkulært mønster for at opnå det bedste resultat. Fødevarer, der har stuetemperatur, opvarmes hurtigere end afkølet mad. Dåsemad bør tages ud af emballagen og placeres i en beholder, som tåler mikrobølger. Fødevarer opvarmes mere ensartet, hvis de dækkes til med et låg, der tåler mikrobølger, eller med mikrofil med lufthuller i. Fjern tildækningen forsigtigt for at undgå forbrændinger på grund af damp. Anvend den følgende oversigt som en guide til genopvarmning af tilberedte fødevarer.

Opvarmning eller genopvarmning – guide

Skiveskåret kød 3 skiver (0.5 cm tyk)	1~2 minutter	Placer skiver af kød på en tallerken, der tåler mikrobølger. Dæk til med mikrofil med lufthuller i. • Bemærk: Kødssaft eller sovs hjælper med til at holde kødet saftigt.
Kyllingestykker 1 bryst 1 helt lår (øver- og underlår)	2~3 minutter 3~3 1/2 minutter	Placer kyllingestykkerne på en tallerken, der tåler mikrobølger. Dæk til med mikrofil med lufthuller i.
Fiskefilet (170 – 230 g)	1~2 minutter	Placer fisken på en tallerken, der tåler mikrobølger. Dæk til med mikrofil med lufthuller i.
Lasagne 1 portion (300 g)	4~6 minutter	Placer lasagnestykket på en tallerken, der tåler mikrobølger. Dæk til med mikrofil med lufthuller i.
Gryderet 1 kop 4 kopper	1 1/2~3 minutter 4 1/2~7 minutter	TILBEFEDES tildækket i en beholder, der tåler mikrobølger. Omrør halvejs gennem tilberedningen.
Gryderet med fløde eller ost 1 kop 4 kopper	1~2 1/2 minutter 3 1/2~6 minutter	TILBEFEDES tildækket i en beholder, der tåler mikrobølger. Omrør halvejs gennem tilberedningen.
Soppy Joes (sandwich med kødfylt) 1 sandwich (1/2 kop kødfylt) uden bolle	1~2 1/2 minutter	Opvarm fyldt og bolle separat. KOG tildækket i et dybt fad, der er beregnet til mikrobølgeovn. Pår én gang. Opvarm bollen som beskrevet i skemaet nedenfor.

Kartoffelmos 350 g	6~7 minutes (middel varme)	KOG tildækket i et dybt fad, der er beregnet til mikrobølgeovn. Pår én gang halvejs gennem kogetiden.
Baked beans 1 kop	1 1/2~3 minutes	TILBEFEDES tildækket i en beholder, der tåler mikrobølger. Omrør halvejs gennem tilberedningen.
Pavoli eller pasta i sovs 1 kop 4 kopper	2 1/2~4 minutes 7 1/2~11 minutes	TILBEFEDES tildækket i en beholder, der tåler mikrobølger. Omrør halvejs gennem tilberedningen.
Rs 1 kop 4 kopper	1~1 1/2 minutes 3 1/2~5 minutes	TILBEFEDES tildækket i en beholder, der tåler mikrobølger. Omrør halvejs gennem tilberedningen.
Sandwich-bolle 1 bolle	15~30 sekunder	Fold et stykke køkkenrulle omkring, og placer på en glasbakke.
Grøntsager 1 kop 4 kopper	1 1/2~2 1/2 minutes 3 1/2~5 1/2 minutes	TILBEFEDES tildækket i en beholder, der tåler mikrobølger. Omrør halvejs gennem tilberedningen.
Suppe 1 portion (ca. 225 g)	1 1/2~2 minutes	TILBEFEDES tildækket i en beholder, der tåler mikrobølger. Omrør halvejs gennem tilberedningen.

Friske grønsager

Vejledning

Grønsag	Mængde	Kogetid (HØJ temp.)	Vejledning	Hviletid
Artiskokker (230 g pr. person)	2 mellemstore 4 mellemstore	4 1/2 - 7 10-12	Skær til. Tilsæt 2 tsp vand og 2 tsp saft. Tildæk.	2~3 minutter
Asparges, friske slikasparges	450 g	2 1/2-6	Tilsæt 1 dl vand. Tildæk.	2~3 minutter
Grønne bønner	450 g	7-11	Kom 1/2 dl vand i et dybt fad til 1.5 l. Før halvejs gennem kogetiden.	2~3 minutter
Bønner, friske	450 g	11-16	Kom 1 1/2 dl vand i et dybt, tildækket fad på 1.5 l. Vend halvejs gennem kogetiden.	2~3 minutter
Broccoli, friske buketter	450 g	5-8	Kom broccolien i et fladt fad. Tilsæt 1/2 dl vand.	2~3 minutter
Kål, frisk, hakket	450 g	5 1/2-7 1/2	Kom 1/2 dl vand i et dybt, tildækket fad til 1.5 l. Før halvejs gennem kogetiden.	2~3 minutter
Gulerødder, friske, i skiver	200 g	2-3	Kom 1/4 dl vand i et tildækket, dybt fad til 1.5 l. Før halvejs gennem kogetiden.	2~3 minutter
Bornkål, frisk, hel	450 g	5-7	Skær blade og pletter af. Kom 1/4 dl vand i et dybt, tildækket fad til 1.5 l. Før halvejs gennem kogetiden.	2~3 minutter
Friske blomkålsbuketter	2 liter	11-16	Skær i skiver. Kom 1/2 dl vand i et dybt, tildækket fad til 1.5 l. Før halvejs gennem kogetiden.	2~3 minutter
Bladselleri, frisk, i skiver	4 liter			

Grønsag	Mængde	Kogetid (HØJ temp.)	Vejledning	Hviletid
Majs, frisk	2 kolber	4-8	Fjern bladene, Kom 2 spsk. vand i et fladt fad til 1.5 l. Tildæk.	2~3 minutter
Champignons, friske, i skiver	230 g	1 1/2-2 1/2	Anbring champignons i et dybt, tildækket fad til 1.5 l. Før halvejs gennem kogetiden.	2~3 minutter
Pastinak, frisk, i skiver	450 g	4-7	Kom 1/2 dl vand i et dybt, tildækket fad til 1.5 l. Før halvejs gennem kogetiden.	2~3 minutter
Ærter, grønne, friske	4 liter	6-9	Kom 1/2 dl vand i et dybt, tildækket fad til 1.5 l. Før halvejs gennem kogetiden.	2~3 minutter
Søde kartofler, hele, til bagning (170-230 g hver)	2 mellemstore 4 mellemstore	4-9 6-12	Prik kartoflerne flere gange med en gaffel. Anbring på 2 stykker køkkenrulle. Vend halvejs gennem kogetiden.	2~3 minutter
Hvide kartofler, hele, til bagning (170-230 g hver)	2 kartofler 4 kartofler	5 1/2-7 1/2 9 1/2-14	Prik kartoflerne flere gange med en gaffel. Anbring på 2 stykker køkkenrulle. Vend halvejs gennem kogetiden.	2~3 minutter
Spinat, frisk, i blade	450 g	4 1/2-7 1/2	Kom 1/2 dl vand i et dybt, tildækket fad til 2 l.	2~3 minutter
Courgetter, friske, i skiver	450 g	4 1/2-7 1/2	Kom 1/2 dl vand i et dybt, tildækket fad til 1.5 l. Før halvejs gennem kogetiden.	2~3 minutter
Courgetter, friske, hele	450 g	6-9	Prikke courgetterne. Anbring dem på 2 stykker køkkenrulle. Vend halvejs gennem kogetiden.	2~3 minutter

Stegning Guide

Anvisninger for grillstegning af kød

- Fjern overskydende fedt fra kødet.
- Læg kødet på risten og pensl med olie eller smeltet smør.
- Vend kødet halvejs gennem grillstegningen.

<i>Fet</i>	<i>Vægt</i>	<i>Vejledende tilberedningstid (angivet i minutter)</i>	<i>Gode råd</i>
Hamburger Bøffer (2.5 cm tykke)	50g x 2 100g x 2	13-16 19-23	Stænkes med olie eller smeltet smør. Tynde stykker kød bør placeres på grillristen. Tykke stykker kød kan lægges på en dryp-bakke. Vend kødet halvejs gennem stegningen.
Fød Medium Gennemstegt	230g x 2 230g x 2 230g x 2	18-20 22-24 26-28	
Svinekoteletter (2.5 cm tykke)	230g x 2	27-32	
Lammekoteletter (2.5 cm tykke)	230g x 2	25-32	
Følser (2.5 cm tykke)	230g	13-16	

Anvisninger for grillstegning af fisk og skaldyr

Fisk og skaldyr lægges på risten. Hele fisk bør snittes diagonalt på begge sider inden de steges. Fisk og skaldyr pensles med olie, smeltet smør eller margarine inden og under stegningen, så kødet bevarer saft og kraft. Se den anbefalede stegetid i skemaet. Hel fisk og fiskesteaks vendes forsigtigt halvejs under grillstegningen. Tykke fiskefileter kan også vendes halvejs gennem grillstegningen.

<i>Fet</i>	<i>Vægt</i>	<i>Vejledende tilberedningstid (angivet i minutter)</i>	<i>Gode råd</i>
Fiskefileter 1 cm tykke 1.5 cm tykke	230g 230g	17-21 20-24	Pensles med smeltet smør og vendes halvejs under grillstegningen.
Fiskesteaks 2.5 cm tykke	230g	24-28	
Fisk, hel	225-350g pr. stk. 450g	16-20 24-28	Beregn ekstra stegetid til fed fisk.
Kammusinger, rejer	450g 450g	16-20 16-20	Stænkes grundigt under grillstegningen.

Vigtige sikkerhedsinstruktioner

Læs dem grundigt og gem dem, så du kan læse dem igen på et senere tidspunkt.

1. Forsøg ikke at justere eller reparere ovndøren, betjeningspanelet, sikkerhedslåsen eller nogen anden del af ovnen. Det er forbundet med risiko at udføre service eller reparationer, som medfører, at man fjerner dele af kabinettet, der beskytter mod mikrobølgestråling. Reparationer må kun udføres af kvalificeret servicepersonale.
2. Brug ikke ovnen, når den er tom. Det er bedst at lade et glas med vand stå i ovnen, når den ikke er i brug. Vandet vil absorbere mikrobølgerne, hvis ovnen startes ved et uheld.
3. Tør ikke tøj i mikrobølgeovnen, da det kan forkulle eller brænde, hvis det bliver opvarmet for længe.
4. Tilbered ikke mad indpakket i køkkenrulle, medmindre kogebogen anbefaler det, for den mad du tilbereder.
5. Brug ikke avispapir i stedet for køkkenrulle ved madlavning.
6. Brug ikke beholdere af træ. De kan overophede og forkulle. Brug ikke keramiske beholdere belagt med metal (f.eks. guld eller sølv). Fjern altid metallklips. Metalgenstande i ovnen kan danne en lysbue, som kan forårsage alvorlige skader.
7. Sæt ikke noget i klemme mellem døren og ovnen, f.eks. et viskestykke, en serviet eller lignende, når ovnen er i brug, da det kan forårsage lækage af mikrobølger.
8. Brug ikke produkter af genbrugspapir ved tilberedning af mad i ovnen, da disse kan indeholde urenheder, som kan forårsage gnister og/eller brand.
9. Metaltallerkenen er meget varm efter tilberedningen. Brug derfor handsker, når du tager tallerkenen ud af ovnen.
10. Små mængder mad kræver kortere tilberednings- eller opvarmningstid. Hvis man bruger normal tilberedningstid, kan maden blive overophedet eller brændt.

Advarsel

Sørg for, at tilberedningstider er indstillet korrekt, da for lang tilberedningstid kan forårsage BRAND og dermed ØDELÆGGE OVNE.

11. Sørg for at placere ovnen sådan, at fronten af døren er mindst 8 cm og højst 22 cm bag forkanten af det, den står på, for at ovnen ikke skal tippe over ved et uheld.
12. Prik i skrællen af kartofler, æbler og anden frugt eller grøntsager før tilberedning.
13. Kog ikke æg med skal. Trykket inde i skallen vil sprænge ægget.
14. Ovnen kan ikke bruges til friturestegning.
15. Fjern plastindpakning fra maden før tilberedning eller optøning. Vær opmærksom på, at maden i nogen tilfælde skal dækkes med plastfilm for opvarmning eller tilberedning.
16. Hvis ovndøren eller pakningen i ovndøren er beskadiget, må ovnen ikke benyttes, før den er blevet repareret af kvalificeret servicepersonale.
17. Kommer der røg ud af ovnen, skal strømmen afbrydes og døren holdes lukket for at kvæle eventuelle flammer.
18. Hvis man opvarmer eller tilbereder mad i engangsbeholdere af plast, papir eller andre brændbare materialer, bør ovnen kontrolleres regelmæssigt på grund af brandfaren.
19. Lad kun børn bruge ovnen uden tilsyn, når de har fået den nødvendige oplæring, så de kan bruge ovnen på en forsvarlig måde og forstår faren ved forkert brug.
20. Væsker og andre madvarer må ikke varmes op i lukkede beholdere, da de kan eksplodere.
21. Efter brug afkøles ovnen ved hjælp af ventilatorer.

Vigtige sikkerhedsinstruktioner

Læs dem grundigt og gem dem, så du kan læse dem igen på et senere tidspunkt.

- 22 Anvend kun kokkenudstyr egnet til anvendelse i mikrobølgeovne.
- 23 Hold altid opsyn med ovnen i forbindelse med opvarmning af fødevarer i plastic- eller papirbeholdere på grund af risikoen for antændelse.
- 24 Ved røgudvikling sluk for ovnen eller træk stikket ud, og hold ovndøren lukket for at kvæle eventuelle flammer.
- 25 Opvarmning af væsker vha. mikrobølger kan medføre, at væsken pludselig koger over. Vær derfor forsigtig med håndteringen af beholderen.
- 26 Omrør eller ryst indholdet af sutteflasker og krus med babymad, og kontroller temperaturen inden indtagelse for at undgå forbrændinger.
- 27 Opvarm ikke æg med skal eller hele hårdkogte æg vha. mikrobølger, da de risikerer at eksplodere, selv efter at opvarmningen er tilendebragt.
- 28 Information om rengøring af tætningslister, hulrum og tilstødende dele.
- 29 Rengør ovnen regelmæssigt, og fjern eventuelle madrester.
- 30 Manglende rengøring af ovnen kan ødelægge overfladen, hvilket kan begrænse ovnens levetid og eventuelt medføre risiko ved brug af ovnen.
- 31 Brug kun det stegetermometer, der er anbefalet til denne ovn (kun relevant for ovne, der giver mulighed for at bruge stegetermometer).

32 Ved anvendelse af varmelegemer, bliver ovnen varm under brug. Undgå at røre varmelegemerne inde i ovnen.

33 Lad ikke børn eller svagelige anvende ovnen uden opsyn.

ADVARSEL: Hvis ovndøren eller tætningslisterne er beskadigede, må ovnen ikke anvendes, før den er blevet repareret af en fagmand.

ADVARSEL: Det er forbundet med fare for alle andre end en fagmand at udføre enhver type reparation eller service, der omfatter fjernelsen af paneler, som beskytter mod mikrobølger.

ADVARSEL: Opvarm aldrig væsker eller andre fødevarer i lukkede beholdere, da de kan risikere at eksplodere.

ADVARSEL: Lad kun børn anvende ovnen uden opsyn, hvis der er blevet givet dem passende instruktioner, således at de kan bruge ovnen sikkert og forstår risikoen ved forkert anvendelse.

Mikrobølgesikkert

Køkkengrej

Anvend aldrig Køkkengrej af metal eller med metalforing eller –dekorationer i mikrobølgeovnen.

Mikrobølger kan ikke trænge igennem metal. Bølgerne vil slå tilbage fra metalgenstande i ovnen, hvorved der fremkommer gnistdannelse, som er et risikabelt fænomen, der kan minde om lyn.

Du kan uden risiko anvende det meste køkkengrej uden metal i mikrobølgeovnen.

Noget køkkengrej kan dog indeholde materialer, som gør det uegnet til brug i mikrobølgeovnen. Er der tvivl om, hvorvidt en bestemt genstand kan anvendes i mikrobølgeovnen, kan det let afgøres ved denne simple metode:

Sæt genstanden ind i mikrobølgeovnen ved siden af en glasskål fyldt med vand. Indstil oven på højeste effekt (HIGH) i 1 minut. Hvis vandet opvarmes, mens genstanden føles kold, er den mikrobølgesikker. Hvis vandet derimod ikke varmes op og genstanden bliver varm, er mikrobølgerne blevet opsugt af den pågældende genstand, og så er den ikke mikrobølgesikker. Du har sikkert mange ting i dit køkken lige nu, som kan anvendes i mikrobølgeovnen. Her følger en tjekliste, som du sikkert kan få glæde af:

Porcelænsservice

Det meste service af porcelæn er mikrobølgesikkert. Hvis du er i tvivl, kan du kigge i producentens dokumentation eller foretage mikrobølgetesten.

Glas

Glas, der er modstandsdygtigt over for varme, er mikrobølgesikkert. Herunder hører alt ovenfast glas. Du bør dog ikke anvende skrøbelige glasprodukter såsom drikkeglas og vinglas, da de kan gå i stykker, når maden opvarmes.

Opbevaringsbeholdere af plastik

Plastikbeholderne kan bruges til opbevaring af madvarer, som skal genopvarmes hurtigt. De bør dog ikke anvendes til madvarer, der kræver lang tids opvarmning i ovnen, da den varme mad kan bevirke, at beholderne mister deres facon eller smelter helt.

Papir

Papirtallerkener og -beholdere er bekvemme og sikre at anvende i mikrobølgeovnen, forudsat at tilberedningstiden er kort, og at madvarerne har et lavt fedt- og væskeindhold. Køkkenrulle er også meget anvendeligt til at pakke madvarer ind i og til at fore bageforme, der bruges til tilberedning af fedtholdige madvarer såsom bacon. Generelt bør farvede papirprodukter undgås, da farverne kan smitte af. Visse genbrugspapirer kan indeholde urenheder, som kan medføre gnistdannelse eller brand ved anvendelse i mikrobølgeovnen.

Koge- og stegeposer af plastik

Omrøring er en af de vigtigste elementer ved tilberedning af mad i mikrobølgeovnen. I traditionel madlavning omrører man maden for at blande ingredienserne sammen. Ved mikrobølgemadlavning omrører man maden for at sprede og fordele varmen. Omrør altid udefra og ind mod midten, fordi maden først varmes op i yderkanten.

Mikrobølgekøkkengrej af plastik

Mikrobølgekøkkengrej kan fås i et bredt udvalg af faconer og størrelser. Du kan sikkert anvende størsteparten af det plastik køkkengrej, du allerede har, så du ikke behøver at købe nyt.

Lertøj, stentøj og keramik

Beholdere, der er lavet af disse materialer, er normalt anvendelige i din mikrobølgeovnen, men for en sikkerhed skyld er et bedst at foretage mikrobølgetesten på dem.

ADVARSEL

Visse genstande med et højt indhold af bly eller jern er uegnede til madlavning.

Køkkengrej bør testes for at sikre, at det er anvendeligt i mikrobølgeovnen.

Fødevaretyper og mikrobølgetilberedning

Hold øje med maden

Fætningslinjerne her i vejledningen er blevet udarbejdet med stor omhu, men hvor heldigt madlavningen falder ud, afhænger af hvor stor opmærksomhed, du giver maden under tilberedningen. Hold altid øje med maden under tilberedningen. Mikrobølgeovnen er udstyret med en pære, der tændes automatisk, når ovnen starter, så du kan se, hvad der foregår inden i ovnen og holde øje med, hvordan processen skrider frem. Anvisninger om at løfte, omrøre og lignende, bør betragtes som anbefalet minimum. Hvis maden ikke ser ud til at blive jævnt tilberedt, kan du bare tilpasse processen, så problemet afhjælpes.

Faktorer, der påvirker tilberedningstiden

Der er mange faktorer, der påvirker tilberedningstiden. Temperaturen på de anvendte ingredienser har en afgørende indflydelse på tilberedningstiden. Det tager for eksempel meget længere tid at bage en kage, hvis smørret, mælken og æggene er iskolde i stedet for stuetemperatur. Alle retningslinjer giver et interval for tilberedningstider. Du vil typisk synes, at maden ikke har fået nok i den lavere ende af tidsintervallet, og måske har du nogle gange lyst til at give maden længere tid end den anbefalede maksimumstid. Vi har skrevet retningslinjerne ud fra den opfattelse, at det er bedst at være rimelig forsigtig ved tidsangivelser. Mad, der har fået for meget, står jo ikke til at redde. Nogle af tilberedningsanvisningerne – især dem for brød, kager og creme – anbefaler, at du tager madvarerne ud af ovnen, før de er helt færdige. Det er ikke en fejl. Når sådanne madvarer får lov til at stå og hvile (helst tildækket), vil de fortsætte tilberedningsprocessen uden for ovnen, fordi den varme, der er akkumuleret i yderkanten gradvist vil bevæge sig ind mod midten. Hvis madvarerne først tages ud af ovnen, når de er færdige, vil yderkanterne derfor få for meget varme og måske endda branke. Efterhånden som du bruger ovnen, vil du blive bedre til at vurdere både tilberednings- og hviletider for de forskellige madvarer.

Madvarernes massefylde

Letere, mere luftige madvarer såsom kager og brød tilberedes hurtigere end tungere madvarer såsom kødprodukter. Når du tilbereder luftige madvarer i mikrobølgeovnen, skal du passe på, at yderkanterne ikke bliver tørre og branke.

Madvarernes højde

Den øverste del af høje madvarer (især stege) vil blive hurtigere færdig end den nederste del. Derfor er det hensigtsmæssigt at vende høje madvarer under tilberedningen – somme tider flere gange.

Madvarernes væskeindhold

Den varme, mikrobølgerne genererer, har en tendens til at få væske til at fordampe, og derfor er det en god idé at stænke tørre madvarer såsom stege og visse grøntsager med vand inden tilberedning eller dække dem til, så de ikke tørrer ud.

Madvarernes ben- og fedtindhold

Ben leder varme, og fedt tilberedes hurtigere end kød. Ved tilberedning af kødstykker med højt ben- eller fedtindhold, skal du derfor passe på, at de ikke tilberedes for ujævnt eller for længe.

Madvarernes mængde

Antallet af mikrobølger i ovnen er konstant, uanset hvor store portioner, du tilbereder. Husk derfor, jo større portioner, jo længere tilberedningstid. Husk også at nedsætte tilberedningstiden med mindst en tredjedel, når du halverer en opskrift.

Madvarernes facon

Mikrobølgerne trænger kun ca. 2 cm ind i madvarerne, og den midterste del af tykke madvarer bliver tilberedt, når den varme, der genereres ved yderkanterne, bevæger sig indad. Det er kun yderkanterne af madvarerne, der bliver tilberedt direkte af mikrobølgerne – resten tilberedes via varmeledning. Den mest uhensigtsmæssige form ved mikrobølgetilberedning er en tyk kvadrat. Hjørnerne vil brænde, længe inden midten begynder at blive varm. Runde og ringformede madvarer giver det bedste resultat.

Afdækning

Afdækning af madvarerne tilbageholder varmen og dampen, så de tilberedes hurtigere. Anvend låg eller husholdningsfilm til mikrobølgeovn med det ene hjørne foldet tilbage, så filmen ikke revner.

Bruning

Kød og fjerkræ, der tilberedes i 15 minutter eller længere vil brunes let på grund af varens eget fedtindhold. Madvarer, der tilberedes i kortere tid, kan pensles med fx HP-sauce, soja- eller barbecuesauce for at opnå en appetitlig farve. Da det kun drejer sig om små mængder, ændrer det ikke retens smag.

Afdækning med fedtafvisende papir

Fedtafvisende papir forhindrer sprøjt og stænk og tilbageholder en del af varmen i maden. Men fordi det giver en løsere afdækning end låg eller husholdningsfilm, bevirker det, at maden kan tørre lidt ud.

Placering af fordeling af madvarerne

De enkelte madvarer såsom bagekartofler, mindre kager og hors d'oeuvres varmes mere jævnt, når de placeres i ovnen med regelmæssig afstand – helst i en cirkel. Undgå at stable madvarer oven på hinanden.

Fødevareretyper og mikrobølgetilberedning

Omrøring

Når du tilbereder mad i mikrobølgeovn, er omrøring vigtig. I traditionel madlavning omrører man maden for at blande ingredienserne sammen. Ved mikrobølgemadlavning omrører man maden for at sprede og fordele varmen. Omrør altid udefra og ind mod midten, fordi maden først varmes op i yderkanten.

Vending

Store og høje madvarer såsom stege og hele kyllinger bør vendes, så den øverste og den nederste del bliver tilberedt ensartet. Det er også en god idé at vende kyllingestykker og koteletter.

Placér de tykkeste dele yderst

Da mikrobølgerne trænger ind i madvarerne fra ydersiden, giver det god mening at placere de tykkeste dele af maden yderst. På den måde modtager de tykkeste dele den største del af mikrobølgeenergien, og maden tilberedes mere ensartet.

Beskyttelse

Smalle strimler af alufolie (som stopper mikrobølgerne) kan bruges til at afdække hjørnerne eller kanterne på firkantede madvarer for at forhindre disse dele i at udtørre og brænde. Anvend aldrig for megen alufolie, og sørg for, at folien er klemt fast om fadet, så det ikke medfører gnistdannelse i ovnen.

Friløftning

Tykke eller massive madvarer kan friløftes i ovnen, så mikrobølgerne har uhindret adgang til undersiden og midten af madvarerne.

Prikning

Madvarer med skal, skræl eller hinder vil højst sandsynligt eksplodere, hvis der ikke prikkes hul inden tilberedningen. Herunder hører æggeblommer og -hvider, muslinger og østers og hele grøntsager og frugter.

Prøvesmagning

Madvarer tilberedes så hurtigt i en mikrobølgeovn, at det er nødvendigt at prøvesmage jævnligt. Nogle madvarer skal først tages ud af ovnen, når de er helt færdige, men de fleste madvarer (herunder kød og fjerkræ) skal tages ud, inden de er helt færdige og fortsætte processen i en hvileperiode. Den indre varme i madvarerne vil stige 30-80 °C i løbet af hviletiden.

Hviletid

Mange madvarer skal helst hvile i 3-10 minutter, efter de er taget ud af mikrobølgeovnen. Normalt skal madvarerne være dækket til i hviletiden for at holde på varmen, medmindre det er meningen, de skal være tørre (fx kager og kiks). Hviletiden giver madvarerne mulighed for at afslutte tilberedningsprocessen og giver en forbedret smag.

Sådan rengør du ovnen

1. Hold indersiden af ovnen ren

Madstænk og væskesprøjt sætter sig på ovnens vægge og mellem lågen og dens tætning. Det er bedst at tørre madrester op med en fugtig klud med det samme. Krummer og madrester vil absorbere mikrobølgeenergien og forlænge tilberedningstiden. Tør krummer, der er faldet ned mellem lågen og rammen, op med en fugtig klud. Det er vigtigt at holde dette område rent, så lågen lukker tæt. Fjern fedtsprøjt med en klud med sæbe, afvask sæben med vand og tør efter. Anvend ikke stærke rengøringsmidler eller pudsemidler. Glastallerkenen kan både vaskes op i hånden og i opvaskemaskinen.

2. Hold ydersiden af ovnen ren

Følg ydersiden af ovnen med sæbe og vand, afvask derefter med rent vand, og tør til sidst efter med en blød, tør klud eller køkkenrulle. Sørg for, at vandet ikke trænger ind i ventilationsåbningen og beskadiger ovnens indre dele. Åbn lågen, inden du tørrer kontrolpanelet over (for at forhindre ovnen i at starte ved et uheld) – først med en fugtig klud og straks derefter med en tør klud. Tryk på STOP/CLEAR (stop/ nulstil) efter endt rengøring.

3 Tør overfladerne med en blød klud, hvis der har samlet sig damp på indersiden eller ydersiden af lågen. Dette kan ske, når mikrobølgeovnen bruges ved høj luftfugtighed, og er på ingen måde udtryk for, at ovnen ikke fungerer korrekt.

4 Lågen og dens tætning bør holdes rene. Brug kun varmt sæbevand, tør over med rent vand og tør grundigt efter.

ANVEND ALDRIG RENGØRINGSMIDLER, DER RIDSER, SÅSOM SKUREPULVER ELLER STÅL- ELLER PLASTIKSVAMPE

Metaldele vil være lettere at vedligeholde, hvis du tørrer dem over jævnlige med en fugtig klud.

SP: Hvad er der galt, når pæren i ovnen ikke lyser?

SV: Der kan være flere årsager til, at pæren ikke lyser.

Måske er den sprunget.

Eller måske er lågen ikke lukket.

SP: Kan mikrobølgerne trænge ud gennem lågens beklædning?

SV: Nej. Alle kighuller i beklædningen er lavet, så de alene lader lyset

passere – mikrobølgerne kan ikke trænge ud.

SP: Hvorfor bipper det, når jeg trykker på knapperne på kontrolpanelet?

SV: Der lyder et bip som bekræftelse på, at indstillingen er foretaget korrekt.

SP: Tager mikrobølgeovnen skade, hvis den startes tom?

SV: Ja. Den må aldrig startes tom eller uden glastallerkenen.

SP: Hvorfor eksploderer æggene sommetider?

SV: Når du bager, steger eller koger æg, kan det ske, at blommen sprænges på grund af den damp, der opstår inden i blommens hinde. Det kan du forhindre ved ganske enkelt at prikke æggeblommen inden tilberedning. Tilbered aldrig æg med skal i mikrobølgeovnen.

SP: Hvorfor anbefales det at lade madvarerne hvile, når de er taget ud af ovnen?

SV: Når madvarerne er taget ud af ovnen, fortsætter processen mens maden hviler. I hviletiden afsluttes tilberedningen jævnt gennem maden. Hviletidens varighed afhænger af madvarens massefylde.

SP: Er det muligt at tilberede popcorn i mikrobølgeovn?

SV: Ja, hvis du bruger en af de metoder, der er beskrevet nedenfor:

1. Tilbered popcornene i køkkentøj, der er specielt fremstillet til mikrobølgeovne.
2. Brug popcorn, der er specielt fremstillet til mikrobølgeovne. På emballagen kan du se instruktioner vedrørende effekt og tilberedningstid.

FØLG NØJE PRODUCENTENS ANVISNINGER. EFTERLAD IKKE OVNEEN UDEN OPSYN, MENS POPCORNENE TILBEREDES. AFBRYD TILBEREDNINGEN EFTER DEN ANBEFALEDE TID ET GÅET – OGSÅ SELVOM IKKE ALLE KERNER ER POPPET. HVIS POPCORNENE FÅR FOR MEGET, KAN DE BRYDE I BRAND.

ADVARSEL

ANVEND ALDRIG EN PAPIRPOSE TIL TILBEREDNING AF POPCORN. FØRSØG ALDRIG AT POPPE TILOVERSBLEVNE KERNER.

SP: Hvorfor tager det somme tider længere tid, end der står i retningslinjerne?

SV: Kig i retningslinjerne igen for at se, om du har fulgt anvisningerne korrekt, og for at se, hvad der kan påvirke tilberedningstiden. Retningslinjerne for indstilling af tid og effekt er vejledende og valgt for at forhindre, at maden får for meget – hvilket er det mest gængse problem for nye brugere af mikrobølgeovne. Variationer i madvarens størrelse, facon, vægt og omfang påvirker tilberedningstiden. Brug din egen sunde fornuft sammen med retningslinjerne for at teste madvarens karakteristika – ligesom du ville gøre det ved traditionel madlavning.

IEC Testlister

• Mikrobølgeoptøning

Måltid	Mikrobølgeindstilling i watt, Tilberedningstid	Bemærk
Kød	180W, 11-12 min.	Anbring den flade tallerken. Drej efter 6 min.

• Mikrobølgemadlavning

Måltid	Mikrobølgeindstilling i watt, Tilberedningstid	Bemærk
Cremesovs	360W, 22-25 min.	Anbring pyrextallerkenen på den nederste tradgrill
Kagedej	540W, 9-12 min.	Anbring pyrextallerkenen ø 22cm på den nederste tradgrill
Farsbrød	720W, 11-13 min.	Anbring pyrextallerkenen på den nederste tradgrill

• Kombinationsmadlavning med mikrobølger

Måltid	Mikrobølgeindstilling i watt, Tilberedningstid	Temperatur	Bemærk
Kartoffelgratin	Konvektion Co-2(540W) 15-20 min.	140 °C	Anbring pyrextallerkenen ø 22cm på nederste tradgrill
Kage	Konvektion Co-2(540W) 20-25 min.	180 °C	Anbring pyrextallerkenen ø 22cm på nederste tradgrill
Kylling	Konvektion Co-2(540W) 40-45 min.	250 °C	Anbring kyllingebrystet nedad på nederste tradgrill Vend det efter 20 minutter.

Advarsel

Ledningerne i kablet er farvekodet på følgende måde:
BLÅ ~ 0
BRUN ~ strømførende
GRØN & GUL ~ Jord

Eftersom farverne på ledningerne i apparatets kabel ikke nødvendigvis stemmer overens med farvekodningen på klemmerne i stikkontakten, skal man gå frem på følgende måde ved tilslutning:

Den BLÅ ledning kobles til klemmen, som er mærket N eller er SORT.

Den BRUNE ledning kobles til klemmen, som er mærket V eller er RØD.

Den GRØNNE & GULE eller GRØNNE ledningen kobles til klemmen, som er mærket .

Hvis ledningen er beskadiget, må den udskiftes af producenten, dennes forhandler eller en anden kvalificeret person for at undgå fare for skade.

Tekniske data

	MC-7684B/MC-7684BS
Spænding	230 V AC / 50Hz
Afgiven effekt	900 W (IEC60705 målestandard)
Mikrobølgefrequens	2450 MHz
Udvendige mål	512 mm(B) X 307 mm(H) X 510 mm(D)
Elforbrug	
Mikrobølge	1300 watt
Grill	1150 watt
Kombineret	2650 watt
Varmluft	1350 watt (Max. 2450 watt)

Kassering av din gamla apparat

1. När den här symbolen med en överkryssad soptunna på hjul sitter på en produkt innebär det att den regleras av European Directive 2002/96/EC.
2. Alla elektriska och elektroniska produkter bör kasseras via andra vägar än de som finns för hushållsavfall, helst via för ändamålet avsedda uppsamlingsanläggningar som myndigheterna utser.
3. Om du kasserar din gamla apparat på rätt sätt så bidrar du till att förhindra negativa konsekvenser för miljön och människors hälsa.
4. Mer detaljerad information om kassering av din gamla apparat kan fås av kommunen, renhållningsverket eller den butik där du köpte produkten.

Kaste det gamle apparatet

1. När dette symbolet med en søppeldunk med kryss på er festet til et produkt, betyr det at produktet dekkes av EU-direktivet 2002/96/EF.
2. Alle elektriske og elektroniske produkter skal kastes i atskilte gjenbruksstasjoner som er satt ut av statlige eller lokale myndigheter.
3. Riktig avfallshåndtering av det gamle apparatet bidrar til å forhindre mulige negative konsekvenser for miljøet og folkehelsen.
4. Hvis du vil ha mer detaljert informasjon om avfallshåndtering av gamle apparater, kan du kontakte lokale myndigheter, leverandøren av avfallshåndteringstjenesten eller der du kjøpte produktet.

Sådan smider du dit gamle apparat ud

1. Når der er et tegn med et kryds over en skraldespand, betyder det, at produktet er omfattet af EU-direktiv 2002/96/EC.
2. Alle elektriske og elektroniske produkter skal smides ud et andet sted end gennem den kommunale affaldsordning ved hjælp af specielle indsamlingsfaciliteter, der er organiseret af staten eller de lokale myndigheder.
3. Korrekt bortskaffelse af dit gamle apparat er med til at forhindre mulige skadevirkninger på miljøet og menneskelig sundhed.
4. Mere detaljerede oplysninger om bortskaffelse af dit gamle apparat kan fås ved at kontakte dit lokale kommunekontor, renovationselskab eller den butik, hvor du købte produktet.

Vanhojen laitteiden hävittäminen

1. Tämä merkki tuotteessa tarkoittaa, että tuote kuuluu sähkö- ja elektroniikkalaiteromusta annetun EU-direktiivin 2002/96/EY soveltamisalaan.
2. Kaikki elektroniset laitteet ovat ongelmajätettä, joten ne on toimitettava paikalliseen keräyspisteeseen.
3. Vanhan laitteen asianmukainen hävittäminen ehkäisee mahdollisia ympäristöön ja terveyteen kohdistuvia haittavaikutuksia.
4. Lisätietoa vanhan laitteen hävittämisestä saat ottamalla yhteyden paikallisiin viranomaisiin, kierrätyskeskukseen tai myymälään, josta ostit laitteen.

