



دفترچه راهنمای مایکرو ویو / فر / کانوکشن

لطفا پیش از استفاده این دفترچه راهنما را به دقت مطالعه کنید.

CC-4284TCR

P/No: MFL31567319

در زمان حرارت دادن مایعات مثل سوپ ، سس ها و نوشیدنی ها در مایکروویو ، حرارت دادن بالاتر از نقطه جوش می تواند باعث سر رفتن و نشت مایعات از ظروف می شوند .

به منظور جلوگیری از آن ، اقدامات زیر را انجام دهید .

۱- از ظروف صاف با گردن باریک استفاده نکنید .

۲- مایعات را بعد از رسیدن به نقطه جوش مناسب از دستگاه خارج کنید .

(مایعات نباید به حالت قلقل در دستگاه استفاده شوند .)

۳- قبل از قرار دادن مایعات در فر حتماً آنها را هم بزنید و دوباره در حین زمان پخت این کار را انجام بدهید .

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

(بویژه محتویات بطری شیر یا ظروف غذای کودک)

در موقع برداشتن ظرف مراقب باشید .



هشدار

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

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

به قفل ها دست نزنید

هیچگونه چیزی بین قسمت جلویی فر و درب نگذاشته یا نگذارید غذا یا پس مانده آن را با ماده پاک کننده از روی سطوح درز گیری جمع کنید .

اگر فر خراب است از آن استفاده نکنید . حتماً باید درهای فر به درستی بسته شوند ۱- درها خراب نباشد ، ۲- لوله ها و بست ها خراب نباشند ، ۳- قسمت های درز گیری شده گرفته دچار نقص نشده باشند .

فر باید تنها توسط تعمیرکاران متخصص و مجرب تعمیر شود .



هشدار

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

۲	اقدامات ایمنی
۳	فهرست مطالب
۴-۵	باز کردن و نصب
۶	نحوه استفاده از متعلقات
۷	تنظیم ساعت
۸	قفل کودک
۹	پخت غذا با قدرت مایکروویو
۱۰	میزان قدرت مایکروویو
۱۱	شروع به کار سریع
۱۲	پخت با گریل
۱۳	گرم کردن دستگاه با کانوکشن
۱۴	طبخ با کانوکشن
۱۵	پخت ترکیبی گریل
۱۶	پخت ترکیبی کانوکشن
۱۷	گرم نگهداشتن غذا
۱۸-۲۲	بخار پز
۲۳	یخ زدایی خودکار
۲۴	راهنمای یخ زدایی بر اساس وزن
۲۵-۲۸	پخت خودکار
۲۹-۳۰	گرم کردن مجدد خودکار
۳۱-۳۴	ترد کردن غذا
۳۵	پخت بیشتر یا کمتر
۳۶	سرهم کردن جوجه گردان
۳۷-۳۸	نصب و پخت با جوجه گردان
۳۹	راهنمای گرم کردن یا گرم کردن مجدد
۴۰	راهنمای پخت سبزی های تازه
۴۱	راهنمای پخت گریل (سرخ کن)
۴۲-۴۳	دستورالعمل های ایمنی مهم
۴۴	ظروف مایکروویو
۴۵-۴۶	مشخصات غذا و پخت مایکروویو
۴۷	سؤال و جواب
۴۸	اطلاعات سیم برق / مشخصات فنی

فر مایکروویو چگونه کار می کند؟

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

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

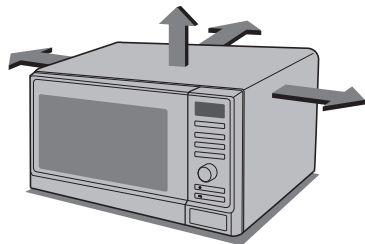
یک وسیله بسیار ایمن

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

باز کردن و نصب کردن

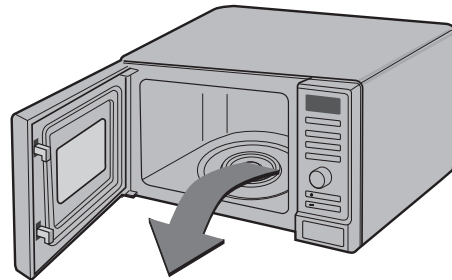
پیروی از مراحل ذکر شده در این دو صفحه شما را از کار کرد درست دستگاه مطلع می کند. لطفا در مورد محل نصب فر خود دقت لازم را بکاربرید. به هنگام باز کردن میکروویو تمامی لوازم جانبی آن را خارج کنید. مطمئن شوید که به هنگام حمل میکروویو شما آسیب ندیده است.

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



از این دستگاه نباید برای مقاصد تجاری استفاده کرد

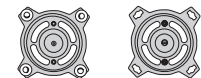
فر را از بسته بندی خارج کرده و روی یک سطح صاف قرار دهید.



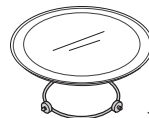
سه پایه بلند



سه پایه کوتاه



جوجه گردان



سینی شیشه ای

صفحه دوار



بخارپز

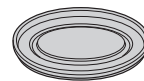
درپوش بخارپز



صفحه بخار



ظرف آب جوش
(سینی فلزی،
سینی ترد کن)



سینی فلزی



دستگیره

۳

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

۴

با فشار **DOOR OPEN**، آن را باز نموده و
حلقه دوار را داخل فر و **سینی شیشه ای** را
روی آن قرار دهید.

۵

لیوان مخصوص **مایکروویو** را با ۳۰۰
میلی لیتر آب پر کنید و در داخل **سینی**
شیشه ای قرار دهید و در فر را ببندید.
اگر در مورد نوع ظرف مصرفی شک
دارید به صفحه ۴۰ مراجعه فرمایید.



۶

دکمه **STOP** را فشار دهید سپس برای تنظیم
زمان پخت ۳۰ ثانیه ای دکمه
START را یک بار فشار
دهید. با هر بار فشار این دکمه
صدای بیپ شنیده خواهد شد. پیش از فشار
دفعه ششم این دکمه دستگاه شروع به کار
خواهد کرد؛ نگران نباشید این عادی است.



۷

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

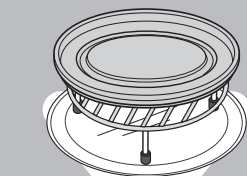
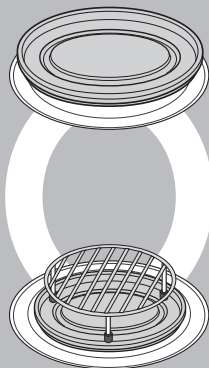


اکنون فر شما نصب و آماده به کار است.

۸

محتوی شیشه شیر کودک و غذای وی قبل از مصرف باید تکان
داده و از لحاظ دما آزمایش شود تا موجب سوختگی کودک نگردد.

نحوه استفاده از متعلقات



از دستگاه مطابق شکل استفاده
نکنید. استفاده نادرست منجر
به تولید جرقه و آسیب دستگاه
می شود.

نحوه استفاده از متعلقات

ترکیبی	هوای داغ	گرم نگهداشتن	کانوکشن	گریل	مایکروویو	
×	×	×	×	×	×	 درپوش بخارپز
×	×	×	×	×	×	 صفحه بخار
○	○	×	×	○	○	 ظرف آب جوش
×	×	×	×	×	×	 صفحه بخار + ظرف آب
×	○	×	○	×	×	 جوجه گردان
×	×	○	×	×	○	 بخارپز (کامل)
○	×	×	×	○	×	 سه پایه بلند
○	○	×	○	×	×	 سه پایه کوتاه
○	○	○	○	○	○	 سینی شیشه ای

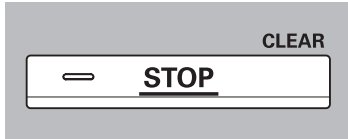
○ : قابل قبول

×

از ظروف مطابق با دفترچه راهنما استفاده کنید.

تنظیم ساعت

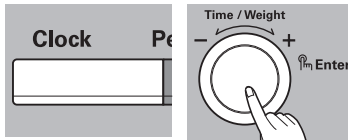
می توانید ساعت را ۱۲ ساعته یا ۲۴ ساعته تنظیم کنید.
در مثال زیر به شما تنظیم ساعت ۱۴:۳۵ را در یک دور ۲۴ ساعته نشان می دهیم.
مطمئن شوید که تمام قسمت های بسته بندی شده را باز نموده اید.



ابتدا از نصب صحیح دستگاه همانگونه که در کتاب گفته شده مطمئن شوید.

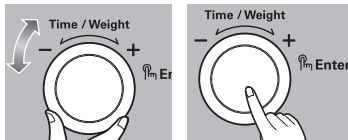
دکمه **STOP/CLEAR** را فشار دهید.

دکمه **Clock** را یک بار فشار دهید.



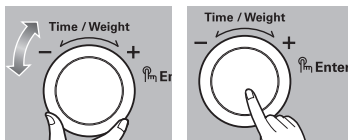
برای تغییر ساعت ۲۴ ساعته دکمه **DIAL** را فشار دهید.
(اگر می خواهید از ساعت ۱۲ ساعته استفاده کنید دکمه را یک بار دیگر فشار دهید. اگر می خواهید پس از تنظیم ساعت گزینه متفاوتی را تغییر دهید، شما باید دستگاه را از برق کشیده و دوباره متصل کنید.)

وقتی اولین بار فر را به برق می زنید یا بعد از قطع برق، دوباره روشن می شود، علامت '0' روی صفحه به نمایش در می آید. باید ساعت آن را تنظیم کنید.



گردونه **DIAL** را بچرخانید تا عبارت "14:35" نمایان شود.
برای تایید ساعت گردونه **DIAL** را فشار دهید.

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



گردونه **DIAL** را بچرخانید تا عبارت "14:00" نمایان شود.
گردونه **DIAL** را فشار دهید.
ساعت شروع به شمارش می کند.

قفل کودک



دکمه STOP/CLEAR را فشار دهید.



دکمه STOP/CLEAR را فشار داده و نگه دارید تا علامت "L" نمایان شده و صدای بیپ شنیده شود. قفل کودک اکنون فعال است.



برای لغو قفل کودک دکمه STOP/CLEAR را فشار دهید تا علامت "L" ناپدید شود. وقتی دکمه را رها می کنید صدای بیپ شنیده می شود.



دستگاه فر به منظور پیشگیری از عملکرد تصادفی دارای قابلیت ایمنی است. با تنظیم قفل کودک تمامی عملکردها غیرفعال شده و عمل پخت و پز انجام نخواهد شد. کودک شما فقط قادر به باز کردن در خواهد بود.

پخت با توان مایکرو

در نمونه زیر به شما نشان خواهیم داد که چطور غذا را با توان ۸۰٪ در عرض ۵ دقیقه و ۳۰ ثانیه بپزید.



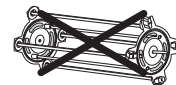
دستگاه فر دارای ۵ تنظیم توان مایکروویو است.

POWER	%	خروجی توان
HIGH MAX	100%	900W
MEDIUMHIGH	80%	720W
MEDIUM	60%	540W
DEFROST MEDIUM LOW	40%	360W (**) (88)
LOW	20%	180W

استفاده نکنید



سینی فلزی



جوجه گردان



سه پایه بلند



سه پایه کوتاه

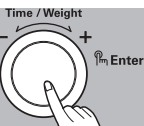
CLEAR

STOP

از این که دستگاه مطابق آنچه که در صفحات قبل ذکر شد نصب شده است اطمینان حاصل کنید.
دکمه STOP/CLEAR را فشار دهید.

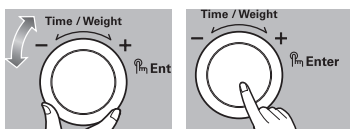
MODE

دکمه MODE را فشار دهید.



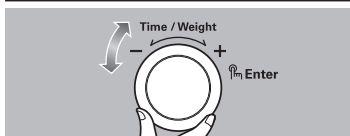
برای تایید حالت مایکرو گردونه DIAL را فشار دهید.

(وقتی دکمه MODE انتخاب شده باشد حالت مایکرو () به طور خودکار امکان پذیر خواهد بود.)



گردونه را بچرخانید تا عبارت "720" نمایان شود.

برای تایید توان گردونه DIAL را فشار دهید.



گردونه DIAL را فشار دهید تا عبارت "5:30" نمایان شود.

QUICK START

START

دکمه START را فشار دهید.

هنگام عمل پخش می توانید با چرخاندن DIAL زمان پخت را افزایش یا کاهش دهید.

دستگاه مایکروویو مجهز به ۵ سطح توان است که به شما انعطاف عملکرد بیشتر و کنترل زیادی را در هنگام پخت می دهد.

جدول زیر نمونه هایی از غذاها و سطح توان پخت پیشنهادی با استفاده از این فر مایکروویو است.



سطح توان	استفاده	سطح توان (%)	خروجی توان
HIGH	• جوش آمدن آب. • گوشت کبابی • پخت تکه های مرغ، ماهی، سبزیجات • پخت استیک	100%	900W
MEDIUM HIGH	• گرم کردن مجدد (مایعات) • گوشت و مرغ کبابی • پخت انواع قارچ و صدف • پخت غذاهای حاوی پنیر و تخم مرغ	80%	720W
MEDIUM	• گرم کردن مجدد (سیب زمینی، انواع غذا، غذاهای حاضری) • تخم مرغ آماده • درست کردن فرنی • آماده کردن برنج، سوپ	60%	540W
DEFROST/ MEDIUM LOW	• تفت همه نوع غذا • آب کردن کره و شکلات • پخت گوشت های ورقه ای خیلی نازک	40%	360W (**)
LOW	• شل کردن کره و پنیر • شل کردن بستنی • وز دادن خمیر ترش	20%	180W

شروع به کار سریع

در نمونه زیر به شما نشان خواهیم داد که چطور زمان پخت را ۲ دقیقه با توان 900W تنظیم کنید.

دکمه STOP/CLEAR را فشار دهید.



برای انتخاب زمان ۲ دقیقه با توان 900W دکمه QUICK START را ۴ بار فشار دهید.
پیش از اتمام فشار چهارم فر شروع به کار خواهد کرد.



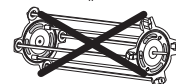
در هنگام پخت QUICK START ، شما می توانید با فشار مکرر دکمه QUICK START زمان پخت را تا ۹۹ دقیقه و ۵۹ ثانیه افزایش دهید.



قابلیت QUICK START به شما امکان می دهد با لمس دکمه QUICK START پخت با توان HIGH را با فواصل زمانی ۳۰ ثانیه تنظیم کنید.
استفاده نکنید



سینی فلزی



جوجه گردان



سه پایه بلند



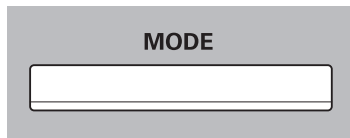
سه پایه کوتاه

پخت با گریل

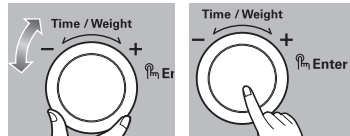
در نمونه زیر به شما نشان خواهیم داد که چطور برای پخت برخی از غذاها ظرف مدت ۱۲ دقیقه و ۳۰ ثانیه از گریل استفاده کنید.



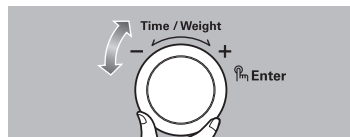
دکمه STOP/CLEAR را فشار دهید.



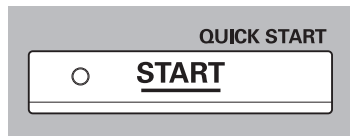
دکمه MODE را فشار دهید.



برای انتخاب گریل گردونه DIAL را بچرخانید.
علامت  نمایان می شود.
برای تطبیق حالت گردونه DIAL را فشار دهید.



گردونه DIAL را بچرخانید تا عبارت "12:30" نمایان شود.



دکمه START را فشار دهید.

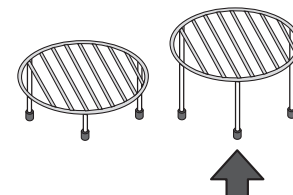
هنگام پخت گریل شما می توانید با چرخاندن گردونه زمان پخت را افزایش یا کاهش دهید.



این دستگاه مجهز به یک QUARTZ GRILL است. پس نیازی به گرم کردن اولیه ندارد.

این عملکرد به شما امکان می دهد تا غذاها را برشته و ترد کنید.
سینی فلزی در حالت گریل بین سینی شیشه ای و سه پایه گریل قرار می گیرد.

سه پایه گریل (سه پایه بلند) باید در هنگام پخت گریل مورد استفاده قرار گیرد.



گرم کردن اولیه کانوکشن

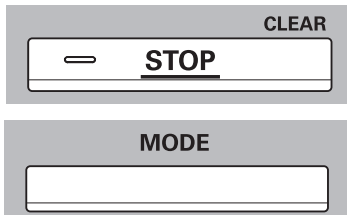
در نمونه زیر به شما نشان خواهیم داد که چطور فر را در دمای ۲۳۰ درجه سانتی گراد گرم کنید.



۱. برای گرم کردن

دکمه **STOP/CLEAR** را فشار دهید.

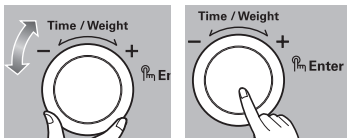
دکمه **MODE** را فشار دهید.



برای انتخاب **CONV** گردونه **DIAL** را بچرخانید.

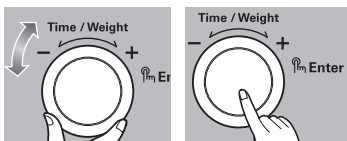
علامت نمایان می شود.

برای تایید حالت گردونه **DIAL** را فشار دهید.



گردونه **DIAL** را بچرخانید تا عبارت "230°C" نمایان شود.

برای تایید دما گردونه **DIAL** را فشار دهید.



دکمه **START** را فشار دهید.

گرم کردن اولیه با نمایش "Pr-H" آغاز می شود.



فر کانوکشن دارای دامنه دمایی بین ۴۰ درجه سانتی گراد و ۱۰۰ تا ۲۵۰ درجه سانتیگراد است. (وقتی حالت کانوکشن انتخاب شده باشد ۱۸۰ درجه سانتی گراد به طور خودکار امکان پذیر خواهد بود. فر دارای یک عملکرد عمل آوری (ترش شدن) در دمای ۴۰ درجه سانتی گراد است. در صورتی که دمای فر بیش از ۴۰ درجه سانتی گراد باشد به دلیل عدم توانایی در استفاده از عملکرد فرآوری باید صبر کنید تا خنک شود. هنگام استفاده از این عملکرد چنانچه دمای اجاق بیش از ۷۰ درجه سانتی گراد باشد رمزینه خطای "F-14" نمایان می شود.

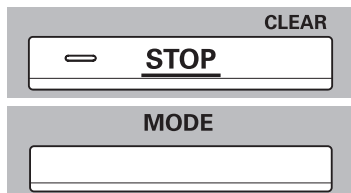
فر شما تا رسیدن به دمای انتخاب شده چند دقیقه ای زمان صرف خواهد کرد.

به محض رسیدن به دمای صحیح، فر با ایجاد صدای بیپ به شما اطلاع خواهد داد که به دمای صحیح رسیده است.

سپس غذا را در فر قرار داده : سپس فرمان شروع پخت را صادر کنید.

پخت کانوکشن

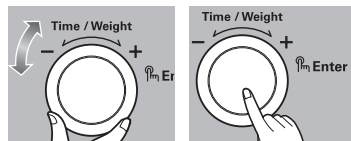
در نمونه زیر به شما نشان خواهیم داد که چطور ابتدا فر را گرم کرده و سپس غذا را به مدت ۵۰ دقیقه با دمای ۲۳۰ درجه سانتی گراد طبخ نمایید.



۲. برای پخت

دکمه **STOP/CLEAR** را فشار دهید.

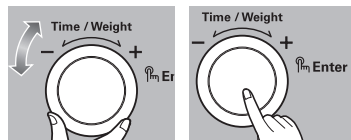
دکمه **MODE** را فشار دهید.



برای انتخاب **CONV** گردونه **DIAL** را بچرخانید.

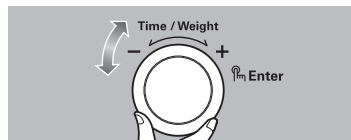
علامت نمایان می شوند.

برای تایید حالت گردونه **DIAL** را فشار دهید.



گردونه **DIAL** را بچرخانید تا عبارت "230°C" نمایان شود.

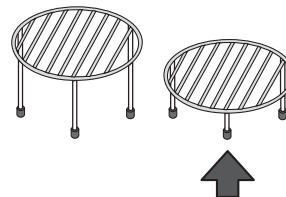
برای تایید دما گردونه **DIAL** را فشار دهید.



گردونه **DIAL** را بچرخانید تا عبارت "50:00" نمایان شود.

چنانچه دمایی را برای فر تنظیم نکنید، دستگاه به طور خودکار دمای ۱۸۰ درجه سانتی گراد را انتخاب می کند و شما می توانید با چرخاندن گردونه **DIAL** آن را تغییر دهید.

در هنگام پخت کانوکشن، سه پایه کانوکشن (سه پایه کوتاه) باید مورد استفاده قرار گیرد.



دکمه **START** را فشار دهید.

هنگام پخت شما می توانید با چرخاندن گردونه **DIAL** زمان پخت را افزایش یا کاهش دهید.

پخت ترکیبی گریل

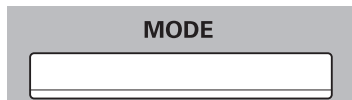
در نمونه زیر به شما نشان خواهیم داد که چطور برای تنظیم زمان پخت ۲۵ دقیقه اجاق فر را با توان مایکرو ۲۰ درصد و گریل برنامه ریزی نمایید.



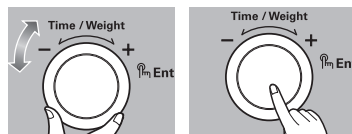
دکمه **STOP/CLEAR** را فشار دهید.



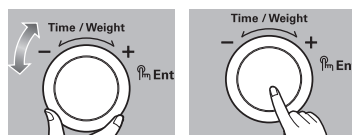
دکمه **MODE** را فشار دهید.



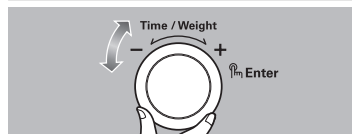
برای انتخاب **CONV. COMBI** گردونه **DIAL** را بچرخانید تا عبارت "540" نمایان شود.
علامت های ،  نمایان می شوند.
برای تایید حالت گردونه **DIAL** را فشار دهید.



گردونه **DIAL** را بچرخانید تا عبارت "180" نمایان شود.
برای تایید دما گردونه **DIAL** را فشار دهید.



گردونه **DIAL** را بچرخانید تا عبارت "25:00" نمایان شود.



دکمه **START** را فشار دهید.

هنگام پخت می توانید با چرخاندن گردونه **DIAL** زمان پخت را افزایش یا کاهش دهید.

هنگام درآوردن غذا مراقب باشید چون ظرف داغ خواهد بود.



اجاق فر شما دارای پخت ترکیبی است که شما به موجب آن می توانید به طور همزمان یا نوبتی غذا را با گرم کن و مایکروویو پخت کنید. این عملکرد به طور کلی موجب کاهش زمان پخت می شود. در حالت پخت ترکیبی شما می توانید سه سطح توان مایکرو (۲۰٪، ۴۰٪ و ۶۰٪) را تنظیم کنید.

پخت ترکیبی کانوکشن

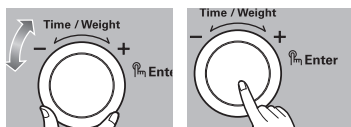
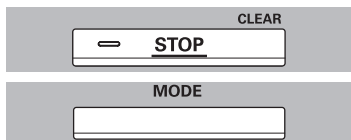
در نمونه زیر به شما نشان خواهیم داد که چگونه برای یک زمان پخت ۲۵ دقیقه ای دستگاه فرتان را در توان مایکرو ۶۰ درصد و دمای کانوکشن ۲۰۰ درجه سانتی گراد برنامه ریزی کنید.



شما می توانید در حالت پخت ترکیبی سه نوع سطح توان مایکرو (۲۰٪، ۴۰٪ و ۶۰٪) را تنظیم کنید.

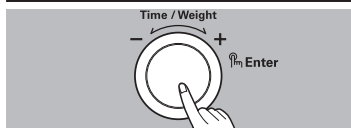
دکمه **STOP/CLEAR** را فشار دهید.

دکمه **MODE** را فشار دهید.

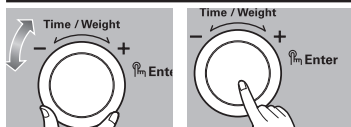


برای انتخاب **CONV. COMBI** گردونه **DIAL** را بچرخانید تا عبارت "540" نمایان شود.

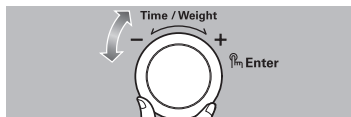
علامت های ،  نمایان می شوند. برای تایید حالت گردونه **DIAL** را فشار دهید.



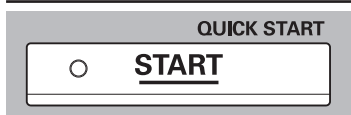
برای تایید توان گردونه **DIAL** را فشار دهید.
(وقتی حالت **CONV. COMBI** انتخاب شده باشد 540W به طور خودکار امکان پذیر خواهد بود.)



گردونه **DIAL** را بچرخانید تا عبارت "200°C" نمایان شود.
برای تایید دما گردونه **DIAL** را فشار دهید.



گردونه **DIAL** را بچرخانید تا عبارت "25:00" نمایان شود.



دکمه **START** را فشار دهید.

هنگام پخت می توانید با چرخاندن گردونه **DIAL** زمان پخت را افزایش یا کاهش دهید.

هنگام درآوردن غذا مراقب باشید چون ظرف داغ خواهد بود.

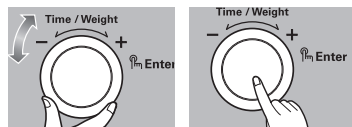
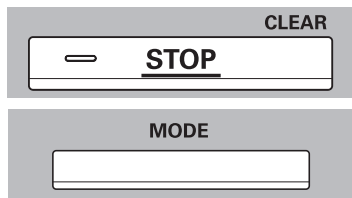
گرم نگداشتن غذا

در نمونه زیر به شما نشان خواهیم داد که چطور غذا را به مدت ۳۰ دقیقه در دمای ۹۰ درجه سانتی گراد گرم نگه دارید.



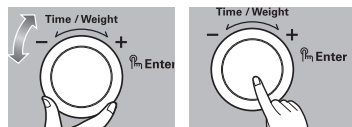
دکمه **STOP/CLEAR** را فشار دهید.

دکمه **MODE** را فشار دهید.

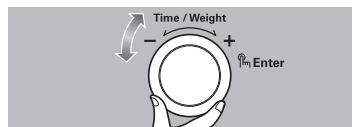


گردونه **DIAL** را بچرخانید تا عبارت "60°C" نمایان شود.
علامت  نمایان می شود.

برای انتخاب keep warming گردونه **DIAL** را فشار دهید.



گردونه **DIAL** را بچرخانید تا عبارت "90°C" نمایان شود.
برای تایید دما گردونه **DIAL** را فشار دهید.



برای تنظیم زمان گرم نگه داشتن گردونه **DIAL** را بچرخانید تا عبارت "30:00" نمایان شود.



دکمه **START** را فشار دهید.

هنگام پخت شما می توانید با چرخاندن گردونه **DIAL** زمان پخت را
افزایش یا کاهش دهید.

فر دارای دامن دمای ۳۰ تا ۹۰ درجه سانتی
گراد برای گرم نگه داشتن غذا است.
وقتی دکمه keep warming را فشار
می دهید به طور پیش فرض ۶۰ درجه سانتی
گراد انتخاب می شود.
چند دقیقه ای وقت لازم است تا فر به دمای
انتخاب شده برسد.
به محض رسیدن به دمای مناسب، فر با
صدای بپ شما را از رسیدن به دمای
مناسب مطلع می کند.

بخار پز

در نمونه زیر به شما نشان خواهیم داد که چطور ۰/۶ کیلوگرم فیله ماهی طبخ کنید.

این ساختار شما را قادر می سازد که با سیستم بخار آشپزی کنید.

هشدار:

۱- هنگام در آوردن بخارپز از ماکروویو از دستکش فر استفاده کنید. ظرف بسیار داغ است.

۲- بخارپز داغ را روی میز شیشه ای یا میز پلاستیکی نگذارید. همواره از پد یا سینی استفاده کنید.

۳- هنگام استفاده از این بخارپز، قبل از استفاده حداقل ۴۰۰ میلی لیتر آب بریزید. چنانچه مقدار آب کمتر از ۴۰۰ میلی لیتر باشد ممکن است پخت کامل انجام نشود یا ممکن است باعث آتش و صدمه به دستگاه شود.

۴- هنگام حمل بخارپز با آب بسیار مراقب باشید.

۵- هنگام استفاده از بخارپز، محفظه آب جوش و در پوش بخارپز را دقیقاً در سر جای خود قرار دهید. چنانچه از محفظه آب جوش یا درپوش بخارپز را درست قرار ندهید ممکن است تخم مرغ ها یا بلوط ها منفجر شوند.

۶- هرگز این بخارپز را در دیگر مدل های ماکروویو استفاده نکنید، ممکن است موجب آتش یا صدمه به دستگاه شود.

دکمه STOP/CLEAR را فشار دهید.

دکمه Steam Chef را فشار دهید.

گردونه DIAL را بچرخانید تا عبارت "Sc 3" نمایان شود. برای تایید نوع غذا گردونه DIAL را فشار دهید.

گردونه DIAL را بچرخانید تا عبارت "0.6kg" نمایان شود.

دکمه START را فشار دهید.

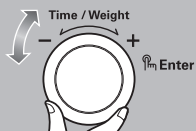
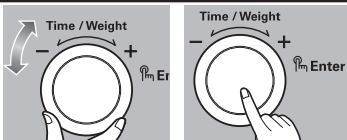
هنگام پخت شما می توانید با چرخاندن گردونه DIAL زمان پخت را افزایش یا کاهش دهید.

CLEAR

STOP

Steam Chef

Auto Defrost



QUICK START

START

غذا	وزن	ملزومات	حرارت غذا	دستور العمل
حلزون (Sc 1)	۱ ~ ۰/۱ کیلوگرم	محفظه آب جوش صفحه بخار درپوش بخار	دمای یخچال	ماهی ها را آماده کنید. ۳۰۰ میلی لیتر آب داخل محفظه آب جوش بریزید. صفحه بخارپز را بر روی محفظه آب جوش بگذارید. غذای آماده شده را بر روی صفحه بخارپز بگذارید. درپوش بخارپز را بگذارید. ظرف آب جوش را در مرکز سینی شیشه ای قرار دهید پس از درآمدن بخار مدت ۱ دقیقه هم صبر کنید. میگو، حلزون، صدف، خرچنگ، صدف دو کفه ای (کمتر از ۲۵ سانتی متر طول)
ماهی درسته (Sc 2)	۱/۶ ~ ۰/۱ کیلوگرم	محفظه آب جوش صفحه بخار درپوش بخار	دمای یخچال	طبق بالا - ضخامت غذا باید کمتر از ۲/۵ سانتی متر باشد.
فیله ماهی (Sc 3)	۱/۶ ~ ۰/۱ کیلوگرم	محفظه آب جوش صفحه بخار درپوش بخار	دمای یخچال	طبق بالا . برای نتیجه بهتر تک لایه بپزید. - ضخامت غذا باید کمتر از ۲/۵ سانتی متر باشد.
استیک ماهی (Sc 4)	۲/۶ ~ ۰/۲ کیلوگرم	محفظه آب جوش صفحه بخار درپوش بخار	دمای یخچال	طبق بالا . برای نتیجه بهتر تک لایه بپزید. - ضخامت غذا باید کمتر از ۲/۵ سانتی متر باشد.
سوسیس (Sc 5)	۱/۶ ~ ۰/۱ کیلوگرم	محفظه آب جوش صفحه بخار درپوش بخار		۱- سوسیس ها را آماده کنید. ۲- ۳۰۰ میلی لیتر آب داخل محفظه آب جوش بریزید. صفحه بخارپز را بر روی محفظه آب جوش بگذارید. غذای آماده شده را بر روی صفحه بخارپز بگذارید. درپوش بخارپز را بگذارید. ۳- ظرف آب جوش را در مرکز سینی شیشه ای قرار دهید. ۴- پس از درآمدن بخار مدت ۱ دقیقه هم صبر کنید. ضخامت غذا باید کمتر از ۲/۵ سانتی متر باشد.
گوشت ران خرد شده (Sc 6)	۱/۶ ~ ۰/۱ کیلوگرم	محفظه آب جوش صفحه بخار درپوش بخار	دمای یخچال	طبق بالا
گوشت گوساله نمک سود شده (Sc 7)	۱/۶ ~ ۰/۱ کیلوگرم	محفظه آب جوش صفحه بخار درپوش بخار	دمای یخچال	۱- گوشت گاو را به قسمت کوچک تقسیم کنید. ۲- ۳۰۰ میلی لیتر آب شیر را داخل محفظه بخار بریزید. صفحه بخار پز را بر روی ظرف آب جوش قرار دهید. گوشت های آماده شده را در یک لایه بر روی صفحه بخارپز بگذارید. درپوش بخارپز را بر روی آن بگذارید. ۳- محفظه آب جوش را در مرکز سینی شیشه ای قرار دهید. ۴- پس از درآمدن بخار مدت ۳ تا ۴ دقیقه صبر کنید.

غذا	وزن	ملزومات	حرارت غذا	دستورالعمل
سینه مرغ (Sc 8)	۰/۶ ~ ۰/۲ کیلوگرم	محفظه آب جوش صفحه بخار درپوش بخار	دمای یخچال	غذا را آماده کنید. ۳۰۰ میلی لیتر آب داخل محفظه آب جوش بریزید. صفحه بخارپز را بر روی محفظه آب جوش بگذارید. غذای آماده شده را بر روی صفحه بخارپز بگذارید. درپوش بخارپز را بگذارید. ظرف آب جوش را در مرکز سینی شیشه ای قرار دهید. پس از درآمدن بخار مدت ۱ تا ۲ دقیقه هم صبر کنید. ضخامت غذا باید کمتر از ۲/۵ سانتی متر باشد.
ران مرغ (Sc 9)	۰/۸ ~ ۰/۲ کیلوگرم	محفظه آب جوش صفحه بخار درپوش بخار	دمای یخچال	طبق بالا
مرغ درسته (Sc 10)	۱ تا ۱/۲ کیلوگرم	محفظه آب جوش صفحه بخار درپوش بخار	دمای یخچال	مرغ درسته را آماده کنید. با یک تکه نخ پاهای مرغ را ببندید. ۳۰۰ میلی لیتر آب داخل ظرف آب جوش بریزید. صفحه بخارپز را در ظرف آب جوش قرار دهید. غذای آماده شده را بر روی صفحه بخارپز بگذارید. درپوش بخارپز را بگذارید. ظرف را در مرکز سینی شیشه ای بگذارید. پس از درآمدن بخار مدت ۵ دقیقه صبر کنید.
تخم مرغ (Sc 11)	۲ تا ۹ عدد	محفظه آب جوش صفحه بخار درپوش بخار	دمای یخچال	۳۰۰ میلی لیتر آب داخل محفظه آب جوش بریزید. صفحه بخارپز را بر روی محفظه آب جوش بگذارید. غذای آماده شده را بر روی صفحه بخارپز بگذارید. درپوش بخارپز را بگذارید. ظرف آب جوش را در مرکز سینی شیشه ای قرار دهید. پس از درآمدن بخار مدت ۱ دقیقه هم صبر کنید.

غذا	وزن	ملزومات	حرارت غذا	دستورالعمل
هویج (Sc 12)	نیم تا ۱ کیلوگرم	محفظه آب جوش صفحه بخار درپوش بخار	دمای اتاق	۱- سبزی ها را پاک کرده و آنها را یک اندازه خرد کنید. ۲- ۳۰۰ میلی لیتر آب داخل محفظه آب جوش بریزید. صفحه بخارپز را برروی محفظه آب جوش بگذارید. غذای آماده شده را برروی صفحه بخارپز بگذارید. درپوش بخارپز را بگذارید. ۳- ظرف آب جوش را در مرکز سینی شیشه ای قرار دهید. ۴- پس از درآمدن بخار مدت ۱ دقیقه هم صبر کنید.
کلم بروکسلی (Sc 13)	نیم تا ۰/۶ کیلوگرم	محفظه آب جوش صفحه بخار درپوش بخار	دمای اتاق	طبق بالا
گل کلم (Sc 14)	نیم تا ۰/۶ کیلوگرم	محفظه آب جوش صفحه بخار درپوش بخار	دمای اتاق	طبق بالا
کدوی سبز (Sc 15)	۰/۶~۰/۶ کیلوگرم	محفظه آب جوش صفحه بخار درپوش بخار	دمای اتاق	طبق بالا به قطعات مساوی خرد کنید.
کلم (Sc 16)	نیم تا ۰/۶ کیلوگرم	محفظه آب جوش صفحه بخار درپوش بخار	دمای اتاق	طبق بالا به چهار قسمت تقسیم کنید.
اسفناج (Sc 17)	نیم تا ۰/۶ کیلوگرم	محفظه آب جوش صفحه بخار درپوش بخار	دمای اتاق	طبق بالا
گوچه فرنگی (Sc 18)	۰/۳ تا ۰/۷ کیلوگرم	محفظه آب جوش صفحه بخار درپوش بخار	دمای اتاق	طبق بالا گوچه فرنگی های کوچکی را انتخاب کرده و یا دونیم کنید.

غذا	وزن	ملزومات	حرارت غذا	دستورالعمل
سیب (Sc 19)	۰/۲ تا ۰/۶ کیلوگرم	محفظه آب جوش صفحه بخار درپوش بخار	دمای یخچال	سیب ها شسته و پوست بکنید و وسط سیب را درآورید. ۳۰۰ میلی لیتر آب داخل محفظه آب جوش بریزید. صفحه بخارپز را برروی محفظه آب جوش بگذارید. غذای آماده شده را برروی صفحه بخارپز بگذارید. درپوش بخارپز را بگذارید. ظرف آب جوش را در مرکز سینی شیشه ای قرار دهید. پس از درآمدن بخار مدت ۱ دقیقه هم صبر کنید.
گلابی (Sc 20)	۰/۲ تا ۰/۸ کیلوگرم	محفظه آب جوش صفحه بخار درپوش بخار	دمای اتاق	طبق بالا

یخ زدایی خودکار

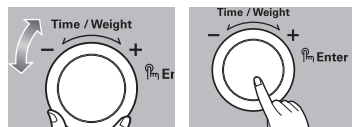
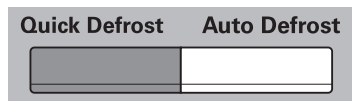
دما و تراکم مواد غذایی متفاوت است توصیه می کنیم که غذا را قبل از دستور پخت چک کنید، توجه زیادی به مفصل گوشت و مرغ داشته باشید بعضی از غذاها نباید قبل از پخت کاملاً شل شوند مثلاً پخت ماهی آن قدر سریع است که بعضی وقتها بهتر است وقتی کمی یخ آن آب شد آن را پخت. برنامه BREAD (نان) برای شل کردن یخ چیزهای کوچک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

دکمه **STOP/CLEAR** را فشار دهید.

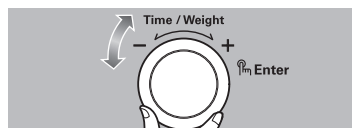


غذایی را که می خواهید یخ زدایی کنید، ابتدا وزن نمایید. مطمئن شوید که هرگونه تسمه فلزی یا روکش را در آورده اید سپس آن را در فر قرار داده و در آن را ببندید.

دکمه **Auto Defrost** را فشار دهید.

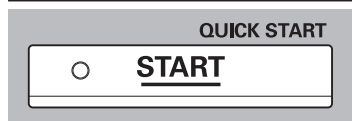


گردونه **DIAL** را بچرخانید تا عبارت "dEF2" نمایان شود. برای تایید دسته بندی گردونه **DIAL** را فشار دهید.



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

برای ورود به ۱/۴ کیلوگرم دکمه **MORE** را چهارده بار فشار دهید.



دکمه **START** را فشار دهید.

در طول عمل یخ زدایی فر صدای بیب می کند، که در این مرحله باید در فر را باز کرده و غذا را برگردانید و پخش کنید. تا از آب شدن یخ مطمئن شوید. هر قسمتی را که شل شده است برداشته یا بپوشانید تا با سرعت کمتری شل شود. پس از چک کردن، در فر را ببندید و دکمه **START** را برای ادامه یخ زدایی فشار دهید. دستگاه فر عمل یخ زدایی را قطع نمی کند (حتی زمانی که صدای بیب شنیده می شود) مگر آنکه در باز شود.

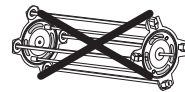


فر شما دارای ۴ نوع یخ زدایی برای گوشت، طیور، ماهی و نان است که هر کدام دارای دسته بندیهای مختلفی از نظر توان می باشد.

استفاده نکنید



سینی فلزی



جوجه گردان

راهنمای یخ زدایی خودکار

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

* پس از شنیدن صدای بیپ غذا را از فر در آورده قطعات آب شده را بردارید و بقیه قسمتها را پس از برگرداندن در فر قرار دهید. به یخ زدایی ادامه دهید. در پایان برنامه غذا را از فر در آورید، و صبر کنید تا کاملاً آب شود. برای مفصل گوشت و مرغ های درسته حداقل باید ۱ ساعت صبر کنید تا یخ آنها آب شود.

مواد غذایی	لوازم مورد نیاز	وزن مجاز	طبقه بندی
گوشت چرخ کرده، استیک فیله، قطعات خورشتی، راسته، گوشت زودپز، گوشت ران، برگر گوساله، قطعات گوشت، رولت سرخ شده، سوسیس، کالباس، استیک (۲ سانتی متر).	ظرف میکروویو (ظرف مسطح)	۰/۱ ~ ۴ کیلوگرم	گوشت
مرغ مرغ درسته، ران، سینه، سینه بدون استخوان (کمتر از ۲ کیلوگرم) پس از شنیدن صدای بیپ غذا را برگردانید. پس از یخ زدایی ۲۰ تا ۳۰ دقیقه صبر کنید			مرغ
ماهی فیله، استیک، ماهی درسته، غذاهای دریایی پس از شنیدن صدای بیپ غذا را برگردانید. پس از یخ زدایی مدت ۱۰ تا ۲۰ دقیقه صبر کنید.			ماهی
نان ورقه شده، نان گرد، باگت و غیره نان های ورقه شده را جدا کنید و کاغذ مخصوص را لایه لای آنها قرار دهید. پس از شنیدن صدای بیپ آنها را برگردانید. پس از یخ زدایی ۱ تا ۲ دقیقه صبر کنید.	کاغذ مخصوص یا ظرف مسطح	۰/۱ ~ ۰/۵ کیلوگرم	نان

پخت خودکار

در مثال زیر به شما نشان خواهیم داد که چطور ۰/۳ کیلوگرم همبرگر را طبخ نمایید.



دکمه **STOP/CLEAR** را فشار دهید.

دکمه **Auto Cook** را فشار دهید.

عملکرد پخت خودکار به شما امکان می دهد بیشتر غذاهای دلخواه تان را با انتخاب نوع غذا و وارد کردن وزن آن به راحتی طبخ نمایید.

گردونه **DIAL** را بچرخانید تا عبارت "Ac 2" نمایان شود.
برای تایید نوع غذا **DIAL** را فشار دهید.

گردونه **DIAL** را بچرخانید تا عبارت "0.3kg" نمایان شود.

دکمه **START** را فشار دهید.

هنگام پخت شما می توانید با چرخاندن گردونه **DIAL** زمان پخت را افزایش یا کاهش دهید.

عملکرد	گروه بندی	وزن لازم	لوازم مورد نیاز	دستورالعمل							
پخت اتوماتیک	پیتزای تازه (Ac 1)	۰/۲ - ۰/۴ کیلوگرم	سه پایه بلند فلزی	پیتزا مخلوط ۱- ابتدا پیتزا را بدون درپوش روی سه پایه بلند فلزی برروی سینی شیشه ای قرار دهید. ۲- منو را انتخاب کرده و وزن را تنظیم نمایید. دکمه start را بزنید تا عمل پخت شروع شود. ۳- وقتی که صدای بیپ را شنیدید پنیر روی آن را اضافه کرده و دکمه start را فشار دهید تا عمل پخت ادامه یابد.							
	همبرگر (Ac 2)	۰/۱ - ۰/۴ کیلوگرم	سه پایه بلند سینی فلزی	همبرگر آماده ۱- سطح همبرگر را روغن بمالید. همبرگر را روی سه پایه بلند قرار دهید و سپس سه پایه را روی صفحه دوار شیشه ای بگذارید. ۲- منو را انتخاب کرده و وزن را تنظیم نمایید. دکمه start را بزنید تا عمل پخت شروع شود. ۳- وقتی که صدای بیپ را شنیدید غذا را برگردانده و دکمه start را بزنید تا عمل پخت ادامه یابد.							
	سیب زمینی سرخ کرده (Ac 3)	۰/۲ - ۰/۴ کیلوگرم	ظرف کم عمق شیشه ای (به ارتفاع ۲/۵ Cm) سه پایه بلند فلزی	<table border="1"><tr><td>سیب زمینی</td><td>۰/۲ کیلوگرم</td><td>۰/۳ کیلوگرم</td><td>۰/۴ کیلوگرم</td></tr><tr><td>روغن</td><td>۲ قاشق غذا خوری</td><td>۳ قاشق غذا خوری</td><td>۴ قاشق غذاخوری</td></tr></table> ۱- سیب زمینی ها را خرد کنید. سیب زمینی ها را شسته و سپس با پارچه کتان آن را خشک کنید. ۲- سیب زمینی و روغن را درون ظرف بریزید. ۳- ظرف را روی سه پایه بلند قرار داده و سه پایه را روی سینی فلزی و برروی صفحه دوار شیشه ای بگذارید. ۴- منو را انتخاب کرده و وزن را تنظیم نمایید. دکمه start را فشار دهید.	سیب زمینی	۰/۲ کیلوگرم	۰/۳ کیلوگرم	۰/۴ کیلوگرم	روغن	۲ قاشق غذا خوری	۳ قاشق غذا خوری
سیب زمینی	۰/۲ کیلوگرم	۰/۳ کیلوگرم	۰/۴ کیلوگرم								
روغن	۲ قاشق غذا خوری	۳ قاشق غذا خوری	۴ قاشق غذاخوری								

عملکرد	گروه بندی	وزن لازم	لوازم مورد نیاز	دستورالعمل												
پخت اتوماتیک	املت گوجه فرنگی (Ac 4)	۰/۲۵ - ۰/۵ کیلوگرم	ظرف کم عمق شیشه ای (به ارتفاع ۲/۵ cm)	<table><tr><td>گوجه فرنگی</td><td>۰/۲۵ کیلوگرم</td><td>۰/۵ کیلوگرم</td></tr><tr><td>تخم مرغ</td><td>۲ عدد</td><td>۴ عدد</td></tr><tr><td>روغن</td><td>۲ قاشق غذاخوری</td><td>۳ قاشق غذاخوری</td></tr><tr><td>نمک</td><td colspan="2">به میزان دلخواه</td></tr></table> ۱- گوجه فرنگی خرد شده، نمک و روغن را مخلوط کرده و در ظرف کم عمق شیشه ای بریزید. ۲- ظرف را بدون درپوش روی سه پایه بلند فلزی قرار دهید. ۳- تخم مرغ ها را در ظرف جداگانه ای مخلوط کرده و کنار بگذارید. ۴- منو را انتخاب کرده و وزن را تنظیم کنید. ۵- جهت پخت دکمه Start را فشار دهید. ۶- وقتی صدای بیب را شنیدید تخم مرغ های هم زده را اضافه کنید. ۷- جهت ادامه پخت دکمه Start را فشار دهید. ۸- پس از پخت، ظرف را از فر در آورید. حدود ۱۰-۵ دقیقه درپوش آن را بگذارید و سپس میل کنید.	گوجه فرنگی	۰/۲۵ کیلوگرم	۰/۵ کیلوگرم	تخم مرغ	۲ عدد	۴ عدد	روغن	۲ قاشق غذاخوری	۳ قاشق غذاخوری	نمک	به میزان دلخواه	
گوجه فرنگی	۰/۲۵ کیلوگرم	۰/۵ کیلوگرم														
تخم مرغ	۲ عدد	۴ عدد														
روغن	۲ قاشق غذاخوری	۳ قاشق غذاخوری														
نمک	به میزان دلخواه															
	کیک (Ac 5)	۰/۵ کیلوگرم	ظرف گود شیشه ای سه پایه کوتاه	<table><tr><td>پودر کیک آماده</td><td>۰/۵ کیلوگرم</td><td></td></tr><tr><td>تخم مرغ</td><td>۳ عدد</td><td></td></tr><tr><td>روغن</td><td>۱۲۰ گرم</td><td></td></tr><tr><td>شیر یا آب</td><td>۳۰۰ میلی لیتر</td><td></td></tr></table> ۱- تخم مرغ ها را کاملاً هم بزنید. پودر کیک، روغن و شیر (یا آب) را به آن اضافه کرده و دوباره هم بزنید. ۲- ظرف را به روغن آغشته نمایید و مقدار کمی آرد به سطح ظرف بپاشید. سپس مخلوط مواد را درون ظرف بریزید. ۳- ظرف را روی سه پایه کوتاه بروی صفحه دوار شیشه ای قرار دهید. ۴- منو را انتخاب کرده و دکمه Start را فشار دهید.	پودر کیک آماده	۰/۵ کیلوگرم		تخم مرغ	۳ عدد		روغن	۱۲۰ گرم		شیر یا آب	۳۰۰ میلی لیتر	
پودر کیک آماده	۰/۵ کیلوگرم															
تخم مرغ	۳ عدد															
روغن	۱۲۰ گرم															
شیر یا آب	۳۰۰ میلی لیتر															

عملکرد	گروه بندی	وزن لازم	لوازم مورد نیاز	دستورالعمل						
پخت اتوماتیک	ذرت بو داده (Ac 6)	۷۵ گرم	ظرف گود شیشه ای (به عمق ۱۰ سانتی متر و قطر ۱۸ سانتی متر)	<table><tr><td>ذرت مرغوب</td><td>۷۵ گرم</td></tr><tr><td>نمک</td><td>۱ قاشق چایخوری</td></tr><tr><td>روغن</td><td>۱ قاشق چایخوری</td></tr></table> ۱- ذرت، نمک و روغن را درون ظرف طرف گود شیشه ای به عمق ۱۰ سانتی متر و قطر ۱۸ سانتی متر بریزید. ۲- آنها را کاملاً مخلوط کرده و در تمام سطح ظرف پراکنده نمایید. ۳- درب ظرف را ببندید و آن را روی صفحه دوار شیشه ای قرار دهید. ۴- منو را انتخاب کرده و دکمه start را فشار دهید.	ذرت مرغوب	۷۵ گرم	نمک	۱ قاشق چایخوری	روغن	۱ قاشق چایخوری
ذرت مرغوب	۷۵ گرم									
نمک	۱ قاشق چایخوری									
روغن	۱ قاشق چایخوری									

گرم کردن خودکار

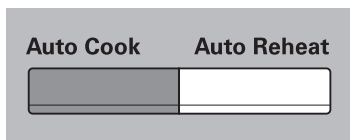
در نمونه زیر به شما نشان خواهیم داد که چطور ۰/۳ کیلوگرم غذای سرد را گرم کنید. (rh 3)



دکمه STOP/CLEAR را فشار دهید.

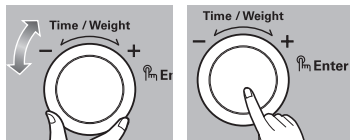


عملکرد گرم کردن خودکار موجب می شود که به راحتی غذاها را دوباره گرم و به راحتی از آنها استفاده کنید.



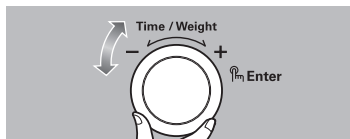
دکمه Auto Reheat را فشار دهید.

این دستگاه به منظور گرم کردن خودکار غذاها از قبل برنامه ریزی شده است.



گردونه DIAL را بچرخانید تا عبارت "rh 3" نمایان شود. برای تایید نوع غذا DIAL را فشار دهید.

فر شما دارای ۴ تنظیمات مربوط به گرم کردن خودکار است: سوپ، سس، غذای سرد، غذای منجمد.



گردونه DIAL را بچرخانید تا عبارت "0.6kg" نمایان شود.



دکمه START را فشار دهید.

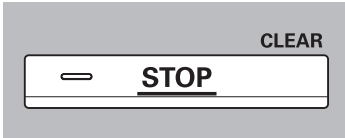
نوع غذا	وزن غذا	ظرف	دمای غذا	دستورالعمل
سوپ (rh 1)	۰/۶ - ۰/۲	ظرف مخصوص مایکروویو	دمای اتاق	سوپ را داخل ظرف مخصوص مایکروویو بریزید. در ظرف را گذاشته یا روی آن را با پلاستیک ببوشانید. پس از گرم شدن آن را هم بزنید. مدت ۲ دقیقه بگذارید به طور در بسته بماند. سپس دوباره هم بزنید.
سس (rh 2)	۰/۶ - ۰/۲		دمای اتاق	سس را داخل ظرف مخصوص مایکروفر بریزید. در ظرف را گذاشته یا روی آن را با پلاستیک ببوشانید. پس از گرم شدن آن را هم بزنید. مدت ۲ دقیقه بگذارید به طور در بسته بماند. سپس دوباره هم بزنید.
غذای سرد (rh 3)	۰/۶ - ۰/۳	سینی دستگاه	دمای یخچال	با یک چنگال سطح آن را سوراخ کنید. غذا را بروی صفحه دوار شیشه ای قرار دهید. پس از پخت و پیز از سرو آن به مدت ۲ تا ۳ دقیقه صبر کنید. - نمونه قابل هم زدن : اسپاگتی، تاس کباب - نمونه غیرقابل هم زدن : لازانیا، کیک مربایی توجه : برای غذاهای حاوی کیسه، قسمت گوشت، برنج / پاستا را با چنگال سوراخ کنید. - برای غذاهای قابل هم زدن، هم بزنید. - برای غذاهای غیرقابل هم زدن تا پیش از شنیدن صدای بیپ هم نزنید.
غذای منجمد (rh 4)	۰/۶ - ۰/۳		منجمد	مانند فوق

آشپزی ایرانی

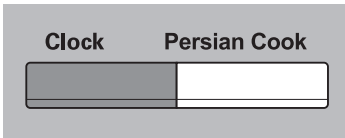
در نمونه زیر به شما نشان خواهیم داد که چطور ۰/۶ کیلو جوجه را طبخ کنید.



دکمه **STOP/CLEAR** را فشار دهید.

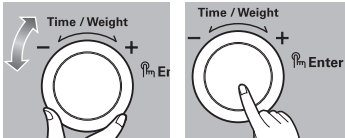


دکمه **Persian Cook** را فشار دهید.

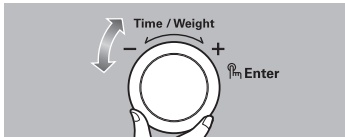


برنامه طبخ غذاهای ایرانی به شما این امکان را می دهد که بسیاری از غذاهای دلخواه خود را تنها با وارد کردن وزن غذا و انتخاب نوع غذا طبخ نمایید.

گردونه **DIAL** را بچرخانید تا عبارت "Pc 3" نمایان شود.
برای تایید نوع غذا **DIAL** را فشار دهید.



گردونه **DIAL** را بچرخانید تا عبارت "1.0kg" نمایان شود.



دکمه **START** را فشار دهید.

با چرخاندن گردونه **DIAL** در هنگام پخت، می توانید زمان پخت را افزایش یا کاهش دهید.



عملکرد	گروه بندی	وزن لازم	لوازم مورد نیاز	دستورالعمل																				
طبخ غذاهای ایرانی	برنج (Pc 1)	۰/۴ - ۰/۱ کیلوگرم	کاسه مخصوص مایکروو (ظرف گود شیشه ای)	<table border="1"> <tr> <td>برنج ایرانی مرغوب</td><td>۱۰۰ گرم</td><td>۲۰۰ گرم</td><td>۳۰۰ گرم</td><td>۴۰۰ گرم</td></tr> <tr> <td>آب</td><td>۲۵۰ میلی لیتر</td><td>۵۰۰ میلی لیتر</td><td>۷۵۰ میلی لیتر</td><td>۱۰۰۰ میلی لیتر</td></tr> <tr> <td>روغن (مایع)</td><td>۱ قاشق غذاخوری</td><td>۲ قاشق غذاخوری</td><td>۳ قاشق غذاخوری</td><td></td></tr> <tr> <td>نمک</td><td colspan="4">به میزان دلخواه</td></tr> </table> ۱- برنج را شسته و آب اضافی آن را خالی کنید. ابتدا برنج، آب، نمک و روغن مایع را در ظرف ریخته و سپس آنها را مخلوط نمایید. ۲- تا زمانی که آب برنج کاملاً تبخیر نشده است درب ظرف را نگذارید. ظرف را روی صفحه دوار شیشه ای بگذارید. ۳- منو را انتخاب کرده و وزن را تنظیم کنید. سپس دکمه start را فشار دهید تا شروع به طبخ نماید. ۴- وقتی که صدای بپ را شنیدید برنج را هم زده و سپس دکمه start را فشار دهید تا به پخت ادامه دهد. ۵- پس از پخت، برنج را هم زده و در صورت لزوم ۱۰-۵ دقیقه درب ظرف را گذاشته و منتظر بمانید.	برنج ایرانی مرغوب	۱۰۰ گرم	۲۰۰ گرم	۳۰۰ گرم	۴۰۰ گرم	آب	۲۵۰ میلی لیتر	۵۰۰ میلی لیتر	۷۵۰ میلی لیتر	۱۰۰۰ میلی لیتر	روغن (مایع)	۱ قاشق غذاخوری	۲ قاشق غذاخوری	۳ قاشق غذاخوری		نمک	به میزان دلخواه			
برنج ایرانی مرغوب	۱۰۰ گرم	۲۰۰ گرم	۳۰۰ گرم	۴۰۰ گرم																				
آب	۲۵۰ میلی لیتر	۵۰۰ میلی لیتر	۷۵۰ میلی لیتر	۱۰۰۰ میلی لیتر																				
روغن (مایع)	۱ قاشق غذاخوری	۲ قاشق غذاخوری	۳ قاشق غذاخوری																					
نمک	به میزان دلخواه																							
	کباب (Pc 2)	۰/۲ - ۱ کیلوگرم	میله کباب گردان سینی فلزی	کباب برگ ۶۰۰ گرم فیله ۱ عدد پیاز بزرگ ۲ قاشق غذاخوری روغن زیتون نمک ۱ سیخ: حدود ۰/۲-۰/۲۵ کیلوگرم ۱- گوشت را به تکه های کوچک و مساوی تقسیم نمایید. پیاز را رنده کرده و آب آن را جدا کنید. آب پیاز و روغن زیتون را مخلوط کنید. سپس تکه های گوشت را به مدت ۴-۳ ساعت در مخلوط آب پیاز و روغن قرار دهید. (نمک باید بعد از پخت اضافه شود) ۲- تکه های گوشت را به سیخ بکشید. توجه داشته باشید که سیخ کاملاً از وسط گوشت عبور نماید. میله جوجه گردان را در جای مخصوص قرار داده و سینی فلزی را زیر آنها بگذارید. ۳- منو را انتخاب کرده و وزن را تنظیم نمایید. سپس دکمه Start را فشار دهید تا شروع به طبخ نماید. ۴- پس از پخت سیخها را از فر بیرون بیاورید.																				

عملکرد	گروه بندی	وزن لازم	لوازم مورد نیاز	دستورالعمل																				
	مرغ کامل (Pc 3)	۰/۸ - ۲/۴	جوجه گردان سینی فلزی	یک مرغ کامل حدود ۱/۲ کیلوگرم (با پوست) ۲ عدد پیاز بزرگ ۳ قاشق غذاخوری روغن زیتون ۳ قاشق غذاخوری زعفران (حل شده در آب) نمک ۱- سطح مرغ را به آب پیاز، نمک و روغن (یا کره) به مدت ۳ تا ۴ ساعت آغشته نمایید. ۲- میله جوجه گردان را داخل مرغ فرو ببرید. توجه کنید که میله کاملاً از وسط مرغ بگذرد. ۳- پاهای، بالها و بدنه مرغ را با نخ کتان بسته و میله جوجه گردان را در جای خود قرار دهید سینی فلزی را زیر آن و روی صفحه دوار شیشه ای بگذارید. ۴- منو را انتخاب کرده و وزن را تنظیم کنید. سپس دکمه start را فشار دهید تا شروع به طبخ نماید. ۵- پس از پخت، مرغ را از فر بیرون آورید. به مدت ۵ دقیقه روی آن را با کاغذ آلومینیومی بپوشانید و منتظر بمانید.																				
	کباب تابه ای (Pc 4)	۰/۲ - ۰/۵ کیلوگرم	ظرف کم عمق شیشه ای (به ارتفاع ۲/۵ سانتیمتری) و سه پایه بلند	<table border="1"> <tr> <td>گوشت چرخ کرده</td><td>۰/۲ کیلوگرم</td><td>۰/۳ کیلوگرم</td><td>۰/۴ کیلوگرم</td><td>۰/۵ کیلوگرم</td></tr> <tr> <td>پیاز رنده شده</td><td>۱ عدد متوسط</td><td>۱ عدد بزرگ</td><td>۲ عدد متوسط</td><td>۲ عدد بزرگ</td></tr> <tr> <td>روغن آب کرده</td><td>۲ قاشق غذاخوری</td><td>۲ قاشق غذاخوری</td><td>۳ قاشق غذاخوری</td><td>۴ قاشق غذاخوری</td></tr> <tr> <td>نمک</td><td colspan="4">به میزان دلخواه</td></tr> </table> ۱- گوشت، پیاز و نمک را با هم مخلوط نمایید. ۲- مقداری روغن در ظرف ریخته و گوشت را در سطح ظرف پراکنده نمایید. سپس سطح گوشت را به روغن آغشته نمایید و ظرف را روی سه پایه بلند بر روی صفحه دوار شیشه ای قرار دهید. ۳- منو را انتخاب کرده و وزن را تنظیم کنید. سپس دکمه start را فشار دهید تا طبخ شروع شود. ۴- وقتی صدای بیب را شنیدید غذا را برگردانید. سطح دیگر غذا را به روغن آغشته نمایید. ۵- دوباره دکمه start را برزید تا عمل پخت ادامه یابد.	گوشت چرخ کرده	۰/۲ کیلوگرم	۰/۳ کیلوگرم	۰/۴ کیلوگرم	۰/۵ کیلوگرم	پیاز رنده شده	۱ عدد متوسط	۱ عدد بزرگ	۲ عدد متوسط	۲ عدد بزرگ	روغن آب کرده	۲ قاشق غذاخوری	۲ قاشق غذاخوری	۳ قاشق غذاخوری	۴ قاشق غذاخوری	نمک	به میزان دلخواه			
گوشت چرخ کرده	۰/۲ کیلوگرم	۰/۳ کیلوگرم	۰/۴ کیلوگرم	۰/۵ کیلوگرم																				
پیاز رنده شده	۱ عدد متوسط	۱ عدد بزرگ	۲ عدد متوسط	۲ عدد بزرگ																				
روغن آب کرده	۲ قاشق غذاخوری	۲ قاشق غذاخوری	۳ قاشق غذاخوری	۴ قاشق غذاخوری																				
نمک	به میزان دلخواه																							

عملکرد	گروه بندی	وزن لازم	لوازم مورد نیاز	دستورالعمل																				
	کوکو سبزی (Pc 5)	۰/۵ - ۰/۲ کیلوگرم وزن سبزی	ظرف کم عمق شیشه ای (به ارتفاع ۲/۵سانتیمتر) سه پایه بلند	<table border="1"><tr><td>سبزی</td><td>۰/۲ کیلوگرم (۱ لیوان)</td><td>۰/۳ کیلوگرم</td><td>۰/۴ کیلوگرم</td><td>۰/۵ کیلوگرم</td></tr><tr><td>تخم مرغ بزرگ</td><td>۲ عدد</td><td>۳ عدد</td><td>۴ عدد</td><td>۵ عدد</td></tr><tr><td>روغن آب کرده</td><td>۳ قاشق غذاخوری</td><td>۳ قاشق غذاخوری</td><td>۴ قاشق غذاخوری</td><td>۴ قاشق غذاخوری</td></tr><tr><td>نمک</td><td colspan="4">به میزان دلخواه</td></tr></table> ۱- سبزی را پاک کرده و خرد نمایید. ۲- سبزی، تخم مرغها و نمک را با یکدیگر مخلوط نمایید. ظرف را به روغن آغشته کرده و سپس مخلوط مواد را درون ظرف بریزید. ۳- در ظرف را بگذارید تا تخم مرغ ها سفت شوند. ۴- ظرف را بر روی سه پایه بلند فلزی روی سینی فلزی قرار دهید. ۵- منو را انتخاب کرده و وزن را تنظیم کنید. سپس دکمه start را فشار دهید تا شروع به پخت نماید. ۶- وقتی صدای بیپ را شنیدید، در ظرف را بردارید. سپس غذا را برگردانید و سمت دیگر آن را نیز به روغن آغشته نمایید. ظرف را بدون درب داخل فر بگذارید. ۷- دکمه start را فشار دهید تا پخت ادامه پیدا کند.	سبزی	۰/۲ کیلوگرم (۱ لیوان)	۰/۳ کیلوگرم	۰/۴ کیلوگرم	۰/۵ کیلوگرم	تخم مرغ بزرگ	۲ عدد	۳ عدد	۴ عدد	۵ عدد	روغن آب کرده	۳ قاشق غذاخوری	۳ قاشق غذاخوری	۴ قاشق غذاخوری	۴ قاشق غذاخوری	نمک	به میزان دلخواه			
	سبزی	۰/۲ کیلوگرم (۱ لیوان)	۰/۳ کیلوگرم	۰/۴ کیلوگرم	۰/۵ کیلوگرم																			
تخم مرغ بزرگ	۲ عدد	۳ عدد	۴ عدد	۵ عدد																				
روغن آب کرده	۳ قاشق غذاخوری	۳ قاشق غذاخوری	۴ قاشق غذاخوری	۴ قاشق غذاخوری																				
نمک	به میزان دلخواه																							
	شله زرد (Pc 6)	۰/۱ کیلوگرم	ظرف گود شیشه ای	۱۰۰ گرم برنج خرده خیس شده ۱۱۰۰ میلی لیتر آب ۵۰ گرم گلاب ۲۰ گرم کره ۷۵ گرم خلال بادام ۲۰۰ گرم شکر نصف قاشق چایخوری زعفران سائیده شده ۱- برنج و آب را درون ظرف گود شیشه ای بریزید. درب ظرف را نگذارید. ۲- ظرف را روی صفحه دوار شیشه ای قرار دهید. ۳- منو را انتخاب کرده و دکمه start را فشار دهید تا پخت شروع شود. ۴- وقتی صدای بیپ شنیدید، برنج را کاملاً به هم زده و سپس بقیه مواد را اضافه نمایید. ۵- ظرف را با درب درون فر بگذارید. ۶- دکمه start را بزنید تا عمل پخت ادامه یابد.																				

پخت با زمان کوتاهتر یا طولانی تر

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

دکمه **STOP/CLEAR** را فشار دهید.



برنامه **AUTO COOK** دلخواه را انتخاب کنید.

وزن غذا را انتخاب کنید.

دکمه **START** را فشار دهید.



چنانچه متوجه شدید که در هنگام استفاده از

برنامه پخت سریع اتوماتیک غذایان بیش از پخته

یا هنوز نپخته است می توانید با چرخاندن

DIAL زمان پخت را کاهش یا افزایش دهید.

هنگام پخت بدون عملکرد خودکار شما می توانید

با چرخاندن گردونه **DIAL** در هر زمانی زمان

پخت را افزایش دهید.

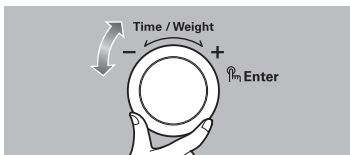
نیازی به متوقف ساختن فرایند پخت نیست.

گردونه **DIAL** را در جهت حرکت عقربه های ساعت بچرخانید.

با هر بار فشار کلید زمان پخت ۱۰ ثانیه افزایش می یابد.

گردونه **DIAL** را خلاف جهت حرکت عقربه های ساعت بچرخانید.

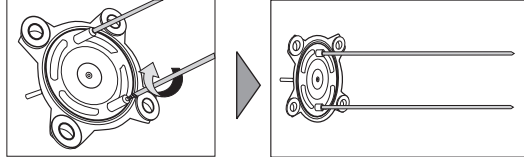
با هر بار فشار کلید زمان پخت ۱۰ ثانیه کاهش می یابد.



سرهم کردن (سوار کردن) جوجه گردان



میله باربکیو در صفحه سمت چپ

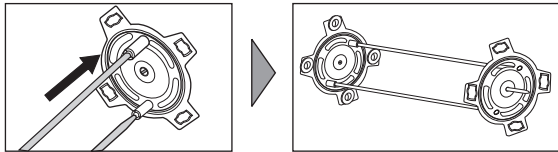


میله باربکیو را در جهت حرکت عقربه های
ساعت پیچانده و وارد صفحه سمت چپ نمایید.

هشدار

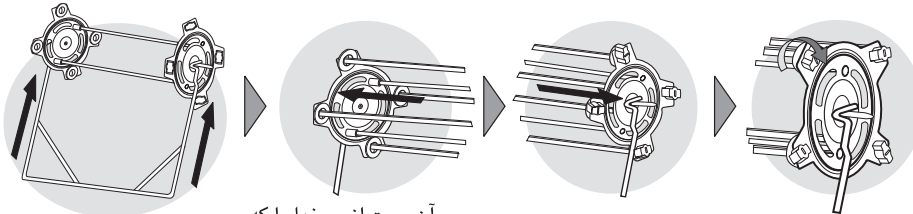
جوجه گردان یک وسیله بازی نیست.
آن را از دسترس کودکان دور نگهدارید.

سوار کردن صفحه سمت راست



میله های باربکیو را در صفحه سمت راست فشار دهید.

سوار کردن سیخها



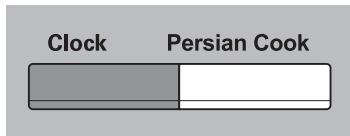
دستگیره را روی
جوجه گردان نصب کنید.

آن سمت از سیخها را که
در تصویر به آن اشاره
شده وارد صفحه سمت
چپ نمایید.

لبه دیگر سیخ را وارد سوراخ
صفحه سمت راست نمایید.

آن را در جهت عقربه های ساعت
بچرخانید تا کاملاً ثابت شود.
۴ مرتبه این عمل را تکرار کنید تا
جوجه گردان کاملاً سوار شود.

نصب و پخت با جوجه گردان

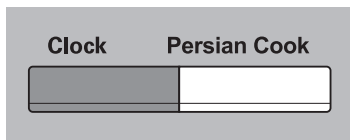
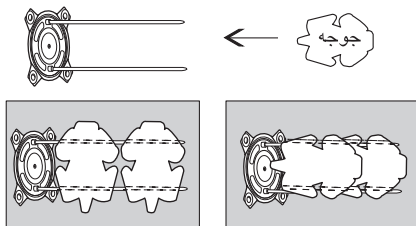


دکمه **Persian Cook** را فشار دهید.
کلید چرخان **DIAL** را بچرخانید تا عبارت "Pc 3" نمایان شود.
برای تنظیم وزن، کلید چرخان **DIAL** را بچرخانید.
غذا را روی جوجه گردان قرار دهید.



احتیاط

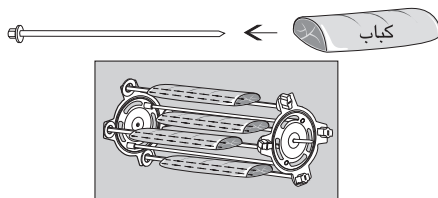
جوجه گردان وسیله بازی نیست. لطفاً
آن را از دسترس کودکان دور نگهدارید.



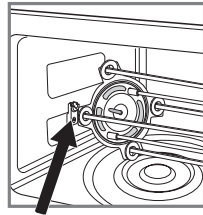
دکمه **Persian Cook** را فشار دهید.
کلید چرخان **DIAL** را بچرخانید تا عبارت "Pc 2" نمایان شود.
برای تنظیم وزن، کلید چرخان **DIAL** را بچرخانید.
قبل از اینکه کبابها را به سیخ بکشید، محل را کاملاً تمیز نمایید.



پیش از طبخ مرغ درسته مطابق شکل
بالها و پاهای آن را با نخ پنبه ای
به تته ببندید.

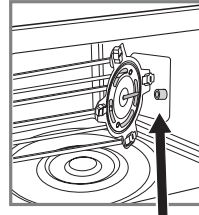


نصب و پخت با جوجه گردان



میله سمت چپ را به
میله موتور وصل کنید.

نگهدارنده جوجه گردان



میله صفحه سمت راست
را به گیره جوجه گردان
وصل کنید.

شفت موتور

QUICK START

○ **START**

دکمه **START** را فشار دهید.

بعد از اینکه زمان پخت به اتمام رسید میله جوجه گردان را از دو طرف با دستگیره گرفته سمت راست را خمی به سمت بالا کشیده و سپس آن را از سمت چپ خارج نمایید.

نکته:

۱- از پخت با جوجه گردان برای سرخ کردن گوشت و مرغ استفاده می شود.
بدون اینکه نیاز باشد غذا را بچرخانید تمام سطح غذا سرخ می شود.
۲- از پخت اتوماتیک می توان در حالت های سرخ کردن، کانوکشن (فر) و پخت ایرانی استفاده نمود.

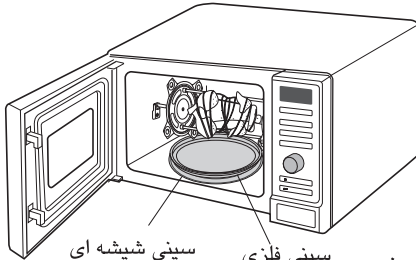
۳- از میله جوجه گردان تنها به هنگام پخت با جوجه گردان استفاده نمایید.
پس از اتمام کار میله را خارج کرده و در کنار لوازم جانبی دیگر آن را نگهدارید.

احتیاط

۱- هرگز از سینی فلزی و جوجه گردان بدون غذا استفاده نکنید زیرا این کار باعث صدمه به دستگاه می شود.

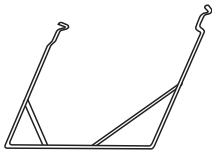
۲- پس از اتمام پخت، سینی فلزی بسیار داغ است.

۳- توصیه می شود که هر بار بعد از پخت داخل دستگاه را تمیز کنید.
زیرا روغن به جا مانده در دستگاه ممکن است دود کرده و آتش بگیرد.



سینی شیشه ای

سینی فلزی



راهنمای

گرم کردن یا گرم کردن مجدد

جهت گرم کردن یا گرم کردن مجدد در مایکروویو انجام چند دستورالعمل ضروری است. مقدار غذا را اندازه کنید تا زمان لازم برای گرم کردن غذا تعیین شود. برای نتیجه گیری بهتر، غذا را در تمام سطح ظرف بریزید و از انباشته شدن غذا در یک نقطه جلوگیری نمایید. غذایی که دمای آن برابر دمای اتاق است نسبت به غذایی که دمای یخچال دارد زودتر گرم خواهد شد. کنسروها را باید از قوطی خارج کرده و در ظرف مخصوص مایکروویو گرم شوند. چنانچه از درپوش یا روکش پلاستیکی منفذدار استفاده کنید غذا به طور یکنواخت تری گرم می شود. به هنگام برداشتن روکش مراقب باشید که بخار غذا دستتان را نسوزاند. از جدول زیر می توان به عنوان راهنمای گرم کردن غذاهای پخته شده استفاده نمایید.

نوع غذا	زمان پخت (at HIGH)	دستورالعمل های ویژه
پوره سیب زمینی ۳۵۰ گرم	۲/۵ ~ ۳/۵ دقیقه ۶ ~ ۹ دقیقه	از قابلمه درب دار مخصوص مایکروویو استفاده کنید. در نیمه زمان پخت غذا را هم بزنید.
لوبیا ۱ فنجان	۱ ۱/۴ ~ ۳ دقیقه	از قابلمه درب دار مخصوص مایکروویو استفاده کنید. در نیمه زمان پخت غذا را هم بزنید.
راویولی یا پاستا با سس ۱ فنجان ۴ فنجان	۴ ~ ۲ ۱/۴ دقیقه ۱۱ ~ ۷ ۱/۴ دقیقه	از قابلمه درب دار مخصوص مایکروویو استفاده کنید. در نیمه زمان پخت غذا را هم بزنید.
برنج ۱ فنجان ۴ فنجان	۱ ۱/۴ ~ ۱ دقیقه ۵ ~ ۳ ۱/۴ دقیقه	از قابلمه درب دار مخصوص مایکروویو استفاده کنید. در نیمه زمان پخت غذا را هم بزنید.
نان ساندویچ گرد یا رول	۳۰ ~ ۱۵ ثانیه	نان را در کاغذ مخصوص پخت قرار داده و روی سینی شیشه ای بگذارید.
سبزیجات ۱ فنجان ۴ فنجان	۲ ۱/۴ ~ ۱ ۱/۴ دقیقه ۵ ۱/۴ ~ ۳ ۱/۴ دقیقه	از قابلمه درب دار مخصوص مایکروویو استفاده کنید. در نیمه زمان پخت غذا را هم بزنید.
سوپ به اندازه یک نفر (۲۳۰ g)	۲ ~ ۱ ۱/۴ دقیقه	از قابلمه درب دار مخصوص مایکروویو استفاده کنید. در نیمه زمان پخت غذا را هم بزنید.

نوع غذا	زمان پخت (at HIGH)	دستورالعمل های ویژه
گوشت ورقه شده سه تکه ضخامت ۰/۵ Cm	۲ ~ ۱ دقیقه	گوشت تکه شده را در ظرف مایکروویو قرار دهید. از روکش منفذ دار پلاستیکی استفاده کنید. توجه: استفاده از سس موجب حفظ آب آن می شود.
مرغ خرد شده ۱ سینه کامل ۱ ران کامل	۳ ~ ۲ دقیقه ۳ ۱/۴ ~ ۳ دقیقه	تکه های مرغ را در ظرف مایکروویو بگذارید. از روکش منفذ دار پلاستیکی استفاده کنید.
فیله ماهی (۱۷۰-۲۳۰ g)	۲ ~ ۱ دقیقه	ماهی را بر روی صفحه مایکروویو بگذارید. از روکش منفذ دار پلاستیکی استفاده کنید.
لازانیا به اندازه یک نفر یا (۳۰۰ g)	۶ ~ ۴ دقیقه	لازانیا را بر روی صفحه مایکروویو بگذارید. از روکش منفذ دار استفاده کنید.
کاسارولی ۱ فنجان ۴ فنجان	۳ ~ ۱ ۱/۴ دقیقه ۷ ~ ۴ ۱/۴ دقیقه	از قابلمه درب دار مخصوص مایکروویو استفاده کنید. در نیمه زمان پخت غذا را هم بزنید.
پنیر یا کرم کاسارولی ۱ فنجان ۴ فنجان	۲ ۱/۴ ~ ۱ دقیقه ۶ ~ ۳ ۱/۴ دقیقه	از قابلمه درب دار مخصوص مایکروویو استفاده کنید. در نیمه زمان پخت غذا را هم بزنید.
سوپ جو یا ساندویچ گوشت ۱ ساندویچ (۱/۴ فنجان پرنده ساندویچ بدون نان گرد)	۲ ۱/۴ ~ ۱ دقیقه	از قابلمه درب دار مخصوص مایکروویو استفاده کنید. در نیمه زمان پخت غذا را هم بزنید.

راهنمای سبزیجات تازه

نوع غذا	مقدار لازم	زمان پخت (HIGH)	دستور العمل پخت
قارچ تازه ورقه شده	۲۳۰ گرم	۱۷/۴ ~ ۲۷/۴	قارچ ها را در یک قابلمه ۱/۵ لیتری درب دار قرار دهید. در نیمه زمان پخت غذا را هم بزنید. ۲-۳ دقیقه صبر کنید.
هویج فرنگی تازه ورقه شده	۴۵۰ گرم	۳ ~ ۶	به همراه ۱ فنجان آب در یک قابلمه ۱/۵ لیتری درب دار قرار دهید. در نیمه زمان پخت غذا را هم بزنید. ۲-۳ دقیقه صبر کنید.
نخود فرنگی تازه	۴ لیوان	۶ ~ ۹	نخود فرنگی را در یک قابلمه ۱/۵ لیتری درب دار ریخته و ۱/۲ فنجان به آب اضافه کنید. در نیمه زمان پخت غذا را هم بزنید. ۲-۳ دقیقه صبر کنید.
سبب زمینی کاملاً تنوری (هر کدام ۱۷۰-۲۳۰ گرم)	۲ عدد متوسط ۴ عدد متوسط	۵ ~ ۹ ۹ ~ ۱۳	سبب زمینی ها را از چند جای مختلف با چنگال سوراخ کنید. آنها را روی دو ورقه غذا مخصوص پخت قرار دهید. در نیمه زمان پخت غذا را هم بزنید. ۲-۳ دقیقه صبر کنید.
سبب زمینی اسلامی کاملاً تنوری (هر کدام ۱۷۰-۲۳۰ گرم)	۲ عدد ۴ عدد	۵/۴ ~ ۷/۴ ۹/۴ ~ ۱۴/۴	سبب زمینی ها را از چند جای مختلف با چنگال سوراخ کنید. آنها را روی دو ورقه غذا مخصوص پخت قرار دهید. در نیمه زمان پخت غذا را هم بزنید. ۲-۳ دقیقه صبر کنید.
برگ اسفناج	۴۵۰ گرم	۶ ~ ۸	اسفناجها را در یک قابلمه ۱/۵ لیتری درب دار ریخته و ۱ فنجان به آن آب اضافه کنید. ۲-۳ دقیقه صبر کنید.
کدوی مسمای تازه خرد شده	۴۵۰ گرم	۴/۴ ~ ۷/۴	ورقه های کدو را در یک قابلمه ۱/۵ لیتری درب دار قرار دهید. و ۱/۲ فنجان به آن آب اضافه کنید. در نیمه زمان پخت غذا را هم بزنید. ۲-۳ دقیقه صبر کنید.
کدوی مسمای تازه ، درسته	۴۵۰ گرم	۶ ~ ۹	کدوها را با چنگال سوراخ کنید. روی دو ورقه کاغذ مخصوص پخت قرار دهید. در نیمه زمان پخت آنها را جابجا کرده و برگردانید.

نوع غذا	مقدار لازم	زمان پخت (HIGH)	دستور العمل پخت
کنگر (۲۳۰ گرم)	۲ عدد متوسط ۴ عدد متوسط	۴/۵ ~ ۷ ۱۰ ~ ۱۲	آنها را کمی مرتب کنید. ۲ قاشق غذاخوری آب و ۲ قاشق غذاخوری آب سبزی به آن اضافه کنید. روی آن را بپوشانید. زمان انتظار دقیقه ۲-۳
مارچوبه تازه	۴۵۰ گرم	۳ ~ ۶	۱ فنجان آب به آن اضافه کنید. روی آن را بپوشانید. زمان انتظار دقیقه ۲-۳
لوبیا سبز	۴۵۰ گرم	۶ ~ ۱۰	لوبیا را همراه ۱/۲ فنجان آب در یک قابلمه ۱/۵ لیتری بدون در بریزید. در نیمه زمان پخت غذا را هم بزنید. زمان انتظار دقیقه ۲-۳
لوبیا تازه	۴۵۰ گرم	۱۰ ~ ۱۴	لوبیا را همراه ۱/۲ فنجان آب در یک قابلمه ۱/۵ لیتری بدون در بریزید. در نیمه زمان پخت غذا را هم بزنید. زمان انتظار دقیقه ۲-۳
کلم بروکلی (تازه و خرد شده)	۳۰۰ گرم	۳/۴ ~ ۴	کلم را در ظرف مخصوص فر قرار دهید. ۱/۲ فنجان آب به آن اضافه کنید. زمان انتظار دقیقه ۲-۳
کلم تازه و خرد شده	۴۵۰ گرم	۷ ~ ۹	کلم را همراه ۱/۲ فنجان آب در یک قابلمه ۱/۵ لیتری بدون در بریزید. در نیمه زمان پخت غذا را هم بزنید. زمان انتظار دقیقه ۲-۳
هویج تازه حلقه شده	۲۰۰ گرم	۲ ~ ۳	هویج را همراه ۱/۴ فنجان آب در یک قابلمه ۱۰۵ لیتری بدون در بریزید. در نیمه زمان پخت غذا را هم بزنید.
گل کلم درسته	۴۵۰ گرم	۵ ~ ۷	گل کلم را کمی مرتب کنید. کرفسها را خرد کرده با ۱/۲ فنجان آب در یک قابلمه ۱۰۵ لیتری بدون در بریزید. در نیمه زمان پخت غذا را هم بزنید. زمان انتظار دقیقه ۲-۳
ذرت تازه	۲ لیوان	۴ ~ ۸	۲ قاشق غذا خوری آب در ظرف ۱/۵ لیتری بریزید. درپوش آن را گذاشته و ۲-۳ دقیقه صبر کنید.

راهنمای پخت با گریل

دستورالعمل سرخ کردن گوشت با گریل

- چربیهای اضافی گوشت را جدا کنید. فقط چربی را جدا کرده و اطمینان حاصل نمایید حین انجام این کار گوشت را برش ندهید. (این کار از جدا شدن آسان چربی جلوگیری می کند)
- آن را بر روی سه پایه کنار هم چیده و آغشته به کره یا روغن کنید.
- در نیمه زمان پخت، گوشت را برگردانید.

راهنمایی برای سرخ کردن ماهی و غذاهای دریایی ماهی و غذاهای دریایی را بر روی سه پایه بلند بگذارید. قبل از سرخ کردن در هر دو طرف ماهی درسته خطوط و شکافهای اریب ایجاد کنید. قبل و حین پخت ماهی و غذاهای دریایی را آغشته به روغن کنید. این کار مانع از خشک شدن ماهی می شود. زمان ارایه شده در جدول را جهت سرخ کردن رعایت کنید. ماهی درسته و استیک ماهی باید در نیمه زمان سرخ شدن، برگردانده شوند.

نوع غذا	وزن مجاز	زمان پخت (دقیقه)	نکات مهم
فیله ماهی (ضخامت ۱ cm) (ضخامت ۱/۵ cm)	۲۳۰ گرم ۲۳۰ گرم	۱۷~۲۱ ۲۰~۲۴	سطح آن را به کره آب کرده یا روغن آغشته نمایید. در نیمه زمان پخت آن را برگردانید.
استیک ماهی (ضخامت ۲/۵ cm)	۲۳۰ گرم	۲۴~۲۸	
ماهی درسته	۲۲۵-۳۵۰ ۴۰۰ گرم	۱۶~۲۰ ۲۴~۲۸	برای ماهی های ضخیم تر و پرچربی زمان بیشتری نیاز دارید.
صدف گوشتی میگوی نپخته	۴۵۰ گرم ۴۵۰ گرم	۱۶~۲۰ ۱۶~۲۰	به هنگام پخت آن را به خوبی چرب کنید.

نوع غذا	وزن مجاز	زمان پخت (دقیقه)	نکات مهم
ساندویچ گوشت گوساله	۵۰×۲ گرم ۱۰۰×۲ گرم	۱۳~۱۶ ۱۹~۲۳	با روغن یا کره آب شده آن را چرب کنید. قسمتهای نازک باید روی سه پایه گریل قرار بگیرند. قسمتهای کلفت باید روی سینی قرار بگیرند. در نیمه زمان پخت غذا را برگردانید.
استیک گوساله (ضخامت ۵/۵ cm) آبدار (نیمه خام) نیم پز کاملاً پخته	۲۳۰×۲ گرم ۲۳۰×۲ گرم ۲۳۰×۲ گرم	۱۸~۲۰ ۲۲~۲۴ ۲۶~۲۸	
گوشت گوسفند (ضخامت ۲/۵) سانتی متر	۲۳۰×۲ گرم	۲۵~۳۲	هر چند وقت یکبار آن را برگردانید.

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



⚠️ **اخطار**

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

۳۶ مایکروویو باید در حالیکه در تزیینی آن باز است، مورد استفاده قرار گیرد.

۳۷ دوشاخه دستگاه باید در دسترس بوده و یا از سیم ثابتی که دارای یک سویچ

است استفاده کنید.

۳۸ برای تمیز کردن شیشه دستگاه از پاک کننده های سایشی یا از سیم ظرفشویی استفاده نکنید چرا که سطح آن را می خراشد و باعث کدر شدن آن می شود.

⚠ هشدار:

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

⚠ هشدار:

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

⚠ هشدار:

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

⚠ هشدار:

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

⚠ هشدار:

در هنگام استفاده از دستگاه، متعلقات دستگاه داغ می شوند. کودکان را دور نگهدارید.

⚠ هشدار:

این وسیله برقی برای استفاده توسط اشخاص (شامل کودکان) با توانائی های کاهش یافته فیزیکی، حسی یا روانی و یا فاقد تجربه یا دانش طراحی نشده است، مگر آنکه توسط شخصی که مسئولیت امنیت آنها را بر عهده دارد در ارتباط با استفاده از این وسیله برقی تحت نظارت قرار گرفته یا دستورالعمل های لازم را دریافت کرده باشند

ظروف مخصوص مایکروویو

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

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

ظرفهای غذا یا بشقاب

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

ظرفهای شیشه‌ای

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

ظرفهای ذخیره غذا از جنس پلاستیک

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

کاغذی

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

بسته‌های پخت پلاستیکی

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

ظرفهای پلاستیکی مایکروویو

ظرفهای پلاستیکی مایکروویو در اندازه‌ها و شکل‌های مختلف مهیاست. اکثر افراد، از مواردی که آزمایش شده‌اند استفاده می‌کنند تا مواردی که تازه به بازار آمده‌اند.

ظرف سفالی، سرامیک یا سنگی

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

احتیاط

چیزهایی که دارای مقدار زیادی سرب یا آهن هستند برای پخت و پز مناسب نیستند. ظرفها باید چک شوند یا مطمئن شوید که برای فر مناسبند.

مشخصه های غذا و پخت با مایکروویو

توجه دقیق به همه چیز

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

عواملی را که در زمان پخت در مایکروویو اثر می گذارند.

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

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

تراکم غذا

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

ارتفاع غذا

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

میزان رطوبت غذا

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

مقدار استخوان و چربی غذا

استخوان حرارت را انتقال داده و چربی سریعتر از گوشت می پزد در هنگام پخت غذاهای چرب یا استخواندار باید در نظر داشت که آنها به طور یکسان نپخته و بیش از حد نیز نمی پزد.

مقدار غذا

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

شکل غذا

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

پوشاندن

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

قهوه ای شدن یا سرخ شدن

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

پوشاندن با کاغذ ضد چربی

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

مرتب سازی و جا دادن

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

مشخصه های غذا و پخت با مایکروویو

هم زدن

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

چرخاندن

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

پوشاندن

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

بالا تر گذاشتن غذا

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

سوراخ کردن

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

امتحان کردن غذا برای پخت

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

زمان مکث

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

تمیز کردن فر مایکروویو

۱- تمیز کردن داخل فر

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

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

۲- تمیز کردن خارج فر

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

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

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

۵ از بخار شوی استفاده نکنید.

پرسش و پاسخ

س- وقتی چراغ فر روشن نمی شود علت چیست؟

ج- ممکن است دلایل متعددی داشته باشد. لامپ سوخته یا در بسته نشده باشد.

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

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

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

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

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

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

س- چرا بعضی اوقات تخم مرغ ها می ترکند؟

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

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

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

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

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

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

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

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

احتیاط

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

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

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

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

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

س- چرا پس از برخی از دفعات آشپزی فن خنک کننده به کار می افتد؟

آیا اشکال دارد؟

ج- وقتی فضای داخل داغ باشد، فن خنک کننده برای خنک کردن برای لحظاتی کوتاه به کار می افتد. این امر طبیعی است.

اطلاعات در مورد سیم و دوشاخه / مشخصات فنی



هشدار

این وسیله باید به زمین متصل باشد.

سیمهای این وسیله مطابق کدهای زیر رنگی هستند.

آبی - نول

قهوه ای - برق دار

سبز و زرد - برای زمین

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

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

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

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

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

مشخصات فنی

CC-4284TCR	
230 V~ 50 Hz	جریان ورودی برق
900 W (IEC60705 rating standard)	خروجی
2450 MHz	فرکانس مایکروویو
574 mm(W) X 376 mm(H) X 505 mm(D)	ابعاد بیرونی
	مصرف برق
1350 watt	مایکروویو
1250 watt	گریل
max. 2600 watt	ترکیبی
1950 watt	کانوکشن

مراکز خدمات پس از فروش گلبران

ردیف	استان	شهر	نام خانوادگی	تلفن
۱	اردبیل	اردبیل	پاشازاده	۲۲۴۹۳۷۱-۲۲۴۹۳۷۰-۲۲۴۵۵۸۱
۲	اصفهان	اصفهان	صفا	۶۲۵۵۰۰۰
۳	اصفهان	اصفهان	ادیب	۴۳۷۹۰۰۰-۱
۴	اصفهان	اصفهان	کیانی	۲۳۵۱۴۵۴-۲۳۵۱۴۵۳
۵	اصفهان	شاهین شهر	گودرزی	۵۴۰۹۵۹
۶	اصفهان	کاشان	باقری نسب	۴۳۳۷۹۵۴-۴۳۳۰۰۱۴
۷	ایلام	ایلام	هجراتی	۳۳۳۸۴۷۳
۸	آذربایجان شرقی	تبریز	نجفی	۳۳۵۳۳۳۵/۳۳۶۳۶۱۳
۹	آذربایجان شرقی	تبریز	زارعی	۵۵۵۰۲۸۵-۵۵۴۰۰۴۱
۱۰	آذربایجان شرقی	میانه	شیخی	۲۲۲۱۰۰۲-۲۲۲۴۶۶۸
۱۱	آذربایجان غربی	ارومیه	عبادی	۲۲۲۴۵۷۱-۲۲۲۷۷۰۰
۱۲	آذربایجان غربی	خوی	گنجی مطلق	۲۲۲۲۲۹۰-۲۲۲۶۹۹۰
۱۳	بوشهر	بوشهر	اشعری	۲۵۲۲۸۹۵-۲۵۲۲۸۹۳
۱۴	تهران	اسلامشهر	شامی	۲۲۵۱۴۴۰-۲۲۴۱۳۷۵
۱۵	تهران	کرج	ساسانی	۴۴۳۷۸۸۰-۴۴۲۹۴۷۳
۱۶	تهران	ورامین	شاملو	۲۲۵۳۲۱۶
۱۷	چهارمحال و بختیاری	شهرکرد	ابراهیمی	۲۲۲۲۵۵۵/۲۲۲۶۴۷۷
۱۸	خراسان جنوبی	بیرجند	زینلی	۴۴۳۷۵۱۵-۴۴۳۲۳۱۰/۴۴۳۳۳۰۹
۱۹	خراسان جنوبی	بیرجند	افشاری	۴۴۴۰۶۶۰
۲۰	خراسان رضوی	سبزوار	طیلسی	۲۲۲۸۱۹۶۰
۲۱	خراسان رضوی	قوچان	ثروتمند	۲۲۲۸۱۷۵
۲۲	خراسان رضوی	مشهد	شهاب فر	۷۲۶۸۶۵۶-۷
۲۳	خراسان رضوی	مشهد	عبدا...زاده	۸۴۲۳۶۲۴
۲۴	خراسان رضوی	مشهد	ایلدر آبادی	۷۳۳۵۵۸۴-۸۵-۸۶
۲۵	خراسان رضوی	نیشابور	رباطی	۳۳۳۹۹۵۰-۳۳۳۴۴۰۹۰
۲۶	خراسان شمالی	بجنورد	حسینی	۲۲۴۰۶۴۱/۲۲۲۰۰۶۳
۲۷	خوزستان	امیدیه	پولادوند	۳۲۲۱۰۹۰
۲۸	خوزستان	اندیمشک	قره داغی	۴۲۲۶۴۵۷-۴۲۲۸۱۲۴
۲۹	خوزستان	اهواز	جعفری	۲۲۲۵۳۷۱/۲۲۲۵۴۵۵
۳۰	خوزستان	اهواز	امین زر	۴۴۷۲۴۶۵-۴۴۷۳۴۷۵
۳۱	خوزستان	اهواز	نیهانی	۲۲۵۶۱۶۱-۲۲۵۶۱۶۲-۲۲۵۶۱۶۳
۳۲	خوزستان	آبادان	کریمی نیا	۴۴۳۷۸۱۶-۴۴۳۷۹۱۲
۳۳	خوزستان	بهبهان	افتخاری	۳۳۳۴۶۳۳

۲۲۳۷۵۲-۲۲۲۷۲۹۶	صراف زاده	دزفول	خوزستان	۳۴
۲۲۳۰۱۴۵	ولایتی پور	دزفول	خوزستان	۳۵
۵۱۱۴۷۱۵	حقیقی	شوش دانیال	خوزستان	۳۶
۲۲۴۰۰۱۶	صادقیان	ماهشهر	خوزستان	۳۷
۵۲۴۵۲۵۶	راغبی	زنجان	زنجان	۳۸
۳۲۳۹۹۹۴	حاج علیان	سمنان	سمنان	۳۹
۳۲۱۴۵۰۰-۲	مطهر	زاهدان	سیستان و بلوچستان	۴۰
۳۲۲۸۴۸۱	نعمت الهی	آبادان	فارس	۴۱
۲۲۸۰۵۸۲-۲۲۸۸۸۴۴	زرگر	شیراز	فارس	۴۲
۸۲۰۳۳۵۵	ستوده	شیراز	فارس	۴۳
۲۲۴۹۵۸۲-۲۲۴۲۱۸۲	فتح الهی	شیراز	فارس	۴۴
۲۲۴۱۳۵۳-۲۲۳۸۴۸۴	پام	کازرون	فارس	۴۵
۳۲۳۱۲۹۹	شهیدیان	مرودشت	فارس	۴۶
۲۲۳۸۵۶۰	عظیمی	قزوین	قزوین	۴۷
۷۷۵۶۴۶۵	سامانی	قم	قم	۴۸
۶۶۱۵۰۵۷/۶۶۱۳۸۶۰	ایوثری	قم	قم	۴۹
۳۲۳۷۸۶۸-۳۲۴۴۷۰۰	محمدیان	سننج	کردستان	۵۰
۲۲۱۲۳۱۸	موقر افضلی	چیرفت	کرمان	۵۱
۸۲۲۶۱۷۰-۸۲۲۰۵۵۶	دهقان رجبی	رفسنجان	کرمان	۵۲
۴۲۲۳۷۲۵	رضوی	سیرجان	کرمان	۵۳
۲۷۲۳۴۶۳-۲۷۲۵۰۶۰	دهقان	کرمان	کرمان	۵۴
۲۲۳۱۱۲۶	ابراهیمی	کرمان	کرمان	۵۵
۳۲۳۹۶۹۹	حیدری	پاسوج	کهگیلویه و بویر احمد	۵۶
۸۲۸۲۷۲۷-۸۲۸۰۵۲۲	علیخانی	کرمانشاه	کرمانشاه	۵۷
۲۲۶۱۴۱۰-۲۲۶۱۴۲۰-۲۲۴۲۴۴۲۷-۲۲۴۸۲۲۰-۲۲۴۸۴۱۰	کابلی	گرگان	گلستان	۵۸
۵۵۵۰۲۱۸/۵۵۵۳۳۱۸	حیدری	گنبد کاووس	گلستان	۵۹
۴۲۴۴۴۲۳	بهشتی	بندر انزلی	گیلان	۶۰
۳۲۲۰۴۰۶	پور عبدالحمید	رشت	گیلان	۶۱
۲۲۳۲۱۴۴-۲۲۴۶۵۲۳	عباسی	رشت	گیلان	۶۲
۲۲۲۸۲۴۵	محمد پور	لاهیجان	گیلان	۶۳
۵۲۲۹۴۰۱	پور اسماعیل	لنگرود	گیلان	۶۴
۴۲۲۰۳۰۲-۴۲۲۵۵۵۹	پور عینی	هشتپر طالش	گیلان	۶۵
۲۲۲۱۴۴۴	حقیقی	الیگودرز	لرستان	۶۶
۲۶۲۸۶۲۸-۲۶۲۳۳۶۳۰	شادباش	بروجرد	لرستان	۶۷
۲۲۰۷۵۶۷	مشرقیان	خرم آباد	لرستان	۶۸

۶۹	مازندران	آمل	تیماج چی	۲۲۲۱۹۰۷
۷۰	مازندران	بابل	کیانی	۲۲۹۲۵۱۰-۲۲۲۱۲۱۰
۷۱	مازندران	بابل	هاشمی	۳۲۲۷۰۵۶
۷۲	مازندران	بابلسر	رضایی	۵۲۵۲۸۸۸-۵۲۵۲۸۸۸
۷۳	مازندران	بهشهر	میرزائی	۵۲۲۸۳۳۹-۵۲۲۴۸۵۶
۷۴	مازندران	تنکابن	فصیحی	۴۲۲۲۹۳۳-۴۲۸۲۹۳۳
۷۵	مازندران	چالوس	الیاسی	۲۲۲۲۲۵۲
۷۶	مازندران	رامسر	پور نادری	۵۲۵۷۵۹۰
۷۷	مازندران	ساری	جلیلی	۲۲۶۳۴۱۰/۲۲۶۳۴۸۰/۲۲۶۴۲۴۱
۷۸	مازندران	قائم شهر	گیاه تازه	۳۲۴۷۷۱۲-۳۲۸۵۷۱۲-۳۲۴۷۲۰۶
۷۹	مازندران	محمود آباد	قلی زاده	۷۷۴۲۹۸۶
۸۰	مازندران	نوشهر	خواجوند	۳۲۲۲۲۲۶
۸۱	مرکزی	اراک	جمشیدی	۲۲۴۹۰۶۶-۲۲۳۳۹۳۹
۸۲	مرکزی	اراک	بیدیعی	۲۲۲۹۵۵۵-۲۲۲۰۳۵۸-۲۲۲۱۰۱۲-۱۴
۸۳	مرکزی	خمین	شعینی	۲۲۲۳۹۰۱-۲۲۲۰۳۷۰
۸۴	هرمزگان	بندر عباس	اسماعیلی گلسفید	۳۳۳۱۶۳۹
۸۵	همدان	همدان	مظاهری	۸۲۶۵۸۲۹-۸۲۶۲۵۲۹
۸۶	یزد	یزد	غنی پور	۶۳۴۸۷۱۱



فقط با ضمانت نامه فارسی گلدیران
 با بیش از ۴۰۰ مرکز خدمات پس از فروش در سراسر ایران
 مرکز اطلاع رسانی و خدمات مشتریان گلدیران:

خط ویژه: ۰۲۱-۸۴۷۳۳ (تهران)

گلدیران نماینده انحصاری محصولات خانگی، صوتی و تصویری ال جی
 در ایران.

www.goldiran.ir

www.lge.ir

