



FOUR COMBINE MICRO-ONDES

MANUEL D'UTILISATION

LIRE ATTENTIVEMENT LE MANUEL AVANT D'UTILISER L'APPAREIL.

MC-7647B
MC-7647BS

Précautions

Précautions destinées à éviter toute surexposition aux micro-ondes.

Le four ne peut fonctionner porte ouverte grâce à son système de verrouillage de sécurité intégré dans le mécanisme de la porte. Ces mécanismes de sécurité arrêtent automatiquement toute cuisson lors de l'ouverture de la porte ; ce qui dans le cas de micro-ondes pourrait engendrer une exposition nocive à l'énergie micro-ondes.

Il est important de ne pas endommager le système de verrouillage.

Ne placer aucun objet entre l'avant du four et la porte et ne laisser aucun résidu d'aliment ou de produit nettoyant s'accumuler sur les surfaces assurant l'étanchéité.

Ne pas utiliser un four endommagé. La bonne fermeture de la porte est particulièrement importante. La porte, l'encadrement, les charnières et les loquets (cassés ou mal ajustés), les joints de la porte et les surfaces d'étanchéité ne doivent pas être endommagés.

Ne confier cet appareil pour réglage ou réparation qu'à un technicien qualifié du service après-vente.

Attention

**Vérifier les temps de cuisson.
Une cuisson excessive peut enflammer
un aliment et endommager le four.**

Lors du réchauffage de liquides, soupes, sauces et boissons dans votre four à micro-ondes, une ébullition éruptive tardive peut se produire sans apparition de bulles. Cette condition peut entraîner un bouillonnement soudain sur le liquide chaud. Pour éviter ce risque, suivre les étapes ci-dessous:

1. Éviter d'utiliser des récipients à bard droit avec col étroit.
2. Ne pas surchauffer.
3. Agiter le liquide avant de placer le récipient dans le four, agiter à nouveau à mi-cuisson.
4. Après le réchauffage, laisser reposer dans le four quelques minutes, agiter ou secouer de nouveau les liquides (en particulier, le contenu des biberons et des récipients d'aliments pour nourrissons) et vérifier leur température avant consommation afin d'éviter les brûlures (biberons et récipients d'aliments pour nourrissons, notamment). Faire attention en manipulant le récipient.

Attention

**Laisser reposer un instant l'aliment
réchauffé au micro-onde et tester
la température avant consommation.
Notamment les biberons et petits pots.**

Mode de fonctionnement du four à micro-ondes

Les micro-ondes sont une forme d'énergie semblable aux ondes radio ou télé et à la lumière du jour. En général les micro-ondes se propagent vers l'extérieur alors qu'elles se déplacent dans l'atmosphère et disparaissent sans effet. Les fours à micro-ondes cependant, disposent d'un magnétron conçu pour utiliser l'énergie des micro-ondes. L'électricité, qui alimente le magnétron, permet de créer l'énergie micro-ondes.

Ces micro-ondes pénètrent la surface de cuisson par des ouvertures pratiquées dans le four. Un plateau tournant est situé sur la sole du four. Les micro-ondes ne peuvent traverser les parois métalliques du four, mais elles peuvent pénétrer dans des matériaux tels que le verre, la porcelaine, le papier, des matériaux dont sont constitués les ustensiles pour micro-ondes.

Les micro-ondes ne chauffent pas les récipients utilisés pour la cuisson même si ceux-ci peuvent chauffer du fait de la chaleur générée par la nourriture.

Un appareil très sûr

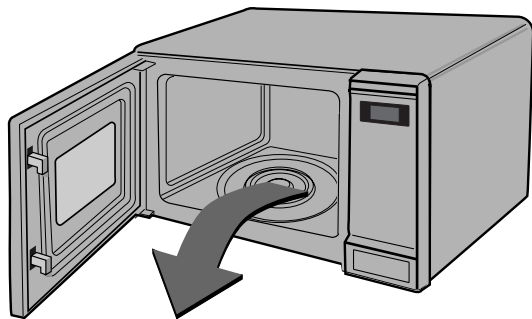
Votre four à micro-ondes est l'un des appareils électroménagers les plus sûrs. Lorsque la porte est ouverte, le four cesse immédiatement de produire des micro-ondes. L'énergie micro-ondes est totalement convertie en chaleur lorsqu'elle pénètre la nourriture, ne dégageant aucune énergie résiduelle nocive pour la personne qui cuisine.

Précautions _____	2
Sommaire _____	3
Déballage de l'appareil et Installation _____	4 ~ 5
Réglage Horloge _____	6
Verrouillage pour Enfants _____	7
Cuisson en fonction de la Puissance des micro-ondes _____	8
Niveaux de Puissance des micro-ondes _____	9
Cuisson à Deux étapes _____	10
Démarrage Rapide _____	11
Accroître ou réduire le temps de cuisson _____	12
Grill Cuisson au _____	13
Convection Cuisson par _____	14 ~ 15
Combinée Cuisson _____	16 ~ 17
Décongélation Automatique _____	18 ~ 19
Décongélation Rapide _____	20 ~ 21
Automatique Cuisson _____	22 ~ 24
Automatique Rôtissage _____	25 ~ 26
Consignes importantes de sécurité _____	27 ~ 28
Ustensiles pour Micro-ondes _____	29
Caractéristiques des Aliments Et cuisson Micro-ondes _____	30 ~ 31
Questions et Réponses _____	32
Avertissements et Spécifications Techniques _____	33

Déballage de l'appareil et Installation

En suivant les étapes de base décrites sur ces deux pages, vous serez rapidement en mesure de vérifier le bon fonctionnement de votre four. Veuillez faire particulièrement attention aux instructions portant sur l'emplacement de votre four. Lorsque vous sortez le four de son emballage, veillez à bien retirer tous les accessoires et emballages. Vérifiez que le four n'a pas été endommagé pendant la livraison.

- 1** Déballer le four et le poser sur une surface plane.

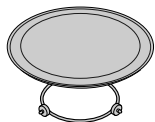


SUPPORT HAUT



SUPPORT BAS

PLATEAU EN VERRE

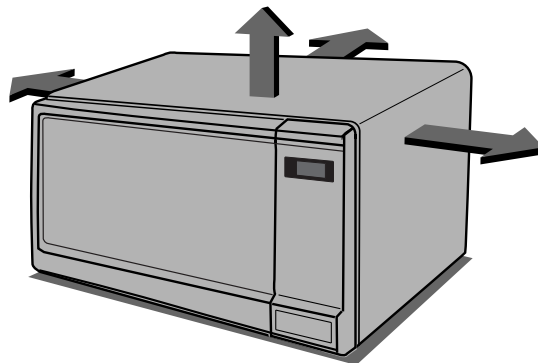


BAGUE ROTATIVE



PLAT CROUSTY

- 2** Placer le four à l'emplacement de votre choix, à une hauteur supérieure à 85 cm, en s'assurant qu'il existe un espace d'au moins 30 cm en haut et 10 cm à l'arrière, pour assurer une ventilation correcte. L'avant du four doit se trouver à au moins 8 cm du bord de la surface pour éviter de basculer. Une sortie d'évacuation est placée sur la partie supérieure ou latérale du four. Ne pas l'obstruer pour éviter d'endommager l'appareil.

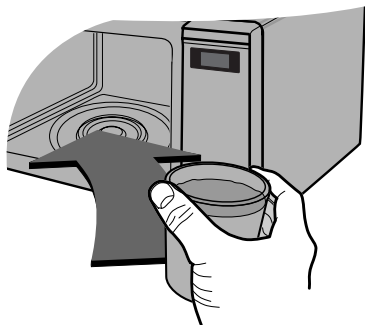


CE FOUR NE DOIT PAS ÊTRE UTILISÉ À DES FINS DE RESTAURATION COMMERCIALE

- 3** Branchez le four dans une prise standard. Vérifiez que le four est le seul appareil branché à cette prise.

Si votre four ne fonctionne pas correctement, débranchez et rebranchez-le.

- 5** Remplissez un **réceptif pour micro-ondes** avec 300 ml d'eau. Placez-le sur le **PLATEAU EN VERRE** et fermez la porte du four. Si vous avez des doutes sur le réceptif à utiliser, veuillez vous reporter à la page 29.



- 4** Ouvrir la porte de votre four en tirant sur la poignée de porte. Placer la **BAGUE POTATIVE** à l'intérieur du four et le **PLATEAU EN VERRE** dessus.

- 6** Appuyez sur **ARRÊT/ANNULER**. Appuyez sur le bouton **DÉPART** une fois pour régler le temps de cuisson sur 30 secondes.



- 7** L'**AFFICHEUR** comptera à rebours à partir de 30 secondes. Lorsqu'il indiquera 0, il sonnera trois fois. Ouvrez la porte du four et testez la température de l'eau. Si votre four fonctionne bien, l'eau devrait être chaude. **Faites attention en sortant le réceptif du four, il peut être chaud.**



VOTRE FOUR EST PRÊT

Réglage Horloge



Lorsque vous branchez votre four pour la première fois ou que le courant revient après une coupure d'électricité, 'O' se visualise sur l'afficheur et vous devez réinitialiser l'horloge.

Si l'horloge (ou l'afficheur) présente des symboles étranges, débranchez votre four de la prise murale puis et branchez-le à nouveau et réinitialisez l'horloge.

Vous pouvez régler l'horloge sur 12 heures ou sur 24 heures.

Dans l'exemple suivant, je vous montrerai comment régler l'heure à 14:35 lors de l'utilisation de l'horloge de heures. Assurez-vous d'avoir enlevé tous les emballages de votre four.

Assurez-vous d'avoir correctement installé votre four en suivant les instructions décrites plus haut dans ce guide.

Appuyez sur **ARRET/ANNULER**.

Appuyez une fois sur **HORLOGE**.

(Si vous voulez utiliser l'horloge de 12 heures, appuyez sur **HORLOGE** encore une fois. Si vous voulez changer une option quelconque après avoir réglé l'horloge, vous devez débrancher l'appareil puis le rebrancher.)

Appuyez sur **10 min** quinze fois.

Appuyez sur **1 min** trois fois.

Appuyez sur **10 sec** cinq fois.

Appuyez sur **HORLOGE** ou sur **DÉPART** pour régler l'heure.

L'horloge commence le comptage.

Verrouillage pour Enfants



Votre four comporte un dispositif de sécurité empêchant la mise en marche accidentelle du four. Une fois que le verrouillage pour enfants est réglé, aucune fonction ne sera disponible et vous ne pourrez pas cuisiner. Cependant, vos enfants peuvent toujours ouvrir la porte de four !

Appuyez sur **ARRET/ANNULER**.

Appuyez sans relâcher sur la touche **ARRET/ANNULER** jusqu'à ce que "L" s'affiche à l'écran et qu'un bip sonore se fasse entendre. La fonction de **VERROUILLAGE POUR ENFANTS** est maintenant réglée. Si l'horloge est réglée, l'heure disparaîtra de l'afficheur.

"L" reste affiché pour vous rappeler que la fonction de **VERROUILLAGE POUR ENFANTS** est réglée.



Pour annuler la fonction de **VERROUILLAGE POUR ENFANTS**, appuyez sans relâcher sur la touche **ARRET/ANNULER** jusqu'à ce que "L" disparaisse. Vous entendrez un **BIP SONORE** indiquant que la fonction a été annulée.

Cuisson en fonction de la Puissance des micro-ondes

Dans l'exemple suivant je vous montrerai comment faire cuire de la nourriture avec une puissance de chauffage à 80% pendant 5 minutes et 30 secondes.



Votre four peut être réglé selon cinq niveaux de puissance des micro-ondes. La puissance élevée est sélectionnée automatiquement mais si vous appuyez à plusieurs reprises sur **PUISSANCE** vous pourrez sélectionner différents niveaux de puissance.

Puissance	Appuyez sur PUISSANCE		%
Élevé MAX	1	900W	100%
Moyen Élevé	2	720W	80%
Moyen	3	540W	60%
Décongélation Moyen-Faible	4	360W	40%
Faible	5	180W	20%

Assurez-vous d'avoir correctement installé votre four en suivant les instructions décrites plus haut dans ce guide.

Appuyez sur **ARRÊT/ANNULER**.

Appuyez deux fois sur **PUISSANCE** pour sélectionner une puissance à 80%.

"720" se visualise sur l'afficheur.

Appuyez sur **1 min** cinq fois.
Appuyez sur **10 sec** trois fois.

Appuyez sur **DÉPART**.

Votre four à micro-ondes est équipé de 5 niveaux de puissance vous permettant un maximum de flexibilité et de contrôle de la cuisson.

Le tableau ci-dessous montre des exemples de nourriture et les niveaux de puissance de cuisson recommandés pour ce four à micro-ondes.

Niveaux de Puissance des micro-ondes

PUISSANCE	UTILISATION	NIVEAU DE PUISSANCE(%)	PUISSANCE DE SORTIE
ÉLEVÉ	<ul style="list-style-type: none">* Ébullition d'eau* Bœuf haché brun* Cuisson de pièces de volaille, poissons, légumes* Cuisson de pièces de viande tendre	100%	900W
MOYEN ÉLEVÉ	<ul style="list-style-type: none">* Réchauffage* Rôti de viande et de volaille* Cuisson de champignons et de fruits de mer* Cuisson d'aliments à base de fromage et d'œuf	80%	720W
MOYEN	<ul style="list-style-type: none">* Cuisson de gâteaux et des scones* Cuisson d'œufs* Cuisson de crèmes* Préparation de riz, soupe	60%	540W
DÉCONGÉLATION	<ul style="list-style-type: none">* Décongélation* Fondre du beurre et du chocolat* Cuisson de pièces de viande moins tendres	40%	360W
FAIBLE	<ul style="list-style-type: none">* Amollissement de beurre et fromage* Amollissement de crème glacée* Levée à pâte à pain (avec levure)	20%	180W



Cuisson à Deux étapes

Dans l'exemple suivant, je vous montrerai comment faire cuire des aliments en deux étapes. La première étape fera cuire vos aliments pendant 11 minutes à une puissance ÉLEVÉE, tandis que la seconde les fera cuire pendant 35 minutes à 360W.



Pendant les deux étapes de cuisson, la porte du four peut être ouverte pour vérifier les aliments. Fermez la porte du four et appuyez sur **DÉPART**; le processus de cuisson reprendra.

À la fin de l'étape 1, un bip sonore résonne et l'étape 2 démarre.

Si vous souhaitez annuler le programme, appuyez deux fois sur **ARRÊT/ANNULER**.

Appuyez sur **ARRÊT/ANNULER**.

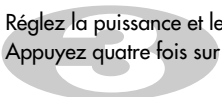


Réglez la puissance et le temps de cuisson **pour l'étape 1**.
Appuyez une fois sur Power pour sélectionner la puissance la plus ÉLEVÉE.



Appuyez une fois sur **10 min**.
Appuyez une fois sur **1 min**.

Réglez la puissance et le temps de cuisson **pour l'étape 2**.
Appuyez quatre fois sur Power pour sélectionner une puissance à 360W.



Appuyez sur **10 min** trois fois.
Appuyez sur **1 min** cinq fois.

Appuyez sur **DÉPART**.



Démarrage Rapide

Dans l'exemple suivant, je vous montrerai comment établir un réglage de 2 minutes de cuisson à une puissance élevée.



La fonction **DÉMARRAGE RAPIDE** vous permet de régler des intervalles de 30 secondes à une puissance de cuisson **ÉLEVÉE** rien qu'en appuyant sur la touche **DÉPART**.

Appuyez sur **ARRÊT/ANNULER**.

Appuyez quatre fois sur **DÉPART** pour sélectionner l'option 2 minutes à une puissance de cuisson **ÉLEVÉE**.

Votre four commencera avant que vous n'ayez fini d'y appuyer pour la quatrième fois.

Pendant la cuisson en mode **DÉMARRAGE RAPIDE**, vous pouvez prolonger le temps de cuisson jusqu'à 99 minutes 59 secondes en appuyant à plusieurs reprises sur la touche **DÉPART**.

Accroître ou réduire le temps de cuisson

Dans l'exemple suivant je vous montrerai comment modifier le pré-réglage du programme de cuisson automatique en augmentant ou en diminuant le temps de cuisson.



Si vous constatez que votre nourriture est cuite ou au contraire, pas assez cuite lorsque vous utilisez le programme de Cuisson automatique ou celui de Réchauffement automatique. Vous pouvez augmenter ou réduire le temps de cuisson en appuyant sur la touche **PLUS/MOINS**.

Lors d'une cuisson en mode manuel, vous pouvez prolonger le temps de cuisson à votre gré à l'aide de la touche **PLUS/MOINS**.

Il n'y a pas besoin d'arrêter le processus de cuisson.

Appuyez sur **ARRÊT/ANNULER**.



Réglez le programme de Cuisson automatique requis.
(Sélectionnez le poids de la nourriture)

Appuyez sur **DÉPART**.



Appuyez sur **PLUS** (Δ).

Le temps de cuisson augmentera de 10 secondes à chaque pression de cette touche.

Appuyez sur **MOINS** (∇).

Le temps de cuisson diminuera de 10 secondes à chaque pression de cette touche.

Grâce à l'exemple suivant, je vais vous montrer comment utiliser le grill pour cuire des aliments pendant 12 minutes et 30 secondes.

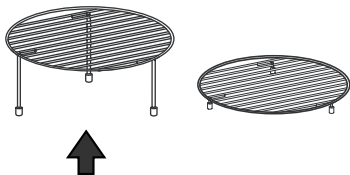


Ce modèle est doté d'un dispositif de chauffage gainé (**SHEATH HEATER**), aucun préchauffage n'est donc nécessaire.

Cette fonction vous permet de brunir et de donner rapidement du croustillant à vos aliments.

En mode grill, le plateau en métal est placé entre le plateau en verre et le support du grill.

En mode de cuisson au grill, il faut utiliser le support de grill (plateau haut).



Appuyez sur **STOP/CLEAR (ARRETER / ANNULER)**.

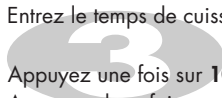


Appuyez sur **GRILL**.



Pendant la cuisson, vous pouvez utiliser les touches **MORE (PLUS)** ou **LESS (MOINS)** pour allonger ou réduire le temps de cuisson.

Entrez le temps de cuisson.

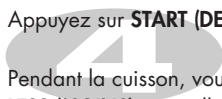


Appuyez une fois sur **10 MIN.**

Appuyez deux fois sur **1 MIN.**

Appuyez trois fois sur **10 SEC.**

Appuyez sur **START (DEMARRER)**.



Pendant la cuisson, vous pouvez utiliser les touches **MORE (PLUS)** ou **LESS (MOINS)** pour allonger ou réduire le temps de cuisson.

Convection

Cuisson par

Grâce à l'exemple suivant, je vais vous montrer comment préchauffer le four à 230° C.



Le four à convection a une plage de températures allant de 40°C à 100°C~230°C (180°C est la température sélectionnée automatiquement lorsque le mode convection est choisi).

Le four possède une fonction levain fixée à 40°C. Vous devrez peut-être attendre que le four refroidisse car la fonction ferment ne peut pas être utilisée à plus de 40°C.

Temps / Poids / Température
Votre four prendra quelques minutes pour atteindre la température choisie.

Une fois la température correcte atteinte, votre four émettra un long BIP pour vous en avertir.

Placez ensuite vos aliments dans le four, et indiquez-lui qu'il doit commencer la cuisson.

1. Pour préchauffer.

Appuyez sur **STOP/CLEAR (ARRETER / ANNULER)**.

Appuyez sur **CONVECTION**.

Appuyez cinq fois sur **MORE** pour sélectionner "230°C".

La température de cuisson peut être modifiée en appuyant sur les touches **MORE (PLUS)** ou **LESS (MOINS)**.

Appuyez sur **START (DEMARRER)**.

Le préchauffage démarre dès que le message "Pr-H" s'affiche à l'écran.

Convection

Cuisson par

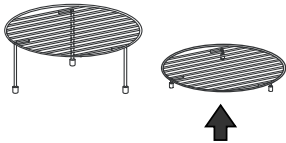
Grâce à l'exemple suivant, je vais vous montrer comment d'abord préchauffer le four et ensuite cuire des aliments à une température de 230° C pendant 50 minutes.



Si vous n'entrez pas de température, votre fourchoisira automatiquement 180°C.

La température de cuisson peut être modifiée en appuyant sur les touches **MORE (PLUS)** ou **LESS (MOINS)**.

En mode de cuisson par convection, il faut utiliser le support de convection (plateau bas).



En cas de cuisson en mode Décongélation Automatique (Auto Defrost), vous pouvez cuire les aliments en trois étapes au plus. (Décongélation Automatique + Etape 1 + Etape 2)

Ainsi donc, vous pouvez décongeler les aliments puis les cuire sans devoir réinitialiser le four à chaque étape.

2. Pour cuire.

Appuyez sur **STOP/CLEAR**.

Appuyez sur **CONVECTION**.

Appuyez cinq fois sur **MORE (PLUS)** pour sélectionner "230°C".

Appuyez cinq fois sur **10 MIN**.

Appuyez sur **START**.

Pendant la cuisson, vous pouvez utiliser les touches **MORE (PLUS)** ou **LESS (MOINS)** pour allonger ou réduire le temps de cuisson.

Combinée

Cuisson

Grâce à l'exemple suivant, je vais vous montrer comment programmer votre four pour cuire à la fois à une puissance micro-ondes de 360 et avec la fonction grill pendant 25 minutes.



Votre four offre la possibilité de cuire des aliments grâce à la résistance et aux micro-ondes, etc, simultanément ou successivement. Globalement, cela implique qu'il vous faudra moins de temps pour cuire vos aliments.

En mode de cuisson combinée, vous avez le choix entre trois niveaux de puissance micro-ondes (180, 360 et 540).

1. MODE COMBINE GRILL.

Appuyez sur **STOP/CLEAR**.

Appuyez sur **COMBI**.

Appuyez sur **GRILL**.

Appuyez deux fois sur **MICRO** pour sélectionner le niveau de puissance 360.

Entrez le temps de cuisson.

Appuyez deux fois sur **10 MIN**.

Appuyez cinq fois sur **1 MIN**.

Appuyez sur **START**.

Pendant la cuisson, vous pouvez utiliser les touches **MORE (PLUS)** ou **LESS (MOINS)** pour allonger ou réduire le temps de cuisson.

Attention! Lorsque vous sortez les aliments du four, le récipient peut être très chaud!

Combinée

Cuisson

Grâce à l'exemple suivant, je vais vous montrer comment programmer votre four pour: cuire pendant 25 minutes à un niveau de puissance micro-ondes de 360, combiné à une température de 200° C par convection.



Votre four offre la possibilité de cuire des aliments grâce à la résistance et aux micros-ondes, simultanément ou successivement. Globalement, cela implique qu'il vous faudra moins de temps pour cuire vos aliments.

Votre four dispose d'une fonction de décongélation rapide (VIANDES).

2. MODE COMBINE CONVECTION.

Appuyez sur **STOP/CLEAR**.

Appuyez sur **COMBI**.

Appuyez sur **CONVECTION**.

Appuyez deux fois sur **MORE (PLUS)** pour obtenir une température de 200°C par convection.

Appuyez deux fois sur **MICRO** pour sélectionner la puissance 360.

Entrez le temps de cuisson.

Appuyez deux fois sur **10 MIN**.

Appuyez cinq fois sur **1 MIN**.

Appuyez sur **START**.

Pendant la cuisson, vous pouvez utiliser les touches **MORE (PLUS)** ou **LESS (MOINS)** pour allonger ou réduire le temps de cuisson.

Attention! Lorsque vous sortez les aliments du four, le récipient peut être très chaud!

Décongélation Automatique



Votre four à micro-ondes est pourvu de quatre niveaux de décongélation: **MEAT [VIANDE]**, **POULTRY [VOLAILLE]**, **FISH [POISSON]** et **BREAD [PAIN]**; chaque catégorie de décongélation comporte des réglages de puissance différents. Pour sélectionner les différents réglages, appuyez à plusieurs reprises sur la touche **DÉCONGÉLATION**.

Catégorie	Appuyez sur Décongélation Automatique	
Viande	1	fois
Volaille	2	fois
Poisson	3	fois
Pain	4	fois

Étant donné que la température et la densité de la nourriture varient, je vous recommande de vérifier les aliments avant de commencer la cuisson. Une attention particulière est à accorder aux grands morceaux de viande et de poulets : certains mets ne devraient pas être complètement décongelés avant la cuisson. Par exemple, le poisson cuit tellement vite qu'il convient parfois de commencer à le faire cuire lorsqu'il est encore légèrement surgelé. Le programme **BREAD [PAIN]** est convenable pour la décongélation de petits produits tels que des petits pains. Ceux-ci auront besoin d'un temps d'attente pour permettre que le centre se décongèle. Dans l'exemple suivant, je vous montrerai comment décongeler 1.4Kg de volaille surgelée.

Appuyez sur **ARRET/ANNULER**.

Pesez la nourriture que vous allez décongeler. Assurez-vous d'avoir enlevé tout reste de film métallique ; puis placez la nourriture à l'intérieur de votre four et fermez-en la porte.

Appuyez deux fois sur **DÉCONGÉLATION** pour sélectionner le programme de décongélation **VOLAILLE**.

"**dEF2**" se visualise sur l'afficheur.

Saisissez le poids de la nourriture surgelée que vous allez décongeler.

Appuyez sur **PLUS** quatorze fois pour saisir 1.4 Kg.

Appuyez sur **DÉPART**.

Pendant la décongélation, votre four émettra un bip sonore ; à ce moment-là, ouvrez la porte du four, tournez la nourriture et séparez-la pour assurer une décongélation pareille. Enlevez tous les morceaux ayant décongelé ou couvrez-les pour qu'ils se décongèlent plus lentement.

Après vérification, fermez la porte du four et appuyez sur **DÉPART** pour reprendre la décongélation.

Votre four ne cessera pas de décongeler (même après émission du bip sonore) à moins que la porte soit ouverte.

GUIDE DE DÉCONGÉLATION AUTOMATIQUE SELON LE POIDS

- * La nourriture à décongeler devrait être mise dans un récipient approprié pour micro-ondes et placée à découvert sur le plateau de verre tournant.
- * Au besoin, protégez les petits coins de viande ou de volaille avec des feuilles de papier d'aluminium. Ceci évitera que ces secteurs minces deviennent chauds pendant la décongélation. Assurez-vous que le papier d'aluminium ne touche pas les murs du four.
- * Séparez les articles tels que la viande hachée ou les côtelettes le plus vite possible.
- * Lorsque le BIP SONORE se fait entendre, ôtez la nourriture du four à micro-ondes, retournez-la puis remettez-la au four. Appuyez sur Start pour continuer. À la fin du programme, retirez la nourriture du four à micro-ondes, couvrez-la avec du papier d'aluminium et laissez-la reposer jusqu'à ce qu'elle soit complètement décongelée.
Pour une décongélation complète, les rôtis et les poulets entiers, par exemple, devraient RESTER EN REPOS un minimum de 1 heure avant leur cuisson.

Catégorie	LIMITE DE POIDS	USTENSILE	TYPE D'ALIMENT
Viande Volaille Poisson	0,1 ~ 4,0 kg	Ustensile pour micro-ondes (Assiette plate)	<p>Viande Boeuf haché, filet, viande à ragoût en cubes, rôti de surlonge, rôti braisé, rôtis de croupe, steak haché. Côtelettes d'agneau, Côtelettes (2cm) Retournez la nourriture lors du bip sonore. Après décongélation, laissez reposer pendant 5-15 minutes.</p> <p>Volaille Poulet entier, Cuisses, Poitrines, Poitrines de dinde (au dessous de 2,0kg) Retournez la nourriture lors du bip sonore. Après décongélation, laissez reposer pendant 20-30 minutes.</p> <p>Poisson Filets, steaks, poisson entier, fruits de mer Retournez la nourriture lors du bip sonore. Après décongélation, laissez reposer pendant 10-20 minutes.</p>
Pain	0,1 ~ 0,5 kg	Serviette de papier ou assiette plate	Pain en tranches, Petits pains, Baguettes, etc. Laissez un espace entre les tranches dans les serviettes de papier ou l'assiette plate. Retournez la nourriture lors du bip sonore. Après décongélation, laissez reposer pendant 1-2 minutes.

Décongélation Rapide

Utilisez cette fonction pour décongeler très rapidement jusqu'à 0,5kg de viande hachée. Cette opération aura besoin d'un temps d'attente pour permettre que le centre se décongèle. Dans l'exemple suivant, je vous montrerai comment décongeler 0,5kg de viande hachée surgelée.



Appuyez sur **ARRÊT/ANNULER**.

Pesez la nourriture que vous allez décongeler. Assurez-vous d'avoir enlevé tout reste de film métallique ; puis placez la nourriture à l'intérieur de votre four et fermez-en la porte.

Appuyez deux fois sur **DÉCONGÉLATION RAPIDE** pour sélectionner le programme de décongélation **VIANDE**.

Le four se mettra en marche automatiquement.

Pendant la décongélation, votre four émettra un bip sonore ; à ce moment-là, ouvrez la porte du four, tournez la nourriture et séparez-la pour assurer une décongélation pareille. Enlevez tous les morceaux ayant décongelé ou couvrez-les pour qu'ils se décongèlent plus lentement. Après vérification, fermez la porte du four et appuyez sur **DÉPART** pour reprendre la décongélation.

Votre four ne cessera pas de décongeler (même après émission du bip sonore) à moins que la porte soit ouverte.

GUIDE DE DÉCONGÉLATION RAPIDE

Utilisez cette fonction pour décongeler rapidement de la viande hachée.

Enlevez complètement la viande de son emballage. Placez les morceaux de viande hachée sur une assiette pour micro-ondes. Lorsque le BIP SONORE se fait entendre, ôtez la viande hachée du four à micro-ondes, retournez-la puis remettez-la au four. Appuyez sur Start pour continuer. À la fin du programme, retirez la viande hachée du four à micro-ondes, couvrez-la avec du papier d'aluminium et laissez-la reposer pendant 5-15 minutes ou jusqu'à ce qu'elle soit complètement décongelée.

<i>CATEGORIE</i>	<i>POIDS</i>	<i>USTENSILE</i>	<i>INSTRUCTIONS</i>
Viande hachée	0,5kg	Ustensile pour micro-ondes (Assiette plate)	Viande hachée Retournez la nourriture lors du bip sonore. Après décongélation, laissez reposer pendant 5-15 minutes.



Automatique

Cuisson

Grâce à l'exemple suivant, je vais vous montrer comment cuire 500 grammes de pommes de terre en chemise.



La cuisson automatique (AUTO COOK) vous permet de cuire aisément la plupart de vos plats préférés en sélectionnant le type d'aliments et en indiquant leur poids.

Appuyez sur **STOP/CLEAR (ARRETER/ANNULER)**.



Appuyez sur la touche **AUTO COOK** correspondant au type d'aliment. Dans cet exemple, vous appuyerez une fois sur JACKET Potato, Rice/Pasta (Pommes de terre en chemise, Riz/Pâtes). "Ac 1" apparaît à l'écran.

Entrez le poids des pommes de terre en chemise. Appuyez cinq fois sur **MORE (PLUS)** pour obtenir "0,5kg".

En maintenant les touches **MORE/LESS (PLUS/MOINS)** appuyées, le poids indiqué augmentera/diminuera rapidement.

Appuyez sur **START**.



Mode	Catégorie	Fourchette de Poids	Ustensile	Température des aliments	Instructions																	
Cuisson Automatique	Pommes de terre en chemise (Ac 1)	de 0,2 à 1 kg	Plateau en métal	Ambiante	<p>Choisissez des pommes de terre de taille moyenne (200 à 220 g). Lavez et séchez les pommes de terre. Percez-les plusieurs fois avec une fourchette. Placez-les ensuite sur le plateau en métal. Entrez le poids et appuyez sur START. Après cuisson, sortez les pommes de terre du four. Recouvrez d'un papier alu pendant 5 minutes.</p> <p>ATTENTION : La grille et ses pourtours deviendront très CHAUDS. Employez des gants de cuisine.</p>																	
	Riz / Pâtes	de 0,1 à 0,3 kg	Récipient adapté aux micro-ondes	Ambiante	<p>Lavez le riz et placez-le avec son eau bouillante et _ à 1 cuiller à café de sel dans un bol profond et large.</p> <table border="1" data-bbox="820 381 1334 482"> <thead> <tr> <th colspan="2">Poids</th> <th>100g</th> <th>200g</th> <th>300g</th> <th>Couvrir</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="2">Eau</td> <td>Riz</td> <td>250ml</td> <td>350ml</td> <td>480ml</td> <td>Oui</td> </tr> <tr> <td>Pâtes</td> <td>300ml</td> <td>600ml</td> <td>900ml</td> <td>Non</td> </tr> </tbody> </table> <p>** Riz – Après cuisson, couvrez pendant 5 minutes ou jusqu'à ce que toute l'eau soit absorbée</p> <p>** Pâtes – Mélangez plusieurs fois pendant la cuisson. Après cuisson, laissez reposer pendant 1 à 2 minutes. Rincez les pâtes à l'eau froide.</p>	Poids		100g	200g	300g	Couvrir	Eau	Riz	250ml	350ml	480ml	Oui	Pâtes	300ml	600ml	900ml	Non
	Poids		100g	200g	300g	Couvrir																
	Eau	Riz	250ml	350ml	480ml	Oui																
		Pâtes	300ml	600ml	900ml	Non																
Légumes frais (Ac 3)	de 0,2 à 0,8 kg	Récipient adapté aux micro-ondes	Ambiante	<p>Placez les légumes dans un bol adapté aux micro-ondes. Ajoutez de l'eau. Recouvrez d'un film alimentaire. Après la cuisson, mélangez et laissez reposer. Ajoutez de l'eau en fonction de la quantité.</p> <p>** 0,2 à 0,4 kg : 2 cuillerées à soupe</p> <p>** 0,5 à 0,8 kg : 4 cuillerées à soupe</p>																		
Légumes surgelés (Ac 4)	de 0,2 à 0,8 kg	Récipient adapté aux micro-ondes	Surgelés	<p>Placez les légumes dans un bol adapté aux micro-ondes. Ajoutez de l'eau. Recouvrez d'un film alimentaire. Après la cuisson, mélangez et laissez reposer. Ajoutez de l'eau en fonction de la quantité.</p> <p>** 0,2 à 0,4 kg : 2 cuillerées à soupe</p> <p>** 0,5 à 0,8 kg : 4 cuillerées à soupe</p>																		
Pizza réfri-gérée (Ac 5)	de 0,2 à 0,4 kg	Plateau bas et plateau en métal	Réfrigérée	<p>Cette fonction sert à réchauffer une pizza réfrigérée qu'on a laissé décongeler. Placez la pizza réfrigérée sur le plateau bas posé sur le plateau en métal. Après la cuisson, sortez-la immédiatement du four. Laissez reposer pendant 2 à 3 minutes.</p>																		

Mode	Catégorie	Fourchette de Poids	Ustensile	Température des aliments	Instructions
Cuisson Automatique	Pizza surgelée (Ac 6)	de 0,1 à 0,5 kg	Plateau bas et plateau en métal	Surgelée	Cette fonction sert à cuire les pizzas surgelées. Enlevez tout emballage et placez sur le plateau en métal. Après cuisson, laissez reposer pendant 1 à 2 minutes.
	Pommes-frites (Ac 7)	de 0,2 à 0,4 kg	Plateau en métal et plateau bas	Surgelée	Répartissez uniformément les pommes-frites sur le plateau en métal posé sur le plateau bas. Pour des résultats optimaux, ne cuisez qu'une seule couche à la fois. Après cuisson, sortez les frites du four et laissez reposer pendant 1 à 2 minutes.
	Gratin (Ac 8)	de 0,5 à 1,2 kg	Plateau bas et plateau en métal	Ambiante	<p>Utilisez cette touche pour cuire des gratins faits maison. Placez le gratin sur le plateau bas posé sur le plateau en métal. Après la cuisson, sortez-le du four et laissez-le reposer 1 à 2 minutes.</p> <p>* Gratin de pommes de terre *</p> <p>Ingrédients</p> <p>400 g de pommes de terre 100 g d'oignons (coupés en fines tranches) 2/3 de cuiller à soupe de beurre 3 tranches de bacon 350 g de sauce blanche 80 g de fromage de mozzarella râpé Sel, poivre noir</p> <p>(Sauce blanche)</p> <p>3 cuillers à soupe de beurre, 5 cuillers à café de farine, 2 tasses et demie de lait</p> <p>Placez le beurre dans un bol large. Cuire au micro-ondes à haute puissance (HIGH) jusqu'à ce que le beurre soit fondu. Ajoutez la farine et cuisez au micro-ondes à haute puissance (HIGH) pendant 2 minutes.</p> <p>Ajoutez le lait, le sel et le poivre noir. Cuire au micro-ondes à haute puissance (HIGH) pendant 15 minutes. (Mélangez plusieurs fois durant la cuisson).</p> <p>Méthode</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Cuire les pommes de terre en utilisant la fonction « Jacket Potato » (pommes de terre en chemise). Ensuite, les peler et découper en petits morceaux. Saler et poivrer. 2. Liez les oignons et le beurre dans un bol. Cuire au micro-ondes à haute puissance (HIGH) pendant 2 minutes. 3. Verser un tiers de la sauce blanche dans un plat à gratin. Ajouter les pommes de terre, les oignons et le bacon. Recouvrir avec le reste de sauce. 4. Parsemer de fromage. Placer sur le plateau bas posé sur le plateau en métal. Après cuisson, laisser reposer 2 à 3 minutes.

Automatique

Rôtissage

Grâce à l'exemple suivant, je vais vous montrer comment cuire 1,4 kg de rosbif.



Le rôtitage automatique (**AUTO ROAST**) vous permet de cuire aisément la plupart de vos plats préférés en sélectionnant le type d'aliments et en indiquant leur poids.

Appuyez sur **STOP/CLEAR (ARRETER/ANNULER)**.



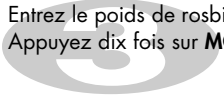
Appuyez une fois sur **AUTO ROAST** pour sélectionner **ROAST BEEF**.

"Ar 1" s'affiche à l'écran



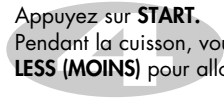
Entrez le poids de rosbif voulu.

Appuyez dix fois sur **MORE (PLUS)** pour obtenir "1.4 kg".



Appuyez sur **START**.

Pendant la cuisson, vous pouvez utiliser les touches **MORE (PLUS)** ou **LESS (MOINS)** pour allonger ou réduire le temps de cuisson.



GUIDE DE ROTISSAGE AUTOMATIQUE

Mode	Catégorie	Fourchette de Poids	Ustensile	Température des aliments	Instructions
Cuisson Automatique	Rosbif (Ar 1)	de 0,5 à 1,5 kg	Plateau bas et plateau en métal	Surgelée	Enduire le bœuf de margarine ou de beurre fondu. Placez-le sur le plateau bas posé sur le plateau en métal. Lorsque le BIP prolongé retentit, retourner la pièce de viande. Appuyez ensuite sur START pour continuer la cuisson. Après cuisson, recouvrez d'une feuille alu et laissez reposer pendant 10 minutes.
	Rôti de porc (Ar 2)	de 0,5 à 1,5 kg	Plateau bas et plateau en métal	Surgelée	Enduire le porc de margarine ou de beurre fondu. Placez-le sur le plateau bas posé sur le plateau en métal. Lorsque le BIP prolongé retentit, retourner la pièce de viande. Appuyez ensuite sur START pour continuer la cuisson. Après cuisson, recouvrez d'une feuille alu et laissez reposer pendant 10 minutes.
	Cuisses de poulet (Ar 3)	de 0,2 à 0,8 kg	Plateau haut et plateau en métal	Surgelée	Lavez et essuyez la peau. Enduisez les cuisses de margarine ou de beurre fondu. Placez-les sur le plateau haut posé sur le plateau en métal. Lorsque le BIP prolongé retentit, retourner les cuisses. Appuyez ensuite sur START pour continuer la cuisson. Après cuisson, recouvrez d'une feuille alu et laissez reposer pendant 2 à 5 minutes.
	Poulet entier (Ar 4)	de 0,8 à 1,5 kg	Plateau bas et plateau en métal	Surgelée	Lavez et essuyez la peau. Enduisez le poulet de margarine ou de beurre fondu. Placez-le sur le plateau bas posé sur le plateau en métal. Lorsque le BIP prolongé retentit, retournez le poulet. Appuyez ensuite sur START pour continuer la cuisson. Après cuisson, recouvrez d'une feuille alu et laissez reposer pendant 10 minutes.

Consignes importantes de sécurité

conservez-les pour pouvoir vous y référer. Lisez ces consignes avec grande attention et

ATTENTION

Vérifiez que les temps de cuisson sont correctement réglés ; toute surcuisson peut mettre le FEU et ENDOMMAGER alors le FOUR.

1. Ne pas tenter d'altérer, ou de réparer la porte, le panneau de commande, les interrupteurs de verrouillage de sécurité ou une autre partie quelconque du four. Il est en effet dangereux d'intervenir sur l'appareil en déposant des couvercles protégeant contre l'exposition à l'énergie micro-ondes. Les réparations ne doivent être entreprises que par un technicien qualifié.
2. Ne pas faire fonctionner le four vide. Il est préférable de laisser un verre d'eau dans le four inutilisé. L'eau absorbera les micro-ondes en toute sécurité en cas de démarrage accidentel du four.
3. Ne pas utiliser le four comme déshumidificateur, cela pourrait endommager les composants électriques et provoquer des dysfonctionnements. (ex: ne mettre ni journaux mouillés, vêtements, jouets, animaux ni composants électriques dans le four à micro-ondes en marche)
4. Ne pas cuire d'aliments enveloppés dans de l'essuie-tout à moins que cela ne soit indiqué dans votre livre de recettes pour l'aliment que vous cuisinez.
5. Ne pas utiliser de papier journal au lieu d'essuie-tout pour la cuisson.
6. Ne pas utiliser de récipients en bois. Ils peuvent chauffer et carboniser. Ne pas utiliser de récipient métallique avec des incrustations métalliques (or ou argent par exemple). Enlever toutes les fermetures métalliques. Des objets en métal peuvent créer un arc dans le four et engendrer des dégâts importants.
7. Ne pas faire fonctionner le four lorsqu'un torchon, une serviette ou tout autre objet vient faire obstruction entre la porte et le devant du four, ce qui pourrait engendrer des fuites d'énergie micro-ondes.
8. Ne pas utiliser de produits fabriqués à partir de papier recyclé : ils peuvent contenir des impuretés et engendrer des étincelles et / ou s'enflammer quand ils sont utilisés pour la cuisson.
9. Ne pas rincer le plateau tournant juste après la cuisson. Cela peut l'endommager ou le casser.
10. De petites quantités d'aliments peuvent requérir des temps de cuisson ou de chauffage plus courts. S'ils sont placés dans le four pour une durée normale, ils peuvent surchauffer et brûler.
11. Veiller à bien placer le four de sorte que le devant de la porte se situe à au

- moins 8 cm derrière le bord de la surface sur laquelle il est posé, afin d'éviter le renversement accidentel de l'appareil.
12. Avant la cuisson, percer la peau des pommes de terre, des pommes ou de tout autre fruit ou légume semblable.
13. Il n'est pas recommandé de chauffer les œufs dans leur coquille et les œufs crus entiers dans un four micro-ondes car ils risquent d'exploser, même après la fin de cuisson.
14. Ne pas utiliser le four pour frire.
15. Enlever les emballages plastiques des aliments avant de cuire ou de décongeler. Noter cependant que dans certains cas l'aliment doit être couvert par un film plastique pour le réchauffage et la cuisson.
16. Si la porte du four est endommagée, ne pas utiliser le four jusqu'à ce qu'il ait été réparé par un technicien spécialisé du service après-vente.
17. En cas de fumée, ne pas ouvrir la porte du four, éteindre ou débrancher le four de la prise de courant.
18. Lorsque la nourriture est réchauffée ou cuite dans des récipients jetables en plastique, papier ou autres matériaux combustibles, surveiller de près le four pour noter toute détérioration du récipient.
19. N'autorisez les enfants à utiliser le four sans surveillance que si des instructions appropriées leur ont été données, permettant à l'enfant d'utiliser le four de façon sûre et de comprendre les dangers d'une utilisation incorrecte.
20. Les liquides ou d'autres aliments ne doivent pas être réchauffés dans des récipients hermétiques, en raison du risque d'explosion.
21. Ne pas utiliser le four si les joints de la porte et les surfaces d'étanchéité sont endommagés. Avant toute utilisation faire viser le four par un technicien qualifié.
22. Utiliser des ustensiles compatibles au four à micro-ondes.
23. Lorsque le four fonctionne en mode grill, chaleur tournante ou en programmes de cuisson automatiques, ne pas toucher la porte du four, l'encadrement, la cavité ni les plats de cuisson à moins de porter des gants spéciaux. Assurez-vous que les plats ne soient pas trop chaud avant de les sortir du four.

Consignes importantes de sécurité

conservez-les pour pouvoir vous y référer. Lisez ces consignes avec grande attention et

24. N'employez que des ustensiles appropriés pour utilisation dans des fours à micro-ondes.
25. Si vous réchauffez des aliments dans des récipients en plastique ou en carton, surveillez le four car ces matières risquent de brûler.
26. Si le four dégage de la fumée, éteignez-le, débranchez-le et maintenez sa porte fermée afin d'étouffer toute flamme.
27. Le réchauffage de boissons dans le four à micro-ondes peut provoquer une ébullition retardée soudaine, c'est pourquoi vous devez faire attention lorsque vous manipulez le récipient.
28. Le contenu des biberons et des pots de nourriture pour bébés doit être agité ou secoué et sa température doit être vérifiée avant la consommation, afin d'éviter des brûlures.
29. Les oeufs dans leur coquille et les oeufs durs ne doivent pas être réchauffés dans un four à micro-onde car ils peuvent exploser, ce qui peut arriver même après avoir conclu le réchauffage dans le four à micro-ondes.
30. Détails pour le nettoyage des joints de la porte, des cavités et des pièces adjacentes.
31. Le four doit être régulièrement nettoyé et tout débris alimentaire doit être enlevé.
32. Si l'appareil n'est pas maintenu dans un bon état de propreté, sa surface pourrait se dégrader et affecter de façon inexorable la durée de vie de l'appareil et conduire à une situation dangereuse.

33. N'utilisez que la sonde thermique recommandée pour ce four (pour les appareils ayant une fonction pour utiliser une sonde thermique).
34. Si des éléments chauffants sont introduits, l'appareil devient chaud lors de son utilisation. Faites attention à ne pas toucher les éléments chauffants à l'intérieur du four.
35. L'appareil n'est pas conçu pour être utilisé par de petits enfants ou des handicapés sans surveillance.

ATTENTION: Si la porte ou les joints de la porte sont endommagés, le four ne doit pas être utilisé jusqu'à sa réparation par une personne qualifiée.

ATTENTION: Il est dangereux pour toute personne non qualifiée d'effectuer toute opération de service technique ou de réparation supposant l'extraction du couvercle protégeant contre l'exposition à l'énergie du four à micro-ondes.

ATTENTION: Les liquides et d'autres aliments ne doivent pas être réchauffés dans des récipients fermés car ceux-ci pourraient exploser.

ATTENTION: Ne permettez pas aux enfants d'utiliser le four à micro-ondes sans surveillance, sauf si vous leur avez donné des instructions appropriées de manière à ce qu'ils soient en mesure d'utiliser le four en toute sécurité et qu'ils comprennent les dangers d'une utilisation incorrecte de cet appareil.

Ustensiles pour Micro-ondes

Ne jamais utiliser d'objets métalliques ou bordés de métal dans votre four à micro-ondes.

Les micro-ondes ne peuvent traverser le métal. Elles vont rebondir sur l'objet métallique dans le four et peuvent créer un arc électrique, phénomène alarmant qui ressemble à un éclair. La plupart des ustensiles de cuisson non métalliques résistant à la chaleur peuvent être utilisés dans un micro-ondes. Cependant, certains ustensiles peuvent contenir des matériaux qui les rendent impropres à une utilisation dans un micro-ondes. En cas de doutes sur un ustensile particulier, il existe un moyen simple de savoir s'il peut aller au micro-ondes. Placez l'ustensile en question près d'un bol d'eau dans le micro-ondes. Faites chauffer pendant 1 minute à pleine puissance. Si l'eau chauffe alors que l'ustensile reste froid au toucher, l'ustensile peut passer au micro-ondes. En revanche, si la température de l'eau ne change pas mais que l'ustensile chauffe, alors il ne peut être utilisé dans le micro-ondes. Vous disposez certainement dans votre cuisine de nombreux récipients qui peuvent passer au micro-ondes. En voici une liste.

Assiettes

La plupart des assiettes vont au micro-ondes. En cas de doute se reporter aux documents du fabricant ou effectuer le test décrit plus haut.

Verres

Le verre qui résiste à la chaleur peut passer au micro-ondes. Cela est valable pour toutes les marques d'ustensiles de cuisine en verre trempé pour four. Néanmoins, ne pas utiliser de verre fragile, tel que les verres à vin, qui pourraient se briser pendant le réchauffage.

Récipients en plastique

Ils peuvent être utilisés pour contenir des aliments à ne pas réchauffés rapidement. Toutefois, il ne faut pas les utiliser pour contenir des aliments qui devront rester très longtemps dans le four dans la mesure où l'aliment chaud finira par déformer ou faire fondre le récipient en plastique.

Papier

Les assiettes et les récipients en papier conviennent et peuvent être utilisés dans votre four à micro-ondes, dans la mesure où le temps de cuisson est court et que les aliments contiennent peu de graisses et d'eau. Les serviettes en papier sont également très utiles pour envelopper les aliments et pour garnir les plateaux de cuisson dans lesquels les aliments gras comme le bacon sont cuits. Éviter en général les produits en papier de couleur, laquelle peut déteindre. Certains produits en papier recyclé peuvent contenir des impuretés qui pourraient engendrer des arcs ou s'enflammer en cas d'utilisation dans un micro-ondes.

Sacs de cuisson en plastique

Remuer les aliments est l'une des techniques les plus importantes de l'utilisation en micro-ondes. Dans la cuisson traditionnelle, on remue les aliments pour bien les mélanger. Les aliments cuits au micro-ondes sont, eux, remués afin de répartir et de redistribuer la chaleur. Ne jamais oublier de remuer de l'extérieur vers le centre puisque l'extérieur chauffe d'abord.

Vaisselle plastique pour micro-ondes

Il existe toute sorte de formes et de tailles de vaisselle pour micro-ondes. Pour la plupart, vous pouvez utiliser dans votre micro-ondes les ustensiles dont vous disposez déjà plutôt que d'investir dans un nouvel équipement de cuisine.

Poterie, plats en pierre, céramique

Les récipients fabriqués dans ces matériaux conviennent généralement pour une utilisation en micro-ondes, mais il est préférable d'effectuer un test au préalable.

ATTENTION

Certains ustensiles ayant une forte teneur en plomb ou en fer ne conviennent pas comme ustensiles de cuisson.

Les ustensiles doivent être vérifiés pour assurer leur emploi approprié dans les fours à micro-ondes.

Caractéristiques des aliments et Cuisson micro-ondes

Ne quittez pas le four des yeux

Les recettes de ce livre ont été écrites soigneusement, mais votre réussite dépend de l'attention que vous portez aux aliments pendant leur cuisson. Gardez toujours un oeil sur vos aliments pendant qu'ils cuisent. Votre four à micro-ondes est équipé d'une lampe qui s'allume automatiquement pendant le fonctionnement du four, ainsi vous pouvez voir ce qu'il y a dedans et vérifier l'évolution de la cuisson. Les instructions données dans les recettes (soulever, remuer ...) sont les étapes minimum recommandées. Si la nourriture ne paraît pas cuire de façon homogène, faites les réglages que vous pensez nécessaires pour résoudre ce problème.

Les facteurs affectant le temps de cuisson

De nombreux facteurs affectent les temps de cuisson. Par exemple, un gâteau composé de beurre, de lait et d'œufs glacés sera bien plus long à cuire qu'un gâteau composé d'ingrédients à température ambiante. Toutes les recettes de ce livre indiquent une fourchette de temps de cuisson. En général, vous vous apercevrez que l'aliment n'est pas assez cuit pour un temps de cuisson du bas de la fourchette et qu'il faut poursuivre la cuisson au delà du temps maximum donné, selon vos goûts personnels. Le principe qui guide ce livre est qu'il vaut mieux suivre le temps de cuisson donné de la recette. Parce qu'un plat trop cuit est vraiment fichu. Certaines recettes, en particulier pour le pain, les gâteaux et les crèmes, recommandent de retirer l'aliment du four alors qu'il n'est pas encore tout à fait cuit. Ce n'est pas une erreur. Lorsque l'on les laisse reposer, en général couverts, ces aliments continuent à cuire en dehors du four alors que la chaleur enfermée dans les parties externes de l'aliment se propage progressivement vers l'intérieur. Si les aliments restent dans le four pendant toute la durée, les parties externes cuisent trop, voire elles brûlent. Votre compétence pour estimer la cuisson et les temps de repos pour les divers aliments évoluera avec l'expérience.

Densité des aliments

Des aliments légers, poreux, tels que les gâteaux et le pain cuisent plus rapidement que les aliments denses et lourds comme les rôtis et les ragoûts. Faites attention lorsque vous cuisinez des aliments poreux, les bords externes peuvent sécher et devenir friables.

Hauteur des aliments

Les portions supérieures d'aliments hauts, en particulier des rôtis, cuiront plus rapidement que la portion inférieure. Il est donc sage de retourner les aliments hauts pendant la cuisson, parfois plusieurs fois.

Teneur hydrique des aliments

Puisque la chaleur générée dans les micro-ondes a tendance à évaporer l'humidité, des aliments relativement secs tels que les rôtis et certains légumes doivent être aspergés d'eau avant la cuisson ou recouverts pour conserver leur humidité.

Quantité d'os et teneur en graisses des aliments

Les os conduisent la chaleur et la graisse cuit plus rapidement que la viande. Il faut faire attention lors de la cuisson de morceaux de viande osseux ou gras, afin qu'ils cuisent de façon homogène et ne soient pas trop cuits.

Quantité d'aliments

Le nombre de micro-ondes de votre four demeure stable indépendamment de la quantité de nourriture cuite. En conséquence, plus il y a d'aliments dans le four, plus le temps de cuisson est long. Ne pas oublier de réduire le temps de cuisson d'un tiers au moins lorsque vous divisez par deux les recettes.

Forme des aliments

Les micro-ondes pénètrent environ 2,5 cm des aliments, la portion interne des aliments épais est cuite alors que la chaleur générée sur l'extérieur progresse vers l'intérieur. Seule la partie externe de l'aliment est cuite par l'énergie micro-ondes ; le reste est cuit par convection. La forme la moins adaptée d'un aliment à cuire au micro-ondes est un carré épais. Les angles brûleront bien avant que le centre ne soit à peine chaud. Les aliments ronds et fins ou en forme d'anneau conviennent parfaitement à la cuisson au micro-ondes.

Couvercle

Un couvercle enferme la chaleur et la vapeur et permet de cuire l'aliment plus rapidement. Utiliser un couvercle ou un film pour micro-ondes avec un coin retourné pour éviter les projections.

Brunissage

Les viandes et volailles cuites un quart d'heure ou plus bruniront légèrement dans leur propre graisse. Les aliments cuits moins longtemps peuvent être badigeonnés d'une sauce telle que la sauce Worcestershire, la sauce soja ou barbecue afin d'obtenir une couleur appétissante. Vu que les quantités de sauces ajoutées aux aliments sont minimes, la saveur originale du plat n'est pas modifiée.

Couverture avec un papier sulfurisé

Le papier sulfurisé empêche les projections et permet aux aliments de conserver un peu de chaleur. Mais vu qu'il s'agit d'un couvercle qui tient moins que le couvercle ou le film plastique, la nourriture peut sécher légèrement.

Disposition et espacement

Les aliments individuels tels que les pommes de terre cuites, les petits gâteaux et les hors d'œuvre chaufferont de façon plus homogène s'ils sont placés dans le four à distance égale, de préférence en cercle. Ne jamais empiler les aliments les uns sur les autres.

Caractéristiques des aliments et Cuisson micro-ondes

Penser à remuer les aliments

Remuer les aliments est l'une des techniques les plus importantes de l'utilisation en micro-ondes. Dans la cuisson traditionnelle, on remue les aliments pour bien les mélanger. Les aliments cuits au micro-ondes sont, eux, remués afin de répartir et de redistribuer la chaleur. Ne jamais oublier de remuer de l'extérieur vers le centre puisque l'extérieur chauffe d'abord.

Retourner les aliments

Il faut retourner les aliments gros et hauts tels que les rôtis et les poulets entiers afin qu'ils cuisent de façon homogène le haut et le bas. Cela vaut également pour les morceaux de poulet et les côtelettes.

Placer les parties plus épaisses vers l'extérieur

Étant donné que les micro-ondes sont attirées par la partie externe des aliments, il est préférable de placer les portions plus épaisses de viande, de volaille et de poisson sur le bord externe du plat. Ainsi les portions plus épaisses recevront la plupart des micro-ondes et l'aliment cuira de façon homogène.

Protection

Des bandes d'aluminium (bloquant les micro-ondes) peuvent être placées sur les angles ou bords des aliments carrés et rectangulaires pour éviter de trop cuire ces portions. N'utilisez jamais trop d'aluminium et vérifiez que le papier est bien attaché au plat afin de ne pas générer d'arc électrique dans le four.

Surélévation

Les aliments épais ou denses peuvent être surélevés afin que les micro-ondes soient absorbées par le dessous et le centre de l'aliment.

Perçage

Les aliments enfermés dans une coquille, une peau ou une membrane vont éclater dans le four à moins de les percer avant de les cuire. Il en va ainsi du blanc et du jaune d'oeuf, des clams et des huîtres et des légumes et fruits entiers.

Test de cuisson

La nourriture cuit si rapidement dans un four à micro-ondes qu'il est nécessaire de la tester souvent. Certains aliments restent dans le micro-ondes jusqu'à cuisson totale, mais la plupart des aliments, comme la viande et la volaille, doivent être retirés du four juste avant d'être cuits et il faut les laisser reposer un moment ce qui leur permet de terminer leur cuisson. La température interne des aliments augmentera de 3 C à 8 C pendant la période de repos.

Temps de repos

On laisse souvent les aliments reposer entre 3 et 10 minutes après les avoir sortis du four à micro-ondes. On couvre les aliments en général afin de conserver la chaleur sauf si leur texture doit être sèche (certains gâteaux et biscuits par exemple). Le repos permet aux aliments de finir de cuire et permet à la saveur de bien se répartir et de se développer.

Pour Nettoyer Votre Four

1. L'intérieur du four doit rester propre

Des projections de nourriture et des résidus de liquides collent aux murs du four et aux surfaces entre le joint et la porte. Il est préférable d'essuyer immédiatement les débordements avec un chiffon humide. Les miettes et les débordements vont absorber les micro-ondes et rallonger les temps de cuisson. Prenez un chiffon humide pour enlever les miettes qui tombent entre la porte et l'encadrement. Il est important de garder cette surface propre pour garantir l'étanchéité parfaite. Enlevez les projections grasses avec un chiffon savonneux, rincez et séchez. N'utilisez pas de détergent agressif ou de nettoyant abrasif. Le plateau en verre peut être lavé dans l'évier ou dans le lave-vaisselle.

2. L'extérieur du four doit rester propre

Nettoyez l'extérieur du four avec de l'eau et du savon puis à l'eau et séchez avec un chiffon doux ou un essuie-tout. Pour éviter d'endommager les pièces actives à l'intérieur du four, l'eau ne doit pas pénétrer dans les ouvertures de ventilation. Pour nettoyer le bandeau de commande, ouvrez la porte afin d'éviter tout démarrage accidentel et essuyez avec un chiffon humide immédiatement suivi d'un chiffon sec. Appuyez sur ARRÊT après le nettoyage.

3. Si de la vapeur s'accumule à l'intérieur ou autour de l'extérieur de la porte du four, essuyez les panneaux avec un chiffon doux. Cela peut arriver lorsque le micro-ondes fonctionne dans des conditions d'humidité élevée et n'indique en aucun cas un mauvais fonctionnement de l'appareil.
4. La porte et les joints d'étanchéité de la porte du four doivent être propres. N'utiliser que de l'eau chaude et savonneuse, puis séchez complètement. NE PAS UTILISER DE MATÉRIAUX ABRASIFS TELS QUE LES POUDRES OU TAMPONS MÉTALLIQUES OU PLASTIQUES. Les pièces métalliques sont plus faciles à entretenir lorsqu'elles sont essuyées souvent avec un chiffon humide.

Questions et Réponses

Q. Que se passe-t-il lorsque la lampe du four ne s'allume pas?

R. Il peut y avoir plusieurs raisons à cela :
L'ampoule a grillé.
La porte n'est pas fermée.

Q. L'énergie micro-ondes traverse-t-elle la vitre du four dans la porte?

R. Non. Les trous, ou hublots, permettent de laisser passer la lumière ; mais pas l'énergie micro-ondes.

Q. Pourquoi entend-on un signal sonore lorsque l'on touche un bouton sur le bandeau de commande?

R. Le signal sonore permet de vérifier que le réglage est correctement entré.

Q. Le micro-ondes sera-t-il endommagé s'il fonctionne à vide?

R. Oui. Ne jamais faire marcher le micro-ondes vide ou sans le plateau en verre.

Q. Pourquoi les oeufs éclatent-ils parfois?

R. Lorsque l'on cuit, frit ou poche des oeufs, le jaune peut éclater en raison de la vapeur qui se développe sous la membrane du jaune. Afin d'éviter cela, il suffit de percer le jaune avant de le cuire. Ne mettez jamais au micro-ondes les oeufs dans leur coquille.

Q. Pourquoi recommande-t-on un temps de repos à la fin de la cuisson?

R. Une fois la cuisson terminée, l'aliment continue à cuire pendant le temps de repos. Ce temps de repos permet de terminer la cuisson de façon homogène dans tout l'aliment. La durée du temps de repos dépend de la densité de l'aliment.

Q. Est-il possible de faire du pop-corn dans un four à micro-ondes?

R. Oui, si l'on utilise l'une des deux méthodes suivantes :

1. Des ustensiles pour pop-corn spécialement conçus pour la cuisson au micro-ondes.
2. Du pop-corn pré-conditionné commercialisé qui recommande des durées et des niveaux de puissance spécifiques pour que le produit final soit acceptable.

SUIVRE LES INSTRUCTIONS EXACTES DE CHAQUE FABRICANT POUR LEUR LEUR POP-CORN. NE PAS LAISSER LE FOUR SANS SURVEILLANCE PENDANT L'ECLATEMENT DU MAÏS. SI LE MAÏS N'ECLATE PAS A LA FIN DE LA DUREE RECOMMANDEE, NE PAS POURSUIVRE LA CUISSON. UNE SURCUISSON PEUT ENFLAMMER LE MAÏS.

ATTENTION

NE JAMAIS UTILISER DE SAC EN PAPIER MARRON POUR FAIRE ECLATER LE MAÏS. NE JAMAIS ESSAYER DE FAIRE ECLATER LES GRAINS QUI SONT RESTES ENTIERS.

Q. Pourquoi mon four ne cuit-il pas aussi vite que les temps indiqués dans le guide de cuisson?

R. Consultez à nouveau votre guide de cuisson pour vérifier que vous avez bien suivi les instructions, et pour trouver ce qui peut engendrer des variations dans les temps de cuissons. Les temps indiqués dans le guide de cuisson et les niveaux de puissance ne sont que des suggestions, choisies pour éviter de cuire trop un aliment, problème le plus fréquent avant de s'habituer au micro-ondes. Les changements de taille, de forme, de poids et de dimensions des aliments peuvent requérir des temps de cuisson supérieurs. Faites appel à votre jugement ainsi qu'aux suggestions du guide de cuisson pour voir où en est la cuisson de l'aliment, tout comme vous le feriez avec une cuisinière traditionnelle.

Avertissements et Spécifications Techniques

Attention

CET APPAREIL DOIT ÊTRE RELIÉ À LA TERRE

Les fils de connexion au secteur respectent le code suivant:

BLUE : Neutre

MARRON : Phase

VERT OU JAUNE : Terre

Cet appareil est fourni avec un câble de réseau de performances spécifiques, qui, s'il est endommagé, doit être remplacé par un câble de réseau de même type ; un tel câble de réseau peut s'obtenir auprès de l'importateur et doit être installé par une personne compétente (⚡).

Si le câble d'alimentation est endommagé, il doit être remplacé par le fabricant, son service après vente ou une personne de qualification similaire afin d'éviter un danger.

Spécifications Techniques

	MC-7647B / MC -7647BS
Alimentation	230 V AC / 50Hz
Sortie	900 W (IEC60705 rating standard)
Fréquence micro-ondes	2450 MHz
Dimension extérieure	512 mm(W) X 302 mm(H) X 500 mm(D)
Puissance consommée	1300 Watts
Micro-ondes	1150 Watts
Gril	3150 Watts
Combiné	800 Watts(Max 1900 Watts)