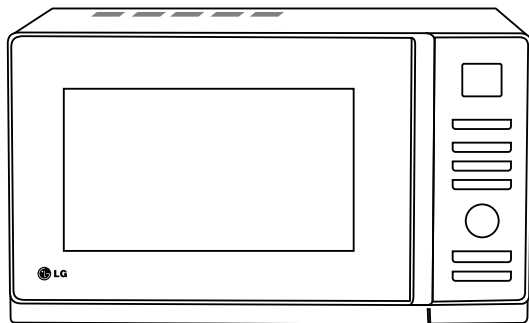




Owner's Manual

Please read this manual carefully and thoroughly before operating this unit.

MC-7687AB

Contents / विषय सूची

Contents / विषय सूची	2
Precautions / सावधानियां	3-4
Unpacking & Installing / खोलना और स्थापित करना	5-6
Child Lock / चाइल्ड लॉक	7
Quick Start / क्विक स्टार्ट	8
Micro Power Cooking / माइक्रो पावर कुकिंग	9
Micro Power Level / माइक्रो पावर स्तर	10
Grill Cooking / ग्रिल कुकिंग	11
Grill Combination Cooking / ग्रिल कॉम्बीनेशन कुकिंग	12
Convection Combination Cooking / कन्वैक्शन कॉम्बीनेशन कुकिंग	13
Convection Preheat / कन्वैक्शन प्रीहीट	14
Convection Cooking / कन्वैक्शन कुकिंग	15
Various Cook Functions / विभिन्न कुक कार्यप्रणालियां	16
NUTRI CARE	
Health Plus / हेल्थ प्लस	17-19
Soup / सूप	20-21
Continental Menu / कॉन्टीनेन्टल मीनू	22-24
INDIAN RASOI	
Indian Cuisine / भारतीय व्यंजन	25-27
Sweets Corner / स्वीट कॉर्नर	28-29
Chatpat Corner / चटपट कॉर्नर	29-30
24 HOUR	
Breakfast / ब्रेकफास्ट	31-32
Child's Favourite / बच्चों की मनपसंद	33-34
Bakery / बेकरी	35-36
UTILITY CORNER	
Cake / केक	37-38
Utility Corner / सुविधा कॉर्नर	39
Fermentation / फरमेंटेशन	40
Important Safety Instructions / महत्वपूर्ण सुरक्षा निर्देश	41-42
Technical Specifications / Two recipes for starter / टेक्निकल स्पेसिफिकेशन / नवसिखुए के लिए दो व्यंजन	43

Precautions to avoid possible exposure to excessive microwave energy.

सावधानी अत्याधिक सूक्ष्म तरंग ऊर्जा की सम्भावित नष्ट से बचाने के लिए ।

You cannot operate your oven with the door open due to the safety interlocks built into the door mechanism. These safety interlocks automatically switch off any cooking activity when the door is opened; which in the case of a microwave oven could result in harmful exposure to microwave energy. **It is important not to tamper with the safety interlocks.**

डोअर प्रणाली में इंटरलॉक होने की वजह से आप दरवाजा खुला रख के नहीं चला सकते । ये सेफ्टी इंटरलॉक जब दरवाजा खुला होता है तब स्वयं अपने आप पकने की प्रक्रिया बन्द करते हैं । नहीं तो इससे मायक्रोवेव का अधिक स्पर्श मे आ सकते हैं । इसलिए आप सेफ्टी इंटरलॉक के साथ छेड़खानी ना करें ।

Do not place any object between the oven front face and the door or allow food or cleaner residue to accumulate on sealing surfaces.

अवन के फ्रंट सतह और डोर के बीच कोई वस्तु न रखे और न ही मैल या सफाई करने का कोई भी बची हुई वस्तु न जमने दे ।

Do not operate your oven if it is damaged. It is particularly important that the oven door closes properly and that there is no damage to the: (1) door(bent), (2) hinges and latches (broken or loosened), (3) door seals and sealing surfaces.

अवन का प्रयोग न करें यदि (1) दरवाजा मुड़ा हो (2) हिंज या लैच ढीला हो (3) डोर के बंद होने वाले सतह क्षतिग्रस्त हो ।

Your oven should not be adjusted or repaired by anyone except qualified service personnel.

अवन की एडजस्टमेंट या मरम्मत कुशल सर्विस व्यक्ति से ही कराए ।

Warning/ चेतावनी

Please ensure cooking times are correctly set as over cooking may result in the FOOD catching fire and subsequent damage to your oven.

यह ध्यान रखे की पकाने का समय सही से निर्धारित किया जाए । जैसा कि ज्यादा पकाना आहार का आग पकड़ सकता है और साथ ही साथ आपके अवन को नष्ट कर सकता है ।

Precautions सावधानियाँ

When heating liquids, e.g. soups, sauces and beverages in your microwave oven, overheating the liquid beyond boiling point can occur without evidence of bubbling. This could result in a sudden boil over of the hot liquid. To prevent this possibility the following steps should be taken:

जब आपके अवन में तरल पदार्थ जैसे सूप, सॉस और अन्य पेय गर्म करते समय यदि उबलनांक से अधिक गर्म हो जाते हैं तो बुलबुले नहीं दिखाई देते । इससे तरल पदार्थ जरूरत से ज्यादा गर्म हो जाते हैं । इस संभावना से बचने के लिए निम्नलिखित कदम उठाने चाहिए ।

- 1 Avoid using straight sided containers with narrow necks./पतले गले वाले और सरल बाजू वाले बर्तनों का प्रयोग ना करें ।
- 2 Do not overheat./ ज्यादा गरम नहीं करें ।
- 3 Stir the liquid before placing the container in the oven and again halfway through the heating time./ बर्तन रखने से पहले उसमें तरल पदार्थ को घुमाईए और आधा पकने का समय होने के बाद फिर उसे घुमाए ।
- 4 After heating, allow to stand in the oven for a short time, stir or shake them again carefully and check the temperature of them before consumption to avoid burns (especially, contents of feeding bottles and baby food jars). Be careful when handling the container./ गर्म करने के बाद थोड़े समय के लिए वैसे ही रखे, उसे घुमाए या हिलाए और उसका तपमान खाने से पहले देख ले ।
- 5 Clean the oven interior with a damp cloth after use./ प्रयोग के बाद अवन की अन्दरूनी सतह साफ करें ।
- 6 Never operate the oven without Glass Tray & Roller rest / metal container as it may cause sparking./ अवन का ग्लास ट्रे और रोलर रैस्ट के बिना प्रयोग ना करें जिससे स्पर्किंग हो सकती है ।

Warning/ चेतावनी

Always allow food to stand after being cooked by microwaves and check the temperature of them before consumption. Especially contents of feeding bottles and baby food jars.

सूक्ष्म तरंगों द्वारा भोजन पकाये जाने के बाद कुछ समय के लिए ढककर अवश्य छोड़ दें । भोजन खाने से पहले उसके तापमान की जाँच आवश्यक कर लें । बच्चों के भोजन व दूध में विशेष सावधानी बरतें ।

Precautions

सावधानियाँ

How the Microwave Oven Works / मायक्रोवेव अवन कैसे काम करता है ।

Microwaves are a form of energy similar to radio and television waves and ordinary daylight. Normally, microwaves spread outwards as they travel through the atmosphere and disappear without effect. Microwave ovens, however, have a magnetron which is designed to make use of the energy in microwaves. Electricity, supplied to the magnetron tube, is used to create microwave energy.

सूक्ष्म तरंगें एक प्रकार की ऊर्जा हैं जो रेडियो तरंगों और सामान्य प्रकार तरंगों के समान गती होती हैं । सामान्यतः ये सूक्ष्म तरंगें वायुमण्डल में चालीत होते समय बाहरी ओर फैलती हैं और बिना कोई प्रभाव डाले स्वतः ही समाप्त हो जाती हैं । परन्तु माइक्रोवेव अवनों में मैग्नेट्रोन इसप्रकार लगाया गया है कि वह सूक्ष्म तरंगों की ऊर्जा का प्रयोग कर सके । मैग्नेट्रोन को दी गई विद्युत जब मैग्नेट्रोन नली में दी जाती है तो वे सूक्ष्म तरंग ऊर्जा को पैदा करती हैं ।

These microwaves enter the cooking area through openings inside the oven. A turntable or tray is located at the bottom of the oven. Microwaves cannot pass through metal walls of the oven, but they can penetrate such materials as glass, porcelain and paper, the materials out of which microwave-safe cooking dishes are constructed.

यह सूक्ष्मतरंग पकाने के क्षेत्र में अवन के अंदरूनी छुते हुए हिस्से से प्रवेश करती हैं । एक घूमती हुई तश्तरी अवन के नीचे के हिस्से पर स्तीथ रहती हैं । सूक्ष्म तरंगें अवन की धातु दिवारों से बाहर नहीं आती, लेकिन वह घुस जाती हैं । शीशे, चिनी मिट्टी के पात्र और कागज जैसे पदार्थों में; और वह पदार्थ सूक्ष्मतरंग सुरक्षित पकानेव । ली व्यंजन के लिए बनते हैं ।

Microwaves do not heat cookware, though cooking vessels will eventually get hot from the heat generated by the food.

सूक्ष्मतरंगें उन गृहउपयोगी बरतनों को गरम नहीं करती हैं, जो पकाने वाले पात्र कभी कभी गरम होते हैं । जो की आहार द्वारा गरम हो जाते हैं ।

A very safe appliance

एक बहुत सुरक्षित उपकरण

Your microwave oven is one of the safest of all home appliances. When the door is opened, the oven automatically stops producing microwaves. Microwave energy is converted completely to heat when it enters food, leaving no "left over" energy to harm you when you eat your food.

आपका सूक्ष्म तरंग अवन सबसे ज्यादा सुरक्षित है आपके सब गृह उपकरण की अपेक्षा । जब दरवाजा खुला है अवन अपने आप सूक्ष्म तरंग बनाना बंद कर देगा । सूक्ष्म तरंग ऊर्जा पूरी तरह से गर्माहट में बदल जाती है जब आहार से जाती है, और नहीं छोड़ती कोई भी ऊर्जा हानी के लिए जब आप आहार खायें ।

By following the basic steps on these two pages you will be able to quickly check that your oven is operating correctly. Please pay particular attention to the guidance on where to install your oven. When unpacking your oven make sure you remove all accessories and packing. Check to make sure that your oven has not been damaged during delivery.

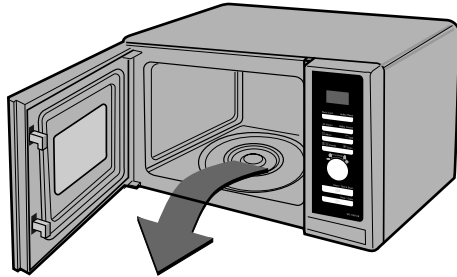
निचे दिए हुए दो पन्नों से आप निर्धारित कर सकते हैं की आपका अवन सही चल रहा है या नहीं। आपका अवन आप कहा स्थापित कर रहे हैं इसके उपर आप ध्यान दें। आपका अवन अवरण से खोलते समय आप सभी असेसरीज और पैकींग निकालें। ये आप निर्धारित करें की आपका अवन डिलिवरी में क्षतिग्रस्त नहीं हुआ है।

Unpacking & Installing खोलना और स्थापित करना

1

Unpack your oven and place it on a flat level surface.

अपना अवन खोलकर एक समतल स्थान पर रख ले।



HIGH RACK / 'हाई' रैक



LOW RACK / 'लो' रैक



GLASS TRAY / काँच की ट्रे



ROTATING RING / रोटेटींग रिंग



MULTI COOK TAWA / मल्टी कुक तवा

Note : Accessories shown above are as per model specific.

टिप्पणी : ऊपर दर्शाई गई एसेसरीज विशिष्ट मॉडल के अनुरूप हैं।

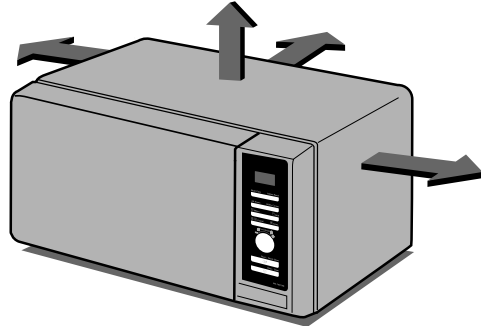
2

Place the oven in the level location of your choice with more than 85cm height but make sure there is at least 30cm of space on the top and 10cm at the rear for proper ventilation. The front of the oven should be at least 8cm from the edge of the surface to prevent tipping.

An exhaust outlet is located on top or side of the oven. Blocking the outlet can damage the oven.

अवन को अपने मनपसन्द स्थान पर 85 सेमी. की ऊँचाई पर रखें लेकिन यह ध्यान रखें कि कम से कम 30 सेमी. का स्थान ऊपर से और 10 सेमी. का स्थान पीछे से टूटना के लिए आवश्यक है। अवन का आगे का हिस्सा कम से कम 8 सेमी. समतल के किनारे से दूर होना चाहिए ताकि वह टकराने से बच सके।

एक बाहरी वायु शून्य के लिए ऊपर और किनारे पर अवन से है बाहरी वायु शून्य को रोकना अवन को नष्ट कर सकता है।



THIS OVEN SHOULD NOT BE USED FOR COMMERCIAL CATERING PURPOSES

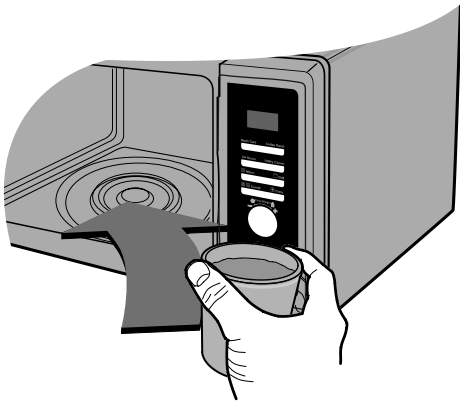
यह तंदूर व्यवसायिक उद्देश्य के लिए नहीं हैं।

3 Plug your oven into a standard household socket. Make sure your oven is the only appliance connected to the socket. If your oven does not operate properly, unplug it from the electrical socket and then plug it back in.

अपने तंदूर को मानक गृह गती से जोड़ दें। इस बात का ध्यान रखें कि आपका तंदूर ही केवल वह उपकरण है जो गति से जुड़ा हुआ है। अगर आपका तंदूर सही ढंग से काम नहीं कर रहा है तो पहले विद्युत गती के निकाल लें और फिर वापस उसे उसमें लगायें।

5 Fill a microwave safe container with 300 ml (1/2 pint) of water. Place on the **GLASS TRAY** and close the oven door. If you have any doubts about what type of container to use please refer to page 26.

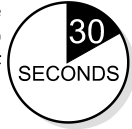
सूक्ष्म तरंग सुरक्षित पात्र के ३०० मिली. पानी भर लें उसे काँच की तरतरी पर बरतें पर तंदूर की दरवाजा बन्द करें। अगर आपको कोई शंका है पात्र के प्रकार में तो कृपया पृष्ठ २६ पर देखें।



6 Fill a microwave safe container with Press the **START**

button one time to set 30 seconds of cooking time. When you press the button, you will hear a BEEP and your oven will start automatically.

शुरुआत बताये की को एक बार दबा दें और ३० सेकन्ड के लिए निर्धारित करें जब आप बताये की दबायेंगे तो एक आवाज सुनेंगे और आपका तंदूर अपने आप काम करना शुरू कर देगा।



4 Open your oven door by pulling the **DOOR HANDLE** Place the **ROTATING RING** inside the oven and place the **GLASS TRAY** on top.

अपने तंदूर के दरवाजे को दरवाजे पर लगे हुए हलथे के द्वारा खींचें। घूमनेवाले वलय को तंदूर के भीतर रखें और काँच की तरतरी को ऊपर रखें।

7 The **DISPLAY** will count down from 30 seconds. When it reaches 0 it will sound BEEPS. Open the oven door and test the temperature of the water. If your oven is operating the water should be warm. Be careful when removing the container it may be hot.

प्रदर्शन में ३० सेकन्ड गिनने शुरू हो जायेंगे जब यह ० तक पहुँचेगा तो एक ध्वनि आयेगी। तंदूर का दरवाजा खोले और पानी का तापमान जाँच लें। अगर आपका तंदूर काम कर रहा है तो पानी गर्म होगा। सावधानी बरतें जब आप उस पात्र को हटा रहे हों वह शायद गर्म हो सकता है।



YOUR OVEN IS NOW INSTALLED
आपका तंदूर अब स्थापित हो गया है।

Child Lock

चाइल्ड लॉक



Your oven has a safety feature that prevents accidental running of the oven. Once the child lock is set, you will be unable to use any functions and no cooking can take place. However your child can still open the oven door.

आपके अवन में विशेष सुरक्षा व्यवस्था है जो अवन को अनजाने में चलने नहीं देती। 'चाइल्ड लॉक' लगाने पर अवन चालू ही नहीं होगा। परन्तु बच्चा बाहरी द्वार अवश्य खोल पायेगा।

Press **STOP/CLEAR**.
STOP/CLEAR दबायें।



Stop / Clear



Press and hold **STOP/CLEAR** until "L" appears on the display and BEEP sounds. / **STOP/CLEAR** बटन तब तक दबा कर रखें जब तक 'डिस्टले पैनेल' पर "L" न आ जाये और 'बीप' न सुनाई दे।
The **CHILD LOCK** is now set. / अब 'चाइल्ड लॉक' लग गया है।

Stop / Clear



To cancel **CHILD LOCK** press and hold **STOP/CLEAR** until "L" disappears. You will hear BEEP when it's released. / यदि घड़ी की 'सेटिंग' की हुई है तो 'पैनेल' पर समय अदृश्य हो जायेगा।

Stop / Clear



Quick Start

क्विक स्टार्ट

In the following example I will show you how to set 2 minutes of cooking on high power.
निम्नलिखित उदाहरण में दर्शाया गया है कि उच्च पावर स्तर पर खाना बनाने के लिए 2 मिनट कैसे सैट करते हैं।



The **QUICK START** feature allows you to set 30 seconds intervals of HIGH power cooking with a touch of the **QUICK START** button.

क्विक स्टार्ट बटन दबा कर 30 सैकेंड के अन्तराल में हाई पावर पर भोजन पका सकते हैं।

Press **STOP/CLEAR**.
STOP/CLEAR दबाएं।



Stop / Clear



Press **QUICK START** four times to select 2 minutes on HIGH power.
Your oven will start before you have finished the fourth press.

उच्च पावर स्तर पर 2 मिनट चुनने के लिए **QUICK START** चार बार दबाएं।
चौथी दाब पूरा होने से पहले आपका ओवन चालू हो जायेगा।

Start / Quick Start



During **QUICK START** cooking, you can extend the cooking time up to 99 minutes 59 seconds by repeatedly pressing the **QUICK START** button or by using **DIAL**.

QUICK START कुकिंग के दौरान आप **QUICK START** बटन को बारम्बार दबाकर या **DIAL** का इस्तेमाल करके पकाने का समय 99 मिनट 59 सैकेंड तक बढ़ा सकते हैं

In the following example I will show you how to cook some food on 720W(80%) power for 5 minutes and 30 seconds.
निम्न उदाहरण में दर्शाया गया है कि 5 मिनट और 30 सैकेंड के लिए 720W(80%) पावर स्तर पर खाना कैसे पकाते हैं।

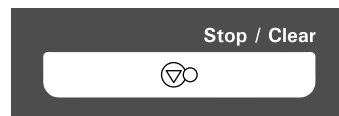
Micro Power Cooking माइक्रो पावर कुकिंग



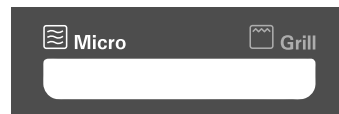
Your oven has five microwave Power settings.
आपके ओवन में 5 पावर स्तर हैं।

Power Level पावर स्तर	%	Power Output पावर मात्रा
HIGH उच्चतम	100%	900W(max.)
MEDIUM HIGH मध्यम उच्च	80%	720W
MEDIUM मध्यम	60%	540W
DEFROST (MEDIUM LOW) मध्यम न्यून	40%	360W(**)
LOW न्यूनतम	20%	180W

Make sure that you have correctly installed your oven as described earlier in this book.
निश्चित कर लें कि आपने अपना ओवन इस पुस्तिका में बताये अनुसार लगाया है।
Press **STOP/CLEAR.** / **STOP/CLEAR** दबाएं।



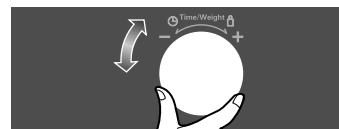
Press **MICRO.**
MICRO दबाएं।



Press **MICRO** until display shows "720W".
MICRO तब तक दबाएं जब तक डिस्प्ले "720W" न दर्शाए।



Turn **DIAL** until display shows "5:30".
DIAL तब तक घुमाएं जब तक डिस्प्ले "5:30" न दर्शाए।



Press **START.** / **START** दबाएं।
When cooking you can increase or decrease cooking time by turning **DIAL.**
खाना पकाते समय **DIAL** घुमाकर आप खाना पकाने का समय बढ़ा या घटा सकते हैं



Micro Power Level

माइक्रो पावर स्तर

Your microwave oven is equipped with 5 power levels to give you maximum flexibility and control over cooking. The table below shows the examples of food and their recommended cooking power levels for use with this microwave oven.

आपका माइक्रोवेव अवन 5 पावर स्तरों से लैस है ताकि भोजन आपके अनुकूल व इच्छानुसार पक सके। नीचे दी गई सारणी में खाद्य पदार्थों के नाम व भोजन पकाने के उपयुक्त पावर स्तर दिये जा रहे हैं।

POWER LEVEL पावर स्तर	USE प्रयोग	POWER LEVEL (%) पावर स्तर (%)	POWER OUTPUT पावर मात्रा
HIGH उच्चतम	* Boil Water / पानी उबालना * Cook poultry pieces, fish, vegetables / मुर्गा, मछली व सब्जियाँ पकाना * Cook tender cuts of meat / मींस के नरम टुकड़े पकाना	100%	900W(max)
MEDIUM HIGH मध्यम उच्च	* Reheating(Liquid) / भोजन दोबारा गर्म करना (तरल) * Roast meat and poultry / मींस व मुर्गा भूनना * Cook mushrooms and shellfish / मशरूम व खोल वाली मछली पकाना	80%	720W
MEDIUM मध्यम	* Reheating(Mashed potato, Plated meal, Ready meal) भोजन दोबारा गर्म करना (मसले हुए आलू, प्लेट में रखा हुआ खाना, तैयार खाना) * Cook custard / कस्टर्ड पकाना * Prepare rice, soup / चावल व सूप पकाना	60%	540W
DEFROST (MEDIUM LOW) डिफ्रॉस्ट (मध्यम न्यून)	* All thawing / सभी खाद्य पदार्थों को सामान्य तापमान पर लाना * Melt butter and chocolate / चॉकलेट व मक्खन पिघलना * Cook less tender cuts of meat / मींस के कम नरम टुकड़े पकाना	40%	360W(**)
LOW न्यूनतम	* Soften butter & cheese / मक्खन व चीज़ को नरम करना * Soften ice cream / आइसक्रीम को नरम करना * Raise yeast dough / आटे में खमीर उठाना	20%	180W



Grill Cooking

ग्रिल कुकिंग

In the following example I will show you how to use the grill to cook some food for 12 minutes and 30 seconds.
निम्न उदाहरण में दर्शाया गया है कि 12 मिनट और 30 सैकेंड के लिए खाना पकाने में ग्रिल का इस्तेमाल कैसे किया जाता है।



This feature will allow you to brown and crisp food quickly.

यह सुविधा खाने को शीघ्रता से भूरा और कुरकुरा करने में मदद करता है।

The rack must be used during grill cooking.

ग्रिल कुकिंग के दौरान रैक का प्रयोग अवश्य करना चाहिए।



Press **STOP/CLEAR.** / **STOP/CLEAR** दबाएं।

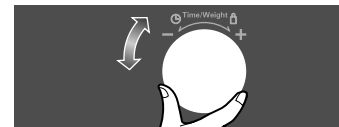


Press **GRILL.** / **GRILL** दबाएं।



Turn **DIAL** until display shows "12:30".

DIAL को जब तक घुमाएं जब तक डिस्प्ले "12:30" न दर्शाए।



Press **START.** / **START** दबाएं।



When cooking you can increase or decrease cooking time by turning **DIAL.**

खाना पकाते समय **DIAL** घुमाकर आप खाना पकाने का समय बढ़ा या घटा सकते हैं



Grill Combination Cooking

ग्रिल कॉम्बिनेशन कुकिंग



Your oven has a combination cooking feature which allows you to cook food with **heater** and **microwave** at the same time or alternately. This generally means it takes less time to cook your food.

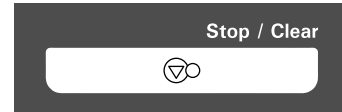
आपके अवन में यह सुविधा इस लिये प्रदान की गई है ताकि आप इसके प्रयोग से भोजन को हीटर व माइक्रोवेव द्वारा एक ही समय में बारी बारी से पका सकें। सामान्यतः इसका अर्थ होता है कि भोजन पकने में लगने वाले समय की बचत।

You can set three kinds of micro power level (20%, 40% and 60%) in combi mode. आप कॉम्बी मोड में तीन प्रकार के माइक्रो पावर स्तर (20%, 40% और 60%) चुन सकते हैं।

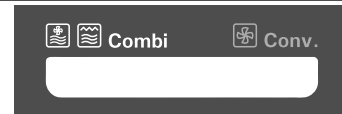
In the following example I will show you how to programme your oven with micro power 180W(20%) and grill for a cooking time of 25 minutes.

निम्न उदाहरण में दर्शाया गया है कि 25 मिनट के लिए खाना पकाने में माइक्रो पावर 180W(20%) और ग्रिल से अपने ओवन को कैसे सैट करें।

Press **STOP/CLEAR.** / **STOP/CLEAR** दबाएं।



Press **COMBI.** / **COMBI** दबाएं।



Press **GRILL.** / **GRILL** दबाएं।



Press **MICRO** until display shows "180W".

MICRO तब तक दबाएं जब तक डिस्प्ले "180W" न दर्शाए।

Press **DIAL** for power confirmation. / पावर निश्चितता के लिए **DIAL** दबाएं।



Turn **DIAL** until display shows "25:00".

DIAL तब तक घुमाएं जब तक डिस्प्ले "25:00" न दर्शाए।



Press **START.** / **START** दबाएं।

When cooking you can increase or decrease cooking time by turning **DIAL**.

खाना पकाते समय **DIAL** घुमाकर आप खाना पकाने का समय बढ़ा या घटा सकते हैं

Be careful when removing your food because the container will be hot!

खाना निकालते समय सावधानी रखें क्योंकि उस समय बर्तन गर्म होगा।



In the following example I will show you how to programme your oven with micro power 540W (60%) and at a convection temperature 200 °C for a cooking time of 25 minutes.

निम्न उदाहरण में दर्शाया गया है कि ओवन को 25 मिनट के कुकिंग समय के लिए माइक्रो पावर 540W (60%) और कन्वैक्शन तापमान 200°C के साथ कैसे सैट करें।



The oven has a temperature range of 100°C ~ 230°C. (180°C is automatically available when convection combination mode is selected.)

ओवन में 100°C ~ 230°C तक तापमान सीमा होती है। कन्वैक्शन कॉम्बिनेशन मोड चुनने पर 180°C तापमान स्वतः ही उपलब्ध हो जाता है।

You can set three kinds of micro power level (20%, 40% and 60%) in combi mode. आप कॉम्बी मोड में तीन प्रकार के माइक्रो पावर स्तर (20%, 40% और 60%) चुन सकते हैं।

Press **STOP/CLEAR.** / **STOP/CLEAR** दबाएं।

Press **COMBI.** / **COMBI** दबाएं।

Press **CONV.** / **CONV** दबाएं।

Turn **DIAL** until display shows "200°C".

DIAL तब तक घुमाएं जब तक डिस्प्ले "200°C" न दर्शाए।

Press **MICRO** until display shows "540W".

MICRO तब तक दबाएं जब तक डिस्प्ले "540W" न दर्शाए।

Turn **DIAL** until display shows "25:00".

DIAL तब तक घुमाएं जब तक डिस्प्ले "25:00" न दर्शाए।

Press **START.** / **START** दबाएं।

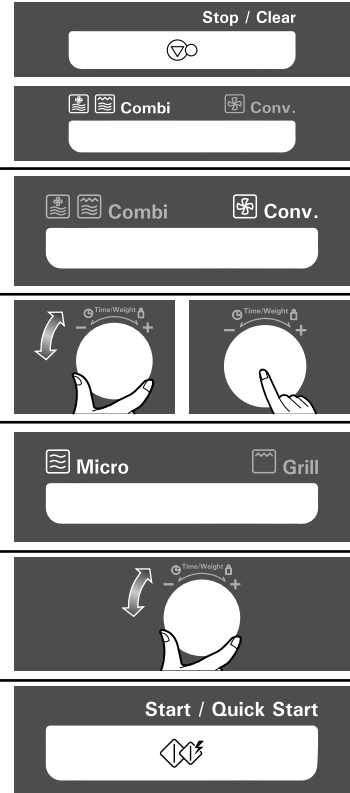
When cooking you can increase or decrease cooking time by turning **DIAL**.

खाना पकाते समय **DIAL** घुमाकर आप खाना पकाने का समय बढ़ा या घटा सकते हैं।

Be careful when removing your food because the container will be hot!

खाना निकालते समय सावधानी रखें क्योंकि उस समय बर्तन गर्म होगा।

Convection Combination Cooking कन्वैक्शन कॉम्बिनेशन कुकिंग



Convection Preheat

कन्वैक्शन प्रीहीट



The convection oven has a temperature range of 40°C and 100°C-230°C (180°C is automatically available when convection mode is selected).

ओवन में 40°C और 100°C ~ 230°C तक तापमान सीमा होती है। कन्वैक्शन मोड चुनने पर 180°C तापमान स्वतः ही उपलब्ध हो जाता है।

Your oven will take a few minutes to reach the selected temperature.

आपका ओवन चुने हुए तापमान तक पहुँचने में कुछ मिनटों का समय लेगा।

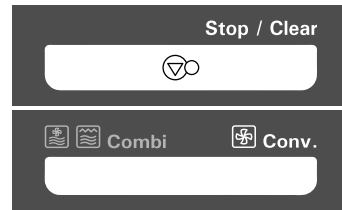
Once it has reached correct temperature, your oven will BEEP to let you know that it has reached the correct temperature. Then place your food in your oven: then tell your oven to start cooking.

एक बार सही तापमान पर पहुँचने पर आपका ओवन यह बताने के लिए 'बीप' करेगा कि ओवन सही तापमान पर पहुँच गया है। तब आप ओवन में अपना खाना रखें और पकाने के लिए स्टार्ट दबाएं।

In the following example I will show you how to preheat the oven at a temperature of 190°C.
निम्न उदाहरण में दर्शाया गया है कि ओवन को 190°C के तापमान पर कैसे प्रीहीट करें।

Press **STOP/CLEAR**. / **STOP/CLEAR** दबाएं।

Press **CONV.** / **CONV** दबाएं।

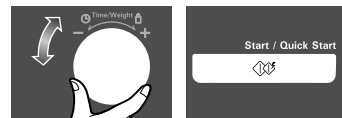


Turn **DIAL** until display shows "190°C".

DIAL तब तक घुमाएं जब तक डिस्प्ले "190°C" न दर्शाए।

Press **START** for temperature confirmation.

तापमान की निश्चितता के लिए **START** दबाएं।



Press **START**. / **START** दबाएं।

Preheating will be started with displaying "Pr-H".

"Pr-H" दर्शाने पर प्रीहीटिंग आरम्भ हो जायेगी।



In the following example I will show you how to preheat the oven first, then cook some food at a temperature of 190°C for 50 minutes.

निम्न उदाहरण में दर्शाया गया है कि ओवन को पहले कैसे प्रीहीट करें, तब 50 मिनट के लिए 190°C तापमान पर कुछ खाना पकाएं।

Convection Cooking

कन्वैक्शन कुकिंग



The convection oven has a temperature range of 40°C and 100°C ~ 230°C (180°C is automatically available when convection mode is selected).

ओवन में 40°C और 100°C ~ 230°C तक तापमान सीमा होती है। कन्वैक्शन मोड चुनने पर 180°C तापमान स्वतः ही उपलब्ध हो जाता है।

If you do not set a temperature your oven will automatically select 180°C, the cooking temperature can be changed by turning DIAL.

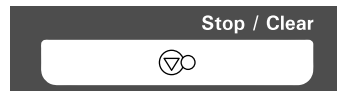
यदि आप तापमान सेट नहीं करते हैं तो आपका ओवन स्वतः ही 180°C चुन लेगा, कुकिंग तापमान DIAL घुमाकर बदला जा सकता है।

The rack must be used during convection cooking.

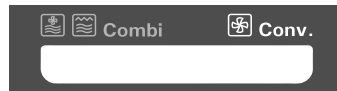
कन्वैक्शन कुकिंग के दौरान रैक का प्रयोग अवश्य करना चाहिए।



Press **STOP/CLEAR.** / **STOP/CLEAR** दबाएं।



Press **CONV.** / **CONV** दबाएं।

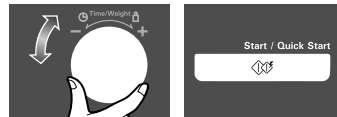


Turn **DIAL** until display shows "190°C".

DIAL तब तक घुमाएं जब तक डिस्प्ले "190°C" न दर्शाए।

Press **START** for temperature confirmation.

तापमान की निश्चितता के लिए **START** दबाएं।



Turn **DIAL** until display shows "50:00".

DIAL तब तक घुमाएं जब तक डिस्प्ले "50:00" न दर्शाए।



Press **START.** / **START** दबाएं।



When cooking you can increase or decrease cooking time by turning **DIAL**.

खाना पकाते समय **DIAL** घुमाकर आप खाना पकाने का समय बढ़ा या घटा सकते हैं।

Various Cook Functions

विभिन्न कुक कार्यप्रणालियां

Please follow the given steps to operate cook functions (Nutri Care, Indian Rasoi, 24 Hours, Utility Corner) in your Microwave.

कृपया अपने माइक्रोवेव की विभिन्न कार्यप्रणालियां (Nutri Care, Indian Rasoi, 24 Hours, Utility Corner) को चलाने के लिए नीचे दिये गये चरणों का अनुसरण करें।

COOK MODE	Nutri Care, Indian Rasoi, 24 Hours, Utility Corner	Utility Corner, (UC)
STEP-1	Press Stop/Clear	Press Stop/Clear
STEP-2	Press any of above cook mode button to select any of these food categories HP (Health Plus)Co (Continental Menu), So(Soups), ,IC (Indian Cuisine), SC (Sweet Corner), CC (Chatpat Corner), bF (Breakfast) , CF (Child's Favourite) , bA (Bakery)	Press Utility Corner and select any of food category UC (Utility Corner), FE (fermentation), CA (Cake)
STEP-3	Turn DIAL to select weight (If Required)	Turn DIAL to set weight (if required)
STEP-4	Press Start	Press Start

COOK MODE	Nutri Care, Indian Rasoi, 24 Hours, Utility Corner	Utility Corner, (UC)
STEP-1	Stop/Clear दबाएं	Stop/Clear दबाएं
STEP-2	वर्ग 1~8 के व्यंजन चुनने के लिए HP (Health Plus)Co (Continental Menu), So(Soups), ,IC (Indian Cuisine), SC (Sweet Corner), CC (Chatpat Corner), bF (Breakfast) , CF (Child's Favourite) , bA (Bakery) दबाएं और डायल घुमाएं।	Utility Corner को दबाएं और व्यंजन को जरूरत के अनुसार UC (Utility Corner), FE (fermentation), CA (Cake) चुने
STEP-3	वजन निर्धारित करने के लिए डायल घुमाएं। (यदि जरूरत हो)	UC-2, 3 के लिए वजन निर्धारित करने के लिए डायल घुमाएं। (यदि जरूरत हो)
STEP-4	Start दबाएं	Start दबाएं

Note / टिप्पणी :

While cooking you can extend the cooking time at any point by pressing increase/decrease button. There is no need to stop the cooking process. जब आप भोजन पका रहे हों, तो केवल increase/decrease बटन दबा कर ही समय में परिवर्तन किया जा सकता है। भोजन पकाने की प्रक्रिया को रोकने की कोई आवश्यकता नहीं है।

Category	Weight Limit	Utensil	Instructions				
HP-1	Kala Chana	0.1 ~ 0.3 kg	Microwave safe bowl	Soaked Kala Chana	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg
				Water	100 ml	200 ml	250 ml
				Oil	1 tbsp	2 tbsp	3 tbsp
				Onion Chopped	1/2 cup	1 cup	1½ cup
				Salt, Chat Masala, Red Chilli Powder, Hara Dhania	As per your taste		
				Method : 1. Soak Chana for 4 hours, in a Microwave Safe bowl take soaked chana with 100 ml water, cover it. 2. Select black Chana menu and adjust weight and press start to cook. 3. When beep, strain the water from it. In a Microwave Safe bowl take Chana, add oil, Chapped onion, Chat masala, Red Chilli Powder, Hara Dhania and press start to cook, serve hot. 4. When beep, add little hot water and mix well. Press Start.			
				विधि : 1. चने को 4 घण्टे तक भिगोएं। माइक्रोवेव सेफ बाउल में भोगे हुए चने 100 ग्राम पानी के साथ लें और ढक दें। 2. काले चने का मीनू चुनकर वजन निर्धारित करें और पकाने के लिए स्टार्ट दबाएं। 3. इसमें से पानी निकालकर माइक्रोवेव सेफ बाउल में लें और तेल, कटी हुई प्याज, चाट मसाला, लाल मिर्च, हरा धनिया डालें और पकाने के लिए स्टार्ट दबाएं। गर्म-गर्म परोसें। 4. बीप सुनाई देने पर थोड़ा सा गर्म पानी डालकर अच्छी तरह मिलाएं और स्टार्ट दबाएं।			
HP-2	Karela Subzi	0.3 kg	Microwave safe bowl	Chopped Karela	0.3 kg		
				Oil	2 tbsp		
				Water	As required		
				Rai, Jeera, Hing & Haldi	For tepering		
				Salt, Sugar, Garam Masala, Dhania, Jeera Powder	As per your taste		
Grated Coconut & Hara Dhania				For garnishing			
				Method : 1. In a Microwave Safe bowl take Oil add Rai, Jeera, Hing & Haldi, select menu and press start. 2. When beep add Chopped Karela. Press start to continue cooking. 3. When beep add some water, salt, sugar, masala, dhania-jeera powder. 4. Press start, stand for five minutes after cook ends. 5. Garnish with Coconut & Dhania, Serve Hot			
				विधि : 1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में तेल लें और राई, जीरा, हींग तथा हल्दी डालें। मीनू चुनकर स्टार्ट दबाएं। 2. 'बीप' सुनाई देने पर कटा हुआ करेला डालें और पकना जारी रखने के लिए स्टार्ट दबाएं। 3. 'बीप' सुनाई देने पर कुछ पानी, नमक, चीनी, मसाला, धनिया-जीरा पाउडर डालें। 4. स्टार्ट दबाएं और पक जाने के बाद पाँच मिनट तक रुके रहें। 5. कसे हुए नारियल और धनिया के साथ सजाएं और गर्म-गर्म परोसें।			

Category		Weight Limit	Utensil	Instructions																															
HP-3	Moong Dal	0.2 kg	Microwave safe bowl	<table><tr><td>Moong Dal soaked in water (for 1 hour)</td><td colspan="3">0.2 kg</td></tr><tr><td>Water</td><td colspan="3">200 ml</td></tr><tr><td>Oil</td><td colspan="3">2 tbsp</td></tr><tr><td>Jeera</td><td colspan="3">1 tsp</td></tr><tr><td>Hari Mirch</td><td colspan="3">2-3 nos.</td></tr><tr><td>Curry Leaves</td><td colspan="3">5-6 nos.</td></tr><tr><td>Salt, Dhania-Jeera Powder, Haldi, Hing, Kasuri Methi, Lemon Juice, Hara Dhania</td><td colspan="3">As per your taste</td></tr></table>				Moong Dal soaked in water (for 1 hour)	0.2 kg			Water	200 ml			Oil	2 tbsp			Jeera	1 tsp			Hari Mirch	2-3 nos.			Curry Leaves	5-6 nos.			Salt, Dhania-Jeera Powder, Haldi, Hing, Kasuri Methi, Lemon Juice, Hara Dhania	As per your taste		
				Moong Dal soaked in water (for 1 hour)	0.2 kg																														
Water	200 ml																																		
Oil	2 tbsp																																		
Jeera	1 tsp																																		
Hari Mirch	2-3 nos.																																		
Curry Leaves	5-6 nos.																																		
Salt, Dhania-Jeera Powder, Haldi, Hing, Kasuri Methi, Lemon Juice, Hara Dhania	As per your taste																																		
Method : 1. Take 200 gms dal in Microwave Safe bowl, add Water, Haldi & Hing. 2. Select menu press start to cook. 3. When beep take another bowl add oil, jeera, hari mirch, curry leaves & press start. 4. When beep add dal, salt, dhania jeera powder, hara dhania, kasuri methi (optional) lemon juice & press start to cook.				विधि : 1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में 200 ग्राम दाल लें और पानी, हल्दी तथा हींग डालें। 2. मीनू चुनकर पकाने के लिए स्टार्ट दबाएं। 3. 'बीप' सुनाई देने पर दूसरा बाउल लें और तेल, जीरा, हरी मिर्च, करी पत्ता डालें तथा स्टार्ट दबाएं। 4. 'बीप' सुनाई देने पर दाल, नमक, धनिया जीरा पाउडर, हरा धनिया, कसूरी मेथी (वैकल्पिक) तथा नींबू रस डालें और पकाने के लिए स्टार्ट दबाएं।																															
HP-4	Lemon Chicken	0.1 ~ 0.3 kg	Microwave safe bowl	<table><tr><td>Boneless Chicken</td><td>0.1 kg</td><td>0.2 kg</td><td>0.3 kg</td></tr><tr><td>Lemon Juice</td><td>1 tbsp</td><td>2 tbsp</td><td>3 tbsp</td></tr><tr><td>Salt</td><td colspan="3">To taste</td></tr><tr><td>Honey</td><td>1 tsp</td><td>2 tsp</td><td>3 tsp</td></tr><tr><td>Kali Mirch Powder</td><td>1/4 tsp</td><td>1/2 tsp</td><td>1 tsp</td></tr><tr><td>Olive Oil</td><td>1 tbsp</td><td>1½ tbsp</td><td>2 tbsp</td></tr></table>				Boneless Chicken	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg	Lemon Juice	1 tbsp	2 tbsp	3 tbsp	Salt	To taste			Honey	1 tsp	2 tsp	3 tsp	Kali Mirch Powder	1/4 tsp	1/2 tsp	1 tsp	Olive Oil	1 tbsp	1½ tbsp	2 tbsp				
				Boneless Chicken	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg																												
Lemon Juice	1 tbsp	2 tbsp	3 tbsp																																
Salt	To taste																																		
Honey	1 tsp	2 tsp	3 tsp																																
Kali Mirch Powder	1/4 tsp	1/2 tsp	1 tsp																																
Olive Oil	1 tbsp	1½ tbsp	2 tbsp																																
Method : 1. Marinate chicken with kali mirch powder, salt, lemon juice keep for one hour in refrigerator. 2. In Microwave Safe bowl take olive oil, marinated chicken and mix well select menu & press start. 2. When beep turn the chicken pieces, press start. Stand for 5 mins mix honey and serve hot.				विधि : 1. काली मिर्च पाउडर, नमक तथा नींबू रस में चिकन को सान लें और एक घण्टे के लिए रेफ्रिजरेटर में रखें। 2. माइक्रोवेव सेफ बाउल में जैतून का तेल लें, सने हुए चिकन को डालकर अच्छी तरह मिला लें। मीनू चुनकर स्टार्ट दबाएं। 3. 'बीप' सुनाई देने पर चिकन के टुकड़ों को पलट दें, स्टार्ट दबाएं 5 मिनट तक रुके रहें। शहद मिलाकर गर्म-गर्म परोसें।																															

Category		Weight Limit	Utensil	Instructions				
HP-5	Machi Kali Mirch	0.1 ~ 0.3 kg	Microwave safe bowl	Pomfret (fish category)	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg	
				Salt, Lemon Juice & Kali Mirch Powder	To marinate as per your taste			
				Oil, Chopped Onion, Chopped Tomatoes, Chopped Garlic	As required			
				Method : 1. Take Pomfret Slices as per weight either of (0.1 Kg/ 0.2 Kg/ 0.3Kg) and marinate with salt, lemon juice, and kali mirch powder (as per taste) for one hour. 2. Select menu, weight and in Microwave Safe bowl put oil, chopped onion, chopped tomatoes, chopped garlic, press start. 3. When beep, open door and add marinated fish, salt to taste and some water. 4. Press Start and after cooking, give stand time for five minutes.				
				विधि : 1. पोमफ्रेट मछली के टुकड़े वजनानुसार (0.1 Kg/ 0.2 Kg/ 0.3Kg) लेकर नमक, नींबू रस और काली मिर्च पाउडर के साथ स्वादानुसार मैरीनेट कर लें और एक घण्टे के लिए रख दें। 2. मीनू चुनें और वजन के अनुसार माइक्रोवेव सेफ बाउल में तेल, कटी हुई प्याज, कटे हुए टमाटर और लहसुन डालें तथा स्टार्ट दबाएं। 3. 'बीप' सुनाई देने पर दरवाजा खोलें और मैरीनेट की हुई मछली, स्वादानुसार नमक और कुछ पानी डालें। 4. स्टार्ट दबाएं और पकने के बाद पाँच मिनट तक रुके रहें।				

Category		Weight Limit	Utensil	Instructions																
So-1	Sweet Corn Soup	0.3 kg	Microwave Safe Glass Bowl	For 1 Sweet Corn Soup <table><tr><td>Sweet Corn</td><td>0.2 kg</td></tr><tr><td>Water</td><td>1 cup</td></tr><tr><td>Oil</td><td>1 tbsp</td></tr><tr><td>Corn flour</td><td>1 tbsp</td></tr><tr><td>Salt, Sugar and Kali Mirch, Chopped Onion and Green Chilli</td><td>As per your taste</td></tr></table> Method : 1. Grind sweet corn with some water and put in MWS Glass Bowl. Select menu & weight. Press start. 2. In another bowl put oil, green chilli and onion & press start. 3. Add corn mixture in it. Mix cornflour with 1/2 cup water and mix with it. Add some water, salt, sugar, kali mirch and press start.		Sweet Corn	0.2 kg	Water	1 cup	Oil	1 tbsp	Corn flour	1 tbsp	Salt, Sugar and Kali Mirch, Chopped Onion and Green Chilli	As per your taste	विधि : 1. स्वीट कॉर्न को कुछ पानी के साथ पीसें और माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में रखें। मीनू और वजन निर्धारित करके स्टार्ट दबाएं। 2. एक दूसरे बाउल में तेल, हरी मिर्च और प्याज डालें और स्टार्ट दबाएं। 3. फिर इसमें स्वीट कॉर्न के पिसे हुए मिश्रण को डालें। आधा कप पानी डालकर अच्छी तरह मिला लें। थोड़ा पानी, नमक, चीनी तथा काली मिर्च डालकर स्टार्ट दबाएं।				
				Sweet Corn	0.2 kg															
Water	1 cup																			
Oil	1 tbsp																			
Corn flour	1 tbsp																			
Salt, Sugar and Kali Mirch, Chopped Onion and Green Chilli	As per your taste																			
So-2	Mushroom Soup	0.3 kg	Microwave Safe Glass Bowl	For Mushroom Soup <table><tr><td>Mushroom</td><td>150 gms</td></tr><tr><td>Potato</td><td>2 No.</td></tr><tr><td>Cabbage</td><td>50 gms</td></tr><tr><td>Onion</td><td>1 small</td></tr><tr><td>Tomato</td><td>2 tbsp</td></tr><tr><td>Salt, Sugar, Pepper (Black)</td><td>As per your taste</td></tr><tr><td>Oil</td><td>2 tbsp</td></tr></table> Method : From Stock (Boiled Vegetables) 1. In MWS glass bowl put potato in small pieces, chopped cabbage and onion and put it in Microwave with addition of 2 cup of water. Then select menu and press start. 2. When beep, take the bowl out and grind the stock. After grinding the stock, strain the whole stock and add water as per your requirement. Now, put the bowl with this Stock, at a side. 3. Now, take another bowl, add oil, chopped mushroom and put in Microwave and press start 4. When beep, add stock (from the above said bowl) into this Bowl then add salt, black pepper and sugar as per as your taste. And 2 tbsp tomato sauce and press start. Serve hot garnish with grated cheese.		Mushroom	150 gms	Potato	2 No.	Cabbage	50 gms	Onion	1 small	Tomato	2 tbsp	Salt, Sugar, Pepper (Black)	As per your taste	Oil	2 tbsp	विधि : स्टॉक (उबली हुई सब्जियों) से 1. माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में आलू के छोटे-छोटे टुकड़े, कटी हुई बन्दगोभी और प्याज डालकर दो कप पानी के साथ ओवन में रख दें। 2. बीप आने पर, बाउल को बाहर निकालें और स्टॉक को पीस लें। फिर पूरे स्टॉक को निचोड़ें और अपनी आवश्यकतानुसार पानी डालें और बाउल को स्टॉक सहित अलग रख दें। 3. अब एक दूसरे बाउल में तेल, कटे हुए मशरूम डालें और ओवन में रखकर स्टार्ट दबाएं। 4. बीप आने पर, उपरोक्त बाउल से स्टॉक को इस बाउल में डालें और फिर नमक, काली मिर्च और स्वादानुसार चीनी और टमाटर की सॉस डालकर स्टार्ट दबाएं। गर्म-गर्म परोसें और कसे हुए चीज से सजाएं।
				Mushroom	150 gms															
Potato	2 No.																			
Cabbage	50 gms																			
Onion	1 small																			
Tomato	2 tbsp																			
Salt, Sugar, Pepper (Black)	As per your taste																			
Oil	2 tbsp																			

Category		Weight Limit	Utensil	Instructions					
So-3	Tomato Soup	0.3 kg	Microwave Safe Glass Bowl	For 2 Tomato Soup					
				Chopped Tomato	250 gms				
				Chopped Carrot	25 gms				
				Chopped Onion	1				
				Chopped Ginger	1 tsp				
				Chopped Garlic	1 tsp				
				Salt, Sugar, Pepper	As per your taste				
				Cornflour	2 tbsp				
				Water	2 cup				
				Oil / Butter	2 tbsp				
Method : From Stock (Boiled Vegetables)				विधि : स्टॉक (उबली हुई सब्जियों) से					
1. In MWS glass bowl add chopped tomato, chopped onion, ginger, garlic and carrot with 2 cup of water. After that put the MWS bowl in Microwave. Select the menu and then press start.				1. माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में कटे हुए टमाटर, प्याज, अदरक, लहसुन और गाजर दो कप पानी के साथ डालें। फिर उस बाउल को ओवन में रखकर मीनू और वजन निर्धारित करें और स्टार्ट दबाएं।					
2. When, beep, grind and strain the whole and add water as per your requirement.				2. बीप सुनाई देने पर पूरे को पीसकर निचोड़ लें और अपनी आवश्यकता के अनुसार पानी मिला लें।					
3. In another bowl add oil/butter and stock and then put the bowl in Microwave and press start. When beep, add sugar, salt, black pepper as per your taste and cornflour paste which is made up by mixing the half cup of cold water and add the grinded stock.				3. दूसरे बाउल में तेल/मक्खन और स्टॉक डालें और बाउल को ओवन में रखकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर चीनी, नमक, स्वादानुसार काली मिर्च और कॉर्नफ्लोर पेस्ट जो आधा कप ठंडा पानी डालकर बनाई जाती है और पिसे हुए स्टॉक (उबली हुई सामग्री) को डालें।					
4. Serve hot and garnish with bread croutons, coriander (green dhania) and fresh cream.				4. गर्म-गर्म परोसें और ब्रेड के टुकड़ों, हरे धनिया तथा ताजा क्रीम से सजाएं।					
So-4	Chicken Soup	0.3 kg	Microwave Safe Glass Bowl	For 2 Chicken Soup					
				Boneless Chicken	300 gms				
				Ginger Paste	1 tsp				
				Garlic Paste	1 tsp				
				Salt & Pepper Powder	As per your taste				
				Cornflour Paste	2 tbsp + 1/2 cup of water				
				Oil	2 tbsp				
				Water	2 cup				
				Method : 1. In MWS glass bowl add oil, chicken in small pieces, giner paste, garlic paste and water. Put the glass bowl in microwave. Select the menu and press start.				विधि : 1. माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में तेल, चिकन के छोटे-छोट टुकड़े, अदरक, लहसुन की पेस्ट एवं पानी डालें। अब इस बाउल को ओवन में रखें और मीनू चुनकर स्टार्ट दबाएं।	

Continental Menu

कॉन्टीनेन्टल मीनू

NUTRI CARE

Category		Weight Limit	Utensil	Instructions			
Co-1	Pasta	0.1 ~ 0.3 kg	Microwave safe flat dish & High Rack	Penne Pasta	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg
				Butter	1 tbsp	2 tbsp	3 tbsp
				Onion Chopped	1 tbsp	2 tbsp	3 tbsp
				Garlic Chopped	1 tsp	2 tsp	3 tsp
				Chopped Palak leaves	50 gm	75 gm	100 gm
				Hot Water	200 ml	400 ml	600 ml
				Cream	½ cup	1 cup	1½ cup
				Grated Cheese	2 tbsp	3 tbsp	4 tbsp
				Nutmeg Powder	1 pinch		
				Oregano	¼ tsp	½ tsp	¾ tsp
				Salt & Pepper	As per your taste		
				Method : 1. In MWS flat dish take pasta with hot water. Select menu & weight press start. 2. Drain water from pasta. In MWS flat dish add butter, Onion, garlic & Palak, mix well pres start. 3. Add cream, cheese, nutmeg powder, oregano, salt & pepper and boiled pasta add some hot water, mix well & sprinkle grated cheese keep the vessel on high rack press start.			
				विधि : 1. माइक्रोवेव सेफ फ्लैट डिश में पस्ता गर्म पानी के साथ लें। मीनू और वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं। 2. पस्ता का पानी निकाल दें। माइक्रोवेव सेफ फ्लैट डिश में मक्खन, प्याज, लहसुन और पालक डालकर अच्छी तरह मिलाएं और स्टार्ट दबाएं। 3. क्रीम, चीज, मूंगफली पाउडर, ऑरिगनो, नमक, मिर्च और उबला हुआ पस्ता डालें, थोड़ा गर्म पानी डालकर अच्छी तरह मिलाएं और कसा हुआ चीज छिड़कें। बर्तन को हाई रैक पर रखकर स्टार्ट दबाएं।			
Co-2	Veg Au Gratin	0.1 ~ 0.3 kg	Microwave safe glass bowl	Mix Vegetables - Gajar, Cauliflower, French Beans (cut into small pieces), Sweet Corns, Green peas etc.	0.1kg	0.2 kg	0.3 kg
				Maida	1 tbsp	2 tbsp	3 tbsp
				Butter	1 tsp	2 tsp	3 tsp
				Milk	1 Cup	2 cup	3 cup
				Hot Water	¼ Cup	½ cup	¾ cup
				Grated Cheese	2 tbsp	4 tbsp	6 cup
				Salt, Sugar & Pepper	As per your teste	As per your taste	As per your taste
				Method : 1. In MWS bowl take butter, vegetable & maida, mix well, select menu & weight press start. 2. When beep add milk, hot water, salt, sugar & pepper, mix well & press start. 3. When beep mix well and spread grated cheese on it and press start.			
				विधि : 1. माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में मक्खन, सब्जियां और मैदा डालें, अच्छी तरह मिलाएं। मीनू और वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं। 2. बीप सुनाई देने पर दूध, गर्म पानी, नमक, चीनी और मिर्च डालकर अच्छी तरह मिलाएं और स्टार्ट दबाएं। 3. बीप सुनाई देने पर अच्छी तरह मिलाएं और उसके ऊपर कसा हुआ चीज फैलाएं और स्टार्ट दबाएं।			

NUTRI CARE

Continental Menu कॉन्टीनेन्टल मीनू

Category		Weight Limit	Utensil	Instructions			
Co-3	Macaroni	0.1 ~ 0.3 kg	Microwave safe glass bowl	Macaroni	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg
				Hot Water	200 ml	400 ml	600 ml
				Butter	1 tbsp	2 tbsp	3 tbsp
				Spring Onion Chopped	1 tbsp	2 tbsp	3 tbsp
				Garlic Chopped	1 tsp	2 tsp	3 tsp
				Mushrooms Chopped	3 Nos.	4 Nos.	5 Nos.
				Tomato Sauce	1 tbsp	2 tbsp	3 tbsp
				Chilli Sauce	1 tsp	2 tsp	3 tsp
				Salt, Sugar, Pepper & Oregano	As per your taste		
				Method : 1. In MWS bowl take Macaroni with hot water. Select menu & weight press start. 2. Drain water from it. In MWS bowl add all the ingredients with boiled Macaroni, mix well & press start.			
Co-4	Baked Mushrooms	0.1 ~ 0.3 kg	Microwave safe flat glass dish & High Rack	For	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg
				Mushrooms	50 gm	100 gm	150 gm
				White Sauce	50 gm	100 gm	150 gm
				Cheese (grated), Salt, Kali Mirch			
				Butter	1 tbsp	1½ tbsp	2 tbsp
				Method : 1. In MWS glass flat dish put all the ingredients except cheese, mix well. Select menu & weight, press start. 2. When beep keep high rack in the oven. Spread grated cheese on the top of the mixture. Place the dish on the rack. Press Start.			

Continental Menu

कॉन्टीनेन्टल मीनू

NUTRI CARE

Category		Weight Limit	Utensil	Instructions	
Co-5	Lasaneya	0.3 kg	Microwave safe flat glass dish & Low Rack	Lasaneya Sheets (cooked)	150 gm
				White Sauce	1 cup
				Pizza Sauce	½ cup
				Mix Vegetables (boiled) - Egg plant, Zukini, Broccoli, Mushrooms, Sweet Corns etc.	2 cups
				Oil	2 tbsp
				Oregano, Salt & Black Pepper	As per your taste
				Grated Cheese	4 tbsp
				Method : 1. Except Lasagne sheets and cheese mix all the ingredients in MWS glass bowl. Select menu & press start. 2. When beep, in MWS flat glass dish arrange lasagna sheet in the bottom. Then spread vegetable mixture on it again keep another lasagna sheet on it and make layers of sheets and vegetable mixture. Spread grated cheese on the top and press start. 3. When beep, keep low rack in the oven and place the dish on the rack and press start.	
विधि : 1. लासाने शीट्स और चीज को छोड़कर सभी सामग्रियां माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में अच्छी तरह मिला लें। मीनू चुनकर स्टार्ट दबाएं। 2. बीप सुनाई देने पर माइक्रोवेव सेफ फ्लैट ग्लास डिश में लासाने शीट फैलाएं। फिर उसके ऊपर सब्जियों का मिश्रण फैलाएं। दुबारा उसके ऊपर दूसरी लासाने शीट फैलाएं। इसी प्रकार लासाने शीट्स और सब्जियों की और परतें लगाएं। सबसे ऊपर कसा हुआ चीज फैलाएं और स्टार्ट दबाएं। 3. बीप सुनाई देने पर लो रैक को ओवन में रखकर उसके ऊपर डिश को रखें और स्टार्ट दबाएं।					

INDIAN RASOI

Category		Weight Limit	Utensil	Instructions				
IC-1	Gajar ka Halwa	0.2 ~ 0.5 kg	Microwave Safe Glass Bowl	For	0.2 kg	0.3 kg	0.4 kg	0.5 kg
				Grated Gajar	200 gms	300 gms	400 gms	500 gms
				Ghee	2 tbsp	2 tbsp	3 tbsp	4 tbsp
				Milk Powder	2 tbsp	3 tbsp	4 tbsp	5 tbsp
				Khoya	3 tbsp	5 tbsp	7 tbsp	7 tbsp
				Sugar	2 tbsp	4 tbsp	6 tbsp	8 tbsp
				Elaichi Powder and Dry Fruits	As per your taste			
				Method : 1. In MWS glass bowl take all the ingredients and mix well. Place the bowl in Idli Steamer. Select menu and weight, press start.				विधि : 1. माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में सभी सामग्रियों को लेकर अच्छी तरह मिला लें और बाउल को इडली स्टीमर में रख दें। मीनू और वजन निर्धारित करके स्टार्ट दबाएं।
IC-2	Mix Veg	0.1 ~ 0.3 kg	Microwave safe bowl	Oil	1 tbs	1½ tbs	2 tbs	
				Onion, Garlic, Carrot, Capsicum, Cabbage	100 gm	200 gm	300 gm	
				Salt, Red Chilli Powder	To taste	To taste	To taste	
				Corn Flour	1 tsp	2 tsp As per your taste	4 tsp	
				Water	¾ cup	1 cup	1½ cup	
				Soya Sauce	1 tsp	2 tsp	3 tsp	
				Tomato Sauce	1 tsp	2 tsp	3 tsp	
				Vinegar	1/2 tsp	1/2 tsp	¾ tsp	
				Brown Sugar	1/2 tsp	1/2 tsp	1/2 tsp	
				Ajinomoto	1 pinch	1 pinch	1 pinch	
				Method : 1. In a MW safe bowl mix all the vegetables and keep aside. 2. In another bowl add oil, all other ingredients. Mix it well and press Start by selecting the desired weight. When beep sounds, stir the bowl. 3. Now add vegetables to the gravy and continue cooking it again.				विधि : 1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में सभी सब्जियों को मिला लें और उनको अलग रख दें। 2. एक दूसरे बाउल में तेल डालें और उसमें सभी चीजों को डालकर अच्छी तरह से मिला लें तथा एडिक्क वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर बाउल को हिलाएं। 3. अब सब्जियों को ग्रेवी के साथ मिलाएं और कुकिंग चालू रखें।

Category		Weight Limit	Utensil	Instructions			
IC-3	Veg Biryani	0.1 ~ 0.3 kg	Microwave safe bowl	Basmati Rice (soaked for 1 hour)	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg
				Water	200 ml	400 ml	600 ml
				Ghee	1 tbsp	2 tbsp	3 tbsp
				Laung, Elaichi, Dalchini, Black Pepper, Tej Patta, Salt & Sugar		To taste	
				Mix Vegetables - (Gobhi, Mutter, Gajar, French Beans etc.)	½ Cup	1 Cup	1½ Cup
				Method : 1. In Microwave Safe Bowl put oil add laung, Dlachini, Elaichi, Tej patta and Kali Mirch, add mix vegetables and soaked rice select menu and press Start. 2. When beep add water & salt mix well cover it press start, stand in 5 minutes after cook ends. Serve hot with raita & salad.			
विधि : 1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में तेल डालें, तदोपरान्त लौंग, दालचीनी, इलायची, तेज पत्ता और कालीमिर्च डालें और फिर मिश्रित सब्जियां और भीगे हुए चावल डालकर मीनू चुनें तथा स्टार्ट दबाएं। 2. 'बीप' सुनाई देने पर पानी और नमक डालकर अच्छी तरह मिलाएं तथा ढककर स्टार्ट दबाएं, पकने के बाद 5 मिनट तक अन्दर रहने दें। रायता और सलाद के साथ गर्म-गर्म परोसें।							
IC-4	Kadai Paneer	0.1 ~ 0.3 kg	Microwave safe bowl	Paneer	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg
				Onion Paste	3 tbsp	4 tbsp	5 tbsp
				Tomato Puree	1½ tbsp	2 tbsp	3 tbsp
				Ginger-Garlic Paste, Salt & Sugar		To taste	
				Red Chilli Powder, Halid Kasuri Methi, Garam Masala		To taste	
				Butter	1½ tbsp	2 tbsp	3 tbsp
				Fresh Cream	1 tbsp	1½ tbsp	2 tbsp
				Method : 1. In Microwave Safe Bowl take oil, onion paste, ginger garlic paste, mix well and press start. 2. When beep, add tomato puree, butter, fresh cream, haldi, red chilli powder, garam masala, kasuri methi, salt, sugar and paneer cubes, mix well and press start, garnish with hara dhania and serve hot.			
				विधि : 1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में तेल, प्याज, अदरक और लहसुन पेस्ट डालकर अच्छी तरह मिलायें और स्टार्ट दबाएं। 2. 'बीप' सुनाई देने पर टोमेटो प्यूरी, मक्खन, ताजा क्रीम, हल्दी, लाल मिर्च पाउडर, गर्म मसाला, कसूरी मैथी, नमक, शकर और पनीर के टुकड़े डालें, अच्छी तरह मिलायें और स्टार्ट दबाएं। हरा धनिया के साथ सजाएं और गर्म-गर्म परोसें।			

INDIAN RASOI

Category		Weight Limit	Utensil	Instructions			
IC-5	Chilli Chicken	0.1 ~ 0.3 kg	Microwave safe bowl	Boneless Chicken	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg
				Oil	1 tbsp	1½ tbsp	2 tbsp
				Shimla Mirch	½ no.	1 no.	1 no.
				Chilli Sauce	½ tbsp	½ tbsp	¾ tbsp
				Soya Sauce	½ tbsp	½ tbsp	1 tbsp
				Vinegar	½ tbsp	½ tbsp	1 tbsp
				Salt, Sugar & Kali Mirch	As per your taste		
				Method : 1. In Microwave Safe Bowl take oil, bone less chicken pieces, chopped ginger garlic, soya sauce & cover it, select menu and press start. 2. When beeps add chopped onion, chopped capsicum, chopped green chilli, vinegar, salt, sugar, kali mirch and 2 tsp cornflour dissolved with 1/4 cup cold water place it in Microwave without cover and press start.			

Category		Weight Limit	Utensil	Instructions			
SC-1	Besan Ladoo	0.1 ~ 0.3 kg	Microwave safe glass bowl	Besan	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg
				Ghee	3 tbsp	7 tbsp	7 tbsp
				Powder Sugar	50 gm	100 gm	150 gm
				Elaichi Powder	1/2 tsp	1 tsp	1 tsp
				Method : 1. In Microwave Safe Bowl take Besan and ghee. Select menu and press start. 2. When beep. Stir it press start. 3. Allow to cool. Add powdered sugar and elaichi powder. Mix it well and make a ladoo. विधि : 1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में बेसन और घी लें। मीनू चुनें और स्टार्ट दबाएं। 2. 'बीप' सुनाई देने पर इसे हिलाएं और स्टार्ट दबाएं। 3. ठंडा होने दें। बूरा और इलायची पाउडर डालें। अच्छी तरह मिलाएं और लड्डू बनाएं।			
SC-2	Kalakand	0.1 ~ 0.3 kg	Microwave safe glass bowl	Grated Paneer	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg
				Milkmaid	50 gms	100 gms	200 gms
				Milk Powder	1 tbsp	2 tbsp	3 tbsp
				Cornflour	1/2 tsp	1 tsp	1 tsp
				Elaichi Powder	1/2 tsp	1 tsp	1 tsp
SC-3	Shahi Tukda	0.1 ~ 0.3 kg	Microwave safe glass bowl & High Rack	Method : 1. In Microwave Safe Bowl take grated paneer, milkmaid, milk powder, cornflour, Elaichi powder, kesar. Mix well select menu and press start. 2. When beep. Mix it again and press start. 3. Garnish with dry fruits when set cut into pieces. विधि : 1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में कसा हुआ पनीर, मिल्कमेड, मिल्क पाउडर, मक्का का आटा और इलायची पाउडर और केसर लें। अच्छी तरह मिलाएं, मीनू चुनें और स्टार्ट दबाएं। 2. 'बीप' सुनाई देने पर इसे दुबारा मिलाएं और स्टार्ट दबाएं। 3. सूखे मेवों के साथ सजाएं और जम जाने के बाद इसे टुकड़ों में काटें।			
				Bread Slices	1 slice	2 slices	3 slices
				Milkmaid	50 ml	100 ml	150 ml
				Milk	25 ml	50 ml	100 ml
				Sugar	1 tbsp	2 tbsp	3 tbsp
SC-3	Shahi Tukda	0.1 ~ 0.3 kg	Microwave safe glass bowl & High Rack	Badam, Pista Pieces	2 tbsp	3 tbsp	4 tbsp
				Kesar-Elaichi Powder		As per your taste	
				Method : 1. Arrange bread slices on high rack. Select menu & press start. 2. When beep turn slices press start. 3. Mix Milkmaid, milk, sugar, dry fruits and kesar elaichi powder in Microwave Safe Flat Dish. Pour the mixture on slices and press start. Serve hot. विधि : 1. हाई रैक पर ब्रेड स्लाइसिंग को व्यवस्थित करें। मीनू चुनें और स्टार्ट दबाएं। 2. 'बीप' सुनाई देने पर स्लाइसिंग को पलट दें और स्टार्ट दबाएं। 3. मिल्कमेड, दूध, चीनी, सूखे मेवे और केसर इलायची पाउडर को माइक्रोवेव सेफ फ्लैट डिश में अच्छी तरह मिलाएं। इस मिश्रण को स्लाइसिंग के ऊपर डालें और स्टार्ट दबाएं। गर्म-गर्म परोसें।			

INDIAN RASOI

Category		Weight Limit	Utensil	Instructions			
SC-4	Kheer	0.1 ~ 0.3 kg	Microwave safe bowl	Semiya (roasted)	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg
				Hot Milk	100 ml	200 ml	300 ml
				Sugar	75 gms	150 gms	200 gms
				Badam, Pista Pieces	2 tbsp	3 tbsp	4 tbsp
				Kesar & Elaichi Powder	2 tbsp	3 tbsp	4 tbsp
				Method : 1. In Microwave Safe Bowl take semiya, add hot milk, sugar, mix well. Select menu. Press start. 2. When beep add Badam Pista pieces, Kesar Elaichi Powder mix well and press start. Stand for 5 mins, serve hot or chilled.			
				विधि : 1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में सेमियां लें, गर्म दूध, चीनी डालें, अच्छी तरह मिलाएं। मीनू चुनकर स्टार्ट दबाएं। 2. 'बीप' सुनाई देने पर बादाम, पिस्ता के टुकड़े, केसर इलायची पाउडर डालें, अच्छी तरह मिलाएं और स्टार्ट दबाएं। 5 मिनट तक रुकें रहें। गर्म या ठंडा परोसें।			

Chatpat Corner

चटपट कॉर्नर

Category		Weight Limit	Utensil	Instructions	
CC-1	Apple Tomato Chutney	0.3 kg	Microwave Safe Glass Bowl	Apple pieces	100 gms
				Tomato pieces	100 gms
				Green chillies, Salt, Sugar	As per your taste
				Oil	2 tbsp
				For Tempering : Rai, Jeera, Hing etc.	
				Method : 1. In a MWS bowl put apple, tomato and keep it in Microwave. Select menu and press start to cook. When it gives a beep, remove and grind it in a mixer. In another bowl add oil and tempering and press start. When it gives a beep, add ground mixture and press start. Garnish with chopped coriander.	
		विधि : 1. माइक्रोवेव ग्लास बाउल में सेब तथा टमाटर डालें और उसे ओवन में रख दें। मीनू चुनकर पकने के लिए स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर, बाहर निकालकर मिश्रण में पीस लें। एक अन्य बाउल में तेल और तड़का सामग्री डालकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर, पिस्ता हुआ मिश्रण डालें और स्टार्ट दबाएं। कटे हुए हरे धनिया से सजाएं।			

Category		Weight Limit	Utensil	Instructions	
CC-2	Lemon Pickle	0.2 kg	Microwave Safe Glass Bowl	Lemon pieces	100 gms
				Sugar	100 gms
				Chilli powder, Salt	As per your taste
				For Tempering : Rai, Jeera, Hing etc.	
				Method : 1. Cut lemon and remove seeds. In MWS bowl add lemon pieces, sugar, salt and chilli powder. Select menu and press start. Store it in a bottle after it cools. विधि : 1. नींबूओं को काटकर उनके बीजों को निकाल दें। माइक्रोवेव सेफ बाउल में नींबू के टुकड़े, चीनी, नमक और मिर्च पाउडर डालें और ओवन में रखकर मीनू चुनें और स्टार्ट दबाएं। ठंडा हो जाने पर उसे बोतल में भरकर रख दें।	
CC-3	Mix Veg. Pickle	0.3 kg	Microwave Safe Glass Bowl	Mix Vegetable (Cauliflower, Carrot, Radish, Shalgam, Green peas)	250 gms
				Lemon juice	2 tbsp
				Salt, Chilli powder, Salt, Sugar, Pickle Masala	As per your taste
				Oil	2 tbsp
				For tempering : Rai, Jeera, Hing etc.	
				Method : 1. In a MWS bowl put vegetables cut in long strips. Cover and keep it in Microwave. Select menu and press start to cook. When it gives a beep, remove. In another bowl add oil and tempering and press start. When it gives a beep add masala, sugar, salt. Add vegetables to this when it cools. Mix well and store it in a fridge. विधि : 1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में लम्बी पट्टियों में कटी हुई सब्जियों को डालें और ढककर ओवन में रख दें। मीनू चुनकर पकने के लिए स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर, बाहर निकाल लें। एक अन्य बाउल में तेल और तड़का सामग्री डालकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर मसाला, चीनी, नमक डालें। फिर ठंडा होने पर इसमें पकी हुई सब्जियों को डाल दें। अच्छी तरह मिलाएं और फ्रिज में रख दें।	
CC-4	Pizza Sauce	0.2 kg	Microwave Safe Glass Bowl	Tomato	200 gms
				Onions	1 No.
				Salt, Sugar, Ajwain, Oregano, Basil leaves	As per your taste
				Garlic pods	7-8
				Oil	2 tbsp
				Method : 1. In a MWS bowl put oil, tomato, onion, garlic pods and keep it in Microwave. Select menu & press start to cook. When it gives a beep, remove and grind it in a mixer. Now add salt, sugar, ajwain, basil leaves. Keep it in Microwave and press start. When it gives a beep, the sauce is ready. विधि : 1. माइक्रोवेव ग्लास बाउल में तेल, टमाटर, प्याज, लहसुन की फलियां डालकर ओवन के अन्दर रख दें। मीनू चुनकर पकने के लिए स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर, बाहर निकालें और मिश्रण में पीस लें। अब उसमें नमक, चीनी, अजवाइन, तुलसी के पत्ते डालें और ओवन में रखकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर सॉस तैयार हो जायेगी।	

24 HOURS

Category		Weight Limit	Utensil	Instructions			
bF-1	Veg Sandwich	0.1 ~ 0.3 kg	High Rack	Bread Slices	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg
				Butter	1 tbsp	2 tbsp	4 tbsp
				Souce/Spread	1½ tbsp	3 tbsp	4 tbsp
				Chopped Vegetables - Onion, Tomato, Capsicum	2 tbsp	4 tbsp	6 tbsp
				Grated Cheese	2 tbsp	4 tbsp	6 tbsp
				Salt & Kali Mirch	As per your taste		
				Method : 1. Apply butter on bread slice (both slices). 2. Keep bread slices on high rack select menu & start. 3. When beep spread sauce on one side and layer with chopped vegetables. sprinkle cheese on the top press start (use high rack) stand for 2 mints.			विधि : 1. ब्रेड के दोनों तरफ मक्खन लगाएं। 2. अब ब्रेड की स्लाइसों को हाई रैक पर रखें, मीनू चुनें और स्टार्ट दबाएं। 3. 'बीप' सुनाई देने पर ब्रेड के एक तरफ सॉस लगाएं और एक पतई कटी हुई सब्जियों की लगा दें और सबसे ऊपर चीज़ छिड़क दें, स्टार्ट दबाएं, 2 मिनट तक रुके रहें।
bF-2	Poha	0.1 ~ 0.3 kg	Microwave safe bowl	Poha	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg
				Oil	1 tbsp	2 tbsp	3 tbsp
				Onion Chopped	1/2 cup	1 cup	1 cup
				Green Chilli	2 nos.	3 nos.	4 nos.
				Rai, Jeera, Hing, Haldi Curry Leaves	For Tempering (Tadka)		
				Grated Coconut and Hara Dhania	For Garnishing		
				Method : 1. In Microwave Safe Bowl put oil, rai, jeera, green chilli, curry leaves, select menu & press start. 2. When beep add chopped onion, haldi powder & hing, press start. 3. When beep add washed poha, salt & sugar to taste mix well and press start. Garnish with cocobnut and hara dhania serve hot.			विधि : 1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में तेल, राई, जीरा, हरी मिर्च, करी पत्ता डालें। मीनू चुनकर स्टार्ट दबाएं। 2. 'बीप' सुनाई देने पर कटी हुई प्याज, हल्दी पाउडर एवं हींग डालें और स्टार्ट दबाएं। 3. 'बीप' आने पर धुला हुआ पोहा, नमक और स्वादानुसार शक्कर डालकर अच्छी तरह मिलाएं और स्टार्ट दबाएं। नारियल और हरे धनिया के साथ सजाएं और गर्म-गर्म परोसें।

Category		Weight Limit	Utensil	Instructions			
bF-3	Upma	0.1 ~ 0.3 kg	Microwave safe bowl	Suji	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg
				Oil	2 tbsp	3 tbsp	4 tbsp
				Water	200 ml	400 ml	600 ml
				Salt & Sugar		To taste	
				Onion	1 no.	2 nos.	2 nos.
				Green Chilli	2 nos.	3 nos.	3 nos.
				Rai, Jeera, Hing, Curry Leaves, Urad Dal	As per your taste		
				Method : 1. In Microwave Safe Bowl put oil, jeera, rai, urad dal, hari mirch, curry leaves and suji, select Menu then press Start. 2. When beep, add onion, stir well and keep inside and press Start. 3. When beep, add water, sugar & salt to taste, lemon juice mix well and keep inside press Start to cook stand for 5 minutes. Garnish with hara dhania and bhujia.			
				विधि : 1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में तेल, जीरा, राई, उड़द दाल, हरी मिर्च, करी के पत्ते एवं सूजी डालें, मीनू चुनकर स्टार्ट दबाएं। 2. 'बीप' सुनाई देने पर प्याज डालें, अच्छी तरह हिलाएं और अन्दर ही रहने दें तथा स्टार्ट दबाएं। 3. 'बीप' सुनाई देने पर स्वादानुसार पानी, चीनी एवं नमक, नींबू रस डालकर अच्छी तरह मिलाएं, अन्दर रखें, स्टार्ट दबाएं और 5 मिनट तक पकने दें। हरा धनिया और भुजिया के साथ सजाएं।			
bF-4	Daliya	0.1 ~ 0.3 kg	Microwave safe bowl	Dalia	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg
				Sugar or Gud	75 gms	150 gms	200 gms
				Ghee	1 tbsp	2 tbsp	3 tbsp
				Water + Milk	200 ml	400 ml	600 ml
				Ilaichi Powder, Nutmeg, Kishmish & Cashewnuts	1/2 tsp	1 tsp	1 tsp
				Method : 1. In Microwave Safe Bowl take dalia mix with ghee select menu & press start. 2. When beep add water, gud/sugar, elaichi powder/nutmeg powder, kismis kaju and cover it select menu & press start stand for 5 mints.			
				Note : If you are using gud for sweetness then add nutmeg powder and use elaichi powder when adding sugar for sweetness.			
				विधि : 1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में दलिया लें और घी डालकर मिलाएं। मीनू चुनकर स्टार्ट दबाएं। 2. 'बीप' सुनाई देने पर पानी, गुड़/शकर, इलायची पाउडर/नटमैग पाउडर, किशमिश एवं काजू डालें और ढककर मीनू चुनें और स्टार्ट दबाएं। नोट : यदि आप मिठास के लिए गुड़ इस्तेमाल कर रहे हैं तो नटमैग पाउडर डालें और जब मिठास के लिए चीनी डालें तो इलायची पाउडर का इस्तेमाल करें।			
bF-5	Parantha	0.2 kg	High Rack + Metal Tray	Parantha Dough	0.2 kg		
				Stuffing : Alu, Muli, Methi, Paneer, whichever you like.	As per your taste		
				Oil/Ghee	2 tbsp		
				Method : 1. Select menu keep metal tray on high rack. press start. 2. When beep keep parantha on tawa and brush with oil press start. 3. When beep turn parantha and press start serve hot with chutney or raita.			
				विधि : 1. मीनू चुनें। मेटल ट्रे हाई रैक पर रखें। स्टार्ट दबाएं। 2. 'बीप' सुनाई देने पर परांठा तवे पर डालें और घी लगाकर स्टार्ट दबाएं। 3. 'बीप' सुनाई देने पर परांठा को पलटें और स्टार्ट दबाएं। चटनी या रायता के साथ गर्म-गर्म परोसें।			

24 HOURS

Child's Favourite बच्चों की मनपसन्द

Category	Weight Limit	Utensil	Instructions			
CF-1	Omelette	Microwave safe flat dish	For	100 gm	200 gm	300 gm
			Eggs	1 nos.	2 nos.	3 nos.
			Chopped Onion	1/4 cup	1/2 cup	3/4 cup
			Chopped Tomato	1/4 cup	1/2 cup	3/4 cup
			Chopped Green Chilli	1 nos.	2 nos.	3 nos.
			Oil	1/2 tbsp	1 tbsp	1½ tbsp
			Chopped Hara Dhania	1 tbsp	1 tbsp	1 tbsp
			Salt & Kali Mirch	As per your taste		
			Method : 1. Beat the eggs add chopped onion, chopped tomatoes, green chilli, hara dhania, salt & paper to taste. 2. Apply some oil to MICROWAVE SAFE flat dish add egg mixture select menu & press start. 3. When beep turn the omelette & press start serve hot.			
			विधि : 1. अण्डों को फेंटकर उसमें कटी हुई प्याज, टमाटर, हरी मिर्च, हरा धनिया, स्वादानुसार नमक और मिर्च डालें। 2. माइक्रोवेव सेफ फ्लैट डिश में थोड़ा सा तेल लगाकर अण्डों का मिश्रण डालें। मीनू चुनें और स्टार्ट दबाएं। 3. जब 'बीप' सुनाई दे तो ऑमलेट को पलट दें और स्टार्ट दबाएं। गर्म—गर्म परोसें।			
CF-2	Noodles	Microwave safe bowl	Noodles	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg
			Water	100 ml	200 ml	300 ml
			Oil	1 tsp	2 tsp	3 tsp
			Vinegar	1/2 tsp	1 tsp	1 tsp
			Soya Souce	1/2 tsp	1 tsp	1 tsp
			Chilli Souce	1/2 tsp	1 tsp	1 tsp
			Mix Vegetables - Cabbage, Capsicum, Carrot, French Beans etc.	1/2 cup	1/2 cup	1 cup
			Salt, Sugar, Kali Mirch Powder	As per your taste		
			Method : 1. In Microwave Safe Bowl take noodles, water, oil, select menu & press start. 2. When beep, strain noodles & pure cold water over it. In Microwave Safe Bowl put some oil and finely chopped vegetables, add vinegar, soyasauce, chilli sauce, MSG salt & paper to taste press start. 3. When beep, add noodles and mix well press start serve hot.			
			विधि : 1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में नूडल्स, पानी, तेल डालें, मीनू चुनकर स्टार्ट दबाएं। 2. जब 'बीप' सुनाई दे तो नूडल्स को निचोड़ें और ऊपर से ठंडा पानी डालें। माइक्रोवेव सेफ बाउल में थोड़ा सा तेल और बारीक कटी हुई सब्जियां डालें, फिर स्वादानुसार सिरका, सोया सॉस, चिली सॉस, एमएसजी साल्ट और मिर्च डाल दें। स्टार्ट दबाएं। 3. 'बीप' सुनाई देने पर नूडल्स डालें और अच्छी तरह मिलाकर स्टार्ट दबाएं। गर्म—गर्म परोसें।			

Child's Favourite

बच्चों की मनपसन्द

24 HOURS

Category		Weight Limit	Utensil	Instructions			
CF-3	Corn Chaat (Sweet Corn)	0.1 ~ 0.3 kg	Microwave safe bowl	Sweet Corn	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg
				Water	50 ml	75 ml	100 ml
				Salt, Sugar, Butter, Chat Masala, Kali Mirch Powder.	As per your taste		
Method : 1. In Microwave Safe Bowl take sweet corn with water, press start. 2. Strain sweet corns and add some chat masala, salt, kali mirch, lemon juice and butter to it serve hot.				विधि : 1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में पानी के साथ स्वीट कॉर्न लें, स्टार्ट दबाएं। 2. स्वीट कॉर्न निचोड़ें और उसमें कुछ घाट मसाला, नमक, काली मिर्च, नींबू का रस और मक्खन डालें, गर्म-गर्म परोसें।			
CF-4	Pizza*	0.3 kg	Low rack	Pizza base	1 Big Pizza base		
				Topping	3 tbsp		
				Mix Vegetables - Tomato, Capsicum, Onion	1 cup		
				Grated Cheese	1/2 cup		
				Oregano & Chilli flakes (Optional)	As per your taste		
				Method : 1. Keep low rack inside and press start to preheat. 2. Pizza topping on Pizza base, spread chopped vegetables on it. Sprinkle some grated Cheese over it place Pizza on rack, press start			विधि : 1. लो रैक ऑवन के अन्दर रखें और गर्म करने के लिए स्टार्ट दबाएं। 2. पीज़ा बेस के ऊपर टॉपिंग्स रखें। उसके ऊपर कटी हुई सब्जियों को फैलाएं। फिर कुछ कसा हुआ चीज़ छिड़कें। अब पीज़ा को रैक के ऊपर रखें और स्टार्ट दबाएं।

* Do not put anything in the oven during preheat mode (Pre-h). / प्री-हीट मोड (Pre-h) के दौरान कोई भी वस्तु ओवन के अन्दर न रखें।

24 HOURS

Category		Weight Limit	Utensil	Instructions	
bA-1	Brownie	0.3 kg	Low rack & Metal cake tin	Maida	125 gms
				Condensed milk	150 gms
				Butter	100 gms
				Almonds, Wallnuts	As per your taste
				Soda Bicarb	1/2 tsp
				Baking powder	1 tsp
				Chocolate essence	1 tsp
				Coco powder	2 tbsp
				Method : 1. Sieve maida, baking powder and soda. In a bowl add milkmaid and butter and beat well. Add maida, coco powder, essence and mix. For spoon dropping consistency add milk or water. Select menu, press start. When there is a beep put the tin in microwave lower rack. Press start to bake. Remove when it gives a beep.	
				विधि : 1. मैदा, बेकिंग पाउडर और सोडा को छानें। मिल्कमेड और मक्खन को बाउल में डालकर फेंट लें। मैदा, कोको पाउडर और चॉकलेट एसेंस डालकर मिलाएं। चम्मच से बराबर चलाते हुए दूध या पानी डालें। मीनू चुनकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर टिन को ओवन में लोअर रैक पर रख दें और स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर बाहर निकाल लें।	
bA-2	Cheese straw	0.3 kg	Low rack & Metal cake tin	Maida	150 gms
				Grated cheese	50 gms
				Butter	75 gms
				Cold water	As required
				Pepper powder	1/2 tsp
				Baking powder	1/2 tsp
				Chilli powder	1/2 tsp
				Salt	1/4 tsp
				Method : 1. Sieve maida, baking powder, chilli powder and pepper powder. In a bowl add maida, butter and cheese & rub it with fingertips till it resembles breadcrumbs. Add little cold water to make a soft dough. Roll it in to 1/2 cm roti and cut thin strips. Twist them and put on the baking tray. Select menu and press start. When there is a beep, put the tray in microwave lower rack. Press start to bake. Remove when it gives a beep. Serve cold.	
				विधि : 1. मैदा, बेकिंग पाउडर, चिली पाउडर और मिर्च पाउडर को छानें। मैदा, मक्खन और चीज बाउल में डालकर उंगलियों के पोरवों से तब तक रगड़ें जब तक वह ब्रेड के समरूप न हो जाए। मुलायम डफ बनाने के लिए थोड़ा सा ठंडा पानी मिलाएं। इससे 1/2 सेमी. की रोटी बेलें और पतली पट्टियां काटें। फिर उनको ऐंठकर बेकिंग ट्रे पर रखें। मीनू चुनकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर ट्रे को ओवन में लोअर रैक पर रख दें। अब बेक करने के लिए स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर ट्रे को बाहर निकाल लें। ठंडा करके परोसें।	

Category		Weight Limit	Utensil	Instructions	
bA-3	Muffins	0.3 kg	Low rack & Metal Muffin Tray	Maida	125 gms
				Powder sugar	75 gms
				Butter	75 gms
				Almonds, Walnuts	As per your taste
				Egg	1 No.
				Baking powder	1/2 tsp
				Almond essence	1/2 tsp
				Water / Milk	2 tbsp
Method : 1. Sieve maida, baking powder. In a bowl add powdered sugar and butter and beat well. Add maida, essence and mix. For spoon dropping consistency add milk or water. Pour in to the greased muffin tray and sprinkle chopped almonds/walnuts. Select menu, press start. When there is a beep, put the tray in microwave lower rack. Press start to bake. Remove when it gives a beep.				विधि : 1. मैदा और बेकिंग पाउडर को छानें। बूरा और मक्खन को बाउल में डालकर अच्छी तरह फेंट लें। मैदा और एसेंस डालकर मिला लें। चम्मच से बराबर चलाते हुए दूध या पानी डालें। चिकनी की हुई मफिन ट्रे पर डालें और कटे हुए बादाम/अखरोट छिड़क दें। मीनू चुनकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर ट्रे को ओवन में लोअर रैक पर रख दें। अब बेक करने के लिए स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर बाहर निकालें।	
bA-4	Jeera Biscuits	0.3 kg	Low rack & Metal Tray	Maida	200 gms
				Powdered sugar	1 tbsp
				Butter	100 gms
				Jeera/Ajwain	As per your taste
				Soda Bicarb	2 pinch
				Baking powder	½ tsp
				Water	As required
				Method : 1. Sieve maida, baking powder and Soda. In a bowl add powdered sugar and butter and beat well. Add maida, jeera powder, ajwain and make a soft dough with little water. Roll a thick roti and cut cookies with the cutter. Prick with a fork. Arrange in a tray. Select menu, press start. When there is a beep put the tray in microwave lower rack. Press start to bake. Remove when it gives a beep.	

UTILITY CORNER

Category		Weight Limit	Utensil	Instructions	
CA-1	Walnut Cake	0.25 kg	Low Rack & Metal Cake Tin	Maida	100 gm
				Powdered sugar	80 gm
				Butter	75 gm
				Eggs	2 Nos.
				Walnut pieces	3 tbsp
				Baking powder	1 tsp
				Vanilla essence	1 tsp
				chopped dates	4 tbsp
				Method : 1. Sieve maida, baking powder. In a bowl add powdered sugar and butter and beat well. Add eggs and essence and again beat well. Add dates to maida. Mix well. Add walnuts. Add maida mixed with dates to this. For spoon dropping consistency add milk or water. Pour the mixture in a greased cake tin. Select menu and press start. When there is a beep, put the tin in microwave low rack. Press start to bake. Remove when it gives a beep.	
				विधि : 1. मैदा और बेकिंग पाउडर छान लें। बूरा और मक्खन एक बाउल में लेकर अच्छी तरह फेंट लें। अण्डा और इत्र डालकर दुबारा फेंटें। मैदा में कटु हुए खजूर डालें। अच्छे से मिलाएं। अखरोट के टुकड़े डालें। अब इसमें खजूर मिली हुई मैदा को डालें। चम्मच से चलाते हुए दूध या पानी डालें। फिर इस मिश्रण को चिकने किए हुए केक टिन में डाल दें। मीनू चुनकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर टिन को ओवन में लोअर रैक पर रख दें और बेक करने के लिए स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर टिन को बाहर निकाल लें।	
CA-2	Swiss Roll	0.2 kg	Low Rack & Metal Cake Tin	Maida	80 gm
				Condensed milk	100 gm
				Butter	50 gm
				Soda Bicarb	1/8 tsp
				Baking Powder	1/2 tsp
				Vanilla essence	1/2 tsp
				Mix fruit jam	2 tbsp
				Method : 1. Sieve maida, baking powder and soda. In a bowl add milkmaid and butter and beat well. Add maida, essence and mix. For spoon dropping consistency add milk or water. Place the butter paper at the bottom of the tray and pour the batter on it. Select menu and press start. When there is a beep, put the tray in microwave lower rack. Press start to bake. Remove when it gives a beep. Remove this cake on another butter paper and spread mix fruit jam over it. Roll it and cut slices.	
				विधि : 1. मैदा और बेकिंग पाउडर और सोडा छान लें। मिल्कमेड और मक्खन एक बाउल में लेकर फेंट लें। फिर मैदा और इत्र डालकर मिला लें। चम्मच को लगातार चलाते हुए दूध या पानी मिलाएं। ट्रे में बटर पेपर लगाकर मिश्रण को उस पर डालें। मीनू चुनकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर ट्रे को ओवन में लोअर रैक पर रख दें। अब बेक करने के लिए स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर बाहर निकाल लें। एक दूसरे बटर पेपर पर इस केक को रखें और उसके ऊपर मिश्रित फ्रूट जैम फैलाएं। फिर इसको लपेट कर स्लाइस काट लें।	

Category		Weight Limit	Utensil	Instructions	
CA-3	Carrot Cake	0.3 kg	Low Rack & Metal Cake Tin	Maida	80 gm
				Powdered sugar	75 gm
				Butter	75 gm
				Eggs	2 Nos.
				Grated carrots	1 cup
				Baking powder	1 tsp
				Vanilla essence	1 tsp
				chopped dates	2 tbsp
				Method : 1. Sieve maida, baking powder. In a bowl add powdered sugar and butter and beat well. Add eggs and essence and again beat well. Add dates and carrot to this. Mix well. Add maida mixed with dates and carrot to this. For spoon dropping consistency add milk or water. Pour the mixture in a greased cake tin. Select menu and press start. When there is a beep, put the tin in microwave low rack. Press start to bake. Remove when it gives a beep.	
				विधि : 1. मैदा और बेकिंग पाउडर छान लें। बूरा और मक्खन एक बाउल में लेकर अच्छी तरह फेंट लें। अण्डा और इत्र डालकर दुबारा फेंटें। मैदा में कटु हुए खजूर डालें और कसी हुई गाजर। अच्छे से मिलाएं। अखरोट के टुकड़े डालें। अब इसमें खजूर और कसी हुई गाजर मिली हुई मैदा को डालें। चम्मच से चलाते हुए दूध या पानी डालें। फिर इस मिश्रण को चिकने किए हुए केक टिन में डाल दें। मीनू चुनकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर टिन को ओवन में लोअर रैक पर रख दें और बेक करने के लिए स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर टिन को बाहर निकाल लें।	
CA-4	Chocolate Cake	0.3 kg	Low Rack & Metal Cake Tin	Maida	100 gm
				Powdered sugar	80 gm
				Butter	75 gm
				Eggs	2 Nos.
				Chopped almonds	3 tbsp
				Baking powder	1 tsp
				Chocolate essence	1 tsp
				Coco powder	2 tbsp
				Method : 1. Sieve maida, baking powder. Mix coco powder with 1/2 cup hot water. In a bowl add powdered sugar and butter and beat well. Add eggs and essence and again beat well. Add almonds to maida. Mix well. Add maida mixed with almonds to this. Mix it well. Add coco solution to it and again mix well. For spoon dropping consistency add milk or water. Pour the mixture in a greased cake tin. Select menu, press start. When there is a beep, put the tin in microwave lower rack. Press start to bake. Remove when it gives a beep.	
				विधि : 1. मैदा और बेकिंग पाउडर छान लें। कोको पाउडर आधा कप गर्म पानी में मिलाएं। बूरा और मक्खन एक बाउल में डालकर अच्छी तरह मिला लें। अण्डे और इत्र डालकर दुबारा अच्छी तरह मिलाएं। बादाम के टुकड़े मैदा में डालकर मिलाएं। बादाम मिली हुई मैदा को इसमें डालें। अच्छे से मिलाएं। फिर कोको के विलयन को डालकर मिलाएं। चम्मच से चलाते हुए दूध या पानी डालें। इस मिश्रण को चिकने किए हुए केक टिन में भर दें। मीनू चुनकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर टिन को ओवन में लोअर रैक पर रख दें। अब बेक करने के लिए स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर बाहर निकाल लें।	

UTILITY CORNER

Category		Weight Limit	Utensil	Instructions
UC-1	Keep warm	-	Microwave safe bowl	<u>Method</u> : 1. Any cooked food with cover (Rice, Dal, Sabzi, Halwa, Upma etc.) Select menu & press start <u>विधि</u> : 1. ढका हुआ कोई भी व्यंजन (चावल, दाल, सब्जी, हलवा, उपमा इत्यादि) मीनू चुनें और स्टार्ट दबाएं।
UC-2	Steam clean	-	Microwave safe bowl	<u>Method</u> : 1. Take water in bowl, add vinegar & lemon juice in it, select menu & press start, 2. When over wipe with soft and clean napkin after taking out power plug. <u>विधि</u> : 1. बाउल में पानी लेकर उसमें सिरका और नींबू रस डालें, मीनू चुनें और स्टार्ट दबाएं। 2. मुलायम और साफ तौलिये से ही पोंछें।
UC-3	Defrost Veg	0.2 ~ 0.5 kg	Microwave safe bowl	Veg - (Paneer, Green Peas, Corn etc.) <u>Method</u> : 1. Take in Microwave Safe Bowl, select menu and press start. 2. When beep turn the food. <u>विधि</u> : 1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में लेकर मीनू चुनें और स्टार्ट दबाएं। 2. 'बीप' सुनाई देने पर खाने को पलट दें।
UC-4	Defrost Non veg	0.5 ~ 1.0 kg	Microwave safe bowl	Non-Veg - (Chicken, Mutton etc.) <u>Method</u> : 1. Take in Microwave Safe Bowl, select menu and press start, 2. When beep turn the food. <u>विधि</u> : 1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में लेकर मीनू चुनें और स्टार्ट दबाएं। 2. 'बीप' सुनाई देने पर खाने को पलट दें।
UC-5	De-humidification	0.3 kg	Microwave safe bowl	Namkin, Biscuits, Bhujia, Papad and Wafers etc. <u>Method</u> : 1. In MWS bowl add the food to be dehumidified. Select menu and press start. <u>विधि</u> : 1. खाना सुखाने के लिए उसे माइक्रोवेव सेफ बाउल में रखें। मीनू चुनकर स्टार्ट दबाएं।

Category		Weight Limit	Utensil	Instructions	
FE-1	Yoghurt	0.3 kg	Microwave Safe Glass Bowl & Low Rack	Milk	300 ml
				Curd	2 tbsp
				Sugar	3 tbsp
				Pink food colour	1/4 tsp
				Strawberry	1/4 tsp
Method : 1. Put lukewarm milk in MWS bowl. Add curd, sugar, colour, essence to it. Stir it very well. Select menu and press start. When it gives a beep, put the bowl in lower rack. Press start. Remove and cool. Refrigerate it.				विधि : 1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में गुनगुना दूध लें। फिर उसमें दही, चीनी, रंग और इत्र डालें। अच्छी तरह हिलाएं। मीनू चुनकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर बाउल को ओवन में लोअर रैक पर रखें। स्टार्ट दबाएं। बाहर निकालकर ठंडा करें और रेफ्रिजरेटर में रख दें।	
FE-2	Masala Paneer	0.5 kg	Microwave Safe Glass Bowl	Milk	500 ml
				Curd	2 tbsp
				Coriander	1 tbsp
				Jeera	1 tsp
				Method : 1. In MWS bowl add milk. Select menu and press start. When it gives a beep, remove and add curd, coriander and jeera. Put in microwave. Press start. When it gives a beep, remove and strain and press in a muslin cloth.	
FE-3	Yeast dough	0.25 kg	Microwave Safe Glass Bowl	Maida	250 ml
				Yeast	1 tbsp
				Salt	1/2 tsp
				Sugar	1 tsp
				Water	As required
Method : 1. In MWS bowl add maida, yeast, salt and sugar. Mix well, add water and make a soft dough. Select menu and press start. When it gives a beep, rest for 3 minutes. Now remove				विधि : 1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में मैदा, ईस्ट, नमक और चीनी डालकर अच्छी तरह मिलाएं तथा पानी मिलाकर मुलायम डफ बना लें। मीनू चुनकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने के 3 मिनट बाद बाहर निकाल लें।	

WARNING/चेतावनी

Please ensure cooking times are correctly set as over cooking may result in FIRE and subsequent DAMAGE to the OVEN.

आप ये निर्धारित करें की पकाने का समय आपने सही सेट किया है नहीं तो ज्यादा गर्म होने से आग या अवन को क्षति पहुँच सकती है।

Important safety instructions Read carefully and keep for future reference महत्वपूर्ण सुरक्षा निर्देश - ध्यान से पढ़ें और भविष्य के संदर्भ के लिए रखें

- 1 Do not attempt to tamper with, or make any adjustments or repairs to the door, control panel, safety interlock switches or any other part of the oven. It is hazardous for anyone to carry out any service or repair operation which involves the removal of any cover which gives protection against exposure to microwave energy. Repairs should only be undertaken by a qualified service technician.

कभी भी डोर, कंट्रोल पैनल, सुरक्षा इंटरलाक स्विच या अवन के किसी पार्ट से छेड़छाड़ न करें। मरम्मत के लिए कुशल तकनीशियन ही बुलाएँ।

- 2 Do not operate the oven when empty. It is best to leave a glass of water in the oven when not in use. The water will safely absorb all microwave energy, if the oven is accidentally started.

कभी भी अवन खाली न चलाएँ, यह बेहतर होगा कि एक ग्लास पानी हमेशा अवन में रखें ताकि दुर्घटनावश खाली चलने पर पानी सारी ऊर्जा सोख लेगा।

- 3 Do not use the oven for the purpose of dehumidification. It can be the cause of serious damage of safety.(ex. Operating the microwave oven with the wet newspapers, clothes, toys, pet or portable electric devices, etc.)

अडिह्युमिडिफिकेशन के हेतु अवन का प्रयोग न करें। इससे सुरक्षितता को खतरा हो सकता है।

- 4 Do not cook food wrapped in paper towels, unless your cook book contains instructions, for the food you are cooking.

कागज में लिपटा हुआ भोजन न पकाएँ जब तक कुकिंग पुस्तिका में ऐसा कोई निर्देश न हो।

- 5 Do not use newspaper in place of paper towels for cooking.

पकाने के लिए कागजी तौलियाँ बजाएँ अखबार का प्रयोग न करें।

- 6 Do not use wooden containers. They may heat-up and char. Do not use ceramic containers which have metallic (e.g. gold or silver) inlays. Always remove metal twist ties. Metal objects in the oven may arc, which can cause serious damage.

पकाने के लिए लकड़ी के बर्तन प्रयोग न करें, वे गर्म हो सकते हैं और जल सकते हैं। धातु के बर्तन और काकरी जिसमें धातु की परत हो प्रयोग न करें। हमेशा धातु की तारे निकाल कर ही अवन में रखें क्योंकि धातु से आर्किंग हो सकती है।

- 7 Do not operate the oven with a kitchen towel, a napkin or any other obstruction between the door and the front edges of the oven, which may cause microwave energy leakage.

कीचन टॉवल, नैपकीन और अन्य वस्तु आप अवन के फ्रंट सतह और दरवाजे के बीच रख के ना चलाए जिससे मायक्रोवेव लीकेज हो सकता है।

- 8 Do not use recycled paper products since they may contain impurities which may cause sparks and/or fires when used in cooking.

रिसाइकल करे हुए कागज का प्रयोग न करें क्योंकि इसमें मिलावट होने का खतरा है, जिससे खाना पकाने समय चिनगारी या आग लगने का खतरा हो सकता है।

- 9 Do not rinse the turntable by placing it in water just after cooking. This may cause breakage or damage.

खाना पकाने के तुरंत बाद ग्लास टे पानी में न डालें। इससे यह टूट सकती है।

- 10 Small amounts of food require shorter cooking or heating time. If normal times are allowed they may overheat and burn.

थोड़े भोजन के लिए कम समय चाहिए। साधारण समय से यह अधिक गर्म हो सकते हैं और जल सकते हैं।

- 11 Be certain to place the oven so the front of the door is 8 cm or more behind the edge of the surface on which it is placed, to avoid accidental tipping of the appliance.

यह निश्चित कर ले कि डोर अगली सतह से 8 सेमी पीछे हो कि उपकरण पलटे नहीं।

- 12 Before cooking, pierce the skin of potatoes, apples or any such fruit or vegetable.
पकाने से पहले आलू, सेब जैसी चीजों को पिअर्स करे ।
- 13 Do not cook eggs in their shell. Pressure will build up inside the egg which will burst.
अंडे को छिलके में मत पकाएँ । ऐसे पकाने से छिलके के अन्दर दबाव बढ़ सकता है और अंडा फट सकता है।
- 14 Do not attempt deep fat frying in your oven.
अवन में डीप फ्राई करने का प्रयत्न न करें ।
- 15 Remove the plastic wrapping from food before cooking or defrosting. Note though that in some cases food should be covered with plastic film, for heating or cooking.
खाना पकाने या डिफ्रास्ट करने से पहले प्लास्टिक रैपिंग उतार लें । कुछ खाने में कवर करके जैसे कुकिंग पुस्तिका में बताया गया है प्रयोग कर सकते हैं ।
- 16 If the oven door or door seals are damaged, the oven must not be operated until it has been repaired by a qualified service technician.
यदि अवन का दरवाजा क्षतिग्रस्त है तो उसे प्रयोग तब तक न करें जब तक किसी कुशल कारीगर से मरम्मत न करा लें ।
- 17 If smoke is observed, switch off or disconnect the oven from the power supply and keep the oven door closed in order to stifle any flames.
यदि अवन में धुँआ दिखाई दे तो दरवाजा बन्द रखे, बन्द करके पावर सप्लाय से अवन हटा लें ।
- 18 When food is heated or cooked in disposable containers of plastic, paper or other combustible materials, check the oven frequently due to the possibility of

the food container is deteriorating.

जब खाना प्लास्टिक के फेंकने वाले बर्तन में पकाया जाता है या गर्म किया जाता है तो उसे लगातार चेक करें कि बर्तन खराब तो नहीं हो रहा ।

- 19 Only allow children to use the oven without supervision when adequate instructions have been given so that the child is able to use the oven in a safe way and understands the hazards of improper use.
बच्चों को बिना निगरानी के अवन तभी प्रयोग करने दे जब उन्हें अवन सुरक्षित तरीके से प्रयोग पता हो और गलत तरीके से प्रयोग करने के खतरे भी पता हो ।
- 20 Liquids or other foods must not be heated in sealed containers since they are liable to explode.
तरल पदार्थ या अन्न बंद कंटेनर में ना पकाए जिससे वो एक्स्प्लोड हो सकता है ।
- 21 Do not operate the oven, if the door seals and adjacent parts of the microwave oven are faulty, until the oven has been repaired by a qualified service technician.
यदि अवन का दरवाजा क्षतिग्रस्त है तो उसे प्रयोग तब तक न करें जब तक किसी कुशल कारीगर से मरम्मत न करा लें ।
- 22 Check the utensils are suitable for use in microwave ovens before use. 23 Do not touch the oven door, outer cabinet, rear cabinet, oven cavity, accessories and dishes during grill mode and auto cook operations, unless wearing thick oven gloves, as they will become hot. Before clearing make sure they are not hot.
ये आप देख ले की अवन प्रयोग के लिए चुने हुए बर्तन सही है या नहीं । अवन डोर, आउटर कैबिनेट, रीयर कैबिनेट, अवन कॅविटी, अॅसेसरीज और डिशेस अवन ग्रील मोड में हो तब ना हुए जब आपने जाड़े ग्लोव्स नहीं डाले हो क्योंकि ये चीजें गर्म होती हैं । क्लियर करने से पहले ये आप देख ले की ये गर्म नहीं है।

Technical Specifications / Two Recipes for starter

तकनीकी जानकारी / नवसिखुए के लिए दो व्यंजन

Warning

This appliance must be earthed/यह यन्त्र अर्थ किया जाना चाहिए

The wires in this mains lead are colored in accordance with the following codes/पावर कॉर्ड का रंग निम्न निर्देशानुसार होता है-

BLUE ~ Neutral BROWN ~ Live GREEN & YELLOW ~ Earth

As the colours of the wires in the mains lead of this appliance may not correspond with the coloured markings identifying the terminals in your plug proceed as follows:/वायरिंग करने का निर्देश :

The wire which is colored BLUE must be connected to the terminal which is marked with the letter N or Colored BLACK.

BLUE/BLACK रंग के वायर का कनेक्शन प्लग के 'N' पिन से

The wire which is colored BROWN must be connected to the terminal which is marked with the letter L or colored RED.

BROWN/RED रंग के वायर का कनेक्शन प्लग के 'L' पिन से

The wire which is colored GREEN & YELLOW or GREEN must be connected to the terminal which is marked with the letter E or $\frac{1}{2}$.

GREEN/YELLOW or GREEN रंग के वायर का कनेक्शन प्लग के 'E' $\frac{1}{2}$ से

Technical Specification/तकनीकी जानकारी

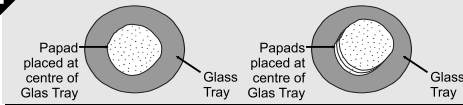
	MC-7687AB
Power Input/पावर इनपुट	230 V AC 50Hz
Output/आउटपुट	900 W (IEC60705 rating standard)
Microwave Frequency/माइक्रोवेव फ्रिक्वेंसी	2450 MHz
Outside Dimension/बाहरी माप	510 mm(W) X 310 mm(H) X 510 mm(D)
Power Consumption/पावर कंजम्पशन	
Microwave/माइक्रोवेव	1350 Watts
Grill/ग्रिल	1250 Watts
Combination/कॉम्बिनेशन	2650 Watts
Convection/कन्वैक्शन	1350 Watts

Two recipes for starter / नवसिखुए के लिए दो व्यंजन

NOTE : The time variation during Cooking of recipe depends upon the ingredients, method adopted & type of food category.

व्यंजन बनाने के दौरान, समय परिवर्तन खाने के तत्व या अंश, बनाने की विधि और खाने की श्रेणी पर निर्भर करता है।

1



1. ROASTED PAPAD

Procedure:

For making Single Papad :

- Place the raw papad at the centre of Glass Tray, as shown in the picture above.
- Select Micro-100% Power Level and Cook time.
- After Papad cooking give standing time of 30-45 seconds.

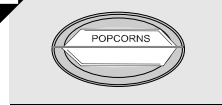
For making more than one Papad :

*Place 2 or more papads over one another as shown in the picture above.

For Better Results :

- Sprinkle little water or oil over the papad.
- Wrap the papad in a tissue paper.
- *Note :** The cooking time may vary -
 - As per the composition of the papad material.
 - As per the Quantity of papad used.

2



2. POP CORN :

Place the pop corn bag to the glass tray properly as instructed on packing. Use Quick start to set 3-4 minutes. remove the bag after popping sound has stopped. Take care that bag corners do not touch sides while rotating.

Note: Attend popping process carefully. Do not overheat as cause flash fire.

2. पॉप कॉर्न : पॉप कॉर्न का बैग काँच की ट्रे पर रखें। quick start को 3-4 मिं के लिए रखें। बैग को हटा लें जब तक भुनने की आवाज खत्म हो जाए। ध्यान रखें कि बैग के किनारे को न छुएँ।

नोट - भुनने की क्रिया को ध्यानपूर्वक देखें। ज्यादा न भुने क्योंकि इसमें आग लग सकती है।

1. भुने हुए पापड़

विधि :

एक पापड़ बनाने के लिए :

- ग्लास ट्रे के बीच में कच्चा पापड़ रखें, जैसा कि ऊपर चित्र में दर्शाया गया है।
- माइक्रो-100% पावर स्तर और पकाने की अवधि चुनें।
- पापड़ पक जाने के बाद 30-45 सैकेंड का स्टैंडिंग टाइम दें।

एक से अधिक पापड़ बनाने के लिए :

*दो या अधिक पापड़ एक दूसरे के ऊपर रखें, जैसा कि ऊपर चित्र में दर्शाया गया है।

बेहतर परिणाम के लिए :

- पापड़ के ऊपर थोड़ा पानी या तेल छिड़कें।
- पापड़ को टिश्यू पेपर में लपेट दें।
- टिप्पणी :** पकाने के समय में अन्तर हो सकता है -
 - पापड़ की सामग्री की बनावट के अनुसार।
 - इस्तेमाल किए गये पापड़ों की मात्रा के अनुसार।

