



# دفتريچه ي راهنما مايکروويو

لطفاً پيش از استفاده از دستگاه، اين دفتريچه راهنما را به طور کامل مطالعه کنيد.

MG-3016W  
MG-3016S



بعلت وجود قفل های ایمنی داخلی که در مکانیزم در جا سازی شده ، نمی توانید فر خود را با در باز به کار اندازید . این قفل ها بطور اتوماتیک هر گونه فعالیت پخت و پز را به هنگام باز بودن در متوقف می سازد زیرا در صورت شروع پخت در فر مایکروویو می تواند منجر به قرار گیری بدن در معرض امواج مایکروویو شود .

### به قفل ها دست نزنید

هیچگونه چیزی بین قسمت جلویی فر و درب نگذاشته یا نگذارید غذا یا پس مانده آن را با ماده پاک کننده از روی سطوح درزگیری جمع کنید . اگر فر خراب است از آن استفاده نکنید . حتماً باید درهای فر به درستی بسته شوند ۱- درها خراب نباشد ، ۲- لوله ها و بست ها خراب نباشند ، ۳- قسمت های درزگیری شده گرفته دچار نقص نشده باشند . فر باید تنها توسط تعمیرکاران متخصص و مجرب تعمیر شود .

در زمان حرارت دادن مایعات مثل سوپ ، سس ها و نوشیدنی ها در مایکروویو ، حرارت دادن بالاتر از نقطه جوش می تواند باعث سر رفتن و نشت مایعات از ظروف شود . به منظور جلوگیری از آن ، اقدامات زیر را انجام دهید .

- ۱- از ظروف صاف با گردن باریک استفاده نکنید .
- ۲- مایعات را بعد از رسیدن به نقطه جوش مناسب از دستگاه خارج کنید . ( مایعات نباید به حالت قلقل در دستگاه استفاده شوند . )
- ۳- قبل از قرار دادن مایعات در فر حتماً آنها را هم بزنید و دوباره در حین زمان پخت این کار را انجام بدهید .
- ۴- بعد از حرارت دادن چند لحظه صبر کنید مایع را هم زده یا تکان دهید و دمای آن را قبل از مصرف چک کنید تا دچار سوختگی نشوید . ( بویژه محتویات بطری شیر یا ظروف غذای کودک ) در موقع برداشتن ظرف مراقب باشید .

### هشدار

بعد از حرارت دادن ، چند لحظه صبر کنید مایع را به هم زده یا تکان دهید و دمای آن را قبل از مصرف چک کنید تا دچار سوختگی نشوید .

### هشدار

از زمان مناسب برای پخت غذای خود اطمینان حاصل کنید زیرا پخت بیش از حد ممکن است منجر به آتش گرفتن غذا و صدمه دیدن فر شما شود .

۲	اقدامات ایمنی
۳	فهرست مطالب
۴-۵	بازکردن و نصب
۶	تنظیم ساعت
۷	قفل کویک
۸	پخت غذا با قدرت مایکروویو
۹	میزان قدرت مایکروویو
۱۰	پخت دو مرحله ای
۱۱	شروع به کار سریع
۱۲	پخت با گریل
۱۳	پخت ترکیبی
۱۴-۱۶	پخت خودکار
۱۷-۱۸	بخ زدایی خودکار
۱۹-۲۰	بخ زدایی سریع
۲۱	تایمر
۲۲	صرفه جویی در مصرف انرژی
۲۳	پخت بیشتر یا کمتر
۲۴-۲۵	دستورالعمل های ایمنی مهم
۲۶	ظروف مایکروویو
۲۷-۲۸	مشخصات غذا و پخت مایکروویو
۲۹	سؤال و جواب
۳۰	اطلاعات سیم برق / مشخصات فنی

## فر مایکروویو چگونه کار می کند؟

مایکروویوها از نوعی انرژی مثل امواج رادیویی و تلویزیونی و اشعه نور معمولی برخوردار هستند. معمولاً این امواج از محیط به بیرون کشیده می شوند و بدون اثر ناپدید می شوند. فرهای مایکروویو دارای مگنترون هستند که برای استفاده از انرژی در مایکروویوها طراحی شده است. الکتروسیته داخل لوله های مگنترون برای ایجاد انرژی مایکروویو استفاده می شود.

این مایکروویوها از طریق شکافهای داخل فر وارد محوطه پخت می شوند. یک صفحه دوار یا سینی کف آن قرار دارد. امواج مایکروویو نمی توانند از دیواره های فلزی فر عبور کنند اما می توانند در مواردی مثل شیشه، سرامیک و کاغذ نفوذ کنند. مایکروویو ظرف غذا را حرارت نمی دهد و ظرف به خاطر حرارت ایجاد شده توسط غذا داغ می شود.

## یک وسیله بسیار ایمن

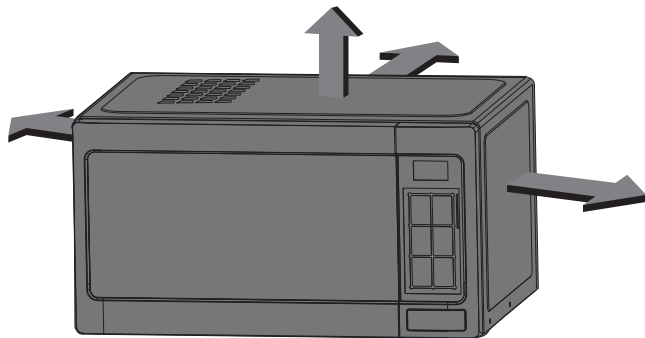
فر مایکروویو شما یکی از ایمن ترین لوازم خانگی است. وقتی که در آن باز است فر به طور اتوماتیک تولید امواج را متوقف می کند. انرژی آن وقتی وارد غذا می شود تماماً تبدیل به حرارت می شود. و وقتی آن را مصرف می کنید هیچگونه آسیبی به بدن شما نمی رساند.

# باز کردن و نصب کردن

پیروی از مراحل ذکر شده در این دو صفحه شما را از کار کرد درست دستگاه مطلع می کند. لطفا در مورد محل نصب فر خود دقت لازم را بکاربرید. به هنگام باز کردن میکروویو تمامی لوازم جانبی آن را خارج کنید. مطمئن شوید که به هنگام حمل میکروویو شما آسیب ندیده است.

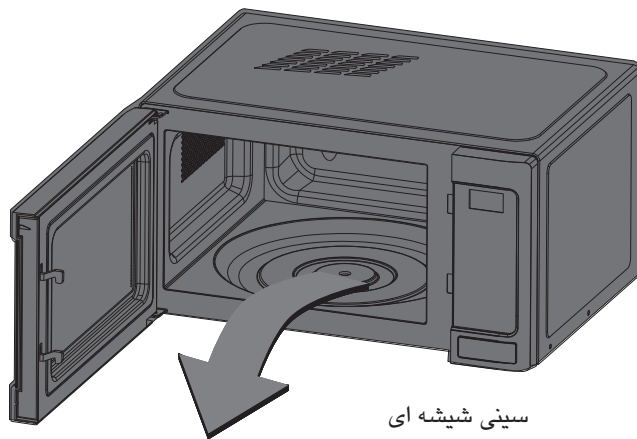
فر خود را در جایگاه دلخواه قرار داده، به نحوی که ۸۵ سانتی متر ارتفاع داشته باشد. از بالا حداقل ۳۰ سانتی متر و از پشت حداقل ۱۰ سانتی متر برای تهویه خوب، جا داشته باشد. قسمت جلویی فر باید حداقل ۸ سانتی متر از لبه محلی که آن را قرار داده اید عقب تر باشد تا از افتادن آن جلوگیری شود.

یک منفذ خروجی در بالا یا پهلوئی فر است، مسدود کردن آن به فر صدمه می زند.

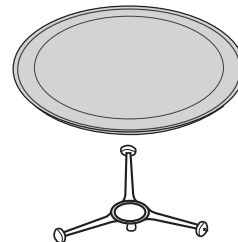


\* از این دستگاه نباید برای مقاصد تجاری استفاده کرد

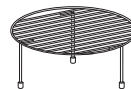
فر را از بسته بندی خارج کرده و روی یک سطح صاف قرار دهید.



سینی شیشه ای



صفحه دوار



سه پایه





فر را به پرز استاندارد خانگی وصل کنید، مراقب باشید که تنها فر شما به پرز وصل شده باشد. اگر فر به درستی کار نکرد آن را از برق کشیده و مجدداً وصل و روشن نمایید.



با فشار دکمه ی Release، درب را باز کنید. صفحه ی دوار را داخل فر و سینی شیشه ای را روی آن قرار دهید.



لیوان مخصوص میکروویو را با ۳۰۰ میلی لیتر آب پر کنید و در داخل سینی شیشه ای قرار دهید و در فر را ببندید. اگر در مورد نوع ظرف مصرفی شک دارید به صفحه ۲۶ مراجعه فرمایید.



دکمه START را یک بار فشار دهید

تا زمان پخت برای ۳۰ ثانیه تنظیم شود.



صفحه نمایش دستگاه به طور معکوس ۳۰ ثانیه را شمارش می کند. وقتی به صفر رسید صدای بیب را می شنوید در فر را باز کنید و دمای آب را تست کنید. اگر فر درست کار کند آب باید گرم باشد. در هنگام برداشتن ظرف مواظب باشید، زیرا ممکن است ظرف بسیار داغ باشد.



اکنون فر شما نصب و آماده به کار است.



# تنظیم ساعت

می توانید ساعت را ۱۲ ساعته یا ۲۴ ساعته تنظیم کنید.  
در مثال زیر به شما تنظیم ساعت ۱۴:۳۵ را در یک دور ۲۴ ساعته نشان می دهیم.  
مطمئن شوید که تمام قسمتهای بسته بندی شده را باز نموده اید.



از این که دستگاه را به طور صحیح و طبق آنچه که تا اینجا گفته شد نصب کرده اید، اطمینان حاصل کنید.  
دکمه ی STOP/CLEAR را فشار دهید.



دکمه ی SET CLOCK را یک بار فشار دهید.  
(اگر می خواهید از فرمت زمان ۱۲ ساعته استفاده کنید، همین دکمه را یک بار دیگر فشار دهید.  
چنانچه پس از تنظیم ساعت بخواهید، گزینه ای را تغییر دهید، باید دوشاخه دستگاه را از پریز کشیده و دوباره به پریز متصل کنید.

وقتی اولین بار فر را به برق می زنید یا بعد از قطع برق، دوباره روشن می شود، عبارت 0 در صفحه نمایش نمایان می شود و شما باید ساعت را مجدداً تنظیم کنید.



دکمه ی 10 MIN را پانزده بار فشار دهید.  
دکمه ی 1 MIN را سه بار فشار دهید.  
دکمه ی 10 SEC را پنج بار فشار دهید.  
چنانچه کلید (10 MIN / 1 MIN / 10 SEC) را فشار داده و نگهدارید، زمان به سرعت افزایش می یابد.

اگر ساعت (یا نمایشگر) هر گونه علامت عجیب و نا شناخته ای را نشان داد، باید دو شاخه را ابتدا از برق کشیده و دوباره به برق بزنید و سپس ساعت را مجدداً تنظیم کنید.



برای تنظیم زمان دکمه ی SET CLOCK را فشار دهید.  
ساعت شروع به کار می کند.

# قفل ایمنی برای کودکان



دکمه **STOP/CLEAR** را فشار دهید.

ECO ON  **STOP CLEAR** **START Q-START**

دکمه **STOP/CLEAR** را فشار داده و نگهدارید تا عبارت "L" بر روی صفحه نمایان شده و صدای بیپ شنیده شود. قفل کودک اکنون تنظیم شده است. اگر ساعت را تنظیم کرده باشید زمان از روی صفحه محو می شود.

ECO ON  **STOP CLEAR** **START Q-START**

جهت اطلاع شما از فعال بودن قفل کودک علامت "L" بر روی نمایشگر باقی می ماند.

L

برای لغو این دستور دکمه **STOP/CLEAR** را فشار داده و نگه دارید تا علامت "L" محو شود، وقتی آن را آزاد می کنید صدای بیپ شنیده می شود.

ECO ON  **STOP CLEAR** **START Q-START**

فر شما دارای یک مشخصه ایمنی است که از راه اندازی ناگهانی فر جلوگیری می کند. زمانی که این قفل را راه اندازی می کنید، هیچ قسمتی از فر کار نمی کند. با این حال هنوز کودک شما می تواند در فر را باز کند.

# پخت با قدرت مایکرو

در نمونه زیر به شما نشان می دهیم که چگونه بعضی از غذاها را با توان ۸۰٪ برای ۵ دقیقه و ۳۰ ثانیه بپزید.



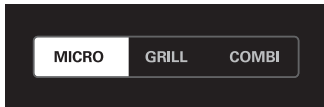
مطمئن شوید که فر خود را به درستی همانگونه که در راهنما آمده، نصب کرده اید.

دکمه **STOP/CLEAR** را فشار دهید.



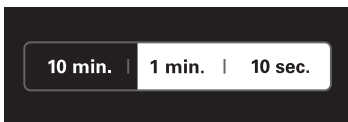
برای انتخاب توان ۸۰٪ (۷۲۰ وات) دکمه **MICRO** را دوبار فشار دهید.

عبارت "720" بر روی صفحه نمایش نمایان می شود.



دکمه **1 MIN** را پنج بار فشار دهید.

دکمه **10 SEC** را سه بار فشار دهید.



دکمه **START/Q-START** را فشار دهید.



فر مایکروویو شما دارای پنج تنظیم برای توان مایکرو است. به طور پیش فرض توان High انتخاب شده است اما با فشار مکرر دکمه **MICRO** سایر توان ها قابل انتخاب است.

توان	فشار دکمه Micro	%	میزان توان
بالا	۱ بار	100%	900W
کمی بالا	۲ بار	80%	720W
متوسط	۳ بار	60%	540W
یخ زدایی کمی پایین	۴ بار	40%	360W
پایین	۵ بار	20%	180W

# میزان توان

## مایکرو

فرمایکروویو شما مجهز به پنج میزان مختلف توان مایکرو است تا قدرت و کنترل بیشتری بر فرایند پخت داشته باشید. جدول زیر نمونه ای از غذا و میزان توان پیشنهادی را برای استفاده با این مایکروویو ارائه می دهد.



توان خروجی	میزان توان	مورد استفاده برای	میزان توان
۹۰۰ وات	٪۱۰۰	<ul style="list-style-type: none"> <li>آب جوش</li> <li>خوراک گوشت گاو</li> <li>پخت گوشت طیور، ماهی و سبزیجات</li> <li>پخت استیک</li> </ul>	<b>بالا</b> <b>HIGH</b>
۷۲۰ وات	٪ ۸۰	<ul style="list-style-type: none"> <li>گرم کردن</li> <li>بریان کردن گوشت و مرغ</li> <li>پخت قارچ و حلزون</li> <li>پخت غذاهای حاوی پنیر و تخم مرغ</li> </ul>	<b>کمی بالا</b> <b>MEDIUM HIGH</b>
۵۴۰ وات	٪ ۶۰	<ul style="list-style-type: none"> <li>پختن کیک و کلوچه</li> <li>آماده کردن تخم مرغ</li> <li>پختن فرنی و شیربرنج</li> <li>آماده کردن برنج و سوپ</li> </ul>	<b>متوسط</b> <b>MEDIUM</b>
۳۶۰ وات	٪ ۴۰	<ul style="list-style-type: none"> <li>گرم کردن همه موارد</li> <li>گرم کردن کره و شکلات</li> <li>پختن گوشت های نسبتاً سفت</li> </ul>	<b>یخ زدایی/</b> <b>کمی پایین</b> <b>DEFROST/</b> <b>MEDIUM LOW</b>
۱۸۰ وات	٪ ۲۰	<ul style="list-style-type: none"> <li>گرم کردن کره و پنیر خامه ای</li> <li>نرم کردن بستنی</li> <li>گرم نگهداشتن ظروف اصلی و سفالی</li> </ul>	<b>پایین</b> <b>LOW</b>

# پخت دو مرحله ای

در مثال زیر به شما نشان خواهیم داد که چگونه بعضی از غذاها را در دو مرحله طبخ نمایید.  
مرحله اول پخت غذا به مدت ۱۱ دقیقه با توان بالا و مرحله دوم پخت غذا به مدت ۳۵ دقیقه با توان ۳۶۰ می باشد.

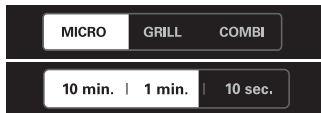


دکمه STOP/CLEAR را فشار دهید.



میزان توان و زمان پخت را برای مرحله اول تنظیم کنید.  
(برای انتخاب توان بالا نیازی به این مرحله نیست)  
برای انتخاب توان HIGH دکمه MICRO را یک بار فشار دهید.

در طول پخت دو مرحله ای می توان در فر را باز کرده و غذا را چک نموده و سپس در فر را بسته و دکمه START/Q-START را بزنید تا عمل پخت ادامه یابد.



دکمه ی 10 MIN را یک بار فشار دهید.  
دکمه ی 1 MIN را یک بار فشار دهید.  
توان و زمان پخت را برای مرحله دوم تنظیم کنید.  
برای انتخاب توان ۳۶۰ دکمه MICRO را چهاربار فشار دهید.  
دکمه ی 10 MIN را سه بار فشار دهید.  
دکمه ی 1 MIN را پنج بار فشار دهید.

در پایان مرحله اول صدای بیب را خواهید شنید که نشانگر درخواست دستور مرحله دوم است.  
چنانچه می خواهید برنامه را متوقف کنید دکمه STOP/CLEAR را دو مرتبه فشار دهید.



دکمه START/Q-START را فشار دهید.

# شروع به کار سریع

در نمونه زیر به شما نشان می دهیم که چگونه زمان پخت را در ۲ دقیقه و روی توان بالا تنظیم کنید.

دکمه STOP/CLEAR را فشار دهید.



دکمه **START/Q-START** را چهار بار فشار دهید. تا زمان ۲ دقیقه با توان HIGH را انتخاب کنید. فر شما قبل از زدن دکمه برای چهارمین بار، به کار می افتد.



در طول پخت با **QUICK START** می توانید زمان پخت را تا ۱۰ دقیقه با فشار دادن متوالی دکمه **START/Q-START** افزایش دهید.



ساختار **QUICK START** این امکان را به شما می دهد که با فشار دکمه **START** فواصل ۳۰ ثانیه ای را در حین پخت با توان HIGH انتخاب کنید.

# پخت با گریل

در نمونه زیر نحوه استفاده از گریل برای پخت برخی غذاها در عرض ۱۲ دقیقه و ۳۰ ثانیه نشان داده شده است.

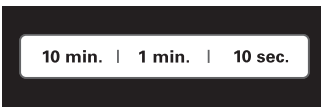


دکمه **STOP/CLEAR** را فشار دهید.



دکمه **GRILL** را فشار دهید.

این مدل مجهز به **QUARTZ GRILL** است پس نیازی به پیش گرما دهی نیست. این ساختار شما را قادر می سازد که غذا را به سرعت برشته کنید.



زمان پخت را تنظیم کنید.

دکمه **10 MIN** را یک بار فشار دهید.

دکمه **1 MIN** را دوبار فشار دهید.

دکمه **10 SEC** را سه بار فشار دهید.



سه پایه



دکمه **START/Q-START** را فشار دهید.



# پخت ترکیبی

در مثال زیر به شما نشان می دهیم که چگونه فر خود را برای پخت ترکیبی Co-3 با زمان ۲۵ دقیقه آماده کنید.

ECO ON STOP CLEAR START Q-START

دکمه STOP/CLEAR را فشار دهید.



فر شما دارای ویژگی پخت ترکیبی است که به شما امکان می دهد غذای خود را با گرم کن و مایکروویو به طور همزمان یا جداگانه بپزید. این کار معمولاً بدین منظور انجام می شود که زمان پخت کمتری برای پخت غذا صرف شود. حالت **quartz heater** سطح غذا را سرخ کرده و **microwave** داخل غذا را گرم می کند.

علاوه بر این نیازی به گرم کردن فر نیست.

MICRO GRILL COMBI

دکمه COMBI را سه بار فشار دهید. عبارت Co-3 بر روی صفحه نمایش نمایان می شود.

زمان پخت را تنظیم کنید.

10 min. | 1 min. | 10 sec.

دکمه 10 MIN را دو بار فشار دهید. دکمه 1 MIN را پنج بار فشار دهید.

دکمه START/Q-START را فشار دهید.

در هنگام پخت غذا برای افزایش یا کاهش زمان پخت از کلید +/- استفاده کنید.

هنگام برداشتن ظرف مواظب باشید چون ظرف داغ است.

ECO ON STOP CLEAR START Q-START

# پخت خودکار

در مثال زیر به شما نشان خواهیم داد که چطور ۰/۶ کیلوگرم سبزیجات تازه را بپزید.



عملکرد پخت خودکار به شما امکان می دهد تا اکثر غذاهای دلخواهتان را به راحتی با انتخاب نوع غذا و وارد کردن وزن غذا، بپزید.

دکمه STOP/CLEAR را فشار دهید.

ECO ON STOP CLEAR START Q-START

برای انتخاب سبزیجات تازه دکمه AUTO COOK را دوبار فشار دهید.

## AUTO COOK

1. Jacket Potato 2. Fresh Vegetable  
3. Frozen Vegetable 4. Rice  
5. Fish 6. Roast Beef  
7. Roast Lamb 8. Chicken Legs

برای وارد کردن ۰/۶ کیلوگرم دکمه MORE (+) را پنج بار فشار دهید.

— +

دکمه START/Q-START را فشار دهید.

ECO ON STOP CLEAR START Q-START

فشار دکمه	دسته بندی
AUTO COOK	خلال سیب زمینی
	سبزیجات تازه
	سبزیجات منجمد
	برنج
	ماهی
	کباب گوساله
	کباب بره
	ران مرغ

دستورالعمل	وزن	ظروف	دمای غذا	طبقه بندی غذا										
<p>سیب زمینی های متوسط ۱۷۰ تا ۲۰۰ گرمی را انتخاب کنید. سیب زمینی ها را شسته و خشک کنید سپس با یک چنگال آنها را سوراخ کنید. سیب زمینی ها را بر روی سینی شیشه ای قرار دهید. وزن را انتخاب و دکه را فشار دهید. پس از پخت آنها را از فر درآورده و مدت ۵ دقیقه آنها را داخل فویل قرار دهید.</p>	۲۰۰ گرم تا ۱ کیلوگرم	سینی شیشه ای	دمای اتاق	۱. خلال سیب زمینی (Ac-1)										
<p>سبزی ها را در ظرف مایکروویو قرار دهید. آب را به آن بیفزایید. روی ظرف را بپوشانید. پس از پخت آنها را هم زده و مدت ۲ دقیقه صبر کنید. با توجه به میزان سبزیجات کمی آب به آنها بیفزایید. * * ۲۰۰ تا ۸۰۰ گرم : ۲ قاشق غذاخوری * * ۵۰۰ تا ۸۰۰ گرم : ۴ قاشق غذاخوری</p>	۲۰۰ تا ۸۰۰ گرم	ظرف مایکروویو	دمای اتاق	۲. سبزیجات تازه (Ac-2)										
<p>سبزی ها را در ظرف مایکروویو قرار دهید. آب را به آن بیفزایید. روی ظرف را بپوشانید. پس از پخت آنها را هم زده و مدت ۲ دقیقه صبر کنید. با توجه به میزان سبزیجات کمی آب به آنها بیفزایید. * * ۲۰۰ تا ۸۰۰ گرم : ۲ قاشق غذاخوری * * ۵۰۰ تا ۸۰۰ گرم : ۴ قاشق غذاخوری</p>	۲۰۰ تا ۸۰۰ گرم	ظرف مایکروویو	منجمد	۳. سبزیجات منجمد (Ac-3)										
<p>برنج را شسته و آبکشی کنید. برنج و آب جوش را داخل ظرف بزرگ و گود بریزید.</p> <table border="1" data-bbox="167 692 737 781"> <tr> <td>وزن</td> <td>۱۰۰ گرم</td> <td>۲۰۰ گرم</td> <td>۳۰۰ گرم</td> <td>درپوش</td> </tr> <tr> <td>آب جوش</td> <td>۲۰۰ میلی لیتر</td> <td>۴۰۰ میلی لیتر</td> <td>۴۰۰ میلی لیتر</td> <td>بله/ Vent corner</td> </tr> </table> <p>* * برنج - پس از پخت مدت ۵ دقیقه روی آن را بپوشانید تا آب آن به طور کامل جذب شود.</p>	وزن	۱۰۰ گرم	۲۰۰ گرم	۳۰۰ گرم	درپوش	آب جوش	۲۰۰ میلی لیتر	۴۰۰ میلی لیتر	۴۰۰ میلی لیتر	بله/ Vent corner	۱۰۰ تا ۳۰۰ گرم	ظرف مایکروویو	دمای اتاق	۴. برنج (Ac-4)
وزن	۱۰۰ گرم	۲۰۰ گرم	۳۰۰ گرم	درپوش										
آب جوش	۲۰۰ میلی لیتر	۴۰۰ میلی لیتر	۴۰۰ میلی لیتر	بله/ Vent corner										

دستورالعمل	وزن	ظروف	دمای غذا	طبقه بندی غذا
<p>ماهی درسته، استیک  - ماهی چرب: سالمون، ماکرل  - ماهی سفید: کاد، همد داک  ماهی ها را در یک لایه در ظرف مایکروویو بچینید.  روی ظرف را با پلاستیک به طور کامل بپوشانید و پلاستیک را از چند محل سوراخ کنید.  ظرف را بر روی سینی شیشه ای قرار دهید. وزن را تنظیم کرده و دکمه start را فشار دهید.  پس از پخت، ظرف را از فر درآورید. قبل از سرو غذا مدت ۳ دقیقه صبر کنید.</p>	۲۰۰ تا ۶۰۰ گرم	سینی شیشه ای	یخچالی	۵. ماهی (Ac-5)
<p>روی گوشت را با کره یا مارگارین چرب کنید. سه پایه را داخل سینی فلزی قرار داده و سپس گوشت را بر روی آن قرار دهید. با شنیدن صدای بیپ، خوراک را برگردانده و دکمه start را برای ادامه پخت فشار دهید. پس از پخت مدت ۱۰ دقیقه خوراک را با فویل پوشانده و سپس سرو کنید.</p>	۵۰۰ تا ۱۵۰۰ گرم	سه پایه	یخچالی	۶. کباب گوساله (Ac-6)
<p>روی گوشت را با کره یا مارگارین چرب کنید. سه پایه را داخل سینی فلزی قرار داده و سپس گوشت را بر روی آن قرار دهید. با شنیدن صدای بیپ، خوراک را برگردانده و دکمه start را برای ادامه پخت فشار دهید. پس از پخت مدت ۱۰ دقیقه خوراک را با فویل پوشانده و سپس سرو کنید.</p>	۵۰۰ تا ۱۵۰۰ گرم	سه پایه	یخچالی	۷. کباب بره (Ac-7)
<p>ران ها را شسته و خشک کنید. روی آنها را با کره یا مارگارین چرب کنید.  سه پایه را داخل سینی فلزی قرار داده و ران ها را بر روی سه پایه بگذارید.  با شنیدن صدای بیپ خوراک را برگردانده و برای ادامه پخت دکمه start را فشار دهید.  پس از پخت، روی خوراک را با فویل پوشانده و مدت ۲ تا ۵ دقیقه صبر کنید.</p>	۲۰۰ تا ۸۰۰ گرم	سه پایه	یخچالی	۸. ران مرغ (Ac-8)

# یخ زدایی خودکار

دما و تراکم مواد غذایی متفاوت است توصیه می کنیم که غذا را قبل از دستور پخت چک کنید، توجه زیادی به مفاصل گوشت و مرغ داشته باشید بعضی از غذاها نباید قبل از پخت کاملاً شل شوند مثلاً پخت ماهی آن قدر سریع است که بعضی وقتها بهتر است وقتی کمی یخ آن آب شد آن را پخت. برنامه BREAD (نان) برای شل کردن یخ چیزهای کوچک مثل رول نان یا یک تکه نان مناسب است. این کار مستلزم یک زمان کوتاه برای شل شدن مرکز ماده غذایی است. در مثال زیر چگونگی یخ زدایی یک تکه گوشت مرغ را به وزن ۱/۴ کیلوگرم شرح می دهیم.

## دکمه STOP/CLEAR را فشار دهید.

غذایی را که می خواهید یخ زدایی کنید، ابتدا وزن نمایید. مطمئن شوید که هرگونه تسمه فلزی یا روکش را در آورده اید سپس آن را در فر قرار داده و در آن را ببندید.



## برای انتخاب برنامه یخ زدایی POULTRY (گوشت مرغ) دکمه

## AUTO DEFROST را دوبار فشار دهید.

عبارت def2 بر روی نمایشگر نمایان می شود.

فر شما دارای ۴ نوع یخ زدایی برای گوشت، طیور، ماهی و نان است که هر کدام دارای دسته بندیهای مختلفی از نظر توان می باشد. با فشار

## مکرر کلید AUTO DEFROST

تنظیمات مختلفی انتخاب می شود.

وزن غذایی را که می خواهید یخ زدایی کنید وارد کنید.

برای وارد کردن 1.4kg دکمه MORE (+) را چهارده بار فشار دهید.

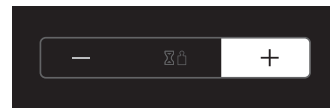
## فشار کلید دسته بندی AUTO DEFROST

گوشت ۱ بار

مرغ ۳ بار

ماهی ۳ بار

نان ۴ بار



در طول عمل یخ زدایی فر صدای بیب می دهد، که در این مرحله باید در فر را باز کرده و غذا را برگردانید و پخش کنید. تا از آب شدن یخ مطمئن شوید. هر قسمتی را که شل شده است برداشته یا بپوشانید تا با سرعت کمتری شل شود. پس از چک کردن در فر را ببندید و دکمه START را برای ادامه یخ زدایی فشار دهید.

دستگاه فر عمل یخ زدایی را قطع نمی کند (حتی زمانی که صدای بیب شنیده می شود) مگر آنکه در باز شود.

## راهنمای یخ زدایی خودکار

❖ برای یخ زدایی مواد غذایی باید آن را درون ظرف مخصوص مایکروویو و بدون درپوش بر روی صفحه شیشه ای قرار دهید.  
❖ در صورت نیاز، تکه های گوشت یا مرغ را با ورقه های ضخیم آلومینیوم بپوشانید. این عمل مانع از گرم شدن مواد غذایی در هنگام یخ زدایی می شود. مراقب باشید که کاغذ آلومینیوم با دیواره فر تماس پیدا نکند.

❖ مواد غذایی را جداگانه دسته بندی کنید. گوشت چرخ کرده، قطعات خورشتی، دنده و غیره پس از شنیدن صدای بیب غذا را از فر در آورده قطعات آب شده را بردارید و بقیه قسمتها را پس از برگرداندن در فر قرار دهید.  
در پایان غذا را از فر در آورید و صبر کنید تا کاملاً آب شود.

❖ برای مفاصل گوشت و مرغ های درسته حداقل باید ۱ ساعت صبر کنید تا یخ آنها آب شود.

طبقة بندی	وزن مجاز	لوازم مورد نیاز	مواد غذایی
گوشت (dEF1)	۰/۱ ~ ۴ کیلوگرم	ظرف مایکروویو (ظرف مسطح)	گوشت چرخ کرده، استیک فیله، قطعات خورشتی، راسته، گوشت زودپز، گوشت ران، برگر گوساله، قطعات گوشت، رولت سرخ شده، کنتل (۲ سانتی متر). پس از شنیدن صدای بیب غذا را برگردانید. پس از یخ زدایی ۵ تا ۱۵ دقیقه صبر کنید.
مرغ (dEF2)			مرغ مرغ درسته، ران، سینه، سینه بدون استخوان (کمتر از ۲ کیلوگرم) پس از شنیدن صدای بیب غذا را برگردانید. پس از یخ زدایی ۲۰ تا ۳۰ دقیقه صبر کنید.
ماهی (dEF3)			ماهی فیله، استیک، ماهی درسته، غذاهای دریایی پس از شنیدن صدای بیب غذا را برگردانید. پس از یخ زدایی مدت ۱۰ تا ۲۰ دقیقه صبر کنید.
نان (dEF4)	۰/۱ ~ ۰/۵ کیلوگرم	کاغذ مخصوص یا ظرف مسطح	نان ورقه شده، نان گرد، باگت و غیره

# یخ زدایی سریع

از این عملکرد برای یخ زدایی نیم کیلو گوشت چرخ کرده استفاده کنید. در این عملکرد باید زمانی را جهت آب شدن یخ مرکز گوشت اختصاص دهید. در مثال زیر به شما نشان خواهیم داد که چطور نیم کیلو گوشت چرخ کرده را یخ زدایی نمایید.

دکمه **STOP/CLEAR** را فشار دهید.

غذایی را که می خواهید یخ زدایی نمایید وزن کنید. از این که تمامی بست های فلزی یا پلاستیکی را باز کرده اید اطمینان حاصل کنید؛ سپس غذا را در فر قرار داده و در را ببندید.



فر مایکروویو شما دارای تنظیمات یخ زدایی سریع (گوشت) است.

ECO ON  STOP CLEAR START Q-START

دکمه **QUICK DEFROST** را فشار دهید.

فر به طور خودکار شروع به کار می کند.

KITCHEN TIMER SET CLOCK QUICK DEFROST

در هنگام یخ زدایی هر وقت که صدای بیپ را شنیدید، باید در را باز کرده و غذا را برگردانید و آن را از هم جدا کنید. قسمت های یخ زدایی شده را بردارید یا این که آنها را بپوشانید تا با سرعت آهسته تری شل شوند. پس از بررسی غذا در فر را بسته و برای از سرگیری یخ زدایی دکمه **START** را فشار دهید. فر مایکروویو شما یخ زدایی را متوقف نخواهد کرد (حتی وقتی صدای بیپ شنیده می شود) مگر آن که در باز شود.

## راهنمای یخ زدایی سریع

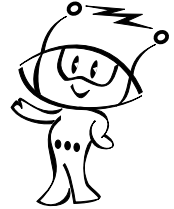
از این عملکرد برای یخ زدایی سریع گوشت چرخ کرده استفاده کنید.

گوشت را کاملاً از هرگونه لفاف جدا کنید. گوشت را در داخل ظرف مایکروویو قرار دهید. پس از شنیدن صدای بیپ گوشت را از داخل مایکروویو در آورده و پس از برگرداندن دوباره آن را در فر مایکروویو قرار دهید. جهت ادامه دکمه start را فشار دهید. در پایان برنامه گوشت چرخ کرده را از فر مایکروویو در آورده و آن را داخل فویل پیچیده و مدت ۵ تا ۱۵ دقیقه صبر کنید تا کاملاً یخ آن آب شود.

دسته بندی غذا	وزن	ظروف	دستورالعمل
گوشت چرخ کرده	۰/۵ کیلوگرم	ظرف مایکروویو (بشقاب تخت)	گوشت چرخ کرده با شنیدن صدای بیپ غذا را برگردانید. پس از یخ زدایی به مدت ۵ تا ۱۵ دقیقه صبر کنید.



در نمونه زیر به شما نشان خواهیم داد که چطور تایمر را برای ۱۵ دقیقه تنظیم کنید.



دکمه **STOP/CLEAR** را فشار دهید.



دکمه **KITCHENTIMER** را فشار دهید.



فرمایند و یو شما همچنین دارای تایمری است که برای عملکردهای غیر پخت به کار می رود. وقتی که به عنوان یک تایمر مستقل مورد استفاده قرار می گیرد، فر در حال کار نیست. تایمر به سادگی شروع به شمارش معکوس ثانیه ها می کند.

برای وارد کردن زمان دلخواه جهت شمارش معکوس.

دکمه **10 MIN** را یک بار فشار دهید.

دکمه **1 MIN** را پنج بار فشار دهید.



دکمه **START/Q-START** را فشار دهید.

زمان شروع به شمارش معکوس می کند بدون آن که عمل پخت یا گرم کردن مجدد در کار باشد. با شنیدن صدای بیپ عبارت "END" در صفحه نمایش و در پایان شمارش معکوس نمایان می شود.



# صرفه جویی در مصرف انرژی



با استفاده از عملکرد ECO ON شما می توانید در مصرف انرژی صرفه جویی کنید، در این وضعیت نمایشگر در هنگام انتظار خاموش است و یا ۵ دقیقه پس از باز کردن یا بستن درب، به طور خودکار خاموش می شود.

دکمه **STOP/CLEAR (ECO ON)** را فشار دهید.  
علامت "0" بر روی نمایشگر نمایان می شود.



با فشار مجدد دکمه **STOP/CLEAR (ECO ON)** یا پس از گذشت ۵ دقیقه از باز کردن یا بستن درب نمایشگر خاموش می شود.



در زمانی که عملکرد ECO ON فعال است، اگر دکمه ای را فشار دهید نمایشگر روشن می شود.

# پخت بیشتر یا کمتر

در مثال زیر به شما نشان می دهیم که چگونه برنامه ای از پیش تعیین شده پخت سریع اتوماتیک را برای زمان پخت کوتاهتر یا طولانی تر تغییر دهید.



دکمه **STOP/CLEAR** را فشار دهید.



برنامه **AUTO COOK** دلخواه را انتخاب کنید.  
(وزن غذا را انتخاب کنید)



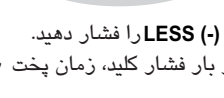
چنانچه متوجه شدید که در هنگام استفاده از برنامه پخت خودکار غذایان بیش از حد پخته یا هنوز نپخته است می توانید با فشار کلید **MORE/LESS** زمان پخت را کاهش یا افزایش دهید. هنگام پخت بدون عملکرد خودکار شما می توانید با فشار کلید **MORE/LESS** در هر زمانی زمان پخت را افزایش دهید. نیازی به متوقف ساختن فرایند پخت نیست.



دکمه **MORE (+)** را فشار دهید.  
با هر بار فشار کلید، زمان پخت ۱۰ ثانیه افزایش می یابد.



دکمه **LESS (-)** را فشار دهید.  
با هر بار فشار کلید، زمان پخت ۱۰ ثانیه کاهش می یابد.



# نکات ایمنی و مهم

## ⚠️ احتیاط:

اطمینان حاصل کنید که زمان پخت به درستی تنظیم شود. زیرا حرارت دادن بیش از حد باعث آتش سوزی و وارد شدن خسارت به دستگاه می شود.

لطفاً به دقت مطالعه کرده و آن را برای استفاده های بعدی نگهدارید.

- ۱۲ قبل از پخت پوست سیب زمینی، سیب درختی یا هرگونه میوه ای از این قبیل را بکنید.
- ۱۳ تخم مرغ را با پوست نپزید زیرا درون تخم مرغ فشار ایجاد می شود که آن را می ترکاند.
- ۱۴ چیزهای پر چرب را در آن سرخ نکنید.
- ۱۵ قبل از پخت یا خارج کردن غذا از حالت انجماد روکش آن را بکنید. توجه داشته باشید که در مورد بعضی از غذاها باید دارای روکش پلاستیکی یا سلفون باشند.
- ۱۶ اگر درب فر یا قسمتهای درز گیری شده آن آسیب دیده، نباید تا زمانی که تعمیر نشده از آن استفاده کرد.
- ۱۷ اگر دودی مشاهده شد آن را خاموش نموده و از برق بکشید، درب را بسته نگهدارید تا آتش خاموش شود.
- ۱۸ وقتی غذا را در ظرف های یک بار مصرف کاغذی، پلاستیکی یا غیره می پزید دائم مراقب باشید تا مبادا ظرف خراب شود.
- ۱۹ وقتی که به کودک آموزش کافی دادید و در صورت نظارت خودتان اجازه استفاده از آن را به او بدهید. و خطرات و نکات ایمنی را به او بیاموزید.
- ۲۰ مایعات و سایر غذاها را در حالت کنسرو نباید درون مایکروویو قرار داد چون احتمال انفجار وجود دارد.
- ۲۱ چنانچه درز گیرهای روی درب یا قسمتهای اطراف مایکروویو مشکلی دارد از آن استفاده نکنید تا فر شما توسط یک تکنسین مجرب تعمیر شود.
- ۲۲ قبل از استفاده از وسایل مایکروویو آنها را کنترل نمایید و مطمئن شوید که مناسب و سالم هستند.
- ۲۳ در زمان استفاده از گریل، کانوکشن و پخت اتوماتیک از دست زدن به قسمت بیرونی و عقب محفظه فر و نیز وسایل درون آن بدون دستکش خودداری کنید. زیرا به هنگام استفاده از مایکروویو وسایل و دستگاه بسیار گرم می شود. قبل از تمیز کردن آن مطمئن شوید که دستگاه داغ نباشد.

- ۱ سعی کنید به هیچ قسمت از دستگاه دست نزده و صفحه کلید، سوئیچ قفلهای ایمنی یا هر قسمت دیگر را تعمیر یا تنظیم نکنید. هرگونه تعمیری که مستلزم بازکردن صفحه روی محافظ می باشد برای افراد غیر متخصص خطرناک بوده و شخص را در معرض پرتو اشعه قرار می دهد این کار تنها باید به وسیله افراد مجاز صورت گیرد.
- ۲ وقتی فر خالی است آن را روشن نکنید. بهتر است که یک لیوان آب در فر وقتی که مورد استفاده قرار ندارد، بگذارید تا در صورت روشن شدن ناگهانی فر انرژی های منتشره را جذب کند.
- ۳ هیچ وقت لباس را در فر خشک نکنید زیرا ممکن است کربونیزه شده و بسوزد.
- ۴ غذاهایی را که در بسته بندی است در فر نگذارید مگر این که کتاب آشپزی شما دستور این کار را بدهد.
- ۵ از روزنامه به جای کاغذ مخصوص پخت استفاده نکنید.
- ۶ از ظرفهای چوبی استفاده نکنید. ممکن است داغ شده و بسوزد. از ظرفهای سرامیک چینی دارای قسمتهای فلزی (مثل طلا یا نقره) استفاده نکنید. همیشه بست های فلزی را باز کنید. اشیاء فلزی ممکن است ایجاد جرقه نمایند که شدیداً صدمه میرسانند.
- ۷ چیزی بین درب مایکروویو نگذارید زیرا این کار ممکن است باعث نشت انرژی آن به خارج شود.
- ۸ از کاغذهای بازیافتی استفاده نکنید. زیرا ممکن است دارای ناخالصی باشند که باعث تولید جرقه و آتش سوزی به هنگام پخت شوند.
- ۹ صفحه های مایکروویو را بعد از کار داخل آب نگذارید زیرا ممکن است بشکنند یا آسیب ببینند.
- ۱۰ مقادیر کوچک غذا به پخت کمتر و زمان حرارت دهی کمتری نیاز دارند. اگر بیشتر حرارت ببینند. ممکن است زیادی پخته یا بسوزند.
- ۱۱ مایکروویو را در جایی قرار دهید که حداقل ۸ سانتی متر یا بیشتر از سطح لبه عقب باشد تا بر حسب تصادف نیفتد.

## ⚠️ اخطار:

اطمینان حاصل کنید که زمان پخت به درستی تنظیم شود. زیرا حرارت دادن بیش از حد باعث آتش سوزی و وارد شدن خسارت به دستگاه می شود.

## نکات ایمنی و مهم

### لطفا موارد زیر را به دقت خوانده و بیاد داشته باشید.

۳۳ فقط از پروب حرارتی توصیه شده برای این دستگاه استفاده کنید.

(این دستگاه به منظور سهولت در استفاده، دارای پروب حس گر حرارتی است)

۳۴ در طول استفاده از دستگاه المنتهای حرارتی داغ می شوند، پس مراقب باشید که به المنتهای حرارتی داخل دستگاه دست نزنید.

۳۵ استفاده از این دستگاه توسط کودکان و افراد ناتوان بدون نظارت افراد بالغ ممنوع است.

### ⚠️ هشدار:

در صورت خرابی در و متعلقات آن، از دستگاه استفاده نکنید و تعمیر آن را به افراد واجد شرایط واگذار کنید.

### ⚠️ هشدار:

تعمیر این دستگاه توسط افراد غیر مجاز بسیار خطرناک است چرا که ممکن است در پوش قسمت محافظت در برابر انرژی مایکروویو را بردارند و موجب انتشار امواج شوند.

### ⚠️ هشدار:

مایعات و دیگر مواد غذایی را در ظروف در بسته حرارت ندهید، چرا که موجب انفجار می شوند.

### ⚠️ هشدار:

فقط در صورتی اجازه استفاده از دستگاه را به کودکان بدهید که آموزش های کافی را دیده باشند و نحوه استفاده صحیح از دستگاه را مطلع و همچنین از خطرات استفاده غیر صحیح آگاه باشند.

۲۴ فقط از ظروفی که مناسب اجاق های مایکروویو هستند استفاده کنید.

۲۵ هنگام گرم کردن غذا در ظروف پلاستیکی یا کاغذی، پیوسته مراقب باشید تا مبادا آتش بگیرند.

۲۶ در صورت مشاهده دود دستگاه را خاموش کرده و یا از برق بکشید و درب را بسته نگه دارید تا آتش خاموش شود.

۲۷ حرارت مایکروویو در مورد نوشیدنی ها طوری است که معمولا مایعات را به حالت جوشیدن نمی برد، بنابراین هنگام حمل ظرف محتوی مایعات، نهایت دقت را به کار برید.

۲۸ محتوی شیشه شیر و دیگر شیشه های مختص غذای کودکان را باید هم زده و تکان دهید و قبل از غذاهای به کودک حتما دمای آن را کنترل کنید تا مبادا کودکان دچار سوختگی شود.

۲۹ تخم مرغ را هرگز در مایکروویو گرم نکنید، چرا که ممکن است بترکد، حتی پس از پایان یافتن حرارت.

۳۰ در مورد پاکیزه کردن دور درب، حفره ها و قطعات و شیارها بیشتر حوصله کنید.

۳۱ اجاق مایکروویو را پیوسته تمیز کرده و باقیمانده های غذا را پاک کنید.

۳۲ سهل انگاری در پاکیزه نگاهداشتن مایکروویو ممکن است موجب خرابی سطح آن شده و نهایتا باعث بروز خطراتی شود.

# ظروف مخصوص مایکروویو

هرگز از ظرفهای فلزی یا دارای قسمت‌های فلزی در مایکروویو استفاده نکنید.

امواج مایکروویو از فلز نمی‌گذرد. آنها از سطح ظرف برگشته و باعث ایجاد قوس می‌شوند. که پدیده ای شبیه به صاعقه است. اکثر ظرفهای مقاوم در برابر حرارت که غیر فلزی هستند برای استفاده در مایکروویو مناسبند. بعضی از آنها دارای موادی است که برای استفاده در مایکروویو نامناسبند. اگر در مورد ظرف بخصوصی شک دارید، راه ساده‌ای وجود دارد که می‌توانید بفهمید آن را می‌توان در فر استفاده کرد یا خیر. ظرف مورد نظر را با یک لیوان پر از آب در مایکروویو بگذارید. آن را به مدت ۱ دقیقه روی درجه HIGH (بالا) حرارت دهید. اگر آب جوش آمد ولی ظرف آتقدر سرد بود که بتوان آن را با دست برداشت، ظرف را می‌توان برای مایکروویو استفاده کرد ولی اگر ظرف داغ شد ولی آب جوش نیامد، ظرف حرارت را جذب کرده و مناسب نیست. احتمالاً چیزهای زیادی در آشپزخانه وجود دارد که برای کار در مایکروویو مناسبند. فهرست زیر را بخوانید:

## ظرفهای غذا یا بشقاب

احتمالاً بسیاری از ظرفها برای مایکروویو مناسبند. اگر شک دارید به بروشور آن مراجعه کرده و یا امتحان مایکروویو را انجام دهید.

## ظرفهای شیشه‌ای

ظرفهای پیرکس نشکن در مایکروویو نیز استفاده می‌شوند. این ظرفها شامل همه انواع ظرفهای شیشه‌ای مخصوص فر است. از ظرفهای ظریف استفاده نکنید مثل گیللاس شراب یا لیوان زیرا با گرم شدن غذا متلاشی می‌شوند.

## ظرفهای نگهداری غذا از جنس پلاستیک

این ظرفها را می‌توان برای نگهداری غذایی که می‌خواهیم سریعا گرم کنیم استفاده کنیم. آنها را نباید برای غذاهایی که گرم شدنشان وقت زیادی می‌گیرد استفاده کرد زیرا ظرف آب می‌شود.

## کاغذی

بشقابهای کاغذی برای استفاده در مایکروویو راحت و ایمن هستند به شرطی که زمان پخت کوتاه بوده و غذاهای کم چرب و کم آب در آن پخته شود. حوله های کاغذی نیز برای پیچیدن غذا و قرار دادن آنها بصورت لایه بین سینی ها وقتی که غذای چربی مثل بیکن سرخ می‌شود، مناسبند. بطور کلی از کاغذهای رنگی استفاده نکنید. چون ممکن است رنگ بدهند. بعضی از کاغذهای بازیافتی دارای ناخالصی هایی است که باعث ایجاد قوس یا آتش سوزی در مایکروویو می‌شوند.

## بسته های پخت پلاستیکی

اگر آنها مخصوص غذا باشند برای مایکروویو مناسبند. مطمئن باشید که در آن منفذ وجود دارد تا بخار خارج شود. هرگز از بسته های پلاستیکی عادی استفاده نکنید زیرا آب شده و خرابی به وجود می‌آورد.

## ظرفهای پلاستیکی مایکروویو

ظرفهای پلاستیکی مایکروویو در اندازه ها و شکل های مختلف مهیاست. اکثر افراد، از مواردی که آزمایش شده اند استفاده می‌کنند تا مواردی که تازه به بازار آمده اند.

## ظرف سفالی، سرامیک یا سنگی

ظرفهایی از این نوع معمولاً برای مایکروویو و فر مناسبند ولی حتماً قبل از استفاده آزمایش کنید. (ظروف سفالی لب پریدگی یا ترک نداشته باشند)

## ⚠ احتیاط

ظرفی که دارای مقادیر زیادی آهن یا سرب هستند، برای طبخ مناسب نیستند.

پیش از استفاده از ظروف در مایکروویو، از مناسب بودن آنها اطمینان حاصل نمایید.

# مشخصه های غذا و پخت با مایکروویو

## میزان رطوبت غذا

از آنجا که گرمای تولید شده از مایکروویو رطوبت را تبخیر می کند، غذاهای نسبتاً خشک مثل گوشت‌های بریان و بعضی از سبزیجات را باید قبل از پخت کمی آب زد یا آنها را پوشاند تا رطوبت خود را حفظ کنند.

## مقدار استخوان و چربی غذا

استخوان حرارت را انتقال داده و چربی سریعتر از گوشت می پزد در هنگام پخت غذاهای چرب یا استخواندار برای جلوگیری از پخت غیر یکنواخت و پخت بیش از حد، دقت لازم را داشته باشید.

## مقدار غذا

تعداد امواج مایکروویو در فر شما بدون توجه به میزان پختن غذا ثابت می ماند بنابراین هر چه غذای بیشتری در فر قرار دهید، زمان پخت طولانی تر می شود. بیاد داشته باشید که وقتی دستورالعمل پخت را به میزان نصف کاهش می دهید، زمان پخت را نیز حداقل به یک سوم تقلیل دهید.

## شکل غذا

امواج ماکرو تنها ۲ سانتی متر در غذا رخنه می کنند، بخش داخلی غذاهای ضخیم با ورود گرما به داخل آن، پخته می شود. بدترین شکل ممکن برای غذایی که در مایکروویو پخته می شود این است که به شکل مکعب ضخیم باشد قبل از این که مرکز آن حتی گرم شود لبه های آن می سوزد. غذاهای گرد یا حلقه ای شکل معمولاً به بهترین نحو در فر می پزند.

## پوشاندن

پوشاندن غذا باعث می شود که گرما و بخار در آن حبس شوند که باعث پخت سریعتر غذا می شوند، روکش یا حفاظ مخصوص مایکروویو در حالی که یک گوشه آن برگشته استفاده کنید تا از سوخته شدن غذا جلوگیری کنند.

## قهوه ای شدن یا سرخ شدن

گوشتها و مرغهایی که پانزده دقیقه یا بیشتر پخته می شوند با روغن خودشان کمی قهوه ای رنگ می شوند غذاهایی که کمتر پخته می شوند را می توان با استفاده از سس قهوه ای مثل سس ورسستر شایر یا باربیکی قهوه ای رنگ و دلپذیر تر نمود. مقدار کمی از این سس ها طعم یا دستور اولیه را تغییر نمی دهد.

## پوشاندن با کاغذ ضد چربی

این کاغذها تا حد زیادی به جلوگیری از پدیدن غذا کمک کرده و گرمای داخل آن را نیز حفظ می کند. از آنجا که از روکش آن نازک تر است سرعت پخت تندتر شده و روی آن کمی خشک می شود.

## مرتب سازی و جا دادن

غذاهایی مثل سیب زمینی پخته، کیک های کوچک اگر با فاصله در فر جا داده شوند حرارت بهتری به آنها می خورد بنابراین هرگز غذاها را روی هم نچینید.

## توجه دقیق به همه چیز

دستورهای پختی که در کتاب آمده با دقت زیادی تنظیم شده اند اما موفقیت شما در آماده کردن آنها بستگی به میزان توجه شما دارد. همیشه در حین پخت غذا مواظب آن باشید. فر مایکروویو شما مجهز به چراغ است و به طور اتوماتیک وقتی فر روشن است چراغ نیز روشن می شود تا بتوانید داخل را دیده و آماده شدن غذا را چک کنید. دستورالعملهای داده شده در دستور پخت برای بهتر شدن غذا و مانند آنها به عنوان حداقل مراحل پیشنهادی است. اگر غذا بخوبی نمی پزد. تدابیری را که فکر می کنید برای رفع مشکل مفید است، به کار گیرید.

## عواملی که بر زمان پخت در مایکروویو اثر می گذارند.

عوامل زیادی بر پخت و زمان آن اثر می گذارد دمای ترکیبات استفاده شده در دستورالعمل تهیه غذا تفاوت زیادی در زمان پخت ایجاد می کند. مثلاً یک کیک که با کره یخ زده، شیر و تخم مرغ درست می شود دمای زیادی برای پختن مصرف می کند تا کیک که با موادی درست می شود که در دمای اتاق قرار دارند.

تمام دستورالعمل های این کتاب دارای زمان پخت است. به طور کلی متوجه خواهید شد که در زمان پخت کم، غذا نپخته باقی مانده و گاهی می خواهید بنابر میل شخصی، غذا بیشتر از آنچه که تعیین شده پخته شود. فلسفه این کتاب این است که بهترین چیز در ارایه دستورالعمل پخت این است که زمان پخت بصورت محتاطانه داده شود. غذای بیش از حد پخته، خراب می شود در بعضی از دستورهای پخت بویژه آنهایی که برای نان کیک و کاسترد هستند توصیه می شود که غذا وقتی کمی نپخته است از فر خارج شود. این کار اشتباه نیست اگر آنها را از فر خارج می کنیم بپوشانیم و مدتی صبر کنیم در اثر گرمای حبس شده در ظرف غذا به آرامی به پخت ادامه می دهد. اگر غذا تا زمان پخت نهایی در فر بماند، لایه رومی بیش از حد پخته یا می سوزد باید در تخمین زمان پخت و مکت بعد از آن در مورد غذاهای مختلف، تجربه کسب کنید.

## تراکم غذا

غذاهای سبک، منفردار مثل کیک و نان سریعتر از غذاهای سنگین و پر غلظت مثل کاسارول و گوشت بریان می پزند. باید در پخت غذاهای منفذ دار مراقب باشید که لبه های نان و یا غیره خشک و سفت نشوند.

## ارتفاع غذا

قسمت بالایی غذای بلند بویژه گوشت بریان سریعتر از قسمت پایینی می پزد. بنابراین بهتر است غذا را در حین پخت مرتباً بچرخانیم.

# مشخصه های غذا و پخت با مایکروویو

## هم زدن

هم زدن یکی از مهمترین روشها در پخت با مایکروویو است در پخت معمولی غذا را به خاطر قاطی شدن هم می زنند اما در مایکروویو غذا را به خاطر پخش کردن و توزیع مجدد گرما و حرارت هم می زنند همیشه از طرف خارج به طرف مرکز هم بزنید زیرا لایه خارجی اول گرم می شود.

## چرخاندن

غذاهای بزرگ و بلند مثل گوشتهای بریان و مرغ درسته را باید در ظرف بچرخانید تا قسمت بالا و پایین به طور یکسان سرخ شوند بهتر است مرغ را تکه تکه کرده و در فر گذاشت. قسمتهای ضخیم تر را به طرف بالا قرار دهید. از آنجا که امواج مایکروویو جذب قسمت خارجی ظرف می شود. به این ترتیب این قسمتها انرژی بیشتری دریافت نموده و غذا به طور یکنواخت می پزد.

## پوشاندن

می توان قسمتهای گوشه و لبه غذاهای مکعبی شکل را با فویل آلومینیومی پوشاند تا بیش از حد نپزد. هرگز از فویل زیاد استفاده نکرده و از ایمنی آن اطمینان حاصل کنید تا در فر ایجاد قوس الکتریکی نکند.

## بالا تر گذاشتن غذا

غذاهای ضخیم یا غلیظ را می توان از سطح بالاتر آورد تا امواج به قسمت داخلی مرکز آن نفوذ کند.

## سوراخ کردن

غذاهایی که در غشاء پوشانده شده اند را باید با چنگال سوراخ کرد تا در فر نترکند. چنین غذاهایی شامل تخم مرغ (که باید آن را شکست)، صدف و کل سبزیجات و میوه جات است.

## امتحان کردن غذا برای پخت

غذا در مایکروویو سریع پخته می شود و باید آن را مرتباً چک کرد. بعضی از غذاها را در مایکروویو به حال خود می گذارند تا کاملاً پخته شوند. اما اکثر غذاها مثل گوشت ها و مرغ ها را کمی نیم پز از فر خارج کرده و بعد از چند دقیقه مکث برای ادامه پخت در خارج از فر، آن را مصرف می کنند. در طول زمان مکث خارج از فر دمای داخلی غذا بین ۵ تا ۱۵ درجه فارنهایت است.

## زمان مکث

غذاها را اغلب ۳ تا ۱۰ دقیقه بعد از خارج کردن از فر نگی می دارند. در طول این مدت غذا را معمولاً می پوشانند تا دمای خود را حفظ کند مگر این که باید ته آن خشک شود (مثل بعضی از کیکها و بیسکویت ها) این مدت مکث به غذا امکان می دهد کار پخت خود را تمام کرده و همچنین چاشنی در غذا محفوظ شود.

## تمیز کردن فر مایکروویو

### ۱ تمیز کردن داخل فر

غذاهایی که در حین پخت می پزند دیواره فر و بین در و بدنه آن را کثیف می کنند. بهترین کار این است که با دستمال مرطوب فوراً آن را پاک کنید. این ذرات انرژی مایکروویو را جذب کرده و زمان پخت را افزایش می دهند. با استفاده از دستمال مرطوب بین در و چهار چوب آن را پاک کنید. لازم است این محوطه را پاک کنید تا در بخوبی بسته شود. لکه های چربی را با پارچه آغشته به صابون پاک کرده بعد با حوله خیس پاک و خشک کنید. از پاک کننده های شدید یا تمیز کننده های ساینده استفاده نکنید.

سبزی شیشه ای را به طور دستی یا در ماشین ظرفشویی بشویید.

### ۲ تمیز کردن خارج فر

سطح خارجی را با آب صابون پاک کرده با آب تمیز آبکشی نموده و با حوله کاغذی خشک کنید. به منظور جلوگیری از صدمه دیدن قسمتهای عملیاتی داخل فر، آب نباید وارد آن شود. برای تمیز کردن صفحه کلید، در را باز نگه دارید تا دستگاه روشن نشود و با دستمال مرطوب و خشک آن را تمیز کنید. بعد از پاک کردن دکمه STOP/CLEAR را فشار دهید.

۳ اگر داخل یا اطراف در فر بخار جمع شده، آن را با دستمال نرم پاک کنید. این اتفاق ممکن است در حین کار کردن مایکروویو در شرایط رطوبت بالا رخ دهد و دلیل خرابی دستگاه نیست.

۴ در و درزهای آن باید تمیز باشد. تنها از آب گرم دارای صابون استفاده نموده و آن را کاملاً با آب تمیز پاک کنید. از مواد ساینده مثل پودرهای پاک کننده یا سیمهای پلاستیکی یا فلزی استفاده نکنید.



س- وقتی چراغ فر روشن نمی شود علت چیست؟

ج- ممکن است دلایل متعددی داشته باشد.

لامپ سوخته است.

درب باز است.

س- آیا انرژی مایکروویو از صفحه شیشه ای جلوی آن می گذرد؟

ج- سوراخ ها و پورتهایی برای عبور نور تعبیه شده اما انرژی مایکرووی از آن نمی گذرد.

س- چرا با زدن هر دکمه روی صفحه کلید صدای بیب می شنویم؟

ج- این صدا برای اطمینان از درست وارد شدن دستور است.

س- اگر مایکروویو را خالی، روشن کنیم خراب می شود؟

ج- بله هرگز آن را بدون سینی شیشه ای خالی روشن نکنید.

س- چرا بعضی اوقات تخم مرغ ها می ترکند؟

ج- در هنگام پختن و سرخ کردن تخم مرغ، ممکن است زرده به خاطر جمع شدن بخار داخل آن بترکند. برای جلوگیری از آن قبل از پختن با چنگال زرده را سوراخ کنید. هرگز تخم مرغ را با پوست داخل فر نگذارید.

س- چرا زمان مکث بعد از تمام شدن زمان پخت مایکروویو توصیه می شود؟

ج- بعد از تمام شدن زمان پخت، غذا در طول زمان مکث به پختن ادامه می دهد این زمان، پخت را یکنواخت در غذا تمام می کند. میزان این زمان به غلظت غذا بستگی دارد.

س- آیا امکان دارد در مایکروویو پاپ کورن درست کرد؟

ج- بله، اما باید از یکی از دو روش زیر استفاده کرد.

۱- ظرفهای پاپ کورن که به طور خاص برای مایکروویو طراحی شده اند.

۲- بسته بندیهای دارای پاپ کورن برای مایکروویو که دارای زمان و مقدار انرژی لازم برای محصول هستند.

دقیقا از دستورالعمل داده شده برای پاپ کورن استفاده کنید، تا زمان تکمیل کار در فر را باز نکنید. اگر پاپ کورن بعد از زمان پیشنهادی درست نشده بود، دیگر پخت را ادامه ندهید. پخت بیشتر ممکن است باعث آتش گرفتن ذرت ها شوند.

## ⚠ احتیاط

هرگز از ظرف کاغذی تیره استفاده نکرده و سعی نکنید دانه های باقی مانده را برشته کنید.

س- چرا فر من با سرعتی که کتاب شما ارائه داده غذا را نمیپزد؟

ج- کتاب راهنما را دوباره بخوانید تا مطمئن شوید از دستورالعملهای آن دقیقا پیروی کرده اید و ببینید چه چیزی باعث این اختلاف زمان می شود.

کتاب راهنما و تنظیم دما پیشنهادی هستند که برای پیشگیری از پخت بیش از حد ارائه شده اند و رایج ترین مسئله در عادت کردن به مایکروویو هستند. تفاوت در اندازه، شکل و وزن غذا به زمان بیشتری نیاز دارد.

در کنار دستورالعملهای ارائه شده از تجربیات خودتان استفاده کنید درست همانند آشپزی معمولی.

# اطلاعات در مورد سیم و دوشاخه / مشخصات فنی



این وسیله باید به زمین متصل باشد.

سیمهای این وسیله مطابق کدهای زیر رنگی هستند.

آبی - نول


قهوه ای - برق دار

سبز و زرد - برای زمین

اگر رنگ سیمهای فوق الذکر با سیم های دستگاه شما جور نباشد به صورت زیر عمل کنید.

سیم آبی باید به ترمینالی متصل شود که دارای حرف N یا رنگ سیاه است.

سیم قهوه ای باید به ترمینال دارای حرف L یا رنگ قرمز وصل شود.

سیم های سبز و زرد یا سبز باید به ترمینال دارای حرف E یا علامت  وصل شوند.

اگر سیم برق آسیب دیده، باید توسط تولید کننده یا فرد متخصص تعویض شده تا از خطرات احتمالی جلوگیری شود.

## مشخصات فنی

MG-3016W/MG-3016S	
230 V AC /50Hz	جریان ورودی برق
900 W (IEC60705 rating standard)	خروجی
2,450 MHZ	فرکانس مایکروویو
510 mm(W) x 310 mm(H) x 404 mm(D)	ابعاد بیرونی
	مصرف برق
۱۳۰۰ وات	مایکروویو
۱۰۰۰ وات	گریل
۱۴۵۰ وات	ترکیبی

## فهرست نمایندگان خانگی شرکت خدمات گلدیران

شهر	تلفن
قم	۳۶۶۱۹۵۹۷
آبیک	۲۸۲۶۸۷۵
اسلامشهر	۵۶۱۴۹۵۹۶-۵۶۱۴۹۵۹۷
فیروز آباد	۶۲۲۸۲۸۲
رباط کریم	۵۶۴۳۷۰۵۵
ورامین	۳۶۲۵۲۳۱۶
پاکدشت	۳۶۰۲۳۱۱۹
تهران	۸۴۷۳۳

مرکز اطلاع رسانی و خدمات مشتریان گلدیران ۰۲۱-۸۴۷۳۳

