



# HƯỚNG DẪN SỬ DỤNG

# LÒ VI SÓNG KÈM NƯỚNG

Vui lòng đọc kỹ hướng dẫn sử dụng trước khi dùng

MB4041CS



MFL67081915

[www.lg.com](http://www.lg.com)

# Phương pháp phòng ngừa

Cách phòng ngừa để tránh tiếp xúc với năng lượng vi sóng.

Bạn không thể khởi động lò nếu để cửa mở do cơ chế khóa an toàn trong cửa máy. Cơ chế này sẽ tự động ngắt hết các chế độ nấu nếu cửa lò còn mở để tránh thoát sóng vi ba có hại tới người sử dụng.

**Tuyệt đối không tự ý điều chỉnh cơ chế khóa an toàn này.**

Không để vật gì giữa mặt trước và cửa lò. Không để thức ăn hoặc bụi bẩn bám vào khe cửa.

Không khởi động lò nếu thấy lò hỏng. Đặc biệt chú ý đóng cửa lò đúng cách và đảm bảo không có gì gây hỏng cho cửa lò (vénh), bàn lề và chốt (võ hoặc thiếu), các gioăng giúp đóng kín và bề mặt của chúng.

Bạn không nên tự điều chỉnh hoặc sửa chữa máy nếu không có đủ chuyên môn.

Khi làm nóng các loại dung dịch, ví dụ: canh, súp và đồ uống trong lò, hiện tượng trào có thể xảy ra kể cả khi ta không quan sát thấy bong bóng. Điều này dẫn đến việc các dung dịch khi sôi có thể trào ra khỏi đồ chứa. Để tránh việc này hãy làm theo các bước sau:

1. Tránh dùng các vật dụng có bề mặt thẳng đứng và cổ hẹp.
2. Không để quá nhiệt.
3. Khuấy đều dung dịch trước và khi được nửa thời gian đặt vật dụng vào trong lò.
4. Sau khi già nhiệt, để vật dụng tiếp tục trong lò một thời gian ngắn, khuấy hoặc lắc chúng. (đặc biệt với đồ ăn trẻ con) nên cẩn trọng kiểm tra lại nhiệt độ trước khi sử dụng để tránh bị bỏng. Cẩn thận khi cầm chúng.

## ⚠ Cảnh báo

Hãy đảm bảo về thời gian nấu được đặt hợp lý, tránh việc để thời gian quá dài có thể khiến thực phẩm bị cháy, sẽ gây hại cho lò của bạn.

## ⚠ Cảnh báo

Luôn để thực phẩm đúng sau khi nấu chín và kiểm tra nhiệt độ trước khi dùng. Đặc biệt với đồ ăn trẻ em.

# Nội dung

## Nguyên lý hoạt động của lò vi sóng

Sóng vi ba là một dạng năng lượng tương tự như sóng radio, sóng TV hay ánh sáng Thông thường sóng viba phát tán trong không gian và biến mất mà không để lại ảnh hưởng gì. Còn trong lò vi sóng người ta sử dụng ống Magnetron, ống này sẽ sử dụng điện năng để tạo ra năng lượng vi sóng.

Sóng vi ba được phát qua các phần hở bên trong lò vi sóng. Bên trong lò còn được đặt sẵn 1 bàn xoay. Sóng vi ba không thể đi xuyên qua lớp vỏ kim loại của lò, nhưng nó có thể đi qua các chất liệu thủy tinh, sú, giấy và những vật liệu đều tiêu chuẩn sử dụng trong lò vi sóng.

Các đồ đạc thực ăn không bị đun nóng trực tiếp bởi sóng viba, chúng chỉ bị làm nóng bởi nhiệt độ do thực ăn truyền qua.

## Thiết bị an toàn

Lò vi sóng là một thiết bị an toàn nhất trong số các thiết bị điện gia dụng. Với hệ thống khóa an toàn lắp chìm trong cửa, lò vi sóng sẽ không hoạt động một khi cửa lò còn mở. Năng lượng sóng viba sẽ chuyển hóa hoàn toàn thành năng lượng nhiệt khi nó tiếp xúc với thực ăn và không để lại bất cứ một dạng năng lượng nào có thể gây hại cho người dùng thực ăn nấu bằng lò vi sóng.

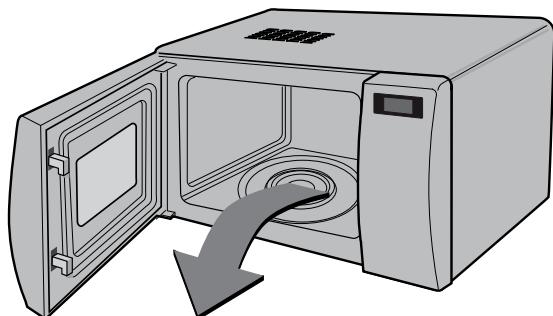
Phương pháp phòng ngừa . . . . .	2
Nội dung . . . . .	3
Tháo bao bì & lắp đặt . . . . .	4~5
Cài đặt đồng hồ trên lò . . . . .	6
Khóa trẻ em . . . . .	7
Công suất nấu . . . . .	8
Mức năng lượng vi sóng . . . . .	9
Hai giai đoạn nấu thực phẩm . . . . .	10
Khởi động nhanh . . . . .	11
Nướng . . . . .	12
Nấu kép hợp . . . . .	13
Món ăn Việt Nam . . . . .	14~15
Nấu tự động . . . . .	16~17
Rã đông tự động . . . . .	18~19
Rã đông nhanh . . . . .	20~21
Tiết kiệm năng lượng . . . . .	22
Uớc chừng quá trình nấu . . . . .	23
Các chỉ dẫn an toàn quan trọng . . . . .	24~25
Những dụng cụ thích hợp với lò vi sóng . . . . .	26
Đặc tính thực phẩm & Quá trình nấu nướng bằng lò vi sóng . . . . .	27~28
Câu hỏi & Trả lời . . . . .	29
Thông tin hệ thống dây điện/ Thông số kỹ thuật . . . . .	30

# Tháo bao bì & lắp đặt

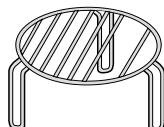
Bằng cách theo các bước cơ bản trong 2 trang hướng dẫn này, bạn có thể nhanh chóng kiểm tra xem lò đã được khởi động đúng cách chưa. Hãy chú ý tới nơi lắp đặt lò vi sóng Khi tháo bao bì hãy đảm bảo rằng bạn đã tháo rời tất cả các phụ kiện đi kèm. Kiểm tra lò xem có bị hư hỏng gì không sau quá trình vận chuyển.

1

Tháo bao bì rồi đặt lò trên một mặt phẳng.



Đĩa thủy tinh



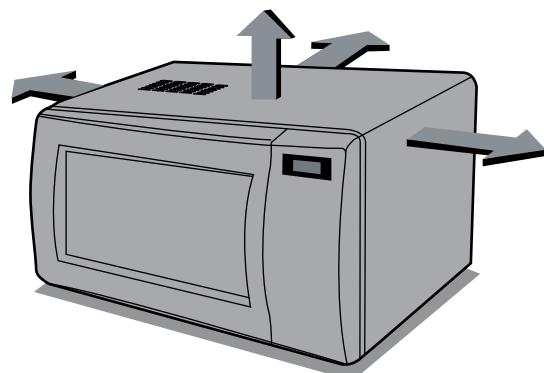
Giá nướng



Chân xoay

2

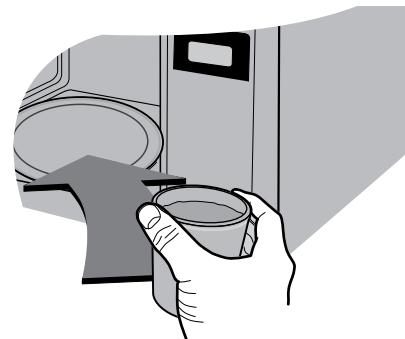
Đặt lò tại độ cao bạn muốn, cách sàn tối thiểu 85cm nhưng đảm bảo ít nhất 30cm cách trần và 10cm ở cạnh để thoát khói. Các mặt lò phải được giữ sạch tạo độ thoáng cho việc thoát hơi. Mặt trước lò để tối thiểu 8cm từ mép bàn để tránh bị lật nhào Chỗ thoát hơi nằm ở mặt trên lò. Không để vật gì cản trở lên đó.



Không nên sử dụng thiết bị này với mục đích thương mại

**3**

Cắm phích điện vào ổ cắm chuẩn dùng cho điện gia đình. Đảm bảo rằng chỉ duy nhất lò vi sóng là thiết bị điện kết nối với ổ cắm đó. Nếu không khởi động đúng cách, hãy rút phích cắm ra rồi cắm lại vào.

**5**

Đổ đầy vật dụng đủ tiêu chuẩn dùng trong lò vi sóng khoảng 300 ml nước. Đặt lên BÀN XOAY rồi đóng lò lại, nếu bạn còn nghi ngờ về vật dụng, hãy xem trang 26.

**6**

Nhấn nút KHỞI ĐỘNG một lần để cài đặt giá nhiệt trong 30 giây.

**4**

Mở cửa lò bằng cách kéo tay cầm trên cửa. Đặt CHÂN XOAY vào bên trong lò rồi đặt đĩa THỦY TINH lên trên.

**7**

MÀN HÌNH sẽ đếm ngược từ 30 giây Khi đếm tới 0, âm báo BÍP sẽ phát ra. Bạn có thể mở lò và kiểm tra nhiệt độ nước. Nếu nước ấm lên có nghĩa là lò hoạt động tốt. **Cẩn thận khi lấy vật dụng ra vì nó có thể đang còn nóng.**



Lò vi sóng của bạn đã được lắp đặt xong

# Cài đặt đồng hồ trên lò



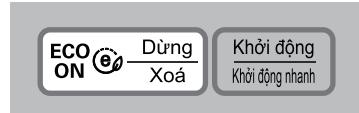
Khi lò được cắm điện vào lần đầu tiên hoặc sau khi bị cắt điện, màn hình sẽ hiển thị "0". Bạn sẽ phải cài đặt lại đồng hồ.

Trường hợp đồng hồ hiển thị ký hiệu la, hãy rút phích điện rồi cắm lại, sau đó cài đặt lại thời gian.

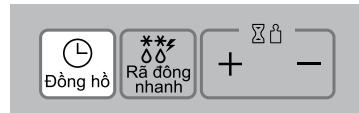
Bạn có thể cài đặt đồng hồ đếm hoặc theo 12 giờ hoặc theo 24 giờ. Trong ví dụ dưới đây, bạn sẽ được chỉ dẫn cách cài đặt 14:35 theo dạng 24 giờ. Đảm bảo rằng bạn đã tháo bỏ hết các phần bao gói lò vi sóng.

Đảm bảo rằng bạn đã lắp đặt lò đúng cách theo nhu  
cần trong cuốn sách này.

Nhấn DÙNG / XÓA.



Nhấn ĐỒNG HỒ 1 lần.  
(Nếu bạn muốn chuyển sang dạng 12 giờ, nhấn ĐỒNG  
HỒ 1 lần nữa. Nếu bạn muốn thay đổi lựa chọn sau khi  
đã cài đặt giờ, hãy rút phích rồi cắm lại).



Nhấn 10 PHÚT 15 lần.

Nhấn 1 PHÚT 3 lần.

Nhấn 10 GIÂY 5 lần.



ĐỒNG HỒ bắt đầu đếm.

Đồng hồ bắt đầu đếm.



# Khóa trẻ em



Lò vi sóng được bổ dung đặc tính này nhằm để phòng nhung tai nạn xảy ra với trẻ nhỏ. Một khi chế độ khóa trẻ em được thiết lập, bạn sẽ không thể sử dụng bất cứ chức năng nào của lò cho việc nấu nướng.

Tuy nhiên trẻ vẫn có thể mở được cửa lò.

Nhấn nút DÙNG / XÓA.



ECO ON Dùng Xoá

Khởi động Khởi động nhanh

Nhấn nút DÙNG / XÓA tới khi chữ "L" xuất hiện trên màn hình và có âm báo.

Chế độ KHÓA TRẺ EM đã được thiết lập.

Thời gian sẽ hiện thị trên màn hình nếu bạn cài đặt đồng hồ.

"L" được duy trì trên màn hình để báo cho bạn biết rằng chế độ KHÓA TRẺ EM đang đặt.



ECO ON Dùng Xoá

Khởi động Khởi động nhanh

Để hủy nhấn và giữ nút DÙNG / XÓA tới khi chữ "L" biến mất. Bạn sẽ nghe thấy âm bao Bíp khi nhả nút.



ECO ON Dùng Xoá

Khởi động Khởi động nhanh

# Công suất nấu

Trong ví dụ dưới đây, bạn sẽ được chỉ dẫn cách nấu thực phẩm trong vòng 5 phút 30 giây với 80% công suất lò vi sóng sẽ được dùng.



Lò của bạn có 5 lựa chọn cài đặt công suất vi sóng.

Công suất	%	Công suất điện
Cao	100 %	700 W
Cao vừa	80 %	560 W
Trung bình	60 %	420 W
Rã đông Trung bình thấp	40 %	280 W
Thấp	20 %	140 W

Đảm bảo rằng bạn đã cài đặt đúng cách lò vi sóng theo hướng dẫn trong đầu quyển sách này.

Nhấn DÙNG / XÓA.

ECO  
ON

Dùng  
Xoá

Khởi động  
Khởi động nhanh

Nhấn nút VI SÓNG 2 lần để lựa chọn.  
"560" xuất hiện trên màn hình.

Vì sóng

Nướng

Nấu nướng  
kết hợp

Nhấn 1 PHÚT 5 lần.  
Nhấn 10 GIÂY 3 lần.

10 phút

1 phút

10 giây

Nhấn KHỎI ĐỘNG.

ECO  
ON

Dùng  
Xoá

Khởi động  
Khởi động nhanh

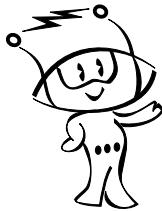
Lò vi sóng của bạn được trang bị 5 mức năng lượng khác nhau để thỏa mãn tính linh động trong việc nấu nướng. Bảng dưới đây bao gồm các ví dụ về món ăn và kiểu mức năng lượng phù hợp để bạn tham khảo.

## Mức năng lượng vi sóng

Mức năng lượng vi sóng	Sử dụng	Mức năng lượng vi sóng(%)	Công suất điện
CAO	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Nuốc sôi</li> <li>* Bò bầm</li> <li>* Gia cầm, cá, rau</li> <li>* Nấu mềm thịt</li> </ul>	100%	700W
CAO VỪA	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Hâm nóng toàn bộ</li> <li>* Thịt và gia cầm nướng</li> <li>* Nấu nấm cùng các tôm, cua và nhuyễn thể có vỏ</li> <li>* Nấu thực phẩm chứa phô mai và trứng</li> </ul>	80%	560W
TRUNG BÌNH	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Nuống các loại bánh</li> <li>* Chuẩn bị trứng</li> <li>* Làm món trứng sữa</li> <li>* Chuẩn bị gao, súp</li> </ul>	60%	420W
RÃ ĐÔNG/ TRUNG BÌNH THẤP	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Rã đông toàn bộ</li> <li>* Làm chảy bơ và chocolate</li> <li>* Nấu mềm thịt</li> </ul>	40%	280W
THẤP	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Làm mềm bơ và phomat</li> <li>* Làm xốp kem</li> <li>* Tăng sinh nấm men</li> </ul>	20%	140W



# Hai giai đoạn nấu thực phẩm



Trong 2 giai đoạn, có thể mở cửa lò để kiểm tra độ chín của thực phẩm. Đóng cửa lò rồi nhấn KHỎI ĐỘNG để quá trình nấu tiếp tục.

Vào cuối giai đoạn 1, sau âm báo bíp rồi bắt đầu giai đoạn 2.

Nhấn nút DÙNG/ XÓA 2 lần để hủy chương trình.

Trong ví dụ sau, bạn sẽ được hướng dẫn để nấu một vài loại món ăn với 2 giai đoạn. Giai đoạn 1 nấu trong 11 phút với mức CAO, giai đoạn 2 là 35 phút với mức 280.

Nhấn DÙNG/ XÓA.



ECO ON Dùng Xoá

Khởi động Khởi động nhanh

Cài đặt mức năng lượng và thời gian nấu cho giai đoạn 1.

Nhấn VI SÓNG 1 lần để chọn mức năng lượng CAO.

Nhấn 10 PHÚT 1 lần.

Nhấn 1 PHÚT 1 lần.

Vi sóng Nướng Nấu nướng kết hợp

10 phút 1 phút 10 giây

Cài đặt mức năng lượng và thời gian nấu cho giai đoạn 2.

Nhấn VI SÓNG 4 lần để chọn mức năng lượng 280.

Nhấn 10 PHÚT 3 lần.

Nhấn 1 PHÚT 5 lần.

Vi sóng Nướng Nấu nướng kết hợp

10 phút 1 phút 10 giây

Nhấn KHỎI ĐỘNG.



ECO ON Dùng Xoá

Khởi động Khởi động nhanh

# Khởi động nhanh

Trong ví dụ sau, bạn sẽ được chỉ dẫn cách cài đặt chỉ 2 phút nấu với công suất CAO.



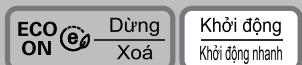
Đặc tính này cho phép bạn cài đặt 30 giây với công suất CAO chỉ với việc nhấn nút **KHỞI ĐỘNG**.

Nhấn **DÙNG/ XÓA**.



Nhấn **KHỞI ĐỘNG** 4 lần để lựa chọn 2 phút nấu với công suất CAO.

Lò của bạn sẽ bắt đầu chạy trước khi bạn ấn xong 4 lần.



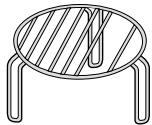
Trong khi nấu với chế độ **KHỞI ĐỘNG NHANH**, bạn có thể gia tăng thêm thời gian nấu bằng cách ấn lại nút **KHỞI ĐỘNG**.

# Nướng

Trong ví dụ dưới đây, bạn sẽ được chỉ dẫn cách nướng một số món trong 12 phút 30 giây.



Đặc tính này cho phép bạn có thể caramel hóa hoặc làm màu hóa thực phẩm nhanh chóng.



Nhấn DÙNG/ XÓA.



ECO ON Dùng Xoá

Khởi động Khởi động nhanh

Nhấn NUÓNG.



Vì sóng

Nướng

Nấu nướng kết hợp

Cài đặt thời gian nấu.

Nhấn 10 PHÚT 1 lần.

Nhấn 1 PHÚT 2 lần.

Nhấn 10 GIÂY 3 lần.

10 phút

1 phút

10 giây

Nhấn KHỎI ĐỘNG.



ECO ON Dùng Xoá

Khởi động Khởi động nhanh

# Nấu kết hợp

Trong ví dụ dưới đây, bạn sẽ thấy cách sử dụng chế độ nấu kết hợp Co-3 trong 25 phút.



Lò vi sóng còn có chức năng nấu kết hợp, giúp bạn có thể nấu thực phẩm cả bằng nhiệt. lò vi ba cùng lúc hoặc có chọn lựa. Nhìn chung điều này tương ứng với việc giảm thời gian nấu. Phần nhiệt sẽ làm vàng giòn bể mặt món ăn trong khi năng lượng vi ba sẽ làm chín thức ăn từ bên trong. Hơn nữa, việc gia nhiệt trước cho lò sẽ không còn cần thiết.

Nhấn DÙNG/ XÓA.



ECO ON Dùng Xoá

Khởi động  
Khởi động nhanh

Nhấn NẤU NUỐNG KẾT HỢP 3 lần.

"Co-3" sẽ hiển thị trên màn hình.

Vì sóng Nướng Nấu nướng  
kết hợp

Cài đặt thời gian nấu.

Nhấn 10 PHÚT 2 lần.

Nhấn 1 PHÚT 5 lần.

10 phút 1 phút 10 giây

Nhấn KHỞI ĐỘNG.



Hãy cẩn thận khi lấy đồ ăn ra vì vật dụng còn nóng!

ECO ON Dùng Xoá

Khởi động  
Khởi động nhanh

Chế độ nấu kết hợp

Phân loại(%)	Công suất vi sóng (%)	Công suất nhiệt ( %)
Co-1	20	80
Co-2	40	60
Co-3	60	40

# Món ăn Việt Nam

Trong ví dụ dưới đây, bạn sẽ được hướng dẫn cách nấu 0.3kg cánh gà nướng mật ong.



Thực đơn Việt đã được lập trình Tính năng này cho phép bạn có thể nấu hầu hết các món ăn yêu thích bằng cách chọn loại thực phẩm và cân nặng của chúng.

Nhấn DÙNG/ XÓA.



Nhấn MÓN ĂN VIỆT NAM 2 lần để lựa chọn chế độ dành cho cánh gà nướng mật ong.

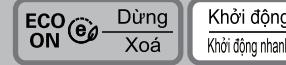
Chỉ thị tiếp theo sẽ được hiển thị " Uc-2".



Nhấn TĂNG (+) 2 lần để nhập vào "0.3 kg".



Nhấn KHỞI ĐỘNG.



Phân loại	Khối lượng định mức	Vật dụng	Thức ăn
Bánh mì nướng bơ tỏi	1ea	Khay	<ol style="list-style-type: none"> <li>Cắt ổ bánh mỳ theo chiều ngang rồi quết bơ có tẩm lá xạ hương lên mỗi lát cắt.</li> <li>Rắc tỏi lên trên rồi phết thêm bơ.</li> <li>Rắc một ít muối và tiêu lên trên.</li> <li>Đặt vào lò trên giá nướng với mặt quết bơ để hướng lên trên.</li> <li>Chọn menu rồi bắt đầu bật lò.</li> </ol>
Cánh gà nướng mật ong	0.2~0.4 kg	Khay& Đĩa an toàn với lò vi sóng	<ol style="list-style-type: none"> <li>Trộn tất cả gia vị tẩm ướp rồi đổ lên trên cánh gà.</li> <li>Bọc lại rồi ướp trong tủ lạnh tối thiểu 1 giờ.</li> <li>Đặt cánh gà lên khay trên giá nướng.</li> <li>Chọn menu rồi bắt đầu bật lò.</li> <li>Khi nghe thấy tiếng nổ lép nhẹp, hãy trở mặt cánh gà.</li> <li>Nhấn lại nút bắt đầu.</li> </ol>
Cá thu nướng	1-2 ea	Khay& Đĩa an toàn với lò vi sóng	<ol style="list-style-type: none"> <li>Làm sạch cá.</li> <li>Phết lên cá 1 lớp dầu cũng 1 chút hạt tiêu.</li> <li>Đặt cá vào khay nướng.</li> <li>Để lên trên giá trong lò.</li> <li>Chọn menu rồi bắt đầu bật lò.</li> <li>Khi nghe thấy tiếng nổ lép nhẹp, hãy trở mặt cá rồi rắc ít phô mai lên.</li> <li>Nhấn lại nút bắt đầu.</li> </ol>
Gà xiên nướng	0.2~0.4 kg	Khay& Đĩa an toàn với lò vi sóng	<ol style="list-style-type: none"> <li>Băm nhò sả, hẹ tây, ớt và tỏi.</li> <li>Trộn rồi khuấy kỹ các gia vị và hỗn hợp vừa băm.</li> <li>Bọc lại rồi ướp thịt gà trong tủ lạnh tối thiểu 1 giờ.</li> <li>Lấy phần thịt ra rồi xiên chúng.</li> <li>Xiên thịt bằng que xiên.</li> <li>Đặt các xiên thịt vào khay nướng để lên giá trong lò.</li> <li>Chọn menu rồi bắt đầu bật lò.</li> <li>Khi nghe thấy tiếng bíp, lật mặt thịt.</li> <li>Nhấn lại nút bắt đầu.</li> </ol>
Bò nướng ngũ vị	0.2~0.4 kg	Khay& Đĩa an toàn với lò vi sóng	<ol style="list-style-type: none"> <li>Trộn thịt bò được xắt thành miếng vừa ăn cùng tất cả các loại gia vị trong một cái bát lớn.</li> <li>Ướp trong tủ lạnh tối thiểu 1 giờ.</li> <li>Lấy phần thịt ra rồi xiên chúng.</li> <li>Đặt các xiên thịt vào khay nướng để lên giá trong lò.</li> <li>Chọn menu rồi bắt đầu bật lò.</li> <li>Khi nghe thấy tiếng nổ lép nhẹp, hãy trở mặt xiên thịt.</li> <li>Nhấn lại nút bắt đầu.</li> </ol>

# Nấu tự động

Trong ví dụ sau, bạn sẽ được chỉ dẫn cách nấu 0.6 kg rau xanh.



NẤU TỰ ĐỘNG giúp bạn có thể nấu hầu hết các món ăn yêu thích một cách dễ dàng, bằng cách lựa chọn loại thực phẩm và nhập khối lượng của chúng vào máy.

Phân loại	Nhấn NẤU TỰ ĐỘNG
Khoai tây nguyên vỏ	1 lần
Rau xanh	2 lần
Rau đông lạnh	3 lần
Thịt bò nướng	4 lần
Thịt lợn nướng	5 lần
Thịt gà cắt miếng	6 lần

Nhấn DÙNG/ XÓA.



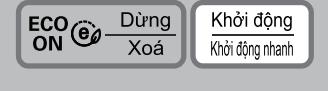
Nhấn NẤU TỰ ĐỘNG 2 lần để lựa chọn chế độ cho rau xanh.



Nhấn TĂNG (+) 5 lần để nhập khối lượng "0.6 kg".



Nhấn KHỞI ĐỘNG.



Nhóm thực phẩm	Nhiệt độ	Vật dụng	Khối lượng định mức	Hướng dẫn
1.Khoai tây nguyên vỏ	Phòng	Trên đĩa thủy tinh	0.1 kg~1.0 kg	<p>Chọn loại khoai kích thước vừa phải 170-220g.</p> <p>Rửa sạch, để khô khoai. Đâm thủng củ khoai vài lần bằng đĩa rồi để lên trên đĩa thủy tinh. Đặt khối lượng roi nhấn bắt đầu. Sau khi nấu xong, lấy khoai ra khỏi lò rồi bao trong giấy bạc khoảng 5 phút.</p>
2. Rau xanh	Phòng	Bát chuyên dùng cho lò vi sóng	0.2 kg~0.8 kg	<p>Cho rau vào 1 cái bát chuyên dùng với lò vi sóng. Thêm nước. Đậy kín. Sau khi nấu, khuấy đều rồi để thêm 2 phút. Thêm lượng nước tùy vào lượng rau.</p> <p>** 0.2kg - 0.4kg : 2 thìa súp ** 0.5kg - 0.8kg : 4 thìa súp</p>
3. Rau đông lạnh	Đông lạnh	Bát chuyên dùng cho lò vi sóng	0.2 kg~0.8 kg	<p>Cho rau vào 1 cái bát chuyên dùng với lò vi sóng. Thêm nước. Đậy kín. Sau khi nấu, khuấy đều rồi để thêm 2 phút. Thêm lượng nước tùy vào lượng rau.</p> <p>** 0.2kg - 0.4kg : 2 thìa súp ** 0.5kg - 0.8kg : 4 thìa súp</p>
4. Thịt bò nướng	Tủ lạnh	Giá	0.2 kg~0.4 kg	Chức năng này dùng để làm nóng lại pizza để lạnh. Để pizza lên bàn xoay. Sau khi xong, lấy thực phẩm ra ngay rồi để thêm 2-3 phút.
5. Thịt lợn nướng	Đông lạnh	Bát chuyên dùng cho lò vi sóng	0.2 kg~0.4 kg	Rải khoai tây đông lạnh trên 1 đĩa chuyên dụng, đặt trên bàn xoay. Để nấu ngon nhất. chỉ làm từng lớp một. Sau khi xong, lấy khoai ra khỏi lò để thêm 1-2 phút nữa.
6. Thịt gà cắt miếng	Tủ lạnh	Bát chuyên dùng cho lò vi sóng	0.2 kg~0.8 kg	Rửa sạch, để khô phần da bên ngoài. Xoa vào phần chân gà một chút bơ hoặc margarine đã được làm nóng chảy. Đặt lên giá trên 1 đĩa hứng nước nhỏ xuống khi nấu Khi nghe thấy tiếng bíp, lật ngược mặt gà. Nhấn bắt đầu để tiếp tục nấu Sau khi nấu xong, để thịt gà bao trong giấy bạc từ 2-5 phút.

# Rã đông tự động

Nhiệt độ và tính chất của các loại thực phẩm khác nhau, vì thế thức ăn nên được kiểm tra trước khi nấu. Bạn hãy chú ý tới các khớp xương lớn trong miếng thịt và gà, một vài loại thực phẩm thì không nên rã đông toàn bộ. Chế độ BÁNH MÌ rất phù hợp để làm tan đá những đơn vị thực phẩm nhỏ như dạng cuộn và miếng bé. Do đó cần thêm thời gian chờ để phân lôi thực phẩm cũng tan đá. Trong ví dụ sau, bạn sẽ được chỉ dẫn cách rã đông 1.4kg thịt gia cầm.

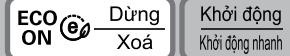


Rã đông 1.4 kg thịt gia cầm Lò vi sóng của bạn có 4 chế độ rã đông : THỊT, THỊT GIA CẦM, CÁ và BÁNH MÌ. Mỗi nhóm rã đông đều được cài đặt mức năng lượng khác nhau. Nhấn liên tiếp nút RÃ ĐÔNG TỰ ĐỘNG để chọn chế độ.

Phân loại	Nhấn Rã Đông
Thịt	1 Nấu
Thịt gia cầm	2 lần
Cá	3 lần
Bánh mì	4 lần

## Nhấn DÙNG/XÓA.

Cân thực phẩm mà bạn ước chừng muốn rã đông. Tất nhiên hãy loại bỏ hết các thành phần có chứa kim loại khỏi thực phẩm rồi đặt vào trong lò. Đóng cửa lò.



## Nhấn RÃ ĐÔNG TỰ ĐỘNG 2 lần để lựa chọn chế độ Thịt GIA CẦM.

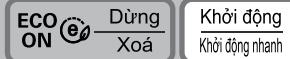


Nhập khối lượng thực phẩm mà bạn ước chừng muốn rã đông vào máy.

Nhấn TĂNG (+) 14 lần để nhập khối lượng 1.4 kg.



## Nhấn KHỎI ĐỘNG.



Trong quá trình này, lò vi sóng sẽ phát ra "Bíp" tại thời điểm mở lò, lát thúc ăn và tách để đảm bảo việc rã đông. Lấy ra những phần đã rã đông xong hoặc gõ hết những vật cản làm chậm quá trình. Sau khi kiểm tra cửa lò đã đóng đúng, nhấn KHỎI ĐỘNG để tiếp tục rã.

Lò vi sóng của bạn sẽ không dùng quá trình rã đông lại (thậm chí khi nghe thấy tiếng bíp) tới khi cửa lò được mở.

# Hướng dẫn rã đông tự động theo khối lượng

- \* Thực phẩm cần rã đông nên được đặt trong vật đựng an toàn khi sử dụng với lò vi sóng và đặt trên một đĩa thủy tinh mỏ nắp.
- \* Nếu cần thiết, hãy bao gói những phần thịt mỏng bằng giấy nhôm để tránh việc chúng bị nóng lên. Chú ý không để giấy nhôm chạm vào thành lò.
- \* Tách riêng các loại thực phẩm như thịt băm, xúc xích, thịt xông khói càng sớm càng tốt.  
Khi nghe thấy âm báo bíp, hãy lấy thức ăn ra khỏi lò, trả mặt thức ăn rồi đưa lại vào rã tiếp. Nhấn nút bắt đầu. Sau khi kết thúc quá trình, lấy thức ăn ra bao trong giấy nhôm hoặc giấy bạc rồi để vậy tới khi rã đông hoàn toàn.  
Để rã đông hoàn toàn một塊 thịt lớn hoặc cả con gà, cần để tối thiểu 1 giờ trước khi nấu.

Phân loại	Khối lượng	Giới hạn	Vật dụng
Thịt Thịt gia cầm Cá	0.1~4.0 kg	Đồ sứ (Đĩa phẳng)	<b>Thịt</b> Thịt bò băm, suòn fillet, cubes cho món hầm, thịt luộn, lẩu nướng, thịt mỏng nướng, thịt bò burger, thịt lợn, thịt lợn fillet, thịt cuốn, xúc xích, cốt lết. Trở mặt thịt khi nghe thấy âm báo. Sau khi rã đông, để thêm 5-15 phút. <b>Thịt gia cầm</b> Gà nguyên con, chân, úc gà và úc gà tây Trở mặt thịt khi nghe thấy âm báo Sau khi rã đông, để thêm 20-30 phút. <b>Cá</b> Fillet, Suòn, Cá nguyên con, Hải sản Trở mặt thịt khi nghe thấy âm báo. Sau khi rã đông, để thêm 10-20 phút.
Bánh mì	0.1~0.5 kg	Giấy ăn hoặc đĩa phẳng	bánh mỳ đã cắt lát, buns, bánh mỳ baguette. Tách riêng từng miếng và đặt ở giữa lớp giấy ăn và đĩa phẳng. Trở mặt thức ăn khi nghe thấy âm báo. Sau khi rã đông, để thêm 1-2 phút.

# Rã đông nhanh

Dùng tính năng này để rã đông 0.5kg thịt băm một cách nhanh chóng. Quá trình này cần thêm thời gian chờ để làm tan đá tảng lõi khối thịt. Trong ví dụ sau, bạn sẽ được hướng dẫn cách rã đông 0.5kg thịt băm đông lạnh.



Lò của bạn có chức năng rã đông nhanh ( THIT).

Nhấn DÙNG/ XÓA.

Cân khối lượng thịt bạn muốn rã đông. Tất nhiên hãy loại bỏ phần bao gói chứa kim loại rồi đặt thực phẩm vào trong lò. Đóng cửa lò lại.

ECO  
ON Dùng  
Xóa

Khởi động  
Khởi động nhanh

Nhấn RÃ ĐÔNG NHANH để chọn chế độ THỊT  
Lò sẽ tự động vận hành.

Đồng hồ

Rã đông  
nhanh

+ -

Trong quá trình này, lò vi sóng sẽ phát ra " Bíp" tại thời điểm mở lò, lật thức ăn và tách để đảm bảo việc rã đông. Lấy ra những phần đã rã đông xong hoặc gõ hết những vật cản làm chậm quá trình. Sau khi kiểm tra cửa lò đã đóng đúng, nhấn KHỎI ĐỘNG để tiếp tục rã.

Lò vi sóng của bạn sẽ không dừng quá trình rã đông lại ( thậm chí khi nghe thấy tiếng bíp) tới khi cửa lò được mở.

## Hướng dẫn rã đông nhanh

Sử dụng chức năng này để rã đông nhanh thịt băm.

Tháo bỏ phần bao gói của thực phẩm. Đặt phần thịt băm vào một đĩa khay dụng trong lò vi sóng. Khi có âm báo bíp hãy lấy thịt ra khỏi lò đảo mặt thịt rồi để trở lại. Nhấn nút Bắt đầu để tiếp tục rã đông. Cuối quá trình, lấy thịt ra những vẫn bao bằng một lớp giấy nhôm khoảng 5-15 phút để làm tan đá hoàn toàn.

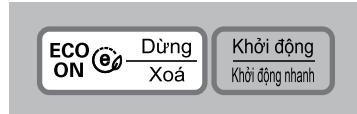
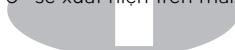
Phân loại	Khối lượng	Vật dụng	Hướng dẫn
Thịt băm	0.5 kg	Đồ sứ (Đĩa phẳng)	Thịt băm Lật mặt thịt khi có âm "bíp". Sau khi rã đông, để thêm 5-15 phút.

# Tiết kiệm năng lượng

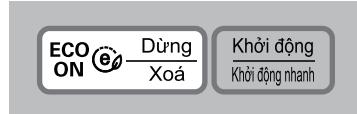


Tính năng này giúp bạn tiết kiệm năng lượng thông qua việc tắt hiển thị khi đang ở trạng thái chờ, hoặc sau 5 phút cửa mở (đóng), màn hình sẽ tự động tắt.

Nhấn DÙNG/ XÓA ( ECO ON).  
"O" sẽ xuất hiện trên màn hình hiển thị.



Nhấn DÙNG/ XÓA ( ECO ON).  
Sau 5 phút cửa lò mở (đóng), màn hình hiển thị sẽ tắt.



Trong suốt quá trình vận hành ECO ON, nếu bạn nhấn bất kỳ nút nào thì màn hình sẽ hiển thị trở lại.



# Ước chừng quá trình nấu

Trong ví dụ sau, bạn sẽ được hướng dẫn cách thay đổi chương trình NẤU TỰ ĐỘNG để thiết lập thời gian nấu dài hơn hoặc ngắn hơn.

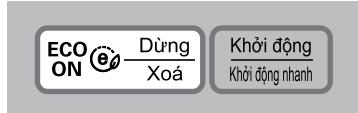


Nếu bạn thấy thực phẩm bị nấu quá hoặc chưa đạt yêu cầu khi sử dụng chương trình NẤU TỰ ĐỘNG hoặc TỰ ĐỘNG GIA NHIỆT, bạn có thể điều chỉnh lại bằng cách nhấn nút +/-.

Khi nấu thực phẩm không đi kèm chức năng tự động, bạn có thể gia giảm thời gian nấu bất cứ lúc nào nhấn nút +/-.

Không cần phải dùng quá trình nấu.

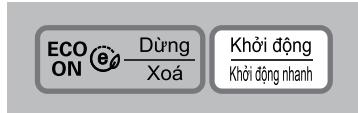
Nhấn DÙNG/ XÓA .



Cài đặt chương trình NẤU TỰ ĐỘNG.

(Chọn khói lượng thức ăn.)

Nhấn KHỞI ĐỘNG.

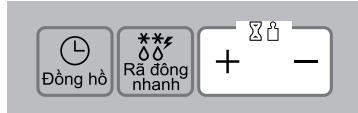


Nhấn TĂNG (+).

Thời gian nấu sẽ tăng thêm 10 giây mỗi lần nhấn nút.

Nhấn GIẢM (-).

Thời gian nấu sẽ giảm đi 10 giây mỗi lần nhấn nút.



# Các chỉ dẫn an toàn quan trọng

- Không tu ý can thiệp hay sửa chữa điều chỉnh cửa, bảng điều khiển, hệ thống khóa liên động an toàn hoặc bất kỳ một phần nào khác của lò ( vò bảo vệ chống thất thoát năng lượng vi sóng). Những việc này chỉ được tiến hành bởi kỹ thuật viên bảo hành có trình độ chuyên môn.
- Không vận hành lò không tải ( khi không có thực phẩm). Tốt nhất là đặt 1 cốc nước khi không sử dụng lò. Nước sẽ thu năng lượng vi sóng một cách an toàn nếu lò bị khởi động ngoài ý muốn.
- Không dùng lò để sấy đồ (vd: giấy uớt, quần áo, đồ chơi, động vật hoặc các dụng cụ điện...)
- Không nấu thức ăn gói trong khăn giấy, trừ khi có hướng dẫn cụ thể trên sách.
- Không sử dụng giấy báo thay cho khăn giấy khi nấu nướng.
- Không sử dụng bát đĩa gỗ, chúng có thể bị quá nóng và cháy xém. Không sử dụng bát, đĩa bằng kim loại như vàng hoặc bạc. Luôn nhớ tháo bỏ dây buộc thực phẩm bằng kim loại. Những vật kim loại trong lò có thể đánh tia lửa điện và gây hỏng hóc nguy hiểm.
- Không vận hành lò khi có bất kỳ vật gì kẹt giữa cánh cửa và cạnh trước của lò, điều này sẽ gây rò rỉ năng lượng vi sóng.
- Không sử dụng các sản phẩm giấy tái sinh bởi vì chúng có thể chứa tạp chất và tạo tia lửa hoặc cháy khi được sử dụng để nấu nướng.
- Không rửa khay thủy tinh ( bàn xoay) bằng cách đặt vào nước ngay sau khi nấu, có thể gây vỡ nứt.
- Số lượng thức ăn nhỏ cần thời gian nấu hoặc hâm nóng ngắn hơn. Nếu sử dụng thời gian nhu bình thường thức ăn đó sẽ có thể quá nóng và cháy.
- Hãy đặt lò cách mép bàn ít nhất 8cm để tránh bị lật nhào.

## Cảnh báo

Cảnh báo: hãy đảm bảo về thời gian nấu trong lò vì việc để quá có thể gây cháy và làm hỏng thiết bị.

- Trước khi cho vào lò hãy gọt hết vỏ của các loại rau củ cần nấu.
- Không nấu trứng trong vỏ nguyên vì áp lực có thể khiến vỏ trứng bị vỡ.
- Không rán thức ăn ngập mỡ trong lò vi sóng.
- Bỏ thực phẩm ra khỏi bao gói nhựa trước khi nấu hoặc xà đóng. Trừ một số trường hợp thực phẩm có thể được bao gói trong bao bì nhựa để hâm nóng hoặc nấu theo hướng dẫn chi tiết trong sách hướng dẫn nấu bằng lò vi sóng.
- Khi lò có trực trặc hoặc vỏ bị kẹp, bẹp, méo hoặc khi cửa lò, bàn lề, chốt hay gioăng cửa bị hỏng, việc sửa chữa phải do kỹ thuật viên bảo hành có trình độ chuyên môn thực hiện.
- Nếu phát hiện thấy khói trong khi nấu, bạn không nên mở cửa lò, hãy lập tức tắt lò hoặc rút điện.
- Nếu thực phẩm được hâm nóng hoặc nấu bằng bát đĩa dùng một lần bằng nhựa, giấy hay một vật liệu nào dễ cháy thì nên thường xuyên kiểm tra để đề phòng bát hay đĩa đó bị biến dạng.
- Chi cho phép trẻ em được sử dụng lò với sự giám sát của người lớn, nếu không thì phải hướng dẫn cụ thể để trẻ có thể sử dụng an toàn và hiểu sự nguy hiểm nếu sử dụng sai.
- Không đun nấu chất lỏng hay thực phẩm trong đồ đựng gốm chì vì sẽ dễ bị nổ.
- Khi lò có trực trặc hoặc bộ phận nào đó bị sai hỏng thì không được vận hành lò việc sửa chữa phải do kỹ thuật viên bảo hành có trình độ chuyên môn thực hiện.
- Kiểm tra dụng cụ sử dụng trong lò phải phù hợp.
- Không chạm vào cửa lò, bên ngoài, rìa khoang lò, khoang lò, phụ kiện và đĩa trong khi để chế độ nướng, hoặc vận hành nấu tự động. Nếu muốn phải đeo găng tay khi tiếp xúc để tránh bị bỏng.

# Các chỉ dẫn an toàn quan trọng

- 24 Chỉ được sử dụng những dụng cụ phù hợp để dùng trong lò vi sóng.
- 25 Chú ý khi làm nóng thức ăn trong đồ đung bằng nhựa hoặc giấy, tránh bị cháy hoặc đánh lửa.
- 26 Nếu phát hiện thấy khói trong khi nấu, bạn không nên mở cửa lò, hãy lập tức tắt lò hoặc rút điện.
- 27 Làm nóng đồ uống bằng vi sóng có thể dẫn tới hiện tượng sôi trào, vì thế phải chú ý.
- 28 Khi cầm đồ đung tránh bị bỏng. Đồ ăn cho trẻ con nên được khuấy và lắc trước khi cho vào lò. Sau khi gia nhiệt xong phải kiểm tra nhiệt độ kỹ trước khi dùng.
- 29 Trứng còn vỏ và trứng luộc chín không được nấu bằng lò vi sóng vì chúng dễ vỡ, kể cả khi quá trình gia nhiệt đã kết thúc.
- 30 Chi tiết về việc vệ sinh vòng đệm, khoang lò và các bộ phận khác.
- 31 Nên vệ sinh lò thường xuyên và lau hết các phần thức ăn thừa còn bám dính.
- 32 Nếu không dễ dẫn tới bể mặt lò nhanh hỏng, có hại và gây nguy hiểm.
- 33 Chỉ sử dụng nhiệt độ được khuyên dùng.
- 34 Nếu các đồ gia nhiệt bên trong lò được cung cấp, trong quá trình nấu sẽ nóng lên. Vì thế cần chú ý tránh chạm vào chúng.
- 35 Thiết bị này khuyến cáo không dùng với trẻ con hoặc người ốm mà không có sự giám sát.
- 36 Lò vi sóng phải được vận hành với cửa mở. Chú ý giữ xa trẻ em.
- 37 Nối nguồn thông qua phích cắm hoặc gián tiếp qua bộ chuyển đổi với các nguyên tắc an toàn khi sử dụng dây điện.

38 Không dùng đồ vệ sinh có bề mặt cứng hoặc giẻ kim loại để chùi mặt bàn xoay, vì có thể gây xước và làm vỡ kính.

39 Thiết bị này không dành cho người dùng (bao gồm cả trẻ em) có sức khỏe kém hoặc tâm thần hoặc thiếu kinh nghiệm và kiến thức, trừ khi họ được giám sát hoặc được hướng dẫn sử dụng bởi người chịu trách nhiệm đảm bảo an toàn cho họ.

**⚠ Cảnh báo** Nếu cửa hoặc núm cửa bị hư hỏng, lò không được vận hành cho đến khi được sửa chữa bởi một người có kiến thức.

**⚠ Cảnh báo** Ngoài ra sẽ nguy hiểm cho những người khác khi không đủ kiến thức để sửa máy, hoặc tháo bỏ vỏ máy và tiếp xúc với năng lượng vi sóng.

**⚠ Cảnh báo** Chất lỏng và những thức ăn khác không được làm nóng trong vật dụng kín, nếu không muốn bị vỡ.

**⚠ Cảnh báo** Chỉ cho phép trẻ em được sử dụng lò với sự giám sát của người lớn, nếu không thì phải hướng dẫn cụ thể để trẻ có thể sử dụng an toàn và hiểu sự nguy hiểm nếu sử dụng sai.

**⚠ Cảnh báo** Những phần tiếp xúc có thể nóng lên trong quá trình vận hành, giữ trẻ nhỏ cách xa khỏi lò.

**⚠ Cảnh báo** Đàm bảo không để trẻ nhỏ nghịch máy.

**⚠ Cảnh báo** Không sử dụng thiết bị cùng bộ đếm thời gian ngoài hoặc bộ điều khiển riêng khác.

# Những dụng cụ thích hợp với lò vi sóng

Tuyệt đối không đặt vào trong lò các vật dụng bằng kim loại hay các vật có mạ, tráng, trang trí bằng kim loại.

Sóng viba không thể đi xuyên qua kim loại, nó sẽ phản hồi ngược lại và gây ra hiện tượng phóng tia lửa điện rất nguy hiểm. Hầu hết các vật dụng chịu nhiệt phi kim đều có thể dùng được trong lò vi sóng. Tuy nhiên cũng có một số vật liệu có thành phần không thích hợp với sóng viba, để kiểm tra xem bạn hãy đặt một bát thủy tinh đầy nước bên cạnh. Bật chế độ nấu công suất cao (HIGH) trong 1 phút. Nếu nước trong bát ấm lên trong khi đó vật dụng cần kiểm tra lại không thay đổi nhiệt độ thì vật đó thích hợp với lò vi sóng. Nếu nước không thay đổi nhiệt độ mà vật dụng lại ấm lên chứng tỏ nó hấp thụ sóng viba và không thích hợp để sử dụng trong lò. Trong bếp của bạn có thể có rất nhiều vật dụng thích hợp với lò vi sóng, bạn hãy kiểm tra theo danh sách sau.

## Đĩa ăn

Hầu hết các đĩa ăn đều thích hợp, bạn hãy xem trong phần hướng dẫn của nhà sản xuất, hoặc tiến hành kiểm tra theo cách trên.

## Đĩa thủy tinh

Các loại thủy tinh chịu nhiệt đều thích hợp với lò vi sóng. Tuy nhiên không nên dùng các vật dụng làm bằng thủy tinh mỏng như ly, cốc uống rượu, chúng có thể vỡ nứt khi thức ăn được đun nóng.

## Vật dụng bằng nhựa

Bạn có thể dùng để hâm nóng thức ăn trong thời gian ngắn, không nên dùng để đun nấu thức ăn trong thời gian lâu hơn, thức ăn quá nóng có thể làm cong vênh hoặc làm nhựa nóng chảy.

## Giấy

Khay, đĩa làm bằng giấy rất tiện lợi với các loại thức ăn mau chín, có thời gian nấu nhanh nhũng thúc ăn khô hoặc ít mỡ Khăn giấy cũng có thể dùng để gói thúc ăn hoặc để lót lên khay nướng khi bạn nấu nhũng thúc ăn có nhiều mỡ (như thịt lợn muối, v.v.) Không nên dùng giấy in màu để tránh màu ngấm vào thực phẩm. Một số loại giấy tái sử dụng có thể lẩn nhũng tạp chất kim loại, không nên sử dụng các loại giấy này để tránh phát sinh tia lửa điện trong lò.

## Túi nấu ăn bằng nhựa

Chi dùng túi nhựa được sản xuất chuyên dùng cho nấu ăn, tuy nhiên khi nấu trong lò vi sóng bạn phải rách một đường trên túi để hơi nước thoát ra ngoài Không dùng nhũng túi nylon hay túi nhựa thông thường bởi chúng rất dễ bị nóng chảy.

## Vật dụng bằng nhựa chuyên dụng cho vi sóng

Có rất nhiều loại và kích cỡ được sản xuất chuyên dụng cho lò vi sóng.

## Đồ gốm sứ, đá tự nhiên

Những chất liệu này có thể sử dụng với lò vi sóng một cách an toàn, tuy nhiên bạn cũng nên kiểm tra trước.

## ⚠ CHÚ Ý

Một số loại vật liệu có hàm lượng chì hoặc sắt cao sẽ không thích hợp cho lò vi sóng.

Tốt nhất nên kiểm tra vật dụng theo hướng dẫn trên đây để xem độ phù hợp của chúng.

# Đặc tính thực phẩm & Quá trình nấu nướng bằng lò vi sóng

## Luôn giám sát quá trình nấu ăn bằng lò vi sóng

Những công thức nấu nướng trong cuốn sách này đã được xây dựng rất cẩn thận, tuy nhiên một món ăn ngon hay không còn phụ thuộc vào sự để tâm của chính bạn vào món ăn đó. Luôn theo dõi thực phẩm của bạn trong quá trình nấu. Lò vi sóng này được trang bị một đèn có thể tự động bật khi lò vận hành, giúp bạn có thể dễ dàng quan sát và kiểm tra tiến độ nấu thức ăn. Những hướng dẫn trong công thức để chỉ là những bước đơn giản nhất được khuyên dùng. Nếu thực phẩm có vẻ nấu chưa đạt tiêu chuẩn của bạn, hãy tự điều chỉnh gia giảm theo nhu bạn nghĩ là hợp lý.

## Các yếu tố ảnh hưởng tới thời gian nấu

Rất nhiều yếu tố có thể ảnh hưởng tới lượng thời gian nấu. Nhiệt độ của các thành phần thực phẩm trong công thức khiến cho thời gian nấu có thể khác nhau. Ví dụ, để làm 1 bánh với bơ lạnh, sữa, trứng sẽ tốn nhiều thời gian để nướng hơn là cũng một chiếc bánh với các thành phần như vậy mà được làm tại nhiệt độ phòng. Tất cả các công thức ví dụ nấu ở đây đều đưa ra một khoảng thời gian ước chừng. Nhìn chung, bạn có thể thấy thực phẩm duy trì trạng thái chưa chín hẳn ở giới hạn thời gian dưới và đôi lúc bạn thậm chí muộn nấu vượt cả giới hạn trên, tùy theo sở thích từng cá nhân. Mục tiêu chính mà quyển sách này hướng tới là đưa ra công thức nấu ăn viet nhất trong khoảng thời gian đề ra. Trong khi thực phẩm nấu quá nguội thì không tốt. Ở một vài chỗ, đặc biệt là với các loại bánh gato, món trứng sữa thì bạn nên lấy ra khỏi lò tủ khi chúng còn hơi chín. Đây không phải là lỗi, mà khi đó, với lớp giấy nhôm bao quanh, chúng sẽ tiếp tục tự chín nhờ nhiệt bên trong tới độ chín vừa hợp lý. Còn nếu để thực phẩm trong lò tới khi tất cả đều chín hẳn thì bề mặt ngoài dễ bị nấu quá nguội và cháy. Theo cách này, bạn dần dần sẽ làm quen được và tự ước chừng được nấu nhu thế nào với lò vi sóng để cho kết quả tốt nhất với các loại thực phẩm khác nhau.

## Mật độ thực ăn

Với các đồ nhẹ, xốp nhu các loại bánh ngọt, bánh mỳ thì thời gian nấu ngắn hơn các đồ nặng, đặc nhu thịt nướng hoặc thịt hầm. Bạn phải chú ý canh chừng khi nấu các đồ xốp không là bên ngoài thực ăn sẽ dễ bị khô và nứt.

## Chiều cao của thực ăn

Phản bên trên của một loại thực phẩm cao nhu thịt, sẽ được nấu nhanh hơn phản bên dưới. Vì thế nên đổi chiều thực phẩm vài lần khi nấu.

## Hàm ẩm của thức ăn

Do nhiệt chuyển hóa từ sóng vi ba có xu hướng làm bay hơi ẩm, do đó thực ăn sẽ dần khô nhu thịt nướng và một số loại rau tươi. Vì thế nên rải một chút nước lên trên thực ăn trước khi nấu hoặc bọc chúng lại để giữ nước.

## Hàm lượng xương và chất béo trong thức ăn

Xương và chất béo hấp thụ nhiệt nhanh hơn thịt nên cần chú ý khi nấu loại thức ăn chứa nhiều thành phần này để tránh bị nấu quá nhiệt.

## Khối lượng thực phẩm

Số lượng sóng vi ba trong lò của bạn duy trì không đổi bất kể lượng nhiều hay ít thực phẩm bạn nấu. Vì thế, càng nhiều thức ăn trong lò thì thời gian nấu càng lâu. Hãy nhớ giảm thời gian nấu đi ít nhất 1/3 khi giảm một nửa lượng theo công thức.

## Hình dạng thức ăn

Sóng vi ba chỉ đâm xuyên 2cm vào thức ăn, nên phần bên trong khối thực phẩm lớn sẽ được nấu nhờ nhiệt chuyển hóa của phần ngoài truyền vào. Chỉ những mặt ngoài của thức ăn nhận năng lượng vi ba, phần còn lại nhờ năng lượng nhiệt. Hình dạng nấu khó nhất là khói vuông dày Các góc sẽ dễ bị cháy trước khi bên trong thâm chí còn chưa ấm. Hãy cắt thực phẩm thành các miếng tròn hoặc lát để quá trình nấu diễn ra tốt hơn.

## Bao bì

Khi bạn cố nắp sẽ ngăn hơi và nhiệt làm cho thức ăn nấu nhanh hơn. Dùng một nắp hoặc lớp giấy nhôm ( bạc) gấp ở các góc lại để không bị rách ra.

## Tạo màu vàng xém

Các loại thịt và gia cầm khi nấu từ 15 phút trở lên sẽ có màu vàng xém nhẹ. Với các loại thực ăn cần nấu nhanh hơn có thể tạo lớp màu này nhờ phết thêm sốt nhu nước mắm, nước tương hay sốt barbecue. Do chỉ thêm lượng nhỏ sốt vào món ăn nên hương vị theo thực đơn gần nhu không đổi.

## Bọc thực phẩm bằng giấy không thấm mồ

Giấy không thấm mồ giúp ngăn bắn mồ một cách hiệu quả và giúp giữ nhiệt bên trong thực ăn. Nhưng do nó kém hon là đây bằng nắp hoặc giấy film nên nó cũng khiến thực ăn bị khô đi.

## Sắp xếp và khoảng cách thức ăn

Các loại thực phẩm lé nhu khoai tây, bánh, và trứng sẽ gia nhiệt nhiều hơn nếu đặt trong lò với khoảng cách nhu nhau, tốt nhất là xếp thành 1 vòng tròn Không bao giờ được xếp chồng lên nhau.

# Đặc tính thực phẩm & Quá trình nấu nướng bằng lò vi sóng

## Khuấy

Khuấy là một trong những kỹ thuật nấu quan trọng. Với kiểu nấu ăn truyền thống, thức ăn được khuấy với mục đích để đảo trộn. Các thực phẩm nấu bằng lò vi sóng được khuấy nhằm phân tán dàn trải đều nhiệt. Luôn khuấy từ ngoài vào trong vì bên ngoài thức ăn được già nhiệt trước.

## Trở mặt thức ăn

Những loại thực phẩm lớn, cao như sườn, thịt hoặc cá con gà nên được lật vài lần khi nấu. Cũng có thể chặt gà thành nhiều miếng nhỏ hơn trước khi cho vào lò. Đặt những miếng dày hơn bên ngoài. Do sóng vi ba sẽ đâm xuyên phần ngoài thúc ăn trước nên hãy đặt những phần thịt dày hơn ra ngoài rìa đĩa xoay. Bằng cách này, chúng nhận được nhiều năng lượng vi sóng hơn và có thể chín.

## Bao gói

Bao một số thực phẩm có dạng khói vuông hoặc tam giác bằng lớp giấy bạc hoặc nhôm. Không được dùng quá nhiều và đảm bảo rằng chúng an toàn và không gây phóng điện hồ quang trong lò.

## Nâng cao

Với các loại thực phẩm dày và đặc, cần được để cao hơn trong khoang lò để có thể hấp thu năng lượng từ cả bên dưới và cạnh tốt hơn.

## Chọc lỗ

Thực phẩm có vỏ, da hoặc màng rất dễ bị cháy nếu chúng không được chọc lỗ trước khi nấu. Những thực phẩm bao gồm lòng đỏ và lòng trắng trứng, sò, trai và toàn bộ củ quả trái cây.

## Kiểm tra trong khi nấu

Với lò vi sóng, việc nấu ăn trở nên rất nhanh chóng, nên cần kiểm tra thực phẩm liên tục. Một vài loại nên để trong lò tới khi quá trình nấu hoàn tất, những hầu hết các loại thực phẩm bao gồm cả thịt và gia cầm, nên lấy ra khi mới hơi chín rồi để một chút thời gian cho tự chín thêm. Nhiệt độ bên trong khối thực ăn tăng khoảng 30 độ C tới 80 độ C trong thời gian này.

## Thời gian chờ

Thức ăn thường được để thêm từ 3-10 phút sau khi lấy ra khỏi lò để tự chín thêm. Nên bao gói thức ăn lại để giữ nhiệt trừ phi bạn muốn để chúng khô (một số loại bánh, biscuit). Quá trình này sẽ làm tăng hương vị cho món ăn.

## Cách vệ sinh lò

### 1 Vệ sinh bên trong lò

Thức ăn có thể còn dính vào thành trong khoang lò hoặc giữa các gioăng và cửa lò. Tốt nhất là hãy lau hết với một chiếc giẻ ẩm ngay sau khi nấu. Vụn bánh và thức ăn trào ra sẽ hấp thụ năng lượng viba, làm cho thức ăn lâu chín hơn. Dùng giẻ ẩm lau sạch đặc biệt là phần gioăng cửa, có thể dùng nước xà phòng để vệ sinh, lau dầu mỡ rồi sau đó lau thật khô, không dùng những chất tẩy rửa mạnh, chất ăn mòn hoặc vật thô ráp. Có thể rửa khay thủy tinh trong lò bằng nước rửa chén.

### 2 Vệ sinh bên ngoài lò

Dùng nước xà phòng lau sạch phía bên ngoài lò, sau đó lau khô bằng giẻ mềm hoặc khăn giấy. Chú ý không để nước lọt vào trong qua khe thông gió. Khi bạn lau bằng điều khiển, nên để mở cửa lò để tránh vô tình ấn nút khởi động. Hãy lau khô lại ngay sau đó bằng khăn giấy. Ấn DÙNG/XÓA sau khi lau.

3 Nếu lò đang hoạt động trong môi trường có độ ẩm cao, có thể sẽ có hơi nước đọng bên trong hoặc ngoài cửa lò, chỉ cần lau khô bằng giẻ mềm.

4 Cửa lò và phần gioăng của phải luôn được giữ sạch sẽ, có thể dùng nước pha xà phòng để vệ sinh rồi sau đấy để thật khô không dùng những chất tẩy rửa mạnh, chất ăn mòn hoặc vật thô ráp để lau chùi lò.

5 Không sử dụng bất kỳ loại máy vệ sinh bằng hơi nào cả.

# Câu hỏi & Trả lời

**Q Tại sao đèn trong lò không sáng?**

A Có thể bóng đèn bị cháy hoặc cửa lò chưa được đóng chặt.

**Q Sóng vi ba có đi xuyên qua phần kính trước của lò không?**

A Không, những khe hở ở trên cửa lò chỉ để cho ánh sáng lọt ra ngoài, sóng vi ba không đi qua đó.

**Q Tại sao có tiếng bíp khi chạm vào miếng đệm trên bảng điều khiển?**

A Tiếng bíp báo việc cài đặt đã được hoàn thành đúng cách.

**Q Nếu bật lò trong tình trạng rỗng thì có gây ra hỏng hóc không?**

A Có, không được bật lò khi lò đang rỗng.

**Q Tại sao đôi khi trứng lại nổ lụp bụp?**

A Khi bạn rán, ốp la hoặc hấp trứng (mặc dù đã bỏ vỏ), nước bên trong lòng đỏ sẽ bốc hơi và làm bục lớp màng bao bọc, để tránh hiện tượng này bạn chỉ cần chọc thủng lớp màng mỏng Không bao giờ nấu trứng khi còn nguyên vỏ.

**Q Tại sao cần phải chờ sau khi lấy thức ăn ra khỏi lò?**

A Sau khi lấy ra khỏi lò, thức ăn sẽ tiếp tục chín trong thời gian chờ. Lúc này thức ăn sẽ tự chín đều và hoàn toàn. Thời gian chờ phụ thuộc vào độ đậm đặc của thức ăn.

**Q Có thể nổ bắp rang bơ trong lò vi sóng được không?**

A Được, nếu sử dụng 1 trong 2 cách dưới đây.

1. Bắp rang được đựng trong vật đựng an toàn chuyên dùng với lò vi sóng.

2. Loại bắp rang đóng gói sẵn có ghi thời gian và mức năng lượng cần thiết Hãy làm theo hướng dẫn ghi trên bao bì loại bắp rang đó. Không để quên lò khi bắp đang nổ bên trong.

KHI HẾT THỜI GIAN KHUYẾN CÁO HÃY TẮT LÒ. VIỆC ĐỂ QUÁ THỜI GIAN CÓ THỂ DẪN TỚI BẮP RANG SẼ CHÁY VÀ BẮT LỬA.

## ⚠ CHÚ Ý

KHÔNG BAO GIỜ ĐƯỢC DÙNG TÚI NẤU ĐỂ NỔ BẮP RANG VÀ KHÔNG CỐ NỔ NỐT NHỮNG HẠT CÒN SÓT LẠI.

**Q Tại sao lò vi sóng của tôi nấu không nhanh như trong hướng dẫn?**

A Hãy đọc lại sách hướng dẫn sử dụng một lần nữa xem bạn đã theo đúng chỉ dẫn chưa. Đôi khi những chỉ dẫn trong sách chỉ là gợi ý, chủ yếu để tránh nấu thức ăn quá chín. Với những thức ăn có trọng lượng, hình dạng và kích thước khác nhau đòi hỏi thời gian nấu khác nhau, bạn nên thường xuyên quan sát và ném thử trong khi nấu và tự mình điều chỉnh như khi bạn nấu ăn thông thường.

# Thông tin hệ thống dây điện/ Thông số kỹ thuật

## ⚠ Cảnh báo

### Thiết bị phải được nối đất

Các dây dẫn điện có màu phù hợp với các mã sau đây:

Xanh dương ~ dây trung tính

Nâu ~ dây pha

Xanh lá cây và vàng ~ dây nối đất

Khi màu của các dây điện của thiết bị không tương ứng với màu đánh dấu trên đầu nối thì bạn có thể làm theo như sau:

Dây có màu Xanh dương phải được nối với đầu có ký hiệu N hoặc màu Đen

Dây có màu Nâu phải được nối với đầu có ký hiệu L hoặc màu Đỏ

Dây có màu Xanh lá cây và Vàng phải được nối với đầu có ký hiệu E hoặc ký hiệu nối đất  $\frac{1}{2}$ .

Nếu dây điện bị hư hỏng, phải được thay thế bởi nhà sản xuất hoặc đại lý, hoặc người có trình độ để tránh nguy hiểm.

### Thông số kỹ thuật

	MB4041CS
Nguồn điện vào	220 V AC /50 Hz
Nguồn ra	700 W (tiêu chuẩn đánh giá IEC60705)
Tần số sóng vi ba	2450 MHz
Kích thước ngoại vi	455 mm(R) X 260 mm(C) X 330 mm(S)
Công suất	1000 Watts
Sóng vi ba	
Nướng	550 Watts
Kết hợp	1150 Watts

<Vietnamese>

#### ☒ Khi muốn thải loại thiết bị

- Biểu tượng thùng rác có gạch chéo biểu thị sản phẩm theo chuẩn European Directive 2002/96/EC.
- Phải thải loại riêng, không để lẫn với rác thải sinh hoạt.
- Điều này giúp ngăn chặn những hệ quả xấu với môi trường.
- Để biết thêm chi tiết, hãy liên lạc với công ty vệ sinh môi trường hoặc cửa hàng mua sản phẩm.



