



MICROONDAS/GRILL/HORNO DE CONVECCIÓN

MANUAL DE USUARIO

LEA ESTE MANUAL DE USUARIO CON ATENCIÓN ANTES DE PONER EL APARATO EN FUNCIONAMIENTO

MC7687A
MC7687AS
MC7687AK
MC7687AB

P/No.: MFL47342610

Precauciones

Precauciones para evitar una posible exposición excesiva a las microondas

El microondas no funcionará cuando esté abierta la puerta, ya que el interior de ésta dispone de elementos de bloqueo de seguridad con los que queda interrumpida toda cocción al abrir la puerta del microondas. De permanecer abierta supondría una exposición perjudicial ante las microondas. **Nunca trate de forzar los elementos de bloqueo de la puerta.**

No coloque objetos entre la parte frontal del microondas y la puerta. Cerciórese de que en las juntas de cierre no se acumulan residuos de comida ni de productos de limpieza.

No utilice el microondas si presenta algún daño. Es especialmente importante que la puerta del microondas cierre bien y que no existan daños alguno en: (1) el sistema de cierre de la puerta, (2) las bisagras y pestillos (ni rotos ni flojos), (3) las juntas y superficies de cierre de la puerta.

Su microondas únicamente ha de ser reparado o ajustado por personal técnico autorizado.

Atención

Asegúrese de ajustar bien los tiempos de cocción, ya que una cocción excesiva podría hacer que los ALIMENTOS se prendieran fuego, dañando por tanto el horno.

Al calentar líquidos (sopas, salsas o bebidas) en su microondas, aunque no aprecien signos de ebullición, ésta puede darse de repente y de forma violenta, desbordándose el líquido en ebullición. Para evitar este riesgo, tenga en cuenta los siguientes puntos:

1. Evite utilizar recipientes de caras rectas y con cuellos estrechos.
2. No caliente en exceso los líquidos.
3. Remueva el líquido antes de introducir el recipiente en el horno, y vuelva a remover a la mitad del tiempo de calentamiento.
4. Tras calentar el líquido, espere unos momentos hasta abrir la puerta del horno, y al sacarlo remueva o agítelo bien (especialmente el contenido de biberones o de tarros de comida para niños) y compruebe si está demasiado caliente para evitar así posibles quemaduras (especialmente el contenido de biberones o de tarros de comida para niños). Maneje el recipiente con cuidado.

Atención

Tras la cocción de los alimentos, deje que reposen unos momentos y después compruebe si están demasiado calientes como para consumirlos, especialmente el contenido de biberones o de tarros de comida para niños

Principio de funcionamiento de los hornos microondas

Las microondas son un tipo de energía similar a las ondas de radio y televisión o a la luz solar. Generalmente, las microondas emitidas por el sol se difuminan en su paso por la atmósfera, hasta desaparecer sin efecto alguno, a diferencia de los hornos microondas, que al estar provistos de un dispositivo denominado "magnetron" permiten utilizar la energía de las microondas. El tubo magnetron recibe la electricidad de la red, produciendo energía.

Las microondas acceden al espacio interior del microondas a través de pequeños orificios. Sobre el interior hay una base giratoria. Las microondas no pueden atravesar las paredes metálicas del horno, pero sí pueden penetrar en materiales como el vidrio, porcelana o papel, de los que están contruidos los recipientes de utilización adecuada en hornos microondas.

Los utensilios habituales de cocina no resultan calentadas por las microondas, si bien los recipientes acaban calentándose por efecto de la comida ya caliente.

Un aparato muy seguro

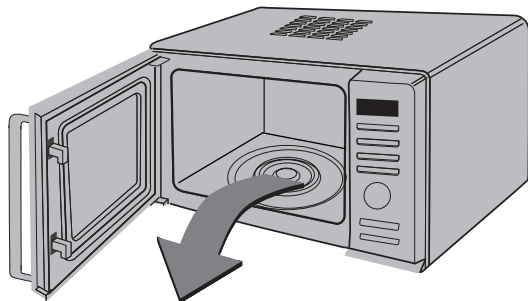
Su microondas es uno de los electrodomésticos más seguros de su hogar. Al abrir la puerta, el horno microondas deja automáticamente de producir energía. La energía de las microondas se transforma completamente en calor al entrar en contacto con los alimentos, no emitiendo "energía residual" que podría resultar perjudicial para el usuario.

Precauciones	2
Índice	3
Desembalaje e instalación	4 ~ 5
Ajuste del reloj	6
Bloqueo contra uso Infantil	7
Cocción con micro potencia	8
Nivel de micro potencia	9
Arranque rápido	10
Ajuste de la cocción	11
Cocción con grill	12
Cocción por convección	13 ~ 14
Cocción combinada	15 ~ 16
Descongelación automática	17
Guía para la descongelación automática por peso	18
Descongelación rápida	19
Guía de descongelación rápida	20
Cocción automática	21 ~ 23
Menú Europeo	24 ~ 26
Guía de Calentamiento o recalentamiento	27
Guía de verduras frescas	28
Guía de cocina a la parrilla	29
Instrucciones de seguridad importantes	30 ~ 31
Utensilios utilizables en el microondas	32
Características de los alimentos y cocción en microondas	33 ~ 34
Dudas más frecuentes	35
Conexión del horno microondas a la red /	
Especificaciones técnicas	36

Desembalaje e instalación

Al realizar las sencillas comprobaciones de estas dos páginas podrá saber enseguida si el horno microondas está listo para su utilización. Preste especial atención a las indicaciones sobre dónde instalar el horno. Al desembalarlo, asegúrese de sacar todos los accesorios y de retirar todo el material de embalaje. Compruebe si el aparato ha sufrido daños durante su transporte.

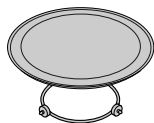
- 1** Saque el microondas del embalaje y colóquelo en una superficie plana y nivelada.



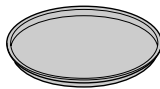
Rejilla alta



Rejilla baja

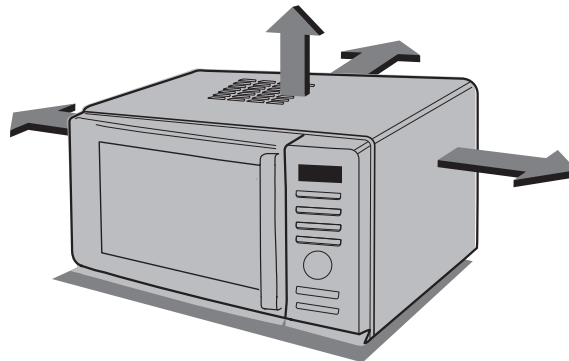


Bandeja metálica



Anillo giratorio

- 2** Coloque el horno en el lugar nivelado que desee, a una altura superior a 85 cm sobre el suelo, y asegúrese de que sobre el horno queda un espacio libre de al menos 30 cm. y detrás del horno al menos 10 cm. para que su ventilación sea adecuada. Para evitar que el horno pueda caer al suelo, deje al menos 8 cm. entre la parte frontal del horno y el borde de la superficie de colocación. El horno tiene una salida de aire interior en su parte superior o en un costado, salida que ha de quedar libre o de lo contrario el aparato podría sufrir daños.



ESTE HORNO NO HA DE UTILIZARSE EN ESTABLECIMIENTOS DE SERVICIO DE COMIDAS

3 Conecte su horno a un enchufe doméstico estándar. Asegúrese de que su horno es el único electrodoméstico conectado a ese enchufe. **Desenchufe su horno y vuelva a enchufarlo si no funcionara correctamente.**

4 Abra la puerta del microondas con el **TIRADOR DE LA PUERTA**. Coloque el **ANILLO GIRATORIO** dentro del horno y después coloque encima la **BASE DE VIDRIO**.

5 Ponga 300 ml de agua en un **recipiente adecuado para microondas**. Colóquelo sobre la **BANDEJA DE VIDRIO** y cierre la puerta del horno. Consulte la página 32 si tuviera duda alguna sobre qué tipo de recipiente utilizar.



6 Pulse el botón de **STOP/CLEAR** y pulse el botón **"START"** una vez para seleccionar 30 segundos de tiempo de cocción.



7 La **PANTALLA** mostrará una cuenta atrás desde 30 segundos. El horno emitirá tres **SEÑALES ACUSTICAS** cuando la cuenta atrás llegue a **END**. Abra la puerta del horno y compruebe la temperatura del agua. Que debería estar caliente si su horno funciona correctamente. **Tenga cuidado al sacar el recipiente, ya que podría estar caliente.**



SU HORNO ESTÁ LISTO PARA SU UTILIZACIÓN

8 El contenido de los biberones y de los botes de alimentos para bebés se deben remover o agitar y verificar la temperatura, antes de su consumo, a fin de evitar quemaduras.

Ajuste del reloj

Puede ajustar el reloj al horario de 12 horas o al de 24 horas.

En el ejemplo siguiente le mostraré cómo ajustar la hora para las 14:35 cuando utilice el reloj de 24 horas.

Asegúrese de que ha quitado todo el embalaje del horno.



Cuando se conecte el horno por primera vez o cuando se reanude la corriente después de un corte del suministro eléctrico, aparecerá en la pantalla de visualización un ':'; tendrá que volver a ajustar el reloj.

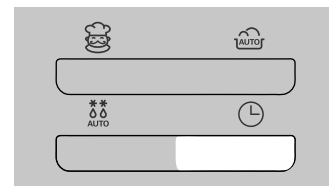
Si su reloj (o pantalla de visualización) muestra algún símbolo de aspecto extraño, desconecte el horno de la toma de corriente, vuelva a conectarlo y ajuste de nuevo el reloj.

Asegúrese de que ha instalado correctamente el horno tal como se ha descrito al principio de este manual.

Pulse **STOP/CLEAR**.

Pulse **CLOCK** una vez.

(Si desea un formato de 12 horas/día, pulse de nuevo **CLOCK**. Si desea cambiar el formato otra vez tras ajustar la hora, deberá desconectar el horno de la toma de corriente y volver a conectarlo.)



Gire el **DIAL** hasta que el visor muestre "14: ".

Pulse **START** para confirmar.

Gire el **DIAL** hasta que el visor muestre "14:35".

Pulse **START**.

El reloj comenzará a funcionar.

Bloqueo contra uso Infantil



Su horno tiene un dispositivo de seguridad que evita ponerlo en marcha accidentalmente. Una vez que esté ajustado el bloqueo contra uso infantil, no podrá utilizar ninguna de las funciones y no se podrá cocinar nada. Sin embargo, su hijo aún puede abrir la puerta del horno.

Pulse **STOP/CLEAR**.



Mantenga presionado **STOP/CLEAR** hasta que en el visor aparezca "L" y suene un pitido. Queda así activado el **BLOQUEO DE SEGURIDAD PARA NIÑOS ("CHILD LOCK")**.

Momentáneamente, el visor dejará de mostrar la hora, mostrándose pasados unos segundos.

Al pulsar cualquier botón, en el visor aparecerá "L".




Para desactivar el **BLOQUEO DE SEGURIDAD PARA NIÑOS**, mantenga presionado **STOP/CLEAR** hasta que el visor ya no muestre "L". Al quedar desactivado el bloqueo, escuchará un pitido.

Cocción con micro potencia

En el ejemplo siguiente le mostraré cómo cocinar algunos alimentos a 80% de potencia durante 5 minutos y 30 segundos.



El horno tiene cinco ajustes de Potencia de microondas.

POTENCIA	%	Salida de Potencia
MAX ALTA	100%	900W (Max.)
MEDIA ALTA	80%	720W
MEDIA	60%	540W
DESCONGELAR MEDIA BAJA	40%	360W()
BAJA	20%	180W

Asegúrese de que ha instalado correctamente el horno tal como se ha descrito al comienzo de este manual.

Pulse **STOP/CLEAR**.

Pulse **MICOR** cuatro veces para seleccionar una potencia de 720W(80%).

"720" aparece en la pantalla.



Gire el botón del **DIAL** hasta que la pantalla de visualización indique "5:30".

Pulse **START**.

Nivel de micro potencia

Su horno microondas está equipado con 5 niveles de potencia que le dan una máxima flexibilidad y control en la cocción. La tabla siguiente muestra los ejemplos de alimentos y sus niveles de potencia de cocción recomendados para usar con el horno microondas.

NIVEL DE POTENCIA	Uso	NIVEL POTENCIA (%)	SALIDA DE POTENCIA
ALTA	<ul style="list-style-type: none"> * Hervir agua * Dorar carne picada * Cocinar piezas de carne de ave, pescado, verduras * Cocinar cortes de carne tiernos 	100%	900W (Max)
MEDIA ALTA	<ul style="list-style-type: none"> * Todo tipo de recalentamiento * Asar carne y carnes de ave * Cocinar setas y mariscos * Cocinar comidas que contengan queso y huevos 	80%	720W
MEDIA	<ul style="list-style-type: none"> * Hacer pasteles y bollos * Preparar huevos * Hacer natillas * Preparar arroz, sopa 	60%	540W
DESCONGELAR/ MEDIA BAJA	<ul style="list-style-type: none"> * Todo tipo de descongelación * Fundir mantequilla y chocolate * Cocinar cortes de carne menos tiernos 	40%	360W (⚡)
BAJA	<ul style="list-style-type: none"> * Ablandar mantequilla y queso * Ablandar helados * Levantar masa de levadura 	20%	180W



Arranque rápido

En el ejemplo siguiente le mostraré cómo ajustar 2 minutos de cocción a potencia alta.



El dispositivo **QUICK START** (Arranque Rápido) le permite ajustar intervalos de 30 segundos de cocción de ALTA potencia con un toque del botón **QUICK START**.

Pulse **STOP/CLEAR**.



Pulse **QUICK START** cuatro veces para seleccionar 2 minutos a potencia ALTA.

El horno se pondrá en marcha antes de que usted haya terminado de pulsar por cuarta vez.

Ajuste de la cocción

A continuación puede ver cómo modificar los programas automáticos de cocción (AUTO COOK) y así determinar la cocción deseada.



Si observa que con los programas automáticos de cocción (**AUTO COOK**) los alimentos quedan poco o demasiado hechos, gire el **DIAL** para aumentar o disminuir el tiempo de cocción.

Tanto si emplea los programas automáticos de cocción como si usted programa manualmente, en cualquier momento puede aumentar o disminuir el tiempo de cocción girando el **DIAL**.

Pulse **STOP/CLEAR**.



Seleccione el programa de cocción automática (**AUTO COOK**) deseado.

Seleccione el peso de los alimentos.

Pulse **START**.



Gire el **DIAL**.

El tiempo de cocción aumentará o disminuirá.

Cocción con grill

En el ejemplo siguiente le mostraré cómo usar el grill para cocinar algunos alimentos durante 12 minutos y 30 segundos

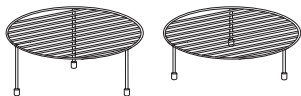


Este modelo está equipado con un **GRILL** de **CUARZO**, por lo que no es necesario el precalentamiento.

Esta característica le permitirá dorar y tostar ligeramente la comida de manera rápida.

La bandeja de metal está situada entre una bandeja de vidrio y una rejilla de grill en el modo de grill.

Debe utilizarse la rejilla de grill (la rejilla superior) durante la cocción al grill.



Pulse **STOP/CLEAR**.



Pulse **Grill**.



Gire el botón del **DIAL** hasta que la pantalla de visualización indique "12:30".



Pulse **START**.



Cocción

por convección

En el ejemplo siguiente le mostraré cómo precalentar el horno primero y luego cocinar algunos alimentos a una temperatura de 230 °C durante 50 minutos.



Su horno de convección tiene un margen de temperaturas de 40 C y 100 °C-250 °C (180 °C está automáticamente disponible cuando se selecciona el modo de convección).

Su horno tiene una función de fermentado a la temperatura de 40 °C. Puede esperar hasta que el horno esté frío porque no puede usar una función de fermentado si la temperatura del horno es superior a 40 °C.

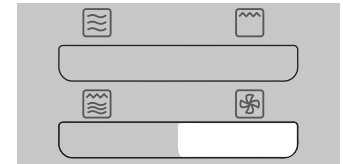
Su horno tardará unos minutos en alcanzar la temperatura seleccionada.

Una vez que haya alcanzado la temperatura correcta, el horno emitirá un PITIDO para hacerle saber que ha alcanzado la temperatura correcta. Coloque entonces la comida en el horno; a continuación indíquelo al horno que empiece a cocinar.

1. Para Precalentar.

Pulse **STOP/CLEAR**.

2. Pulse **CONVECTION**.



Gire el botón del **DIAL** para seleccionar 230 °C

Pulse **START** para confirmar la temperatura.

Pulse **START**.

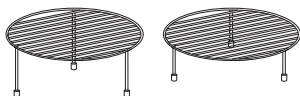
El precalentamiento comenzará cuando se muestre "Pr-H".

Cocción por convección



Si no ajusta una temperatura, el horno seleccionará automáticamente 180 °C; la temperatura de cocción se puede cambiar girando el botón del DIAL.

Debe utilizarse la rejilla de convección (rejilla inferior) durante la cocción por convección.



2. Para cocinar.

Pulse **STOP/CLEAR**.

Pulse **CONVECTION**.



Gire el botón del **DIAL** hasta que la pantalla de visualización indique "230 °C".

Pulse **START** para confirmar la temperatura.

Gire el botón del **DIAL** hasta que la pantalla de visualización indique "50:00".

Pulse **START**.

Cocción combinada

En el ejemplo siguiente le mostraré cómo programar su horno con micro potencia 20% y grill para un tiempo de cocción de 25 minutos.



Su horno cuenta con un modo de cocción combinada que le permite cocinar alimentos con **calentador** y **microondas** al mismo tiempo o alternativamente. Por lo general, esto significa que se tarda menos tiempo en cocinar los alimentos.

Puede ajustar tres tipos de nivel de micro potencia (20% y 60%) en modo combi.

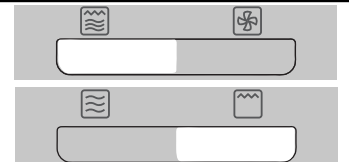
Categoría	Potencia Microondas (%)
Co-1	20
Co-2	60

1. COMBINADA CON GRILL

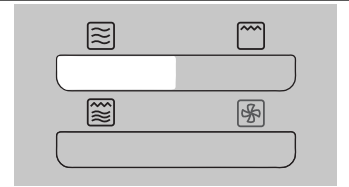
Pulse **STOP/CLEAR**.

Pulse **COMBI**.

Pulse **GRILL**.



Pulse **MICOR** para seleccionar una potencia de 180 W(20%).



Gire el botón del **DIAL** hasta que la pantalla de visualización indique "25:00".

Pulse **START**.

¡Tenga cuidado al sacar la comida porque el recipiente estará caliente!

Cocción combinada

En el ejemplo siguiente le mostraré cómo programar su horno con: - micro potencia 60% y a una temperatura de convección de 200°C para un tiempo de cocción de 25 minutos.



Su horno cuenta con un modo de cocción combinada que le permite cocinar alimentos con **calentador** y **microondas** al mismo tiempo o alternativamente. Por lo general, esto significa que se tarda menos tiempo en cocinar los alimentos.

2. COMBINADA CON CONVECCIÓN

Pulse **STOP/CLEAR**.

Pulse **COMBI**.

Pulse **CONVECTION**.



Gire el botón del **DIAL** hasta que la pantalla de visualización indique "200 °C".

Pulse **MICOR** para seleccionar una potencia de 540 W(60%).

Gire el botón del **DIAL** hasta que la pantalla de visualización indique "25:00".

Pulse **START**.

Cuando cocine puede aumentar o disminuir el tiempo de cocción girando el botón del **DIAL**.

¡Tenga cuidado al sacar la comida porque el recipiente estará caliente!

La temperatura y densidad de los alimentos varía. Es recomendable comprobar los alimentos antes de comenzar a cocinar. Preste atención a los trozos grandes de carne y pollo, algunos alimentos no deberían descongelarse por completo antes de cocinarlos. El programa de verduras congeladas es recomendable para descongelar todo tipo de verduras como zanahorias, etc. Luego requerirá un tiempo de reposo que permita que el centro se descongele. En el siguiente ejemplo le mostraré como descongelar 1,4Kg de pollo congelado

Descongelación automática



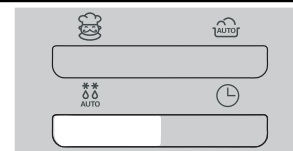
Su horno tiene cuatro posiciones de descongelación por microondas: CARNE, AVES, PESCADO Y VERDURAS COGELADAS: cada categoría de descongelación tiene ajustes de potencias diferentes. Para seleccionar los diferentes programas presione el botón de **DESCONGELACIÓN AUTOMÁTICA** tantas veces como sea necesario.

TIPO DE COMIDA	Pulse el botón DEFROST:
CARNES	1 vez
AVES	2 veces
PESCADOS	3 veces
PAN	4 veces
Descongelación rápida	5 veces

Pulse **STOP/CLEAR**.

Pese el alimento que va a descongelar. Asegúrese de quitar todos los cierres metálicos o envoltorios; a continuación ponga el alimento en el horno y cierre la puerta.

Pulse **AUTO DEFROST** 2 veces para seleccionar el programa de descongelado de **AVES**.



Introduzca el peso del alimento congelado que va a descongelar.

Gire el botón del **DIAL** hasta que la pantalla de visualización indique "1.4".

Pulse **START**.

Durante la descongelación el horno emitirá un PITIDO; entonces abra la puerta, dé la vuelta al alimento y sepárelo para asegurar la descongelación. Retire todas las porciones que se hayan descongelado o protéjalas para ayudar a hacer más lenta la descongelación. Después de la comprobación cierre la puerta del horno y pulse **START** para reanudar la descongelación.

El horno no dejará de descongelar (incluso cuando suene el pitido) a menos que la puerta esté abierta.

GUÍA PARA LA DESCONGELACIÓN AUTOMÁTICA POR PESO

- * Los alimentos que se van a descongelar deberán estar en un recipiente adecuado para microondas y colocarse en el plato giratorio de vidrio.
- * Si es necesario, proteja las zonas pequeñas de carne o carne de ave con trozos planos de papel de aluminio. Esto evitará que dichas zonas se calienten durante la descongelación. Asegúrese de que el papel de aluminio no toca las paredes del horno.
- * Separe artículos como carne picada, chuletas, salchichas y bacon lo más pronto posible.
Cuando suene el PITIDO, dé la vuelta a los alimentos. Retire las porciones descongeladas. Continúe descongelando los trozos restantes.
Después de descongelar, déjelos reposar hasta que estén totalmente descongelados.
- * Por ejemplo, los trozos de carne y los pollos enteros deberán REPOSAR durante un mínimo de 1 hora antes de cocinarlos.

CATEGORÍA	LÍMITE DE PESO	UTENSILIO	ALIMENTO
Carnes Aves Pescado	0,1 kg ~ 4,0 kg	Recipiente para microondas (plato plano)	<p>Carne Carne de vaca picada, filete, dados para estofado, solomillo, carne para estofar, cadera, hamburguesa, chuletilas de cordero, rollo para asar, salchichas, chuletas (2 cm).</p> <p>Dé la vuelta al alimento al oír el pitido. Después de descongelar, deje reposar durante 5-15 minutos.</p> <p>Aves Pollo entero, muslos, pechugas, pechugas de pavo (menos de 2 kg).</p> <p>Dé la vuelta al alimento al oír el pitido. Después de descongelar, deje reposar durante 20-30 minutos.</p> <p>Pescado Filetes, rodajas, pescado entero, mariscos</p> <p>Dé la vuelta al alimento al oír el pitido. Después de descongelar, deje reposar durante 10-20 minutos.</p>
PAN (dEF4)	0.1 ~ 0.5 kg	Servilleta de papel o plato plano	Pan a rebanadas, bollos, baguette, etc.

Descongelación rápida

Utilice esta función solamente para descongelar rápidamente 0,5 kg. de carne picada.
Tras descongelar, deje reposar la carne para que se descongele del todo la parte central. A continuación puede ver cómo descongelar 0,5 kg. de carne picada.

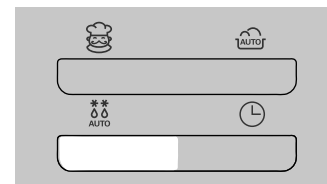


Su microondas tiene una función de descongelación rápida de carne (Carne picada).

Pulse **STOP/CLEAR**.

Pese los alimentos a descongelar. Asegúrese de quitar todo envoltorio o sujeciones metálicos, y después introduzca los alimentos en el horno y cierre la puerta de éste.

Pulse **AUTO DEFROST** 5 veces para así seleccionar el programa de descongelación de **QUICK DEFROST**.



Pulse **START**.

Durante la descongelación, el horno microondas emitirá un pitido. Abra entonces el horno, dé la vuelta a los alimentos y sepárelos entre sí para obtener una descongelación homogénea. Retire los trozos que ya estén casi descongelados o bien cúbralos con papel de aluminio para que sigan descongelándose lentamente. Después, cierre el horno microondas y pulse **START** para continuar con la descongelación.

No se detendrá la descongelación (aunque el horno haya emitido el pitido) hasta que no se abra el horno.

Guía de descongelación rápida

Utilice esta función para descongelar rápidamente carne picada.

Retire todo el envoltorio de la carne. Coloque la carne picada en una bandeja especial para microondas. Cuando suene un pitido, saque la carne del microondas, dele la vuelta y vuélvala a introducir en el horno microondas. Pulse Start para continuar con la descongelación. Una vez concluido el programa de descongelación, saque los alimentos del horno, cúbralos con papel de aluminio y déjelos reposar de 5 a 15 minutos o hasta que queden completamente descongelados.

<i>Tipo de alimento</i>	<i>Límite de peso</i>	<i>Utensilio</i>	<i>Alimento</i>
Carne picada	0,5 kg	Bandeja plana especial para microondas	Carne picada. Dé la vuelta a los alimentos al escuchar el pitido. Una vez descongelados, deje reposar de 5 a 15 minutos.

Cocción automática

En el ejemplo siguiente le mostraré cómo cocinar 1.2 kg de **Pollo Frito**



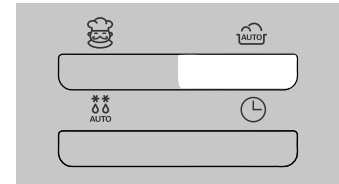
La **COCCIÓN AUTOMÁTICA** le permite cocinar la mayoría de sus alimentos favoritos seleccionando fácilmente el tipo de alimento e introduciendo el peso de alimento.

<i>Categoría</i>	<i>Cocción automática</i>
Pollo Frito	Ac 1
Muslos de Pollo Frito	Ac 2
Pizza congelada	Ac 3
Arroz	Ac 4
Patata asada	Ac 5
Ternera asada	Ac 6
Cerdo asado	Ac 7
Carne de Ternera	Ac 8

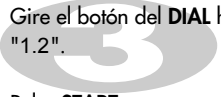
Pulse **STOP/CLEAR**.



Pulse **AUTO COOK** hasta que la pantalla de visualización indique "Ac 1".



Gire el botón del **DIAL** hasta que la pantalla de visualización indique "1.2".



Pulse **START**.

FUNCIÓN	CATEGORÍA	Límite de Peso	TUensilio	Temp. Alim.	Instrucciones									
Cocción Automática	Pollo Frito	0.8 ~ 1.5kg	Rejilla inferior y bandeja de metal	Refrigeradas	Lave y seque la piel. Unte el pollo con aceite. Ate las patas con un cordón de algodón. Coloque la rejilla en la bandeja de metal. Cuando suene el Bip, gire la carne . Después de cocinar, déjela cubierta con papel de aluminio durante 10 min.									
	Muslos de Pollo Frito	0.2 ~ 0.8kg	Rejilla inferior y bandeja de metal	Ambiente	Lave y seque la piel. Unte el pollo con aceite. Ate los pies con un cordón de algodón. Cuando suene el Bip, gire la carne . Después de cocinar, déjela cubierta con papel de aluminio durante 2 min.									
	Pizza Congelada	0,1 kg ~ 0,5 kg	Rejilla inferior y bandeja de metal	Congelada	Esta función es para cocinar pizza congelada. Retire todos los envoltorios y colóquela en la rejilla inferior sobre la bandeja de metal. Después de cocinar, déjela reposar durante 1-2 minutos.									
	Arroz	0.1 ~ 0.3 kg	Cuenco para microondas	Sala	Coloque el arroz y el agua hirviendo en un cuenco grande y profundo. <table border="1" data-bbox="882 757 1567 837"> <thead> <tr> <th>Peso</th> <th>100g</th> <th>200g</th> <th>300g</th> <th>Compuerta</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Agua hirviendo</td> <td>200ml</td> <td>400ml</td> <td>600ml</td> <td>Sí/esquina de ventilación</td> </tr> </tbody> </table> Arroz – Tras la cocción, déjelo reposar cubierto durante 5 o hasta que se haya absorbido el agua.	Peso	100g	200g	300g	Compuerta	Agua hirviendo	200ml	400ml	600ml
Peso	100g	200g	300g	Compuerta										
Agua hirviendo	200ml	400ml	600ml	Sí/esquina de ventilación										

<i>FUNCIÓN</i>	<i>CATEGORÍA</i>	<i>Límite de Peso</i>	<i>TUtensilio</i>	<i>Temp. Alim.</i>	<i>Instrucciones</i>
Cocción Automática	Patatas asadas	0.2 ~ 1.0 kg	Bandeja de metal	Sala	Seleccione patatas de tamaño mediano 180 - 220g. Lave y seque las patatas. Pinche las patatas varias veces con un tenedor. Coloque las patatas en el horno. Tras la cocción, déjelo reposar cubierto con papel de aluminio durante 5 minutos.
	Ternera Asada	0.5 ~ 1.5 kg	Rejilla inferior y bandeja de metal	Refrigerada	Pinte la ternera con margarina o mantequilla derretida. Colóquelo en la rejilla baja sobre la bandeja de metal. Cuando se oiga un pitido, déle la vuelta. A continuación pulse Start (Inicio) para continuar cocinándola. Tras la cocción, déjelo reposar cubierto con papel de aluminio durante 10 minutos. Lave el arroz. Agua filtrada.
	Cerdo asado	0.5 ~ 1.5 kg	Rejilla inferior y bandeja de metal	Refrigerada	Pinte la cerdo con margarina o mantequilla derretida. Colóquelo en la rejilla baja sobre la bandeja de metal. Cuando se oiga un pitido, déle la vuelta. A continuación pulse Start (Inicio) para continuar cocinándola. Tras la cocción, déjelo reposar cubierto con papel de aluminio durante 10 minutos. Lave el arroz. Agua filtrada.
	Carne de Ternera	0.5 ~ 1.5 kg	Rejilla inferior y bandeja de metal	Refrigerada	Prepare el marinado: Mezcle el zumo de limón, el aceite vegetal y las especias y el ajo cortado. Marine la carne durante 1 hora. Coloque la ternera en la rejilla baja sobre la bandeja de metal. Seleccione el menú y ajuste el peso. Pulse Start (Inicio) para cocinarla. Cuando suene un pitido, abra la puerta y de la vuelta a la comida. Pulse Start (Inicio) para continuar con la cocción. Tras cocinarlas, retírelas del horno y déjelas reposar cubiertas por papel de aluminio durante 10 minutos.

Menú Europeo

En el siguiente ejemplo le mostraré como cocinar 0.5 Kg de judías



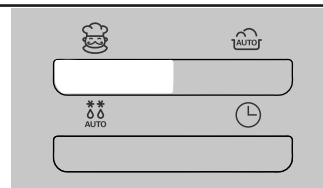
El Menú Europeo permite cocinar mejor tu comida favorita fácilmente seleccionando el tipo de comida e introduciendo el peso de la misma pulsando Más / Menos

<i>Categoría</i>	<i>Pulse Cocción Automática</i>
HARINA DE AVENA	Sc - 1
Pasta	Sc - 2
Judías en conserva	Sc - 3
Perrito caliente	Sc - 4
<i>Guiso</i>	Sc - 5
Huevos revueltos	Sc - 6
Pescado parrilla	Sc - 7
Salchichas	Sc - 8

Pulse **STOP/CLEAR**.



Pulse **Menú Rápido** 3 veces.
Aparecerá "Sc 3" en el visor.



Gire el botón del **DIAL** hasta que la pantalla de visualización indique **0.5 Kg**.



Pulse **START**.



Categoría	Límite de Peso	Utensilio	Temp. Alim.	Instrucciones											
HARINA DE AVENA	1- 4 SERVICIOS	Recipiente para microondas	Ambiente	Coloque la avena y la leche en un bol. Cocine sin cubrir. Cuando el horno pite, bata la avena bien y presione “comienzo” para continuar. Después de cocinar, bata bien y espere un minuto antes de servir.											
				<table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>servicio</th> <th>2 servicios</th> <th>3 servicios</th> <th>4 servicios</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Avena, 1 paquete. Aprox 40g</td> <td>1/3 taza (1 paquete)</td> <td>2/3 tazas (2 paquetes)</td> <td>1 taza (3 paquetes)</td> <td>1 1/3 tazas (4 paquetes)</td> </tr> <tr> <td>Leche Fria</td> <td>3/4 taza (180ml)</td> <td>1 1/2 tazas (360ml)</td> <td>2 1/2 tazas (540ml)</td> <td>3 tazas (720ml)</td> </tr> </tbody> </table>		servicio	2 servicios	3 servicios	4 servicios	Avena, 1 paquete. Aprox 40g	1/3 taza (1 paquete)	2/3 tazas (2 paquetes)	1 taza (3 paquetes)	1 1/3 tazas (4 paquetes)	Leche Fria
	servicio	2 servicios	3 servicios	4 servicios											
Avena, 1 paquete. Aprox 40g	1/3 taza (1 paquete)	2/3 tazas (2 paquetes)	1 taza (3 paquetes)	1 1/3 tazas (4 paquetes)											
Leche Fria	3/4 taza (180ml)	1 1/2 tazas (360ml)	2 1/2 tazas (540ml)	3 tazas (720ml)											
PASTA	0. 1 kg - 0. 3 kg	Recipiente para microondas	Ambiente	Coloque la pasta en una cacerola con agua hirviendo Añada una cucharadita de sal.											
				<table border="1"> <thead> <tr> <th>Peso</th> <th>100g</th> <th>200g</th> <th>300g</th> <th>Tapa</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Agua</td> <td>400ml</td> <td>700ml</td> <td>1000ml</td> <td>No</td> </tr> </tbody> </table> <p>Cocine sin tapa. Cuando el horno emita un pitido, revuelva la pasta y pulse arranque para continuar. Un vez cocinado, revuelva la pasta durante 1 minuto si es necesario. Enjuague la pasta con agua frías.</p>	Peso	100g	200g	300g	Tapa	Agua	400ml	700ml	1000ml	No	
Peso	100g	200g	300g	Tapa											
Agua	400ml	700ml	1000ml	No											
Judías en conserva	0.2 kg - 0. 8 kg	Recipiente para microondas	Ambiente	Echar las judías dentro del recipiente . Tapar. Colocar el plato en el microondas. Después de haberlas calentado, revolver y dejar reposar durante 1 – 2 minutos											
Perritos calientes	0.2 kg - 0. 6 kg	Recipiente para microondas	Ambiente	Coloque el contenido de la lata en un recipiente adecuado para microondas. Calentar sin tapa. Una vez calentado, quitar el agua el agua y servir											
Guiso	0.2 kg - 0.6 kg	Recipiente para microondas	Ambiente	Coloque el guiso en un recipiente para microondas. Cúbralo con una tapa sin llegar a taparlo del todo. Una vez calentado, remover y dejar reposar 2 minutos											
Huevos revueltos	1- 4 eggs	Recipiente para microondas	Refrigerado	Coloque los huevos con la leche en un recipiente grande. Batir ligeramente. Cubrir con papel film. Después de cocinar retirar del horno, remover y dejar reposar de 1 – 2 minutos con el Papel film. Agregar leche de acuerdo con las cantidades 1 huevo: 1 cucharada de leche 2 huevos: 2 cucharadas de leche 3 huevos: 3 cucharadas de leche 4 huevos: 4 cucharadas de leche											

Categoría	Límite de Peso	Utensilio	Temp. Alim.	Instrucciones
Pescado Parrilla	0.2-0.6kg	Rejilla altas	Refrigerado	Limpie y enjuague el pescado. Colóquelo sobre la rejilla alta. Cuando suene el pitido, de vuelta el pescado y pulse arranque Para continuar. Una vez cocinado retírelo del horno y sírvalo.
Salchichas	0.1-0.5kg	Rejilla altas	Refrigerado	Quitar el paquete. Colocar las salchichas en la rejilla alta Cuando el horno emita un pitido de vuelta las salchichas y pulse arranque para continuar. Una vez cocinadas retírelas del horno y sírvalas

Para calentar o recalentar satisfactoriamente en el microondas, es importante seguir varias directrices generales. Determine la cantidad de comida para establecer el tiempo necesario de recalentamiento. Distribuya la comida de forma circular para tener óptimos resultados. La comida a temperatura ambiente se calentará más rápidamente que la comida refrigerada. Las comidas envasadas se deben sacar del envase y colocar en un recipiente apto para el microondas. La comida se calentará de forma más uniforme si se cubre con una tapa válida para el microondas o con una envoltura de plástico dejando que transpire. Quite la tapa con cuidado para evitar quemaduras por acción del vapor. Utilice el cuadro siguiente como guía para recalentar comida cocinada.

Guía de calentamiento o recalentamiento

Artículo	Tiempo de cocción (a ALTA potencia)	Instrucciones especiales
Carne en rodajas 3 rodajas (grosor 0,5 cm)	1~2 minutos	Ponga la carne cortada en plato de microondas. Cubra con envoltura de plástico y deje que transpire. • Nota: La salsa ayuda a mantener la carne jugosa.
Tajadas de pollo 1 pechuga 1 pato y muslo	2~3 minutos 3~3 ¹ / ₂ minutos	Ponga las tajadas de pollo en plato de microondas. Cubra con envoltura de plástico y deje que transpire.
Filete de pescado (170-230g)	1~2 minutos	Ponga el pescado en plato de microondas. Cubra con envoltura de plástico y deje que transpire.
Lasaña 1 ración (300g)	4~6 minutos	Ponga la lasaña en plato de microondas. Cubra con envoltura de plástico y deje que transpire.
Cacerola 1 taza 4 tazas	1 ¹ / ₂ ~3 minutos 4 ¹ / ₂ ~7 minutos	Cocine la comida tapada en marmita de microondas. Remueva una vez a mitad de cocción.
Cacerola Nata o queso 1 taza 4 tazas	1~2 ¹ / ₂ minutos 3 ¹ / ₂ ~6 minutos	Cocine la comida tapada en marmita de microondas. Remueva una vez a mitad de cocción.
Sloppy Joe o carne de vaca a la parrilla 1 sandwich (¹ / ₂ taza de relleno de carne) sin bollo	1~2 ¹ / ₂ minutos	Recaliente el relleno y el bollo por separado. Cocine la comida tapada en marmita de microondas. Remueva una vez. Caliente el bollo según se indica en el cuadro más adelante.

Artículo	Tiempo de cocción (a ALTA potencia)	Instrucciones especiales
Puré de patatas 350g	6~7 minutos	Cocine la comida tapada en marmita de microondas. Remueva una vez a mitad de cocción.
Judías blancas cocidas 1 taza	1 ¹ / ₂ ~3 minutos	Cocine la comida tapada en marmita de microondas. Remueva una vez a mitad de cocción.
Raviolis o pasta en salsa 1 taza 4 tazas	2 ¹ / ₂ ~4 minutos 7 ¹ / ₂ ~11 minutos	Cocine la comida tapada en marmita de microondas. Remueva una vez a mitad de cocción.
Arroz 1 taza 4 tazas	1~1 ¹ / ₂ minutos 3 ¹ / ₂ ~5 minutos	Cocine la comida tapada en marmita de microondas. Remueva una vez a mitad de cocción.
Panecillo o bollo 1 panecillo	15~30 segundos	Envuélvalo en papel de cocina y póngalo en una bandeja de cristal
Verduras 1 taza 4 tazas	1 ¹ / ₂ ~2 ¹ / ₂ minutos 3 ¹ / ₂ ~5 ¹ / ₂ minutos	Cocine la comida tapada en marmita de microondas. Remueva una vez a mitad de cocción.
Sopa 1 ración (8 onzas)	1 ¹ / ₂ ~2 minutos	Cocine la comida tapada en marmita de microondas. Remueva una vez a mitad de cocción.

Guía de verduras frescas

Verdura	Cantidad	Tiempo de cocción (ALTA potencia)	Instrucciones	Tiempo de reposo
Alcachofas (230g unidad)	2 tam. medio 4 tam. medio	4 ¹ / ₂ ~ 7 10 ~ 12	Recórtelas. Añada 2 cucharaditas de agua y 2 de jugo. Cúbralas.	2~3 minutos
Espárragos frescos, puntas	450g	2 ¹ / ₂ ~ 6	Añada 1 taza de agua. Cúbralos.	2~3 minutos
Judías verdes	450g	7 ~ 11	Añada 1/2 taza de agua en una cacerola de 1,5 litros. Remueva a mitad de cocción.	2~3 minutos
Remolachas, frescas	450g	11 ~ 16	Añada 1/2 taza de agua en una cacerola tapada de 1,5 litros. Remueva a mitad de cocción.	2~3 minutos
Brécoles, frescos, puntas	450g	5 ~ 8	Ponga los brécoles en un recipiente de cocer. Añada 1/2 taza de agua.	2~3 minutos
Coles, frescas, troceadas	450g	5 ¹ / ₂ ~7 ¹ / ₂	Añada 1/2 taza de agua en una cacerola tapada de 1,5 litros. Remueva a mitad de cocción.	2~3 minutos
Zanahorias, frescas, en rodajas	200g	2 ~ 3	Añada 1/4 de taza de agua en una cacerola tapada de 1,5 litros. Remueva a mitad de cocción.	2~3 minutos
Coliflor, fresca, entera	450g	5 ~ 7	Deshójela. Añada 1/4 de taza de agua en una cacerola tapada de 1,5 litros. Remueva a mitad de cocción.	2~3 minutos
Flésculos, frescos, Apio, fresco, troceado	2 tazas 4 tazas	11 ~ 16	Corte en rodajas. Añada 1/2 taza de agua en una cacerola tapada de 1,5 litros. Remueva a mitad de cocción.	2~3 minutos

Verdura	Cantidad	Tiempo de cocción (ALTA potencia)	Instrucciones	Tiempo de reposo
Maíz, fresco	2 espigas	4 ~ 8	Descascaríllelo. Añada 2 cucharadas de agua en un recipiente de cocer. Tápelo.	2~3 minutos
Champiñones, frescos, troceados	230g	1 ¹ / ₂ ~ 2 ¹ / ₂	Ponga los champiñones en una cacerola tapada de 1,5 litros. Remueva a mitad de cocción.	2~3 minutos
Chirivías, frescas, cortadas	450g	4 ~ 7	Añada 1/2 taza de agua en una cacerola tapada de 1,5 litros. Remueva a mitad de cocción.	2~3 minutos
Guisantes, frescos	4 tazas	6 ~ 9	Añada 1/2 taza de agua en una cacerola tapada de 1,5 litros. Remueva a mitad de cocción.	2~3 minutos
Batatas, cocción entera (170~230g unidad)	2 t. medio 4 t. medio	4 ~ 9 6~ 12	Pinche varias veces las batatas con un tenedor y envuélvas en 2 papeles de cocina. Dé la vuelta a las batatas a mitad de cocción.	2~3 minutos
Batatas, cocción entera (170~230g unidad)	2 batatas 4 batatas	5 ¹ / ₂ ~ 7 ¹ / ₂ 9 ¹ / ₂ ~ 14	Pinche varias veces las batatas con un tenedor y envuélvas en 2 papeles de cocina. Dé la vuelta a las batatas a mitad de cocción.	2~3 minutos
Espinacas, frescas, hojas	450g	4 ¹ / ₂ ~ 7 ¹ / ₂	Añada 1/2 taza de agua en una cacerola tapada de 2 litros.	2~3 minutos
Calabacín, fresco, en rodajas	450g	4 ¹ / ₂ ~ 7 ¹ / ₂	Añada 1/2 taza de agua en una cacerola tapada de 1,5 litros. Remueva a mitad de cocción	2~3 minutos
Calabacín, fresco, entero	450g	6 ~ 9	Pinche el calabacín. Envuélvalo en 2 papeles de cocina. Déle la vuelta y renueva a mitad de cocción.	2~3 minutos

Guía de cocina a la parrilla

Instrucciones para asar la carne a la parrilla

- Recorte el exceso de grasa de la carne. Corte la grasa, asegurándose de no cortar el magro. (Esto evitará que se retuerza.)
- Distribuya la carne en el soporte de la parrilla. Unte con mantequilla derretida o con aceite.
- Dé la vuelta a la carne a mitad del asado.

Artículo	Peso	Tiempo aprox. de cocción (en minutos)	Sugerencias
Hamburguesas de carne de vaca	50g x 2 100g x 2	13-16 19-23	Unte con aceite o mantequilla derretida. Los artículos de menos grosor se deben colocar en el soporte de la parrilla. Los artículos más gruesos se pueden colocar en una grasera. Dé la vuelta a la comida a mitad de cocción.
Bistecs (2,5cm (1") de grosor)	230g x 2 230g x 2 230g x 2	18-20	
Poco hecho		22-24	
En su punto		26-28	
Muy hecho			
Chuletas de cerdo (2,5cm (1") de grosor)	230g x 2	27-32	
Chuletas de cordero (2,5cm (1") de grosor)	230g x 2	25-32	
Salchichas (2,5cm (1") de grosor)	230g	13-16	Dé la vuelta a las salchichas frecuentemente.

Instrucciones para cocer pescado y marisco en la parrilla

Ponga el pescado y el marisco en el soporte de la parrilla. El pescado entero se debe rajar superficialmente en diagonal por los dos lados antes de cocinarlo. Unte el pescado o el marisco con mantequilla derretida, margarina o aceite antes, y durante, la cocción. Esto ayudará a evitar que se seque el pescado. Cuezca durante el tiempo recomendado en el cuadro. Se debe dar la vuelta con cuidado al pescado entero y a los filetes de pescado a mitad de cocción. Si lo desea, puede dar la vuelta también a los filetes gruesos a mitad de cocción.

Artículo	Peso	Tiempo aprox. de cocción (en minutos)	Sugerencias
Filetes de pescado 1 cm (1/2") de grosor	230g	17-21	Aplique mantequilla derretida y dé la vuelta a mitad de cocción.
1,5 cm (1/2") de grosor	230g	20-24	
Filetes de pescado 2,5 cm (1") de grosor	230g	24-28	
Pescado entero	225-350g unidad 450g	16-20 24-28	Deje algo más de tiempo para el pescado grueso y grasiento.
Vieiras	450g	16-20	Unte abundantemente durante la cocción.
Gambas sin cocer	450g	16-20	

Instrucciones de seguridad importantes

Lea atentamente el texto que figura a continuación y guárdelo para futuras consultas

AVISO

Por favor asegúrese de ajustar los tiempos de cocción correctamente, ya que una cocción excesiva podría ocasionar un **INCENDIO** y causar daños al horno.

- 1 No intente manipular, reparar o ajustar la puerta, el panel de control, interruptores de enclavamiento y de seguridad o cualquier otra pieza del horno. Es peligroso llevar a cabo reparaciones que impliquen retirar cualquier cubierta que impida la exposición a la energía del microondas. Las reparaciones sólo deben ser realizadas por un técnico de cualificado.
- 2 No ponga el horno en marcha cuando se encuentre vacío. Conviene dejar un vaso de agua dentro del horno cuando no lo esté utilizando. El agua absorbería todas las microondas, si el horno llegara a ponerse en marcha accidentalmente.
- 3 No seque prendas de ropa en el horno microondas, ya que podrían carbonizarse o quemarse si se calientan durante demasiado tiempo.
- 4 No cocine alimentos envueltos en toallas de papel, a menos que su libro de cocina contenga instrucciones al respecto, para los alimentos que esté cocinando.
- 5 No utilice papel de periódico en lugar de toallas de papel para cocinar.
- 6 No utilice recipientes de madera. Podrían calentarse y carbonizarse. No utilice recipientes de cerámica que tengan láminas metálicas (p. ej. de oro o plata). Quite siempre las tapas metálicas. Los objetos de metal dentro del horno podrían causar un arco eléctrico, lo que puede dañar el horno seriamente.
- 7 No ponga en marcha nunca el horno con un trapo de cocina, servilleta o cualquier otro tipo de obstrucción entre la puerta y los bordes delanteros del horno, lo que podría causar fugas de microondas.
- 8 No utilice productos de papel reciclado ya que podrían contener impurezas que podrían causar chispas y/o incendios cuando se utilicen para cocinar.
- 9 No enjuague la bandeja giratoria sumergiéndola en agua justo después de cocinar. Esto podría causar daños o roturas.
- 10 Pequeñas cantidades de alimentos requieren tiempos más cortos de cocción o calentamiento. Estos alimentos podrían sobrecalentarse y quemarse si se cocinan durante periodos de tiempo normales.
- 11 Asegúrese de que haya un mínimo de 8 cm desde donde termina el horno hasta el filo de la superficie sobre la que se coloca, a fin de evitar su vuelque.
- 12 Pinche la piel de las patatas, así como de cualquier otra fruta o verdura, antes de cocinarlas.
- 13 No cocine huevos en su cáscara. La presión se acumularía dentro del huevo, lo que lo haría explotar.
- 14 No intente realizar frituras de inmersión en aceite dentro del horno.
- 15 Quite las envolturas de plástico de los alimentos antes de cocinarlos o descongelarlos. Tome nota de que en algunos casos es necesario cubrir los alimentos con un plástico para su calentamiento o cocción, según se indica en libros de cocina para microondas.
- 16 Si la puerta del horno o cierres de la puerta están deteriorados, el horno no se debe poner en funcionamiento hasta que haya sido reparado por un técnico cualificado.
- 17 Si advierte la existencia de humo, desconecte el horno de la toma de corriente y mantenga la puerta del horno cerrada para sofocar las llamas.
- 18 Cuando la comida se calienta o se cocina en recipientes desechables de plástico, papel u otros materiales combustibles, vigile el horno frecuentemente dada la posibilidad de ignición.
- 19 Sólo permita que los niños utilicen el horno cuando se les hayan dado instrucciones adecuadas para que puedan utilizarlo de forma segura y comprendan los peligros que acarrea un uso inadecuado.
- 20 Los líquidos u otros alimentos no deben calentarse en recipientes herméticos ya que pueden explotar.
- 21 No utilice recipientes cerrados herméticamente. Los líquidos u otros alimentos no deben calentarse en recipientes herméticos, pues tienen riesgo de explotar.
- 22 Utilice únicamente utensilios adecuados para los hornos microondas.
- 23 Al calentar alimentos en contenedores de plástico o de papel, observe el horno por la posibilidad de ignición.
- 24 Si ve humo, apague o desenchufe el aparato y mantenga la puerta cerrada para poder apagar posibles llamas.
- 25 Calentar bebidas en el microondas puede ocasionar que el líquido hierva tardíamente, por lo que debe tenerse cuidado al manipular el recipiente.
- 26 Se deben agitar o remover los contenidos de biberones (mamaderas) y de los tarros de comida para bebés y comprobarse su temperatura antes del consumo para evitar quemaduras.

Instrucciones de seguridad importantes

Lea atentamente el texto que figura a continuación y guárdelo para futuras consultas

- 27 No deberían calentarse en hornos microondas huevos en su cáscara y huevos duros hervidos porque pueden explotar, incluso después de que el microondas haya terminado su función.
- 28 Detalles para la limpieza de los retenes de las puertas, cavidades y partes adyacentes
- 29 Debería limpiarse con regularidad el horno y eliminarse cualquier depósito de comida
- 30 No mantener el horno limpio puede facilitar la deterioración de su superficie, lo cual podría afectar negativamente a la duración del aparato y podría ocasionar situaciones peligrosas.
- 31 Use únicamente la sonda de temperatura recomendada para este horno (aparatos que dispongan de la posibilidad de usar una sonda sensitiva a la temperatura).
- 32 Si se proporcionan elementos de calefacción durante el uso, el aparato se calentará. Debería tenerse cuidado para evitar tocar elementos de calefacción dentro del horno.
- 33 Este aparato no está diseñado para ser utilizado por niños de corta edad ni por personas enfermas sin supervisión.
- 34 Esta conexión puede realizarse con el enchufe disponible o añadiendo un interruptor en el cableado fijo según las normas de cableado.
- 35 No utilice detergentes abrasivos o espátulas para limpiar el cristal de la puerta del microondas, ya que podrían dañar la superficie y provocar la rotura del cristal.
- 36 No utilice ningún producto de limpieza a vapor.

AVISO: Si se daña la puerta o los retenes, no se deberá usar el horno hasta que haya sido reparado por una persona competente.

AVISO: Es peligroso para cualquier persona que no sea competente llevar a cabo servicios o reparaciones para las que se necesiten la extracción de la tapa de protección contra la exposición a energía de microondas.

AVISO: Los líquidos y otras comidas no deben calentarse en contenedores sellados dado que pueden explotar.

AVISO: Los niños sólo podrán utilizar el horno sin ser supervisados por un adulto cuando se le hayan dado instrucciones adecuadas de modo que el niño sepa usar el horno de modo seguro y comprenda los peligros de un uso indebido.

AVISO: Los componentes accesibles pueden calentarse durante el uso. Se deberían mantener fuera del alcance de los niños pequeños.

AVISO: Al operar el electrodoméstico en modo combinado, no permita el uso del aparato por parte de los niños sin supervisión adulta, debido a las altas temperaturas que se generan.

Utensilios utilizables en el microondas

Nunca introduzca en el horno microondas utensilios metálicos ni con incrustaciones o adornos de metal.

Las microondas son un tipo de energía que no puede penetrar en los metales, rebotando sobre todo objeto metálico y produciéndose arcos voltaicos, efecto alarmante que recuerda a descargas eléctricas. La mayor parte de los utensilios no metálicos de cocina resistentes a altas temperaturas son adecuados para los microondas, si bien es posible que contengan sustancias metálicas, siendo entonces inadecuados como utensilio para microondas. Si no está seguro de si puede utilizar un utensilio, resulta muy fácil saber si es adecuado: Introduzca en el horno el utensilio junto a un vaso grande de agua. Ponga en marcha el horno a potencia máxima ("HIGH") durante 1 minuto. Si el agua se calienta y el utensilio no, puede utilizar el utensilio en el microondas. Por el contrario, si el agua no se calienta y el utensilio sí, quiere decir que éste ha absorbido las microondas y por tanto no es adecuado utilizarlo. Seguramente usted ya dispone de muchos utensilios que podrá utilizar en el microondas. Lea atentamente los siguientes ejemplos:

Platos llanos

Muchos platos de este tipo pueden utilizarse en el microondas. Si no está seguro, lea las especificaciones del fabricante o bien haga la prueba indicada.

Utensilios de vidrio

Pueden utilizarse utensilios de vidrio que soporten altas temperaturas, como por ejemplo todo utensilio de vidrio templado. Por el contrario, no utilice utensilios delicados de cristal, como vasos de lados rectos o vasos para vino, ya que podrían romperse al calentarse su contenido.

Recipientes plásticos para guardar alimentos

Pueden utilizarse para contener alimentos a ser cocinados en el microondas, pero no los introduzca en el microondas si han de permanecer mucho tiempo cocinándose, ya que el calor de su contenido finalmente acabaría por deformar o fundir los recipientes de plástico.

Papel

Los recipientes o platos de papel pueden utilizarse en los hornos microondas a condición de que el tiempo de cocción no sea largo y de que los alimentos a cocinar no contengan mucho aceite o agua. El papel de cocina es muy útil para envolver alimentos y para cubrir bandejas de asados que contengan alimentos con mucha grasa, como bacon. En general, no utilice papel de color ya que podría desteñirse. Algunos productos de papel reciclado pueden contener impurezas que causarían arcos voltaicos, o incluso prenderse fuego en el microondas.

Bolsas de plástico especiales para cocinar

Las bolsas de plástico pueden utilizarse en el microondas siempre que sean especiales para cocinar. Hágales siempre un pequeño corte para que pueda salir el vapor del interior. Nunca utilice bolsas normales, porque acabarían deformándose o deshaciéndose.

Utensilios de plástico para microondas

Para su microondas existen utensilios plásticos de diversas formas y tamaños que seguramente usted ya tiene en su cocina, no precisando comprar otros utensilios.

Recipientes de cerámica, de gres o utensilios de otros materiales cerámicos

Los utensilios de estos materiales suelen poder utilizarse en el microondas, pero haga primero la prueba indicada anteriormente.

ATENCIÓN

Algunos utensilios con alto contenido de plomo o hierro no deben utilizarse en el microondas.

En caso de duda, haga la prueba indicada anteriormente.

Características de los alimentos y cocción en microondas

Preste atención durante la cocción

Las recetas han sido redactadas con gran cuidado, pero que el plato salga bien depende de que usted preste atención a la cocción, observando de vez en cuando el interior del horno. Su microondas dispone de una luz interior que se enciende automáticamente al entrar el horno en funcionamiento, para así ver cómo avanza la cocción. En las recetas, las indicaciones como por ejemplo dar la vuelta o remover los alimentos son meras tareas básicas a realizar. Si observa que los alimentos no se están cocinando homogéneamente, haga las modificaciones que usted estime necesarias.

Factores a considerar en el tiempo de cocción

La duración de toda cocción depende de muchos factores, como por ejemplo, y de forma muy substancial, de la temperatura de los ingredientes a utilizar. Es decir, si por ejemplo desea hacer un pastel con huevos, leche y mantequilla fríos, el tiempo de cocción deberá ser mayor que si los ingredientes están a temperatura ambiente. En todas las recetas de esta guía constan los tiempos de cocción correspondientes. Generalmente, observará que los platos no quedan completamente cocinados si utiliza el período mínimo de cocción, y puede darse también que estime necesario prolongar el período máximo de cocción indicado. En estas recetas se ha aplicado el principio de que es mejor no indicar tiempos de cocción posiblemente excesivos, ya que un plato demasiado cocinado resulta ya inservible. En algunas recetas, especialmente las de pan, pasteles y natillas, se recomienda retirarlas del microondas antes de que estén completamente hechas, indicación conveniente porque al dejar reposar estos platos, terminan por hacerse solos fuera del horno al actuar el calor de las partes más externas, que penetrará poco a poco hacia el interior. Si se deja el plato dentro del microondas hasta que todo su contenido se haga, puede que las partes más externas queden demasiado cocinadas o incluso quemadas. Según vaya utilizando su microondas, le resultará más fácil calcular cuánto tiempo cocinar y dejar en reposo los alimentos.

Densidad de los alimentos

Los alimentos porosos y de poco peso, como pasteles y diferentes panes, se cocinan con mayor rapidez que los alimentos de mayor peso y densos, como los asados y los guisados. Al cocinar alimentos porosos, preste atención a que las partes más externas no se resequen y queden demasiado quebradizas.

Peso de los alimentos

La parte superior de los platos de gran grosor, como los asados, quedará hecha antes que la parte inferior, por lo que siempre es aconsejable dar la vuelta a los alimentos durante la cocción, incluso varias veces.

Grado de humedad de los alimentos

Como el calor emitido por las microondas hace que se evapore parte de la humedad de los alimentos, es aconsejable que los platos no muy húmedos, como por ejemplo asados y algunos alimentos vegetales, se cocien con agua antes de la cocción, o bien cubrirlos para que no queden resecos.

Contenido de grasa y hueso

Los huesos conducen el calor, y la parte grasa de las carnes se cocina antes que las partes magras. Cuando cocine trozos de carne con hueso o partes grasas, preste atención a que queden cocinados homogéneamente y a que no queden demasiado cocinados.

Cantidad de alimentos

Sea cual sea la cantidad de alimentos que introduzca en el microondas, la energía generada por el microondas será la misma. Por tanto, cuanto mayor sea la cantidad de alimentos, mayor será el tiempo de cocción necesario. Si corta por la mitad algún alimento, recuerde que el tiempo de cocción necesario se reducirá al menos en una tercera parte.

Forma de los alimentos

Las microondas penetran tan sólo 2 cm. en los alimentos, cocinándose las partes más internas por efecto del calor, que irá penetrando en las partes más internas; por tanto, únicamente las partes externas se cocinan por efecto directo de las microondas, y el resto por conducción del calor. Los alimentos más difíciles de cocinar homogéneamente en un microondas son los que tienen forma de un gran cubo, ya que las esquinas quedarán hechas mucho antes de que empiece a calentarse la parte central. Dé la vuelta y cambie de lugar los alimentos de poco grosor o en forma de aro.

Alimentos envueltos o cubiertos

Los alimentos envueltos se cocinan más rápidamente por la acumulación de vapor y calor bajo la envoltura. Utilice una tapa o film de plástico transparente doblado en torno al plato para evitar que pueda separarse y romperse.

Dorar alimentos

Las carnes y aves cocinadas durante 15 minutos o más se dorarán ligeramente por sí mismas en su propio jugo y aceite. Si el tiempo de cocción indicado es inferior, unte los alimentos con líquido que favorezca que se doren, como por ejemplo salsa barbacoa, salsa de soja o salsa worcestershire, que darán un aspecto más sabroso. Como estos líquidos se añaden en poca cantidad, no variará el sabor final de la receta original.

Envoltura en papel parafinado

Puede utilizarse papel parafinado para evitar salpicaduras y retener el calor, pero como no es una cobertura tan hermética como una tapa o el plástico transparente, puede que el plato quede algo reseco.

Disposición y separación de los alimentos

Los platos como las patatas asadas, los bollos pequeños o entremeses calientes se harán más homogéneamente si distribuye y separa bien los elementos, preferentemente formando un círculo. Nunca disponga diferentes capas de unidades.

Características de los alimentos y cocción en microondas

Remover los alimentos

Al cocinar con hornos microondas es muy importante remover bien los alimentos, operación que en la cocina convencional se hace para mezclar los alimentos y que en la cocción por microondas en cambio sirve para extender y distribuir bien el calor. Remueva siempre de fuera hacia dentro, porque las partes externas se calientan más rápidamente.

Dar la vuelta a los alimentos

Los platos de gran tamaño y grosor, como los asados de carnes y pollo deben darse la vuelta para que la parte superior quede hecha igual que la inferior. También es conveniente dar la vuelta a los trozos de pollo o carnes.

Colocación de las partes más gruesas hacia el borde del recipiente

Como las partes más alejadas del centro del recipiente reciben más calor, es conveniente colocar las partes más gruesas de carnes, pollo o pescado hacia el borde del recipiente de asado. Así, los trozos más gruesos recibirán más calor y el plato quedará homogéneamente asado.

Cobertura de los alimentos

Cuando vaya a cocinar alimentos con forma cuadrada o rectangular, cubra con papel de aluminio los bordes de los alimentos. El papel de aluminio no deja penetrar las microondas y así se evita que esas partes se hagan demasiado. No utilice nunca demasiado papel de aluminio y asegúrese de que queda bien fijado al recipiente, o de lo contrario podrían producirse arcos voltaicos dentro del horno.

Colocación sobre una superficie

Cuando desee cocinar alimentos muy densos o gruesos, puede colocarlos sobre una superficie para que así las microondas entren bien en la parte superior y central de los alimentos.

Pinchar los alimentos

Los alimentos contenidos en cáscaras, piel o membranas pueden reventar en el horno a menos que los pinche antes de cocinarlos, por ejemplo en caso de cocinar ostras, almejas, yemas y claras de huevo, y frutas o verduras y vegetales enteros.

Comprobación de la cocción

Como los alimentos se cocinan tan rápidamente en un microondas, es necesario comprobar la cocción frecuentemente. Algunos alimentos se dejan en el microondas hasta su cocción completa, pero la mayoría, como es el caso de carnes y pollo, es mejor retirarlos del horno cuando están casi hechos, dejándolos reposar fuera para que se hagan del todo, aumentando la temperatura interna de los alimentos entre 3°C y 8°C.

Reposo de los alimentos

Frecuentemente se retiran los alimentos del horno y se dejan reposar de 3 a 10 minutos, cubriéndolos entonces para que retengan el calor, a menos que resulte más atractivo que presenten una textura seca (por ejemplo, algunos pasteles y galletas). Durante este tiempo de reposo, los alimentos acaban de hacerse, y los sabores se mezclan y mejoran.

Cómo limpiar su horno microondas

1 Mantenga limpio el interior del horno

Las salpicaduras o los líquidos vertidos se adhieren a las paredes interiores del horno y de la puerta. Utilice un paño húmedo para quitar las salpicaduras. Las migas y las salpicaduras absorben parte de las microondas aumentando el tiempo de cocción. Quite con un paño húmedo las migas que hayan caído en la junta de la puerta, zona que es importante que esté bien limpia pues proporciona el sellado hermético del horno. Quite las salpicaduras de grasa con un paño enjabonado y después aclare y seque las superficies. No utilice fuertes productos de limpieza ni detergentes abrasivos. La base giratoria puede limpiarse a mano o en el lavavajillas.

2 Mantenga limpio el exterior del horno

Limpie el exterior del horno microondas con agua y jabón, y después pase agua y séquelo con un paño suave o toallita de papel. Para que las piezas interiores del horno no puedan resultar dañadas, evite que el agua pueda entrar por las aberturas de ventilación. Al limpiar la cara frontal y los pulsadores, abra la puerta del horno para evitar que puede ponerse en marcha accidentalmente, pase un paño húmedo y después un paño seco. Tras limpiar el exterior del horno, pulse STOP /CLEAR.

3 Si se empaña por dentro la ventanilla de la puerta o las partes circundantes de fuera, pase un paño suave. Esto puede suceder si hay una gran humedad ambiente, y no es señal de mal funcionamiento del horno microondas.

4 Mantenga siempre limpias la puerta y las juntas de ésta. Utilice únicamente agua tibia ligeramente jabonosa, pase después un paño sin jabón y a continuación séquelas bien.

NO UTILICE MATERIALES ABRASIVOS, COMO PRODUCTOS EN POLVO DE LIMPIEZA, NI HERRAMIENTAS DE PLÁSTICO O HIERRO.

Resultará más fácil limpiar las partes metálicas si les pasa a menudo un paño húmedo.

Dudas más frecuentes

Pregunta - ¿Cuál es el problema si no se enciende la luz interior del horno microondas?

Respuesta Puede ser por dos razones:

La bombilla se ha fundido.

La puerta no está bien cerrada.

P - ¿Las microondas atraviesan la puerta del microondas?

R No. Los orificios internos de la puerta sirven para poder ver el interior del horno, pero las microondas no pueden salir al exterior.

P - ¿Por qué suena un pitido al tocar un botón del Panel de Control?

R El pitido suena para indicar que se ha introducido correctamente el valor.

P - ¿El microondas puede estropearse si se enciende estando vacío?

P Sí. Nunca ponga en marcha el microondas sin alimentos en su interior, o bien coloque siempre un vaso de agua.

P - ¿Por qué a veces se revientan los huevos?

R Al hornear, escalfar o freír huevos, la yema puede reventarse porque se acumula vapor dentro de la membrana que la cubre. Para que no suceda esto, no tiene más que pinchar varias veces la yema antes de introducirlos. Nunca introduzca huevos en su cáscara.

P - ¿Por qué se aconseja dejar reposar los alimentos una vez cocinados?

R Una vez cocinados, los platos acaban de hacerse del todo dejándolos en reposo, quedando así hechos uniformemente. La duración de este tiempo de reposo depende de la densidad de los alimentos.

P - ¿Se pueden hacer palomitas de maíz en el microondas?

R Sí, pueden hacerse de dos formas:

- 1 Utilizando utensilios especiales para hacer palomitas por microondas.
- 2 Introduciendo bolsas de palomitas para microondas, bolsas donde constan los tiempos de cocción y los niveles de potencia adecuados.

SIGA EXACTAMENTE LAS INSTRUCCIONES QUE CONSTAN EN LAS BOLSAS DE PALOMITAS PARA MICROONDAS. PRESTE ATENCIÓN AL MICROONDAS DURANTE TODA LA COCCIÓN, Y SI TODAS LAS PALOMITAS NO HAN SALTADO PASADO EL TIEMPO ESPECIFICADO, NO CONTINÚE CON LA COCCIÓN PORQUE EL MAÍZ PODRÍA PRENDERSE FUEGO.

ATENCIÓN

PARA HACER PALOMITAS, NUNCA UTILICE UNA BOLSA DE PAPEL. NO TRATE NUNCA DE HACER LAS PALOMITAS QUE NO HAYAN SALTADO.

P - ¿Por qué a veces los alimentos no se hacen del todo aunque haya seguido las instrucciones?

R Consulte otra vez su libro de cocina para ver si ha seguido correctamente las instrucciones y para ver qué puede afectar en el tiempo necesario de cocción. Los tiempos de cocción y de calentamiento son meramente indicativos e indican valores con los que los platos no pueden hacerse en exceso, el problema más habitual hasta que el usuario se habitúa a cocinar con microondas. El tiempo necesario de cocción depende del tamaño, forma, peso y dimensiones de los alimentos. Al calcular el tiempo de cocción tenga en cuenta las indicaciones del libro y su criterio personal, tal como cuando utiliza la cocina convencional.

Conexión del horno microondas a la red / especificaciones técnicas

Atención

Este aparato ha de conectarse a tierra

Los hilos del cable principal de conexión a la red tienen los siguientes colores:

AZUL – Neutro


MARRÓN – En tensión

VERDE Y AMARILLO – Toma a tierra

Es posible que el color de los hilos de dicho cable no coincidan con los colores de la toma de corriente. En ese caso, siga las siguientes instrucciones:

Conecte el hilo AZUL con el terminal de la toma de corriente que sea NEGRO o tenga la "N" de "neutro".

Conecte el hilo MARRÓN con el terminal de la toma de corriente que sea ROJO o tenga la letra L.

Conecte el hilo VERDE Y AMARILLO (o sólo VERDE) con el terminal que tenga la letra E o el símbolo (símbolo) 


Si el cable de conexión a la red está dañado, adquiera otro del fabricante o de su proveedor especializado, evitando así posibles accidentes.

Especificaciones técnicas

		MC7687A/MC7687AS/MC7687AB/MC7887AK
Alimentación eléctrica		Corriente alterna 230V / 50 Hz
Potencia		900W (según estándar IEC60705)
Frecuencia de microondas		2450 MHz
Dimensiones exteriores		Anchura: 512 mm.; Altura: 307 mm.; Profundidad: 510 mm.
Consumo	Microondas	1300 W
	Grill	1150 W
	Cocción combinada	3150 W
	Convección	800 W (máx: 1900 W)



<Spanish>

 **Cómo deshacerse de aparatos eléctricos y electrónicos viejos**

1. Si en un producto aparece el símbolo de un contenedor de basura tachado, significa que éste se acoge a la Directiva 2002/96/CE.
2. Todos los aparatos eléctricos o electrónicos se deben desechar de forma distinta del servicio municipal de recogida de basura, a través de puntos de recogida designados por el gobierno o las autoridades locales.
3. La correcta recogida y tratamiento de los dispositivos inservibles contribuye a evitar riesgos potenciales para el medio ambiente y la salud pública.
4. Para obtener más información sobre cómo deshacerse de sus aparatos eléctricos y electrónicos viejos, póngase en contacto con su ayuntamiento, el servicio de recogida de basuras o el establecimiento donde adquirió el producto.

Fabricado en China