Horno Microondas Con Grill

MANUAL DE INSTRUCCIONES

MODEL : MH-685HDD
MH-745HDD

Por favor lea este manual cuidadosamente antes de operarlo

P/NO : 3828W5A3808

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

No intente operar este horno con la puerta abierta pues ello puede resultar en una dañina exposición a la energía de microondas. Es importante no meterse con los sistemas de seguridad.

No coloque ningún objeto entre el frente de la unidad y la puerta del horno ni permita que se acumule suciedad o residuos de limpiadores en las superficies selladoras.

No opere este horno si está 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) Empaquetaduras de la puerta y superficies selladoras.

Este horno no debe ser ajustado ni reparado por alguna persona que no sea personal calificado e idóneo.

PRECAUCION

Asegúrese que se fijen los tiempos de cocción correctos ya que la sobre-cocción puede ocasionar incendio y como consecuencia dañar el horno.

PRECAUCION

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

1. Evite usar recipientes angostos.
2. No lo sobrecaliente.
3. Vierta una parte del líquido antes de colocar el recipiente en el horno y el resto luego midiendo el tiempo de cocción.
4. Después de calentado, déjelo en el horno por un lapso de tiempo, vierta o muévalo luego cuidadosamente revise su temperatura y enseguida antes de consumir evite quemarse (especialmente, el contenido de alimentos embotellados y mamaderas).

Importantes Instrucciones de Seguridad

CUIDADO - Para reducir el riesgo de quemaduras, choque eléctrico, daños corporales a personas o exposición excesiva de microondas:

1. Lea todas las instrucciones antes de usar el aparato.
2. En forma especial lea y atienda las **"PRECAUCIONES PARA EVITAR LA POSIBLE EXPOSICION EXCESIVA A LA ENERGIA DE MICROONDAS"** que encontrará en la página 2 de este manual.
3. Este aparato electrodoméstico debe ser conectado a tierra. Enchufe solamente en un tomacorrientes debidamente conectado a tierra. Véase **"INSTRUCCIONES DE CONEXION A TIERRA"** en la pagina 5 de este manual.
4. Instale y sitúe este aparato siguiendo fielmente las instrucciones proporcionadas en este manual respecto a la instalación.
5. Algunos productos, como huevos enteros y envases sellados, trascos cerrados, por ejemplo, pueden explotar y por tanto no deben ser calentados en el horno de microondas.
6. Use este aparato solo para los fines descritos en este manual. No utilice productos químicos corrosivos o vapores en este aparato. Este tipo de horno está diseñado especialmente para calentar, cocinar o secar alimentos. No lo está para usos industriales o para laboratorios.
7. Como con cualquier otro aparato electrodornestico, se debe elercer estrecha supervisión cuando ha de ser usado por niños.
8. No opere este aparato si el cordón o el enchufe estan dañados o en mal estado, si no está funcionando debidamente o si el aparato propiamente dicho ha sufrido daños o se ha caído.
9. Este aparato debe ser reparado única y exclusivamente por personal idóneo calificado. Diríjase al centro autorizado de servicio mas cercano para cualquier revisión, reparación o ajuste.
10. No cubra ni bloquee ninguna de las apenuras de este aparato.
11. No use este aparato al aire libre. No utilice este producto cerca del agua, por ejemplo el sumidero de la cocina, ni en un subterráneo húmedo, ni cerca de una piscina (alberca o pileta) ni en lugares parecidos.
12. No sumerja este aparato, ni su cordón, en agua ni permita que uno u otro se mojen.
13. Mantenga el cordón eléctrico de este aparato, lejos de superficies calientes.
14. No deje que el cordón elóctrico cuelgue por encima del borde de la mesa 0 mueble donde lo tenga instalado.
15. (A) Cuando limpie las supeficies de la puerta y el interior del horno, utilice solamente un jabón suave, no abrasivo, aplicando con una esponja o paño suave. (B) Véase instrucciones para limpiar la puerta, en este folleto.
16. Para reducir el riesgo de incendio dentro de la cavidad del horno microondas:
    a. No sobre cocine los alimentos. Vigile cuidadosamente el horno especialmente si se ha colocado dentro del horno papel, plásticos u otros elementos fácilmente combustibles.
    b. Remueva todo alambre utilizado para cerrar bolsas de papel o de plástico que introduzca en el horno.
    c. Si algún producto en el horno se incendiara: MANTENGA LA PUERTA DEL HORNO CERRADA, apague el horno de inmediato, desconecte el cordón electrico del tomacorriente o apague el conmutador del fusible correspondiente en el panel de fusibles.
17. No caliente ningún tipo de alimentos en biberones ni en general alimetos para bebés. Puede ocurrir cocimiento desigual capaz de causar danõs corporales.
18. Evite calentar recipientes o frascos que tengan cuello estrecho, tales como botellas de sirope.
19. Evite usar corrosivos y vapores, tales como sulfatos o cloro o botellas de jarabe.
20. El calentamiento de líquidos en contenedores de ciertas formas (especialmente cilíndricas) porque su contenido puede sobresalientes. El líquido puede desparramarse violentamente con un fuerte ruido durante o después de calentarlo o cuando se le añaden ingredientes (café instantáneo, etc.) lo que puede resultar en daño al horno y posibles heridas corporales. En todo tipo de contenedores, para obtener mejores resultados, es mejor menear el líquido varias veces antes de calentar. Siempre revuelva el líquido entre una acción de recalentar y otra.

CONSERVE ESTAS INSTRUCCIONES

Tabla de Contenidos

4 ESPECIFICACIONES TECNICAS

5 INSTALACION

7 INTRODUCCION

10 DIAGRAMA DE CARACTERISTICAS / PANEL DE CONTROL

11 GUIA DE MOVIMIENTOS AUTOMATICOS DE CALOR

12 INSTRUCCIONES DE OPERACIÓN

21 PROCEDIMIENTOS GENERALES PARA COCINAR CARNES

21 PROCEDIMIENTOS GENERALES PARA COCINAR AVES

22 PROCEDIMIENTOS GENERALES PARA COCINAR PESCADO

23 TABLA DE VEGETALES FRESCOS

24 COCINADO Y DORANDO

26 COCINADO POR COMBINACION

29 OTRAS INSTRUCCIONES DE AYUDA

30 PRECAUCIONES DE SEGURIDAD

31 PREGUNTAS Y RESPUESTAS

Especificaciones Tecnicas

	MH-685HDD	MH-745HDD
Potencia de Entrada	220V AC/50 Hz	
Salida	800W (IEC 60705)	
Frecuencia de Microondas	2450MHz	
Dimensiones Externas	530mm x 322mm x 420mm (ancho x alto x profundidad)	556mm x 325mm x 452mm (ancho x alto x profundidad)
Dimensiones Internas	348mm x 241mm x 366mm (ancho x alto x profundidad)	374mm x 235mm x 406mm (ancho x alto x profundidad)
Potencia de Consumo	1100 W (MICROONDAS)	
	1150 W (GRILL)	
	2250 W (COMBI)	

A. INSTRUCCIONES PARA CONEXION A TIERRA

Este aparato tiene que ser debidamente conectado a tierra. En el caso de un cortocircuito electrico, 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 (una de las cuales para conexión a tierra). 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 choque eléctrico.

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.

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 tomacorrientes de la pared esté conectado a tierra por medio del sistema de alambrado de la casa o edificio.

- 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.

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 mas largo.
2. Cordones apropiados mas largos están disponibles pero se deben usar con el debido cuidado.
3. Si se llegara a usar un cordón mas largo, (1) la capacidad eléctrica del cordón debe ser por lo menos igual a la de la capacidad del aparato. (2) 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. NINGUN otro artefacto debe de estar conectado al mismo circuito. En caso de duda, consulte con un electricista calificado.

C. PREVENCION SOBRE VOLTAJE

El voltaje del tomacorriente debe ser el mismo que se ha especificado en la plaqueta 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 coccion 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, éste 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, ésta 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.

Como Trabaja El Horno Microonda.

Las microonda son formas de energía similares a las ondas de radio, televisión y luz día común y corriente. Comúnmente, las microondas se esparcen hacia afuera a medida que viajan a través de la atmósfera y desaparecen sin efecto alguno. Los hornos microondas, sin embargo tienen un magneton el cual esta diseñado para hacer uso de la energía en microondas. La electricidad, suministrada por el tubo de magnetón es usado para crear energía de microondas. Estas microondas entran al area de cocción a través de aberturas dentro del horno. Una bandeja giratoria esta localizada en la parte inferior del horno. Las microondas no pueden pasar a través de las paredes metálicas del horno, pero pueden penetrar materiales tales como vidrio, porcelanas y papel, los materiales externos los cuales aseguran la cocción en microondas están construídos para platos de cocción segura en microondas.

Un artefacto muy seguro: Su horno microondas es uno de los artefactos mas seguros del hogar. Cuando la puerta está abierta, el horno automaticamente detiene la producción de microondas. La energía microondas es completamente convertida a calor cuando entra al alimento, no dejando resíduos de energía que le dañen cuando cocina sus alimentos.

Las microondas no calientan la cacerola, aunque a veces las vasijas se calientan por calor generado por los alimentos.

Obteniendo Los Mejores Resultados De Su Horno Microondas.

Mantener vigilado el objeto. Las recetas en este libro han sido formuladas con gran cuidado, pero su éxito en prepararlas depende, por supuesto, cuant atención pone al alimento a medida que lo cocina. Siempre mirar el alimento mientras lo cocina. Su horno está equipado con una luz se encinde automáticamente cuando el horno está en operación tal que pueda ver dentro y revisar el progreso de su receta. Da instrucciones de recetas para elevar, batir, y lo equivalente seria tal que considere el mínimo de pasos recomendados. Si los alimentos parecen estar cocidos disparejos, simplemente haga los ajustes para corregir el problema.

Factores que afectan los tiempos de cocción. Revise el voltaje de su horno, dirijase a las especificaciones al comienzo de este libro. Muchos factores afectan los tiempos de cocción.

La temperatura de los ingredientes usados en una receta hacen pequeñas diferencias en los tiempos de cocción.

Por ejemplo, un queque hecho con mantequilla congelada, leche y huevos tomaran un tiempo considerable para hornear que uno hecho con ingredientes que están a temperatura ambiente.

Todos las recetas en este libro dan un rango de tiempos de cocción. En general, usted encontrará que los restos de alimentos bajo cocción en el extremo de abajo y al comienzo del tiempo, y usted puede algunas veces cocinar los alientos mas allá del tiempo máximo dado, de acuerdo a la preferencia personal. La filosofía de este libro es que tiene mejores recetas para ser ahorrativa en los tiempos dados de cocción. Mientras recaliente los alimentos es destruido el gusto. Algunas de las recetas, particularmente algunas para panes, queques y flanes, se recomienda remover los alimentos desde el horno cuando ellos están está ligeramente caliente. Este no es un error. Cuando sea posible detenerlo, normalmente cúbralos, estos alimentos continuaran la cocción fuera del horno tal que la temperatura atrapada en la porción exterior de los alimentos gradualmente viajan al interior del alimento. Si los alimentos son dejados en el horno hasta que ellos son cocinados por completo las partes externas comenzaran el recalentamiento o quemado uniforme. Los beneficios que adquiere al usar su microondas, usted empezará aumentar su practica en ambas estimaciones de cocinado y detención de tiempos para varios alimentos.

Como Afectan Las Características De La Comida A La Cocina Con Microondas.

Densidad de los alimentos: Los alimentos ligeros y porosas como panes y queques se cocinan más rápido que los pesados, alimentos densos tales como carnes a la cacerolas. Usted debe tener cuidado cuando cocine alimentos porosos pues las orillas pueden quedar secos y quebradizos.

Altura de los alimentos: La parte de arriba de los alimentos altos, en especial las carnes, se cocinaran mas rápido que la parte baja.

Sin embargo es recomendable girar los alimentos altos durante la cocción, varias veces.

Alimentos que contienen humedad: puesto que el calor generado por las microondas tienden a evaporar humedad, alimentos relativamente secos, como asados y algunos vegetales deben rociarse con agua previo a cocinarse o cubrirse enteros para que retengan la humedad.
Alimentos que contienen hueso y grasa: Los huesos conducen el calor y la grasa se cocinan mas rápido que la carne. Por consiguiente, debe tener cuidado cuando cocine huesos o cortes de carne con grasa que la carnes no se cocinan uniformemente y que no se sobrecocinen.
Cantidad de Alimentos: El número de microondas es su horno permanece constante y afecta la cantidad de alimento que este cocinando.
Por consiguiente, a mayor cantidad de alimento en el microonda, mas largo el tiempo de cocción. Recuerde disminuir los tiempos de cocción a lo menos un tercio cuando 1/2 receta.
Formas de alimentos: Las microondas penetran sólo unos 2.5cm en los alimentos la porción interna se cocina por el calor generado en el exterior. En otras palabras, solamente las orillas de algunos alimentos se cocinan actualmente por energía de microondas, el resto es cocinado por convección. Por consiguiente la peor forma de un alimento que se va ha cocinar en un microonda en uno grueso y cuadrado. Las esquinas se quemaran más luego que el centro tiene calentamiento parejo. Redondee los alimentos y de forma delgada para un cocinado satisfactorio en el microonda.

Técnicas Especiales En Cocina En Microondas.

Dorado: Carnes y pollos son cocinados 15 o más minutos dorándose ligeramente en su propia grasa. Los alimentos que son cocinados por tiempos más cortos pueden ser rociados con una salsa para dorar para dar un apetitoso color. Las salsas mas usadas son Worcestershire, la salsa de soya y la salsa de barbacoa. Son agregadas en pequeñas cantidades a los alimentos, el sabor original de la receta no es alterado.
Cubriendo: Una cubierta para atrapar el calor y el vapor el cual causa mas efectividad a la cocción a los alimentos. Usted puede usar uno u otro liquido o una película de microondas con orillas plegadas abajo para prevenir salpicaduras.
Cubrir con papel resistente a las grasas: este papel previene efectivamente el esparcimiento y ayuda a retener el calor de algunos alimentos.
Sin embargo lo hecho causa perdida de liquido, esto permite que el alimento se seque ligeramente fuera.
Envolverlo en toalla de papel o papel antigrasa. Los sandwiches y otros alimentos deberán envolverse principalmente para prevenir que se sequen.
Colocación y esparcimiento: Los alimentos individuales tales como patatas, pequeños pasteles y hors d'oeuvres se cocinan mas parejo si son colocados en el horno a una misma distancia y de preferencia en forma circular, Nunca coloque un alimento sobre otro.
Movimiento: El movimiento es una de las técnicas mas importantes. En cocina tradicional, los alimentos se mueven con el propósito de mezclarlos.
Al cocinar en el microonda siemopre son movidos en orden para redistribuir el calor. Siempre desde el interior hacia el centro ya que en las orillas se cocinan primero.
Girarlos: Para alimentos muy altas como carnes y pollos, deberán girarse tal que la parte superior y la inferior se cocinen uniformemente. Es también una buena idea girar los pollos trozados y chuletas.
Colocar porciones gruesas hacia arriba: Siempre las microondas son atraídas hacia las porciones exteriores de los alimentos, lo haca sensando el lugar de la porción delgada de carne, pollo y pescado, la orilla exterior del plato. Esta manera, las porciones gruesa recibirán mas energía y los alimentos se cocinaran uniformemente.
Envolvimiento: hojas de papel aluminio, las cuales bloquean las microondas, algunas veces se ubican en las esquinas o bordes de los alimentos con forma rectangular o cuadrada para prevenir la sobrecocción de las porciones. Nunca use mucho papel aluminio y asegúrese que este bien ajustado en la fuente donde se han colocado los alimentos ya que podría un arco en el horno "arcing".
Elevación: Los alimentos muy gruesos o densos generalmente se colocan elevados de forma que las microondas pueden ser absorbidas por la parte inferior y el centro de éstas.
Agujerear: Los alimentos encerrados en una concha, piel o membrana son probablemente reventados en el horno a menos que ellos se pinchen antes de cocinarlos. Estos alimentos incluidos ambos yema y clara, ostras y almejas y muchos vegetales y frutas

Verificación de cocción. porque los alimentos se cocinan mas rápido en un horno microonda, es necesario verificar los alimentos frecuentemente. Algunos alimentos son dejados en el microonda hasta completar su cocción, pero muchos alim entos, incluidos carnes y pollo, son sacados del horno mientras amortigua el sobrecocido y permite finalizar la cocción durante la detención de tiempo. La temperatura interna de los alimentos subirá entre los 5°F(3°C) y los 15°F(8°C) durante el tiempo de detención.

Reposo: Los alimentos son a veces reposados por 3 a 10 min antes de sacarlos del microondas. Generalmente los alimentos son cubiertos durante el reposo para retener el calor aún mas los que son de textura seca.(queques, biscochos etc) El reposo permite a los alimentos finalizar su cocimiento y también ayuda aromatizar el sabor.

Utensilios Seguros Para Microonda:

Nunca use utensilios de metal o con borde de metal en su microonda. Las microondas no pueden penetrar el metal. Ellas rebotarán en cualquier objeto de metal y causarán arcos.
La mayoría de los utensilios no metálicos resistentes al calor se pueden utilizar con toda seguridad en su microonda. Sin embargo, algunos pueden contener materiales que los hacen poco convenientes para ser utilizados en el microondas. Su usted tiene dudas sobre el uso de ciertos utensilios existe una manera fácil de descubrir si estos pueden ser utilizados en su microondas.

Prueba de utensilios para ser usados en el microondas. Coloque el utensilio en cuestión al lado de un vaso de vidrio lleno de agua dentro del horno. Coloque el horno 1 minuto a potencia ALTA, si el agua se calienta y el utensilio al tocarlo está frío, el utensilio es seguro. Sin embargo si el agua no cambia su temperatura y el utensilio empieza a calentarse, quiere decir que las microondas están siendo absorbidas por el utensilio y este no es seguro para ser usado en horno microonda. Usted probablemente tiene muchos detalles a mano en su cocina, que ahora puede ser usado como equipamiento de su microonda. Basta leer las siguientes lista:

1. Platos de cocina: Muchos clases de platos son seguros en microonda, si tiene duda consulte la lectura de la etiqueta de fabrica. O realice el test de microondas.

2. Vajilla de cristal: La cristalería que es resistente al calor es segura en microonda. Esta podría incluir todas las marcas de vajillas de vidrio templados para horno. Sin embargo, no use cristalería delgadas, tal que se de vuelta o vasos de vino, ya que éstos pueden estallar al calentar el alimento.

3. Papel: Platos de papel y envoltorios son convenientes y seguros de usar en su horno microondas,es probable que el tiempo de cocción sea mas corto y los alimentos a ser cocinados tienene mas grasa y humedad. Las toallas de papel son también muy seguras para envolver alimentos y para el revestimiento de bandejas de hornear en el cual los alimentos grasosos tal como un asado son cocidos. En general, evite papeles de colores, pues el color arruina los productos.

4. Contenedores plásticos: Estos pueden mantener alimentos que van a ser de rápido recalentamiento. Sin embargo ellos deberán ser usados para recalentar alimentos que necesitarán un tiempo considerable de horno como alimentos calientes que por lo general se enroscan y derriten el envase de plástico.

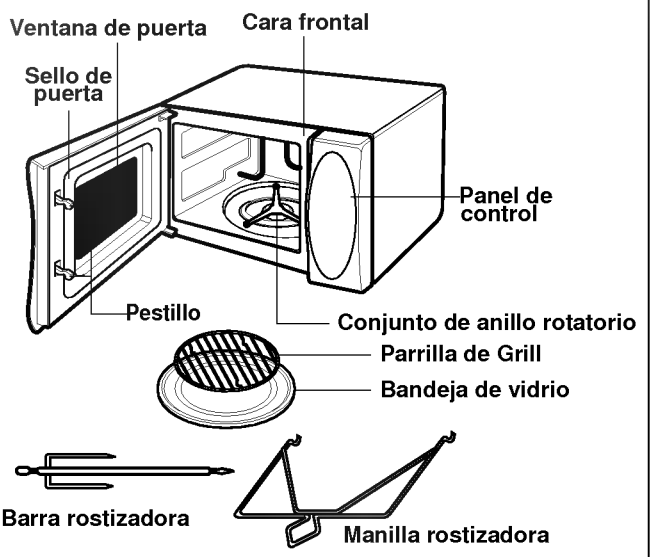
5. Cocinar en bolsas de plástico: Estos son seguros en microondas, están hechos especialmente para cocinar. Sin embargo asegúrese de hacer un agujero en el envase de tal manera que escape vapor. Nunca use bolsas de plástico corrientes en su horno microonda, tal que se achurrasque y rompa.

6. Utensilios pláticos de microonda: Una variedad de formas y tamaños están disponibles para cocinar en microondas.

7. Pocillos de cerámica y de piedra: Envases hechos de estos materiales son generalmente delicados para usarlos en microondas, pero ellos deberán ser testeados para asegurarse.

PRECAUCION: ALTO CONTENIDO DE FIERRO, DE GUIAS ALTAS, SON ALGUNOS OBJETOS PARA NO COCINAR.

DIAGRAMA DE CARACTERISTICAS

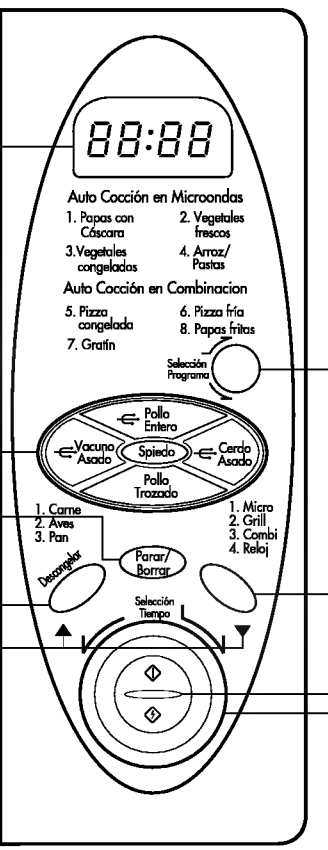


Su horno será empacado con los siguientes materiales:

Bandeja de Vidrio	1
Conjunto de anillo rotatorio	1
Manual de uso y cocina	1
Rack de grill	1
Barra rostizadora	1
Manilla rostizadora	1

Este horno fue diseñado solo para uso domestico.
No lo use para fines comerciales.
No opere el horno en modo microonda y en modo conbinado, teniendo el rack y las barras rostizadoras colocadas dentro de la cavidad del horno.

PANEL DE CONTROL



VISOR. Usado para:
Fecha y tiempo de cocción
Nivel de potencia.

ROSTIZADOR AUTOMÁTICO:
Para seleccionar la cocción en modo rostizado.

PARAR / BORRAR
Detiene el horno y borra todas las entradas fijadas excepto la fecha actual.

DESCONGELAMIENTO AUTOMATICO POR PESO:
Para seleccionar la desconlación automática.

Mas / Menos
Para seleccionar la temperatura de convección y cambiar el tiempo de cocción y de rostizado.

PERILLA DE VOLUMEN:
COCCION AUTOMATICA-
Para seleccionar cocción automática.

MICRO:
Para seleccionar la cocción por microondas.

GRILL:
Para seleccionar la cocción por grill.

COMBINACIÓN:
Para seleccionar cocción combinada.

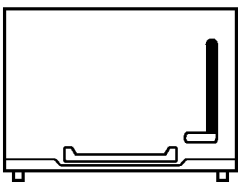
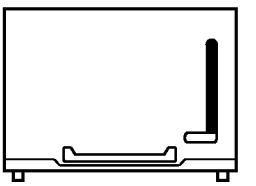
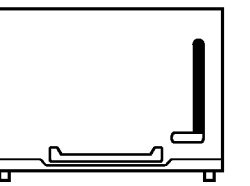
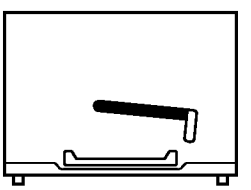
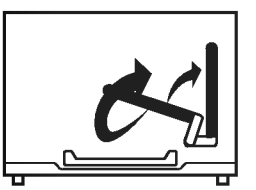
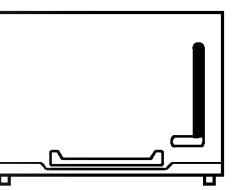
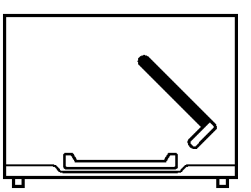
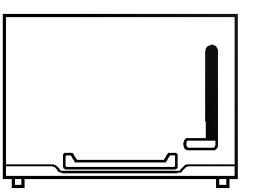
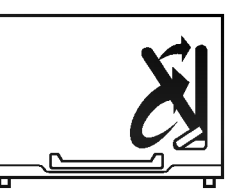
RELOJ
Fija la hora actual.

INICIO NORMAL Y RAPIDO:
Para fijar rapidez al tiempo de cocción.

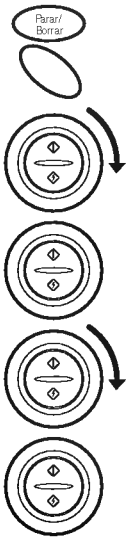
PERILLA DIAL
- Tiempo
- peso

NOTA: Suena un pito cuando se toca una tecla del panel, para indicar que se ingresado una característica.

GUIA DE MOVIMIENTOS AUTOMATICOS DE CALOR

CATEGORIA DE COCCION		POSICION DEL GRILL		
		Cocción	• Detener Cocción • Abrir la puerta • Finalizar cocción	• Fijar la próxima cocción • Cerrar la puerta después que finalizó la alimentos fueron sacados.
Descongelar				
Cocción en microondas		• No mover el grill calentador.		
Cocción Automática (micro ondas)	1. Papas con cáscara			
	2. Vegetales frescos			
	3. Vegetales congelados			
	4. Arroz / Pastas			
Cocción en Grill				
Combinación Cocción-1		• El grill calentador muévalo a la posición de cocción.	• El grill calentador muévalo a parte inferior.	
Cocción Automática (Combi)	5. Pizza congelada			
	6. Pizza fría			
	7. Gratin			
	8. Papas fritas			
Rostizado automáico	Pollo trozado			
	Cerdo asado			
	Vacuno asado			
	Pollo entero			
Combinación Cocción-2		• El grill calentador muévalo a la posición de cocción.	• El grill calentador déjelo en la posición cocción.	• El grill calentador muévalo hacia la parte inferior.
Combinación Cocción-3				• **Cuando la cocción finalizó, el alimento deberá ser removido.** • **Cuando usted desea realizar la próxima etapa de cocción el alimento deberá removerse antes de fijar la próxima cocción.**

Fijando el Reloj



1. Presione **PARAR/BORRAR.**
2. Presione 4 veces **RELOJ.**
3. Gire la perilla **DIAL** hasta que el visor muestre 2 horas.
4. Presione **INICIO** para confirmar la hora.
5. Gire la perilla **DIAL** hasta que el visor muestre 59 min.
6. Presione **INICIO** nuevamente. El reloj comenzará el conteo.

Ejemplo: Para fijar las 2:59

Cuando su horno se enchufa por primera vez o cuando la energía se restablece después de algún corte, el número del visor se sitúa en O.

NOTA:
Si el RELOJ (o el visor) muestra alguna anormalidad, desenchúfelo desde la toma de corriente y luego enchufelo nuevamente para resetear el reloj.

El reloj tiene 24 horas.

Seguro de Niños

Para fijar



1. Presione **PARAR/BORRAR.**
2. Presione y mantenga presionada la tecla **PARAR/BORRAR** por 7 seg. hasta que "L" aparezca en el visor.

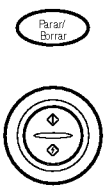
Para cancelar



1. Presione y mantenga presionado **PARAR/BORRAR** por 7 seg hasta que "L" desaparezca del visor.

Esta característica única, previene que el horno funcione accidentalmente. Una vez que se fije el seguro de niños, no se podrá fijar cocciones, ya que ninguna tecla funcionará.

Inicio Rápido



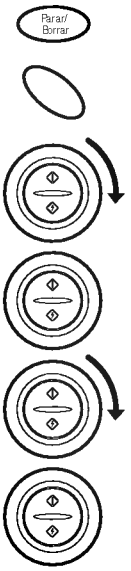
1. Presione **PARAR/BORRAR.**
2. Presione **INICIO** 4 veces para seleccionar 2 minutos en potencia microondas alta.

NOTA: Durante la cocción con INICIO RAPIDO, usted puede extender la cocción por mas tiempo.

Ejemplo: 2 min de cocción en potencia alta.

Una de los mejores ahorros de tiempo.
La característica INICIO RAPIDO permite obtener 1 min y 30 seg más a potencia alta con solo presionar la tecla INICIO RAPIDO.

Cocción en potencia de microonda.



1. Presione **PARAR/BORRAR.**
2. Presione **MICRO.**
3. Gire la perilla **DIAL** hasta que el visor muestre 80%.
4. Presione **INICIO** para seleccionar el tiempo de cocción.
5. Gire la perilla **DIAL** hasta que el visor muestre 5:30.
6. Presione **INICIO**.

Ejemplo:
Para cocinar alimentos a una potencia sobre 80% por 5 min 30 seg.

El horno trae fijada 5 niveles de potencia, incorporadas para una mejor comodidad. Para iniciar la potencia, presione la tecla POTENCIA MICRO.

La potencia alta está disponible automáticamente cuando usted selecciona la potencia. Continúe presionando la tecla POTENCIA MICRO para seleccionar las diferentes potencias.

Tabla De Niveles De Potencia En Microonda

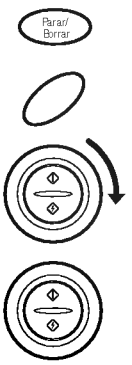
Nidel de Potencia	Salida (en Watts)	Usos
ALTA	100%	• Herbvir agua • Carne picada • Cocinar vegetales y frutas frescas • Cocinar pollo y pescado • Platos preparados • Alimentos precocidos. • Saltar cebollas, cereales y pimiento verde.
MEDIANAMENTE ALTA	80%	• Todos los recalentamientos • Rostizar carne y pollos • Cocinar mariscos y hongos • Cocinar alimentos el cual contienen queso y huevo.
MEDIA	60%	• Hornear queques y pastelitos • Preparar huevos. • Cocinar carne y pollos • Cocinar flanes • Preparar arroz y sopas
DESCONGELADO MEDIANO	40%	• Todos lo que se derrite • Mantequilla y chocolate • Cocinar trozos de carne
BAJO / TIBIO	20%	• Suavizar mantequilla y queso • Suavizar helados • Levantar levaduras.

Descongelado Automático por Peso

Función	Categoría	Peso límite	Utencilios	Temp. alimento	Instrucciones
Desconge lación Automático Por peso	1. Carne	0.1 a 4.0 kg.	Plato bajo	Congelado	Durante el proceso de descongelado el horno hará sonar BEEP, para girar el alimento.
	2. Aves	0.1 a 4.0 kg.	Plato bajo		Durante el proceso de descongelado el horno hará sonar BEEP, para girar el alimento.
	3. Pan	0.1 a 0.5 kg.	Plato bajo o toalla nova.		Durante el proceso de descongelado el horno hará sonar BEEP, para girar el alimento.

Descongelado 1; Carne

1. Asegúrese del peso del alimento congelado y colóquelo en el horno.



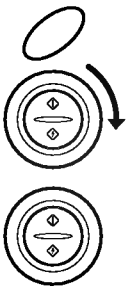
2. Presione **PARAR/BORRAR.**
3. Presione **DESCONGELAR** una vez para seleccionar el programa de descongelamiento.
4. Gire la perilla **DIAL** hasta que el visor muestre 0.4 kg.
5. Presione **INICIO.**

Ejemplo:
Para descongelar carne de 0.4 kg de peso.
Su horno controla automáticamente diferentes controles de potencia durante el ciclo de descongelado. Programe fijando el peso del alimento. (carne, pollo o pan) seleccionado la función de Descongelación Automática Por Peso.

NOTA:
1. Este horno puede descongelar de 0.1 kg a 4.0 kg.
2. La cantidad básica es 0.1 kg.

Descongelación 2; Aves

1. Realice los pasos 1 y 2 descritos arriba (en Descongelado 1)



2. Presione dos veces **DESCONGELAR** para seleccionar el programa de descongelación de Aves.
3. Gire la perilla **DIAL** hasta que el visor muestre 1.4 kg.
4. Presione **INICIO.**

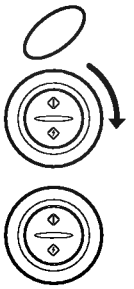
Ejemplo:
Para descongelar un Aves de 1.4 kg de peso.

NOTA:
1. Este horno puede descongelar desde 0.1 kg hasta 4.0 kg.
2. La cantidad básica de descongelado es 0.1 kg.

- El horno puede ser programado para aceptar 1 etapa ó 1 y 2 etapas de cocción dadas después del descongelado. Sin embargo como la temperatura y densidad varía según el alimento, podemos recomendar que se revisen los alimentos antes de comenzar la cocción. Especialmente cuando se junta carne y Aves.
- El horno hará sonar beeps durante el ciclo de descongelado. En ese instante, abra la puerta y gire los alimentos, sepárelos y reordénelos. Saque alguna porción que esté derretida. Pulse INICIO para reanudar el ciclo de descongelación. El horno no dejará de sonar el beep , a menos que la puerta sea abierta.

Descongelado 3; Pan

1. Repita los pasos 1 y 2 del "descongelado 1". mencionado anteriormente.



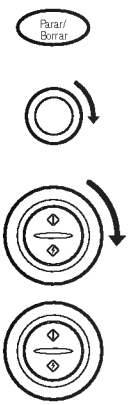
2. Presione 3 veces **DESCONGELAR** para seleccionar el programa descongelar pan.
3. Gire la perilla **DIAL** hasta que er el visor muestre 0.3 kg.
4. Presione **INICIO.**

Ejemplo:
Para descongelar 0.3 kg de pan.

El programa pan es adecuado para descongelar pequeños pedazos, tales como lonjas de pan o rollitos.
Estos requieren detener el tiempo para ver el centro y sacar el que esté listo.

NOTA:
Este horno puede descongelar de 0.1 a 0.5 kg. de pan.

Cocción Automática



1. Presione **PARAR/BORRAR.**
2. Gire la perilla **VOLUMEN** hasta que en visor aparezca AC-6.
3. Gire la perilla **DIAL** hasta que en el visor muestre 0.4 kg.
4. Presione **INICIO.**

Ejemplo:
Para cocinar pizza fría.

La cocción automática permite preparar mejor sus alimentos favoritos seleccionando el tipo de alimento, y girando el DIAL al peso del alimento.

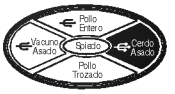
Programando Cocción Automática

Función	Categoria	Peso límite	Utensilios	Temp. Alimentos	Instrucciones
Cocción en Micro	1. Papas con cáscara	0.1 a 1.0 kg	Toalla Nova	Ambiente	Pinche las papas varias veces con un tenedor. Después de cocinala repóselas por 5 min. Cúbralas con un papel.
	2. Vegetales frescos	0.2 a 0.8 kg	Caserola	Ambiente	Coloque en el microonda un bowl o caserola. Agreque 30cc de agua por cada 0.2 kg. Cúbrala con plástico de envolver. Déjela reposar cubierta por 2 a 3 minutos.
	3. Vegetales congelados	0.2 a 0.8 kg	Caserola	Congelados	Coloque en el microonda un bowl o caserola. Cúbrala con plástico de envolver. Déjela reposar cubierta por 2 a 3 minutos.
	4. Arroz/ pastas	0.1 a 0.3 kg	Caserola	Arroz seco + Agua hervida	Coloque arroz y el agua hervida con $^1/_4$ de cucharada de sal en el fondo de la cacerola. No cubrir. Cuando el beep suene, esparzalo colóquelo en el horno y presione INICIO. • Después de cocer arroz, esparzalo y déjelo reposar por 5 a 10 min cubierto. • Cocinar pastas, enjuaguela con agua fría. • Pasta y arroz ..... *Agua 100 g ..... 300 ml 200 g ..... 600 ml 300 g ..... 900 ml
Cocción en Combi	5. Pizza congelada	0.1 a 0.5 kg	Parrilla del grill	Congelada	Esta función es para hornear la pizza congelada. Saca el envoltorio y colocarla en la parrilla del grill. Después de cocinar,déjela reposar por 2 a 3 min.
	6. Pizza Fría	0.1 a 0.4 kg	Parrilla del grill	Refrigerada	Esta función es para recalentar la pizza.Colóquela sobre el rack. Después de cocerla, reposela por 1 a 2 min.
	7. Grantín	0.5 a 1.2 kg	Pyrex oplato de grantín	Ambiente	Use esta característica para grantinar en casa. Después de cocinar reposela por 3 a 5 min. Ejemplos: **Papas gratinadas** 400 gs depapas 2/3 de cuchara de mantequilla 3/4 anadas de jamón 1/2 cucharadas de pan rallado 100 gs de cebolla en rebanadas finas 350 g de salsa blanca 100 gs. De queso mozzarella Pizca de sal, pimienta. **Salsa Blanca** 3 cucharadas de mantequilla, 5 cucharadas de maicena, 2 $^1/_2$ tazas de leche. Coloque la mantequilla en todo el bowl, Coloquelo en el horno hasta que se derrita. Agregue la maicena y hornee por 2 min a potencia alta. Agregue leche, sal y pimienta. Hornee a potencia alta por 15 min. Durante la cocción esparza 2 a 3 veces. Hacer 100 gs. Metodo 1. Asar papas con la fucnión Papas Jacket 2. Saque la cáscara y cortelas en rodajas delgadas 3. Agregue condimentos 4. Conblne la cebolla y la mantequilla en un bowi y cúbrala. 5. Cocción 4; al microonda por 2 min hasta que la cebolla se cocine. 6. Coloque la salsa blanca, papas, cebollas y jamón en un plato. 7. Esparzale queso mozzarella, trozos de mantequilla. 8. Coloquelo por 7 min sobre la bandeja, (no cubrir)
	8. Papas fritas	0.2 a 0.4 kg	Pyrex oplato de grantín	Congelada	Esparsa las papas en el plato dei microondas. Cuando suene el bip, voltee la comida. Para mejores resultado cocine una sola capa. Después de cocinar, remueva del horno y deje reposar de 3-5 minutos.

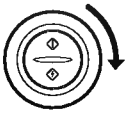
Rostizado Automático



1. Presione **PARAR/BORRAR.**



2. Presione **CERDO ASADO.**



3. Gire la perilla **DIAL** hasta que el visor muestre 0.7 kg.

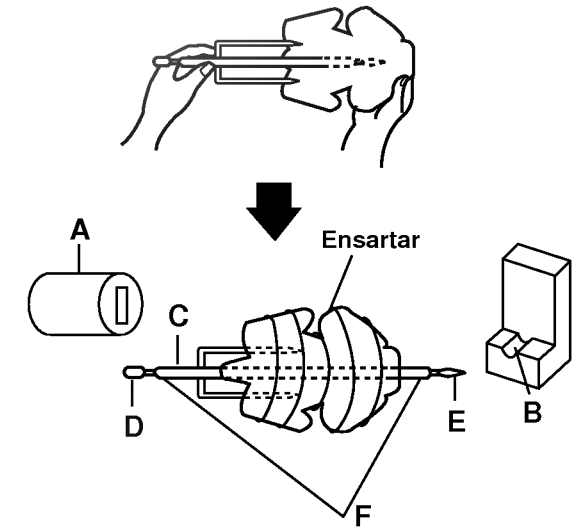


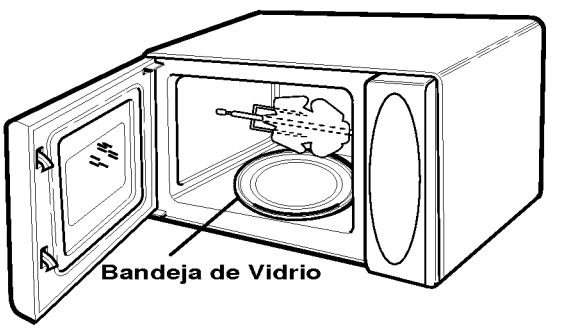
4. Presione **INICIO.**

Ejemplo:
Para cocinar 0.7 kg de cerdo rostizado.

Función	Categoría	Peso límite	Utensilios	Temp del Alimento	Instrucciones
Rostizado Automático	1. Vacuno Asado	0.5 a 1.5 kg	Barra rostizadora	Refrigerado	Inserte el bistec en la barra rostizadora, untela con margarina o mantequilla. Si es necesario, ate el bistec en la barra rostizadora. Coloque un plato con un poco de agua sobre la bandeja para recibir las gotas. Después de cocinar. Repóselo por 10 min. Cubierto con apel aluminio.
	2. Cerdo Asado	0.5 a 1.5 kg	Barra rostizadora	Refrigerado	Inserte el cerdo en la barra rostizadora, untela con margarina o mantequilla. Si es necesario, ate el bistec en la barra rostizadora. Coloque un plato con un poco de agua sobre la bandeia para recibir las gotas. Después de cocinar. Repóselo por 10 min. Cubierto con apel aluminio.
	3. Pollo Entero	0.8 a 1.3 kg	Barra rostizadora	Refrigerado	Inserte el pollo en la barra rostizadora, úntela con margarina o mantequilla. Si es necesario , ate el bistec en la barra rostizadora. Coloque un plato con un poco de agua sobre la bandeja para recibir las gotas. Después de cocinar. Repéselo por 10 min. Cubierto con papel aluminio.
	4. Pollo Trozado	0.2 a 0.8 kg	En parrila	Refrigerado	Lave las porciones de muslo. Ordene las porciones delgadas hacia el centro de la parrilla. Untelas con mantequilla y sazónelas. Cuando suene el BEEP, gírelas inmediatamente. Después de cocer,déjelas reposar por 2 a 3 minutos.

Cocinado Pollo usando el Rostizador.





1. Coloque el pollo totalmente descongelado, atravesándolo por el centro con barra rostizadora. Ateto Si es necesano a la barra.

NOTA: ES MUY IMPORTANTE QUE EL POLLO ESTE COMPLETAMENTE DESCONGELADO ANTES DE COCINARLO, DE ESTA MANERA LOS RESULTADOS SON OPTIMOS.

2. Inserte un extremo de la barra (D) en la abertura (A) ubicada en el lado izquierdo de la pared del horno. Empujela la barra en el interior suavemente hasta que calce en la posición (A).

3. El otro extremo de la barra (E) sobre la ahuecadura (B) del lado derecho del horno.

4. No saque la bandeja de vidrio del horno, para recibir el goteo.

5. Después cierre la puerta, presione PARAR/BORRAR seguidamente del botón POLLO ENTERO. Ahora la perilla DIAL para fijar el peso del pollo. Presione INICIO.

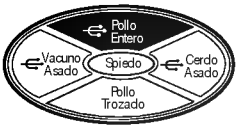
6. Después de cocinado, mantenga la barra rostizadora a ambas lados (F) con la mano (G) levántelo en forma derecha y suave, y sáquelo del terminal del lado derecho.

NOTA:

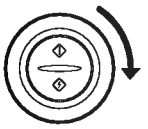
1. El cocinar con rostizador es conveniente para came y polio. Toda la superficie de los alimentos comenzara a dorarse sin voltearse.

2. La cocción en rostizado puede ser usada en modo microonda, modo combinación, modo grill y coccion automática.

3. La barra rostizadora se usa solamente para rostizar. Después de que el rostizado finalizó, saque la barra y almacénela con los accesorios.



Presione **POLLO ENTERO.**



Gire la **DIAL** al peso deseado.



Presione **INICIO.**

PRECAUCION:

1. DESPUÉS DE COCINAR LA BANDEJA DE VIDRIO ESTARÁ EXTREMADAMENTE CALIENTE.

2. Se recomienda sacar la grasa de la bandeja, y de los lados del horno. La grasa caliente puede causar humo.

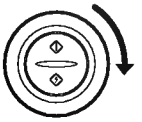
MAS Y MENOS



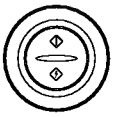
1. Presione **PARAR/BORRAR.**



2. Gire la perilla **VOLUMEN** para Seleccionar el programa de cocción automática.



3. Gire la perilla **DIAL** al peso deseado.



4. Presione **INICIO.**

Para Fijar MAS



5. Presione MAS durante el periodo de cocción.
   (este aumentará 1 minuto)

Para Fijar MENOS



6. Presione MENOS durante el tiempo de cocción.(este disminuirá en 1 minuto)

Ejemplo:
Para prolongar el tiempo de cocción automática.

Usando las teclas Más o Menos, todos los programas de cocción pueden ser ajustados para alargar o acortar el tiempo de cocción.

Si a usted le satisface los resultados con el tiempo programado. No necesitará usar las teclas Más y Menos.

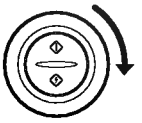
COCINADO CON GRILL



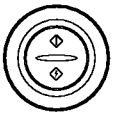
1. Presione **PARAR/BORRAR.**



2. Presione dos veces **GRILL.**



3. Gire la perilla **DIAL** al peso deseado.



4. Presione **INICIO.**

La parrilla del grill deberá ser usada durante la cocción con grill.

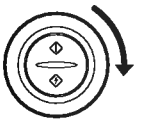
Cocción por Combinación



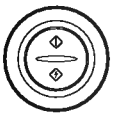
1. Presione **PARAR/BORRAR.**



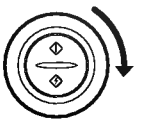
2. Presione tres veces **COMBI** para seleccionar cocción por combinación.



3. Girar la perilla **DIAL** hasta que el visor muestre Co-2.



4. Presione la tecla **INICIO** para seleccionar los tiempos de cocción.



5. Gire la perilla **DIAL** hasta que el visor muestre 30:00.



6. Presione **INICIO.**

NOTA:

1. En la cocción COMBI-1, cuando la cocción finaliza o para, el grill calentador se moverá hacia abajo.
2. En la cocción COMBI 2 y 3, cuando la cocción finaliza, el grill permanece en la misma posición.
3. En la cocción COMBI 2 y 3, cuando la cocción finaliza y la puerta se abre, usted tiene que remover el alimento antes y cerrar la puerta.
4. Tabla de combinación.

Modo Combinación	**1**	**2**	**3**
Nivel de potencia micro	20 %	40 %	60 %
Posición grill	Bajo	Alto	Alto
Utensilio	Parrilla	Barra Rostizadora	Barra Rostizadora

Procedimientos Generales Para Cocinar Carnes

PRECAUCION: No use papel aluminio durante el ciclo de cocción.

1. No requiere de técnicas especiales.El asado deberá ser preparado y sazonado (si lo desea) por cualquier método tradicional. La carne deberá descongelarse completamente antes de cocinarla.
2. Coloque la carne en el rack asador del microondas o en un plato y coloque sobre el plato giratorio.
3. Cocinelo de acuerdo a la carta de cocción usando tiempos largos para cuartos de pequeñas mezclas y tiempos cortos de mezclas grandes.
4. Gire la carne por mas de una vez durante el tiempo de cocción.
5. Repósela por 5 a 10 min. envuelta con papel aluminio después de cocinar. El tiempo de reposo es muy importante para finalizar el período de cocción.
6. Pruebe que la carne (especialmente la de cerdo) esté bien cocida antes de comer.

CARTA PARA COCINAR CARNE EN MICROONDAS

CORTES	TIEMPOS DE COCCION POR 454 gr. (1 libra)	POTENCIA DE MICROONDAS
Lomo/Plateada-Poco asada	8 1/2 a 9 min	M-ALTO (80%)
-Mediano	9 a 10 min	M-ALTO (80%)
-Bien asado	11 a 12 1/2 min	M-ALTO (80%)
Hamburguesas	7 a 9 min	MIDIO (60%)
Asado a la cacerola	6 a 8 min	M-ALTO (80%)
Salchichas 2	2 a 3 min	ALTO
4	4 a 5 min	ALTO
8	5 a 7 min	ALTO
Cordero		
Pierna, filete, espaldilla	13 a 16 min	M-ALTO (80%)
Cerdo		
Lonjas, pierna	12 a 15 min	M-ALTO (80%)
lomo	1 min aprox por trozo	ALTO

NOTA: Los tiempos de arriba deberán ser respetadas como una guía solamente permiten sabores individuales y preferencias. Los tiempos pueden variar debido al corte y composición de la carne.

Procedimientos Generales Para Cocinar Aves

PRECAUCION: No use papel aluminio durante el ciclo de cocción.

1. No requiere técnicas especiales. El pollo deberá ser preparado tal como cualquier método convencional. Sazone si lo desea.
2. El pollo deberá estar completamente descongelado, asegurando menudencias y que cualquier metal sea removido.
3. Pinche el pellejo y cepille ligeramente con aceite vegetal.
4. Todo el pollo deberá estar colocado en el rack del asador microonda o en un plato de horno y colocado en la bandeja giratoria.
5. Cocine de acuerdo a las instrucciones, en el carta de cocción girando el ave a través del tiempo de cocción. Particularmente el pollo, porque por su contextura tiene tendencia a cocinarse desigualmente, especialmente en las partes muy gorditas. Girando el ave durante el rostizado ayuda estas áreas a cocerse uniformemente.

NOTA: Si el ave entera esta estofada, el peso del ave estofada deberá ser hecho calculando el tiempo de cocción.

6. Repose por 5 a 10 min, envuelvalo en papel estañado después de cocer antes pinchelo. El tiempo de reposo es muy importante para finalizar el período de cocción.

Procedimientos Generales Para Cocinar Aves

7. Asegúrese que el ave este completamente cocinada antes de comer. El ave entera esta cocida cuando el corre jugo claro desde el interior al pinchar una trozo con el tenedor. Los trozos de pollo deberán ser pinchados con el tenedor sobre todo las partes gruesas para asegurarse que el jugo este claro y firme.

CARTA DE COCCION DE AVES EN MICROONDAS

AVES	TIEMPO DE COCCION POR 454 g (1 libra)	POTENCIA DE MICROONDAS
Pollos		
Entero	9 1/2 a 12 min	M-ALTO (80%)
Pechuga	8 a 10 min	M-ALTO (80%)
Trozado	9 a 11 min	M-ALTO (80%)
Codorniz		
Entera	8 1/2 a 11 1/2 min	M-ALTO (80%)

NOTA: Los tiempos de arriba deberán ser respetados como una guía solamente permite su individual preferencia. Los tiempos pueden variar debido a la forma y composición de los alimentos.

Procedimientos Generales Para Cocinar Pescado

PRECAUCION: No use papel estañado durante el ciclo de cocción.

1. Ordene el pescado en una fuente larga no metálica o cacerola.
2. Cubra con pedazos de plástico para microondas o cacerola tapada.
3. Coloque el plato sobre la bandeja giratoria.
4. Cocine de acuerdo a las instrucciones de la carta de cocimiento. Puede agregar escamas de mantequilla en el pescado si lo desea.
5. Repóselo según indicaciones de la carta antes de servirlo.
6. Luego del tiempo de reposo asegúrese que el pescado este completamente cocido. El pescado estará opaco y fácil de cortar.

CARTA DE COCCION DE PESCADO FRESCO EN MICROONDAS

pescado	tiempo de coccion POR 454 g (1 lb)	seleccion	Metodo	reposo
			Agregar leche:	
Filetes de pescado	4 a 6 min	ALTO	1-2 cucharaditas	2-3 min
Bacalao	5 a 7 min	ALTO	1-2 cucharaditas	3-4 min
Filetes de lenguado	2 1/2 a 4 min	ALTO	1-2 cucharaditas	2-3 min
Lenguas de paloma	4 a 6 min	ALTO	1-2 cucharaditas	2-3 min
Mariscos enteros, Limpios y preparados	4 a 6 min	ALTO	—	3-4 min
Truchas enteras, Limpias y preparadas	5 a 7 min	ALTO	—	3-4 min
Bistec de salmón	5 a 6 min	ALTO	1-2 cucharaditas	3-4 min

Tabla de Vegetales Frescos

Vegetable	Cantidad	Tiempo de Cocción ALTO	Instrucciones	Tiempo de Resposo
Alcachofa (8 oz, cada una)	2 medianas 4 medianas	6-8 11-13	Cortar. Añada 2 cucharaditas de agua y 2 cucharaditas. de jugo. Cubra.	2-3 minutos
Espárragos, Fescos	1 lb.	7-9	Añada 2 cucharadas de agua. Cubra.	2-3 minutos
Frijoles, verdes, y amarillos	1 lb.	10-11	Añada 2 cucharadas de agua en una cacerola de 1-qt., Revuelva en la mitad del tiempo de cocción.	2-3 minutos
Remolacha, fresca	1 lb.	17-20	Añada 1/4 de taza de agua en una cacerola de 1-qt, cubierta. Vuelva a arreglar en la mitad del tiempode cocción.	2-3 minutos
Brócoli, fresco**	1 lb.	6-8	Coloque el brócoli en el plato de hornear. Añada dos cucharadas de agua.	2-3 minutos
Col o repollo picado	1 lb.	7-9	Añada 1/4 taza de agua en una cacerola de 1 qt., cubierta. Revuelava en la mitad del tiempo de cocción.	2-3 minutos
Zanahorias, frescas, rebanadas Zanahoria	2 tazas	6-8	Añada dos cucharadas de agua en una cacerola de 1 1/2 qt., cubierta. Revuelva Pelar, en la mitad del tiempo de cocción.	2-3 minutos
Coliflor, fresco, enteros.	1 lb.	7-9	Corte. Añada dos cucharadas de agua en una cacerola de 1 qt., cubierta. Revuelva en la mitad del timpo de cocción.	2-3 minutos
Apilo fresco con florecitas, rebanado	2 tazas 4 tazas	5-6	Rebane. Añada dos cucharadas de agua en una cacerloa de 1 qt. Revuelva en la mitad del tiempo de cocción.	2-3 minutos
Maiz, fresco	2 orejas	9-12	Pele. Añada dos cucharadas de agua en una fuente de hornear de hornear de tamaño de 1 qt. Cubta.	2-3 minutos
Hongos, frescos, rebanads	1/2 lb.	4-5	Coloque los hongos en una cacerola de un 1 qt., cubierta Revuelva a mitad del tiempo de cocción.	2-3 minutos
Chívíría, fresca, rebanada	1 lb.	6-8	Añada dos cucharadas de agua en una cacerola de 1 qt., cubíerta. Revuelva en la mitad del tiempo de cocción.	2-3 minutos
Guisantes verdes frescos	4 tazas	6-8	Añada dos cucharadas de agua en una cacerola de 1 qt., cubíerta. Revuelva en la mitad del tiempo de cocción.	2-3 minutos
Papas, dulces, enteras (6-8 oz. cada una)	2 medianes 4 medianes	6-8 8-10	Pinche las papas varias veces con un tenedor. Coloque en dos hojas de papel talla. Déle la vuelta en la mitad del tiempo de cocción.	2-3 minutos
Papas, blancas, enteras para hornear (6-8 oz. cada una)	2 papas 4 papas	7-9 12-14	Pinche las papas varias veces con un tenedor. Coloque en dos hojas de papel talla. Déle la vuelta en la mitad del tiempo de cocción.	2-3 minutos
Espínaca, fresca, hoja	1 lb.	6-8	Añada dos cucharadas de agua en una cacerola de 1 qt., cubíerta.	2-3 minutos
Calabaza, bellota, fresca	1 mediana	8-10	Corte la calabaza por la mitad. Remueva la semilla. Colóquela en una fuente de hornear de 8x8 plgs. Cubra.	2-3 minutos
Calabacin, fresco, rebanado	1 lb.	7-10	Añada dos cucharadas en una cacerola de 1 qt., cubíerta. Revuelva en la mitad del tiempo del tiempo de cocción.	2-3 minutos
Calabacin, fresco, entero	1 lb.	8-9	Pinche. Colóquelo en dos hojas de papel tolla. Déie la vuelta al calabacin y vuelva a arreglarlo en la mitad del tiempo de cocción.	2-3 minutos

Guías Generales

1. Recorte los excesos de grasas de las carnes. Asegúrese de que las cortaduras no enrosquen la carne.
2. Use solamente utensilios resistentes al calor en su microondas
3. Cubra los alimentos con papel mantequilla o plástico durante el tiempo de microondas
4. Después saque la cubierta y drene el jugo.

Alimentos	Cantidad	Tpo. de Cocción y Potencia	Tiempo de Dorado	Método
Res				
Hamburguesas 60 gms c/u de 1/2 puig, delagado	2 porciones 3 porciones	2-3 min, ALTA 4-5 min, ALTA	6-8 min 8-10 min	Gírelas durante el homeado. Escúrralas después de cocidas Colóquelas directamente sobre la bandeja de vidrio.
Bistec de lomo 240 gms, 3/4 clu delgado	1 a 2	2 a 5 min, 80%	15-17 min	Gírelas a medida que pasa la cocción Escúrralas después del homeado y úntelas con mantequilla antes de dorarlas. Colóquelas sobre la parrilla.
Filete de lomo 240 gms, 1 clu delgado	2 delgado 2 medianos 2 gruesos	3-4 min, 80% 4-6 min, 80% 6-8 min, 80%	15-17 min 15-17 min 15-17 min	Gírelas a medida que se cocinan Igual que las anteriores.
Cordero Chuletas de cordero 1 c/u delgada	450-700 gr	6-8 min, 80%	15-17 min	Igual que arriba
Ternera Lonjas chuletas 240gms, 1/2 a 3/4 c/u delgadas	1 a 2	5-7 min, 80%	15-17 min	Igual que arriba
Cerdo Chuletas de cerdo 240 gms, 1/2 a 3/4 c/u delgadas	1 a 2	5-7 min, 80%	15-17 min	Igual que arriba
Lonjas precocidas de jamón	450-700 gr	5-7 min, 80%	14-17 min	Untelas con miel o azúcar rubia antes de colocarlas al microondas. Gírelas a mediados de su cocción. Escúrralas y úntela miel. Colóquela directamente sobre la parrilla. Gírelas a medida que se dore.

Cocinado y Dorando

Alimentos	Cantidad	Tpo. de Cocción y Potencia	Tiempo de Dorado	Método
Cerdo				
Salchichas frescas	2-4 porciones	2-4 min, ALTA	6-9 min	Agregar 2 cucharadas de agua y cubrinas con plástico.
Choricillos frescos	4-6 porciones	4-6 min, ALTA	6-9 min	Girarias durante la cocción. Escurrir y colocarlas directamente a la parrilla para dorar.
Cortes o lonjas precocidas	2-4 porciones 4-6 porciones 6-8 porciones	3/4-1 min, ALTA 1-2 min, ALTA 3-4 min, ALTA	6-9 min 6-9 min 6-9 min	Use el plato del microonda y no cubrir. Gírelas a mediados de su cocción. Escúrralas, Colóquela directamente sobre la parrilla. Gírelas a medida que se dore.
Pollos				
Porciones de pollo	1/2 Kg	5-7 min,ALTA	9-13 min	Ordene el pollo, la piel hacia arriba, plato alto, cubrirlo con papel mantequilla. Después escúrralo, úntelo con mantequilla y colóquelo directamente sobre la parrilla para dorar. No cubrir. Girarlo a medida que se dora.
Pescado				
Filetes delgados	1/2 Kg	3-4 min, ALTA	8-12 min	Ordene el pescado, plato alto, cubrirlo con papel mantequilla. Después escúrralo, úntelo con mantequilla y colóquelo directamente sobre la parrilla para dorar.
Trozos frescos	1 kg	3-7 min, ALTA	14-15 min	Ordene el pescado, plato alto, cubrirlo con papel mantequilla. Girelos a medida de su cocción. Después escúrralo, úntelo con mantequilla y colóquelo directamente sobre la parrilla para dorar
Pescado entero	250-300 gr 675-900 gr	4-6 min, 80% 6-8 min, 80%	10-14 min 10-14 min	Igual que el anterior

Guías Generales

1. El método de combinación permite que usted tome los beneficios del espiedo retiene la humedad sobre la cocción por microondas, un dorado crujiente y totalmente seco.
2. Use solamente utencilios resistentes al calor del microonda.

Alimentos	Cantidad	Modo de Coccíon	Tiempo de Combinacíon	Método
Res				
Hamburguesas 4oz c/u de 1/2 pulg, delgado	2porciones 4porciones	Co-1	16-19 min 20-25 min	Ordénelas en un plato resistente al calor. Escúrralas y gírelas a medida que pasa la cocción
Rabadilla rollos	0.5 a 1.2 kg	Co-3	27-31 min por kg. POCO COCIDO 33-37 min kg MEDIANO 37-41 min kg BIEN COCIDO	Coloque el lado graso hacia abajo y asegure el calor del rack. Agregue sazón si lo desea y coloquela sobre la bandeja. Cuando estén listas, sáquelas. Cúbralas con papel aluminio y déjelas reposar por 15 minutos.
Cordero				
Asado de cordero Arrollado, deshuezado	0.5 - 1.2 kg	Co-3	28-32 min por kg. POCO COCIDO 33-37 min kg MEDIANO 38-42 min kg BIEN COCIDO	Coloque el lado graso hacia abajo y asegure el calor del rack. Unte el cordero con aderezos. Después de sáquelo del horno y déjelo reposar cubierto con papel aluminio por 15 min.
Cerdo				
Chuletas de cerdo	2 chuletas de (230 gr c/u)	Co-1	29-35 min	Untelas con la sazón preferida y colóquelas directamente sobre la parrilla giratoria.
	4 chuletas de (230 gr du)	Co-1	40-46 min	Cocínelas hasta el punto interno de 170°F de temperatura. Gírelas a mediados de su cocción. Sáquelas y déjelas reposar cubierta por 5 min.

Cocinado Por Combinacion

Alimentos	Cantidad	Modo de Coccíon	Tpo. de Cocción Combinada	Método
Cerdo Lomo, rollos, deshuesado	0.5 - 1.3 kg	Co-3	32-38 min por kg	Coloque el lado graso hacia abajo sobre el microonda y asegure el calor del rack. Agregue sazón y colóquelo sobre la bandeja. Cuando está listo sáquelo y dájelo reposar cubierto por 15 min.
Pollo Pechuga deshuesada	Media pechuga (200 gr) Pechuga entera (300-400 gr)	Co-1	18-21 min 23-28 min	Lave y seque el pollo. Saque la piel y coloque las porciones delgadas hacia fuera sobre el microondas. Coloque la parrilla sobre la bandeja.Unte con mantequilla y sazone silo desea. Ordenelas a mediados de la cocción. Cocine hasta que el jugo escurra claro. Sáquelo y déjelo reposar cubierto por 3 a 5min.
Desmenuzado	1-1.3kg	Co-1	24-29 min	Lave y seque el pollo, Ordene las piezas colocando las partes delgadas hacia fuera. Unte con mantequilla. Colóquela sobre la parrilla de la bandeja. Reordene a mediados de la cocción. Cocine hasta que el jugo escurra claro. Saquela y cúbrala bejándola reposar por 3-5 min.
Pollo entero	0.8 - 1.3 kg	Co-3	35-43 min	Lave el pollo. Coloque la pechuga hacia abajo. Unte con mantequilla y sazone si lo desea. Colóquelo sobre la bandeja. Escurra y gírelo a mediados de la cocción. Cocínelo hasta que el jugo escurra claro. Sáquelo y cubierto déjelo reposar por 10 min. (Cuando este listo la temperatura será de 185°F.)
Codorniz Codorniz entera (500 a 700 gr)	2 enteras	Co-3	25 a 35 min	Lave y seque el ave. Áte las alas al cuerpo y las piernas átelas. Colóquelas con las pechugas hacia amba. Unte con mantequilla y sazone silo desea. Colóquela sobre el plato giratorio. Grelas, descarte el goteo y resguarde las partes deshuesadas con papel a medida que se cocine. Cocine hasta que el jugo escurra claro. Sáquelo del horno y cubralo dejándolo reposar por 5 min. (la temperatura será de 185°F.)

Cocinado Por Combinacion

Alimentos	Cantidad	Modo de Coccíon	Tpo. de Cocción Combinada	Método
Pavo Pechugas deshuesadas	1.0 a 1.3 kg	Co-3	25-32 min por kg	Coloque las pechugas de pavo sobre el microondas. Unte con mantequilla y sazón si lo desea. Colóquelo sobre el rack de la bandeja. Cocine hasta que el jugo escurra claro. Sáquelo del horno y déjelo reposar cubierto por 10 minutos. La temperatura deberá ser de 185°F antes de servirlo)
Salchicha Delgada	230 gr	Co-1	13-18 min	Colóquelas directamente sobre el rack. Girelas a medida que se cocinen.
Papas asadas	500 gr	Co-2	4-6 min por 0.1 kg	Esparza cada papa en varios lugares. Colóquelas sobre el rack. Girelas a mediados de la cocción.

Otras Instrucciones de Ayuda

Para Mejores Resultados:

1. Cuando determino el tiempo para un alimento en particular, comience usando el mínimo de tiempo y revise ocasionalmente para arreglar. Es fácil de sobrecocer los alimentos porque las microondas cuecen muy rápido.
2. Pequeñas cantidades de alimento o comidas con poco contenido de agua muy secas externamente y duras se cocinan por mas tiempo.
3. No use el horno para secar paños de cocina o productos de papel. Ellos pueden arder.
4. Quiebre los huevos antes de cocinarlos en el microondas.
5. Para alimentos tales como manzanas, papas, yema de huevo, hígados de pollo etc, asegúrese sacar el pellejo o membrana para prevenir reventones mientras se cocinan en el microondas.

Descongelamiento de Alimentos

1. Los alimentos que han sido congelados pueden ser colocados directamente en el horno para deshielo. Asegurándose de sacarle las partes metálicas.
2. El descongelado de acuerdo a la guía de descongelacion de este manual.
3. Partes de los alimentos se deshielan mas rápidos que otros, protéjalos si es necesario.
4. Algunos alimentos deberán ser completamente cubiertos antes de cocinar. Por ejemplo, el pescado se cocina tan rápido que esta algunas veces comenzando la cocción mientras se descongela.
5. Puede ser necesario aumentar o disminuir el tiempo de cocción en algunas recetas, dependiendo de la temperatura inicial de los alimentos.

NOTA:

El viento de la aberturas puede ser caliente durante la cocción, esto es normal.

Dorando:

Hay unos pocos alimentos el cual no son cocinados lo suficiente en el horno microondas para dorarse, y muchos necesitan color adicional.
Rostizar, pollo o pernil, cocinados por 10 minutos o mas se dorarán mejor sin aditivos extras.

Utencilios de Cocina:

1. Vidrio térmico, cerámicas de vidrio y resistentes al calor, son excelentes utensilios.
2. Servilletas de papel, toallas, platos, copas y cartón son utensilios convenientes. Algunos productos de papel reciclado pueden contener impurezas el cual pueden causar arcos o fuego cuando se usan en el horno microonda.
3. Algunos platos plásticos, recipientes tazas y envoltorios pueden ser usados en el horno microondas. Siga las instrucciones de fabricación o información dada en la guía de cocción cuando use plásticos en su microonda.
4. Utensilios de metal y utensilios con bordes metálicos no deben ser usados en el horno microondas.

Para Limpiar su Microondas

1. Mantenga el interior del horno limpio. Salpicaduras de alimento o derrame de líquidos en las murallas del horno y entre los selladores de la puerta. Lo mejor para limpiar lo derramado con un paño húmedo. Migajas y derrames adsorverán la energía de las microondas y alargaran los tiempos de cocción. Use un paño suave, saque las migajas que caen entre la puerta y el marco. Es importante mantener esta área limpia para asegurar el sellado hermético. Remover la grasa esparcida con un paño jabonoso enseguida enjuague y seque. Al hacerlo no use detergentes o diluyentes. La bandeja de vidrio puede ser lavada manualmente o en el lavaplatos.
2. Mantener el exterior limpio. Límpielo con agua y jabón enseguida séquelo con un paño suave o toalla de papel. Para prevenir daño en las partes operativas dentro del horno, el agua no deberá entrar en los orificios de ventilación.
   Para limpiar el panel de control, abra la puerta para prevenir accionar el horno accidentalmente y con un paño húmedo siguiendo inmediatamente con un paño seco. Presione PARAR/BORRAR después de limpiar.
3. Si acumula vapor en el interior o en el exterior de la puerta del horno, limpie el panel con paño suave. Esto puede ocurrir cuando el horno microonda esta operando bajo condiciones de alta humedad y conduce a malfuncionamiento de la unidad.
4. La puerta y el sello de la puerta deberá mantenerse limpio. Use solamente agua jabonosa, enjuague y seque rápidamente. NO USE MATERIALES ABRASIVOS TALES COMO LIMPIADORES EN POLVO O ALMOHADILLAS PLASTICAS.

Precauciones de Seguridad

1. No remueva el interior, ni lo ajuste o repare la puerta o el panel de control, o el dispositivo de seguridad ni ninguna otra parte del horno. Las reparaciones deberán ser solamente realizadas por un personal técnico calificado.
2. No ponga en funcionamiento el horno vacío. Es recomendable dejar un vaso de agua dentro cuando no lo use. El agua seguidamente adsorverá toda la energía del microonda, si el horno empieza a funcionar accidentalmente.
3. No seque ropa en el horno microonda, puede quemarse si el calor es excesivo.
4. No cocine alimentos envueltos en toalla de papel, a no menos que su libro de cocina contenga instrucciones para el alimentos que usted esta cocinando.
5. No use papel de diario en lugar de toalla de papel para cocinar.
6. No use envases cerrados. Ellos pueden calentarse demasiado y quemarse.
   No use envases de metal o cacharros que tienen partes metálicas. Siempre saque el metal. Objetos de metal en el horno hacen arcos, el cual causan severos daños.
7. No opere el horno con la puerta o la orillas frontales obstruidas por un paño de cocina o servilleta, el cual pueden causar fugas de microondas.
8. No use papeles reciclados ellos pueden contener impurezas el cual pueden causar fuego durante el cocinado.
9. No enjuague la bandeja giratoria colocándola en agua inmediatamente después de cocinar. Esto puede causar quiebre y daño.
10. Pequeñas cantidades de comida requieren tiempo de cocción corto. Si el tiempo normal asignado ellos pueden sobrecocerse y quemarse.
11. Sitúe el horno hacia el frente de la puerta esté a 8cm o mas detrás del borde de la superficie en el cual esta colocado, para evitar volteo accidental del aparato.
12. Antes de cocinar pele las papas, manzanas u otras furtas o vegetales.
13. No cocine huevos en su cascara. La presión interior rventara el huevo.
14. No intente freír trozos de grasa en el horno.
15. Quite el plástico de platos precocidos antes de cocinar. En algunos casos es posible cocinar cubriendo los alimentos con un film plástico, para calentar o cocinar, esta detallado en el libro de cocina en microonda.
16. El horno nunca debe ser usado si el sello de la puerta no esta funcionando bien.
17. Cuando son cocinados líquidos en el microondas, ellos pueden tener un sobrecalentamiento sobre su punto de ebullición sin burbujas visibles.
    Cuando el recipiente es sacado, el roce puede causar formaciones de burbujas. Un manantial de líquido caliento puede esparcirse fuera del recipiente en forma explosiva.
18. Si observa humo mantenga la puerta del horno cerrada apague o desenchufe el horno.
19. Cuando el alimento es calentado o cocido en recipientes de plástico, papel o materiales combustibles, mire el horno frecuentemente para revisar si el recipiente de alimento se esta deteriorando.

PRECAUCION: Asegúrese que los tiempos de cocción esta dados correctamente ya que la sobrecocción puede causar fuego y como consecuencia dañar el horno.

Preguntas Y Respuestas

P Que esta mal en el horno cuando la luz interior no enciende?
R Puede haber varias rezones porque la luz del horno no se enciende:
- La ampolleta se ha roto.
- La puerta no esta cerrada.

P Pasan energías de microondas a través de ventanilla de la puerta?
R Los orificios o ductos, están hechos para permitir el paso de la luz, ellos no permiten el paso de energía de microondas.

P Porque suena el "Beep" cuando una tecla del panel de control es tocada?
R El Beep suena para asegurarle que la selección esta siendo ingresada apropiadamente.

P Se daña el microonda si se opera mientras esta vacío?
R Si, Nunca lo haga funcionar vacío o sin la bandeja de vidrio.

P Porque los huevos a veces revientan?
R Cuando cocine, o fría huevos, la yema puede reventa debido a la acumulación de vapor en el interior de la membrana de la yema. Para prevenir esto, simplemente perforce la yema antes de cocinar. Nunca hornee huevos en su cascara.

P Porque es recomendado el tiempo de reposo después de la cocción en microonda?
R Después que la cocción ha finalizado, mantener los alimentos cocidos en reposo durante un tiempo. Esto reposo finaliza la cocción uniformemente de los alimentos. La cantidad de tiempo de reposo depende de la densidad del alimento.

P Es posible hacer cabritas (PALOMITAS) en el microonda?
R Si, usando uno de los 2 métodos descritos abajo:
(1) Utilizando artefactos expresamente diseñados para producir "popcorn" en hornos microondas.
(2) El popcorn especialmente preparado y empacado para ser cocinado en hornos microondas, que contengan instrucciones precisas sobre la potencia y tiempos requeridos para el efecto.
SIGA LAS INSTRUCCIONES DADAS POR CADA FABRICANTE PARA SUS PRODUCTOS Y NO SE ALEJE DEL HORNO MIENTRAS SE ESTA COCINANDO EL "POPCORN". SI OCURRIERA QUE EL MAIZ NO REVIENTA DESPUES DEL TIEMPO PREVISTO, DECONTINUE EL PROCESO U APAGUE EL HORNO "PAPAR/BORRAR" PUES EL RECOCIMIENTO DEL MAIZ PUEDE RESULTAR EN INCENDIO.

PRECAUCION: NUNCA USE BOLSAS DE PAPEL CAFE PARA REVENTAR MAIZ NUNCA INTENTE REVENTAR LOS GRANOS SOBRANTES QUE NO LLEGARON A REVENTAR.

P Porque no siempre el horno cocina tan rápido como dice la gua de cocina.
R Revise su guia de cocina nuevamente para segurarse que usted siguio correctamente las indicaciones, y ver que fuerza causó la variación en el tiempo de cocción. Los tiempos de la guia de cocina y la potencia son sugerencias, escoja ayuda para prevenir el sobrecocimiento, el problema mas común de uso obtenido por su microonda. Variaciones en el tamaño, peso y dimensiones del alimento requieren tiempos de cocción más extensos. Use su propio juicio además de las sugerencias de coción para revisar lo hecho, como lo hace con una coccion cenvencional.



LG Electronics Inc.

Nov., 2003
Printed in korea