



MANUAL DE INSTRUCCIONES

HORNO MICROONDAS

Por favor lea detalladamente este manual antes de utilizar este aparato.

MS074 ***

(Opcional, por favor verifique las especificaciones del modelo)



MFL06335725

www.lg.com

PRECAUCIONES PARA EVITAR LA POSIBLE EXPOSICION A LA ENERGIA DE MICROONDAS.

- (a) No intente operar este horno con la puerta abierta pues ello puede resultar en una exposicion peligrosa a la energia de microondas. Es importante seguir las precauciones del fabricante en cuanto a seguridad del sistema de cierre de la puerta del horno.
- (b) No coloque ningun objeto entre el frente de la unidad y la puerta del horno ni tampoco permita que se acumule suciedad o residuos de limpiadores en las superficies selladoras.
- (c) No opere este horno si esta dañado. Es particularmente importante que la puerta se pueda cerrar apropiadamente y que no exista daño que afecte a:
 - (1) La puerta (torceduras)
 - (2) Bisagras y cerraduras (rotas o sueltas)
 - (3) Empaqueaduras de las puertas y superficies selladoras.
- (d) Este horno no debe ser ajustado ni reparado por persona alguna que no sea personal calificado e idoneo.
- (e) Usted solo debe usar el microondas con la bandeja de vidrio en su lugar.
Siempre coloque los alimentos en un recipiente sobre la bandeja de vidrio.

⚠ PRECAUCION

Cuando caliente líquidos, por ejemplo sopas, salsas y bebidas en su horno microondas, el sobrecalentamiento de líquidos mas allá del punto de ebullicion puede causar burbujas sin ser notado desde el exterior. Esto podría resultar en un ebullición repentina del líquido caliente. Para prevenir esta posibilidad siga los siguientes pasos:

1. Evite usar recipientes rectos con cuello angosto.
2. No lo sobrecaliente.
3. Vierta el líquido antes de colocar el recipiente en el horno y luego parcialmente midiendo el tiempo de cocción.
4. Después de calentado, déjelo en el horno por un lapso de tiempo, viértalo o muévalo, luego cuidadosamente revise su temperatura antes de consumir. Tenga cuidado (Especialmente, el contenido de alimentos embotellados y mamaderas).

INDICE DE CONTENIDO

IMPORTANTES INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD	4-7
INSTALACION	8
OTRAS INSTRUCCIONES UTILES	9
UTENSILIOS PARA COCINAR.....	11
DIAGRAMA DE CARACTERISTICAS/PANEL DE CONTROL	12
ESPECIFICACIONES TECNICAS.....	12
INSTRUCCIONES DE OPERACION	13-18
TABLA DE COCCIÓN DE VEGETALES	19
TABLA PARA RECALENTAR	20
PRECAUCIONES	21
PREGUNTAS Y RESPUESTAS	22

INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD IMPORTANTES

Por favor guarde este documento para futuras consultas. Lea y siga todas las instrucciones antes de usar el horno para evitar el riesgo de fuego, descargas eléctricas, daños personales o materiales al usar el horno.

Esta guía no cubre todas las condiciones posibles que pueden tener lugar. Póngase siempre en contacto con un agente de servicio técnico o el fabricante para pedir ayuda sobre problemas que no comprenda.

ADVERTENCIA

Este es un símbolo de alerta de seguridad. Este símbolo indica que hay riesgos potenciales que podrían causar heridas e incluso la muerte, a usted y a otras personas.

Todos los mensajes de seguridad seguirán el símbolo de alerta y la palabra "ADVERTENCIA" o "PRECAUCIÓN". Estas palabras significan:

ADVERTENCIA

Este símbolo le indicará los riesgos de prácticas no seguras que podrían causar lesiones corporales graves o incluso la muerte.

PRECAUCIÓN

Este símbolo le indicará el riesgo de prácticas no seguras que podrían causar lesiones corporales o daños materiales.

ADVERTENCIA

- 1 No intente forzar o realizar ningún ajuste o reparaciones en la puerta, las juntas de la puerta, el panel de control, los conmutadores de bloqueo o cualquier otra parte del horno que incluya retirar alguna cubierta que ofrezca protección contra la exposición a la energía de microondas. Las reparaciones deben ser llevadas a cabo solamente por un técnico de reparaciones cualificado.**
 - A diferencia de otros dispositivos, el horno microondas es un equipo eléctrico de alta tensión. Un uso o reparación inadecuada podría causar una exposición perjudicial a una energía excesiva de microondas o descargas eléctricas.
- 2 No use el horno para deshumidificación. (por ejemplo. Utilizar el horno microondas con periódicos, ropa, juguetes, dispositivos eléctricos, mascotas o niños, etc...)**
 - Puede ser la causa de daños serios de seguridad, tal como un fuego, quemaduras o muerte súbita debido a descargas eléctricas.
- 3 Es dispositivo solo se permite usar por niños mayores a los 8 años y personas con capacidades físicas, sensoriales o mentales reducidas o falta de experiencia y conocimiento, solamente cuando estén bajo supervisión o se le hayan dado instrucciones para usar el horno de forma segura y a sabiendas de los potenciales peligros.**
 - Un uso incorrecto puede causar daños de seguridad como fuego, descargas eléctricas o quemaduras.
- 4 Las partes accesibles pueden calentarse durante el uso. Los niños pequeños deben mantenerse alejados.**
 - Podrían quemarse.
- 5 Evite calentar líquidos o cualquier otra comida en recipientes sellados, ya que podrían explotar. Retire el envoltorio de plástico de la comida antes de cocinar o descongelarla. Observe que en algunos casos la comida debe cubrirse con una lámina de plástico para calentarla o cocinarla.**
 - Podrían explotar.
- 6 Asegúrese de utilizar los accesorios adecuados en cada modo de funcionamiento, consulte la página 12 del manual.**
 - El uso incorrecto podría ocasionar daños en su horno y accesorios o generar chispazos o incluso un incendio.
- 7 No permita que los niños jueguen con los accesorios o se cuelguen del asa de la puerta.**
 - Podrían resultar heridos.
- 8 Si la puerta o las juntas de las puertas están dañadas, no debe utilizarse el horno hasta que haya sido reparado por un técnico cualificado.**

9 Es peligroso para cualquier persona que no sea un técnico competente realizar trabajos de servicio o reparación que incluyan la retirada de una tapa que proteja de la exposición a la energía de microondas.

10 Cuando el aparato se utiliza en el modo de combinación, los niños sólo lo usarán bajo la supervisión de un adulto, debido a las temperaturas generadas.



PRECAUCIÓN

1 El horno no puede utilizarse con la puerta abierta debido a los bloqueos de seguridad integrados en el mecanismo de la puerta. Es importante no forzar los bloqueos de seguridad.

- Podría derivar en una exposición perjudicial a energía de microondas. (Los bloqueos de seguridad interrumpen automáticamente cualquier actividad de cocina cuando se abre la puerta.)

2 No coloque ningún objeto (tal como paños de cocina, servilletas, etc...) entre la parte frontal del horno y la puerta ni permite que se acumulen residuos de comida o limpiador en las superficies de la junta.

- Podría derivar en una exposición perjudicial a energía de microondas.

3 No utilice el horno si está dañado. Es particularmente importante que la puerta del horno se cierre correctamente y que no esté dañada: (1) la puerta y sellado.la puerta (dobladilla), (2) bisagras y cierres (rotos o flojos), (3) juntas de la puerta y sellado.

- Podría derivar en una exposición perjudicial a energía de microondas.

4 Asegúrese de que los tiempos de cocinado sean apropiados. Las cantidades pequeñas de comida necesitan menos cocción o tiempo de calentamiento.

- Cocinar excesivamente la comida puede causar que esta prenda fuego o dañe el horno.

5 Al calentar líquidos en el horno microondas, por ejemplo, sopas, salsas y bebidas:

- * Evite usar recipientes rectos con cuellos estrechos.
- * No los caliente en exceso.
- * Remueva el líquido antes de colocar el recipiente en el horno y de nuevo a mitad del tiempo de calentamiento.
- * Tras calentarlos, déjelos reposar unos instantes en el horno; vuelva a removerlos o agitarlos con cuidado y compruebe la temperatura antes de consumirlos para evitar quemaduras (en especial el contenido de biberones y botes de comida para niños).
- * Calentar líquidos con microondas puede causar que hiervan violentamente de forma retardada, por eso hay que tener cuidado al manipular el recipiente.

6 Existe una salida de humos en la parte superior, inferior o lateral del horno.
No bloquee la salida.

- Podría dañar el horno y afectar a los resultados de la cocción.

7 No utilice el horno cuando esté vacío. Es mejor dejar un vaso de agua en el horno cuando no vaya a utilizarlo. El agua absorberá con seguridad toda la energía de microondas si el horno se enciende por accidente.

- El uso inadecuado podría causar daños en el horno.

8 No cocine comida envuelta en papel, a menos que el libro de receta lo indique para la comida que está cocinando. No use papel de periódico en lugar de papel de cocina.

- El uso inadecuado puede ser causa de una explosión o fuego.

9 No utilice recipientes de madera o cerámica que tengan inserciones metálicas (por ejemplo de oro o de plata). Retire siempre las ataduras de alambre. Antes de usar los utensilios, compruebe si son adecuados para utilizarse en hornos microondas.Recipientes metálicos para comida y bebida no se permiten usar durante la cocción por microondas.

- Podrían calentarse y carbonizarse. Los objetos metálicos en especial, podrían curvarse, lo que puede derivar en daños serios.

10 No use productos de papel reciclado.

- Podrían contener impurezas que pueden causar la aparición de chispas o fuego durante la cocción.

11 No enjuague el plato y la rejilla, metiéndolos en agua justo después de cocinar. Podrían romperse o dañarse.

- El uso inadecuado podría causar daños en el horno.

12 Asegúrese de colocar el horno de tal manera que la parte frontal de colocado para evitar que se vuelque accidentalmente. la puerta esté a 8 más cm del borde de la superficie donde está.

- El uso inadecuado puede resultar en lesiones corporales o daños en el horno.

13 Antes de cocinar, perfore la piel de las patatas, manzanas o cualquier fruta o verdura.

- Podrían explotar.

14 No cocine huevos con cáscara. No debe calentar huevos con cáscara y huevos hervidos enteros

- . en hornos microondas ya que podrían explotar, incluso después de terminar el calentamiento en el horno.

La presión se acumula en el interior del huevo, lo que podría hacerlo explotar.

15 No intente freír en abundante grasa en el horno.

- Esto podría hacer que el líquido comenzara a hervir repentinamente.

16 Si nota que el horno emite humo, apague o desconéctelo de la toma de corriente y mantenga la puerta cerrada para sofocar cualquier llama.

- Esto puede ser causa de daños graves de seguridad, como fuego o descargas eléctricas.

17 Cuando la comida se calienta o cocina en recipientes desechables de plástico, papel u otros materiales combustibles, mantenga vigilado el horno y compruébelo con frecuencia.

- La comida podría volcarse por el deterioro del recipiente, lo que también podría causar fuego.

18 La temperatura de las superficies accesibles puede ser alta durante el funcionamiento del dispositivo. No toque la puerta del horno, la carcasa exterior o trasera, el interior del horno, los accesorios o platos durante el modo de grill, y las operaciones de cocina automática y del modo de convección, antes de vaciar el horno, asegúrese de que no están calientes.

- Cuando estén calientes, existe el riesgo de quemaduras a no ser que se usen guantes culinarios.

19 El horno debe limpiarse con regularidad y deben retirarse los restos de comida.

No mantener el horno limpio puede causar deterioro de la superficie que podría afectar negativamente a la vida útil del dispositivo y posiblemente derivar en una situación de riesgo.

20 Utilice solamente la sonda de temperatura recomendada para este horno.

- Sin la sonda de temperatura adecuada no podrá estar seguro de la precisión de la temperatura.

21 Siga las instrucciones exactas dadas por los fabricantes para sus palomitas de maíz. No deje el

- . horno sin atención mientras se hacen las palomitas. Si las palomitas no se abren transcurridos los tiempos sugeridos, interrumpa el proceso. Nunca use una bolsa marrón de papel para hacer palomitas. Nunca intente hacerlas de nuevo con los granos que no se hayan abierto.

- Cocinarlo excesivamente podría causar que el maíz prendiera fuego.

20 Este dispositivo debe incluir toma de tierra.Los cables del terminal principal siguen el código de color detallado a continuación:

AZUL ~ Neutro

MARRÓN ~ Fase

VERDE Y AMARILLO ~ Tierra

Como los colores de los cables de electricidad de este dispositivo pueden no coincidir con el código de colores de los terminales del enchufe, haga lo siguiente:
El cable de color AZUL debe conectarse al terminal marcado con la letra N o de color NEGRO. El cable de color MARRÓN debe conectarse en el terminal marcado con la letra L o de color ROJO. El cable de color VERDE Y AMARILLO o VERDE debe conectarse al terminal marcado con la letra E o $\frac{1}{3}$.

Si el cable de alimentación está dañado, debe cambiarlo el fabricante o un servicio técnico o personal cualificado para evitar riesgos.

- Un uso inadecuado puede causar daños eléctricos importantes.

23 Este horno no debe utilizarse con fines de catering comercial.

- El uso inadecuado podría causar daños en el horno.

24 La conexión se puede establecer al tener acceso al enchufe o al instalar un interruptor en el cableado fijo, de acuerdo con las reglas de cableado.

- Usar un enchufe o interruptor inadecuado puede causar descargas eléctricas o fuego

25 Los niños no deben jugar con el aparato. La limpieza y el mantenimiento de usuario no serán realizados por niños, a menos que ellos estén bajo supervisión.

26 Los electrodomésticos no han sido pensados para operar mediante un temporizador externo o un sistema de control remoto separado.

27 Utilice sólo utensilios adecuados para los hornos microondas.

28 Este horno microondas no se debe instalar en un armario.

29 Este horno microondas está diseñado para ser utilizado como un aparato independiente.

30 Mantenga el aparato y su cable fuera del alcance de niños de edades inferiores a 8 años.

31 Con el aparato en funcionamiento, puede calentarse la puerta o la superficie exterior.

32 Este aparato se ha diseñado para ser utilizado en aplicaciones domésticas y similares, tales como

- zonas de cocina para el personal en tiendas, oficinas u otros entornos de trabajo
- casas rurales por
- los clientes en hoteles, moteles y otros entornos residenciales
- establecimientos tipo alojamiento y desayuno

33 El horno microondas está diseñado para calentar comida y bebida. El secado de alimentos, ropa y el calentamiento de almohadillas de calentamiento, zapatillas, esponjas, paño húmedo y sus similares puede conducir al riesgo de lesiones, encendido o fuego.

34 Hay que remover o agitar el contenido de biberones y botes de comida para niños, así como comprobar la temperatura antes de consumirlo para evitar quemaduras.

35 De acuerdo con los requisitos de instalación, en el caso contrario, el exceso de calor puede llevar a un grave peligro.

36 Este artefacto no debe ser usado por personas (incluyendo niños) con capacidades Físicas, sensoriales o mentales reducidas, o falta de experiencia y conocimiento, A menos que tengan supervisión o hayan sido capacitados sobre el uso del artefacto por una Persona responsable de su seguridad. Los niños deben ser supervisados para asegurar que no están jugando con el artefacto.

37 No debe limpiarse con Vapor.

INSTALACION

A. INSTRUCCIONES PARA CONEXION A TIERRA

Este aparato tiene que ser debidamente conectado a tierra. En el caso de un cortocircuito eléctrico, el hecho de estar conectado a tierra reduce el riesgo de choque eléctrico al proporcionar un cable de escape para la energía eléctrica. Este aparato está dotado de un cordón con enchufe de tres clavijas (una de las cuales para conexión a tierra). (ver figura 1) para minimizar la posibilidad de que este aparato produzca un choque eléctrico. Este enchufe debe ser conectado en un tomacorriente que esté debidamente instalado y conectado a tierra.



⚠ CUIDADO

El uso inapropiado de la clavija de tierra puede resultar en corto eléctrico. No corte, no remueva la tercera terminal de conexión a tierra, bajo ninguna circunstancia. El usuario hará bien en consultar con un electricista idóneo si estas instrucciones sobre conexión a tierra no han sido suficientemente comprendidas o si persiste alguna duda sobre como se puede conectar esta unidad a tierra. Si solo se cuenta con un tomacorriente convencional de dos clavijas, es responsabilidad y obligación del consumidor hacerlo reemplazar por uno de tres, debidamente conectado a tierra.

⚠ CUIDADO

Enchufar el adaptador terminal de tierra al tomacorriente de la pared no produce la conexión a tierra salvo que el tornillo que sostiene la tapa del receptáculo sea de metal, no aislado, y el tomacorriente de la pared esté conectado a tierra por medio del sistema de alambrado de la casa o edificio.

1) En situaciones donde el cordón eléctrico del aparato ha de ser desconectado frecuentemente, no use un adaptador de enchufe pues el desconectar el cordón eléctrico causa presión indebida sobre el adaptador y eventualmente conduce a anular su utilidad. Si el usuario tiene un tomacorriente de dos clavijas, debe hacerlo reemplazar por uno de tres, por un técnico electricista especializado.

b) Si es necesario utilizar un cordón de extensión, use solamente uno de tres alambres que tenga el enchufe de tres cuchillas o clavijas y un receptáculo que acepte el enchufe del aparato. La capacidad de la extensión debe ser igual o superior a la capacidad eléctrica del aparato.

NOTAS:

1. Un cordón eléctrico corto se proporciona junto con esta unidad con el fin de reducir el riesgo de que alguien se enrede con el mismo o se tropiece con un cordón más largo.
2. Cordones apropiados más largos están disponibles pero se deben usar con el debido cuidado.

3. Si se llegara a usar un cordón más largo, (1) la capacidad eléctrica del cordón debe ser por lo menos igual a la de la capacidad del aparato. (2) el cordón de extensión debe ser del tipo que tiene tres alambres y conexión a tierra y (3) el cordón que resulte largo debe ser acomodado de manera que no caiga a los lados de la mesa donde esté el aparato donde pueda ser tirado por niños o causar tropiezos accidentales.

B. CIRCUITOS

Por razones de seguridad, este horno debe ser conectado a un circuito de 15 amperes. Ningún otro artefacto debe de estar conectado al mismo circuito. En caso de duda, consulte con un electricista calificado.

C. PREVENCION SOBRE VOLTAGE

El voltaje del tomacorriente debe ser el mismo que se ha especificado en la placa de serie que está situada en la parte trasera del aparato o al lado del panel de control del horno. El uso de voltajes superiores puede ser peligroso y causar incendios u otros tipos de accidentes que resulten, causando daños al horno. El voltaje insuficiente, por otra parte, puede resultar en cocción de mayor lentitud. En caso de que su horno de microondas no esté funcionando con normalidad estando en orden lo relacionado con la fuente de energía de Corriente Alterna y con el voltaje, desconecte el cordón y vuelva a conectarlo.

D. UBICACION DEL HORNO.

Su horno de microondas puede ser fácilmente instalado en su cocina, el cuarto de estar de la familia o en cualquier otra habitación de la casa.

Coloque el horno sobre una superficie plana como el aparador de la cocina o sobre un carrito especialmente diseñado para uso con hornos de microondas. Jamás lo coloque encima de una cocina o estufa de gas o eléctrica. Es importante que el aire pueda fluir alrededor del horno.

E. NO BLOQUEE LOS CONDUCTOS DE AIRE

Todas las salidas de aire deben mantenerse libres de obstrucción durante la función de cocina. Si las salidas están cubiertas durante la operación del horno, este puede sobrecalentarse. En este caso, un sensible dispositivo de seguridad automáticamente apaga el horno. El horno quedará impedido de funcionar hasta que se haya enfriado suficientemente.

F. INTERFERENCIA DE RADIO

1. La operación del horno de microondas puede causar interferencias en la recepción de radio, televisor o equipos similares.
2. Cuando haya interferencia, esta puede ser reducida o eliminada adoptando las siguientes medidas:
 - a. Limpie la puerta y las superficies de sellado del horno.
 - b. Cambie la orientación de la antena de su radio o televisor.
 - c. Cambie de lugar el horno de microondas.
 - d. Aleje el microondas de su receptor.
 - e. Conecte el horno de microondas en otro tomacorrientes de modo que el receptor y el horno resulten conectados a dos circuitos diferentes.

OTRAS INSTRUCCIONES UTILES



PRECAUCIONES

- *No intente manipular ni hacer ajustes o reparaciones en el panel de control de la puerta, los cierres de seguridad ni ninguna de las otras partes del horno. Las reparaciones deben ser siempre hechas por personal calificado e idoneo.
- *Asegurese de colocar la superficie frontal de la puerta por lo menos a 3 pulgadas(7,5 cms.) o mas del borde de la mesa o mueble en que esta colocado el horno, para evitar caidas o vuelcos accidentales durante el uso normal.
- *Para que la programacion sea mas eficiente, toque el centro mismo de cada tecla con decision y seguridad. Usted debe escuchar un pitido cada vez que pulsa una tecla, como confirmacion de que la misma ha sido debidamente pulsada.
- *No toque ni golpee los controles con objetos tales como cubiertos de mesa, utensilios etc. Pueden ocurrir roturas.
- *Tenga cuidado cuando este sacando utensilios del horno. Algunos platos absorben calor proveniente de los alimentos cocinados y pueden resultar muy calientes.
- *No proceda a enjuagar los utensilios inmediatamente despues de sacarlos del horno. Esto puede causar roturas. Permita que el tornamesa se enfrie..
- *No use utensilios de vidrio. Vea la seccion sobre utensilios en este manual.
- *No haga funcionar el horno estando vacio. Siempre debe haber en el horno ya sea alimentos o agua que absorban la energia de microondas.
- *No caliente alimentos en contenedores cerrados. La presion puede causar explosion y esta causar daños corporales.
- *0. No use su microondas para secar papeles o ropas. Pueden incendiarse.
- *1. Solo use termometros aprobados para uso en Hornos de Microondas.
- *Asegurese se que el tornamesa este en su sitio correcto y gira antes de operar el horno.
- *Antes de cocinar, perfore la cascara de las papas, calabazas enteras, manzanas o cualquier fruta o vegetal cubierto por cualquier tipo de cascara.
- *Nunca use su horno de microondas para cocinar huevos en su cascara. La presion interna puede causar una explosion.
- *No prepare palomitas de maiz, "popcorn" excepto en contenadores apropiados expresamente fabricados para uso en hornos de microondas. Jamas trate de cocer palomitas de maiz "popcorn" en bolsas que no sean la expresamente fabricadas para tal efecto. Sobre cocinar puede resultar en humo y fuego.
- No trate de hacer reventar las semillas que puedan haber quedado sin reventar.
- No utifice las bolsas especiales por segunda vez.

COMO OBTENER LOS MEJORES RESULTADOS POSIBLES DE SU HORNO DE MICROONDAS.

Las instrucciones en este manual han sido hechas para que brinden una excelente ayuda para el buen

funcionamiento del horno, los alimentos que usted prepare o cocine en el horno obtendran un buen resultado si usted pone atencion en los pasos a seguir. Siempre verifique los alimentos mientras esten en proceso de cocción. Su horno microondas esta equipado con una luz interna que se enciende automaticamente al momento de abrir la puerta del aparato ó cuando esta en funcionamiento. De esta manera usted puede ver los alimentos y por lo tanto como va el proceso de cocción

Factores que afectan el tiempo de cocción:

Para verificar el voltaje de su horno, refierase al dibujo al principio de este libro. Muchos factores afectan el tiempo de cocción. La temperatura de los ingredientes utilizados en una receta hacen una gran diferencia en el tiempo de cocción. Por ejemplo, una torta hecha con mantequilla, huevos y leche frios o refrigerados, tomaria considerablemente mas tiempo que aquella que se hace con ingredientes a temperatura ambiente.

Todos las recetas en este libro indican rangos de tiempo para cocinar.

Generalmente encontrara que la comida no esta bien cocinada usando los rangos menores de tiempo, y algunas veces usted deseara cocinar por un tiempo mayor que los sugeridos de cocción acuerdo a su preferencia personal.

La filosofia que gobierna este libro es que es mejor ser conservadores en el tiempo de cocción para la receta, ya que la comida infracocinada se puede completar, mientras que la comida sobre cocinada se pierde.

Sin embargo, algunas, particularmente aquellas que se refieren a panes, pasteles y carnes, incluyen sugerencias de que los alimentos se retiren del horno mientras todavia estan ligeramente infracocinada. Esto no es un error. Cuando se le da oportunidad de reposar, los alimentos continuan cocinandose fuera del horno, conforme el calor atrapado en las porciones exteriores del alimento se desplaza hacia su interior. Si los alimentos se mantienen en el horno hasta que esten totalmente cocinados, las porciones externas resultan sobre cocinadas y hasta quemadas.

A medida que usted adquiere experiencia en el uso de su microondas, usted misma podra estimar con mas eficiencia el tiempo apropiado tanto para cocinar como para reposar, los diferentes alimentos.

OTRAS INSTRUCCIONES UTILES

TECNICAS ESPECIALES PARA COCINAR EN MICROONDAS.

Para dorar: Las carnes y aves que se cocinan por unos 10 a 15 minutos o mas, se doraran ligeramente por medio de su propia grasa. Los alimentos que se tengan que cocinar por menor tiempo, se les puede impregnar salsas para dorar y lograr ese apetitoso color. Las salsas mas comunmente utilizadas son la "Worcestershire" o salsa Inglesa, la de soya o soja, y la salsa para parrillada, o barbacoa. Como las cantidad de salsa que se usa para dorar es pequeña, los sabores originales de las recetas no se alteran.

Cubiertas o tapas: La cubierta atrapa el calor y el vapor lo cual causa que los alimentos se cocinen mas rapidamente. Usted puede usar, ya sea la tapa del utensilio o cubrir con un papel plastico de envolver ("plastic wrap") pero siempre dejando una esquina abierta para dar salida al vapor.

Cubiertas con papel encerado: El papel encerado evita efectivamente que los alimentos salpiquen dentro del horno y al mismo tiempo mantiene el calor. Pero como es una cubierta o tapa mas suelta que una tapa o papel transparente, permite que la comida se seque un poco. Envoltura en papel encerado o papel toalla: Los sandwiches o emparedados y muchos otros alimentos que contienen pan ya horneado deben ser envueltos antes de hornear en microondas para evitar que se sequen.

Ordenando y espaciando: Alimentos en unidades, como papas horneadas, pasteles en copas y bocadillos o antipasto, se cocinan mas uniformemente si se colocan en el horno con por lo menos una pulgada de separacion entre si, preferiblemente siguiendo un patron circular. Nunca ponga una comida encima de la otra.

Revolver: Revolver los alimentos es una de las tecnicas mas importantes de la cocina por microondas. En la cocina convencional, los alimentos son revueltos con el objeto de mezclarlos. Sin embargo, los alimentos horneados por microondas se revuelven para dispersar y redistribuir el calor. Siempre revuelva desde afuera hacia el Centro ya que la comida de afuera se calienta primero.

Voltear: Alimentos grandes y altos, tales como asados o aves enteros deben ser volteados para que la parte de arriba y la de abajo se cocinen por igual. Es tambien una buena idea cortar los aves o las chuletas.

Colocando porciones gruesas mirando hacia afuera: Ya que las microondas son atraidas por la parte externa de los alimentos, tiene mucho sentido colocar las porciones de carnes, aves y pescados, en el borde del plato de hornear. De esta manera, las porciones gruesas recibiran la mayor parte de la energia microondas y los alimentos se cocinaran por igual.

Proteger: Con el fin de evitar que las esquinas de alimentos cuadrados o rectangulares se cocinen demasiado con las microondas, se las cubre con pedazos de papel de aluminio que bloquean las microondas. Nunca utilice demasiado papel de aluminio y asegurese que este bien adherido al plato ya que puede causar chispas en el horno.

Estar: Alimentos gruesos o densos son frecuentemente elevados de manera que las microondas puedan ser absorbidas por la parte interior y el Centro de los alimentos.

Perforar: Para evitar que se revienten los alimentos que

se encuentran envueltos o cubiertos por cascas, conchas, pieles o membranas, conviene perforarlos antes de cocinar. Esos alimentos incluyen la clara y la yema de huevos, conchuelas, ostras y muchos vegetales y frutas enteras.

Probar si estan cocinadas: Debido a que los alimentos se cocinan muy rapidamente en microondas, es necesario verificar frecuentemente. Algunos alimentos se dejan en el horno hasta que esten completamente cocinadas, pero la mayor parte de los alimentos, incluyendo carnes y aves, se sacan del horno cuando les falta un poco permitiendoles que se terminen de cocinar durante el tiempo de reposo. La temperatura interna de las comidas se elevara entre 5°F (3°C) y 15°F (8°C) durante el tiempo de reposo.

Tiempo de reposo: Frecuentemente los alimentos se dejan reposar entre 3 y 10 minutos despues de retirarlos del horno. Usualmente los alimentos se mantienen cubiertos a fin de que retengan el calor a no ser que su textura tenga que ser seca (como por ejemplo tortas y galletas). El reposo permite que las comidas se terminen de cocinar y que el sabor se impregne y desarrolle.

LAS CARACTERISTICAS DE LAS COMIDAS Y SU EFECTO EN LA COCINA POR MICROONDAS.

Densidad: Alimentos livianos, porosos, tales como tortas y panes se cocinan con mas rapidez que alimentos pesados y de alta densidad como asados y cacerolas. Usted debe tener cuidado que los bordes de alimentos livianos no se sequen y rompan. Tape los bordes con papel de Estufa u hornee a un nivel mas bajo.

Altura: La parte superior de alimentos altas, particularmente asados, se cocinaran con mas rapidez que la parte inferior. Por lo tanto, es prudente voltear las comidas altas durante cocción, a veces con frecuencia.

Contenido de humedad: La humedad atrae las microondas, por lo que alimentos secos, tales como asados y algunos vegetales deben ser humedecidos o tapados antes de cocinarlos para mantener el vapor.

Contenido de huesos y grasa: Los huesos conducen el calor y grandes cantidades de grasa atraen energia microondas. Por lo tanto, debe tenerse cuidado al cocinar cortes de carnes con huesos y grasas, de que no se cocinen desigualmente o se sobrecocinen.

Forma de las comidas: Las microondas penetran solamente 1 pulgada (2.5 cm) de las comidas, la parte interior de alimentos gruesos se cocina con el calor generado por la parte externa que penetra hacia adentro. En otras palabras, solamente la parte externa de cualquier comida es realmente cocinada por la energia por microondas. El resto se cocina por conveccion. Se despredicen, por lo tanto, que la peor forma posible para una comida que seria horneada en microondas, es un cuadro grueso. Las esquinas se quemaran mucho antes que el centro siquiera este caliente.

Cantidades: El numero de microondas en su horno se mantiene constantes sin importar la cantidad de alimento que se este cocinando. Por lo tanto, mientras mas alimento coloque usted en su horno, mas tiempo de coccion sera necesario. Recuerde que debe reducir el tiempo de coccion por lo menos por un tercio cuando se tiene la mitad de los alimentos.

OTRAS INSTRUCCIONES ÚTILES

Para mejores resultados y una labor culinaria agradable, por favor lea su guía de cocina en su totalidad.

PARA MEJORES RESULTADOS:

- 1.Cuando tenga que determinar el tiempo necesario para cocinar un alimento dado, empiece por utilizar el tiempo mínimo indicado y verifique ocasionalmente el grado de cocción alcanzado. El horno microondas cocina muy rápidamente y por tanto resulta fácil cocinar los alimentos más de lo deseado.
- 2.Cuando la cantidad de comida que se ha de cocinar es muy pequeña o tiene un contenido de agua bajo, la comida puede secarse y endurecerse si se cocina por mucho tiempo.
- 3.No use el horno microondas para secar toallas de cocina u otros productos de papel. Se pueden quemar.
- 4.No cocine en el horno de microondas, huevos en su cascarón.
- 5.Cuando cocine alimentos como manzanas, papas, yemas de huevo, hígados de pollo. Etc., tome la precaución de perforar la cascara o membrana para evitar que revienten mientras se estén cocinando.

UTENSILIOS PARA COCINAR

UTENSILIOS PARA USO EN MICROONDAS

Nunca utilice utensilios de metal o que tengan bordes de metal en su horno microondas. Las microondas no pueden atravesar metales. Esas ondas que rebotan de cualquier objeto en el horno son desviadas por las paredes de metal y pueden causar chispas. La mayor parte de los utensilios térmicos (resistentes al calor) no metálicos son aceptables para ser utilizados en un horno microondas. Algunos de ellos, sin embargo, podrían contener materiales que no deben ser usados en un horno microondas. Si usted tiene alguna duda sobre un utensilio en particular, hay una forma fácil de saberlo.

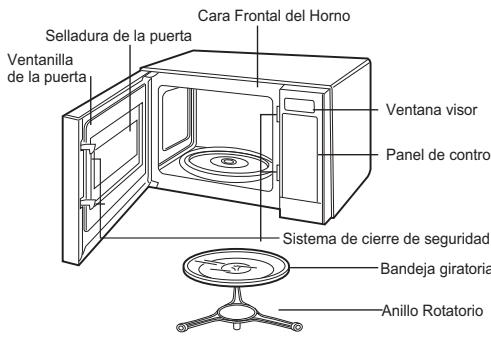
Probando utensilios para verificar si son utilizables en horno microondas: Coloque el utensilio vacío en el horno de microondas junto a un vaso lleno de agua. Cocine por un minuto a potencia máxima. Si el agua está caliente y el utensilio permanece frío, el utensilio es apto para usar en microondas. Pero si el utensilio se calienta, es porque contiene materiales que absorben las microondas y por tanto no debe ser usado en microondas. Seguramente usted tiene en su cocina muchos recipientes que podrían ser utilizados en hornos microondas. La lista que sigue le puede dar una idea:

1. **Platos de vajilla:** La mayor parte de las vajillas son utilizables en hornos microondas. Si tuviese alguna duda, consulte los manuales del fabricante o haga la prueba mencionada anteriormente.
2. **Cristalería:** Cristales o vidrios resistentes al calor son utilizables en microondas. Esto incluye todas las marcas conocidas de vidrios térmicos. No use vasos de vino ni copas delicadas. Porque existe la posibilidad de que se quiebren.
3. **Papel:** Platos de papel y otros contenedores no encerados son convenientes y seguros de usar en su horno de microondas, siempre y cuando se usen por períodos cortos y los alimentos a ser cocinados sean bajos en grasa y humedad. El papel toalla es también muy útil para envolver comidas y forrar bandejas para comidas grasas tales como tocino. En general, use papel toalla blanco porque las tinturas de los papeles coloridos tienden a manchar los alimentos.

4. **Contenedores de plástico:** Estos pueden ser utilizados para el recalentamiento rápido de alimentos. Sin embargo, no deben ser utilizados para alimentos que vayan a ser cocinados por largo tiempo, ya que el sobrecalentamiento puede derretir el plástico.
5. **Bolsas plásticas para cocinar:** Siempre y cuando hayan sido hechas específicamente para cocinar, las bolsas son seguras en los hornos de microondas. Sin embargo, asegúrese de que haya un corte en la bolsa que permita la salida del vapor. Nunca use bolsas plásticas de uso general para cocinar en su horno de microondas porque se romperán y derretirán.
6. **Utensilios de plástico especiales para microondas:** Hay una variedad de utensilios plásticos especiales para hornos microondas. Por lo general, usted probablemente pueda utilizar sus utensilios para hornejar en el microondas en lugar de invertir en equipo de cocinar nuevo.
7. **Utensilios de cerámica, piedra, barro:** estos son usualmente buenos para usar en hornos de microondas. Conviene ponerlos a prueba en la forma anteriormente descrita.
8. **Utensilios de paja, madera y conchas de mar:** Todos estos materiales son seguros para ser usados en su horno de microondas para operaciones cortas, junto con pinchos de madera.
9. **Utensilios de metal:** No se debe usar ningún utensilio de metal o utensilios con metal en los bordes, grapas, tornillos, ganchos o similares. Estos pueden causar chispazos. Los pinchos de metal pueden ser utilizados siempre y cuando estén totalmente cubiertos de alimentos. Por lo que se recomienda usar pinchos de madera.

PRECAUCIÓN: ALGUNOS RECIPIENTES NO SON FABRICADOS PARA SER UTILIZADOS EN MICROONDAS. RECIPIENTES TALES COMO PORCELANA Y ALEACIONES DE ALGÚN TIPO DE METAL.

DIAGRAMA DE CARACTERISTICAS / PANEL DE CONTROL



Este horno microondas ha sido empacado con los siguientes artículos:

Bandeja giratoria 1
Manual de instrucciones 1
Anillo Rotatorio 1

Este horno microondas ha sido fabricado para uso exclusivo en el hogar, no debe usarse con fines comerciales.



NOTA: Un sonido leve BEEP se emitirá cada vez que una de las funciones del panel de control sean puestas en ejecución.

ESPECIFICACIONES TECNICAS

Especificacione	MS074 ***
Poder Requerido	127 V ~ 60Hz
Consumo de Energía	1000W
Potencia del Microondas	*700 W
Frecuencia	2 450 MHz
Clasificacion de energia	9,0 A
Dimensiones (AN X AL X PX)	455mm X 260mm X 330mm
Dimensiones internas (AN X AL X P)	310mm X 197mm X 316mm
Capacidad efectiva del horno	0,7 pies ³

*IEC 60705 ESTÁNDAR DE RÉGIMEN DE TRABAJO
Especificaciones sujetas a cambios sin aviso previo .

INSTRUCCIONES DE OPERACION

AJUSTE DEL RELOJ

Cuando el microondas es conectado por primera vez o al haber sido desconectado y puesto a funcionar nuevamente, el visualizador indicara la hora en 0 .

Ejemplo : Para la hora 11:11

The diagram shows the control panel with the following steps:

- Press the **PARAR/BORRAR** button.
- Press the **RELOJ** button.
- Enter the time using the numeric buttons: [1], [1], [1], [1].
- Press the **RELOJ** button again. From this moment, the clock will start functioning.

NOTA:

Si el reloj (o visor) muestra signos extraños en la hora, desenchufe el horno del tomacorriente y vuélvalo a enchufar e ingrese la hora nuevamente.

INICIO RÁPIDO

La Tecla Ahorra Tiempo!. Este control simple permite fijar el inicio rápido y el microondas comienza a operar sin necesidad de tocar la tecla INICIO.

Ejemplo: Para fijar **INICO RÁPIDO** en 2 minutos de cocción

The diagram shows the control panel with the following steps:

- Press the **PARAR/BORRAR** button.
- Press the **INICIO/INICIO RÁPIDO** button 4 times. The oven will begin cooking and show the time in reverse.

NOTA : Si pulsa otra vez **INICIO RÁPIDO**, agregará 30 s sobre los 10 minutos ;

TIEMPO DE COCCIÓN

Esta función le permite ajustar el tiempo de cocción de los alimentos.

Para ofrecer los mejores resultados el microondas posee 10 niveles de potencia ajustables.

(ALTO-POTENCIA)

Ejemplo: Para cocinar alimentos al 80% de potencia (POWER 8) por 5 minutos con 30 segundos.

The diagram shows the control panel with the following steps:

- Press the **PARAR/BORRAR** button.
- Press the **TIEMPO** button.
- Enter the time using the numeric buttons: [5], [3], [0].
- Press the **POTENCIA** button. The P-HI indicator will appear in the display, indicating the oven has been adjusted to HI, unless a change has been made.
- Press the **8** button. The display will show P-80. The oven will indicate P-80.
- Press the **INICIO/INICIO RÁPIDO** button.

Cuando la cocción haya sido efectuada, se escucharán dos sonidos cortos y uno prolongado. La palabra **End** se verá en el visor. Entonces el horno entrará en modo de apagado.

NOTA:

Si usted no selecciona ningún nivel de potencia, el horno funcionará en la potencia ALTO. Para seleccionar una cocción en ALTO-POTENCIA no haga los pasos 4 y 5.

INSTRUCCIONES DE OPERACION(Continuación)

COCCIÓN EN 3 ETAPAS

Para la cocción por etapas de tiempo multiple, repita los pasos del 2 al 5 (de la pagina anterior), antes de presionar INICIO y el nivel de potencia . El "Descongelamiento Automatico" puede ser programado antes de iniciar la cocción por etapas, asi se descongela primero y se cocina despues.

NIVELES DE POTENCIA DEL HORNO MICROONDAS

Su horno microondas posee 11 niveles de potencia para ofrecerle una mejor versatilidad y flexibilidad de control sobre la cocción de sus alimentos.

La tabla, abajo ilustrada, le indica los alimentos y sus niveles de potencia para la cocción.

NIVEL DE POTENCIA

Power Level	Use
Alto	*Agua Hervida *Carne Molida *Caramelos *Piezas de aves, pescado y vegetales *Cortes tiernos de carne
9	*Recalentar arroz, pasta y vegetales
8	*Recalentar alimentos de rapida coccion *Recalentar emparedados
7	*Cocinar huevos, leche y platos de queso *Postres (harina) y panes *Derretir chocolate
6	*Carne de ternera *Pescado entero *Dulces y natillas
5	*Cocinar jamones, aves enteras, cordero *Costillas asadas, lomo.
4	*Carnes, Aves y mariscos
3	*Cocinar cortes muy tiernos de carne *Chuletas de cerdo
2	*Desenfriar frutas *Suavizar mantequillas
1	*Mantener alimentos y platos de comida calientes *Suavizar mantequilla y quesos
0	*Tiempo en espera *Temporizador Independiente

CERRADURA DE SEGURIDAD (Para niños)

Esta funcion le permite evitar que el horno sea utilizado por otras personas sin experiencia , como por ejemplo los niños.

Una vez que la cerradura de seguridad sea puesta el horno no podra ser operado.

Ejemplo: Para ajustar el cierre de seguridad.



Presione **PARAR/BORRAR**.

0

Presione y sostenga "0" hasta que aparezca "L" en el visor y un leve sonido se escuche. El indicador "L" permanecera en el visor.

En este modo cada control que usted presione en el panel mostrara "L" en el visor. Para cancelar esta funcion siga los pasos abajo señalados.

Ejemplo : para cancelar el cierre de seguridad

0

Presione y sostenga "0" hasta que el indicador "L" desaparezca del visor.
La hora y fecha vuelven a indicarse en el visor.

DESCONGELAMIENTO-Q

La función DESCONGELAMIENTO-Q le proporciona el método de descongelamiento rápido para 1.0 libra de alimentos congelados. Cuando el horno suene un ton o durante el conteo regresivo, abra la puerta y voltee, separe o acomode los alimentos.



Presione **PARAR/BORRAR**.



Presione **DESCONGELADO RÁPIDO**.

INSTRUCCIONES DE OPERACION(continuación)

COCCIÓN AUTOMÁTICA

El menu en el horno ha sido programado para cocinar alimentos automaticamente. Solo indique al horno que desea y el horno cocinara su seleccion.

Ejemplo: Para cocinar Palomitas, siga los pasos..

	Presione PARAR/BORRAR .
	Presione COCCIÓN AUTOMÁTICA una vez. "Ac-1" aparece en la pantalla.
	Presione 1
	Presione INICIO/INICIO RÁPIDO .

AHORRO DE ENERGIA

La característica ECO ON ahorra energía apagando la pantalla. También se apagará la pantalla cuando la unidad este inactiva por más de 5 minutos.

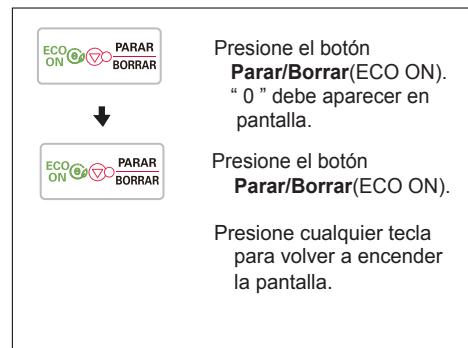


TABLA DE COCCIÓN AUTOMÁTICA

Control	Porciones	Instrucciones
PALOMITAS DE MAIZ (Ac-1)	100 g	<ul style="list-style-type: none"> • Siga instrucciones del envase • Utilice envase especial para PALOMITAS • Haga un paquete a la vez. • No deje el horno sin atencion.
PAPAS (Ac-2)	1 ea (230 g) 2 ea (460 g) 3 es (690 g) 4 ea (920 g)	<ul style="list-style-type: none"> • Coloque en el centro del horno sobre papel toalla. Pinche la patata con frecuencia. Despues de cocidas deje reposar por 5 minutos.
BEBIDAS (Ac-3)	1 taza(236 ml) 2 tazas(472 ml)	<ul style="list-style-type: none"> • Utilice solo tazas para horno microondas. • Deje escurrir despues de calentar.
VEGETALES FRESCOS (Ac-4)	1 taza (130 g) 2 tazas (260 g) 3 tazas (390 g) 4 tazas (520 g)	<ul style="list-style-type: none"> • Preparar los vegetales (lavar y cortar los vegetales en rebanadas o pedazos de 1,3cm) • Cúbralas con un plastico con preforaciones
PLATO CON ALIMENTOS (Ac-5)	1 servicio(289 g) 2servicio(440 g)	<ul style="list-style-type: none"> • Coloque las comida en un plato • Cúbralas con un plastico con preforaciones
ALIMENTOS CONGELADOS (Ac-6)	284 g	<ul style="list-style-type: none"> • Siga instrucciones del envase

INSTRUCCIONES DE OPERACION(continuación)

DESCONGELADO AUTOMÁTICO

En el horno existen tres secuencias de descongelamiento prefijadas. La característica de DESCONGELADO AUTOMÁTICO le brinda el mejor método para descongelar sus alimentos de una manera mas rápida. La guía de cocción le mostrará la secuencia de descongelamiento requerida. Con el sistema de DESCONGELADO AUTOMÁTICO el horno ajusta el nivel de potencia y el tiempo. El peso de los alimentos determinará el tiempo y la potencia. Para mayor conveniencia el sistema de DESCONGELADO AUTOMÁTICO posee un mecanismo de sonido que le permite verificar, voltear, separar o agregar tal y como se recomienda en la guía de DESCONGELAMIENTO AUTOMÁTICO POR PESO. El sistema tiene tres niveles de acuerdo al alimento:

dES1 : CARNE MOLIDA

dES2 : AVES

dES3 : BISTEC/CHULETAS

*Puede seleccionar solo presione el control CARNE MOLIDA (una vez), AVES (dos veces), BISTEC/CHULETAS (tres veces).

*El peso va de 0,1 a 4,0 kg

Sin embargo cuando desea descongelar y cocinar en secuencia múltiple, debe ingresar menos de 4,0 kg Si intenta hacerlo en el visor se indicará Err.

Ejemplo: Para descongelar 1,2 kg de carne molida, seleccione el menú CARNE ingrese el peso y presione INICIO.



Presione PARAR/BORRAR.



Presione DESCONGELADO AUTOMÁTICO

El indicador dES1 se vera en el visor.

1 2

Ingrese el peso presionando los controles numerados del panel de control. [1] y [2].
1.2 se vera en el visor



Presione INICIO/INICIO RÁPIDO.
Se iniciara el descongelamiento .

NOTA:

Cuando usted presione INICIO el visor cambiara el tiempo de descongelamiento a una cuenta regresiva. El horno emitira un sonido durante el proceso. Esto le permitira abrir la puerta para cambios o arreglos al alimento. Remueva partes no deseadas, luego coloque el alimento de vuelta al horno y presione INICIO para reanudar el proceso. **El horno no se detendra durante la emision de sonidos si la puerta del mismo no es abierta.**

*Para mejores resultados remueva el papel o plástico de los alimentos. De otra manera el material , papel o plástico se adherira al alimento y los jugos que este produce podrian cocer algunas partes del alimento.

*Coloque los alimentos en un envase de vidrio o sobre una parrilla de microondas para los líquidos.

*El alimento podria estar un poco frio en el centro al momento de retirarlo del horno.

SECUENCIA DE DESCONGELADO AUTOMÁTICO POR PESO

Secuencia	Alimento
1 CARNE	RES Carne molida, carne de cacerola, lomo, asados, costillas, hamburguesas. CORDERO Chuleta (2,5 cm de grosor) CERDO Chuletas (1,27 cm de grosor) , Perros Calientes, Costillitas, Costillitas asadas, Salchichas TERNERA Cortes de 0,45Kg
2 AVES	AVES Enteros (1,8Kg o menos) Pechuga deshuesada PAVO Pechugas (2,7Kg o menos)
3 BISTEC CHULETAS	BISTEC CHULETAS Chuleta de ternera(0,45 kg - 1,27 cm de grueso)

INSTRUCCIONES DE OPERACION(continuación)

ADVERTENCIA : No utilice papel aluminio para la cocción de alimentos en el horno.

CARNE

1. No existe tecnica especial para la buena cocción de las carnes. La misma ha de estar preparada y sazonada (al gusto) . Las carnes han de estar descongeladas antes de su cocción.
2. Coloque la carne en un plato o parrilla para microondas.
3. Cocine de acuerdo y siguiendo las indicaciones dadas en la guia de cocción, abajo, utilizando periodos largos para cortes grandes y periodos cortos para cortes pequeños. Para trozos o cortes grueso utilice periodos mas largos.
4. Voltee la carne al menos una vez durante el tiempo de cocción.
5. Deje reposar la carne por un periodo de tiempo de 5 a 10 minutos dentro del horno. Este lapso de tiempo es muy importante para la correcta cocción.
6. Asegurese que las carnes , especialmente la carne de cerdo, este bien cocida antes de comerla. (La carne de cerdo al igual que los otros tipos de carnes, pueden contener bacterias daninas al ser humano, es por esta razon que se deben tomar las precauciones necesarias para la correcta cocción de estos alimentos.Siguiendo las indicaciones aqui dadas usted y su familia podran disfrutar de exelentes y saludables comidas.)

TABLA DE COCCIÓN DE CARNES

CORTES CARNES	POTENCIA	PERIODO DE COCCIÓN POR TIEMPO
CARNES		
- Cruda	8	9-11 minutos
- Medio	8	10-11 minutos
- Bien Cocido	8	12-14 minutos
Carne molida (Para cacerolas)	ALTA	7-9 minutos
Hamburguesas,		
Frescas o congeladas (de 4.0 onz)		
- 2 Croquetas	ALTA 100%	3-5 minutos
- 4 Croquetas	ALTA 100%	4-6 minutos
CERDO		
Lomo , Pierna	8	13-16 minutos
Tocino		
- 4 piezas	ALTA	3-4 minutos
- 6 piezas	ALTA	4-6 minutos

NOTA:

Los tiempos de cocción aqui dados son solo una guia practica para usted, sin embargo las diferencias en gustos pueden hacer variar los tiempos de cocción, cortes y composiciones de las carnes.

AVES

1. No existe metodo especial alguno para preparar aves, esto va la gusto de cada quien. Se recomienda, sin embargo, que la carne de aves este previamente sazonada.
2. La carne de aves ha de estar descongelada y pulcramente limpia.
3. Inpregne el ave con aceite(de su preferencia).
4. El ave se coloca en el horno en un envase o parrilla de microondas.
5. Cocine de acuerdo a las instrucciones dadas en la tabla de cocción (abajo), volteee el ave durante el tiempo de cocción. La carne de ave por lo general se cocina uniformemente, especialmente en las areas con huesos.
6. Dejese reposar dentro del horno por un periodo de 5 a 10 minutos.Este lapso de tiempo es muy importante para la correcta cocción del ave.
7. Asegurese de que el ave este bien cocido antes de comer. Un ave entera esta completamente cocida cuando sus jugos naturales son claros, verifique pinchando levemente con un tenedor. El ave debe cortarse en las partes mas gruesas con un cuchillo para ver si esta bien cocida la carne de esa area.

TABLA DE COCCIÓN PARA AVES

AVES	POTENCIA	PERIODO DE COCCIÓN POR TIEMPO
POLLO		
Entero	8	12-14 minutos
Pechuga con hueso	8	10-12 minutos
Porciones	8	11-13 minutos
PAVOS		
Entero	8	13-15 minutos

NOTA:

*Los tiempos de cocción aqui dados son solo una guia practica para usted, sin embargo las diferencias en gustos pueden hacer variar los tiempos de cocción, cortes y composiciones de las carnes.

*En aves enteras el peso del ave ya preparada es el que debe calcularse.

INSTRUCCIONES DE OPERACION(continuación)

BISTEC/CHULETAS

1. Coloque el pescado en un recipiente largo no metalico.
2. Cubralo con plastico para microondas o con la cubierta del envase. (en caso que la posea)
3. Coloque el recipiente con el pescado sobre el tornamesa.
4. Cocine de acuerdo a las instrucciones en la tabla de cocción (abajo)
5. Una vez que haya terminado el ciclo de cocción dejese reposar, tal y como se indica en la tabla de coccion.
6. Despues de haber transcurrido el tiempo de reposo, verifique que el pescado este enteramente cocido.
El pescado debe estar opaco y su carne muy tierna, esto es indicio que se haya cocido correctamente.

TABLA DE COCCION DE PESCADO FRESCO

Pescado	Potencia	Tiempo de Coccion por Libra	Metodo	Tiempo de Reposo
Filetes	ALTA	5-7 minutos	anadir 15-30 ml(1-2 chdas)	2-3 minutos
Macarela Entera	ALTA	5-7 minutos	—	3-4 minutos
Trucha entera	ALTA	6-8 minutos	—	3-4 minutos
Cortes de Salmon	ALTA	6-7 minutos	anadir 15-30ml(1-2 chdas)	3-4 minutos

TABLA DE COCCIÓN DE VEGETALES

Vegetal	Preparación	Cantidad	Tiempo de Cocción a Nivel de Potencia 10	Tiempo de Reposo
alcachofas, frescas	enteras	4(226,8 g c/u.)	12-14 minutos	5 minutos
alcachofas, congeladas	corazones	paquete 255,15 g	10-11 minutos	5 minutos
espárragos, frescos	piezas 3,8 cm	453,6 g	9-10 minutos	3 minutos
espárragos, congelados	enteros	paquete 283,5 g	9-11 minutos	3 minutos
habichuelas,verdes o amarillas,frescas	piezas 3,8 cm	453,6 g	10-12 minutos	—
habichuelas,verdes o amarillas,congeladas	cortados	paquete 255,15 g	8-10 minutos	3 minutos
remolachas, frescas	rebanadas	680,4 - 907,2 g	16-18 minutos	5 minutos
brocoli, frescos	ramo	453,6 g	9-11 minutos	—
brocoli, congelado	entero o cortado	paquete 283,5 g	9-10 minutos	3 minutos
coles de Bruselas, fresca	entera	porción 283,5 g	8-10 minutos	—
coles de Bruselas, congeladas	entera	paquete 283,5 g	9-10 minutos	3 minutos
repollo, fresco	picado	453,6 g	9-10 minutos	5 minutos
	porciones	453,6 g	9-11 minutos	5 minutos
zanahorias, frescas	rebanadas 1,2 cm	453,6 g	5-8 minutos	3 minutos
zanahorias, congeladas	rebanadas	paquete 283,5 g	8-10 minutos	3 minutos
coliflor, fresco	en flores	1 cabeza mediana	9-11 minutos	3 minutos
	entero	1 cabeza mediana	9-12 minutos	5 minutos
coliflor, congelado	en flores	paquete 283,5 g	8-10 minutos	3 minutos
apio, fresco	rebanadas 1,2 cm	453,6 g	9-11 minutos	5 minutos
maíz, fresco	en mazorca,pelado	4 mazorcas	11-13 minutos	5 minutos
maíz, congelado	en mazorca, pelado	4 mazorcas	13-15 minutos	5 minutos
	granos enteros	paquete 283,5 g	9-10 minutos	3 minutos
berenjena, fresca	en cubos	453,6 g	9-11 minutos	3 minutos
	entera, perforada	453,6 - 680,4 g	10-12 minutos	5 minutos
puerro, fresco	entera, extremos	453,6 g	10-12 minutos	5 minutos
habas, congeladas	entera	paquete 283,5 g	8-10 minutos	3 minutos
vegetales mixtos, congelados	—	paquete 283,5 g	8-10 minutos	3 minutos
hongos, frescos	en rebanadas	453,6 g	7-9 minutos	3 minutos
quinibombó, congelado	en rebanadas	paquete 283,5 g	8-10 minutos	5 minutos
cebollas, frescas	enteras, peladas	8-10 pequeñas	13-17 minutos	5 minutos
guisantes, frescos	sin vaina	453,6 g	8-10 minutos	—
guisantes, congelados	sin vaina	paquete 283,5 g	8-10 minutos	3 minutos
guisantes blancos, congelados	entero	paquete 170,1 g	7-8 minutos	—
guisantes y zanahorias	—	paquete 283,5 g	9-11 minutos	3 minutos
chirivías, frescos	en cubos	453,6 g	9-10 minutos	5 minutos
papas, blanca o dulce, fresca	enteras	4(170,1 g c/u)	13-15 minutos	3 minutos
	enteras	8(170,1 g c/u)	8-20 minutos	5 minutos
rutabaga, fresca	en cubo	4 tazas	14-16 minutos	5 minutos
espinacas, frescas	hoja entera	453,6 g	8-11 minutos	—
espinacas, congeladas	hoja o picadas	paquete 283,5 g	9-10 minutos	3 minutos
calabaza, verano, fresca	rebanadas 1,2 cm	453,6 g	9-11 minutos	3 minutos
calabaza, invierno, congelada	rebanadas	paquete 283,5 g	8-10 minutos	3 minutos
calabaza, invierno, fresca	entera, perforada	680,4 g	15-17 minutos	5 minutos
calabaza, invierno, congelada	batida	paquete 340,20 g	10-12 minutos	3 minutos
succotash, congelado	—	paquete 283,5 g	9-11 minutos	3 minutos
nabo	en cubos	4 tazas	14-16 minutos	3 minutos

TABLA PARA RECALENTAR

Artículo	Cantidad	Nivel de Potencia	Tiempo de Calent. (en minutos)	Instrucciones Especiales
Aperitivos (tamaño de mordisco)	2 porciones	10	4-6	Caliente 12 a la vez sobre un papel toalla que forre un plato de papel o en la rejilla del asador para horno de microondas.
Desayuno Entrada	113,4 - 141,7 g 226,8 - 255,1 g	10 10 10	3-5 8-10 14-17	Si el envase tiene 1,9 cm de profundidad, remueva la cubierta de aluminio y reemplace la bandeja de aluminio en la cajeta original.
Cena regular estilo TV	595,3 g	10	7½ - 9	Para envases de más de ¾ pulgadas de profundidad, remueva los alimentos a un envase de vidrio de tamaño similar, caliente cubierto. Si no está duro arriba, revuelva ocasionalmente.
Cena pesada estilo TV	311,8 g	10	9-12	
Pollo frito	481,9 g	10	5-7 6-8 7-9	Coloque en un papel toalla puesto sobre un plato de papel y cubierto con papel toalla.
Pescado frito filetes	2 pedazos 4 pedazos 6 pedazos 2 filetes 4 filetes	10 10 10 10 10	3-4 4-6	
Pizzas	1 2 4	5 5 5	2-4 4-5 5-7	Coloque en la rejilla para asado del horno de microondas.
Cenas en bolsas	141,7 - 170,1 g 283,5 - 311,8 g	10 10	5-6 9-11	Perfore la bolsa. Coloque en el plato. Voltee a la mitad de la cocción.
Rosquillas	2 4	4 4	1½ - 2 2-4	Cada uno individualmente envuelto en papel toalla (para 1 a 2) o coloque en un plato de papel, cubierto con papel toalla.
Panecillo Danés	1 2 4 (paquete 170,1 g) 6 (paquete 368,5 g)	4 4 4 4	1-2 2-3 3-4 4-5	
Panecillos Bolillos	6 1 (28,4-35,4 g) 2 4	4 4 4 4	2-3 1-2 1½ - 2½ 2-3	
Jugo congelado	170,1 g	10	1-2	Remueva la tapa. Si el envase está forrado con papel aluminio, transfíralo a una jarra o cartón abierto. Déjelo reposar después de descongelar.
Concentrados	340,2 g	10	2-5	
Crema no láctea	453,6 g	4	10-12	
Panqueque	283,5 g	4	5-6	
Vegetales frescos	170,1 g 283,5 g	10 10	3-5 5-6½	Perfore la caja, coloque en el plato. Si la caja está envuelta con papel aluminio, remuévalo. Si los vegetales están en una bolsa, perfórela. Deje reposar 5 minutos.
Tarta de queso Bizcocho de chocolate y nueces	481,9 g 368,5 g	4 4	4-5 2-4	Remueva del envase original. Coloque en un plato para servir. Deje reposar 5 minutos después de cocinar (para descongelar). Añada 1 a 2 minutos adicionales para que lo sirva caliente.
Bizcocho	304,7 g	4	1½ - 3	
Pastel de café	311,8 -340,2 g	4	3-5	

⚠ PRECAUCIONES

1. No intente manipular ni hacer ajustes o reparaciones en el panel de control de la puerta, los cierres de seguridad ni ninguna de las otras partes del horno. Las reparaciones deben ser siempre hechas por personal calificado e idóneo.
2. Asegúrese de colocar la superficie frontal de la puerta por lo menos a 3 pulgadas(7,5 cms.) o mas del borde de la mesa o mueble en que este colocado el horno, para evitar caídas o vuelcos accidentales durante el uso normal.
3. Para que la programación sea mas eficiente, toque el centro mismo de cada tecla con decisión y seguridad. Usted debe oír un pitido cada vez que pulsa una tecla, como confirmación de que la misma ha sido debidamente pulsada.
4. No toque ni golpee los controles con objetos tales como cubiertos de mesa, utensilios etc. Pueden ocurrir roturas.
5. Tenga cuidado cuando este sacando utensilios del horno. Algunos platos absorben calor proveniente de los alimentos cocinados y pueden resultar muy caliente.
6. No proceda a enjuagar los utensilios inmediatamente después de sacarlos del horno.
Esto puede causar roturas. Permita que el tornamesa se enfrié.
7. No use utensilios de vidrio. Vea la sección sobre utensilios en este manual.
8. No haga funcionar el horno estando vacío. Siempre debe haber en el horno ya sea alimentos o agua que absorban la energía a de microondas.
9. No caliente alimentos en contenedores cerrados. La presión puede causar explosión y esta causar daños corporales.
10. No use su microondas para secar papeles o ropas. Pueden incendiarse.
11. Solo use termómetros aprobados para uso en hornos de Microondas.
12. Asegúrese de que el tornamesa este en su sitio correcto y gira antes de operar el horno.
13. Antes de cocinar, perfure la cascara de las papas, calabazas enteras, manzanas o cualquier fruta o vegetal cubierto cascara .
14. Nunca use su horno de microondas para cocinar huevos en su cascara . La presión interna puede causar explosión.
15. No prepare palomitas de maíz, popcorn excepto en contenedores apropiados expresamente fabricados para uso en hornos de microondas.
Jamás trate de cocer palomitas de maíz popcorn en bolsas que no sean la expresamente fabricadas al efecto. Sobre cocinar puede resultar en humo y fuego.
No trate de hacer reventar las semillas que puedan haber quedado sin reventar.
No utilice las bolsas especiales por segunda vez.

PREGUNTAS Y RESPUESTAS

P: Que ha ocurrido que la luz del horno no se enciende?

- R: ■ El foco (o bombillo) está quemado.
■ La puerta no está cerrada.

P: Por qué sale vapor el ducto del ventilador?

R: El vapor normalmente se produce durante la operación de cocinar. El horno de microondas ha sido diseñado de modo que el pueda salir a través de los ductos de ventilación.

P: Pasa la energía de microondas a través del vidrio de la puerta del horno?

R: No. La malla de metal con que esté cubierta la ventanilla de la puerta refleja la energía devolviéndola a la cavidad del horno. Los huecos o puertos han sido hechos para que permitan el paso de la luz pero no la de energía de microondas.

P: Se dañará el horno si lo hago funcionar vacío?

R: Si. Nunca lo haga funcionar vacío.

P: Por qué a veces reventan los huevos?

R: Cuando se hornea o pochea huevos, la yema puede reventar debido a que se genera presión dentro de su membrana. Para evitar esto, siempre perfore la membrana con un palillo de dientes antes de cocinar. Nunca cocine huevos sin perforar la cáscara.

P: Por qué se recomienda un tiempo de reposo después de haberse completado el proceso de cocción?

R: El período de reposo es muy importante. La cocina por microondas hace que el calor radique en los alimentos, no en el horno. Muchos alimentos almacenan suficiente calor como para que el proceso de cocción continúe, aún después de haberlos retirado del horno. El tiempo de reposo permite que los pedazos de carne, vegetales grandes y pasteles se terminen de cocinar por dentro sin sobrecocinar el exterior.

P: Por qué mi horno no siempre cocina con la rapidez que dice el manual?

R: Verifique su guía de cocina otra vez, para asegurarse que ha seguido las instrucciones con exactitud y vea qué puede ser lo que ha causado variaciones en el tiempo de cocción. La guía de cocina y los tiempos dados son sugerencias para evitar sobrecocinar. El problema más común es acostumbrarse al horno de microondas. Variaciones de tamaño, forma, peso y dimensiones pueden requerir diferentes tiempos de cocción. Use su propio juicio así como las indicaciones de la guía de cocina para verificar que los alimentos se han cocinado apropiadamente, tal como lo hubiera usted hecho con el sistema de cocina convencional.

P: Por qué salen chispas y hay chasquidos en el horno?

R: Pueden haber varias razones para que se produzcan chispas (arcos voltaicos) y chasquidos dentro de la cavidad del horno
■ Ha estado usted usando platos que tienen bordes o partes de metal (plata u oro)
■ Ha dejado usted un cubierto o algún otro utensilio en el horno.
■ Ha utilizado usted demasiado papel esterilizado o de aluminio.
■ Ha utilizado usted alambritos de esos que se usan para cerrar bolsas de plástico.



Fabricado en China