



فرن المايكروويف

دليل المستخدم و

موديل : MS-544UZ

يرجى قراءة دليل المستخدم هذا بعناية
قبل تشغيل الفرن.

كيفية قراءة شهر وسنة الانتاج في الرقعة اللاصقة على اللوحة الخلف
للجهاز

مثلا 80 M 00001
رقم المسلسل
شهر الانتاج
سنة الانتاج (الرقم الأخير)

تحذيرات

تحذيرات لتجنب التعرض لطاقة المايكروويف العالية.

لا يمكنك تشغيل الفرن مع بابيه المفتوح لان قفل الأمان الداخلي مركب في الباب. قفل الأمان الداخلي هذا يوقف أي عملية الطبخ أو توماتيكيا عند فتح الباب؛ في هذه الحالة قد يؤدي فرن المايكروويف الى التعرض الضار لطاقة المايكروويف.
من المهم جدا أن لا تلعب بقفل الأمان الداخلي.

لا تضع أي شيء بين اللوحة الامامية للفرن والباب وتسمح بتراكم الطعام وثقل من مواد التنظيف على سطح الختم.

لا تشغل الفرن إذا كان تالفا. من الضروري جدا أن يغلق باب الفرن تماما وبدون أي ضرر في : (١) الباب (الثنية)، (٢) المفصلات والمزاليج (مكسورة أو مرخية)، (٣) مانعات التسرب وسطح المانعات.

يجب عدم تعديل أو تصليح من قبل أي شخص باستثناء فني مؤهل للخدمات.

- الأواني لا بد من فحصها لضمان أنها مناسبة للاستخدام في أفران المايكروويف.
- في حالة تسخين الطعام في وعاء بلاستيكي أو ورقي، افحص الفرن كثيرا بسبب إمكانية الاشتعال.
- إذا وجدت دخانا، اوقف أو افصل قابس الجهاز من مخرج الطاقة واترك الباب مغلقا من أجل منع أي لهب.
- تسخين المشروبات في فرن المايكروويف قد يؤدي الى انفجارها المتأخر. لذلك لا بد من خذ العناية عند تناول الوعاء.
- حرك أو هز محتويات مواد غذائية في الزجاجات وأطعمة الأطفال وافحص درجة حرارتها قبل تقديمها الى الأطفال من أجل تجنب احتراق.
- البيضات مع قشراتها والبيضات المسلوقة لا تسخنها في فرن المايكروويف لانها قد تنفجر.

تنبيه

الرجاء تأكد من ضبط وقت الطبخ لان الطبخ لمدة أكثر قد يؤدي الى احتراق طعام وإحداث ضرر في الفرن.

عند تسخين السوائل مثل الشواية والحساء والصلصة والمشروبات في فرن المايكروويف ، زيادة التسخين فوق درجة الغليان قد تحدث بدون ظهور الفقاعات. وهذا قد يؤدي الى غليان مفاجئ للسائل الساخن. لمنع هذه الاحتمالات، اتبع الخطوات التالية :

١. تجنب استخدام الأواني المستقيمة الجوانب برقبتها الضيقة.

٢. لا تسخنها فترة طويلة.

٣. حرك السائل قبل وضع الأثناء في الفرن وبعد ما يوازي نصف الفترة الزمنية للتسخين.

٤. بعد انتهاء التسخين اتركها داخل الفرن فترة قصيرة. حركها مرة ثانية بعناية وحرص وافحص درجة حرارتها قبل الاستخدام حتى تتجنب لدغة الحرق (خاصة، محتويات زجاجة الحليب للأطفال ومرطبات الأطفال).

تنبيه

اترك الطعام للانتظار بعد الطبخ بفرن المايكروويف وافحص درجة حرارة الطعام قبل استخدامها. خاصة محتويات الزجاجات ومرطبات الأطفال.

- تنبيه : إذا كان الباب أو أختام الباب متضررة، لا بد من عدم تشغيل الفرن حتى يتم إصلاح خلل من قبل شخص مؤهل.
- تنبيه : عمل أي إصلاح وعملية تصليح بما فيها نزع أي غطاء يعطي لك الأمان ضد التعرض لطاقة المايكروويف، أمر خطير لأي شخص باستثناء فني مؤهل.
- تنبيه : السوائل أو الأطعمة الأخرى لا بد من تسخينها في الأوعية المختمة لأنها أمينة من الفيزان.
- تنبيه : اترك الأطفال فقط يستخدمون الفرن بدون إشراف ف حالة تبع التعليمات المناسبة بحيث يمكن للطفل استخدام الفرن بطريقة أمانية وفهم خطر التشغيل غير الصحيح.

المواصفات التقنية	٤
كيفية التركيب	٥
مقدمة	٦
كيف يعمل جهاز فرن المايكروويف	
الحصول على أفضل مفعول لفرن المايكروويف	
كيفية تأثير خصائص المواد الغذائية على الطبخ في فرن المايكروويف	
أساليب خاصة للطبخ في المايكروويف	
أواني الطبخ الآمنة بفرن المايكروويف	
الرسم البياني للمميزات / لوحة الضوابط	٩
تعليمات التشغيل	١٠
ضبط الساعة	
التشغيل السريع	
وقت الطبخ	
وقت الطبخ على خطوات متعددة	
مستويات طاقة المايكروويف	
إغلاق الأطفال	
الطبخ بلمسة واحدة	
جدول الطبخ بلمسة واحدة	
الإعداد	
الاختيارات	
الأكثر/الأقل	
إذابة الثلج التلقائية	
جدول أنواع إذابة الثلج التلقائية	
اللحم	
الدجاج	
السمك	
إرشادات التسخين أو إعادة التسخين	١٩
جدول الخضار الطازج	٢٠
إرشادات أخرى مفيدة	٢١
تحذيرات من أجل السلامة	٢٢
أسئلة وأجوبة	٢٣

MS-544UZ	
٢٢٠ فولت تيار متردد، ٥٠ هرتز/٦٠ هرتز	الطاقة الكهربائية
٩٥٠ واط	استهلاك الطاقة
٢.٤٥ ميغاهرتز	التردد
٦٠٧ ملم (عرض) x ٣٤٤ ملم (ارتفاع) x ٤٨٨ ملم (عمق)	الأبعاد الخارجية
٤٣٤ ملم (عرض) x ٢٦٣ ملم (ارتفاع) x ٤٦٥ ملم (عمق)	أبعاد تجويف الفرن
١.٤٠٠ واط	استهلاك الطاقة
حوالي ٢٠.٥ كلج	الوزن الصافي
حوالي ٢٢.٧ كلج	الوزن بالحشوة

كيفية التركيب

ركّب الفرن حسب الخطوات الثلاث التالية :

١. أخرج جميع المواد والملحقات من الصندوق.
 ٢. ضع الفرن في المكان المستوي الذي ترغب في تركيبه ولكن تأكد من الارتفاع بـ أكثر من ٨٥ سم ووجود مسافة ١٠ سم على الأقل فوقه ومسافة ١٠ سم خلفه من أجل التهوية. سطح الفرن العلوي يجب أن لا يوضع فوقه أي شيء من أجل سهولة مرور الهواء للتهوية.
 ٣. افتح خروج الغازات موجودة على السطح العلوي للفرن. تغطية هذه الفتحة قد تؤدي إلى إتلاف الفرن. أوصل سلك الفرن بمخرج التيار الكهربائي الجداري القياسي. تأكد من أن الطاقة الكهربائية على الأقل ١٣ أمبير وان فرن المايكروويف هو الجهاز الكهربائي الوحيد الموصول بالمخرج الكهربائي.
- ملاحظة : • إذا لم يعمل الفرن كما ينبغي، أخرج قابس التيار من مخرج التيار الكهربائي ثم أعد توصيله.
- يجب عدم استخدام هذا الجهاز لأغراض الطبخ التجاري.

تنبيه : لا بد من توصيل الجهاز الأرضي

هام جدا

الاسلاك في هذا الجهاز ملونة تبعا للرموز التالية:

أزرق - محايد

بنّي - حي

أخضر وأصفر - أرضي

إذا لا تتطابق الألوان لاسلاك هذا الجهاز مع الألوان التعريفية في المقبس الكهربائي بمنزلك ، اتبع الخطوات التالية :

السلك باللون الأزرق يجب وصله بمخرج المقبس المكتوب عليه حرف اللغة الانجليزية N أو لونه أسود.

السلك باللون البنّي يجب وصله بمخرج المقبس المكتوب عليه حرف اللغة الانجليزية L أو لونه أحمر.

السلك باللون الأخضر واللون الأصفر يجب وصله بطرف وضع رمز الأرض ⏏ أو لونه الأخضر

هذا الجهاز مزود بسلك التيار الرئيسي للأداء الخاص. وفي حالة إصابته بضرر ، لا بد من تبديله بسلك رئيسي من نفس النوع؛ يمكنك الحصول على هذا السلك الرئيسي من المورد وتبديله من قبل الفني المختص.

كيف يعمل جهاز فرن المايكروويف ؟

جميع الوصفات في هذا الكتاب تعطي فترة طبخ تقريبية. بشكل عام ستجد بأن الطعام يظل غير كامل النضج عند الحد الأدنى لفترة الطبخ وتحتاج أحيانا الى طبخه لفترة أطول من الحد الأعلى لفترة الطبخ المعطاة تبعاً للرغبات الشخصية. الفلسفة الأساسية في هذا الكتاب بأنه من الأفضل للوصفة أن تكون محافظة في إعطاء فترة الطبخ لأن الطعام غير كامل النضج يمكن طبخه لفترة إضافية بينما الطعام الذي زاد طبخه عن الحد المطلوب قد تلف ولا يمكن إصلاحه. غير أن بعض هذه الوصفات خاصة للخبر والكعك والكاسترد توصي نزع الطعام من الفرن قبل الاستواء بقليل. هذا ليس خطأ. لأنه عند تركها مغطاة بعد نزعها من الفرن تستمر في الطبخ بفعل الحرارة المحبوسة ضمن الأجزاء الخارجية للطعام التي تنتقل الى الداخل تدريجياً. إذا جرى ترك الطعام داخل الفرن حتى ينضج كاملاً فإن الأجزاء الخارجية ستستوي أكثر من اللازم وقد تحترق. مع اكتسابك للخبرات في استخدام افران المايكروويف ستصبح ماهراً بالتدريج في تقدير كل من وقت الطبخ ووقت الانتظار لمختلف انواع الاطعمة.

كيفية تأثير خصائص المواد الغذائية على الطبخ في فرن المايكروويف.

كثافة المادة المطبوخة : الأطعمة الخفيفة مثل الكعك والخبز تستوي بسرعة أكبر من مواد الطبخ الكثيفة مثل اللحم والدجاج المحمر. يجب الاعتناء عند طبخ المواد الغذائية الخفيفة أن لا تجف أطرافها. حماية الأطراف تتم باستخدام الفويل (الرقائق المعدنية) أو وضع الفرن على قوة طاقة منخفضة.

ارتفاع المادة الغذائية : الجزء العلوي من المواد الغذائية المرتفعة خاصة عند التحمير سينطبخ بسرعة أكبر من إستواء الأجزاء السفلية. لذلك من الأفضل قلب مادة الطبخ الكبيرة عدة مرات أثناء الطبخ.

نسبة الرطوبة في المواد الغذائية : بما أن موجات المايكروويف تنجذب الى الرطوبة فإن المواد الغذائية شبه الجافة مثل تحمير اللحم أو الدجاج وبعض أنواع الخضراوات يجب رشها بقليل من الماء قبل طبخها أو تغطيتها حتى تحتفظ بالبخر.

محتويات الطعام من العظام والدهون : العظام موصلة للحرارة والكميات الكبيرة من الدهون في المادة المطبوخة تجذب اليها موجات الطاقة. لذلك يجب الاعتناء جيداً عند وضع اللحوم والدجاج بعظامها وشحومها في الفرن. حتى لا تنطبخ بدون تساوي في الاستواء أو تزيد سواء بعضها عن الآخر.

المايكروويف عبارة عن موجات طاقة مثل موجات الراديو والتلفزيون وموجات الضوء في الجهاز. كل شيء يُطلق موجات - مغسلة المطبخ وابريق القهوة والشاي وحتى الأشخاص- غير أن هذه الموجات تنتشر بالإتجاه الخارجي وتنتقل عبر الفضاء ثم تختفي دون أي تأثير. لكن فرن المايكروويف مصمم بطريقة تستغل هذه الموجات . الكهرباء تتحول الى موجات طاقة بواسطة أنبوب الماجنيترون ثم يجري إرسال هذه الموجات الى مكان الطبخ من خلال فتحة في أعلى الفرن. وصينية دوائر أو صينية موجودة على أسفل الفرن.

موجات الطاقة لا تستطيع المرور من خلال الجدران المعدنية للفرن ولكنها تستطيع اختراق المواد مثل الزجاج والبورسلات والورق وهي المواد المصنوعة منها أواني الطبخ للمايكروويف. موجات فرن المايكروويف لا تعمل على تسخين أواني الطبخ لكن هذه الأواني ستسخن في النهاية بفعل الحرارة الناتجة في المواد الغذائية المطبوخة.

جهاز أمان تام : فرن المايكروويف من أكثر الأجهزة المنزلية أمناً. عند فتح باب الفرن يتوقف الفرن اوتوماتيكياً عن إنتاج الموجات. بالرغم كان يستخدم فرن المايكروويف منذ منتصف الخمسينيات ، لا يوجد خبر عن الإصابة بالضرر منذ استخدامه. ويتم تحويل طاقة المايكروويف الى الحرارة في عملية تسخين المواد الغذائية بشكل مفاجئ ، ويتم تلاشي موجات المايكروويف تماماً. لذلك، لا توجد بقية من أي نوع في الطعام الذي كان تم طبخه بموجات المايكروويف.

الحصول على أفضل مفعول لفرن المايكروويف

الاعتناء بالأشياء : وصفات طبخ الطعام في هذا الكتاب جرت صياغتها بحرص كبير ولكن نجاحك في إعدادها بالطبخ يعتمد على مدى الإهتمام الذي توليه للطعام أثناء الطبخ. راقب الطعام دائماً أثناء طبخه. فرن المايكروويف مزود بضوء يشتمل تلقائياً عند تشغيل الفرن حتى تتمكن من مشاهدة داخله ومراقبة تطور عملية الطبخ.

الارشادات المعطاة في الوصفة للرفع والتحريك وغيره يجب اعتبارها كخطوات موصى بها كحد أدنى ، إذا ظهر لك ان الطعام ينطبخ بشكل غير متساوي قم بعمل التعديلات التي تعتقد بأنها مناسبة لتصحيح الوضع.

العوامل المؤثرة في فترة الطبخ : هناك عوامل كثيرة تؤثر في فترة الطبخ. درجة حرارة مكونات الطعام المستخدم في الوصفة تؤدي الى فارق كبير في فترة الطبخ.

على سبيل المثال الكعكة المعمولة بزيادة مجمدة مع حليب وبيض تحتاج الى فترة أطول لتستوي من الكعكة المعمولة بمواد بدرجة حرارة الغرفة.

التحريك : التحريك من أهم أساليب طبخ المايكروويف. في الطبخ العادي يجري تحريك المواد الغذائية من أجل مزجها مع بعضها جيداً. ولكن في فرن المايكروويف يجري تحريكها من أجل انتشار وتوزيع الحرارة. دائماً حرك المواد الغذائية من الخارج باتجاه الوسط لأن الأجزاء الخارجية من الطعام تسخن دائماً بسرعة.

قلب المواد الغذائية : المواد الغذائية الكبيرة الحجم والسميكة مثل الدجاجة الكاملة يجب قلب عاليها سافلها حتى يستوى السطح العلوي والسطح السفلي بالتساوي. كذلك من الأفضل قلب أجزاء الدجاجة المقطعة واللحوم المقطعة.

وضع الجزء الأكثر سماكة يتجه الى الخارج : لأن موجات المايكروويف تصل الى الأجزاء الخارجية من الأطعمة، من الأفضل أن تضع الأجزاء الأكثر سماكة من اللحم والدجاج والسّمك الى الطرف الخارجي من الطبق. وبهذه الطريقة، تستقبل الأجزاء الأكثر سماكة أكثر طاقة موجات المايكروويف. طبخ الأطعمة متساوياً.

الوقاية : صفائح الألمنيوم (الفويل) الرقيقة التي تحجب موجات المايكروويف يمكن وضعها على زوايا وأطراف المواد الغذائية المربعة والمستطيلة لمنع نضوج هذه الأجزاء بسرعة قبل غيرها. لا تستخدم صفائح الألمنيوم السميكة الكثيرة أبداً لأن ذلك يؤدي الى ما يشبه البرق كذلك حافظ عليها محكمة تماماً عند الاستخدام.

رفع المستوى : المواد الغذائية السميكة أو الكثيفة من الأفضل رفع مستوى وضعها حتى يمتص الجزء السفلي موجات المايكروويف مثل الأطراف والسطح.

الثقب : المواد الغذائية بالقشرة، الجلد أو الغشاء تكاد تندفع في الفرن إلا في حالة ثقب هذه المواد الغذائية قبل طبخها. بما في هذه المواد الغذائية صفار البيض وبياض البيض والقعقة والمحارة والخضراوات والفواكه الكاملة.

اختبار الذوق عند الطبخ : نظراً لأن سرعة طبخ الطعام في المايكروويف، من الضروري اختبار ذوق الطعام كثيراً. بعض الأطعمة تبقى في فرن المايكروويف حتى ينتهي طبخها، لكن معظم الأطعمة بما فيها اللحم والدجاج مخروجة من فرن المايكروويف أثناء كونها في الطريق الى طبخها فانتظر مدة لانتهاء الطبخ. قد ترتفع درجة الحرارة الداخلية بين ٥ فهرنهايت (٣ مئوية) و ١٥ ف (٨ م) أثناء وقت الانتظار.

وقت الانتظار : اترك الأطعمة تبقى في الفرن لمدة ٢ الى ١٠ دقائق بعد إخراجها من فرن المايكروويف. وقت طبخ الأطعمة يغطي وقت الانتظار للاحتفاظ بالحرارة في حالة أنك تريد تجفيفها لكي تتصلب (مثلاً بعض الكعكات والبسكويت). ينتهي الطبخ خلال وقت الانتظار وهذا الوقت يساعد على حماية النكهة وتحسينها.

كمية الطعام : عدد موجات المايكروويف في الفرن ثابتة بغض النظر عن كمية الطعام الجاري طبخه. لذلك كلما زادت كمية المواد الغذائية الموضوعة في الفرن للطبخ كلما زاد طول الوقت الذي تحتاجه للاستواء.

شكل المواد الغذائية : موجات المايكروويف تخترق حوالي ٢,٥ سم داخل المواد الغذائية : القسم الداخلي من المواد الغذائية السميكة تستوي مع إنتقال الحرارة المولدة في الخارج الى الداخل. وبعبارة أخرى فقط تستوي الطبقة الخارجية بسّمك ٢,٥ سم فقط فعلياً بموجات المايكروويف بينما يستوي الباقي عند طريق التحول الحراري. ومن هنا فإن أسوأ شكل للمادة الغذائية المطبوخة هي الشكل المربع السميكة : تحترق الأطراف حتى قبل أن يسخن وسطها. أفضل أشكال المواد الغذائية للطبخ هي المستديرة بشكل حلقات والدائرية الرقيقة.

أساليب خاصة للطبخ في المايكروويف

التحمير : اللحوم والدجاج عند طبخها خمس عشر دقيقة أو أكثر ستتحمر بفعل الدهون الموجودة فيها. المواد الغذائية المطبوخة لفترة زمنية أقصر يمكن دهنها بمواد التحمير للحصول على اللون المرغوب. الصلصة الأكثر استخداماً للتحمير هي صلصة فول الصويا وصلصة الشواء وغيرها من الصلصات الخاصة. وبما أن كمية قليلة من صلصة التحمير تضاف الى المادة المطبوخة فإن النكهة الأصلية والمذاق المرغوب لا يتأثران ولا يتغيران.

التغطية : تغطية الطعام تحدث الحرارة والبخار وتؤدي الى طبخ الطعام أكثر سرعة. ويمكنك استخدام غطاء أو فيلم خاص للمايكروويف مع أطرافه المنطوية لمنع شقه.

التغطية بالورق المضاد للدهن: التغطية بالورق المضاد للدهن تمنع تلويث الصحن وتساعد الطعام على الاحتفاظ بحرارته. وعندها قد يحدث تجفيف الطعام قليلاً لأنها تجعل الغطاء رخواً.

اللف بالورق المضاد للدهن أو المنشفة الورقية: لا بد لف السندويشات والأطعمة الكثيرة من غيرها التي تحتوي على الخبز المطبوخ المسبق لا بد من لفها بسبب طاقة المايكروويف.

الترتيب والمسافات : أنواع الأطعمة المختلفة كالبيطاطس والكعك الصغير تستوي بسرعة أكبر إذا كانت مرتبة على شكل دائري بينها مسافات متساوية لا تضع المواد الغذائية فوق بعضها أبداً.

أواني الطبخ الأمانية بفرن المايكروويف

٣. الورق : الحاويات والصحون الورقية مناسبة للاستخدام في فرن المايكروويف شريطة أن تكون فترة الطبخ قصيرة وأن تكون الاطعمة المنوي طبخها فيها قليلة الاحتواء على الدهون والماء. المناظف الورقية مناسبة أيضا للفق الاطعمة ووضعتها في أسفل الصواني المنوي فيها طبخ المواد الدهنية. تجنب الاوراق الملونة لان اللون قد يتحلل.

٤. أواني الحفظ البلاستيكية : يمكن استخدامها للاطعمة سريعة التسخين غير أنه يجب عدم استخدامها لطبخ الاطعمة التي تحتاج الى فترة في الفرن لان الطعام الساخن سيذيب البلاستيك أو يلتصق به.

٥. أكياس الطبخ البلاستيكية : اذا كانت مصنوعة خصيصا لعمليات الطبخ فانها آمنة الاستخدام في الفرن. ولكن تأكد ان تعمل شقا في الكيس حتى يخرج البخار. لا تستخدم اكياس البلاستيك العادية أبدا في فرن المايكروويف لانها ستذوب وتتمزق.

٦. أواني فرن المايكروويف البلاستيكية : يوجد أنواع عديدة واشكال مختلفة واحجام متعددة من اواني الطبخ في المايكروويف. ومن المحتمل انك تستطيع استخدام ما لديك في فرن المايكروويف بدلا من شراء أواني جديدة.

٧. الخزف والسيراميك والواني الحجرية : الاواني المصنوعة من هذه المواد عادة مناسبة للاستخدام في فرن المايكروويف ومع ذلك يجب اختيارها أولا.

تحذير: بعض المواد من الصفائح المعدنية أو الفولاذية العالية غير مناسبة لأواني الطبخ.

لا تستخدم أبداً أواني معدنية أو يدخل في تركيبها معادن في فرن المايكروويف. موجات المايكروويف لا تخترق المعادن وإنما ترتد عنها - مثلما ترتد عن جدران فرن المايكروويف المعدنية - وتتسبب في تشكيل " أقواس " كهربائية تشبه الصواعق أو البرق.

أواني الطبخ غير المعدنية المقاومة جدا للحرارة هي الأكثر أمنا للاستخدام في فرن المايكروويف. ولكن ربما يحتوي بعضها على مواد قد لا تكون مناسبة للاستخدام في فرن المايكروويف. اذا كان لديك شك في أي وعاء معين هناك وسيلة سهلة لمعرفة ما اذا كان يناسب للاستخدام في فرن المايكروويف.

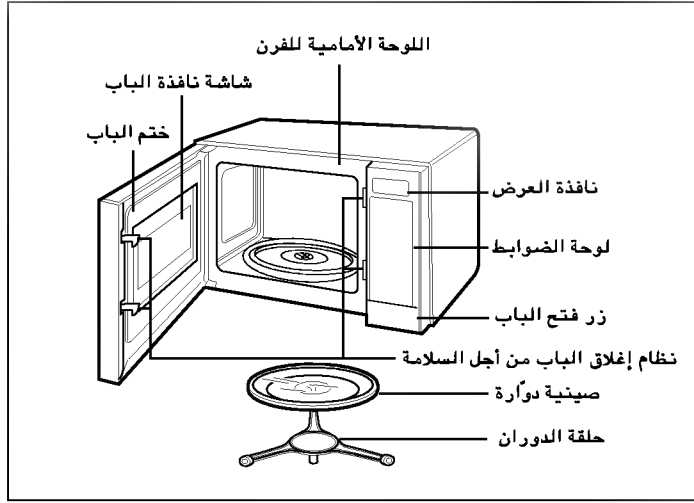
اختبار صلاحية الوعاء للاستخدام في فرن المايكروويف : ضع الاناء المطلوب بالقرب من كأس القياس الزجاجي المملوء بالماء داخل فرن المايكروويف .

اذا سخن الماء بعد دقيقة واحدة بينما الوعاء ما زال باردا فإن استخدام الوعاء في فرن المايكروويف آمن. ولكن اذا لم تتغير درجة حرارة الماء لكن الوعاء نفسه أصبح ساخنا فمعنى ذلك أن الوعاء نفسه يمتص موجات المايكروويف وليس مناسباً ولا آمناً للاستخدام في فرن المايكروويف.

قد لديك الكثير من المواد في المطبخ التي يمكنك استخدامها الآن كمعدات للطبخ في فرن المايكروويف. اقرأ القائمة التالية بعناية:

١. أطباق الطعام : كثير من انواع الاطباق يمكن استخدامها في الفرن : اذا كان لديك شك فانظر في دليل الارشادات من المنتج أو اختبر الطبق في الفرن بنفسك.

٢. الاواني الزجاجية : الاواني الزجاجية المقاومة للحرارة يمكن استخدامها في فرن المايكروويف. وهذا يتضمن جميع انواع الاواني الزجاجية بدرجة حرارة الفرن. ولكن لا تستخدم الاقداح الشفافة وكاسات الخمرة وما شابهها في الفرن لانها ستتكسر عندما يسخن الطعام.



يتم تغليف الفرن مع الاشياء التالية :

- صينية دوارة زجاجية ١ قطعة
- دليل المستخدم ودليل الطبخ ١ قطعة
- حلقة الدوران ١ قطعة

فرن المايكرويف هذا مصمم لاستخدامه في المنزل فقط. هذا الفرن غير مناسب للأغراض التجارية.



ملاحظة : تنطلق "صفارة" عند لمس لوحة الضوابط، للإشارة الى تم إدخال الضبط.

تعليمات التشغيل

وقت الطبخ

هذه الوظيفة تسمح لك بطبخ الطعام لمدة محددة تريدها.
من أجل الحصول على أفضل نتيجة ، للفرن ١٠ مستويات من الطاقة بالإضافة الى HI-POWER (الطاقة العالية) لان عددا كبيرا من الاطعمة يحتاج الى الطبخ ببطء أكثر (على أقل مستوى من الطاقة العالية).

على سبيل المثال: لطبخ الطعام على طاقة ٨٠٪
(مستوى طاقة ٨) لمدة ٥ دقائق والنصف.

١. المس زر الإيقاف/المسح.

٢. المس زر الوقت.

٣. ادخل وقت الطبخ بـ ٥ دقائق والنصف بلمس أزرار ارقام [٥]، [٣]، [٠].

٤. المس زر الطاقة.

٥. المس زر الرقم ٨ لاختيار مستوى الطاقة بـ ٨٠٪.

٦. المس زر التشغيل.

ملاحظة:

إذا لم تختَر مستوى الطاقة، يعمل الفرن على الطاقة العالية. لضبط الطبخ على HI-POWER (الطاقة العالية)، احذف خطوتي ٤ و٥ المذكورين أعلاه.

ضبط الساعة

هذه ساعة نظام ١٢ ساعة.
عند توصيل الفرن الى مخرج التيار لأول مرة أو عند عودة الكهرباء بعد انقطاعها، تدرج كلمة PLEASE SET TIME OF DAY (الرجاء ضبط وقت اليوم) على العرض خمس مرات.

على سبيل المثال : لضبط 11:11

١. المس زر الإيقاف/المسح.

٢. المس زر الساعة.

٣. ادخل وقت اليوم باستخدام أزرار ارقام [١]، [١]، [١]، [١] و [١].

٤. المس زر الساعة.
عندها تبدأ الساعة بالعد.

ملاحظة:

لمسح الخطأ، امس زر التشغيل/المسح.

التشغيل السريع

زر توفير وقت يجعلك تضبط الطبخ بفرن المايكروويف وتشغل الفرن بسرعة بدون لمس زر التشغيل.

على سبيل المثال : لضبط الطبخ بالتشغيل السريع لدقيقتين.

١. المس زر الإيقاف/المسح.

٢. المس زر التشغيل السريع ٢ مرات.
عندها يبدأ الفرن بالطبخ ويبدأ الوقت بالعد التنازلي على العرض

ملاحظة

إذا لمست زر التشغيل السريع، يزيد الوقت بواقع دقيقة حتى يصل الى ٩٩ دقيقة و٥٩ ثانية.

تعليمات التشغيل

إغلاق الأطفال

هذه الوظيفة مميزة أمانية فريدة تمنع تشغيل الفرن غير المرغوب فيه مثل التشغيل من قبل الأطفال. عند ضبط وظيفة إغلاق الأطفال، لا يمكنك أي طبخ.

لضبط إغلاق الأطفال	
١. المس زر الإيقاف/المسح.	
٢. ابق لمس زر الإيقاف/المسح حتى تظهر "LOCKED" (تم إغلاق) على العرض وتنطلق صفارتان. ويبقى الإغلاق على العرض.	

عند ضبط إغلاق الأطفال مسبقاً، إذا لمست زر الإيقاف/المسح أو زر الطبخ ولمسة واحدة مراجعاً لصفحة ١٢، تظهر كلمة **LOCKED** (إغلاق) على العرض. ثم يمكنك إلغاء هذه الوظيفة تبعاً للإجراءات التالية.

لإلغاء إغلاق الأطفال:	
ابق لمس زر الإيقاف/المسح حتى تتلاشى LOCKED (إغلاق) في العرض. وعندها يعود وقت اليوم إلى زجاج العرض.	

الطبخ ولمسة واحدة

يمكنك الطبخ بسهولة بوظيفة الطبخ ولمسة واحدة! لقائمة الفرن برامج لطبخ الطعام تلقائياً. اضبط الفرن كما تريد. ثم اترك الفرن يطبخ الطعام المختار.

على سبيل المثال : لطبخ البيتزا ، اتبع الخطوات التالية فقط.	
١. المس زر الإيقاف/المسح. *ضع البيتزا في الفرن واغلق الباب.	
٢. المس زر البيتزا.	
٣. المس زر رقم ١.	
عندها يبدأ الفرن بطبخ الطعام المختار بدون حاجة إلى لمس زر التشغيل. تأكد من إغلاق الباب قبل اختيار صنف من الطعام.	

وقت الطبخ على خطوات متعددة

للطبخ على خطوتين كرر الخطوات من ٢ وحتى ٥ لوقت الطبخ المبين في الصفحة السابقة قبل لمس زر التشغيل لضبط الوقت الإضافي وبرنامج الطاقة الذي تريده. يمكنك برمجة إذابة الثلج التلقائية قبل البدء بالخطوة الأولى من أجل إذابة الثلج أولاً ثم الطبخ.

مستويات طاقة المايكروويف

فرن المايكروويف مزود بعشرة مستويات الطاقة التي يمكنك من الاختيار منها والتحكم في الطبخ. الجدول أدناه يعطيك فكرة في إعداد الطعام على مختلف مستويات الطاقة. * الجدول أدناه يرشدك مستوى الطاقة المضبوط لدى الفرن.

جدول مستويات طاقة المايكروويف

مستوى الطاقة	الاستخدام
(عالي)	* تغلية الماء. * تحمير لحم بقرة مطحون * صنع الحلويات * طبخ قطع من الدجاج ، السمك ، الخضار * طبخ لحم ضعيف.
٩	* إعادة تسخين الأرز ، الفطيرة والخضار
٨	* إعادة تسخين الأطعمة الجاهزة بسرعة. * إعادة تسخين سندويشات
٧	* طبخ الأطعمة من البيض ، الحليب ، الجبن * طبخ الكعك ، الخبز * إذابة شوكولات
٦	* طبخ العجل * طبخ السمك الكامل * طبخ بودنج وكاستارد
٥	* طبخ الدجاج الكامل ، الحمل * طبخ تشوية الضلع ، قطعة لحم البقرة
٤	* إذابة الثلج من اللحم ، الدجاج ، السمك
٣	* طبخ قطع لحم ضعيف أقل. * طبخ لحم مفروم
٢	* إزالة البرودة من الفواكه * تليين الزبد
١	* تدفئة الكاسيرول والطعام الرئيسي * تليين الزبد والجبن القشدي
٠	* وقت الانتظار * المؤقت المنفصل

جدول الطبخ بلمسة واحدة

الغطاء	التعليمات	حجم الخدمات	المس زر	الطعام
لا يوجد	* ضع البيتزا المبردة على الصحن في وسط فرن المايكروويف.	شريحة (٥ أونس) شريحتان (١٠ أونس) ٣ شرائح (١٥ أونس)	مرة مرتين ٣ مرات	البيتزا
لا يوجد	* استخدم كوبا خزفيا أو كوبا خاصا للمايكروويف. * حرّك المشروبات بعد إعادة التسخين.	١ كوب كوبان	مرة مرتين	المشروبات
لا يوجد	* اتبع التعليمات المكتوبة على العبوة. * الطعام المجمد مثل لازانيا مع حساء لحم و الدجاج مع الأرز وصدر دجاج مشوح مع الأرز والخضار	١٠ أونس	مرة	الطعام المجمد
لف بلاستيكي	* رتب الطعام على صينية الفرن. * ضع الجزء من اللحم والخضراوات الكبيرة في طرف الطبق. * غطيه بغطاء بلاستيكي هوائي. * بعد الطبخ، انتظر لمدة دقيقتين.	لفرد (٨ أونس) لفردين (١٦ أونس)	مرة مرتين	طبق الطعام
لا يوجد	* ضع في وسط الفرن على فوطة ورقية. * اثقب البطاطس عدة مرات مع شوكة * بعد الطبخ، اترك لمدة ٥ دقائق.	قطعة (٨ أونس) قطعتان (١٦ أونس) ٣ قطع (٢٤ أونس) ٤ قطع (٣٢ أونس)	مرة مرتين ٣ مرات ٤ مرات	البطاطس
غطاء بلاستيكي	* اعد الخضار (اغسل الخضار واقطعه الى شرائح أو قطع بـ ١/٢ انش) * معظم الخضار يحتاج الى دقيقتين أو ٣ دقائق للانتظار بعد الطبخ. ١ كوب - اصف ملعقتي طعام من الماء كوبان - اصف ١/٤ كوب من الماء ٣ أكواب - اصف ١/٣ كوب من الماء ٤ أكواب - اصف ١/٢ كوب من الماء	١ كوب كوبان ٢ أكواب ٤ أكواب	مرة مرتين ٣ مرات ٤ مرات	الخضار الطازج
لا يوجد	* ضعها في وسط الفرن بعد وضعها في فوطة ورقية.	قطعة قطعتان ٣ قطع ٤ قطع	مرة مرتين ٣ مرات ٤ مرات	الأطعمة الخبوزة
لف بلاستيكي	* ضعها في وسط الفرن.	كوب كوبان ٢ أكواب ٤ أكواب	مرة مرتين ٣ مرات ٤ مرات	الكاسيرول

تعليمات التشغيل

الطبخ بالإعداد

وظيفة الطبخ بالإعداد تقدم خمس وضعيات الطبخ بواسطة استخدام فرن المايكروويف يدويا. يمكنك اختيار تشغيل/إيقاف الصوت، تشغيل/إيقاف الساعة، والدرج السريع، بانود/كجم، والوضع النمذجية.

على سبيل المثال: لإيقاف الساعة .	
١. المس زر الإيقاف/المسح.	
٢. المس زر لإعداد.	
عندها تعرض خمس وضعيات تكرارا. يمكنك ضبطها حسب متطلباتك.	
٣. امس زر رقم ١.	
يدرج العرض الكلمات " ١ لمس رقم ١ لتشغيل الساعة والمس رقم ٢ لإيقافها.	
٤. المس زر رقم ٢.	
عندها تعرض إيقاف الساعة والوقت الحالي.	
ملاحظة : للعودة الى تشغيل الساعة، كرر خطوات ١ - ٤.	

على سبيل المثال: لإيقاف الصفارة.	
١. المس زر الإيقاف/المسح.	
٢. المس زر الإعداد.	
عندها تعرض خمس وضعيات تكرارا. يمكنك ضبطها حسب متطلباتك.	
٣. امس زر رقم ١.	
يدرج العرض الكلمات " ١ لمس رقم ١ لتشغيل الصوت والمس رقم ٢ لإيقافه.	
٤. المس زر رقم ٢.	
عندها تعرض إيقاف الصوت والوقت الحالي.	
ملاحظة : للعودة الى تشغيل الصوت، كرر خطوات ١ - ٤.	

جدول وظيفة الضبط

الرقم	الوظيفة	الخيار
١	تشغيل/إيقاف الصوت	تشغيل الصوت أو إيقاف الصوت
٢	تشغيل/إيقاف الساعة	تشغيل الساعة أو إيقاف الساعة
٣	الدرج السريع	بطيء، عادي، أو سريع
٤	بانود/كجم	بانود أو كجم
٥	تشغيل/إيقاف النمذج	تشغيل النمذج أو إيقاف النمذج
ملاحظة عند توصيل قابس التيار الى الجهاز لأول مرة، يتم ضبط وضعيات تشغيل الصوت، تشغيل الساعة، السرعة السريعة للدرج، بانود وإيقاف النمذج.		

الطبخ بالاختيارات

بفضل الوظيفة، يمكنك ضبط برنامج طبخ من خطوة فردية يستخدم عدة مرات وتنفيذه. عند ضبط برنامج الطبخ، يمكنك استخدامه بالضغط على زر الطبخ بالاختيارات.

على سبيل المثال: لضبط برنامج الطبخ، ١٠ دقائق و ٣٠ ثانية على ٨٠٪ من مستوى الطاقة.

١. المس زر الإيقاف/المسح.
٢. المس زر الاختيارات.
عندها يدرج عرض الكلمات
لـ "المس زر التشغيل أو
ادخل الوقت التالي".
٣. ادخل ١٠ دقائق و ٣٠ ثانية.
يدرج عرض الكلمات لـ
المس زر التشغيل أو زر
الطاقة.
٤. المس زر الطاقة.
عندها يدرج عرض الكلمات
لـ "ادخل مستوى الطاقة ١ حتى
مستوى الطاقة ١٠".
٥. المس زر رقم ٨.
وعندها يدرج عرض الكلمات
المس زر التشغيل لطاقة ٨٠٪.
٦. المس زر التشغيل.

ملاحظة :

- إذا لم تختَر مستوى الطاقة، يعمل الفرن على مستوى الطاقة العالية. لضبط الطبخ على مستوى الطاقة العالية، احذف خطوتي ٤ و ٥.
- يستمر برنامج الطبخ بالاختيارات حتى تتم إعادة ضبطه.

الأكثر/الأقل

باستخدام زر الأكثر أو زر الأقل، يمكنك ضبط برامج الطبخ بللمسة واحدة ووقت الطبخ والطبخ بالاختيارات جميعاً من أجل الطبخ لمدة أكثر أو لمدة أقل. كلما لمست زر الأكثر، يزيد وقت الطبخ بواقع ١٠ ثواني. وكلما لمست زر الأقل يقل وقت الطبخ بواقع ١٠ ثواني.

لضبط وقت الطبخ بللمسة واحدة (بيتزا) لمدة أكثر.

١. المس زر الإيقاف/المسح.
٢. المس زر البيتزا.
يدرج عرض الكلمات لـ
المس رقم ١ لطبخ ٣ شرائح.
٣. المس زر رقم ١.
٤. المس زر الأكثر.

ملاحظة : المس زر الأكثر أو زر الأقل أثناء العد التنازلي.

المؤقت

يمكنك استخدام وظيفة المؤقت للفرن من أجل الغرض الآخر وليس الطبخ.

على سبيل المثال : لعد ٣ دقائق.

١. المس زر الإيقاف/المسح.
٢. المس زر المؤقت.
يدرج عرض الكلمات لـ
ادخل الوقت.
٣. المس زر رقم [٣] ، [٠] ،
و [٠] .
ويدرج عرض الكلمات لـ
المس زر التشغيل.
٤. المس زر التشغيل.

إذابة الثلج التلقائية

ملاحظات :

عند لمس زر التشغيل ، يبدأ الفرن بالعد التنازلي من وقت إذابة الثلج. وتنطلق صفارتان من الفرن أثناء عملية إذابة الثلج. عند كل انطلاق صفارة، افتح الباب وقلب الطعام أو أفصله أو أعد ترتيبه. اخرج أي جزء من الطعام تم إذابة الثلج منه. أعد وضع الأجزاء المجمدة من الطعام في الفرن والمس زر التشغيل للعودة الى عملية إذابة الثلج. لا يمكنك إيقاف الفرن عن العمل أثناء انطلاق الصفارة باستثناء فتح الباب. * للحصول على أفضل نتيجة، اخرج السمك، والمحار، واللحم والدجاج من العبوة الأصلية له أو العبوة البلاستيكية (الغلاف). وإلا، الغلاف يجعل البخار والسائل يقرب من الاطعمة الأمر الذي قد يؤدي الى نضج الاسطح الخارجية من الاطعمة. * ضع الاطعمة في طبق قليل العمق الخاص بالخبز أو على رف التشويه في فرن المايكروويف لوقاية سقوط القطرات. * قد يبقى قليل من الثلج في وسط الطعام عند سحبه من الفرن.

تم ضبط ثلاثة مستويات من إذابة الثلج في الفرن مسبقا. ويمكنك ان تحصل على أفضل مستوى لإذابة الثلج بوظيفة إذابة الثلج. وكتاب الطبخ يرشدك الى مستوى إذابة الثلج المناسب للطعام الذي تريد إذابة الثلج منه. بفضل وظيفة إذابة الثلج التلقائية، يضبط الفرن وقت إذابة الثلج ومستويات الطاقة تلقائيا. يحدد الفرن وقت إذابة الثلج المطلوب لكل طعام وفقا لوزن الطعام الذي ادخلته تلقائيا. من أجل الراحة أكثر، ووظيفة إذابة الثلج التلقائية حسب الوزن تحتوي على نظام انطلاق صفارة داخلي يعرفك وقت الفحص والتحريك، والانفصال، أو إعادة الترتيب كما مبين في جدول إذابة الثلج التلقائية حسب الوزن.

هناك ثلاثة مستويات إذابة الثلج.

١ اللحم المطحون

٢ الدجاج

٣ الشرائح/المفروم من اللحم

* الوزن القابل لإذابة الثلج ١.١ - ٦ باوند (١.١ - ٤ كج).

على سبيل المثال:	لإذابة الثلج من لحم البقرة الضخم بـ ١,٢ باوند ، اختر قائمة اللحم وادخل الوزن والمس زر التشغيل.
١. المس زر إيقاف/المسح.	
٢. المس زر إذابة الثلج التلقائية. عندها يدرج عرض الكلمات لـ " المس رقم ١ للحم المطحون والمس رقم ٢ للدجاج والمس رقم ٣ للشرائح/المفروم من اللحم.	
٣. المس رقم ١. عندها يدرج عرض الكلمات لـ " ادخل الوزن ".	
٤. ادخل الوزن بلمس زري رقم [١] ورقم [٢]. وعندها يدرج عرض الكلمات لـ " المس زر التشغيل لـ ١,٢ باوند ".	
٥. المس زر التشغيل. وعندها يبدأ الفرن بإذابة الثلج.	

جدول أنواع إذابة الثلج التلقائية

النوع	الطعام	عند لحم البقرة	وقت الانتظار
اللحم المطحون	لحم البقرة لحم البقرة المطحون مكعبات للحساء فطيرة همبورغية محمر قدري تشوية الضلع، تشوية الكفل تشوية اللحم حوف الرقبة الحمل الأضلاع التشوية	قلبه. ازل الأجزاء المذابة واقطعه. وأعدده في الفرن. قلبيها. ازل الأجزاء المذابة بواسطة شوكة. قلبيها قلبه. غطي المناطق الدافئة برقاقة ألنيومية. كما هو مذكور أعلاه. كما هو مذكور أعلاه. قلبيها. وغطي المناطق الدافئة برقاقة ألنيومية. كما هو مذكور أعلاه.	٥ دقائق ٥ دقائق ٥ دقائق ١-٢ دقيقة ١-٢ دقيقة ١-٢ دقيقة ١-٢ دقيقة
الدجاج	الدجاج دجاج كامل قطع الدجاج الدجاجة كاملة، مقطوعة الدجاج التركي صدر (أقل من ٦ باوند)	قلبيها (اكمل الإذابة مع صدر الدجاج على الأرض). غطي المناطق الدافئة برقاقة ألنيومية. افصل قطع الدجاج ورتبها. قلبيها. غطي المناطق الدافئة برقاقة ألنيومية. قلبيها ورتبها.	١-٢ دقيقة اشطف الماء البارد الجاري تحت الدجاج. ٥-١٠ دقائق ١-٢ دقيقة اشطف الماء البارد الجاري تحت الدجاجة. ١-٢ دقيقة اشطف الماء البارد الجاري تحت الدجاج.
الشرايح/المفروم	شرايح لحم البقرة الحمل المفروم السّمك شرايح السمك، سمك كامل شرايح طرية المحار السرطان، الإربيان كركنند اسقلوب	قلبيها. غطي المناطق الدافئة برقاقة ألنيومية. كما هو مذكور أعلاه. قلبيها ورتبها. غطي الرأس والذيل برقاقة ألنيومية. قلبيها. افصل الشرايح الطرية عند إذابتها جزئياً إذا كان ممكناً. رتبها واكسرها. قلبيها ورتبها. قلبيها ورتبها.	١-٢ دقيقة ١-٢ دقيقة ٥ دقائق ٥ دقائق البارد الجاري للفصل. ٥ دقائق ٥ دقائق ٥ دقائق

تنبيه : لا تستخدم رقيقة المنيومية أثناء عملية الطبخ.

الدجاج

١. لا تحتاج الى المهارة الخاصة. لا بد من إعداد الدجاج بطريقة تقليدية مع التوابل اذا إردت إضافتها.
٢. لا بد من إذابة الثلج من الدجاج تماما وتأكد من إزالة قلب أو كبد أو حوصلة الدجاج واي ملزم معدني.
٣. اثقب الدجاج وامسحه بالفرشاة مع الزيت النباتي باستثناء زيت اللحم.
٤. لا بد وضع الدجاج من جميع الانواع على رق التشوية في فرن المايكروويف أو الصحن المناسب للمايكروويف ووضعه على الصينية الدوارة.
٥. اطبخ الدجاج تبعا للتعليمات المبينة في جدول الطبخ (أدناه)، مع تقليب الدجاج أثناء وقت الطبخ. بسبب شكل الدجاج، يسهل طبخ الدجاج بعدم التساوي، خاصة في الاجزاء المحيطة بالعظم من الدجاج. تقليب الدجاج أثناء تشويته يساعد في طبخ هذه الاجزاء بالتساوي.
٦. انتظر ٥ - ١٠ دقائق ملفوفا بالرقيقة المعدنية بعد الطبخ قبل الإخراج. ووقت الانتظار مهم جدا لاستكمال الطبخ.
٧. تأكد من نضج الدجاج تماما قبل أكله. تم نضج الدجاج الكامل تماما في حالة جريان السوائل الواضحة من الداخل عند ثقبه بالسكينة الحادة. لا بد من ثقب الدجاج بالسكينة الحادة من خلال الجزء السامك من أجل وضوح السوائل وثبات اسطح الدجاج.

جدول طبخ الدجاج

الدجاج	طاقة المايكروويف	وقت الطبخ لباوند
الدجاج كامل	٨	١٠ - ١٤ دقيقة
صدر (محيط بالعظم)	٨	٩ - ١٣ دقيقة
الاجزاء	٨	١٠ - ١٦ دقيقة
دجاج تركي كامل	٨	١٠ - ١٤ دقيقة

ملاحظات:

- * الاوقات المذكورة أعلاه لا بد من مراعاتها كما هو مبين في الجدول. يمكن ضبطها اختلافا قليلا حسب مذاقك وتفضيلك. قد تختلف هذه الاوقات حسب شكل، قطع ومكونات الطعام.
- * اذا حشيت الدجاج بالمواد الغذائية، لا بد من عد وقت الطبخ على أساس وزن الدجاج المحشو.

اللحم

١. لا تحتاج الى المهارة الخاصة. لا بد إعداد تشوية اللحم مع التوابل (اذا أردتها) بأية طريقة تقليدية. ولا بد من إذابة الثلج من اللحم تماما قبل طبخه.
٢. ضع اللحم في رف التشوية الخاص لفرن المايكروويف أو الصحن المناسب لفرن المايكروويف ووضعه على الصينية الدوارة.
٣. اطبخه تبعا لجدول الطبخ (كما هو مبين أدناه) لمدة أطول لكمية أكبر من اللحم ولمدة أقصر لكمية أقل من اللحم. بالنسبة للحم المفروم السامك الأكثر، اطبخها لمدة أطول.
٤. قلب اللحم مرة أثناء وقت الطبخ.
٥. انتظر لمدة ٥ - ١٠ دقائق ملفوفا بالرقيقة المعدنية بعد الطبخ. ووقت الانتظار مهم جدا لاستكمال الطبخ.
٦. تأكد من نضج اللحم تماما قبل أكله.

جدول طبخ اللحم

قطعة	طاقة المايكروويف	وقت الطبخ لباوند
لحم البقرة ضلع - غير ناضج	٨	٨,٥ - ١٠,٥ دقيقة
- متوسط	٨	٩ - ١١ دقيقة
- ناضج جيدا لحم ضخم (للتحمير للكاسيرون) همبورغية، لحم طازج أو مذاق (٤ أونس لكل) - فطيرتان	٨ عالية	١١ - ١٣,٥ دقيقة ٦ - ٩ دقائق
- ٤ فطائر	عالية (١٠٠٪)	٢ - ٤ دقائق
- ٤ فطائر	عالية (١٠٠٪)	٣ - ٥ دقائق

ملاحظة:

- الايوقات المذكورة أعلاه لا بد من مراعاتها كما هو مبين في الجدول. يمكن ضبطها اختلافا قليلا حسب مذاقك وتفضيلك. قد تختلف هذه الاوقات حسب شكل، قطع ومكونات الطعام.

السّمك

١. رتب السمك في طبق قليل العمق كبير الحجم وغير المعدني أو الكاسيرول.
٢. غطيه بالرقيقة البلاستيكية التي ينفذها المايكروويف أو غطاء الكاسيرول.
٣. ضع الطبق على الصينية الدوّارة.
٤. اطبخه تبعا للتعليمات المبينة في جدول الطبخ (أدناه) . يمكنك إضافة الزبدة الى السمك اذا أردتها.
٥. انتظر وقتا مبينا في جدول الطبخ قبل تقديم السمك.
٦. بعد مرور وقت الانتظار، افحصه لمعرفة نضج السمك تماما. لا بد من ان السمك غير شفاف ويقطع بسهولة.

جدول طبخ السمك الطازج

السمك	طاقة المايكروويف	وقت الطبخ لباوند	الطريقة	وقت الانتظار
سمك مشرح	عالية	٧ - ٤ دقائق	اضف ٣.٠-١.٥ مليلتر (١-٢ ملعقة طعام) من الحليب	٣ - ٢ دقائق
اسقمري كامل نظيف ومعد	عالية	٧ - ٤ دقائق	-	٤ - ٣ دقائق
ترتة كاملة نظيف ومعد	عالية	٨ - ٥ دقائق	-	٤ - ٣ دقائق
سلمون مشرح	عالية	٧ - ٥ دقائق	اضف ٣.٠-١.٥ مليلتر (١-٢ ملعقة طعام) من الحليب	٤ - ٣ دقائق

إرشادات التسخين وإعادة التسخين

من أجل تسخين الطعام أو إعادة تسخينه في فرن المايكروويف بنجاح ، من المهم اتباع الإرشادات المختلفة. قس كمية من الطعام من أجل تحديد الوقت المطلوب لتسخينه. رتب الطعام على شكل دائري من أجل الحصول على أفضل نتيجة. ويتم تسخين الطعام في درجة حرارة الغرفة بسرعة أكثر من الطعام المبرد. لا بد من إخراج الطعام من العلبة ووضعه في الوعاء المناسب للمايكروويف. يتم تسخين الطعام بالتساوي أكثر في حالة تغطية الطعام بالغطاء المناسب للمايكروويف أو الملف البلاستيكي مع فتحات التهوية. ازل الغطاء بعناية لتجنب الاحتراق من البخار الساخن. استخدم الجدول التالي كدليل تسخين الطعام المطبوخ.

المواد	وقت الطبخ (على الطاقة العالية)	التعليمات الخاصة
٣ شرائح من اللحم (سماكة ١/٤ بوصة)	١ - ٢ دقيقة	ضع اللحم المشرح على صحن قابل للمايكروويف. غطيها بالغطاء البلاستيكي مع فتحات التهوية. * ملاحظة: مرق اللحم والصلصة تساعد في الاحتفاظ بعصارة اللحم.
فطيرة الدجاج ١ صدر ١ رجل وفخذ	٢ - ٣,٥ دقائق ١,٥ - ٣ دقائق	ضع قطع من الدجاج على صحن قابل للمايكروويف. غطيه بالغطاء البلاستيكي مع فتحات التهوية.
سمك مشرح (٨-١٠ أونس)	٢ - ٤ دقائق	ضع السمك على صحن قابل للمايكروويف. غطيه بالغطاء البلاستيكي مع فتحات التهوية.
لازانيا لشخص (١٠,٥ أونس)	٤ - ٦ دقائق	ضع السمك على صحن قابل للمايكروويف. غطيه بالغطاء البلاستيكي مع فتحات التهوية.
الكاسيرول ١ كوب ٤ اكواب	١ - ٣,٥ دقائق ٥ - ٨ دقائق	اطبخ في الكاسيرول القابل للمايكروويف مع غطاء. حرك الطعام أثناء الطبخ مرة.
الكاسيرول كريم أو جبن ١ كوب ٤ اكواب	١,٥ - ٣ دقائق ٣,٥ - ٥,٥ دقائق	اطبخ في الكاسيرول القابل للمايكروويف مع غطاء. حرك الطعام أثناء الطبخ مرة.
لحم مع صلصة طماطم أو لحم بقرة مشوي ١ سندويتش (نصف كوب من لحم) بدون كعكة	١ - ٢,٥ دقائق	اعد تسخين الحشوات والكعكة منفصلاً. اطبخ الحشوات في الكاسيرول القابل للمايكروويف مع غطاء. حركها مرة. سخن الكعكة كما مبين في الجدول أدناه.
البطاطس المعجون ١ كوب ٤ اكواب	١,٥ - ٣ دقائق ٥ - ٨ دقائق	اطبخ في الكاسيرول القابل للمايكروويف مع غطاء. حرك الطعام أثناء الطبخ مرة.
الفول المخبوز ١ كوب	١,٥ - ٣ دقائق	اطبخ في الكاسيرول القابل للمايكروويف مع غطاء. حرك الطعام أثناء الطبخ مرة.
فطيرة مع الصلصة ١ كوب ٤ اكواب	٢,٥ - ٤ دقائق ٧,٥ - ١١ دقيقة	اطبخ في الكاسيرول القابل للمايكروويف مع غطاء. حرك الطعام أثناء الطبخ مرة.
الأرز ١ كوب ٤ اكواب	١,٥ - ٣,٥ دقائق ٤ - ٦,٥ دقائق	اطبخ في الكاسيرول القابل للمايكروويف مع غطاء. حرك الطعام أثناء الطبخ مرة.
سندويتش أو كعكة ملفوفة ١ لفة	١٥ - ٣٠ ثانية	لفه بالقطعة الورقية وضعه على رف زجاج قابل للمايكروويف.
الخضار ١ كوب ٤ اكواب	١,٥ - ٤ دقائق ٥ - ٨ دقائق	اطبخ في الكاسيرول القابل للمايكروويف مع غطاء. حرك الطعام أثناء الطبخ مرة.
الحساء لشخص (٨ أونس)	١,٥ - ٢,٥ دقائق	اطبخ في الكاسيرول القابل للمايكروويف مع غطاء. حرك الطعام أثناء الطبخ مرة.

جدول الخبز الطازج

الحضار	الكمية	وقت الطبخ على الطاقة العالية	الارشادات	وقت الانتظار
خرشوف (٨ أونس لكل)	٢ متوسط ٤ متوسط	٨ - ٥ ١٣ - ١٠	رتبه واضف ملعقتي طعام من الماء وملعقتي طعام من العصارة اليه وغطيه.	٢-٣ دقائق
براعم جديدة من هليون طازج	١ باوند	٧ - ٣	اضف نصف كوب من الماء اليها وغطيها.	٢-٣ دقائق
القول الاخضر والقول الشمعي	١ باوند	١٢ - ٨	ضع نصف كوب من الماء في الكاسيرول بـ ٠.٥ - ١ كوارتر. حركه أثناء الطبخ.	٢-٣ دقائق
جذر شمندر طازج	١ باوند	١٨ - ١٤	ضع نصف كوب من الماء في الكاسيرول المغطى بـ ١-٠.٥ كوارتر. اعد ترتيبه أثناء الطبخ.	٢-٣ دقائق
براعم جديدة من البركولي	١ باوند	٩ - ٥	ضع البركولي في الصحن الخاص للخبز. اضف نصف كوب من الماء اليها.	٢-٣ دقائق
كرب مفروم طازج	١ باوند	٨ - ٦	ضع نصف كوب من الماء في الكاسيرول المغطى بـ ١-٠.٥ كوارتر. حركه أثناء الطبخ.	٢-٣ دقائق
جزر مشرح طازج	كوبان	٦ - ٣	ضع ربع كوب من الماء في الكاسيرول المغطى بـ ١ كوارتر. حركه أثناء الطبخ.	٢-٣ دقائق
قرنبيط كامل طازج	١ باوند	١١ - ٧	رتبه وضع ربع كوب من الماء في الكاسيرول المغطى بـ ١ كوارتر. وحركه أثناء الطبخ.	٢-٣ دقائق
زهيرات كرفس مشرح طازج	كوبان ٤ أكواب	٥ - ٣ ٩ - ٧	اشرحها وضع نصف كوب من الماء في الكاسيرول المغطى بـ ١-٠.٥ كوارتر. وحركها أثناء الطبخ.	٢-٣ دقائق
الذرة الطازجة	كوزان	٩ - ٥	اقشرها واضف ملعقتي طعام من الماء في نصف صحن الخبز بـ ١-٠.٥ كوارتر. وغطيها.	٢-٣ دقائق
الفطر الطازج المشرح	٠.٥ باوند	٣,٥ - ٢	ضع الفطر في نصف في الكاسيرول بغطاء بـ ١-٠.٥ كوارتر. وحركه أثناء الطبخ.	٢-٣ دقائق
الجزر الأبيض الطازج والمشرح	١ باوند	٨ - ٤	ضع نصف كوب من الماء في الكاسيرول بغطاء بـ ١-٠.٥ كوارتر. وحركه أثناء الطبخ.	٢-٣ دقائق
حبة البسلة الخضراء والطازجة	٤ أكواب	١٠ - ٧	ضع نصف كوب من الماء في الكاسيرول بغطاء بـ ١-٠.٥ كوارتر. وحركها أثناء الطبخ.	٢-٣ دقائق
البطاطس الحلوة الكاملة للخبز (٨-٦ أونس لكل)	٢ متوسط ٤ متوسط	١٠ - ٥ ١٣ - ٧	اثقب البطاطس الحلوة عدة مرات بشوكة. ضعها على فوطة ورقية. قلبها أثناء الطبخ.	٢-٣ دقائق ٢-٣ دقائق
البطاطس البيضاء الكاملة للخبز (٨-٦ أونس لكل)	حبتان ٤ حبات	٨ - ٥ ١٥ - ٩	اثقب البطاطس الحلوة عدة مرات بشوكة. ضعها على فوطة ورقية. قلبها أثناء الطبخ.	٢-٣ دقائق ٢-٣ دقائق
اسفاناخ طازج	١ باوند	٨ - ٥	ضع نصف كوب من الماء في الكاسيرول بغطاء بـ ٢ كوارتر.	٢-٣ دقائق
جوزة البلوط الجوزة الأرمدة الطازجة	١ متوسط	٩ - ٧	اقطعها الى نصفين. ازل البذور منها. ضعها في طبق الخبز بـ ٨x٨ بوصة. وغطيها.	٢-٣ دقائق
القرع الصيفي الطازج والمشرح	١ باوند	٨ - ٥	ضع نصف كوب من الماء في الكاسيرول بغطاء بـ ١-٠.٥ كوارتر. حركه أثناء الطبخ.	٢-٣ دقائق
القرع الصيفي الطازج والكامل	١ باوند	١٠ - ٧	اثقبه. ضعه على فوطتين ورقيتين. قلبه واعد ترتيبه أثناء الطبخ.	٢-٣ دقائق

أواني الطبخ

١. معظم أواني الزجاج والسيراميك والزجاج المقاوم للحرارة رائعة للاستخدام في الفرن.
٢. معظم القوطة والمناشف، الأطباق والأكواب الورقية، وكؤسات الكرتون هي أواني مريحة صالحة للفرن.
٣. وبعض المنتجات من الورق المدور قد تحتوي على شوائب ينتج عنها الحريق عند استخدامها في الفرن.
٤. بعض الأواني البلاستيكية والكؤسات البلاستيكية يمكن استخدامها في الفرن تبعاً لإرشادات الواردة في الدليل أو الإرشادات الموجودة في دليل الطبخ.
٥. الأواني المعدنية والأواني باطراف معدنية يجب عدم استخدامها في فرن المايكروويف.

تنظيف الفرن:

١. حافظ على نظافة الفرن من الداخل. بقع الطعام أو السوائل تلتصق بجدران الفرن وبين الباب ومغلقه. من الأفضل مسحها فوراً بمنشفة مبلولة.
٢. البقع الواسعة في الفرن تمتص حرارة المايكروويف لذلك تحتاج عملية الطبخ إلى فترة أطول. استخدم قطعة قماش مبلولة لتنظيف داخل الفرن وتحت الباب وإطار الباب. من الضروري المحافظة على نظافة هذه المنطقة من أجل أحكام غلق الباب. انزع البقع المتجمدة بمقاش مبلول ثم جفف المكان. لا تستخدم قماش خشن أو سلك التنظيف. الصينية الزجاجية يمكن تنظيفها بالماء.
٣. حافظ على نظافة الفرن الخارجية. نظّف الفرن من الخارج بالماء والصابون وجففه بقطعة قماش ناعمة أو منشفة ورقية. من أجل منع تلف الأجزاء والفعالة في الفرن يجب عدم السماح بتسرب الماء داخل الفرن من فتحة التهوية. لتنظيف لوحة القيادة افتح باب الفرن لمنع تشغيل غير المقصود وامسحها بقطعة قماش مبلولة ثم بقطعة قماش جافة فوراً. المس زر الإيقاف/المسح بعد عملية التنظيف.
٤. إذا تراكم البخار داخل باب الفرن أو حول الباب من الخارج فإن هذا لا يدل على تعطل الفرن دائماً توجد ستة رطوبة عالية في الجو. امسح البخار بقطعة قماش عن لوحة القيادة.
٥. الباب ومغاليق الباب يجب أن تظل نظيفة دائماً.
٦. استخدم الماء الدافئ فقط أو الماء بالصوبين لتنظيفها ثم جففها جيداً. لا تستخدم مواد خشنة أو مسحوقة التنظيف أو لفات بلاستيكية أو فولاذية للتنظيف.
٧. الأجزاء المعدنية في الفرن يسهل المحافظة عليها عند تنظيفها دائماً بقطعة من القماش المبلول.

للحصول على أفضل النتائج

١. عند تحديد الوقت لنوع من الطعام، أبدأ باستخدام الحد الأدنى للوقت وراقب الطعام بين الحين والآخر إذا كان قد نضج من السهل طبخ الطعام أكثر من اللازم.
٢. لأن أفران المايكروويف تنضج الطعام بسرعة.
٣. الكميات القليلة من الطعام أو الأطعمة التي تحتوي على قليل من الماء تجف بسرعة وتصبح قاسية إذا طبختها فترة طويلة.
٤. لا تستخدم الفرن لتجفيف مناشف المطبخ أو المنتجات الورقية. فأنها قد تحترق.
٥. اكسر البيض قبل طبخه في الفرن.
٦. المواد الغذائية كالتفاح والبطاطس وصفار البيض وكبد الدجاج الخ تأخذ أن تخرقها قبل الطبخ لئلا تنفجرها أثناء وجودها في الفرن.

إزالة التجميد عن الأغذية المجمدة

١. الأغذية المجمدة يمكن وضعها مباشرة في الفرن (تأكد من نزع ورق الف أو أي غطاء معدني عنها)
٢. انزع الثلج طبقاً للتعليمات في الدليل.
٣. المناطق التي يتحلى الجليد عنها بسرعة أكبر من غيرها عطيها عند الضرورة. هذا يساعد في تخفيف سرعة إذابة الجليد عنها.
٤. بعض الأطعمة لا تحتاج إلى إذابة الجليد كلياً قبل طبخها. على سبيل المثال يطبخ السمك بسرعة فمن الأفضل البدء بطبخه وهو ما زال شبه متجمد.
٥. ربما من الضروري زيادة فترة الطبخ لبعض الوصفات الغذائية اعتماداً على درجة حرارة الطعام الأصلية.

ملاحظة :

الهواء الخارج من فتحة التهوية قد يصبح حاراً أثناء الطبخ وهذا شيء طبيعي.

التحمير

بعض أنواع الأطعمة التي لا تطبخ فترة طويلة في الفرن إلى درجة الاحمرار فإنها تحتاج أحياناً إلى إضافة بعض الألوان.

مواد التحمير مثل SHAKE & BAKER® ، الساربيكا أو صلصات التحمير مثل bouquer® أو الصلصات المختلفة يمكن استخدامها على اللحم المفروم ، أو لحم مقطوع أو قطع الدجاج.

أثناء طبخ اللحم ، أو الدجاج لمدة ١٠-١٥ دقيقة أو أكثر يتحمر بشكل جيد بدون إضافة التكوين.

١. لا تحاول تغيير أو إجراءات تعديل أو اصلاح للباب ولوحة التحكم ومفاتيح الأمن أو اي جزء من أمام الفرن. يجب أن يقوم بعمليات الإصلاح فني مؤهل.
٢. لا تعمل على تشغيل الفرن وهو فارغ. من الأفضل وضع كاس من الماء في الفرن أثناء عدم الاستخدام. الماء سيمتص جميع طاقة موجات المايكرو اذا اشتغل الفرن بطريق الخطأ.
٣. لا تجفف الملابس في الفرن والتي يمكن أن تتكربن أو تحترق اذا سخنت لفترة طويلة.
٤. لا تطبخ المواد الغذائية ملفوفة بمناديل ورقية الا اذا كانت تعليمات كتاب الطبخ لهذه الوجبة تحتوي على التعليمات.
٥. لا تستخدم اوراق الجرائد بدلا من مناديل الورق.
٦. لا تستخدم اواني خشبية للطبخ في الفرن. انها ستستخن وتتفحم . لا تستخدم اواني معدنية أو اواني فخارية مرجعة بمواد معدنية (كالذهب أو الفضة). دائما ارفع المواد المعدنية. المواد المعدنية في الفرن تؤدي لما يشبه البرق ويمكنها إتلاف الفرن.
٧. لا تشغل الفرن أثناء وجود حافظ بين بأن الفرن وأطرافه كالورق أو المناديل أو أي شيء اخر فهذه تؤدي الى تسرب طاقة موجات المايكرو خارج الفرن.
٨. لا تستخدم المنتجات الورقية المدورة لانها قد تحتوي على شوائب قد تؤدي الى إحداث شرارة أو حريق.
٩. لا تنظف المائدة الدائرية بوضعها في الماء فوراً بعد الطبخ. هذا يؤدي الى كسرها أو إتلافها.
١٠. الكميات القليلة من الطعام تحتاج الى وقت أقصر للطبخ أو التسخين. اذا استعملت التوقيت العادي فقد يؤدي الى حرقها أو إتلافها.
١١. تأكد من وضع الفرن بحيث تكون مقدمة الباب بعيدة ١٠ سم خلف طرف السطح الموجودة فوقه لتجنب انقلاب الفرن.
١٢. قبل وضع البطاطس أو التفاح او ما يشابهه في الفرن اخرق ثقبا في قشرتها.
١٣. لا تطبخ البيض بقشوره في الفرن. الضغط سيزداد داخل البيضة فتنفجر.
١٤. لا تحاول الغلي بالزيت الكثير في الفرن.
١٥. انزع الغلاف البلاستيكي عن الطعام قبل طبخه أو تسخينه أو ازالة الجليد منه . لاحظ أنه في بعض الحالات الخاصة فقط يجب لف المادة المطبوخة ب فيلم بلاستيكي للتسخين أو الطبخ كما هو موضح بالتفصيل في كتب الطبخ بافران المايكروويف.
١٦. يجب عدم استخدام الفرن مطلقا اذا كان الباب غير محكم الاغلاق.
١٧. عند طبخ السوائل في فرن المايكروويف ربما تسخن أكثر من اللازم فوق درجة الغليان بدون مشاهدة ظهور الفقاعات. عند نزع الوعاء قد تؤدي الصدمة الى تكوين مفاجئ للفقاعات البخار. وقد يتدفع الماء متصاعدا كالنافورة بشكل متفجر.
١٨. اذا لاحظت وجود الدخان حافظ على باب الفرن مغلقا ولكن أوقف تشغيله وافصله عن التيار الكهربائي.
١٩. عند طبخ أو تسخين الطعام في أوعية وأواني بلاستيكية ، ورقية أو من مادة استهلاكية مرة أخرى انتبه جيدا للفرن للفحص عما إذا كانت أوعية الطعام متشوهة.
- تنبيه - تأكد من الاوقات المخصصة للطبخ جيدا لان زيادة الطبخ عن الوقت المحدد تؤدي الى إحداث الحرائق وإتلاف الفرن.

أسئلة وأجوبة

- س. ما هو السبب في عدم توهج ضوء الفرن ؟
ج. هناك بعض أسباب في عدم توهج ضوء الفرن.
• لمبة الضوء قد احترقت
• باب الفرن غير مغلق
- س. هل تمر موجات طاقة فرن المايكروويف من خلال نافذة العرض؟
ج. لا. الفتحات أو الثقوب معمولة للسماح بمرور الإضاءة ولكنها لا تسمح بمرور طاقة المايكروويف.
- س. لماذا ينطلق صوت الصفارة عند لمس الزر على لوحة التحكم؟
ج. صوت الصفارة يشير الى اكتمال البرمجة.
- س. هل يتلف فرن المايكروويف عند تشغيله فارغاً ؟
ج. نعم. لا تشغله فارغاً أبداً أو بدون الصينية الزجاجية.
- س. لماذا تفقع البيضات أحياناً ؟
ج. أثناء قلي أو تحميص أو سلق البيض قد يفقع صفار البيض بسبب تراكم البخار داخل الصفار. لمنع حدوث ذلك فقط اخزق الصفار بنكاشة اسنان قبل الطبخ. لا تطبخ البيض أبداً بدون خزق القشرة.
- س. لماذا تحتاج الى وقت الانتظار بعد انتهاء عملية الطبخ ؟
ج. بعد انتهاء الطبخ في فرن المايكروويف يستمر الطعام في الطبخ خلال فترة الانتظار. هذه الفترة تجعل الطعام ينضج بالتساوي. فترة الانتظار تعتمد على مدى كثافة الطعام.
- س. هل يمكن عمل الفشار في فرن المايكروويف ؟
ج. نعم، اذا أجرى استخدام احدى الطريقتين التاليتين.
(١) في وعاء عمل الفشار المصنوع خصيصاً للاستخدام فيفرن المايكروويف.
(٢) فشار مصنوع مسبقاً خاص بفرن المايكروويف يحتوي على مزايا معينة مناسبة للتنضيج النهائي.
- نفذ التعليمات المعطاة من الصانع لمنتجات الفشار. لا تترك الفرن بدون مراقبة شديدة أثناء عمل الفشار. اذا لم يبدأ الفشار بعد اتباع التعليمات المعطاة فوقف عن العمل. الاستمرار في محاولة انضاجه قد يؤدي الى احتراقه.
- تحذير
لا تستخدم ابداً اكياس الورق البنية لعمل الفشار. لا تحاول ابداً عمل فشار من بقايا حبات الذرة.
- س. لماذا لا يطبخ فرن المايكروويف الاطعمة في الوقت المحدد في دليل الطبخ ؟
ج. راجع دليل الطبخ مرة ثانية. لتتأكد بأنك قمت بتنفيذ الإرشادات على الوجه الصحيح ومعرفة اسباب التغير في اوقات الطبخ. الاوقات الزمنية في دليل الطبخ هي مقترحات فقط لمنع حدوث احتراق أو زيادة في التسخين المشكلة الأكثر حدوثاً هي التعود على الطبخ في المايكروويف. الاختلافات في الحجم والشكل والوزن والأبعاد قد تتطلب فترة طبخ أطول. استعمل خبرتك وحكمتك الذاتية الى جانب دليل الطبخ لفحص درجة الطعام كما ترغبه.