



دفتريچه راهنماي فر مايکروويو «کانوکشن»

لطفاً قبل از استفاده از محصول، اين دفتريچه ي راهنما را با دقت بخوانيد.

MC65***
(اختياری - لطفاً مشخصات مدل را بررسی کنید)



فهرست مطالب

۳ دستورالعمل های مهم ایمنی

۸ پیش از استفاده

- ۸ باز کردن بسته بندی و نصب فر
- ۱۰ پانل کنترل
- ۱۰ نشانه های تصویری روی صفحه نمایش
- ۱۱ تنظیم کردن ساعت
- ۱۱ شروع سریع
- ۱۱ بیشتر/کمتر
- ۱۱ صرفه جویی در انرژی

۱۲ نحوه استفاده

- ۱۲ پخت زمان دار
- ۱۲ سطوح توان مایکروویو
- ۱۳ گرید کردن
- ۱۳ آشپزی با گرید ترکیبی
- ۱۴ حرارت پیش از آغاز پخت کانوکشن
- ۱۴ پخت کانوکشن
- ۱۵ آشپزی با پخت کانوکشن ترکیبی
- ۱۵ قفل کودک
- ۱۶ پخت با اینورتر
- ۱۶ دستورالعمل های منوی یخزدایی و پخت
- ۱۷ دستورالعمل های منوی محبوب
- ۲۲ سرخ کردن و پختن
- ۲۲ راهنمای منوی پخت کبابی و عادی
- ۲۵ پخت با جوجه گردان
- ۲۶ روش اتصال اجزای جوجه گردان
- ۲۷ راهنمای منوی پخت با جوجه گردان
- ۲۸ پخت سالم
- ۲۸ راهنمای منوی پخت سالم
- ۳۰ پخت و پز آرام
- ۳۰ راهنمای منوی پخت و پز آرام
- ۳۲ یخزدایی با اینورتر
- ۳۲ دستورالعمل های منوی یخزدایی با اینورتر
- ۳۳ ظروف مخصوص مایکروویو

۳۴ خصوصیات غذاها و آشپزی با فر

مایکروویو

۳۶ دستورالعمل های نظافت فر

۳۶ استفاده از قابلیت SMART DIAGNOSIS™ (اختیاری)

۳۷ سوالات و پاسخ ها

۳۸ مشخصات فنی

مایکروویو چگونه کار می کند؟

امواج مایکروویو شکلی از انرژی و مشابه امواج رادیو و تلویزیون و نور معمولی آفتاب هستند. در حالت عادی، امواج مایکروویو هنگام عبور از جو به سمت خارج پخش و بدون بر جای گذاشتن اثری از خود، ناپدید می شوند.

اما این فر به یک مگنترون مجهز گردیده که برای بهرمبری از انرژی موجود در امواج مایکروویو طراحی شده است. انرژی الکتریکی فراهم شده در لوله این مگنترون برای تولید انرژی از امواج مایکروویو به کار می رود.

امواج مایکروویو از راه روزه های داخلی فر وارد ناحیه پخت و پز می شوند. داخل فر، سینی ای قرار داده شده است. امواج مایکروویو توانایی گذر از دیواره های فلزی فر را ندارند، اما می توانند از موادی که برای ساخت ظروف به کار می رود، بگذرند؛ مانند شیشه، چینی و کاغذ.

امواج مایکروویو ظروف ویژه پخت و پز را گرم نمی کنند، اما این ظروف بالاخره بر اثر گرمای غذای داخل خود داغ می شوند.

وسایلهای بسیار بی خطر

فر شما یکی از بی خطرترین لوازم خانگی است. با باز کردن درب فر، تولید امواج مایکروویو به صورت خودکار متوقف می شود. کل انرژی موجود در امواج مایکروویو پس از ورود به غذا به گرما تبدیل می شود و به شکل انرژی «پس ماند» در غذا نمی ماند و بدین ترتیب هنگام صرف غذا به شما آسیبی نمی رسد.

دستورالعمل‌های مهم ایمنی

لطفاً این راهنما را به دقت بخوانید و برای استفاده‌های بعدی نگه دارید.

قبل از استفاده از فر به منظور جلوگیری از خطر آتش‌سوزی، برق‌گرفتگی، جراحت جسمی یا آسیب، همه دستورالعمل‌ها را بخوانید و انجام دهید. این راهنما همه شرایط احتمالی که ممکن است رخ دهند را پوشش نمی‌دهد. همواره برای مشکلاتی که درباره آن دانشی ندارید با سرویس‌کار یا شرکت سازنده تماس بگیرید.

هشدار

این نماد هشدار ایمنی است. این علامت خطرات احتمالی که می‌تواند باعث مرگ یا آسیب به شما و دیگران شود را هشدار می‌دهد. برای همه پیام‌های ایمنی، علامت هشدار ایمنی و نیز کلمه «هشدار» یا «احتیاط» آمده است. این کلمات یعنی:

هشدار

این علامت خطرات یا کارهای غیرایمن که می‌تواند باعث خطرات جانی جدی یا مرگ شود را به شما هشدار می‌دهد.

احتیاط

این علامت خطرات یا کارهای غیرایمن که می‌تواند باعث جراحات جسمی یا آسیب به اموال شود را به شما هشدار می‌دهد.

هشدار

۱ از دستکاری، تغییر یا تعمیر درب، قفل درها، پائل کنترل، سوییچ‌های ایمنی قفل داخلی یا هر قطعه دیگری از فر که نیازمند برداشتن پوشش‌های محافظ در برابر خروج انرژی فر مایکروویو هستند خودداری کنید. در صورتی که قفل‌های در فر مایکروویو و قسمت‌های مجاور آن دچار اختلال هستند، از آن استفاده نکنید. تعمیرات فقط باید توسط سرویس‌کار مجاز انجام شود.

- بر خلاف سایر لوازم خانگی، فر مایکروویو دستگاهی با ولتاژ بالا و جریان برق بالا می‌باشد.
- استفاده یا تعمیر نادرست می‌تواند باعث قرار گرفتن در معرض انرژی بیش از حد مایکروویو یا برق‌گرفتگی شود.
- ۲ از این فر برای رطوبت‌زدایی استفاده نکنید (مثلاً استفاده از مایکروویو برای رطوبت‌زدایی روزنامه خیس، پارچه، اسباب بازی، لوازم برقی، یا کودک یا حیوان خانگی)
- این کار می‌تواند موجب بروز صدمات جدی مانند آتش‌سوزی، سوختگی یا مرگ ناگهانی ناشی از برق‌گرفتگی شود.
- ۳ این دستگاه برای استفاده اشخاص (از جمله کودکان) دچار معلولیت جسمی، حسی یا ذهنی یا افراد فاقد تجربه و آگاهی طراحی نشده است؛ مگر این که استفاده از دستگاه برای تضمین ایمنی آنها تحت نظارت یا آموزش فرد مسئول صورت بگیرد. مراقب باشید که کودکان و خردسالان با دستگاه بازی نکنند.
- استفاده نادرست می‌تواند موجب صدماتی مانند آتش‌سوزی، برق‌گرفتگی یا سوختگی شود.
- ۴ قسمت‌های در دسترس ممکن است حین استفاده داغ شوند. کودکان کم سن و سال باید از دستگاه دور نگه داشته شوند.
- ممکن است دچار سوختگی شوند.
- ۵ مایعات و سایر غذاها را نباید در ظروف در بسته گرم کرد، زیرا ممکن است منفجر شوند. قبل از پخت و پز یا یخ‌زدایی، بسته بندی پلاستیکی آن را جدا کنید.
- گرچه توجه داشته باشید که در برخی موارد، غذا باید برای پخت یا گرم کردن در ورق پلاستیکی پیچیده شود.
- ممکن است منفجر شوند.
- ۶ حتماً برای هر حالت عملکرد، از لوازم و وسایل مناسب استفاده کنید.
- استفاده نادرست از دستگاه می‌تواند موجب آسیب به فر و لوازم جانبی آن یا باعث جرقه و آتش‌سوزی شود.
- ۷ کودکان نباید با لوازم دستگاه بازی کنند یا از دستگاه در آن آویزان شوند.
- ممکن است آسیب ببینند.
- ۸ انجام سرویس یا تعمیر که مستلزم برداشتن پوشش محافظ اشعه مایکروویو باشد، برای هر کسی به جز سرویس‌کار مجرب و واجد صلاحیت، خطر دارد.
- ۹ هنگام استفاده از دستگاه در حالت ترکیبی، به دلیل دمای بالا، کودکان فقط باید تحت نظارت بزرگسالان از فر استفاده کنند.
- ۱۰ در صورت خرابی، فر را به کار نیندازید. این مهم است که در فر را به خوبی ببندید و نیز اینکه آسیبی به قسمت‌های زیر وارد نشود: (۱) در، (خمیگی) (۲) لولا و دستگیره (شکسته یا شل نشده باشند)، (۳) لاستیک دور شیشه و سطوح درزگیری
- این کار می‌تواند باعث قرار گرفتن در معرض انرژی بیش از حد مایکروویو شود.

- ۱۱ اگر در یا سطوح درزگیر آن خراب شوند، تا زمانی که توسط شخص مجرب تعمیر شوند نباید از فر استفاده کرد.
- ۱۲ فر از طریق یک سیم رابط یا پریز برق سیار کار می‌کند، سیم رابط، پریز سیار باید به نحوی قرار بگیرد که در معرض آب یا نفوذ رطوبت نباشد.
- ۱۳ تنها در صورتی بدون نظارت به کودکان اجازه استفاده از فر را دهید که دستورالعمل‌های کافی به آن‌ها آموزش داده شده باشد تا بتوانند از آن به صورت بی‌خطر استفاده کنند و از خطرات استفاده نامناسب آگاه شوند.
- ۱۴ دستگاه و قسمت‌های در دسترس آن ممکن است حین استفاده داغ شوند. به هیچ وجه نباید المنت‌های حرارتی را لمس کنید. کودکان کمتر از ۸ سال را باید از دستگاه دور نگه داشت، مگر آنکه به طور دائم بر آن‌ها نظارت داشته باشید.
- ۱۵ دستگاه در هنگام استفاده داغ می‌شود. به هیچ وجه نباید المنت‌های حرارتی داخل فر را لمس کنید.
- ۱۶ برای تمیز کردن شیشه درب فر از پاک‌کننده‌های زبر، سیم ظرفشویی یا کاردک‌های فلزی و تیز استفاده نکنید، زیرا این موارد باعث خراش شیشه می‌شود و ممکن است منجر به شکستن و خرد شدن آن شود.

⚠ احتیاط

- ۱ شما نمی‌توانید از فر خود درحالی‌که در آن باز است استفاده کنید؛ زیرا قفل‌های داخلی ایمنی در داخل مکانیزم در تعبیه شده‌اند. مهم است که قفل‌های داخلی ایمنی را دستکاری نکنید.
- این کار می‌تواند باعث قرارگرفتن در معرض انرژی بیش از حد مایکروویو شود. (قفل‌های داخلی ایمنی همه فعالیت‌های پخت حین باز بودن درب را به طور خودکار خاموش می‌کند)
- ۲ هیچ جسمی (مانند حوله آشپزخانه، دستمال و غیره) را بین جلوی فر و درب آن قرار ندهید یا نگذارید باقیمانده غذا یا تمیزکننده روی سطح قفل جمع شود.
- این کار می‌تواند باعث قرارگرفتن در معرض انرژی بیش از حد مایکروویو شود.
- ۳ لطفاً مطمئن شوید که زمان پخت را به درستی تنظیم کرده‌اید. مواد غذایی با حجم کم نیازمند زمان کوتاتری برای پخت یا گرم کردن هستند.
- پخت بیش از حد می‌تواند موجب آتش گرفتن غذا و آسیب متعاقب به فر شما شود.
- ۴ هنگام گرم کردن مایعاتی مانند سوپ، سس و نوشیدنی‌ها در فر مایکروویو خود،
 - * از ظروف بلند با دهانه باریک استفاده نکنید.
 - * بیش از حد گرم نکنید.
 - * قبل از قرار دادن ظرف در فر و مجدداً در میانه زمان گرم کردن، مایع را هم بزنید.
 - * پس از گرم کردن، بگذارید مدت کوتاهی در فر باقی بماند؛ مجدداً با دقت آن را هم بزنید یا تکان دهید و قبل از مصرف برای جلوگیری از سوختگی، دمای آن را بررسی کنید (مخصوصاً محتویات شیشه شیر و شیشه‌های غذای کودک).
 - در هنگام برداشتن ظرف دقت کنید. گرم کردن نوشیدنی‌ها در مایکروویو می‌تواند منجر به تاخیر در جوش آمدن و پاشیدن آن شود، بنابراین هنگام برداشتن ظرف باید احتیاط نمود.
 - ۵ بالا، زیر یا در طرفین دستگاه، روزنه‌های خروجی تعبیه شده است. روزنه‌های خروجی را مسدود نسازید.
 - این کار می‌تواند موجب آسیب به فر و نتایج پخت ضعیف شود.
 - ۶ فر را وقتی که خالی است به کار نیندازید. بهترین کار این است که وقتی فر در حال استفاده نیست، یک لیوان آب داخل آن بگذارید.
 - اگر فر ناگهان روشن شود، آب همه انرژی مایکروویو را به طور ایمن جذب می‌کند.

- استفاده نادرست می‌تواند موجب آسیب به فر شود.
- ۷ غذای پیچیده‌شده در حوله کاغذی را نپزید؛ مگر آنکه کتاب آشپزی شما دستورالعمل‌هایی درباره غذای مورد نظر داده باشد. و به جای حوله های کاغذی از روزنامه استفاده نکنید.
- استفاده نادرست می‌تواند باعث انفجار یا آتش‌سوزی شود.
- ۸ از ظروف چوبی یا ظروف سرامیک دارای فلز (مانند طلا یا نقره) استفاده نکنید. همیشه بست های فلزی را جدا کنید. فقط از وسایلی استفاده کنید که برای کاربرد در فر مایکروویو مناسب هستند. در طول پخت با مایکروویو، استفاده از ظروف فلزی غذا و نوشیدنی مجاز نیست.
- این ظروف ممکن است داغ شوند و بسوزند. اشیاء فلزی ممکن است داخل فر موجب جرقه زدن و باعث آسیب‌های جدی شوند.
- ۹ از محصولات کاغذی بازیافت‌شده استفاده نکنید.
- این محصولات ممکن است دارای ناخالصی‌هایی باشند که باعث جرقه و بروز آتش‌سوزی در طول پخت و پز شود.
- ۱۰ بلافاصله پس از پایان پخت، توری و سینی را زیر آب قرار ندهید. این کار ممکن است باعث شکستن یا صدمه به محصول شود.
- استفاده نادرست می‌تواند موجب آسیب به فر شود.
- ۱۱ برای جلوگیری از سقوط تصادفی دستگاه، فر را طوری قرار دهید که جلوی آن از لبه سطحی که دستگاه روی آن قرار دارد ۸ سانتی‌متر یا بیشتر فاصله داشته باشد.
- استفاده نادرست می‌تواند موجب صدمات جسمی یا آسیب به فر شود.
- ۱۲ قبل از پخت، پوست سیب‌زمینی، سیب یا سایر میوه‌ها و سبزیجات مشابه را سوراخ کنید.
- ممکن است منفجر شوند.
- ۱۳ تخم‌مرغ دارای پوست خام یا آبپز را نباید در فر مایکروویو گرم کرد، زیرا ممکن است حتی پس از پایان کار مایکروویو منفجر شوند.
- دلیل انفجار تخم‌مرغ افزایش فشار درون آن است.
- ۱۴ از سرخ کردن با روغن درون فر اجتناب کنید.
- این کار ممکن است باعث جوشیدن و پخش شدن مایع داغ شود.
- ۱۵ در صورت مشاهده (یا خروج) دود، دستگاه را خاموش کنید و دوشاخه را از پریز بکشید؛ درب دستگاه را بسته نگه دارید تا هرگونه شعله احتمالی خفه شود.
- این کار ممکن است موجب صدماتی مانند آتش‌سوزی یا برق‌گرفتگی شود.
- ۱۶ هنگام گرم‌کردن غذا در ظروف پلاستیکی و کاغذی، به دلیل خطر آتش‌سوزی، مراقب فر باشید.
- به دلیل احتمال خراب شدن ظرف، غذا ممکن است از ظرف بیرون بریزد؛ این امر ممکن است باعث آتش‌سوزی نیز بشود.
- ۱۷ در حین کار کردن دستگاه، دمای سطوح قابل دسترس زیاد است. حین استفاده از حالت گریل، کانوکشن و پخت خودکار، درب، محفظه خارجی، پشت محفظه، داخل فر، لوازم و بشقاب‌های فر را لمس نکنید. قبل از تمیز کردن نیز مطمئن شوید این قسمت‌ها داغ نیستند.
- با داغ شدن آن‌ها، خطر سوختگی وجود دارد، مگر آنکه دستکش آشپزی ضخیم پوشیده باشید.
- ۱۸ فر باید مرتباً تمیز شود و هرگونه باقیمانده غذا برداشته شود.
- عدم تمیز نگه داشتن فر می‌تواند باعث استهلاک سطح آن شود و شدیداً بر عمر مفید دستگاه تأثیر بگذارد و نیز منجر به موقعیتی خطرناک شود.

- ۱۹ فقط از پروب دمای توصیه‌شده برای این فر استفاده کنید.
- با پروب دمای نامناسب، نمی‌توانید مطمئن باشید که دما صحیح و دقیق است.
این مدل پروب دما ندارد.
- ۲۰ کاربرد این دستگاه استفاده خانگی و کاربردهای مشابه است؛ اعم از:
 - آشپزخانه کارکنان در فروشگاه‌ها، ادارات و سایر محیط‌های کاری؛
 - خانه‌های روستایی؛
 - مشتریان هتل‌ها، مثل‌ها و سایر محیط‌های اقامتی؛
 - محیط‌های مسافرخانه‌ای
- ۲۱ این دستگاه می‌تواند توسط کودکان بالای ۸ سال و اشخاص با معلولیت‌های جسمی، حسی یا ذهنی یا افراد فاقد تجربه و آگاهی در صورتی استفاده شود که نظارت و دستورالعمل‌های لازم در مورد استفاده از دستگاه به طور ایمن ارائه شود و خطرات احتمالی توضیح داده شود.
کودکان نباید با این دستگاه بازی کنند.
- تمیز کردن و نگهداری نباید توسط کودکان انجام بگیرد، مگر اینکه ۸ ساله یا بزرگتر باشند و تحت نظارت عمل کنند.
- ۲۲ این فر مایکروویو برای گرم کردن غذا و نوشیدنی است. خشک کردن غذا یا لباس و گرم کردن پدهای گرمایشی، کفش راحتی، اسفنج، پارچه مرطوب یا سایر چیزها منجر به خطر جراحت، اشتعال یا آتش‌سوزی می‌شود.
- ۲۳ این دستگاه برای استفاده با تایمر خارجی یا سیستم کنترل از راه دور جداگانه طراحی نشده است.
- ۲۴ برای تهیه ذرت بود داده به راهنمای مندرج بر روی بسته بندی آن مراجعه کنید. در حالیکه ذرت در حال بو داده شدن است، فر را به حال خود رها نکنید. اگر پس از زمان پیشنهادی، ذرت بو داده نشده، پخت را متوقف سازید. هرگز از کیسه کاغذی تیره رنگ برای ذرت بوداده استفاده نکنید. هرگز سعی نکنید که دانه‌های باقیمانده را بو دهید.
 - پخت بیش از حد می‌تواند منجر به آتش گرفتن ذرت شود.
- ۲۵ این دستگاه باید اتصال ارت (زمین) داشته باشد.
رنگ سیم‌های کابل برق اصلی مطابق با کدهای زیر است
آبی ~ نول
قهوه‌ای ~ فاز
سبز و زرد ~ ارت
از آنجا که رنگ سیم‌های اصلی این دستگاه ممکن است با نشانه‌های رنگی ترمینال‌های دوشاخه شما هماهنگ نباشد، مطابق زیر عمل نمایید:
سیم آبی رنگ باید به ترمینالی وصل شود که با حرف N یا رنگ سیاه مشخص شده است.
سیم قهوه‌ای رنگ باید به ترمینالی وصل شود که با حرف L یا رنگ قرمز مشخص شده است.
سیم سبز و زرد رنگ یا سبز رنگ باید به ترمینالی وصل شود که با حرف G یا $\oplus$ مشخص شده است.
در صورت آسیب دیدن سیم برق و جهت پیشگیری از هر خطری، این سیم باید توسط مرکز خدمات یا شخص ذیصلاح جایگزین شود.
- استفاده نادرست می‌تواند موجب آسیب جدی برق‌گرفتگی شود.
- ۲۶ فقط از وسایلی استفاده کنید که برای کاربرد در فر مایکروویو مناسب هستند.

۲۷ نباید از این فر برای اهداف آشنیزی تجاری استفاده شود.

• استفاده نادرست می‌تواند موجب آسیب به فر شود.

۲۸ فر مایکروویو نباید در کابینت گذاشته شود.

• فر مایکروویو برای استفاده مستقل طراحی شده است.

۲۹ اتصال برق دستگاه را باید از طریق پریز قابل دسترس یا استفاده از سونیچ با سیم‌کشی ثابت مطابق با قواعد سیم‌کشی انجام داد.

• استفاده از دوشاخه یا سونیچ نامناسب می‌تواند موجب برق‌گرفتگی یا آتش‌سوزی شود.

۳۰ درب دستگاه یا سطوح خارجی آن ممکن است حین کار کردن دستگاه داغ شوند.

۳۱ دستگاه و سیم آن را دور از دسترس کودکان زیر ۸ سال قرار دهید.

۳۲ محتویات شیشه شیر و غذای کودک باید هم زده شود یا تکان داده شود و برای جلوگیری از سوختگی، دمای آن باید قبل از مصرف بررسی شود.

۳۳ بدنه و داخل فر را تمیز نگه دارید. لطفاً برای آگاهی از جزئیات چگونگی تمیز کردن فر به بخش «دستورالعمل‌های نظافت فر» مراجعه کنید

۳۴ شرایط نصب را رعایت کنید، در غیر این صورت، گرما خطرناک خواهد شد.

۳۵ از بخارشوی برای نظافت دستگاه استفاده نشود.

۳۶  احتیاط کنید، سطح داغ است

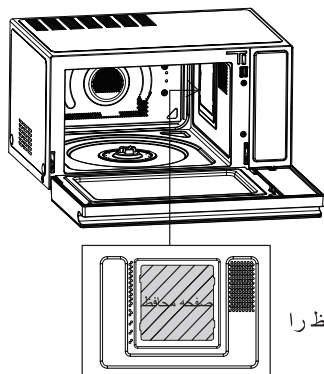
استفاده از این نماد بدین معناست که حین استفاده از دستگاه، امکان داغ شدن سطوح وجود دارد.

۳۷ اشیاء (کتاب، جعبه و غیره) را درون دستگاه قرار ندهید. دستگاه ممکن است بیش از حد داغ شود یا آتش بگیرد و یا ممکن است سقوط کند و باعث صدمه به افراد شود.

پیش از استفاده باز کردن بسته‌بندی و نصب فر

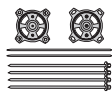
با انجام مراحل ساده‌ای که در این دو صفحه توضیح داده می‌شود، می‌توانید در زمان کمی از کارکرد طبیعی فر خود مطمئن شوید. لطفاً به توضیحات داده‌شده درباره مکان نصب فر توجه ویژه‌ای داشته باشید. هنگام باز کردن بسته‌بندی فر، مطمئن شوید همه لوازم جانبی و اجزای بسته‌بندی را از داخل آن خارج می‌کنید. مطمئن شوید فر شما هنگام حمل و نقل صدمه‌ای ندیده باشد.

۱ بسته‌بندی فر خود را باز کنید و آن را روی سطح صافی قرار دهید.



* صفحه محافظ را
خارج نکنید

جوجه گردان و نگهدارنده آن



میله



سینی شیشه‌ای



حلقه گردان



سه پایه بلند



سه پایه کوتاه



سینی فلزی



توجه !

- صفحه محافظ داخل فر (صفحه نقره‌ای) را خارج نکنید.
- صفحه محافظ برای محافظت از قطعات مایکروویو در برابر پاشیده شدن مواد غذایی طراحی شده است.

چگونگی استفاده از لوازم جانبی مطابق با حالت پخت

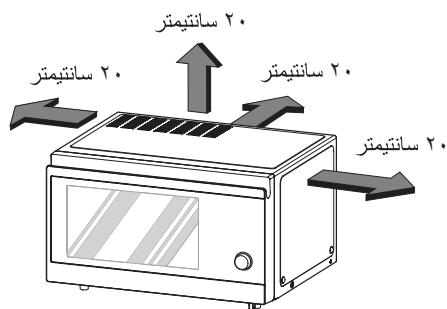
کانوکشن ترکیبی	گریل ترکیبی	کانوکشن	گریل	مایکروویو	
○	○	○	○	○	سینی شیشه‌ای
○	○	○	○	-	سه پایه بلند
○	○	○	○	-	سه پایه کوتاه
○	○	○	○	○	سینی مخصوص ترد کردن
○	○	○	○	-	سینی فلزی (سینی چربی گیر)
-	-	○	○	-	جوجه گردان

○ قابل قبول
- غیر قابل قبول

احتیاط: از لوازم جانبی مطابق با راهنمای پخت استفاده کنید!

توجه !

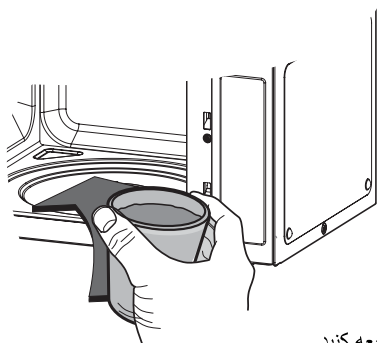
- برای هر عملکردی از وسایل مناسب آن استفاده کنید.
- استفاده نادرست از دستگاه می‌تواند موجب آسیب به فر و لوازم جانبی آن یا باعث آتش‌سوزی شود.



۲ فر را روی سطح صافی به انتخاب خود قرار دهید، به گونه‌ای که ارتفاع آن بیشتر از ۸۵ سانتی‌متر باشد، اما برای تهویه مناسب هوا، از وجود حداقل ۲۰ سانتی‌متر فضا در بالا و ۲۰ سانتی‌متر در پشت، سمت چپ و سمت راست فر اطمینان حاصل کنید. برای جلوگیری از افتادن فر، قسمت جلوی آن باید حداقل ۸ سانتی‌متر تا لبه جلویی سطح زیر آن فاصله داشته باشد. در بالا و طرفین دستگاه، خروجی هوا تعبیه شده است. مسدود کردن خروجی هوای فر ممکن است به آن آسیب برساند. از فر در فضای بسته یا کمد استفاده نکنید، زیرا ممکن است جریان هوای لازم برای خنک شدن دستگاه محدود شود. این موضوع ممکن است سبب کاهش قدرت و عمر مفید دستگاه و احتمالاً خرابی آن به علت گرمای بیش‌از حد شود.

نکته

• نباید از این فر برای آشپزی تجاری استفاده کرد. از این فر در فضاهای توکار استفاده نکنید!



۳ فر را به یکی از پریزهای برق معمولی خانه وصل کنید. پریز مایکروویو باید اختصاصی و مستقل باشد.

در صورت بروز اشکال در کارکرد فر، آن را از پریز برق جدا و دوباره وصل کنید.

۴ درب فر را با کشیدن دستگیره آن باز کنید. حلقه گردان را داخل فر و سینی شیشه‌ای را روی آن قرار دهید.

۵ در يك ظرف مخصوص مایکروویو ۳۰۰ میلی‌لیتر (نصف پیمانه) آب بریزید. آن را روی سینی شیشه‌ای قرار دهید و درب فر را ببندید.

لطفاً اگر درست نمی‌دانید چه نوع ظرفی به کار ببرید، به قسمت «ظروف مخصوص مایکروویو» مراجعه کنید.



۶ ابتدا دکمه **STOP/CLEAR** و سپس دکمه **START/ENTER** را یک بار فشار دهید تا عملیات پخت و پز ۳۰ ثانیه‌ای آغاز شود.

۷ روی صفحه نمایش (DISPLAY)، شمارش معکوسی ۳۰ ثانیه‌ای نشان داده خواهد شد.

با رسیدن شمارش به ۰، صدای کوتاهی شنیده خواهد شد. درب فر را باز و دمای آب را بررسی کنید. اگر در کارکرد فر مشکلی وجود نداشته باشد، آب گرم خواهد بود.

هنگام درآوردن ظرف مراقب باشید، زیرا ممکن است داغ شده باشد.

اکنون فر شما نصب شده است!

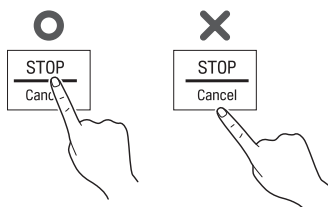


۸ محتویات شیشه شیر و غذای کودک باید هم زده شود یا تکان داده شود و برای جلوگیری از سوختگی، دمای آن باید قبل از مصرف بررسی شود.

۹ در شرایط زیر ممکن است شناسایی دکمه توسط دستگاه با اختلال مواجه شود.

• اگر مرکز دکمه فشار داده نشود.

• اگر دکمه با نوک انگشت یا ناخن فشار داده شود.



توجه

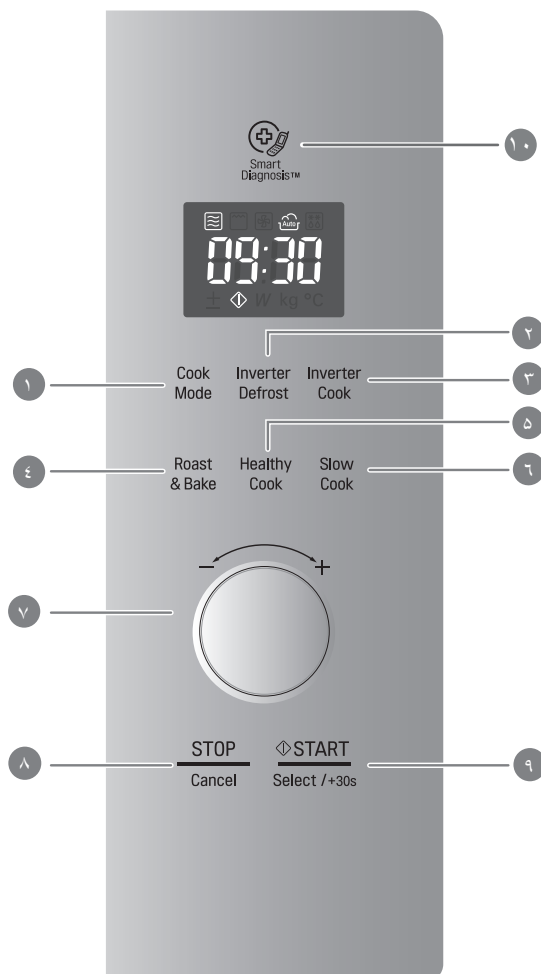
از دستکش‌های لاستیکی یا يك بار مصرف استفاده نکنید.

در صورت تمیز کردن پانل کنترل با حوله خیس، پس از پایان کار رطوبت روی آن را خشک کنید.

۱۰ به علت قدرت خروجی نسبتاً بالاتر این دستگاه، زمان پخت و پز آن باید از فرهای مایکروویو معمولی (۷۰۰ وات، ۸۰۰ وات) باید کوتاه‌تر باشد. حرارت بیش از حد غذا ممکن است سبب ایجاد رطوبت روی درب دستگاه شود. بروز این امر ایراد دستگاه نیست.

۱۱ برای پخت هر یک از غذاهایی که در این کتابچه آموزش داده شده، زمان مشخصی لازم است. به طور کلی، خواهید دید که با پایان فرآیند پخت پیش از به پایان رسیدن زمان معین آن، غذا نیم پز است، و همچنین ممکن است گاهی اوقات بنا بر علاقه شخصی بخواهید غذا را بیشتر از زمان مشخص شده بپزید. فلسفه پشت مطالب این کتاب آن است که در تنظیم زمان لازم برای پخت غذاها بهترین کار احتیاط است، زیرا غذایی که بیش از حد بپزد کاملاً از بین می‌رود.

پانل کنترل



نشانه های تصویری روی صفحه نمایش

بخش	
۱	حالت پخت (COOK MODE) صفحه ۱۲ «مایکروویو» را ببینید صفحه ۱۳ «گریل» را ببینید برای «گریل ترکیبی (مایکروویو + گریل)» به صفحه ۱۳ مراجعه کنید صفحه ۱۴ «کانوکشن» را ببینید برای «کانوکشن ترکیبی (مایکروویو + کانوکشن)» به صفحه ۱۵ مراجعه کنید
۲	یخزدایی با اینورتر «برای» یخزدایی با اینورتر به صفحه ۳۲ مراجعه کنید
۳	پخت با اینورتر «برای پخت با اینورتر» به صفحه ۱۶ مراجعه کنید
۴	سرخ کردن و پختن برای «سرخ کردن و پختن» به صفحه ۲۲ مراجعه کنید «برای پخت با جوجه‌گردان» به صفحه ۲۵ مراجعه کنید
۵	پخت سالم برای «پخت سالم» به صفحه ۲۸ مراجعه کنید
۶	پخت آرام «برای پخت آرام» به صفحه ۳۰ مراجعه کنید
۷	گردونه (بیشتر / کمتر) • زمان پخت، دما و میزان توان مایکروویو را تنظیم کنید. • هنگام پخت خودکار یا دستی، هر گاه که بخواهید (به جز حالت یخزدایی) می‌توانید زمان پخت را با چرخاندن گردونه افزایش یا کاهش دهید.
۸	توقف / لغو (STOP / CANCEL) • همه فعالیت‌های در حال انجام را پاک و اطلاعات لازم را به جز ساعت وارد کنید.
۹	START • برای آغاز پخت این دکمه را فشار دهید و یا در صورتی که درب مایکروویو را باز کرده یا دکمه STOP را یک بار فشار داده‌اید، با استفاده از این دکمه فرآیند پخت را از سر بگیرید. • قابلیت شروع سریع به شما این امکان را می‌دهد که با هر بار لمس دکمه START، پخت با توان بالا در فواصل ۳۰ ثانیه ای تنظیم شود.
۱۰	عیب یابی هوشمند SMART DIAGNOSIS™ (اختیاری) پس از درخواست کارکنان مرکز خدمات، قسمت میکروفرن گوشی را جلوی این نماد نگه دارید تا شناسایی مشکلات فر مایکروویو هنگام نیاز به تعمیرات تسهیل شود.

نماد	
	نشان دهنده فعال بودن حالت پخت خودکار است
	نشان دهنده فعال بودن گریل است
	نشان دهنده فعال بودن حالت کانوکشن است
	نشان دهنده آن است که دمای کانوکشن باید تنظیم شود
	نشان دهنده فعال بودن حالت گریل ترکیبی است
	نشان دهنده قابل تنظیم بودن وزن غذا است

تنظیم کردن ساعت

هنگام اتصال فر به برق برای بار اول یا وصل دوباره برق پس از قطعی، اعداد روی صفحه نمایش به «12H» بازنشانی می شوند.

بیشتر/کمتر

برای افزایش یا کاهش زمان پخت می‌توان با استفاده از گردونه فرآیند پخت را به صورت دستی تغییر داد. هر بار چرخاندن گردونه ۱۰ ثانیه به زمان پخت اضافه یا از آن کم می‌کند. بیشترین زمان ممکن در حالت پخت دستی ۹۹ دقیقه و ۵۹ ثانیه است.

مثال: برای تنظیم ۱۱:۱۱

۱. با فشار دکمه **START**، ساعت را روی حالت ۱۲ ساعته تنظیم کنید. (در صورت تمایل به حالت ۲۴ ساعته، کافی است پیش از انجام مراحل بعدی با چرخاندن گردونه حالت ۲۴ ساعته را انتخاب کنید)
۲. گردونه را بچرخانید تا روی صفحه نمایش «11:» نمایش یابد.
۳. **START** را فشار دهید.
۴. برای تنظیم دقیقه، گردونه را بچرخانید تا «11:11» روی صفحه نمایش دیده شود.
۵. **START** را فشار دهید. اکنون ساعت تنظیم شده است. در صورت عدم تمایل به استفاده از حالت ساعت، فر خود را به برق وصل کنید و دکمه **STOP/CLEAR** را فشار دهید.

توجه !

۱. چنانچه می‌خواهید ساعت را دوباره تنظیم کنید با گزینه‌ها را تغییر دهید، لازم است سیم برق را از پریز بکشید و دوباره وارد آن کنید.
۲. در صورت عدم تمایل به استفاده از حالت ساعت، فر خود را به برق وصل کنید و دکمه **STOP/CLEAR** را فشار دهید.

توجه !

- در صورتی که فکر می‌کنید با استفاده از برنامه پخت پیش‌فرض دستگاه غذای شما بیش از حد می‌پزد و یا کامل نمی‌پزد، می‌توانید با چرخاندن گردونه زمان پخت را افزایش یا کاهش دهید.
- با چرخاندن گردونه در هر زمان (به جز حالت پیخ‌دایی) می‌توانید زمان پخت را افزایش یا کاهش دهید.

صرفه‌جویی در انرژی

حالت صرفه‌جویی در انرژی (Energy Saving) برای ذخیره انرژی صفحه نمایش را خاموش می‌کند. این قابلیت تنها زمانی کار می‌کند که فر میکروویو در حالت آماده به کار باشد که در آن صورت صفحه نمایش به صورت خودکار خاموش می‌شود.

توجه !

- زمانی که ساعت تنظیم شده باشد، حالت صرفه جویی در انرژی کار نمی‌کند. حالت صرفه جویی در انرژی فقط در صورت تنظیم نبودن ساعت عمل می‌کند.

شروع سریع

قابلیت شروع سریع به شما این امکان را می‌دهد که با هر بار لمس دکمه **START** پخت با توان بالا را در فواصل ۳۰ ثانیه ای تنظیم کنید.

مثال: فعال‌سازی پخت با توان بالا به مدت ۲ دقیقه

۱. دکمه **STOP/ CANCEL** را فشار دهید.
۲. برای فعال‌سازی پخت با توان بالا به مدت ۲ دقیقه.

چهار بار دکمه **START** را فشار دهید. فر پیش از آنکه دکمه را برای بار چهارم فشار دهید، شروع به کار می‌کند. هنگام پخت سریع می‌توانید با چند بار فشار دادن دکمه **START**، زمان پخت را تا ۹۹ دقیقه و ۵۹ ثانیه افزایش دهید.

نحوه استفاده

پخت دستی (پخت زمان دار)

این قابلیت به شما این امکان را می‌دهد که غذایی را در زمان دلخواه بپزید. توان دستگاه در ۵ سطح قابل تنظیم است. مثال زیر چگونگی تنظیم میزان توان روی ۹۰۰ وات به مدت ۵ دقیقه و ۳۰ ثانیه را نشان می‌دهد.

سطوح توان مایکروویو

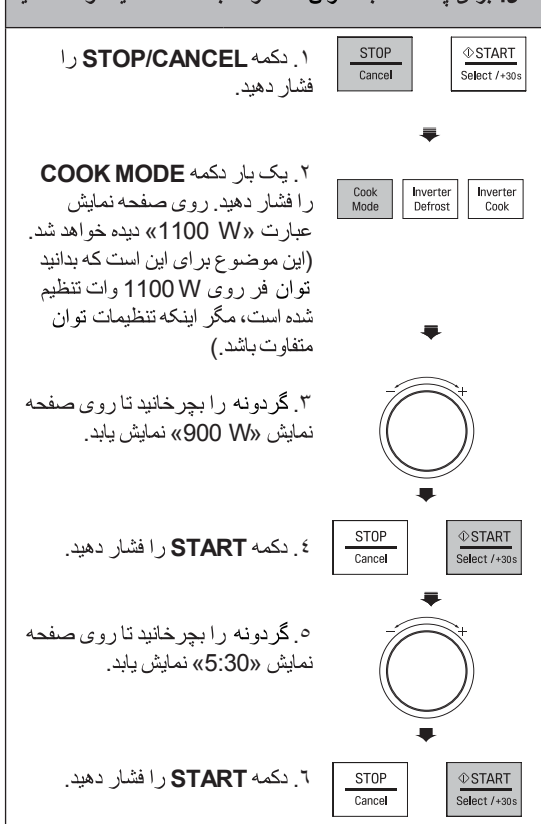
فر مایکروویو شما دارای پنج سطح توان است که فرآیند پخت برای شما انعطاف‌پذیر و قابل کنترل باشد. جدول زیر تا حدودی برای شما روشن می‌کند که چه غذاهایی در کدام یک از سطوح توان فر آماده می‌شود.

- ستون کنار آن نیز سطوح توان فر شما را نشان می‌دهد.

جدول سطوح توان مایکروویو

سطح توان	استفاده
۱۱۰۰ وات بالا	• جوشاندن آب. • برشته کردن گوشت چرخ کرده گاو. • درست کردن شیرینی. • پخت تکه مرغ، ماهی و سبزیجات • پخت برش‌های نازک گوشت.
۹۰۰ وات	• گرم کردن برنج، پاستا و سبزیجات. • گرم کردن سریع غذای آماده. • گرم کردن ساندویچ.
۷۰۰ وات	• پخت غذاهای محتوای تخم‌مرغ، شیر و پنیر. • پخت کیک و نان. • آب کردن شکلات. • پخت گوشت گوساله. • پخت ماهی درسته. • پخت پودینگ و فرنی.
۴۰۰ وات	• یخ‌زدایی گوشت، مرغ و غذاهای دریایی. • پخت برش‌های قطورتر گوشت.
۲۰۰ وات	• گرفتن سرمای آزاردهنده میوه. • نرم کردن کره. • گرم نگه داشتن غذاهای گوشتی و وعده‌های اصلی. • نرم کردن کره و پنیر خامه‌ای.

مثال: برای پخت غذا با توان ۹۰۰ وات به مدت ۵ دقیقه و ۳۰ ثانیه



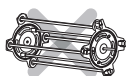
پس از پایان فرآیند پخت صدایی شنیده می‌شود. کلمه End نیز روی صفحه نمایش دیده می‌شود. به مدت ۵ دقیقه یا تا زمانی که درب فر باز شود و یا دکمه‌ای فشار داده شود، کلمه «End» روی صفحه نمایش می‌ماند و هر دقیقه یک بار صدایی شنیده می‌شود.

توجه:

اگر سطح توان را خودتان تنظیم نکنید، فر با توان بالا شروع به کار خواهد کرد. برای پخت با توان بالا، از مرحله ۳ در بالا رد شوید.

توجه!

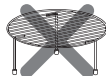
- از به کار بردن لوازم جانبی زیر در حالت مایکروویو خودداری کنید.



جوجه‌گردان



سه پایه کوتاه



سه پایه بلند

گریل

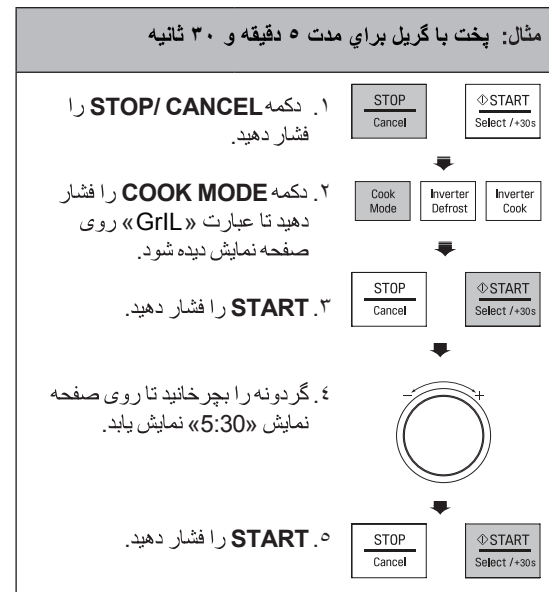
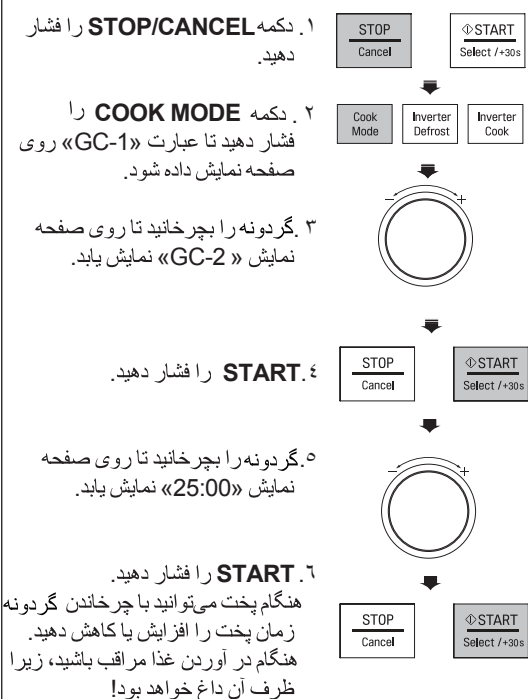
این قابلیت امکان برشته و ترد کردن سریع غذا را به شما می‌دهد.

همیشه هنگام درآوردن غذا و لوازم جانبی داخل فر پس از پایان فرآیند پخت از دستکش استفاده کنید، زیرا فر و لوازم آن بسیار داغ می‌شوند.

آشپزی با گریل ترکیبی

فر شما قابلیت پخت ترکیبی دارد که این امکان را به شما می‌دهد که غذا را با استفاده از گریل داخلی و امواج مایکروویو بپزید.

مثال: فر خود را روی پایین **۳۳۰ W** و گریل به مدت **۲۰ دقیقه** برنامه ریزی کنید.



احتیاط

همیشه هنگام درآوردن غذا و لوازم جانبی داخل فر پس از پایان فرآیند پخت از دستکش استفاده کنید، زیرا فر و لوازم آن بسیار داغ می‌شوند.

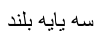
توجه

• فر شما قابلیت پخت ترکیبی دارد که این امکان را به شما می‌دهد که غذا را با استفاده از گرم کن گریل و امواج مایکروویو بپزید. این یعنی زمانی کمتر برای پخت غذا.

• برای پخت ترکیبی می‌توان سه سطح توان مختلف برای امواج مایکروویو تنظیم کرد. قابلیت (GC-1: 220 W, GC-2: 330 W, GC-3: 440 W) در حالت پخت ترکیبی.

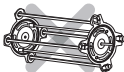


• برای پخت بهتر از سه پایه بلند استفاده کنید.



سه پایه بلند

• در حالت کانوکشن یا گریل از به کار بردن هر گونه ظرف یا سینی پلاستیکی و بپرهیزید.



جوجه گردان

• در حالت گریل ترکیبی از جوجه گردان استفاده نشود.

توجه

- این قابلیت امکان برشته و ترد کردن سریع غذا را به شما می‌دهد.
- برای پخت بهتر از سه پایه بلند استفاده کنید.
- در حالت کانوکشن یا گریل از به کار بردن هر گونه ظرف یا سینی پلاستیکی بپرهیزید.



سه پایه بلند

حرارت پیش از آغاز پخت کانوکشن

برای پخت کانوکشن باید از سینی یا سه پایه فلزی استفاده شود.

همیشه هنگام درآوردن غذا و لوازم جانبی داخل فر پس از پایان فرآیند پخت از دستکش استفاده کنید، زیرا فر و لوازم آن بسیار داغ می‌شوند.

مثال: برای پخت غذا در دمای ۲۰۰ درجه سانتی‌گراد و به مدت ۵۰ دقیقه.

۱. دکمه **STOP / CANCEL** را فشار دهید.
۲. دکمه **COOK MODE** را فشار دهید تا عبارت «180°C» روی صفحه نمایش دیده شود.
۳. گردونه را بچرخانید تا روی صفحه نمایش «200 °C» نمایش یابد.
۴. برای تأیید دمای وارد شده، دکمه **START** را فشار دهید.
۵. گردونه را بچرخانید تا روی صفحه نمایش «50:00» نمایش یابد.
۶. **START** را فشار دهید. هنگام پخت می‌توانید با چرخاندن گردونه زمان پخت را افزایش یا کاهش دهید.

مثال: برای گرم کردن فر و بالا بردن دمای داخل آن تا ۲۰۰ درجه سانتی‌گراد.

۱. دکمه **STOP / CANCEL** را فشار دهید.
۲. دکمه **COOK MODE** را فشار دهید تا عبارت «180 °C» روی صفحه نمایش دیده شود.
۳. گردانه را بچرخانید تا روی صفحه نمایش «200 °C» نمایش یابد.
۴. برای تنظیم دمای وارد شده و در صورت تمایل، زمان گرم کردن، دکمه **START** را فشار دهید. در صورت تنظیم زمان ممکن است دمای وارد شده اعمال نشود.
۵. **START** را فشار دهید. فرآیند گرم کردن آغاز و روی صفحه نمایش «60°C» دیده خواهد شد. آنگاه دمای روی صفحه نمایش بالا خواهد رفت و دمای واقعی داخل فر را نشان خواهد داد.

توجه !

- دمای این فر کانوکشن را می‌توان بین ۴۰ تا ۲۰۰ درجه سانتی‌گراد تنظیم کرد.
- این فر دارای قابلیت تخمیر با دمای ۴۰ درجه سانتی‌گراد است. ممکن است لازم شود تا خنک شدن فر صبر کنید، زیرا اگر دمای داخل آن بالاتر از ۴۰ درجه سانتی‌گراد باشد، نمی‌توانید از حالت تخمیر استفاده کنید.
- دمای داخل فر در عرض چند دقیقه به دمای انتخابی می‌رسد.
- فر شما به محض رسیدن به دمای انتخابی، با تولید کردن صدایی شما را از این موضوع آگاه می‌کند.
- سپس غذای خود را داخل فر بگذارید و پخت را آغاز کنید.

احتیاط !

- همیشه هنگام درآوردن غذا و لوازم جانبی داخل فر پس از پایان فرآیند پخت از دستکش استفاده کنید، زیرا فر و لوازم آن بسیار داغ می‌شوند.

توجه !

- در صورت عدم تنظیم دما، فر به طور خودکار فعالیت خود را در دمای ۱۸۰ درجه سانتی‌گراد آغاز می‌کند. دمای پخت را می‌توان با چرخاندن گردونه تغییر داد.



- لطفاً برای پخت بهتر از لوازم زیر استفاده کنید. سه پایه کوتاه

قفل کودک

این قابلیت ایمن و منحصر به فردی است که از روشن شدن ناخواسته فر جلوگیری می‌کند. هنگامی که قفل کودک (CHILD LOCK)، فعال باشد، فرایند پخت انجام نمی‌شود.

برای فعال‌سازی قفل کودک

۱. دکمه **STOP/CANCEL** را فشار دهید.
۲. دکمه **STOP/CANCEL** را فشار دهید و آن را نگه دارید تا روی صفحه نمایش عبارت **LOC** دیده و صدایی شنیده شود.

در صورتی که ساعت پیش‌تر تنظیم شده باشد، پس از ۱ ثانیه روی صفحه نمایش دیده خواهد شد.

در صورتی که قفل کودک فعال باشد و شما صفحه کلید را لمس کنید، عبارت **LOC** روی صفحه ظاهر می‌شود. قفل کودک را می‌توان با انجام مراحل زیر غیرفعال کرد:

مثال: برای غیرفعال‌سازی قفل کودک

- دکمه **STOP/CANCEL** را فشار دهید و آن را نگه دارید تا عبارت **LOC** روی صفحه نمایش دیده شود.

پس از غیرفعال‌سازی قفل کودک، کارکرد فر به حالت عادی باز خواهد گشت.

آشپزی با پخت کانوکشن ترکیبی

در مثال زیر، چگونگی تنظیم توان فر مایکروویو روی ۳۳۰ وات، دمای کانوکشن روی ۲۰۰ درجه سانتی‌گراد و زمان پخت روی ۲۵ دقیقه به شما نشان داده شده است.

مثال: برای پخت کانوکشن ترکیبی به مدت ۲۵ دقیقه.

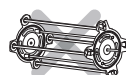
۱. دکمه **STOP/CANCEL** را فشار دهید.
۲. دکمه **COOK MODE** را فشار دهید تا عبارت «**CC-1**» روی صفحه نمایش دیده شود.
۳. گردونه را بچرخانید تا روی صفحه نمایش «**CC-2**» نمایش یابد.
۴. دکمه **START** را فشار دهید. گردونه را بچرخانید تا روی صفحه نمایش «**200 °C**» نمایش یابد.
۵. دکمه **START** را فشار دهید. گردونه را بچرخانید تا روی صفحه نمایش «**25:00**» نمایش یابد.
۶. دکمه **START** را فشار دهید. هنگام پخت می‌توانید با چرخاندن گردونه زمان پخت را افزایش یا کاهش دهید. هنگام در آوردن غذا مراقب باشید، زیرا ظرف آن داغ خواهد بود!

احتیاط

- همیشه هنگام درآوردن غذا و لوازم جانبی داخل فر پس از پایان فرآیند پخت از دستکش استفاده کنید، زیرا فر و لوازم آن بسیار داغ می‌شوند.

توجه

- در حالت پخت کانوکشن ترکیبی می‌توان توان مایکروویو را در سه سطح تنظیم کرد.
- (CC-1: 220 W, CC-2: 330 W, CC-3: 440 W).
- برای پخت بهتر از سه پایه کوتاه استفاده کنید.
- در این حالت از جوجه‌گردان استفاده نکنید.



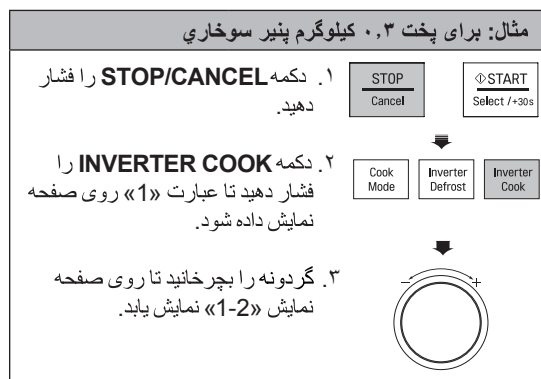
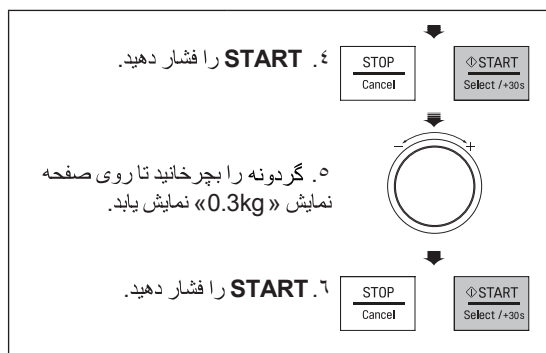
جوجه‌گردان



سه پایه کوتاه

پخت با اینورتر

منوی فر شما به صورت پیش فرض برای پخت غذا به طور خودکار برنامه ریزی شده است. یکی از منوهای زیر را انتخاب و وزن غذا را وارد کنید و بقیه را به عهده فر مایکروویو خود بگذارید. برای انتخاب منوهای دیگر، گردونه را (طبق توضیحات مرحله ۳) بچرخانید تا کد منوی مورد نظر روی صفحه نمایش یابد.



دستورالعمل های منوی یخ زدایی و پخت

زمان پخت را با توجه به اندازه، قطر و میزان علاقه خود به برشته بودن غذا تنظیم کنید.

کد	منو	محدودیت وزن	دمای اولیه	دستورالعمل ها	ظرف
۱-۱	پاگت/کروسان	۰,۱-۰,۳ کیلوگرم (هر عدد ۵۰ تا ۱۰۰ گرم)	منجمد	۱. نان منجمد را روی سه پایه کوتاه قرار دهید. منوی مورد نظر را انتخاب و وزن غذا را وارد کنید و دکمه Start را فشار دهید.	سه پایه کوتاه
۱-۲	پنیر سوخاری	۰,۲ - ۰,۴ کیلوگرم	منجمد	۱. رول های پنیر (cheese sticks) را با روغن چرب کنید. ۲. غذای خود را روی سینی مخصوص ترد کردن و آن را روی سه پایه بلند بگذارید. منوی مورد نظر را انتخاب و وزن غذا را وارد کنید و دکمه Start را فشار دهید. ۳. با شنیدن صدای بیپ، غذا را برگردانید و دوباره دکمه Start را فشار دهید تا پخت ادامه یابد.	سینی مخصوص ترد کردن بر روی سه پایه بلند
۱-۳	ناگت مرغ	۰,۲ - ۰,۳ کیلوگرم	منجمد	۱. ناگت مرغ را روی سینی مخصوص ترد کردن و آن را روی سه پایه بلند بگذارید. منوی مورد نظر را انتخاب و وزن غذا را وارد کنید و دکمه Start را فشار دهید. ۲. با شنیدن صدای بیپ، غذا را برگردانید و دوباره دکمه Start را فشار دهید تا پخت ادامه یابد.	سینی مخصوص ترد کردن بر روی سه پایه بلند
۱-۴	لازانیایخ زده	۰,۳ کیلوگرم	منجمد	۱. سینی را از کابین آن در آورید و پلاستیک محافظ آن را جدا کنید. ۲. غذای خود را روی سه پایه کوتاه قرار دهید. منوی مورد نظر را انتخاب کنید و دکمه Start را فشار دهید.	سه پایه کوتاه
۱-۵	پیتزایخ زده (ضخیم)	۰,۵ کیلوگرم	منجمد	۱. بستن پیتزای پخت را باز کنید. ۲. غذای خود را روی سینی مخصوص ترد کردن و آن را روی سه پایه کوتاه بگذارید. منوی مورد نظر را انتخاب کنید و دکمه Start را فشار دهید.	سینی مخصوص ترد کردن بر روی سه پایه کوتاه
۱-۶	پیتزایخ زده (نازک)	۰,۲ - ۰,۴ کیلوگرم	منجمد	۱. بستن پیتزای کامل باز کنید. ۲. غذای خود را روی سینی مخصوص ترد کردن و آن را روی سه پایه کوتاه بگذارید. منوی مورد نظر را انتخاب و وزن غذا را وارد کنید و دکمه Start را فشار دهید.	سینی مخصوص ترد کردن بر روی سه پایه کوتاه
۱-۷	فیله سالمون	۰,۲ - ۰,۶ کیلوگرم	منجمد	۱. فیله سالمون را به صورت قطعات ۲۰۰ گرمی با قطر ۲,۵ سانتی متر آماده کنید. روی فیله ماهی از آذ خود به میزان دلخواه روغن و الویه بمالید. ۲. غذای خود را روی سینی مخصوص ترد کردن و آن را روی سه پایه بلند بگذارید. منوی مورد نظر را انتخاب و وزن غذا را وارد کنید و دکمه Start را فشار دهید. ۳. با شنیدن صدای بیپ، غذا را برگردانید و دوباره دکمه Start را فشار دهید تا پخت ادامه یابد.	سینی مخصوص ترد کردن بر روی سه پایه بلند
۱-۸	میگو	۰,۲ - ۰,۴ کیلوگرم	منجمد	۱. روی میگوهای خود به میزان دلخواه روغن و الویه بمالید. ۲. غذای خود را روی سینی مخصوص ترد کردن و آن را روی سه پایه بلند بگذارید. منوی مورد نظر را انتخاب و وزن غذا را وارد کنید و دکمه Start را فشار دهید. ۳. با شنیدن صدای بیپ، غذا را برگردانید و دوباره دکمه Start را فشار دهید تا پخت ادامه یابد.	سینی مخصوص ترد کردن بر روی سه پایه بلند

دستورالعمل‌های منوی محبوب

زمان پخت را با توجه به اندازه، قطر و میزان علاقه خود به برشته بودن غذا تنظیم کنید.

کد	منو	محدودیت وزن	دمای اولیه	دستورالعمل‌ها	ظرف
۲-۱	برنج زعفرانی	۰,۴ - ۰,۱ کیلوگرم	یخچل	برنج ۰,۱ کیلوگرم ۰,۲ کیلوگرم ۰,۳ کیلوگرم ۰,۴ کیلوگرم آب ۲۵۰ میلی‌لیتر ۵۰۰ میلی‌لیتر ۷۵۰ میلی‌لیتر ۱۰۰۰ میلی‌لیتر روغن (مایع) ۱ قاشق غذاخوری ۲ قاشق غذاخوری ۳ قاشق غذاخوری آب زعفران ۱ قاشق چای‌خوری ۲ قاشق چای‌خوری ۳ قاشق چای‌خوری نمک به اندازه دلخواه ۱. برنج را بشویید و آب آن را خالی کنید. برنج، آب، نمک، روغن مایع و آب زعفران را در کسه بزرگ مناسب برای مایکروویو بریزید و هم‌بزنید. ۲. درب ظرف را نبندید تا آب باقی‌مانده در مخلوط بخار شود. ۳. ظرف را داخل فر بگذارید. منوی موردنظر را انتخاب و وزن غذا را وارد کنید و دکمه Start را فشار دهید. ۴. با شنیدن صدای بیپ، برنج را هم بزنید و سپس درب ظرف را ببندید. دکمه Start را فشار دهید تا پخت ادامه یابد. ۵. پس از پایان فرآیند پخت، مخلوط را هم بزنید، درب ظرف را ببندید و ۵ دقیقه صبر کنید.	ظرف مخصوص مایکروویو (ظرف شیشه ای گود)
۲-۲	کباب تابه	۰,۸ - ۰,۲ کیلوگرم	یخچل	گوشت چرخ‌کرده ۰,۲ کیلوگرم ۰,۴ کیلوگرم ۰,۶ کیلوگرم ۰,۸ کیلوگرم پیاز رنده شده ۱ تکه وسط ۲ تکه وسط ۳ تکه وسط ۴ تکه وسط نمک به اندازه دلخواه ۱. گوشت را با پیاز و نمک در یک ظرف بریزید. ۲. از ترکیب به‌دست‌آمده، توپ‌هایی ۵۰ تا ۶۰ گرمی به قطر ۵ تا ۶ سانتی‌متر درست کنید. ۳. سطح هر کدام را با روغن بمالید. غذای خود را روی سینی مخصوص ترد کردن و آن را روی سه پایه بلند بگذارید. منوی موردنظر را انتخاب و وزن غذا را وارد کنید و دکمه Start را فشار دهید. ۴. با شنیدن صدای بیپ، غذا را برگردانید و دوباره دکمه Start را فشار دهید تا پخت ادامه یابد. پس از پایان فرآیند پخت، غذا را از داخل فر درآورید و بگذارید بماند.	سینی مخصوص ترد کردن بر روی سه پایه بلند
۲-۳	املت گوجه فرنگی	۰,۶ - ۰,۲ کیلوگرم	اتاق	گوجه‌فرنگی (خردشده) ۰,۲ کیلوگرم ۰,۴ کیلوگرم ۰,۶ کیلوگرم تخم‌مرغ ۱ عدد ۲ عدد ۳ عدد روغن آبشده ۲ قاشق غذاخوری ۳ قاشق غذاخوری ۴ قاشق غذاخوری نمک به اندازه دلخواه ۱. تکه‌های گوجه فرنگی، نمک و روغن را مخلوط کنید. مخلوط را در ظرف پیرکس (ضد حرارت) بریزید. ۲. درب ظرف را نبندید. ظرف را داخل فر بگذارید. منوی موردنظر را انتخاب و وزن غذا را وارد کنید و دکمه Start را فشار دهید. ۳. (مخلوط تخم‌مرغ را هنگام پخت آماده کنید.) با شنیدن صدای بیپ، تخم‌مرغ‌ها را نیز در ظرف بریزید. دکمه Start را فشار دهید تا پخت ادامه یابد. ۴. پس از پایان فرآیند پخت، غذا را از داخل فر درآورید. بدون آنکه درب ظرف را بردارید، ۵ تا ۱۰ دقیقه صبر کنید.	ظرف پیرکس (با ارتفاع ۲,۵ سانتی متر)

کد	منو	محدودیت وزن	دمای اولیه	دستورالعمل‌ها	ظرف
۲-۴	برگ مو	۱۰ کیلوگرم	اتاق	مواد تشکیل‌دهنده ۱. ظرف برگ مو ۲. چند عدد پیاز بزرگ و به خوبی خردشده نصف فنجان روغن زیتون، ۱ حبه سیر خردشده، ۱ عدد گوجه فرنگی خردشده، ۱ فنجان آبلیمو، ۱ قاشق غذاخوری رب گوجه فرنگی، نمک کوشر پودر فلفل سیاه تازه، ۱ فنجان برنج سفید نصف فنجان آب، یک‌چهارم فنجان شوید خردشده ۱. پیاز، سیر، گوجه فرنگی، رب گوجه فرنگی و آبلیمو را در ماهیتابه‌ای با مقدار کمی روغن تفت دهید. ۲. برنج دم‌کرده، مخلوط سبزیجات، نمک و فلفل را در ظرفی بریزید و هم بزنید. ۳. برگ مو را روی سطح صافی بگذارید و ۱ قاشق و نیم از مخلوط برنج را در وسط آن بریزید. با خود برگ مو برنج داخل آن را بپوشانید. ۴. همه برگ موها را ببندید و به صورت ردیفی در ظرف عمیق و بزرگی بگذارید و در آن آب بریزید. درب ظرف را با پلاستیک ببندید. ۵. ظرف را داخل فر بگذارید. منوی موردنظر را انتخاب کنید و دکمه Start را فشار دهید. ۶. پس از پایان فرآیند پخت، غذا را با خامه ترش یا ماده دلخواه خود میل کنید.	ظرف مخصوص مایکروویو
۲-۵	کیسا	۲۰ کیلوگرم	اتاق	مواد تشکیل‌دهنده یک‌چهارم فنجان کره ۱ کیلو و ۲۰۰ گرم مرغ تکه تکه شده (۸ تا ۱۰ قطعه)، ۱ عدد پیاز بزرگ تکه تکه شده ۳ حبه سیر ریز ریزشده ۱ فنجان پوره گوجه فرنگی، ۱ عدد گوجه فرنگی خردشده، ۲ عدد هویج متوسط خردشده ۱ مقدار کمی جوز هندی رنده‌شده، مقدار کمی زیره سبز پودر شده، مقدار کمی گشنیز نمک و پودر فلفل سیاه تازه ۳ فنجان آب داغ، ۱ عدد عصاره مرغ ۲۰۰ گرم برنج دان‌بلند یک‌چهارم فنجان کشمش، یک‌چهارم فنجان خلال بادام بوداده ۱. مرغ، هویج، گوجه فرنگی، پوره گوجه فرنگی، سیر، پیاز و کره را در ماهیتابه‌ای با مقدار کمی روغن تفت دهید. ۲. مخلوط مرغ پخته را در ظرف عمیق و بزرگی بریزید و به آن برنج، ادویه، کشمش، بادام و آب بیفزایید. روی آن را با پلاستیک بپوشانید و برای آن منفذی بگذارید. ۳. ظرف را داخل فر بگذارید. منوی موردنظر را انتخاب کنید و دکمه Start را فشار دهید. هنگام پخت آن را حداقل دو بار هم بزنید.	ظرف مخصوص مایکروویو
۲-۶	کفتا	۰.۴-۰.۲ کیلوگرم	اتاق	مواد تشکیل‌دهنده ۵۰۰ گرم گوشت چرخ کرده گاو ۱ فنجان جعفری خردشده یا رنده‌شده، ۱ عدد پیاز خردشده، ۲ عدد نان نصف‌شده نصف قاشق چای‌خوری ادویه یک‌چهارم قاشق چای‌خوری پودر پاپریکا یک‌چهارم قاشق چای‌خوری پودر دارچین، نمک و فلفل به مقدار کافی ۱. همه مواد را در ظرف بزرگی بریزید و خوب هم بزنید. ۲. ماده حاصل‌شده را به شکل تکه‌های کوچک سوسیس درآورید (هر کدام ۱۰۰ گرم به قطر حدوداً ۱،۵ سانتی‌متر). ۳. آن را بر روی سینی ترد کردن و سپس سینی را بر روی سه پایه بلند قرار دهید. بگذارید. منوی موردنظر را انتخاب و وزن غذا را وارد کنید و دکمه Start را فشار دهید. ۴. با شنیدن صدای بیپ، غذا را برگردانید و دوباره دکمه Start را فشار دهید تا پخت ادامه یابد. پس از پایان فرآیند پخت، غذا را از داخل فر درآورید و بگذارید بماند.	سینی مخصوص ترد کردن بر روی سه پایه بلند

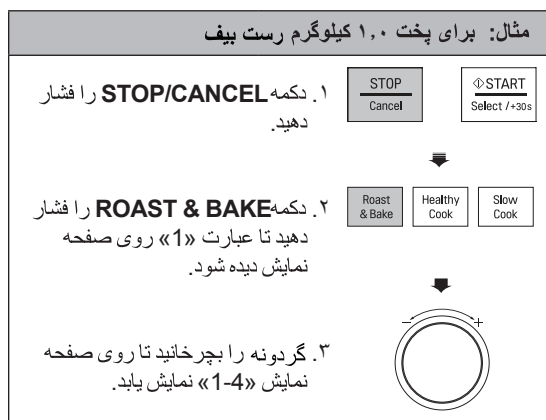
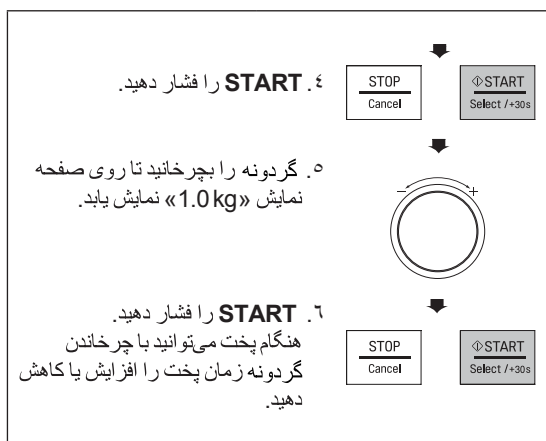
کد	منو	محدودیت وزن	دمای اولیه	دستورالعمل‌ها	ظرف
۲-۷	پودینگ برنج	۰.۷ کیلوگرم	اتاق	مواد تشکیل‌دهنده نصف فنجان برنج دانه‌کوتاه، ۶۰۰ گرم شیر، مقدار کمی نمک، یک‌چهارم فنجان شکر گرانول، ۳ قاشق چای خوری گلاب نصف قاشق چای‌خوری پودر هل، عسل معمولی (اختیاری) ۱. همه مواد را در ظرف بزرگی هم بزنید. روی آن را با پلاستیک ببوشانید و برای آن منفذی بگذارید. ۲. ظرف را داخل فر بگذارید. منوی موردنظر را انتخاب کنید و دکمه Start را فشار دهید تا پخت آغاز شود. ۳. با شنیدن صدای بیپ، غذا را هم بزنید و سپس درب ظرف را ببندید. دکمه Start را فشار دهید تا پخت ادامه یابد. ۴. پس از پایان فرآیند پخت، مخلوط را هم بزنید، درب ظرف را ببندید و ۵ دقیقه صبر کنید.	ظرف مخصوص مایکروویو
۲-۸	لازانيا	۱	اتاق	مواد تشکیل‌دهنده ۹ ورق لازانيا ۵۰۰ گرم سس اسپاگتی ۶۰۰ گرم پنیر ۳۰۰ گرم پنیر موزارلا رنده شده ۳۰ گرم پنیر پارمزان رنده شده برای سس پنیر: ۶۰ گرم کره، ۵۰ گرم آرد الک شده، اندکی جوز هندی زمینی، ۵۰۰ میلی‌لیتر شیر، ۲۰ گرم پنیر پارمزان رنده شده کره را در ماهی‌تابه‌ای آب کنید. آرد و جوز هندی را به آن بیفزایید و خوب هم بزنید. کم‌کم شیر را نیز به مخلوط اضافه کنید و تا وقتی می‌جوشد و سفت می‌شود آن را هم بزنید. شعله گاز را کم و پنیر پارمزان را اضافه کنید. خوب هم بزنید تا پنیر آب شود. ۱. ورق‌های لازانيا را مطابق راهنمای روی بسته بپزید و آب آن را خالی کنید. ۲. حدود ۱۲۵ گرم سس اسپاگتی را در یک ظرف ۲۶ x ۱۷ سانتی‌متری پخش کنید. ۳. ۳ ورق لازانيا را با ۳۰۰ گرم سس پنیر، ۱۲۵ گرم سس اسپاگتی و ۱۰۰ گرم پنیر موزارلا به صورت طبقه‌طبقه روی هم بگذارید. این کار را تکرار کنید. ۴. در نهایت، ورق لازانياهای باقی‌مانده را هم به همین صورت روی هم بچینید، ۱۲۵ گرم سس اسپاگتی روی آن بمالید و ۱۰۰ گرم پنیر موزارلا و ۳۰ گرم پنیر پارمزان روی آن بپاشید. ۵. ظرف مخصوص پخت‌وپز را روی سه پایه کوتاه بگذارید. منوی موردنظر را انتخاب و وزن غذا را وارد کنید و دکمه Start را فشار دهید.	ظرف شیرینی‌پزی ۲۶ x ۱۷ سانتی‌متر روی سه پایه کوتاه
۲-۹	گراتن سببزمینی	۱.۵ کیلوگرم	اتاق	مواد تشکیل‌دهنده ۱ کیلوگرم سببزمینی ۱ حبه سیر ۲۰ گرم کره ۳۰۰ گرم خامه ۱۰۰ گرم پنیر رنده‌شده جوز هندی، نمک و فلفل به مقدار کافی ۱. سببزمینی‌ها را پوست بکنید و بشویید و سپس آن‌ها را به تکه‌های ۵ میلی‌متری برش دهید. داخل ظرف حبه سیر و کره بمالید. ۲. نصف سببزمینی‌ها را در ظرف ویژه پخت و پز بگذارید و روی آن ادویه بریزید. بقیه سببزمینی‌ها را نیز در ظرف بگذارید و روی آن به میزان دلخواه ادویه بریزید. سس روی آن خامه و پنیر بزنید. ۳. ظرف مخصوص پخت‌وپز را روی سه پایه کوتاه بگذارید. منوی موردنظر را انتخاب کنید و دکمه Start را فشار دهید.	ظرف شیرینی‌پزی ۲۰ x ۲۰ سانتی‌متر روی سه پایه کوتاه

کد	منو	محدودیت وزن	دمای اولیه	دستورالعمل‌ها	ظرف
۲-۱۰	راتاتویی	۱.۵ کیلوگرم	اتاق	مواد تشکیل‌دهنده ۱ عدد پیاز قاچ‌شده ۱ عدد بادمجان تکه‌تکه‌شده ۱ عدد کدو سبز تکه‌تکه‌شده ۱ عدد فلفل دلمه رنگی تکه‌تکه‌شده ۳ عدد گوجه فرنگی خردشده ۱ قاشق غذاخوری رب گوجه فرنگی ۲ حبه سیر خردشده ۱ قاشق غذاخوری سبزی خردشده تازه، ۲ قاشق غذا خوری سرکه ۱ قاشق چای‌خوری شکر نمک و فلفل به مقدار کافی ۱. همه مواد را داخل ظرف عمیق و بزرگی بریزید و خوب هم بزنید. روی آن را با پلاستیک بپوشانید و برای آن منفذی بگذارید. ۲. ظرف را داخل فر بگذارید. منوی موردنظر را انتخاب کنید و دکمه Start را فشار دهید. هنگام پخت آن را حداقل دو بار هم بزنید.	ظرف مخصوص مایکروویو
۲-۱۱	کدو شکم پر	۱.۲ کیلوگرم	اتاق	مواد تشکیل‌دهنده ۴ حلقه کدو سبز، هر کدام به وزن حدوداً ۲۰۰ گرم ۵۰۰ گرم گوشت گوساله چرخ‌کرده ۲ قاشق غذاخوری روغن زیتون نمک و فلفل به مقدار کافی ۱. در ابتدا گوشت چرخ‌کرده را در ظرف شیشه‌ای (مقاوم در برابر حرارت) با کمی روغن با استفاده از پخت مایکروویو با توان ۷۰۰ وات به مدت ۶ دقیقه تفت بدهید. ۲. قسمت بالای کدو سبزها را به شکل کلاه جدا کنید. مراقب باشید پوست آن سوراخ و زخمی نشود. سپس روی همه کدوها نمک و فلفل بپاشید. ۳. کدوها را با گوشت تفت داده شده پر کنید و کلاهک آن‌ها را بگذارید. ۴. غذای خود را روی سینی مخصوص ترد کردن و آن را روی سه پایه کوتاه بگذارید و سپس روی آن روغن زیتون بپاشید. منوی موردنظر را انتخاب کنید و دکمه Start را فشار دهید.	سینی مخصوص ترد کردن بر روی سه پایه کوتاه
۲-۱۲	مرغ تیکا	۰.۴-۰.۲ کیلوگرم	اتاق	مواد تشکیل‌دهنده ۴ عدد سینه مرغ خرد شده ۱ فنجان ماست طبیعی ۱ قاشق غذاخوری پودر زیره ۱ قاشق غذاخوری پودر گرام ماسالا ۱ قاشق چای‌خوری گشنیز پودر شده ۱ آبلیمو ۸ حبه سیر ریزشده ۱ اینچ زنجبیل رنده‌شده یک‌چهارم قاشق چای‌خوری رنگ‌دهنده خوراکی قرمز ۱ عدد لیمو نمک و فلفل به مقدار کافی ۱. ادویه، رنگ‌دهنده، آبلیمو، زنجبیل و سیر را با مقداری آب داخل مخلوط کنید تا به شکل خمیر شوند. ۲. برای تهیه سس ماریناد تنوری، آن را با ماست خوب هم بزنید. ۳. مرغ را به مدت ۲ تا ۳ ساعت در سس ماریناد خیس کنید. ۴. تکه‌های مرغ را به سیخ‌های چوبی بکشید. به یاد داشته باشید که سیخ‌ها باید از وسط تکه مرغ‌ها بگذرند. ۵. سیخ‌ها را بر روی سه پایه بلند و آنرا بر روی ظرف چربی گیر بگذارید. ۶. منوی موردنظر را انتخاب و وزن غذا را وارد کنید و دکمه Start را فشار دهید. ۷. با شنیدن صدای بیپ، غذا را برگردانید و دوباره دکمه Start را فشار دهید تا پخت ادامه یابد. پس از پایان فرآیند پخت، غذا را از داخل فر درآورد و بگذارید بماند.	سه پایه بلند بر روی ظرف چربی گیر

کد	منو	محدودیت وزن	دمای اولیه	دستورالعمل‌ها	ظرف																
۲-۱۳	مرغ کاري	۱.۵ کیلوگرم	اتاق	مواد تشکیل‌دهنده ۴۰۰ گرم سینه مرغ تک‌تکه‌شده، یک‌چهارم فنجان روغن زیتون، ۲ عدد پیاز خردشده، ۴ حبه سیر خردشده، ۱ عدد ریشه زنجبیل پوست‌کنده، ۱ شاخه دارچین خشک، ۲ عدد فلفل قرمز خشک، ۱ قاشق چای‌خوری زردچوبه، ۴۰۰ گرم سس گوجه فرنگی، نصف فنجان آب یا آب مرغ، نصف فنجان ماست صاف‌شده، چند ۱ قاشق غذاخوری آبلیمو، نمک و فلفل به مقدار کافی ۱. همه مواد را داخل ظرف عمیق و بزرگ مخصوص مایکروویو بریزید و خوب هم بزنید. روی آن را با پلاستیک بپوشانید و برای آن منفذی بگذارید. ۲. ظرف را داخل فر بگذارید. منوی موردنظر را انتخاب کنید و دکمه Start را فشار دهید. ۳. هنگام پخت آن را حداقل دو بار هم بزنید.	ظرف مخصوص مایکروویو																
۲-۱۴	کاري عدس	۰.۲-۰.۴ کیلوگرم	اتاق	مواد تشکیل‌دهنده <table><tr><td>دال عدس (خیسانده شده به مدت ۲ ساعت)</td><td>۰.۲ کیلوگرم</td><td>۰.۳ کیلوگرم</td><td>۰.۴ کیلوگرم</td></tr><tr><td>آب</td><td>۴۰۰ میلی‌لیتر</td><td>۶۰۰ میلی‌لیتر</td><td>۸۰۰ میلی‌لیتر</td></tr><tr><td>روغن</td><td>۲ قاشق غذاخوري</td><td>۲ و نیم قاشق غذاخوري</td><td>۳ قاشق غذاخوري</td></tr><tr><td>نمک</td><td colspan="3">به اندازه دلخواه</td></tr></table> ادویه تخم زیره، پودر فلفل پودر زردچوبه برگ‌کاری ۱. همه مواد را در ظرف بزرگ مخصوص مایکروویو و به آن ادویه‌های دلخواه خود را بیفزایید. ۲. ظرف را داخل فر بگذارید. منوی موردنظر را انتخاب و وزن غذا را وارد کنید و دکمه Start را فشار دهید. هنگام پخت آن را حداقل دو بار هم بزنید.	دال عدس (خیسانده شده به مدت ۲ ساعت)	۰.۲ کیلوگرم	۰.۳ کیلوگرم	۰.۴ کیلوگرم	آب	۴۰۰ میلی‌لیتر	۶۰۰ میلی‌لیتر	۸۰۰ میلی‌لیتر	روغن	۲ قاشق غذاخوري	۲ و نیم قاشق غذاخوري	۳ قاشق غذاخوري	نمک	به اندازه دلخواه			ظرف مخصوص مایکروویو
دال عدس (خیسانده شده به مدت ۲ ساعت)	۰.۲ کیلوگرم	۰.۳ کیلوگرم	۰.۴ کیلوگرم																		
آب	۴۰۰ میلی‌لیتر	۶۰۰ میلی‌لیتر	۸۰۰ میلی‌لیتر																		
روغن	۲ قاشق غذاخوري	۲ و نیم قاشق غذاخوري	۳ قاشق غذاخوري																		
نمک	به اندازه دلخواه																				
۲-۱۵	برياني سبزي	۱.۰ کیلوگرم	اتاق	مواد تشکیل‌دهنده نصف فنجان برنج باسماتی، ۴۰۰ گرم آب ۲ فنجان پیاز خرد شده / ۱ عدد گوجه فرنگی خرد شده ۱ فنجان سبزیجات (هویج، لوبیا، نخود، سیب‌زمینی)، ۲ عدد فلفل سبز خردشده، ۱ قاشق چای‌خوری سس زنجبیل و سیر، ۱ و نیم قاشق چای‌خوری پودر فلفل قرمز، ۱ قاشق چای‌خوری پودر گشنیز، ۱ قاشق چای‌خوری زیره پودر شده ۱ قاشق غذاخوری بریانی ماسالا، ۱ شاخه دارچین خشک، ۲ دانه هل، ۲ حبه سیر برگ بو کوچک، ۱ قاشق چای‌خوری دانه رازیانه، ۱ دسته برگ گشنیز خردشده برگ گشنیز و نعناع، ۱ قاشق چای‌خوری روغن، ۲ قاشق غذاخوری کره آب‌کرده، نمک به مقدار کافی ۱. همه سبزیجات و ادویه‌ها را در ماهیتابه‌ای با مقدار کمی روغن تفت دهید. ۲. مخلوط سبزیجات پخته را در ظرف عمیق و بزرگی بریزید و به آن برنج و آب بیفزایید. روی آن را با پلاستیک بپوشانید و برای آن منفذی بگذارید. ۳. ظرف را داخل فر بگذارید. منوی موردنظر را انتخاب کنید و دکمه Start را فشار دهید تا پخت آغاز شود. هنگام پخت آن را حداقل دو بار هم بزنید.	ظرف مخصوص مایکروویو																

سرخ کردن و پختن

منوی فر شما به صورت پیش فرض برای پخت غذا به طور خودکار برنامه ریزی شده است. برنامه مورد نظر و مقدار غذا را وارد کنید. سپس بگذارید موارد انتخابی‌تان را ببزد.



راهنمای منوی سرخ کردن و پختن

کد	منو	محدودیت وزن	دمای اولیه	دستورالعمل‌ها	ظرف
۱-۱	سیبزمینی پخته	۰،۲ - ۱،۰ کیلوگرم، (۱۸۰ - ۲۲۰ گرم، هر عدد)	اتاق	۱. سیبزمینی‌ها را بشویید و با دستمال کاغذی خشک کنید. ۲. هر سیب زمینی را ۸ بار با چنگال سوراخ کنید. ۳. غذای خود را روی سه پایه کوتاه قرار دهید. منوی مورد نظر را انتخاب و وزن غذا را وارد کنید و دکمه Start را فشار دهید. ۴. پس از پایان فرآیند پخت، غذا را با ورق آلومینیومی بپوشانید و ۵ دقیقه صبر کنید.	سه پایه کوتاه
۱-۲	بیسکویت ها	۱	اتاق	مواد تشکیل دهنده ۸۰ گرم شکر قهوه‌ای ۸۰ گرم کره آب کرده ۱ عدد تخم مرغ هم زده ۱۸۰ گرم آرد همه منظوره الک کرده نصف قاشق چای خوری بکینگ پودر نصف قاشق چای خوری جوش شیرین ۱۰۰ گرم شکلات تکه‌ای ریز ۱. شکر قهوه‌ای را با کره نرم کرده ترکیب کنید. کمک تخم مرغ را به آن بیفزایید و هم بزنید تا پف کند. آرد، بکینگ پودر، جوش شیرین و شکلات تکه‌ای را اضافه کنید و خوب هم بزنید. ۲. سه پایه بلند و سه پایه کوتاه را با ورق آلومینیومی بپوشانید و خمیر به دست آمده را با قاشق غذاخوری روی آن بریزید. کلوچه‌ها باید از هم ۲ سانتی متر فاصله داشته باشند. ۳. سه پایه بلند و سه پایه کوتاه داخل فر بگذارید. منوی مورد نظر را انتخاب کنید و دکمه Start را فشار دهید. ۴. پس از پایان فرآیند پخت، غذا را از داخل فر در آورید و بگذارید خنک شود.	سه پایه بلند + سه پایه کوتاه

کد	منو	محدودیت وزن	دمای اولیه	دستورالعمل‌ها	ظرف
۱-۳	پیتزا تازه	۱	اتاق	مواد تشکیل‌دهنده خمیر: ۱۲۰ گرم آرد همه‌منظوره یا آرد نان ۱ قاشق چای‌خوری مخمر خشک فعال یک‌سوم قاشق چای‌خوری نمک ۱ قاشق چای‌خوری شکر ۷۰ میلی‌لیتر آب گرم ۱ قاشق چای‌خوری روغن زیتون تازه به اضافه مقداری برای ریختن روی غذا چاشنی: ۳ قاشق غذاخوری سس پیتزا ۳۰ گرم سوسیس خردشده (تفت داده شده)* ۲ عدد قارچ تازه خردشده نصف فلفل تازه ۱۰۰ گرم پنیر موزارلا رنده شده * روش تفت دادن سوسیس: سوسیس خرد شده را در ظرف شیشه‌ای (مقاوم در برابر حرارت) با کمی روغن با استفاده از پخت مایکروویو با توان ۷۰۰ وات به مدت ۳ دقیقه تفت بدهید. ۱. همه مواد را در ظرف بزرگی با هم مخلوط کنید. ۲. مخلوط را با همزن برقی صاف کنید تا خمیری ارتجاعی به دست آید. ۳. خمیر به‌دست‌آمده را از ظرف خارج کنید و روی سینی مخصوص ترد کردن قرار دهید. سس پیتزا را روی خمیر پخش کنید. روی آن را با چاشنی و پنیر تزیین کنید. ۴. سینی مخصوص ترد کردن را روی سه پایه کوتاه قرار دهید. منوی مورتنظر را انتخاب و وزن غذا را وارد کنید و دکمه Start را فشار دهید.	سینی مخصوص ترد کردن بر روی سه پایه کوتاه
۱-۴	رست بیف	۱,۵-۰,۵ کیلوگرم	یخچالی	۱. روی گوشت به میزان دلخواه کره آب‌کرده یا روغن و ادویه بمالید. ۲. غذا را بر روی سه پایه کوتاه و آن را بر روی ظرف چربی گیر بگذارید. منوی مورتنظر را انتخاب و وزن غذا را وارد کنید و دکمه Start را فشار دهید. ۳. با شنیدن صدای بیپ، آب غذا را خارج کنید و به سرعت غذا را برگردانید. دکمه شروع را فشار دهید تا پخت ادامه یابد. ۴. پس از پایان فرآیند پخت، غذا را با ورق آلومینیومی بپوشانید و ۱۰ دقیقه صبر کنید.	سه پایه کوتاه بر روی ظرف چربی گیر
۱-۵	مرغ بریان	۱,۸-۰,۸ کیلوگرم	یخچالی	۱. روی مرغ‌ها به میزان دلخواه کره آب‌کرده یا روغن و ادویه بمالید. ۲. مرغ را به صورت درسته بر روی سینه بر روی سه پایه کوتاه قرار داده و آن را بر روی ظرف چربی گیر بگذارید. منوی مورد نظر را انتخاب و وزن غذا را وارد کنید و دکمه Start را فشار دهید. ۳. با شنیدن صدای بیپ، آب غذا را خارج کنید و به سرعت غذا را برگردانید. دکمه شروع را فشار دهید تا پخت ادامه یابد. ۴. پس از پایان فرآیند پخت، غذا را با ورق آلومینیومی بپوشانید و ۱۰ دقیقه صبر کنید.	سه پایه کوتاه بر روی ظرف چربی گیر
۱-۶	بره بریان	۱,۵-۰,۵ کیلوگرم	یخچالی	۱. روی گوشت به میزان دلخواه کره آب‌کرده یا روغن و ادویه بمالید. ۲. غذا را روی سه پایه کوتاه و آن را بر روی ظرف چربی گیر بگذارید. منوی مورد نظر را انتخاب و وزن غذا را وارد کنید و دکمه Start را فشار دهید. ۳. با شنیدن صدای بیپ، آب غذا را خارج کنید و به سرعت غذا را برگردانید. دکمه شروع را فشار دهید تا پخت ادامه یابد. ۴. پس از پایان فرآیند پخت، غذا را با ورق آلومینیومی بپوشانید و ۱۰ دقیقه صبر کنید.	سه پایه کوتاه بر روی ظرف چربی گیر

کد	منو	محدودیت وزن	دمای اولیه	دستور العمل‌ها	ظرف
۱-۷	سبزیجات کبابی	۰,۳-۰,۲ کیلوگرم	اتاق	مواد تشکیل‌دهنده بادمجان تکه‌شده (قطعه‌هایی با قطر ۱ تا ۲ سانتی‌متر کدو سبز تکه‌شده (قطعه‌هایی با قطر ۱ تا ۲ سانتی‌متر پیاز قاچ‌شده فلفل دلمه‌ای نصف‌شده در جهت طول با دانه‌های خارج‌شده گوچه فرنگی گیلانی به صورت درسته قارچ نصف‌شده ۱. روی سبزیجات به میزان دلخواه کره آب‌کرده یا روغن و انویه بمالید. ۲. غذای خود را روی سینی مخصوص ترد کردن و آن را بر روی سه پایه بلند بگذارید. منوی مورتنظر را انتخاب و وزن غذا را وارد کنید و دکمه Start را فشار دهید. ۳. با شنیدن صدای بیپ، غذا را برگردانید و دوباره دکمه Start را فشار دهید تا پخت ادامه یابد.	سینی مخصوص ترد کردن بر روی سه پایه کوتاه
۱-۸	کیک‌های کوچک	۱	اتاق	مواد تشکیل‌دهنده ۱۲۰ گرم شکر ۱۲۰ گرم کره نرم‌کرده ۲ عدد تخم‌مرغ هم‌زده ۱۵۰ گرم آرد همه‌منظوره الک‌کرده ۱ قاشق چای‌خوری بکینگ پودر ۱۰ تا ۱۳ فنجان کاغذی مافین (۵۰ میلی‌متر قاعده ۳۰ X میلی‌متر ارتفاع) ۱. شکر را با کره نرم‌کرده ترکیب کنید. کم‌کم تخم‌مرغ‌ها را اضافه کنید و هم بزنید تا رقیق شود و پف کند. آرد و بکینگ پودر را اضافه کنید و خوب هم بزنید. در فنجان‌های کاغذی به یک اندازه کره بریزید (هر کدام ۲۵ تا ۳۰ گرم) ۲. فنجان‌های مافین آماده شده را روی سینی مخصوص ترد کردن و آن را روی بگذارید. منوی مورتنظر را انتخاب کنید و دکمه Start را فشار دهید. ۳. پس از پایان فرایند پخت، غذا را از داخل فر درآورید و بگذارید خنک شود.	فنجان‌های کاغذی مافین بر روی سینی مخصوص ترد کردن و بر روی سه پایه بلند

پخت با جوجه‌گردان

منوی فر شما به صورت پیش‌فرض برای پخت غذا به طور خودکار برنامه‌ریزی شده است. برنامه مورد نظر و مقدار غذا را وارد کنید. سپس بگذارید موارد انتخابی‌تان را ببزد.

مثال: برای پخت مرغ درسته ۱ کیلوگرمی

۱. دکمه **STOP/CANCEL** را فشار دهید.

۲. دکمه **ROAST & BAKE** را فشار دهید تا عبارت «2» روی صفحه نمایش دیده شود.

۳. گردونه را بچرخانید تا روی صفحه نمایش «2-3» نمایش یابد.

۴. **START** را فشار دهید.

۵. گردونه را بچرخانید تا روی صفحه نمایش «1.0 kg» نمایش یابد.

۶. **START** را فشار دهید. هنگام پخت می‌توانید با چرخاندن گردونه زمان پخت را افزایش یا کاهش دهید.

پس از پایان فرآیند پخت، میله‌های جوجه‌گردان را با دستگیره آن از هر دو طرف بگیرید و سمت راست آن را بالا و سپس سمت چپ را بیرون بکشید.

سینی مخصوص ترد کردن سینی شیشه‌ای

احتیاط

پیش از پخت مرغ، مطابق شکل‌ران‌ها و بال‌های آن را با نخ کتان ببندید.

۱. بدون آنکه غذایی داخل فر بگذارید، از سینی فلزی و جوجه گردان استفاده نکنید، زیرا به فر آسیب خواهد رسید.

۲. پس از پایان فرآیند پخت، سینی فلزی به شدت داغ خواهد بود.

۳. توصیه می‌شود هر بار پیش از استفاده از فر، چربی‌های روی صفحه‌گردان آن پاک شود.

چربی روی صفحه گردان در صورت داغ شدن ممکن است سبب ایجاد دود شود.

احتیاط

۱. پخت با جوجه‌گردان برای گریل کردن گوشت و مرغ (انواع ماکیان) مناسب است. در صورتی که غذا پس از مدتی برگردانده نشود، سطح آن به صورت متوازن سرخ نمی‌گردد.

۲. از جوجه گردان می‌توان در حالت گریل، کانوکشن و غذای ایرانی استفاده کرد.

۳. میله جوجه‌گردان تنها برای پخت با جوجه‌گردان قابل استفاده است. پس از پایان پخت با جوجه‌گردان، میله آن را خارج و با لوازم جانبی دیگر نگهداری کنید.

توجه

برای تمیز کردن جوجه‌گردان و سینی مخصوص ترد کردن پس از پایان فرآیند پخت، جوجه‌گردان را از غذا جدا کنید. هنگام دست زدن به جوجه گردان و سینی مخصوص ترد کردن و نیز مواد غذایی مراقب باشید، زیرا داغ هستند. لکه دار شدن جوجه گردان و سینی مخصوص ترد کردن هنگام پخت امری طبیعی است. کافی است آنها را با مخلوط آب گرم و صابون و پارچه نرم تمیز کنید. اگر جوجه گردان و سینی مخصوص ترد کردن پس از شستشو نیز همچنان لکه داشتند، آنها را مدت چند دقیقه در مخلوط آب داغ و صابون قرار دهید. از پدهای جلادهنده فلزات برای این کار استفاده نکنید، زیرا سطح آنها را خشن می‌اندازد.

احتیاط

۱. پخت با جوجه‌گردان برای گریل کردن گوشت و مرغ (انواع ماکیان) مناسب است. در صورتی که غذا پس از مدتی برگردانده نشود، سطح آن به صورت متوازن سرخ نمی‌گردد.

۲. از جوجه گردان می‌توان در حالت گریل، کانوکشن و غذای ایرانی استفاده کرد.

۳. میله جوجه‌گردان تنها برای پخت با جوجه‌گردان قابل استفاده است. پس از پایان پخت با جوجه‌گردان، میله آن را خارج و با لوازم جانبی دیگر نگهداری کنید.

توجه

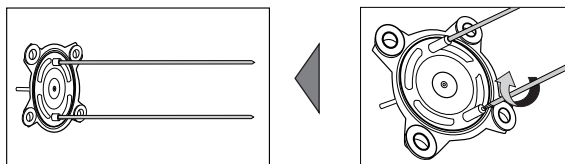
برای تمیز کردن جوجه‌گردان و سینی مخصوص ترد کردن پس از پایان فرآیند پخت، جوجه‌گردان را از غذا جدا کنید. هنگام دست زدن به جوجه گردان و سینی مخصوص ترد کردن و نیز مواد غذایی مراقب باشید، زیرا داغ هستند. لکه دار شدن جوجه گردان و سینی مخصوص ترد کردن هنگام پخت امری طبیعی است. کافی است آنها را با مخلوط آب گرم و صابون و پارچه نرم تمیز کنید. اگر جوجه گردان و سینی مخصوص ترد کردن پس از شستشو نیز همچنان لکه داشتند، آنها را مدت چند دقیقه در مخلوط آب داغ و صابون قرار دهید. از پدهای جلادهنده فلزات برای این کار استفاده نکنید، زیرا سطح آنها را خشن می‌اندازد.

روش اتصال اجزای جوجه‌گردان

۱ قرار دادن میله‌های باریکیو داخل صفحه سمت چپ

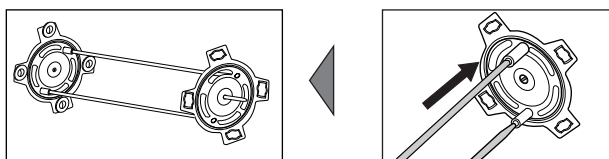
احتیاط

جوجه‌گردان اسباب‌بازی نیست.
جوجه‌گردان را از دسترس کودکان دور نگه دارید.



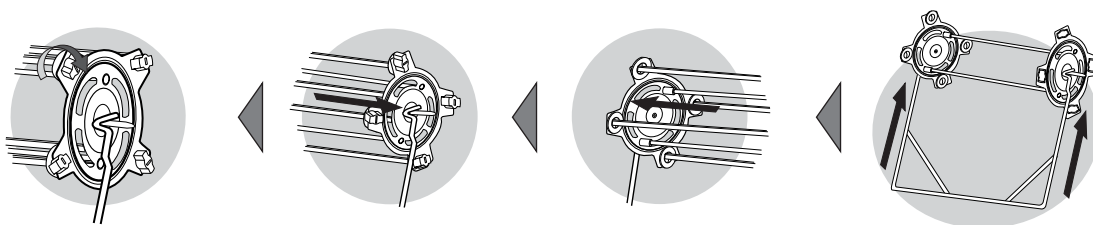
میله باریکیو را در داخل صفحه سمت چپ در جهت عقربه‌های ساعت بچرخانید

۲ سوار کردن صفحه سمت راست



میله‌های باریکیو را داخل صفحه سمت راست قرار دهید

۳ متصل کردن سیخ‌ها



دستگیره را روی جوجه‌گردان نصب کنید.

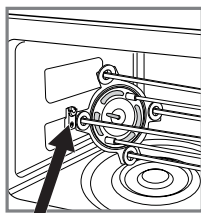
لبه جهندار سیخ را در داخل سوراخ روی صفحه سمت چپ قرار دهید.

لبه بیرونی سیخ را در داخل سوراخ روی صفحه سمت راست قرار دهید.

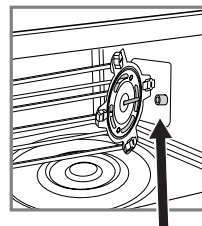
آن را در جهت عقربه‌های ساعت بچرخانید تا محکم شود. این کار را ۴ بار تکرار کنید تا سرهم کردن جوجه‌گردان پایان یابد.

۴ درست کردن غذا با جوجه‌گردان.
میله صفحه سمت راست را داخل میله موتور قرار دهید.

۵ میله صفحه چپ را بر روی نگهدارنده جوجه گردان قرار دهید.



نگهدارنده جوجه‌گردان



میله موتور

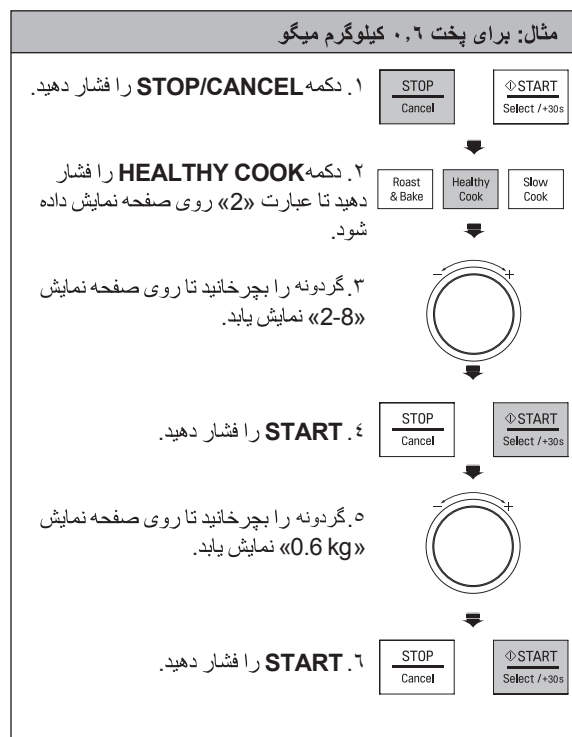
راهنمای منوی پخت با جوجه‌گردان

زمان پخت را با توجه به اندازه، قطر و میزان علاقه خود به برشته بودن غذا تنظیم کنید.

کد	منو	محدودیت وزن	دمای اولیه	دستورالعمل‌ها	ظرف
۲-۱	کباب	۰٫۲ - ۰٫۸ کیلوگرم	یخچال	طرز تهیه سس ماریناد برای گوشت ۲ آب پیاز ۳ قاشق غذاخوری روغن زیتون ۲ قاشق غذاخوری زعفران ۱. مواد لازم برای تهیه سس ماریناد را با هم مخلوط کنید، گوشت‌ها را به تکه‌های با قطر ۱ و نیم سانتی‌متری برش دهید و به مدت ۳ تا ۴ ساعت در ماریناد بگذارید. ۲. تکه‌های سبزیجات را با میله جوجه‌گردان به سیخ بکشید. به یاد داشته باشید که میله باید از وسط تکه‌ها بگذرند. ۳. میله را داخل نگهدارنده جوجه‌گردان بالای سینی فلزی داخل فر قرار دهید. ۴. منوی موردنظر را انتخاب و وزن غذا را وارد کنید و دکمه Start را فشار دهید.	میله جوجه‌گردان و نگهدارنده آن بالای سینی فلزی
۲-۲	سیخ سبزیجات	۰٫۲ - ۰٫۴ کیلوگرم	یخچال	مواد تشکیل‌دهنده خیار قطعه‌قطعه‌شده بادمجان حبه‌حبه‌شده قارچ قطعه‌قطعه‌شده فلفل فرمز یا سبز قطعه‌قطعه‌شده با دانه گوچه فرنگی به صورت درسته یا تکه‌های یک‌چهارم کدو سبز کوچک به صورت قطعه‌های قطور ترشی پیاز * سس ماریناد با سرکه ۱۲۵ میلی‌لیتر روغن پخت‌وپز یا روغن زیتون ۳۷۵ میلی‌لیتر سرکه فرمز یا سرکه خشک ۱ حبه سیر خردشده ۱ عدد پیاز کوچک تکه‌تکه‌شده پودر فلفل تازه به مقدار کافی ۱. برای اینکه به رنگ و مزه مناسبی برسید، به دلخواه خود از سبزیجات بالا ترکیبی انتخاب کنید. ۲. تکه‌های سبزیجات را به مدت چندین ساعت در ماریناد سرکه خیس کنید. ۳. تکه‌های سبزیجات را با میله جوجه‌گردان به سیخ بکشید. به یاد داشته باشید که میله باید از وسط تکه‌ها بگذرند. ۴. میله را داخل نگهدارنده جوجه‌گردان بالای سینی فلزی داخل فر قرار دهید. ۵. منوی موردنظر را انتخاب و وزن غذا را وارد کنید و دکمه Start را فشار دهید.	میله جوجه‌گردان و نگهدارنده آن بالای سینی فلزی
۲-۳	مرغ کامل	۰٫۸ - ۱٫۵ کیلوگرم	یخچال	مواد تشکیل‌دهنده مرغ ۲ عدد پیاز رنده‌شده ۳ قاشق غذاخوری آب زعفران ۵ قاشق غذاخوری روغن نصف فنجان ابلیمو نمک و فلفل به مقدار کافی ۱. مواد لازم برای تهیه سس ماریناد را با هم مخلوط کنید و مرغ را به مدت ۳ تا ۴ ساعت در آن خیس کنید. ۲. روی مرغ نمک و فلفل سیاه بپاشید. ۳. مرغ را با میله جوجه‌گردان به سیخ بکشید. حتماً سیخ را کاملاً از مرغ عبور دهید. ۴. ران‌ها، بال‌ها و بدن مرغ را با نخ کتان ببندید و میله را داخل نگهدارنده جوجه‌گردان بالای سینی فلزی داخل فر قرار دهید. ۵. منوی موردنظر را انتخاب و وزن غذا را وارد کنید و دکمه Start را فشار دهید. ۶. پس از پایان فرآیند پخت، غذا را از داخل فر درآورید. پیش از سرو غذا، آن را با ورق آلومینیومی بپوشانید و ۱۰ دقیقه صبر کنید.	میله جوجه‌گردان و نگهدارنده آن بالای سینی فلزی

پخت سالم

منوی فر شما به صورت پیش‌فرض برای پخت غذا به طور خودکار برنامه ریزی شده است. یکی از منوهای زیر را انتخاب و وزن غذا را وارد کنید و بقیه را به عهده فرمایکروویو خود بگذارید. برای انتخاب منوهای دیگر، گردونه را (طبق توضیحات مرحله ۳) بچرخانید تا کد منوی موردنظر روی صفحه نمایش یابد.



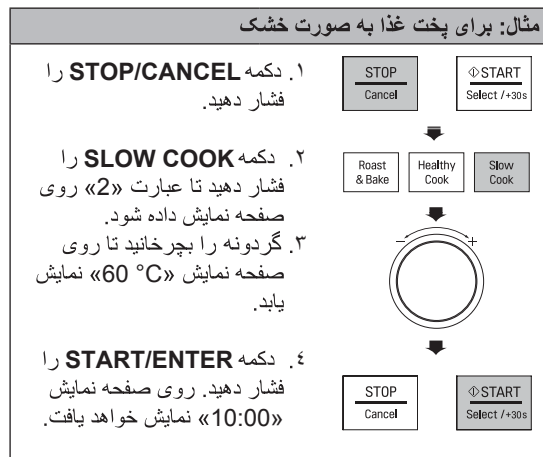
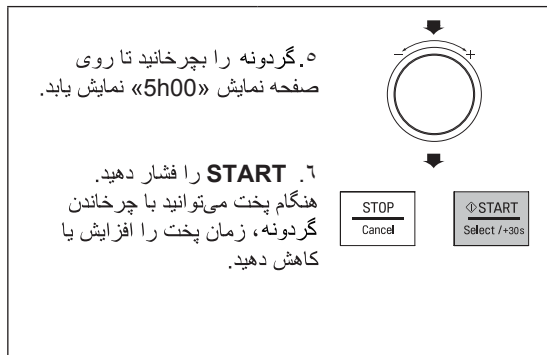
راهنمای منوی پخت سالم

زمان پخت را با توجه به اندازه، قطر و میزان علاقه خود به برشته بودن غذا تنظیم کنید.

کد	منو	محدودیت وزن	دمای اولیه	دستورالعمل‌ها	ظرف
۱	شنیسل مرغ	۰.۲-۰.۶ کیلوگرم	یخچل	مواد تشکیل دهنده سینه مرغ، هر کدام به وزن ۱۵۰ تا ۲۰۰ گرم ۱ فنجان آرد ۲ عدد تخم مرغ همزده ۱ فنجان پودر نان نمک و فلفل به مقدار کافی ۱. روی سینه مرغ‌ها به دلخواه خود نمک و فلفل بپاشید، سپس آن را در آرد بغلتانید و روی آن تخم مرغ همزده بمالید. آن را با پودر نان بپوشانید و روی آن روغن بمالید. ۲. غذای خود را روی سینی مخصوص ترد کردن و آن را روی سه پایه بلند بگذارید. منوی موردنظر را انتخاب و وزن غذا را وارد کنید و دکمه Start را فشار دهید. ۳. با شنیدن صدای بیپ، غذا را برگردانید و دوباره دکمه Start را فشار دهید تا پخت ادامه یابد.	سینی مخصوص ترد کردن بر روی سه پایه بلند
۲	بال مرغ	۰.۲-۰.۶ کیلوگرم	یخچل	۱. روی بال مرغ‌ها به میزان دلخواه کره آب‌کرده یا روغن و ادویه بمالید. ۲. غذای خود را روی سینی مخصوص ترد کردن و آن را روی سه پایه بلند بگذارید. منوی موردنظر را انتخاب و وزن غذا را وارد کنید و دکمه Start را فشار دهید. ۳. با شنیدن صدای بیپ، غذا را برگردانید و دوباره دکمه Start را فشار دهید تا پخت ادامه یابد.	سینی مخصوص ترد کردن بر روی سه پایه بلند

کد	منو	محدودیت وزن	دمای اولیه	دستورالعمل‌ها	ظرف
۳	کنتلت	۰,۲-۰,۴ کیلوگرم	یخچل	مواد تشکیل دهنده ۵۰۰ گرم گوشت چرخ کرده بدون چربی بره یا گاو ۵۰۰ گرم سیب‌زمینی کوچک پخته و کوبیده ۳ عدد تخم‌مرغ هم زده ۲ عدد پیاز خردشده ۲ قاشق غذاخوری جعفری خردشده پودر نان نمک و فلفل به مقدار کافی ۱. گوشت، سیب‌زمینی‌ها، تخم‌مرغ‌ها، پیازها و جعفری‌ها را با هم ترکیب کنید. از ترکیب به‌دست‌آمده، توپ‌هایی به قطر ۴ تا ۵ سانتی‌متر درست کنید. روی آن‌ها را با پودر نان بپوشانید و آن‌ها را به شکل بیضی‌هایی با قطر ۱ سانتی‌متر در آورید. روی کنتلت‌ها روغن بمالید. ۲. غذای خود را روی سینی مخصوص ترد کردن و آن را روی سه پایه بلند بگذارید. منوی موریون را انتخاب و وزن غذا را وارد کنید و دکمه Start را فشار دهید. ۳. با شنیدن صدای بیپ، غذا را برگردانید و دوباره دکمه Start را فشار دهید تا پخت ادامه یابد.	سینی مخصوص ترد کردن بر روی سه پایه بلند
۴	شنپسل ماهی	۰,۶-۰,۲ کیلوگرم	یخچل	مواد تشکیل دهنده فیله ماهی هر کدام با وزن حدوداً ۱۵۰ تا ۲۰۰ گرم ۱ فنجان آرد ۲ عدد تخم‌مرغ هم‌زده ۱ فنجان پودر نان نمک و فلفل به مقدار کافی ۱. روی فیله‌ها به میزان دلخواه نمک و فلفل بپاشید، آن را در آرد بخوابانید و روی آن تخم‌مرغ کوبیده بمالید. آن را با پودر نان بپوشانید و روی آن روغن بمالید. ۲. غذای خود را روی سینی مخصوص ترد کردن و آن را روی سه پایه بلند بگذارید. منوی موریون را انتخاب و وزن غذا را وارد کنید و دکمه Start را فشار دهید. ۳. با شنیدن صدای بیپ، غذا را برگردانید و دوباره دکمه Start را فشار دهید تا پخت ادامه یابد.	سینی مخصوص ترد کردن بر روی سه پایه بلند
۵	سیب‌زمینی سرخ شده	۰,۳-۰,۱ کیلوگرم	منجمد	۱. سیب‌زمینی‌های منجمد را روی سینی مخصوص ترد کردن و آن را روی سه پایه بلند بگذارید. برای اینکه نتیجه بهتری بگیرید، به‌صورت لایه‌لایه پخت را انجام دهید. منوی موریون را انتخاب و وزن غذا را وارد کنید و دکمه Start را فشار دهید.	سینی مخصوص ترد کردن بر روی سه پایه بلند
۶	همبرگر	۰,۴-۰,۲ کیلوگرم	یخچل	۱. همبرگرهایی با وزن ۱۰۰ گرم و قطر ۱ سانتی‌متر انتخاب کنید. روی همبرگرها روغن بمالید. ۲. غذای خود را روی سینی مخصوص ترد کردن و آن را روی سه پایه بلند بگذارید. منوی موریون را انتخاب و وزن غذا را وارد کنید و دکمه Start را فشار دهید. ۳. با شنیدن صدای بیپ، غذا را برگردانید و دوباره دکمه Start را فشار دهید تا پخت ادامه یابد.	سینی مخصوص ترد کردن بر روی سه پایه بلند
۷	سوسیس	۰,۶-۰,۲ کیلوگرم	یخچل	۱. سوسیس‌ها را از بسته‌بندی خارج و آن‌ها را کنار هم بچینید. ۲. غذای خود را روی سینی مخصوص ترد کردن و آن را روی سه پایه بلند بگذارید. منوی موریون را انتخاب و وزن غذا را وارد کنید و دکمه Start را فشار دهید. ۳. با شنیدن صدای بیپ، غذا را برگردانید و دوباره دکمه Start را فشار دهید تا پخت ادامه یابد.	سینی مخصوص ترد کردن بر روی سه پایه بلند
۸	سیب‌زمینی تنوری	۰,۴-۰,۲ کیلوگرم	اتاق	۱. سیب‌زمینی‌ها را شسته و خلال کنید. روی آن‌ها روغن بمالید. ۲. غذای خود را روی سینی مخصوص ترد کردن و آن را روی سه پایه بلند بگذارید. منوی موریون را انتخاب و وزن غذا را وارد کنید و دکمه Start را فشار دهید. ۳. با شنیدن صدای بیپ، غذا را برگردانید و دوباره دکمه Start را فشار دهید تا پخت ادامه یابد.	سینی مخصوص ترد کردن بر روی سه پایه بلند

پخت آرام



راهنمای منوی پخت آرام

ظرف	دستورالعمل‌ها	پیش‌فرض	مرحله	دما	کارکرد
ظرف پیرکس درب دار بر روی صفحه گردان	این قابلیت در مقایسه با روش‌های پخت دیگر (مانند پخت عادی، آب‌پز و سرخ کردن در دمای نسبتاً پایینی کار می‌کند تا بتوان بدون توجه فرآیند، پخت کباب تابه‌ای، خورشت و غذاهای مناسب دیگر را تا ساعت‌ها ادامه داد. دمای ۱۱۰ درجه سانتی‌گراد (پایین) دمای پایین بدون آنکه غذا را بیش‌ازحد بپزد یا بسوزاند، غذا را آرام‌آرام در مدت طولانی‌تری به جوش می‌آورد. با استفاده از این تنظیمات دیگر نیازی به هم زدن غذا نیست. دمای ۱۳۰ درجه سانتی‌گراد (بالا) دمای بالا حدوداً در نصف زمان موردنیاز برای پخت غذا در دمای پایین، آن را آماده می‌کند. ممکن است برخی از غذاها هنگام پخت در دمای بالا به آب بیشتری نیاز داشته باشند. هم زدن انواع خورشت‌ها هنگام پخت به پخش شدن مزه کمک می‌کند. پیش از آغاز فرآیند پخت نیازی به برشته کردن و تفت دادن غذا نیست، اما انجام این کار آب غذا را خوشمزه‌تر و گوشت را خوش‌خوراک‌تر می‌کند. راهنمای پخت آرام زمان عادی زمان موردنیاز برای پخت آرام پخت غذا (بدون برشته کردن) (با برشته کردن) ۱۱۰ درجه سانتی ۱۳۰ درجه سانتی ۱۱۰ درجه سانتی ۱۳۰ درجه سانتی گراد (پایین) گراد (بالا) گراد (پایین) گراد (بالا) ۳۵ تا ۶۰ دقیقه ۹ تا ۳ ساعت ۴ تا ۳ ساعت ۶ تا ۲ ساعت ۱ تا ۳ ساعت ۸ تا ۹ ساعت ۴ تا ۶ ساعت ۵ تا ۶ ساعت	۱۳۰ درجه سانتی‌گراد (بالا)	-	۱۳۰ درجه سانتی‌گراد (بالا)، ۱۱۰ درجه سانتی‌گراد (پایین)	۱ پخت آرام

کارکرد	دامنه	مرحله	پیش فرض	دستورالعمل‌ها	ظرف																																													
۲. خشک کردن	۴۰ درجه سانتی‌گراد حدود ۹۰ درجه سانتی‌گراد	۱۰ درجه سانتی‌گراد	۷۰ درجه سانتی‌گراد	با استفاده از این قابلیت می‌توان میوه و سبزیجات را خشک و تبدیل به خوراکی سالم و مغذی کرد و بدون استفاده از مواد شیمیایی و نگهدارنده‌ها از گوشت گاو، گوشت خشک خوشمزه‌ای ساخت. کاغذ مخصوص پختوپز را روی سینی قرار دهید و غذا را به صورت لایه‌ای روی آن پخش کنید. راهنمای خشک کردن <table><tr><th>نوع غذا</th><th>آماده سازی</th><th>تنظیم دما</th><th>زمان</th><th>استفاده</th></tr><tr><td>موز</td><td>قاج‌هایی با قطر ۵ تا ۶ میلی‌متر</td><td>۷۰ درجه سانتی‌گراد</td><td>۵ تا ۹ ساعت</td><td>میان‌وعده‌ها، غذای بچه، گرانولا، کلوچه و نان موزی</td></tr><tr><td>انجیر</td><td>ساقه را جدا و انجیر را نصف کنید</td><td>۷۰ درجه سانتی‌گراد</td><td>۸ تا ۹ ساعت</td><td>پرکننده‌ها، کیک، پودینگ، نان و کلوچه</td></tr><tr><td>کیوی</td><td>پوست کیوی را بگیرید و آن را به قطعه‌هایی با قطر ۸ تا ۱۲ میلی‌متر تقسیم کنید</td><td>۷۰ درجه سانتی‌گراد</td><td>۵ تا ۸ ساعت</td><td>اسنک</td></tr><tr><td>انبه</td><td>پوست انبه را بگیرید و آن را به قطعه‌هایی با قطر ۶ تا ۱۰ میلی‌متر تقسیم کنید</td><td>۷۰ درجه سانتی‌گراد</td><td>۶ تا ۹ ساعت</td><td>میان‌وعده‌ها، حبوبات، پختنی‌ها</td></tr><tr><td>آناناس</td><td>پوست آناناس را بگیرید، وسط آن را خارج و آن را به قطعه‌هایی با قطر ۸ تا ۱۲ میلی‌متر تقسیم کنید</td><td>۷۰ درجه سانتی‌گراد</td><td>۶ تا ۹ ساعت</td><td>میان‌وعده‌ها، پختنی‌ها، گرانولای پخته</td></tr><tr><td>گوجه فرنگی</td><td>گوجه فرنگی‌ها را بشویید و به دایره‌هایی با قطر ۶ میلی‌متر تقسیم کنید</td><td>۷۰ درجه سانتی‌گراد</td><td>۶ تا ۹ ساعت</td><td>سوپ، خورش، رب یا سس</td></tr><tr><td>قارچ</td><td>قارچ را با فرچه نرم یا پارچه تمیز کنید. قارچ را نشویید</td><td>۶۰ درجه سانتی‌گراد</td><td>۴ تا ۸ ساعت</td><td>رقیق کردن سوپ، غذاهای گوشتی، املت یا سرخ‌کردنی‌ها</td></tr><tr><td>گوشت خشک گاو</td><td>گوشت‌ها را طبق دستور یا به دلخواه خود قطعه‌بندی کنید (به قطر ۵ تا ۶ میلی‌متر) و در آبلیمو بخوابانید و سپس به مدت ۶ تا ۸ ساعت در یخچال بگذارید</td><td>۸۰ درجه سانتی‌گراد</td><td>۶ تا ۹ ساعت</td><td>میان‌وعده</td></tr></table>	نوع غذا	آماده سازی	تنظیم دما	زمان	استفاده	موز	قاج‌هایی با قطر ۵ تا ۶ میلی‌متر	۷۰ درجه سانتی‌گراد	۵ تا ۹ ساعت	میان‌وعده‌ها، غذای بچه، گرانولا، کلوچه و نان موزی	انجیر	ساقه را جدا و انجیر را نصف کنید	۷۰ درجه سانتی‌گراد	۸ تا ۹ ساعت	پرکننده‌ها، کیک، پودینگ، نان و کلوچه	کیوی	پوست کیوی را بگیرید و آن را به قطعه‌هایی با قطر ۸ تا ۱۲ میلی‌متر تقسیم کنید	۷۰ درجه سانتی‌گراد	۵ تا ۸ ساعت	اسنک	انبه	پوست انبه را بگیرید و آن را به قطعه‌هایی با قطر ۶ تا ۱۰ میلی‌متر تقسیم کنید	۷۰ درجه سانتی‌گراد	۶ تا ۹ ساعت	میان‌وعده‌ها، حبوبات، پختنی‌ها	آناناس	پوست آناناس را بگیرید، وسط آن را خارج و آن را به قطعه‌هایی با قطر ۸ تا ۱۲ میلی‌متر تقسیم کنید	۷۰ درجه سانتی‌گراد	۶ تا ۹ ساعت	میان‌وعده‌ها، پختنی‌ها، گرانولای پخته	گوجه فرنگی	گوجه فرنگی‌ها را بشویید و به دایره‌هایی با قطر ۶ میلی‌متر تقسیم کنید	۷۰ درجه سانتی‌گراد	۶ تا ۹ ساعت	سوپ، خورش، رب یا سس	قارچ	قارچ را با فرچه نرم یا پارچه تمیز کنید. قارچ را نشویید	۶۰ درجه سانتی‌گراد	۴ تا ۸ ساعت	رقیق کردن سوپ، غذاهای گوشتی، املت یا سرخ‌کردنی‌ها	گوشت خشک گاو	گوشت‌ها را طبق دستور یا به دلخواه خود قطعه‌بندی کنید (به قطر ۵ تا ۶ میلی‌متر) و در آبلیمو بخوابانید و سپس به مدت ۶ تا ۸ ساعت در یخچال بگذارید	۸۰ درجه سانتی‌گراد	۶ تا ۹ ساعت	میان‌وعده	ظرف پیرکس درب دار بر روی صفحه گردان
نوع غذا	آماده سازی	تنظیم دما	زمان	استفاده																																														
موز	قاج‌هایی با قطر ۵ تا ۶ میلی‌متر	۷۰ درجه سانتی‌گراد	۵ تا ۹ ساعت	میان‌وعده‌ها، غذای بچه، گرانولا، کلوچه و نان موزی																																														
انجیر	ساقه را جدا و انجیر را نصف کنید	۷۰ درجه سانتی‌گراد	۸ تا ۹ ساعت	پرکننده‌ها، کیک، پودینگ، نان و کلوچه																																														
کیوی	پوست کیوی را بگیرید و آن را به قطعه‌هایی با قطر ۸ تا ۱۲ میلی‌متر تقسیم کنید	۷۰ درجه سانتی‌گراد	۵ تا ۸ ساعت	اسنک																																														
انبه	پوست انبه را بگیرید و آن را به قطعه‌هایی با قطر ۶ تا ۱۰ میلی‌متر تقسیم کنید	۷۰ درجه سانتی‌گراد	۶ تا ۹ ساعت	میان‌وعده‌ها، حبوبات، پختنی‌ها																																														
آناناس	پوست آناناس را بگیرید، وسط آن را خارج و آن را به قطعه‌هایی با قطر ۸ تا ۱۲ میلی‌متر تقسیم کنید	۷۰ درجه سانتی‌گراد	۶ تا ۹ ساعت	میان‌وعده‌ها، پختنی‌ها، گرانولای پخته																																														
گوجه فرنگی	گوجه فرنگی‌ها را بشویید و به دایره‌هایی با قطر ۶ میلی‌متر تقسیم کنید	۷۰ درجه سانتی‌گراد	۶ تا ۹ ساعت	سوپ، خورش، رب یا سس																																														
قارچ	قارچ را با فرچه نرم یا پارچه تمیز کنید. قارچ را نشویید	۶۰ درجه سانتی‌گراد	۴ تا ۸ ساعت	رقیق کردن سوپ، غذاهای گوشتی، املت یا سرخ‌کردنی‌ها																																														
گوشت خشک گاو	گوشت‌ها را طبق دستور یا به دلخواه خود قطعه‌بندی کنید (به قطر ۵ تا ۶ میلی‌متر) و در آبلیمو بخوابانید و سپس به مدت ۶ تا ۸ ساعت در یخچال بگذارید	۸۰ درجه سانتی‌گراد	۶ تا ۹ ساعت	میان‌وعده																																														
۳. تخمیر ماست	۴۰ درجه سانتی‌گراد	-	۴۰ درجه سانتی‌گراد	آموزش درست کردن ماست ۱۰۰۰ میلی‌لیتر شیر را در ظرف نسوز مناسب و درپوش‌داری بریزید. - آن را تا دمای مناسبی بجوشانید (حداکثر ۶۰ تا ۷۰ درجه سانتی‌گراد) و سپس دمای آن را تا حدود ۴۰ درجه سانتی‌گراد پایین بیاورید. ۱۵۰ میلی‌لیتر ماست به ظرف بیفزایید و خوب هم بزنید. - درپوش ظرف را بگذارید و آن را داخل فر قرار دهید. - منوی موردنظر را انتخاب و زمان پخت را روی ۵ تا ۸ ساعت تنظیم کنید. آموزش به عمل آوردن خمیر - خمیر را در ظرف نسوز مناسبی بریزید و درب آن را با درپوش مخصوص پخت ویز یا پارچه مرطوب ببندید. - ظرف را داخل فر بگذارید. - منوی موردنظر را انتخاب و زمان پخت را روی حدود ۴۰ دقیقه تنظیم کنید تا حجم خمیر دو برابر شود.	سینی فلزی روی سه پایه کوتاه																																													
۴. گرم نگهداشتن	۸۰ درجه سانتی‌گراد ۷۰ درجه سانتی‌گراد ۶۰ درجه سانتی‌گراد	۱۰ درجه سانتی‌گراد	۷۰ درجه سانتی‌گراد	دستگاه برای حفظ دمای انتخابی، از المنت‌های حرارتی بالا و پایین استفاده می‌کند. برای گرم نگه داشتن غذا تا زمان سرو می‌توانید از این قابلیت استفاده کنید.	ظرف پیرکس بر روی سه پایه کوتاه																																													

دستورالعمل‌های منوی یخ‌زدایی با اینورتر

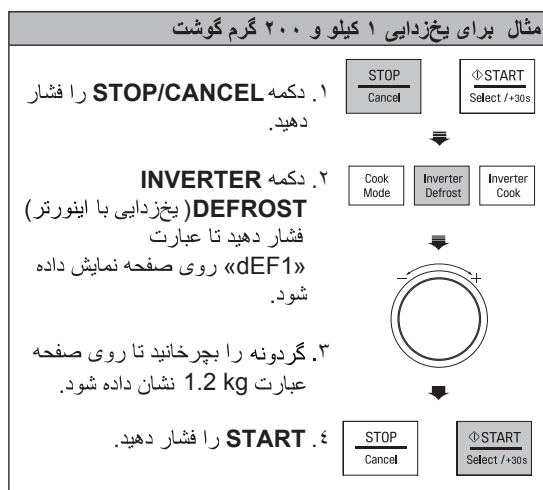
غذایی که می‌خواهید یخ‌زدایی کنید	گروه
گوشت گاو گوشت چرخ‌کرده گاو، استیک حلقه‌ای، تکه‌های آماده به سیخ کشیده شدن، استیک گوشت پشت ماز، کباب تابه‌ای، کباب دنده، کباب دنبه، کباب گوشت گردن، همبرگر گوسفندی تکه‌های رول کباب گوشت گوساله کتلت (نیم کیلو، قطر ۲۰ میلی‌متر). با شنیدن صدای بیپ، غذا را برگردانید. پس از پایان فرآیند یخ‌زدایی، ۵ تا ۱۵ دقیقه صبر کنید.	گوشت (dEF1) ۰.۱-۴.۰ کیلوگرم
مرغ درسته، برش‌داده‌شده، سینه (بدون استخوان) مرغ محلی درسته بوقلمون سینه با شنیدن صدای بیپ، غذا را برگردانید. پس از پایان فرآیند یخ‌زدایی، ۳۰ تا ۶۰ دقیقه صبر کنید.	مرغ (dEF2) ۰.۱-۴.۰ کیلوگرم
ماهی فیله، استیک درسته صدفداران آبزی گوشت خرچنگ، دم خرچنگ دریایی، میگو، گوش ماهی با شنیدن صدای بیپ، غذا را برگردانید. پس از پایان فرآیند یخ‌زدایی، ۵ تا ۳۰ دقیقه صبر کنید.	ماهی (dEF3) ۰.۱-۴.۰ کیلوگرم
نان نان لواش، کماج، باگت و غیره. تکه‌ها جداگانه در دستمال کاغذی یا بشقاب مسطح قرار داده شوند. با شنیدن صدای بیپ، غذا را برگردانید. پس از پایان فرآیند یخ‌زدایی، ۱ تا ۲ دقیقه صبر کنید.	نان (dEF4) ۰.۱-۰.۵ کیلوگرم

یخ‌زدایی با اینورتر

این فر دارای چهار روش یخ‌زدایی است. قابلیت INVERTER DEFROST بهترین روش یخ‌زدایی غذاهای منجمد را در اختیار شما می‌گذارد. راهنمای پخت به شما می‌گوید که روش یخ‌زدایی مناسب غذای موردنظر شما کدام است.

برای راحتی بیشتر شما، قابلیت INVERTER DEFROST صدای بیپی نیز ایجاد می‌کند تا به شما خبر دهد که زمان بررسی، برگرداندن، جدا کردن یا مرتب کردن غذا رسیده است و بدین ترتیب به بهترین شکل غذای شما یخ‌زدایی می‌شود. یخ‌زدایی در چهار سطح متفاوت قابل استفاده است.

(گوشت / مرغ / ماهی / نان)



توجه:

با فشار دادن دکمه START صفحه نمایش شمارش معکوسی را تا پایان فرآیند یخ‌زدایی آغاز می‌کند. در چرخه یخ‌زدایی، فر یک بار صدای بیپ می‌دهد.

با شنیدن صدای بیپ، درب فر را باز کنید و قسمت‌هایی را که یخ زدایی شده است، درآورید و بقیه را برگردانید.

قسمت‌های منجمد را دوباره داخل فر بگذارید و دکمه START را فشار دهید و چرخه یخ‌زدایی را ادامه دهید.

- بسته‌بندی ماهی، آبزی صدفدار، گوشت یا مرغ را باز کنید. وگرنه پلاستیک بخار و آب گوشت را در نزدیکی غذا به خود نگه می‌دارد و این ممکن است سبب آن شود که تنها قسمت‌های خارجی غذا بپزد.

- غذا را در ظرفی کم‌عمق یا ظرف مخصوص کباب مایکروویوی بگذارید تا آب آن گرفته شود.

- احتمالاً قسمت‌های وسط غذا پس از خارج شدن از فر همچنان یخ مانده باشد.

- مدت زمان یخ‌زدایی بسته به شدت یخ‌زدگی غذا متغیر است.

- شکل بسته‌بندی نیز در سرعت یخ‌زدایی موثر است. غذاهایی که در بسته‌بندی نازک هستند، سریع‌تر از آن‌هایی که در بسته‌بندی ضخیم هستند یخ‌زدایی می‌شوند.

ظروف مخصوص میکروویو

هرگز از ظروف فلزی یا فلزکاری شده برای کاربرد در فر میکروویو استفاده نکنید

ریزموج‌ها (امواج میکروویو) نمی‌توانند به درون فلزات نفوذ کنند. این امواج به هر شیء فلزی درون فر برخورد می‌کند و باعث ایجاد قوس الکتریکی (جرقه) می‌شود، پدیده‌ای خطرناک می‌شود که شبیه به صاعقه است. اکثر ظروف غیرفلزی مقاوم در برابر گرما برای استفاده در فر بی‌خطر هستند. به هر حال، برخی از آن‌ها ممکن است متشکل از موادی باشند که باعث شود برای استفاده در میکروویو مناسب نباشند. در صورتی که در خصوص یک ظرف شک دارید، برای پی بردن به مناسب بودن یا نبودن آن ظرف برای استفاده در میکروویو راه ساده‌ای وجود دارد.

ظرف مورد نظر را کنار یک کاسه شیشه‌ای پر از آب برای کاربرد در فر میکروویو قرار دهید. میکروویو را برای ۱ دقیقه در حالت «HIGH» قرار دهید. اگر هنگام لمس متوجه شدید که آب گرم شده اما ظرف خنک باقی مانده است، ظرف مورد نظر برای استفاده در میکروویو بی‌خطر است. اما، اگر آب تغییر دما ندهد ولی ظرف گرم شود، این بدین معناست که ریزموج‌ها جذب ظرف می‌شوند و این ظرف برای کاربرد در فر میکروویو مناسب نیست. شما احتمالاً در حال حاضر ظروف زیادی را در آشپزخانه خود در اختیار دارید که برای استفاده در میکروویو مناسب هستند. لطفاً فهرست بازبینی زیر را به دقت مرور کنید.

ظروف غذاخوری

بسیاری از انواع ظروف غذاخوری برای استفاده در میکروویو بی‌خطر هستند. اگر نسبت به این امر مطمئن نیستید، به بروشور تولیدکننده مراجعه کنید و یا آزمایش ایمن بودن برای میکروویو را انجام دهید. از ظروف غذاخوری دارای تزئینات دکوری و نقاشی شده استفاده نکنید چرا که در صورت وجود فلزات در رنگ، به هنگام حرارت دچار جرقه می‌شوند.

ظروف شیشه‌ای

ظروف شیشه‌ای مقاوم در برابر گرما برای استفاده در میکروویو بی‌خطر هستند. این ظروف شامل تمامی برندهای ظروف غذای شیشه‌ای آبدیده می‌شود. در هر حال، از ظروف ظریف شیشه‌ای مانند لیوان یا جام شرابخوری استفاده نکنید چرا که این ظروف شیشه‌ای ممکن است در اثر گرم شدن غذا خرد شوند.

ظروف پلاستیکی

از این ظروف می‌توان برای غذاهایی استفاده کرد که قصد دارید آن‌ها را دوباره به مدت کوتاه گرم کنیم. به هر حال، آن‌ها نباید برای غذاهایی استفاده شوند که برای گرم شدن در فر به مدت زمان قابل توجهی نیاز دارند، چرا که در آخر غذای داغ ظرف پلاستیکی را تغییر شکل می‌دهد و یا آن را ذوب می‌کند.

ظروف کاغذی

ظروف کاغذی برای کاربرد در فر میکروویو آسان و بی‌خطر هستند، به شرطی که مدت پخت غذا کوتاه باشد و غذای مورد نظر رطوبت و چربی کمی داشته باشد. فویل‌های پخت نیز برای پیچیدن غذاها و پوشش سینی‌های فر در هنگام طبخ غذاهای پرچرب مثل بیکن بسیار مفید هستند. به طور کلی، از استفاده از محصولات کاغذی رنگی اجتناب کنید چون ممکن است رنگ آن‌ها جاری شود. برخی از محصولات کاغذی بازیافتی ممکن دارای ناخالصی‌هایی باشند که باعث جرقه و بروز آتش‌سوزی در طول پخت و پز در میکروویو شود.

کیسه‌های پلاستیکی پخت‌وپز

این کیسه‌ها مشروط بر اینکه مخصوص پخت‌وپز ساخته شده باشند، برای استفاده در میکروویو بی‌خطر هستند. به هر حال، حتماً روی کیسه شکافی ایجاد کنید تا بخار از آن خارج شود. هرگز از کیسه‌های معمولی برای کاربرد در فر میکروویو استفاده نکنید، چرا که ذوب و متلاشی خواهند شد.

ظروف آشپزی پلاستیکی

انواعی از شکل‌ها و اندازه‌های ظروف آشپزی مخصوص میکروویو موجود هستند. شما به طور کلی می‌توانید به جای صرف هزینه برای وسایل جدید آشپزخانه، از ظروفی که در حال حاضر در اختیار دارید استفاده کنید.

ظروف سفالی، سنگی و سرامیکی

ظروفی که از این مواد درست شده‌اند اغلب برای کاربرد در فر میکروویو مناسب هستند، اما باید برای اطمینان آزمایش شوند.

⚠ احتیاط

- برخی از ظروف با درصد بالای سرب یا آهن برای استفاده به عنوان ظروف پخت‌وپز مناسب نیستند.
- باید برای کسب اطمینان از مناسب بودن ظروف برای کاربرد در فر میکروویو، آن‌ها را مورد آزمایش قرار داد.

خصوصیات غذاها و آشپزی با فر مایکروویو

مراقب اوضاع بودن

همیشه هنگامی که غذا در حال پختن است مراقب آن باشید. فر مایکروویو مجهز به یک چراغ است که در هنگام کارکرد فر به صورت خودکار روشن می‌شود تا شما بتوانید داخل فر را ببینید و روند پختن غذا را بررسی کنید. دستورالعمل‌های داده‌شده برای بالا بردن دما، به هم زدن محتویات و موارد مشابه در دستور پخت غذاها باید به عنوان حداقل اقدامات توصیه شده در نظر گرفته شوند. اگر به نظر می‌رسد که غذا به صورت نامنظم می‌پزد، به آسانی تغییرات لازمی که برای برطرف کردن مشکل به نظر تان می‌رسد را اعمال کنید.

عوامل تاثیرگذار در مدت زمان پخت‌وپز

عوامل زیادی روی مدت زمان پخت‌وپز تاثیر می‌گذارند. دمای محتویات به‌کاربرده‌شده در دستور پخت تفاوت زیادی در زمان‌های پخت ایجاد می‌کنند. برای مثال، پختن یک کیک با کره، شیر و تخم‌مرغ سرد زمان بسیار بیشتری لازم دارد تا پختن کیک با همین محتویات اما با دمای اتاق. برخی از دستورهای پخت، خصوصاً دستورهای پخت نان، کیک و فرنی توصیه می‌کنند که غذای مورد نظر هنگامی از فر خارج شوند که هنوز اندکی نیم‌پز هستند.

این کار اشتباهی نیست. در صورتی که اجازه دهید این مواد، که اغلب به صورت پوشیده شده هستند، درون فر باقی بمانند، پس از خروج از فر به پختن ادامه می‌دهند، چراکه گرمای به دام افتاده در داخل لایه‌های خارجی به تدریج به سمت لایه‌های داخلی حرکت می‌کند. اگر غذا تا زمانی که به که طور کامل بپزد درون فر باقی بماند، لایه‌های خارجی بیش‌ازحد خواهند پخت و یا حتی خواهند سوخت. شما رفته‌رفته در تخمین زمان‌های لازم برای پختن و ماندن در فر برای غذاهای مختلف ماهرتر خواهید شد.

تراکم و فشردگی غذا

غذاهای سبک و منفردار مثل کیک و نان سریع‌تر از غذاها سنگین و فشرده مثل گوشت کبابی و خوراکی‌های دیگی می‌پزند. باید در هنگام پختن غذاهای منفردار در فر مایکروویو مراقب باشید تا لایه‌های خارجی غذا خشک و ترد نشوند.

ارتفاع غذا

قسمت بالایی غذاهای بلند ارتفاع، مثل گوشت کبابی از قسمت پایینی سریع‌تر می‌پزد.

بنابراین، هوشمندانه است که در حین پختن چنین غذاهایی، آن‌ها را چندین بار بگردانید.

محتویات مرطوب غذا

چون گرمای ناشی از ریزموج‌ها باعث بخار شدن رطوبت می‌شود، غذاهای نسبتاً خشک مانند گوشت کبابی و برخی از سبزیجات یا باید پیش از پخت‌وپز نمدار شوند و یا باید برای حفظ رطوبت پوشانده شوند.

محتویات استخوانی و چرب غذا

استخوان حرارت را انتقال می‌دهد و چربی سریع‌تر از گوشت می‌پزد. باید هنگام پختن قطعه‌های استخوان‌دار یا چربی‌دار گوشت مراقب بود تا از پخت نامنظم و یا سوختن گوشت جلوگیری شود.

حجم غذا

تعداد ریزموج‌ها در فر مایکروویو بدون درنظر گرفتن حجم غذای پختنی ثابت باقی می‌ماند.

بنابراین، هرچه غذای بیشتری درون فر مایکروویو قرار دهید، زمان بیشتری برای پختن آن لازم است. به یاد داشته باشید که هنگام نصف کردن مقدار و محتویات در پخت‌وپز، زمان پختن را تا حداقل یک‌سوم کاهش دهید.

شکل غذا

ریزموج‌ها تنها تا حدود ۲ سانتی‌متر به درون غذا نفوذ می‌کنند و قسمت داخلی غذاهای ضخیم هنگامی می‌پزند که گرما از لایه‌های خارجی به لایه داخلی حرکت می‌کند. تنها این لایه خارجی غذا است که توسط انرژی مایکروویو می‌پزد؛ باقی آن با انتقال گرما صورت می‌گیرد. بدترین شکل ممکن برای پختن غذا در فر مایکروویو مربع ضخیم است.

قسمت‌های گوشه خیلی قبل‌تر از آنکه حتی مرکز غذا گرم شود می‌سوزند. غذاهای گرد و نازک و حلقه‌مانند به موفقیت‌آمیزترین شکل ممکن در فر مایکروویو می‌پزند.

پوشش

وجود پوشش باعث به دام انداختن گرما و بخار می‌شود که پختن سریع‌تر غذا را به دنبال دارد. از یک درپوش یا سلفون که گوشه آن به پشت تا شده است برای جلوگیری از خرد شدن غذا استفاده کنید.

خصوصیات غذاها و آشپزی با فر مایکروویو

برشته کردن

گوشت قرمز و گوشت پرندگان که برای پانزده دقیقه یا بیشتر بپزند، با چربی خود اندکی برشته می‌شوند. برای رسیدن به رنگی اشتهاآور، می‌توانید با استفاده از فرچه غذاهایی که برای مدت کمتری می‌پزید را به یک نوع سس براونینگ مانند سس ورسستر، سویا سس یا سس باربیکیو آغشته کنید. چون مقدار نسبتاً کمی از سس‌های براونینگ به غذا اضافه می‌شود، طعم اصلی غذا تغییری نمی‌کند.

پوشاندن با کاغذ روغنی

کاغذ روغنی نسبت به درپوش و سلفون گشادتر و آزادتر است و غذا ممکن است تا حدودی رطوبت خود را از دست بدهند. اما چون کاغذ روغنی نسبت به درپوش و سلفون گشادتر و آزادتر است، باعث می‌شود غذا رطوبت خود را تا حدودی از دست بدهد.

قرار دادن غذا و اعمال فاصله

غذاهای یک قسمتی مثل سیب‌زمینی پخته، کیک‌های کوچک و اُردوها اگر با فاصله یکسانی از یکدیگر در فر مایکروویو قرار بگیرند، ترجیحاً به صورت دایر وار، به صورت یکنواخت‌تری گرم می‌شوند. هیچ گاه غذاها را روی یکدیگر نچینید.

به هم زدن

به هم زدن غذا یکی از مهمترین تکنیک‌های پختوپز با فر مایکروویو است. غذا در پختوپز مرسوم به منظور مخلوط شدن به هم زده می‌شود. به هر حال، غذایی که با مایکروویو طبخ می‌شود به منظور توزیع و تقسیم کردن گرما به هم زده می‌شود. همیشه از بیرون به سمت مرکز به هم زنید چون ابتدا قسمت خارجی غذا گرم می‌شود.

سر و ته کردن

غذاهای بزرگ و بلند ارتفاع مثل گوشت کبابی و مرغ درسته باید سر و ته شوند تا بخش بالایی و پایینی به صورت یکنواخت بپزند. همچنین سر و ته کردن مرغ خردشده و گوشت دنده نیز فکر خوبی است.

قرار دادن قسمت‌های ضخیم‌تر رو به سمت بیرون

چون ریزموج‌ها جذب قسمت خارجی غذا می‌شوند، منطقی است که قسمت‌های ضخیم‌تر گوشت قرمز، گوشت پرندگان و ماهی را در لبه بیرونی سینی فر قرار دهید. به این صورت، قسمت‌های ضخیم‌تر بیشترین حجم از انرژی مایکروویو را دریافت می‌کند و غذا به صورت یکنواخت می‌پزد.

قرار دادن پوشش

می‌توان قطعاتی از فویل آلومینیوم (که ریزموج‌ها مسدود می‌کنند) را روی گوشه‌ها و لبه‌های غذاهای مربع و مستطیلی شکل قرار داد تا از سوختن این قسمت‌ها جلوگیری شود. هرگز بیش از حد از فویل استفاده نکنید و اطمینان حاصل کنید که فویل به سینی فر بسته شده است، در غیر این صورت ممکن است باعث ایجاد جرقه در فر شود.

افزایش ارتفاع

می‌توان غذاهای ضخیم و فشرده را روی بلندی قرار داد تا ریزموج‌ها بتوانند جذب قسمت زیرین و مرکزی غذا بشوند.

سوراخ کردن

احتمال دارد غذاهایی که با لایه‌ای از صدف، پوست یا پرده پوشانده شده‌اند در فر بترکند مگر آنکه بیش از پختوپز سوراخ شده باشند. چنین غذاهایی شامل زرده و سفیده تخم‌مرغ، صدف خوراکی و اویستر و تمامی سبزیجات و میوه‌ها می‌شود.

چشیدن غذا برای اطمینان از پختن آن

غذاها به سرعت درون فر مایکروویو می‌پزند، لازم است به صورت مرتب آن را بچشید. برخی از غذاها تا زمانی که به صورت کامل بپزند درون مایکروویو باقی می‌مانند، اما اکثر غذاها از جمله گوشت قرمز و گوشت پرندگان هنگامی از فر خارج می‌شوند که هنوز اندکی نیم‌پز هستند و برای تکمیل فرایند پختوپز در بیرون از فر باقی می‌مانند. دمای داخلی غذاها حین مدتی که در بیرون فر رها می‌شوند بین ۵ درجه فارنهایت (۳ درجه سانتی‌گراد) تا ۱۵ درجه فارنهایت (۸ درجه سانتی‌گراد) افزایش می‌یابد.

زمان ماندن بیرون از فر

غذاها اغلب برای ۳ تا دقیقه ۱۰ پس از خروج از فر، در بیرون از فر مایکروویو باقی می‌مانند. غذاها معمولاً در این زمان به صورت پوشیده‌شده قرار می‌گیرند تا گرما را حفظ کنند مگر آنکه قرار باشد از نظر ساختاری خشک شوند (برای مثال برخی از کیک‌ها و بیسکویت‌ها). باقی ماندن بیرون از فر باعث تکمیل روند پختن غذا می‌شود و همچنین به درآمیختن و تکمیل طعم غذا کمک می‌کند.

دستورالعمل‌های نظافت فر

۱ داخل فر را تمیز نگه دارید

ترشحات و مایعات غذاها به دیواره‌ها و بین درزگیر و سطوح در می‌چسبند. بهترین راه این است که این ترشحات را فوراً با پارچه‌های نمناک پاک کنید. خرده‌های غذا و ترشحات آن انرژی مایکروویو را جذب می‌کنند و باعث افزایش مدت زمان پخت‌وپز می‌شوند. از یک پارچه نمناک برای پاک کردن خرده‌های غذایی که بین درب و قاب دور آن می‌افتند استفاده کنید. این امر حائز اهمیت است که برای اطمینان از قفل شدن محکم درب، این ناحیه را تمیز نگه دارید. ترشحات چرب را با پارچه‌ای صابوندار پاک کنید، سپس کف‌ها را با آب تمیز کنید و خشک کنید. از مواد شوینده قوی یا پاک‌کننده‌های زبر استفاده نکنید. می‌توان توری فلزی را با دست یا درون ماشین ظرفشویی شست.

۲ بدنه فر را تمیز نگه دارید

بدنه فر مایکروویو خود را با صابون و آب و سپس با آب تنها بشویید و آن را با پارچه‌ای نرم یا دستمال کاغذی خشک کنید. برای جلوگیری از آسیب به بخش‌های عمل‌کننده داخل فر، آب نباید به درون شکاف‌های تهویه پشت کند. برای تمیز کردن پانل کنترل، در را باز کنید تا از روشن شدن ناگهانی دستگاه جلوگیری کنید، سپس با پارچه‌ای نمناک آن را تمیز کنید و بلافاصله با پارچه‌ای خشک سطح آن را پاک کنید. پس از نظافت دکمه STOP/CLEAR را فشار دهید.

۳ در صورتی که درون و اطراف قسمت بیرونی درب فر بخار تشکیل شد، با پارچه‌ای نرم پانل‌ها را خشک کنید. اگر غذا مدت زمان زیادی و با توان بالا حرارت داده شود، در داخل فر بخار یا قطرات آب تشکیل می‌شود. این به معنای خرابی نیست، قطرات آب در نهایت تبخیر خواهند شد. به منظور کاهش تشکیل رطوبت در داخل درب، روی غذا را بپوشانید یا زمان و توان حرارت دهی را تغییر دهید. همچنین در محیط‌های خیلی مرطوب ممکن است در داخل فر یا درب رطوبت حاصل شود که این نیز به معنای خرابی نیست.

۴ در و سطوح درزگیری باید تمیز نگه داشته شوند. تنها از آب گرم، صابوندار استفاده کنید و سپس با آب تمیز کنید و به طور کامل خشک کنید. از مواد ساینده همچون پودرهای تمیزکننده یا اسکاچ‌های استیل یا پلاستیکی استفاده نکنید. تمیز نگه داشتن بخش‌های فلزی در صورتی که به صورت مرتب با پارچه‌ای نمناک نظافت شوند، آسان‌تر خواهد بود.

استفاده از قابلیت SMART DIAGNOSIS™ (اختیاری)

هنگامی که محصول دچار خرابی یا نقص شد، از این قابلیت استفاده کنید تا امکان تشخیص دقیق برای شرکت مشتریان گلدیران فراهم شود. از این قابلیت فقط برای تماس با مرکز خدمات استفاده کنید، نه هنگام عملکرد عادی دستگاه.

۱. هنگام درخواست مرکز تماس، قسمت میکروفن گوشی خود را روی نماد Smart Diagnosis™ واقع در قسمت دکمه‌های دستگاه نگه دارید.



توجه !

• هیچ دکمه دیگری را لمس نکنید.

۲. هنگامی که درب دستگاه بسته است، دکمه STOP/Cancel را فشار دهید و برای ۳ ثانیه نگه دارید تا عبارت «Loc» روی نمایشگر ظاهر شود. دکمه STOP/Cancel را ۵ ثانیه دیگر نیز نگه دارید تا عدد «5» روی نمایشگر نمایان شود. (بنابراین، دکمه STOP/Cancel را باید به صورت پیوسته به مدت ۸ ثانیه نگه داشت).

از پشت نماد Smart Diagnosis صدایی پخش خواهد شد.

۳. گوشی را تا پایان پخش صدا در همان موقعیت نگه دارید. روی صفحه نمایش، شمارش معکوس نمایش خواهد یافت.

۴. پس از پایان شمارش معکوس و پخش صدا، مکالمه خود را نماینده مرکز تماس را از سر بگیرید؛ این نماینده با استفاده از اطلاعات ارسالی جهت تحلیل مشکل، به شما کمک خواهد کرد.

توجه !

• برای دستیابی به بهترین نتایج، گوشی را در حین پخش صدا تکان ندهید.
• در صورتی که نماینده مرکز تماس قادر به ضبط و ثبت دقیق داده‌ها نبود، ممکن است از شما بخواهد که دوباره تلاش کنید.

سوالات و پاسخ‌ها

سوالات متداول	پاسخ
هنگامی که چراغ فر روشن نمی‌شود چه مشکلی وجود دارد؟	ممکن است دلایل متعددی برای روشن نشدن چراغ فر وجود داشته باشد. یا حباب لامپ ترکیده یا مدار برق دچار مشکل شده است.
آیا انرژی مایکروویو از شیشه محافظ مایکروویو رد می‌شود؟	خیر. سوراخ‌ها یا درگاه‌ها برای عبور نور تعبیه شده‌اند؛ آن‌ها اجازه عبور انرژی مایکروویو را نمی‌دهند.
چرا هنگام لمس یک دکمه روی پانل کنترل، صدای بوق به گوش می‌رسد؟	صدای بوق برای این به صدا درمی‌آید که اطمینان دهد تنظیمات به درستی وارد شده اند.
آیا در صورتی که مایکروویو به صورت خالی عمل کند صدمه می‌بیند؟	بله. هرگز دستگاه را به صورت خالی راه‌اندازی نکنید.
چرا گاهی تخم‌مرغ‌ها می‌ترکند؟	هنگام پختن، سرخ کردن یا بدون پوست آبپز کردن تخم‌مرغ‌ها، زرده تخم‌مرغ ممکن است به دلیل بخاری که درون لایه پوششی آن تولید می‌شود بترکد. برای جلوگیری از این امر، به آسانی قیل از پخت‌وپز زرده را سوراخ کنید. هرگز تخم‌مرغ‌ها را با پوست در مایکروویو نپزید.
چرا پس از اتمام پخت‌وپز، بیرون نگه داشتن غذا از فر توصیه می‌شود؟	روند پختن غذا پس از اتمام پخت‌وپز، در زمانی که بیرون از فر رها می‌شود ادامه می‌یابد. این مدت زمان بیرون ماندن از فر، روند پخت یکنواخت غذا را تکمیل می‌کند. مدت زمان لازم برای بیرون ماندن از فر به فشردگی غذا بستگی دارد.
چرا گاهی فر مایکروویو من به همان سرعتی که دستورالعمل پخت می‌گوید غذا را آماده نمی‌کند؟	مجددا دستورالعمل پخت خود را مرور کنید تا مطمئن شوید دستورات لازم را به درستی دنبال کرده‌اید و اینکه ببینید چه چیزی ممکن است باعث بروز تغییرات در زمان پخت شود. زمان‌های موجود در دستورالعمل‌های پخت و تنظیمات مربوط به حرارت در آن‌ها، تنها پیشنهاد هستند و برای کمک به جلوگیری از پخت بیش‌از حد، یعنی معمول‌ترین مشکل در عادت کردن به این فر، ارائه شده‌اند. تغییرات در اندازه، شکل، وزن و ابعاد غذا به زمان پخت بیشتری نیاز دارند. علاوه بر توصیه‌های موجود دستورالعمل پخت، از تجربه خود برای آزمایش شرایط غذا استفاده کنید، درست به همان شکلی با یک اجاق فر دار سنتی کار می‌کنید.
عبارت «Food» روی صفحه نمایش دیده می‌شود. چرا هنگامی که عبارت «Food» روی صفحه نمایش دیده می‌شود، فر مایکروویو کار نمی‌کند؟	هنگامی که عبارت «Food» روی صفحه نمایش دیده می‌شود، فر مایکروویو کار نمی‌کند، زیرا فرض بر آن است که غذایی داخل آن نیست. همچنین، در صورتی که حین فرآیند پخت درب فر باز و بسته گردد و تا ۵ دقیقه بعد از این کار، دکمه START فشار داده نشود، عبارت «Food» روی صفحه نمایش آشکار می‌شود و زمان باقی‌مانده لغو می‌شود.
پس از پایان زمان پخت یا گرم کردن، عبارت «Cool» روی صفحه نمایش آشکار می‌شود و فن خنک‌کننده همچنان کار می‌کند.	ممکن است پس از اتمام پخت‌وپز، فن برای خنک کردن فر کار کند. صفحه نمایش کلمه «Cool» را نشان می‌دهد. اگر قیل از اتمام زمان پخت، در را باز کنید یا یک بار دکمه STOP را فشار دهید، زمان باقی‌مانده برای پخت‌وپز بر روی صفحه نمایش ظاهر خواهد شد. بروز این امر ایراد دستگاه نیست.

در صورتی که هنگام کار با فر مایکروویو از محصولاتی مانند رادیو، شبکه بی سیم، بلوتوث، تجهیزات پزشکی، تجهیزات بی سیم، و محصولات مشابه استفاده می‌کنید؛ در صورتی که فرکانس مورد استفاده در این محصولات برابر با فرکانس فر مایکروویو باشد، ممکن است این محصولات در کار فر تداخل ایجاد کنند. این تداخل به معنای وجود خرابی در مایکروویو و محصول و نقص در عملکرد آن نیست. بنابراین، در این حالت، استفاده از محصول خطری ندارد. با این حال، از طرف دیگر فر نیز ممکن است در عملکرد تجهیزات پزشکی تداخل ایجاد کند؛ از این رو، هنگام استفاده از تجهیزات پزشکی در مجاورت فر، جوانب احتیاط را رعایت کنید.

مشخصات فنی

MC65***		
توان ورودی	۲۳۰ ولت ~ ۵۰ هرتز	
توان خروجی مایکروویو	حداکثر ۱۱۰۰ وات * (IEC60705 استاندارد رتبه‌بندی)	
فرکانس مایکروویو	۲۴۵۰ مگاهرتز	
ابعاد خارجی	۵۴۰ میلی‌متر (عرض) x ۳۲۰ میلی‌متر (ارتفاع) x ۵۲۳ میلی‌متر (عمق)	
میزان مصرف برق	مایکروویو	۱۳۵۰ وات
	گریل	۹۵۰ وات
	کانوکشن	۱۸۵۰ وات
	گریل ترکیبی	۱۴۵۰ وات
	پخت کانوکشن ترکیبی	۱۹۰۰ وات

* در حالت‌های ۱۱۰۰ وات و ۹۰۰ وات، برای پیشگیری از گرم کردن بیش از حد دستگاه، نیروی خروجی به تدریج کاهش می‌یابد.

فرکانس مایکروویو: ۲۴۵۰ مگاهرتز +/- ۵۰ مگاهرتز (گروه ۲ / کلاس ب) **

تجهیزات گروه ۲: گروه ۲ همه تجهیزات ISM RF را در بر می‌گیرد که در آن انرژی با فرکانس رادیویی ۹ کیلوهرتز تا ۴۰۰ گیگاهرتز به صورت هدفمند به شکل تابش الکترومغناطیسی، تشعشع القایی و/یا انتقال قدرت برای پردازش مواد و یا به مقاصد پژوهشی/تحلیلی، تولید و استفاده و یا تنها استفاده می‌گردد.

تجهیزات کلاس ب به تجهیزاتی گفته می‌شود که برای استفاده در نهادهای محلی و نهادهایی که با شبکه تولید برق ولتاژ پایین مورد استفاده برای تولید برق ساختمان‌های محلی ارتباط مستقیم دارند، مناسب هستند.

راهنمای کاربر را می‌توانید در <http://www.lg.com> دانلود کنید.

فهرست نمایندگان میکروویو شرکت مشتریان گلديران

شهر	تلفن
انديمشك	۴۲۶۲۸۲۲۱
	۴۲۶۳۵۵۵۰
	۴۲۶۲۵۵۷۲
	۴۲۶۲۰۸۱۴
اهرم	۳۵۲۲۵۴۷۴
اهواز	۲۱۸۴۷۳۳
ايزه	۴۳۶۳۱۲۱۱
	۴۳۶۳۳۸۸۶
ايرانشهر	۳۷۲۳۰۱۳۷
ايلام	۳۳۳۳۸۴۷۳
	۳۳۳۶۴۷۳۰
	۳۳۳۴۱۲۳۴
ايوان	۳۳۳۲۹۱۶۲
آبادان	۵۳۳۳۷۸۳۶
	۵۳۳۳۴۹۴۰
	۵۳۳۲۱۲۰۵
	۵۳۳۳۳۲۱۲
آباده	۴۴۳۴۸۲۸۱
	۴۴۳۳۸۵۹۹
آبدانان	۳۳۶۳۶۷۹
آبش احمد	۴۴۴۶۳۳۲۳
آبيك	۳۲۸۳۶۸۷۵
	۳۲۸۳۴۷۰۵
آذر شهر	۳۴۲۲۳۸۸۲
آران و بیدگل	۵۴۷۳۶۶۱۵
آزادشهر	۳۵۷۳۹۳۷۰
آستارا	۴۴۸۱۲۶۲۳
آستانه اشرفيه	۴۲۱۲۴۶۰۳
	۴۲۱۲۴۳۹۱
آشخانه	۳۲۹۲۵۶۵۵
آق قلا	۳۴۵۲۷۴۳۳
	۳۴۵۲۸۷۲۰
آمل	۴۴۲۲۸۳۶۸
	۴۳۲۹۲۷۰۷
	۴۴۲۲۳۶۸
بابل	۲۱۸۴۷۳۳
بابلسر	۳۵۲۵۲۸۸۸
	۳۵۲۵۶۶۲۰

شهر	تلفن
ابركوه	۳۲۸۲۹۲۸۸
ابهر	۳۵۲۷۷۷۱۱
اراك	۳۲۲۴۹۰۶۶
	۳۲۲۲۱۰۱۵
	۳۲۲۳۵۸۲۴
	۳۳۶۸۸۴۴۰
اردبيل	۳۳۲۴۵۵۸۱
	۳۳۲۳۵۶۰۶
	۳۳۶۱۷۸۱۴
	۳۳۷۱۰۰۹۴
اردستان	۵۴۲۴۳۵۵۵
اردكان	۳۲۲۳۰۷۸۲
	۳۲۲۳۱۶۱۷
ارسنجان	۴۳۵۳۳۰۳۹
	۴۳۵۲۵۷۷۵
اروميه	۳۳۸۵۰۵۸۴
	۳۳۷۷۵۹۹۱
	۳۳۴۸۹۷۷۲
	۳۳۲۴۰۹۲۰
	۳۳۴۴۷۳۹۵
استهبان	۵۳۲۲۷۱۸۲
اسدآباد	۳۳۱۲۴۲۸۶
	۳۳۲۳۴۱۶۱
اسفراین	۳۷۲۲۲۶۶۹
اسلام آباد غرب	۴۵۲۲۳۱۸۲
اسلامشهر	۵۶۳۶۶۸۷۷
اشتهارد	۳۷۷۲۳۴۹۰
اصفهان	۲۱۸۴۷۳۳
	۴۴۵۲۹۱۴۴
اقلید	۴۴۵۲۲۹۵۳
	۴۲۳۲۲۹۰۶
اليگودرز	۴۲۳۳۱۳۵۵
	۴۲۷۲۴۹۹۵
املش	۵۴۶۵۹۸۸۷
اميديه	۳۳۳۴۵۰۰۱
اميركلا	۳۳۳۵۵۰۲۵
	۳۴۳۲۸۲۴۵۶
انار	۳۴۳۲۸۲۴۵۶
انديشه	۶۵۵۱۰۳۱۴

فهرست نمایندگان میکروویو شرکت مشتریان گلیران

شهر	تلفن
بيله سوار	۳۲۸۲۵۰۰۱
بيجار	۳۶۲۲۶۰۲۲
بيرجند	۳۲۴۴۰۶۶۰ ۳۲۴۴۵۸۳۷ ۳۲۲۳۱۱۹۰ ۳۲۴۴۲۶۵۳
بيضاء	۳۶۷۹۵۴۹۰
پارس آباد مغان	۳۲۷۸۱۶۱۹ ۳۲۷۳۰۰۰۱ ۳۲۷۸۵۶۶۲
پاکدشت	۳۶۰۲۳۱۱۹ ۳۶۰۴۴۴۵۰
پردیس	۷۶۲۹۳۴۳۲
پلدختر	۳۳۲۲۲۲۰۸ ۳۲۲۲۴۴۰۲
پیرانشهر	۴۴۲۲۹۹۱۸
تاکستان	۳۵۲۲۸۲۳۹
تالش	۴۴۲۲۰۳۰۳ ۴۴۲۳۱۶۱۷ ۴۴۲۳۹۸۸۱
تایباد	۵۴۵۳۰۷۹۶ ۵۴۵۳۰۰۵۶۹ ۵۴۵۳۲۹۰۰
تبریز	۲۱۸۴۷۳۳
تربت جام	۵۲۵۲۴۲۱۱
تربت حیدریه	۵۲۲۲۳۴۷۱ ۵۲۳۱۳۴۷۷ ۵۲۲۳۰۰۰۱
تکاب	۴۵۵۲۴۳۱۰
تنگابن	۵۴۲۸۲۹۳۳ ۵۴۲۲۵۳۸۲ ۵۴۲۳۷۳۳۲ ۵۴۲۲۹۹۷۸
تهران	۲۱۸۴۷۳۳
تویسرکان	۳۴۹۲۵۴۱۷ ۳۴۹۲۴۳۳۸
جاجرم	۳۲۲۷۵۵۵۳
چهرم	۵۴۴۴۵۷۴۷ ۵۴۲۲۷۵۷

شهر	تلفن
باغملک	۴۲۷۲۴۰۰۱ ۴۲۷۲۱۹۴۴
بافت	۴۲۴۳۴۴۴۰
بانه	۳۴۲۶۲۵۷۶
بجنورد	۳۲۲۲۰۰۶۳ ۳۲۲۲۷۰۲۲ ۳۲۲۳۳۹۵۲
برازجان	۳۴۲۲۱۸۴۴
بردسکن	۵۵۴۲۰۲۸۱
بروجرد	۴۲۶۲۵۹۴۵ ۴۲۴۶۰۹۲۲ ۴۲۶۲۳۵۷۵
بروجن	۳۴۲۲۴۱۹ ۳۴۲۳۸۹۲۴
بشرویہ	۳۲۷۷۶۶۶۰
بم	۴۲۲۱۴۷۸۴
بناب	۳۷۷۴۳۸۲۰
بندر انزلی	۴۴۵۵۳۱۳۴ ۴۴۴۶۶۱۳۵ ۴۴۵۴۳۲۰۵ ۴۴۵۴۵۰۲۶
بندر جاسک	۴۲۵۲۰۰۰۸
بندر عباس	۳۲۲۳۷۴۶۷ ۳۳۳۵۴۰۰۲
بندر کياشهر	۴۲۸۲۲۸۹۵ ۴۲۸۲۷۶۶۶
بهبهان	۵۲۸۱۵۰۱۰ ۵۲۸۷۵۲۲۷ ۵۲۷۲۴۴۳۵ ۵۲۸۷۹۰۰۸ ۵۲۷۲۴۴۳۵
بهبشهر	۳۴۵۲۴۸۵۶ ۳۴۵۲۷۸۱۷ ۳۴۵۶۳۳۸۷
بوشهر	۳۲۵۴۱۱۱۰ ۳۲۵۳۰۰۱۳ ۳۲۵۶۲۱۷۸
بوکان	۴۶۲۲۴۶۲۰
بوئين زهرا	۳۴۲۲۲۲۹۱ ۳۴۲۲۵۲۳۵

فهرست نمایندگان مایکروویو شرکت مشتریان گلیران

شهر	تلفن
خواف	۰۵۴۲۲۷۳۶۳ ۰۵۴۲۳۱۳۸۴
خوانسار	۰۵۷۷۵۰۱۰۶ ۰۵۷۲۳۳۶۶۵
خورموج	۳۵۳۲۱۲۱۳
خوی	۳۶۲۵۳۲۹۰ ۳۶۴۴۰۴۵۲ ۳۶۴۴۴۵۰۸
داراب	۰۳۵۲۸۱۶۹۱ ۰۳۵۴۴۵۶۲ ۰۳۵۴۸۲۵۹
داران	۰۵۷۲۲۳۸۱۲ ۰۵۷۲۲۸۴۲۱
دامغان	۳۵۲۳۱۰۵۵ ۳۵۲۴۳۶۱۵
دانسفهان	۳۴۵۳۳۴۶۲
درگز	۴۶۲۲۶۰۱۵
دره شهر	۳۵۲۲۳۴۸۷ ۳۵۲۲۵۵۵۸
دزفول	۴۲۲۳۷۵۵۲ ۴۲۲۳۰۱۴۵ ۴۲۲۳۹۴۰۰ ۴۲۲۳۷۳۹۹
دلیجان	۴۴۲۲۶۸۲۸ ۴۴۲۲۸۱۹۰
دهدشت	۳۲۲۶۲۴۲۰ ۳۲۲۶۳۸۳۳
دهلران	۳۳۷۲۶۹۹۰ ۳۳۷۲۹۶۶۸
دورود	۳۴۲۳۸۲۲۶ ۴۳۲۲۹۸۳۱
رامسر	۵۵۲۵۷۴۹۰ ۵۵۲۵۹۹۵۸
رامهرمز	۴۳۵۳۸۴۶۲ ۴۳۵۳۰۴۱۵ ۴۳۵۳۹۲۵۸
رباط کریم	۵۶۴۳۷۰۵۵
رستم آباد رودبار	۳۴۶۷۳۳۵۳ ۳۴۶۷۳۴۲۴
رشت	۲۱۸۴۷۳۳

شهر	تلفن
جوانرود	۴۲۲۵۸۴۴ ۴۲۲۲۵۱۲
جویبار	۴۲۵۴۵۵۴۷ ۴۲۵۴۵۴۱۱
جوین	۴۵۲۲۱۲۳۶
جیرفت	۴۳۲۶۰۸۲۵ ۴۳۲۱۲۳۱۸ ۳۲۲۱۶۶۳۱
چابکسر	۴۲۶۲۳۰۱۶
چابهار	۳۵۳۸۷۵۱۷
چالوس	۵۲۲۲۷۲۵۲ ۵۲۲۲۴۰۲۶
چمستان	۴۴۶۶۷۲۰۷ ۴۴۶۶۹۲۷۳
چناران	۴۶۱۲۷۶۹۲ ۴۶۱۲۶۴۴۶
حاجی آباد	۳۵۴۲۴۲۵۰
خدابنده (قیدار)	۳۴۲۳۰۹۰۷
خرم آباد	۳۳۳۰۷۵۶۷ ۳۳۳۳۵۶۹۰ ۳۳۳۰۲۷۵۲ ۳۳۳۳۳۶۱۳
خرم بید	۴۴۴۵۱۳۰۸
خرمدره	۳۵۳۷۰۰۰ ۳۵۵۲۳۷۳۵
خرمشهر	۵۳۵۲۵۰۰۸ ۵۳۵۴۰۳۸۲
خسروشهر	۳۲۴۴۳۷۵۰
خشکبیجار	۳۴۴۶۱۲۸۴
خلخال	۳۲۴۳۱۴۲۰
خلیل آباد	۵۷۷۲۳۲۵۲
خمام	۳۴۴۲۲۸۹۰ ۳۴۴۲۳۵۵۵
خمین	۴۶۲۲۰۲۷۰ ۴۶۲۲۴۴۱۰
خمینی شهر	۳۳۶۷۸۸۳۳
خنج	۵۲۶۲۳۴۹۵

فهرست نمایندگان میکروویو شرکت مشتریان گلديران

شهر	تلفن
سرخس	۳۴۵۳۳۵۹۲
سقز	۳۶۲۳۸۸۸۲
سلماس	۳۵۲۴۳۷۵۸
سمنان	۳۳۴۳۹۵۵۱ ۳۳۳۳۳۱۰۴ ۳۳۴۵۵۰۵۱ ۳۳۳۳۸۵۱۴
سنندج	۳۳۲۳۷۸۶۸ ۳۳۲۸۸۳۶۹ ۳۳۲۳۷۷۰۶ ۳۳۱۶۷۰۳۵ ۳۳۲۴۱۴۹۲
سوادکوه	۴۲۴۵۴۹۴۱ ۴۲۴۲۱۶۰۰
سیاهکل	۴۲۳۲۱۵۱۴
سیرجان	۴۲۲۶۳۷۳۵ ۴۲۲۵۷۷۴۷ ۴۲۰۱۶۹۸
شادگان	۵۳۷۲۱۱۲۳ ۵۳۷۲۰۰۶۸
شاهرود	۳۲۳۴۷۱۷ ۳۲۲۴۰۹۶۷
شاهین دژ	۴۶۳۲۲۱۲۳
شاهین شهر	۴۵۲۲۷۹۳۲ ۴۵۲۱۲۰۰۷
شيبستر	۴۲۴۲۰۲۰۲
شفت	۳۴۷۸۵۰۹۰ ۳۴۷۸۵۱۲۲
شهر بابک	۳۴۱۱۲۸۵۱ ۴۳۴۱۱۱۰۰
شهر قدس	۴۶۸۶۸۱۷۱ ۴۶۸۸۱۹۹۶
شهرستانک	۳۴۵۷۳۵۹۰
شهرضا	۵۳۲۲۵۱۳۳ ۵۳۵۰۴۳۸۴ ۵۳۲۲۰۶۱۹
شهرکرد	۳۲۲۲۲۵۵۵ ۳۳۳۵۱۶۶۶ ۳۳۳۳۹۰۴۲
شهریار	۶۵۲۷۶۴۵۲
شوش دانیال	۴۲۸۱۴۷۱۵ ۴۲۸۲۷۱۲۱

شهر	تلفن
رضوانشهر	۴۴۶۲۰۹۴۴ ۴۴۶۲۸۴۰۰
رفسنجان	۳۴۲۸۶۱۷۰ ۳۴۲۵۸۴۶۹ ۳۴۲۵۰۹۵۹ ۳۴۲۶۳۷۷۷
روانسر	۴۶۵۳۳۲۹۲
رودان	۶۴۲۲۵۷۹۷ ۴۲۸۸۷۰۵۲
رودبار	۳۴۶۲۲۹۹۸
رودسر	۴۲۶۲۷۸۴۴ ۴۲۶۳۲۴۵۰
رویان	۴۴۵۴۵۱۹۵
زابل	۳۳۲۲۵۹۱۹
زاهدان	۳۳۲۱۴۷۳۷ ۳۳۳۳۱۸۵۰ ۳۳۲۱۴۴۸۰
زرنند	۳۳۴۳۶۴۷۹
زرنديه	۴۵۲۲۰۵۸۹
زرین شهر	۵۲۳۳۱۸۲۱
زنجان	۳۳۵۴۵۲۵۶ ۳۳۷۷۵۹۲۲ ۳۳۴۶۷۶۰۸
زواره	۵۴۳۷۴۰۶۱
ساری	۳۳۳۶۳۴۱۰ ۳۳۲۴۹۶۷۴ ۳۳۳۶۳۵۳۵ ۳۳۲۱۳۰۴۸
ساوه	۴۲۲۲۹۷۸۶ ۴۲۳۴۶۵۴
سبزوار	۴۴۲۲۸۹۶۰ ۴۴۲۳۵۸۵۵ ۴۴۲۲۹۵۶۰
سراب	۴۳۲۲۴۴۹۹ ۴۳۲۳۳۶۷۰
سرابله	۳۴۲۳۵۵۸۳ ۳۴۲۳۳۸۰۰
سراوان	۳۷۶۵۴۱۹۸
سرپل ذهاب	۴۲۲۲۳۹۴۰ ۴۲۲۲۱۴۰۶
سرخرود	۴۴۸۸۶۲۵۲

فهرست نمایندگان مایکروویو شرکت مشتریان گلديران

شهر	تلفن
قرچک ورامين	۳۶۱۲۰۰۵۵
قره ضياء الدين	۳۶۷۲۶۸۱۶
قروه	۳۵۲۲۶۴۵۴ ۳۵۲۲۸۴۵۱
قزوین	۳۳۲۲۸۷۴۳ ۳۳۶۶۷۰۷۵ ۳۳۲۲۸۴۶ ۳۳۳۳۰۶۴۶
قشم	۳۵۲۵۹۰۴۷
قم	۳۶۶۱۹۵۹۷ ۳۶۶۰۱۴۸۰ ۳۲۹۲۶۰۰۴ ۳۷۶۰۳۴۳۴ ۳۸۱۹۳۵۶
قوچان	۴۷۲۲۱۸۷۵ ۴۷۴۳۵۱۵
قيرو کارزين	۵۴۵۳۳۹۳۶
کازرون	۴۲۲۴۱۳۵۳ ۴۲۲۲۵۲۶۳
کاشان	۵۵۳۳۱۳۱۰ ۵۵۴۷۱۱۹۰
کاشمر	۵۵۲۳۲۷۳۷ ۵۵۲۳۳۸۵۵
کامياران	۳۵۵۲۲۸۶۸
کبودر آهنگ	۳۵۲۲۶۸۰۳ ۳۵۲۲۶۹۹۶
کرج	۲۱۸۴۷۳۳
کردکوی	۳۴۴۴۶۴۷۱
کرمان	۳۲۲۳۴۶۳ ۳۲۲۳۱۱۲۶ ۳۲۵۲۱۸۴۶ ۳۲۷۲۴۹۳۹
کرمانشاه	۳۸۳۵۷۳۱۶ ۳۷۲۲۵۶۲۷ ۳۸۴۱۲۰۰۰ ۳۸۲۱۲۴۴۰
کلاچای	۴۲۶۸۵۰۶۶
کلاردشت	۵۲۶۲۳۶۱۰ ۵۲۶۲۰۰۵۵ ۵۲۶۲۹۰۸۴
کلاله	۳۵۴۴۱۱۱۴ ۳۵۴۴۸۲۱۴

شهر	تلفن
شوشتر	۳۶۲۲۰۸۱۱ ۳۶۲۲۷۴۵۹ ۳۶۲۰۵۲۰۷ ۳۳۰۷۳۱۵۵
شيراز	۲۱۸۴۷۳۳
شیروان	۳۶۲۲۷۸۵۴ ۳۶۲۲۲۷۰۰
صائين قلعه	۳۵۶۲۳۵۲۰
صحنه	۴۸۳۳۷۰۳۲
صومعه سرا	۴۴۳۲۴۲۳۱ ۴۴۳۲۷۰۷۷
طبرس	۳۲۸۲۸۵۵۱ ۳۲۸۳۴۰۴۶
عباس آباد	۵۴۶۲۵۲۵۰ ۵۴۶۲۶۶۱۵
عجبشیر	۳۷۶۲۳۸۱۵
علی آباد کتول	۳۴۲۲۱۱۵۶ ۳۵۲۳۰۰۰۴
فارسان	۳۳۲۲۰۹۵۰
فاروج	۳۶۴۳۶۲۱۷
فرشبند	۳۸۷۵۲۱۴۳
فردوس	۳۲۷۲۱۱۰۱
فردیس	۳۶۵۲۵۴۷۸
فريدونکتر	۳۵۶۶۳۷۰۷ ۳۵۶۵۱۴۵۰ ۳۵۶۵۴۳۰۹
فریمان	۳۴۶۲۲۶۷۹
فسا	۵۳۳۵۸۳۶۲ ۵۳۳۳۶۰۱۰
فولاد شهر	۵۲۶۲۳۶۱۱
فومن	۳۴۷۳۴۵۵۷ ۳۴۷۳۴۴۴۷ ۳۴۷۳۰۳۱۰ ۳۴۷۳۶۹۸۱
فیروز آباد	۳۸۷۲۸۲۸۲ ۳۸۷۳۲۱۸۳
فیروزکوه	۷۶۴۰۲۹۹۱
قائم شهر	۴۲۰۴۷۲۰۶ ۴۲۲۳۷۴۳۷ ۴۲۰۷۲۷۲۹

فهرست نمایندگان میکروویو شرکت مشتریان گلديران

شهر	تلفن
لوشان	۳۴۶۰۲۰۷۷
ماسال	۴۴۶۶۴۹۵۶
ماکو	۳۴۲۴۲۶۲۲ ۳۴۲۴۵۹۰۰
ماهشهر	۵۲۳۴۰۰۱۶ ۵۲۳۲۳۷۲۸ ۵۲۳۴۲۴۴۵
مبارکه	۵۲۴۰۲۶۸۱ ۵۲۴۱۵۰۰۰
محلات	۴۳۲۲۸۹۵۷ ۴۳۲۲۲۶۶۲
محمدیه	۳۲۵۷۷۲۳۷
محمود آباد	۴۴۷۴۲۹۸۶ ۴۴۷۴۶۰۸۳
مراغه	۳۷۲۲۴۹۹۴ ۳۷۲۲۰۰۶۶ ۳۷۲۳۹۴۴۱
مرند	۴۲۲۴۴۶۴۵ ۴۲۲۵۵۳۰۵ ۴۲۲۲۱۲۲۳
مرودشت	۴۳۳۲۱۲۹۹ ۴۳۳۰۳۵۲
مریوان	۳۴۵۲۱۹۴۸
مسجد سلیمان	۴۳۲۲۹۵۶۷ ۳۲۲۲۰۰۰۶
مشکین شهر	۳۲۵۴۰۸۸۸
مشهد	۲۱۸۴۷۳۳
ملایر	۳۲۲۲۱۲۱۰ ۳۲۲۲۸۹۰۰
ملکان	۳۷۸۳۳۶۶۵
مهاباد	۴۲۲۴۰۳۸۱ ۴۲۳۳۱۱۷۸
مهديشهر	۳۳۶۲۵۹۹۶
مهریز	۳۲۵۲۲۵۳۸
میاندوآب	۴۵۳۶۷۶۰۴ ۴۵۲۴۸۰۵۰
میانه	۵۲۲۲۱۰۰۲ ۵۲۲۲۲۰۲۲ ۵۳۳۳۸۱۵۳
میبد	۳۲۲۲۳۸۵۰ ۳۲۳۳۰۹۱۳

شهر	تلفن
کلیبر	۴۴۴۴۰۴۴۷
کمالشهر	۳۴۷۱۳۷۲۳
کنگاور	۴۸۳۲۸۲۵۴ ۴۸۳۲۴۴۰۳
کهنوج	۴۳۲۰۶۵۱۱
کوهپایه	۴۶۴۲۲۱۶۶
کوهدشت	۳۲۶۴۳۰۳۷ ۳۲۶۳۸۳۱۰
کیش	۴۴۴۶۲۶۷۴
گچساران	۳۲۲۲۷۰۷۳ ۳۲۳۲۶۵۵۶
گرگان	۳۲۲۶۱۴۱۰ ۳۲۲۳۶۸۰۲ ۳۲۲۴۹۵۰۹ ۳۲۲۲۹۷۹۵
گرمسار	۳۴۲۲۱۸۸۸ ۳۴۲۳۵۷۶۷
گرمه	۳۳۵۰۳۹۹۰
گرمی	۳۲۶۴۱۸۶۴
گلپایگان	۵۷۴۲۸۱۸۳ ۵۳۳۲۸۹۸۹ ۵۷۴۵۰۰۰۳
گلوگاه	۳۴۶۶۵۷۸۵ ۳۴۶۶۲۷۹۳
گمیشان	۳۴۴۶۳۱۲۲
گناباد	۵۷۲۲۱۶۶۲ ۵۷۳۵۱۸۶۲
گنبد کاووس	۳۲۲۳۵۶۰۰ ۳۲۳۳۹۵۱۰ ۳۵۲۳۰۰۰۴
لار	۵۲۴۴۶۰۲۲ ۵۲۳۳۶۴۶۷
لامرد	۵۲۷۲۴۰۵۴
لامیجان	۴۲۲۳۹۴۰۱ ۴۲۲۲۸۲۴۵ ۴۲۲۷۲۲۲۶ ۴۲۳۴۲۲۶۹ ۴۲۳۶۶۷۳۰
لشت نشاء	۳۴۴۰۲۶۵۱
لنگرود	۴۲۵۴۴۲۳۶ ۴۲۵۵۳۷۷۹

فهرست نمایندگان میکروویو شرکت مشتریان گلیران

شهر	تلفن
یزد	۳۵۳۵۲۸۱۰
	۳۶۲۴۸۷۱۱
	۳۸۲۸۹۰۷۵
	۳۷۲۴۹۹۱۴
	۳۵۲۱۶۲۹۵

مرکز ارتباط مشتریان (۲۴ ساعته)

خط ویژه : ۰۲۱-۸۴۷۳۳

شهر	تلفن
مینو دشت	۳۵۲۲۱۶۷۶ ۳۵۲۲۸۸۷۷
نائین	۴۶۲۵۵۷۸۸ ۴۶۲۵۱۳۲۷
نجف آباد	۴۲۶۴۵۶۵۸ ۴۲۶۲۳۵۹۲ ۴۲۶۲۷۸۳۲
نظر آباد	۴۵۳۵۶۸۴۸
نقده	۳۵۶۲۸۰۹۵ ۳۵۶۲۴۲۵۵ ۳۵۶۳۱۳۳۲
نکاء	۳۴۷۳۴۲۲۰ ۳۴۷۳۵۷۲۲
نهاوند	۳۲۲۴۶۰۶۷ ۳۳۲۲۰۷۰۴
نهبندان	۳۲۶۲۱۹۶۱ ۳۲۶۲۲۵۷۰
نور	۲۱۸۴۷۳۳
نور آباد ممسنی	۴۲۵۲۳۷۸۷
نوشهر	۵۲۳۳۲۲۲۶ ۵۲۳۳۶۲۲۱ ۵۲۳۳۷۱۱۷
نیریز	۵۳۸۴۴۶۴۸ ۵۳۸۳۱۵۸۸
نیشابور	۴۳۳۴۰۹۰ ۴۳۳۳۰۳۰ ۴۲۲۴۹۵۰
هرات	۳۲۵۷۲۰۰۹
هشتگرد	۴۴۲۳۹۵۰۰
همدان	۳۸۳۵۶۸۱۹ ۳۴۲۳۴۹۰۱ ۳۴۴۲۵۲۱۸ ۳۸۳۵۱۱۸۸
ورامین	۳۶۲۵۳۳۱۶ ۳۶۲۵۳۲۵۲
ولایت جم	۳۷۶۲۳۱۴۸ ۳۷۶۲۳۹۰۲
یاسوج	۳۳۳۳۹۶۹۹ ۳۳۳۳۰۶۲۱

