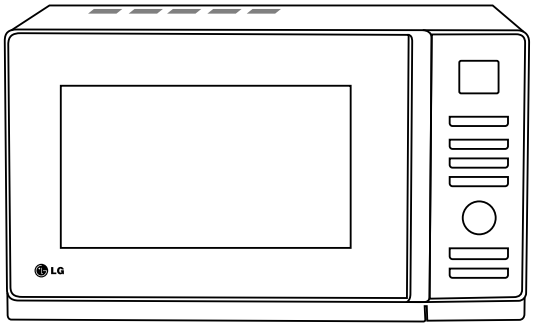
India's No.1
MICROWAVE OVEN

LG
Life's Good



Owner's Manual

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

MC-7689MSR

LG 24 x 7 CALL CENTER

CALL 1800-180-9999 (Toll Free)

SMS 5757554 (Send SMS)

CLICK www.lg.com

lgservice@lgindia.com

Contents / विषय सूची

Contents / **विषय सूची** 2
Precautions / **सावधनियां** 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
Rotisserie / **रोटेसरी** 16

NUTRI CARE

Health Plus / **हैल्थ 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
Tandoor Se / **तंदूर से** 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 ।

Precautions
सावधानियाँ

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 मे इंटरलॉक होने की वजह से आप दरवाजा खुला रख के नही चला सकते । ये सेफ्टी इंटरलॉक जब दरवाजा खुला होता है तब स्वयं अपने आप पकने की प्रक्रिया बन्द करते है । नही तो इससे मायक्रोवेव का अधिक स्पर्श मे आ सकते है । इसलिए आप सेफ्टी इंटरलॉक के साथ छेडखानी ना करे ।

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 करे यदि (1) दरवाज़ा मुड़ा हो (2) हिंज या लैच ढ़ीला 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 ।

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:
आपके अवन में तरल पदार्थ गर्म करते समय अमर को अधिक गर्म हो जाता है और बदल नही दिखाई देते है ।

1 Avoid using straight sided containers with narrow necks./पतले गले वाले और सरल बाजू वाले बर्तनोंका प्रयोग ना करे ।
2 Do not overheat./ ज्यादा गरम नही करे ।
3 Stir the liquid before placing the container in the oven and again halfway through the heating time./ बर्तन रखने से पहले उसमे 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 थोडे 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 अन्दरोनी सतह साफ करे ।
6 Never operate the oven without Glass Tray & Roller rest / metal container as it may cause sparking./अवन का ग्लास ट्रे और रोलर रेस्ट के बिना प्रयोग ना करे जिससे स्पार्किंग 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 आवश्य करलें । 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 created microwave energy.
सूक्ष्म तरंगें एक प्रकार की ऊर्जा हैं जो रेडियो तरंगों और सामान्य प्रकार तरंगों के समान गती होती है । सामान्यत: ये सूक्ष्म तरंगें वायुमण्डल में चालीत होते समय बाहरी ओर फैलती है और बिना कोई प्रभाव डाले स्वत: ही समाप्त हो जाती है । 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 है ।

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 सूक्ष्मतरंगे पकाने के क्षेत्र में अवन के अंदरुनी छुते हुए हिस्से से प्रवेश करती हैं । एक घूमती हुई तशतरी अवन के नीचे के हिस्से पर स्तीथ रहती है । सूक्ष्म तरंगे अवन की धातू दिवारों से बाहर नही आती, लेकीन वह घुस जाती है । शीशे, चिनी मिट्टी के पात्र और कागज़ 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.
सूक्ष्मतरंगे उन गृहउपयोगी बरतनों को गरम नहीं करती है, 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

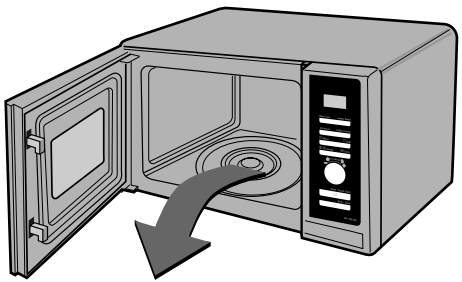
Your microwave oven is one of the safest of all home appliances. When the door is opened, the oven automatically stops producing microwaves. Microwave energy is converted completely to heat when it enters food, leaving no "left over" energy to harm you when you eat your food.
आपका सूक्ष्म तरंग अवन सबसे 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 नही छोडती कोई भी ऊर्जा हानी के लिए जब आप आहार खायें ।

Unpacking & Installing
खोलना और स्थापित करना

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.

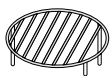
निचे दिए हुए दो पन्नो से आप निर्धारीत कर सकते है की आपका अवन सही चल रहा है या नही । आपका अवन आप कहा स्थापित कर रहे है इसके उपर आप ध्यान दे । आपका अवन अवरण से खोलते समय आप सभी असेसरीज और पैकींग निकाले । ये आप निर्धारीत करे की आपका अवन डिलिवरी में क्षतिग्रस्त नही हुआ है ।

1 Unpack your oven and place it on a flat level surface.
अपना अवन खोलकर एक समतल स्थान पर रख ले ।

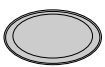




HIGH RACK / 'हाई' रैक



LOW RACK / लो रैक



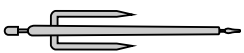
GLASS TRAY / कॉंच की ट्रे



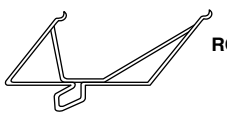
MULTI COOK TAWA / मल्टी कुक तवा



ROTATING RING / रोटेटिंग रिंग



ROTESSERIE BAR / रोटेसरी बार



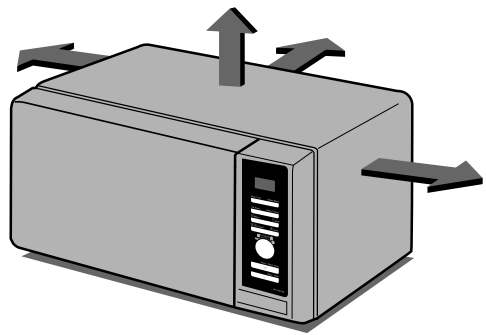
ROTESSERIE BAR HANDLE / रोटेसरी बार हैन्डिल

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 रखे लेकिन यह ध्यान रखे 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.

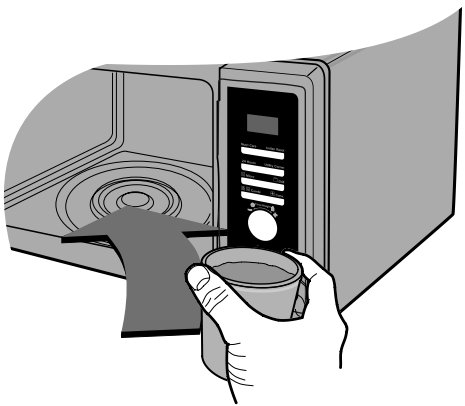
अपने तंदूर को मानक गृह गती से जोड दे । इस बात का ध्यान रखे कि आपका तंदूर ही केवल वह उपकरण है जो गति से जुडा हुआ है । अगर आपका तंदूर सही ढंग से काम नही कर रहा है तो पहले विद्युत गती के निकाल ले और फिर वापस उसे उसमे लगाये ।

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 हत्थे के द्वारा खींचे । घूमनेवाले वलय को तंदूर के भीतर रखे और काँच की तरतरी को ऊपर रखे ।

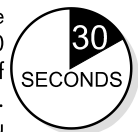
5 Fill a microwave safe container with 300 ml (1/2 pint) of water. Place on the **GLASS TRAY** and close the oven door. If you have any doubts about what type of container to use please refer to page 26.

सूक्ष्म तरंग सुरक्षित पात्र के ३०० मिली. पानी भर ले उसे काँच की तरतरी पर बरते पर तंदूर की दरवाजा बन्द कर । अगर आपको कोई शंका है पात्र के प्रकार मे तो कृपया पृष्ठ २६ पर देखे ।



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.



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

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 ले । अगर आपका तंदूर काम कर रहा है तो पानी गर्म होगा । सावधानी बरते जब आप उस पात्र को हटा रहे हो वह शायद गर्म हो सकता है ।



YOUR OVEN IS NOW INSTALLED

आपका तंदूर अब स्थापित हो गया है ।

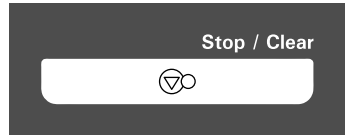
Child Lock
चाइल्ड लॉक



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।

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



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



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



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 सैकेण्ड के अन्तराल में हाई पावर पर भोजन पका सकते हैं।

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



2 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।



3 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

Micro Power Cooking
माइक्रो पावर कुकिंग

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।



Your oven has five microwave Power settings.
आपके अवन 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

1 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।



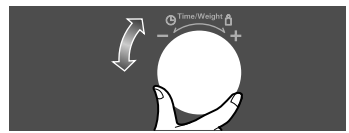
2 Press **MICRO.**
MICRO दबाएं।



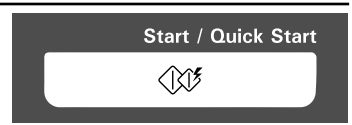
4 Press **MICRO** until display shows "720W".
MICRO तब तक दबाएं जब तक डिसप्ले "720W" न दर्शाए।



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



5 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 / माँस के नर्म टुकड़े पकाना	100%	900W(max)
MEDIUM HIGH मध्यम उच्च	* Reheating(Liquid) / भोजन दोबारा गर्म करना (तरल) * Roast meat and poultry / माँस 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 / माँस 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।



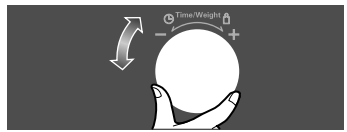
1 Press **STOP/CLEAR.** / **STOP/CLEAR** दबाएं।



2 Press **GRILL.** / **GRILL** दबाएं।



4 Turn **DIAL** until display shows "12:30".
DIAL को जब तक घुमाएं जब तक डिसप्ले "12:30" न दर्शाए।



5 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 कॉम्बीनेशन कुकिंग

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।



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।

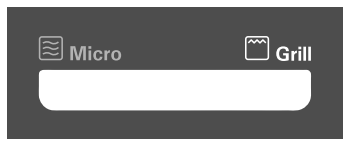
1 Press **STOP/CLEAR. / STOP/CLEAR** दबाएं।



2 Press **COMBI. / COMBI** दबाएं।



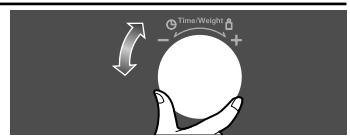
3 Press **GRILL. / GRILL** दबाएं।



4 Press **MICRO** until display shows "180W".
MICRO तब तक दबाएं जब तक डिसप्ले "180W" न दर्शाए।
Press **DIAL** for power confirmation. / पावर निश्चितता के लिए **DIAL** दबाएं।



5 Turn **DIAL** until display shows "25:00".
DIAL तब तक घुमाएं जब तक डिसप्ले "25:00" न दर्शाए।



6 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।

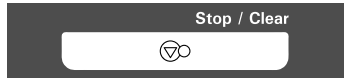
Convection Combination Cooking
कन्वैक्शन कॉम्बीनेशन कुकिंग



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।

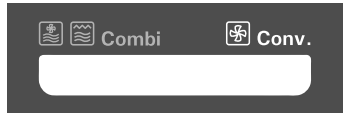
1 Press **STOP/CLEAR. / STOP/CLEAR** दबाएं।



Press **COMBI. / COMBI** दबाएं।



2 Press **CONV. / CONV** दबाएं।



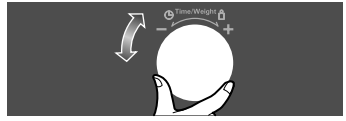
3 Turn **DIAL** until display shows "200°C".
DIAL तब तक घुमाएं जब तक डिसप्ले "200°C" न दर्शाए।



4 Press **MICRO** until display shows "540W".
MICRO तब तक दबाएं जब तक डिसप्ले "540W" न दर्शाए।



5 Turn **DIAL** until display shows "25:00".
DIAL तब तक घुमाएं जब तक डिसप्ले "25:00" न दर्शाए।



6 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 Prehat
कन्वैक्शन प्रीहीट

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।



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।

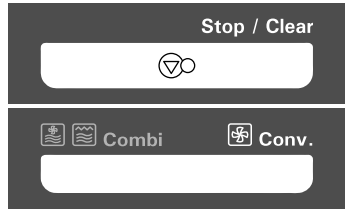
Your oven will take a few minutes to reach the selected temperature.
आपका ओवन चुने हुए तापमान तक पहुँचने में कुछ मिनटों का समय लेगा।

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।

1

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

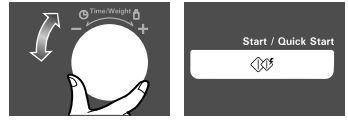
Press **CONV. / CONV** दबाएं।



3

Turn **DIAL** until display shows "190°C".
DIAL तब तक घुमाएं जब तक डिसप्ले "190°C" न दर्शाए।

Press **START** for temperature confirmation.
तापमान की निश्चितता के लिए **START** दबाएं।



4

Press **START. / START** दबाएं।

Preheating will be started with displaying " Pr-H".
" Pr-H" दर्शाने पर प्रीहीटिंग आरम्भ हो जायेगी।



Convection Cooking
कन्वैक्शन कुकिंग

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।



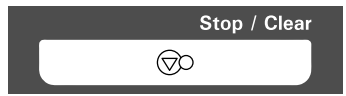
The convection oven has a temperature range of 40°C and 100°C ~ 230°C (180°C is automatically available when convection mode is selected).
ओवन में 40°C और 100°C ~ 230°C तक तापमान सीमा होती है। कन्वैक्शन मोड चुनने पर 180°C तापमान स्वतः ही उपलब्ध हो जाता है।

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

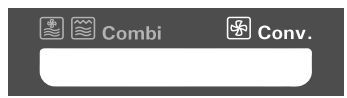
The rack must be used during convection cooking.
ग्रिल कुकिंग के दौरान रैक का प्रयोग अवश्य करना चाहिए।



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

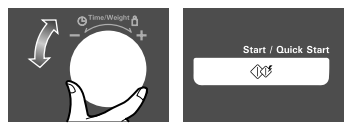


Press **CONV. / CONV** दबाएं।

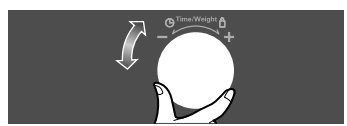


Turn **DIAL** until display shows "190°C".
DIAL तब तक घुमाएं जब तक डिसप्ले "190°C" न दर्शाए।

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 डिसप्ले "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

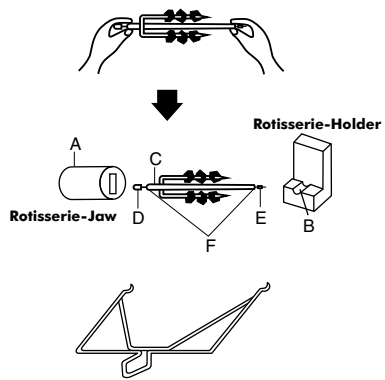
Please follow the given steps to operate cook functions (Nutri Care, Indian Rasoi, 24 Hours, Utility Corner) in your Microwave.

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), tS (Tandoor Se), 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

Rotisserie
रोटेसरी

Never operate the oven at microwave and combination mode with rotisserie bar in the cavity when oven is empty.
खाली ओवन में रोटेसरी बार लगाकर माइक्रोवेव व कॉम्बीनेशन मोड में कभी न चलायें।

1. Position the food on the spit, ensuring that the rotisserie bar runs centrally through the food. And tie the food with thread to the bar if necessary.
   भोजन को रोटेसरी बार की सलाखों में लगाएं और यदि आवश्यक हो तो धागे से बांधें। ध्यान रहे कि रोटेसरी बार भोजन के केन्द्र से गुज़रे।
2. Insert the end of the rotisserie bar (D) into the rotisserie jaw (A) on the left side of the oven wall. Push it to the left, rotating the rotisserie bar slightly until the rotisserie-bar fits into the rotisserie jaw (A).
   रोटेसरी बार का किनारा (D) ओवन की बांयी दीवार पर रोटेसरी खाँचे (A) में लगायें। बांयी तरफ हल्का दबायें जब तक रोटेसरी बार रोटेसरी खाँचे (A) में न फँस जाए।
3. Support the other end of the rotisserie bar (E) on the hollow of the rotisserie holder (B).
   रोटेसरी बार का दूसरा किनारा (E) रोटेसरी होल्डर (B) के खाली भाग में रखें।
4. Carefully place the heat proof glass ware in the microwave oven, on top of the glass turntable.
   टर्न टेबल के ऊपर माइक्रोवेव ओवन में ऊष्मारोधक काँच के बर्तन ध्यान से रखें।



Note : This Rotisserie will support small pieces of Veg & Non-Veg food. Big pieces may get struck to the Glass Tray.
टिप्पणी : रोटेसरी शाकाहारी एवं माँसाहारी भोजन के छोटे टुकड़ों को पकाने में सहायक है। बड़े टुकड़े ग्लास ट्रे से टकरा सकते हैं।

NUTRI CARE

<table>
<tr><th colspan="2">Category</th><th>Weight Limit</th><th>Utensil</th><th>Instructions</th></tr>
<tr>
<td>HP-1</td>
<td>Kala Chana</td>
<td>0.1 ~ 0.3 kg</td>
<td>Microwave safe bowl</td>
<td>
<table>
<tr><td>Soaked Kala Chana</td><td>0.1 kg</td><td>0.2 kg</td><td>0.3 kg</td></tr>
<tr><td>Water</td><td>100 ml</td><td>200 ml</td><td>250 ml</td></tr>
<tr><td>Oil</td><td>1 tbsp</td><td>2 tbsp</td><td>3 tbsp</td></tr>
<tr><td>Onion Chopped</td><td>1/2 cup</td><td>1 cup</td><td>1½ cup</td></tr>
<tr><td>Salt, Chat Masala, Red Chilli Powder, Hara Dhania</td><td colspan="3">As per your taste</td></tr>
</table>
<u>Method :</u>
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.

<u>विधि :</u>
1. चने को 4 घण्टे तक भिगोएं। माइक्रोवेव सेफ बाउल में भीगे हुए चने 100 ग्राम पानी के साथ लें और ढ़क 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।
</td>
</tr>
<tr>
<td>HP-2</td>
<td>Karela Subzi</td>
<td>0.3 kg</td>
<td>Microwave safe bowl</td>
<td>
<table>
<tr><td>Chopped Karela</td><td>0.3 kg</td></tr>
<tr><td>Oil</td><td>2 tbsp</td></tr>
<tr><td>Water</td><td>As required</td></tr>
<tr><td>Rai, Jeera, Hing & Haldi</td><td>For tepering</td></tr>
<tr><td>Salt, Sugar, Garam Masala, Dhania, Jeera Powder</td><td>As per your taste</td></tr>
<tr><td>Grated Coconut & Hara Dhania</td><td>For garnishing</td></tr>
</table>
<u>Method :</u>
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

<u>विधि :</u>
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।
</td>
</tr>
</table>

Category		Weight Limit	Utensil	Instructions
HP-3	Moong Dal	0.2 kg	Microwave safe bowl	

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 मैथी (वैकल्पिक) तथा नींबू रस डालें और पकाने के लिए स्टार्ट दबाएं।

Category		Weight Limit	Utensil	Instructions
HP-4	Lemon Chicken	0.1 ~ 0.3 kg	Microwave safe bowl	

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।

NUTRI CARE

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।

Soup
सूप

Category		Weight Limit	Utensil	Instructions
So-1	Sweet Corn Soup	0.3 kg	Microwave Safe Glass Bowl	

For 1 Sweet Corn Soup	
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

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.

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।

Category		Weight Limit	Utensil	Instructions
So-2	Mushroom Soup	0.3 kg	Microwave Safe Glass Bowl	

For Mushroom Soup	
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

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.

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 चीज़ से सजाएं।

<table>
<tr><th colspan="2">Category</th><th>Weight Limit</th><th>Utensil</th><th>Instructions</th></tr>
<tr><td>So-3</td><td>Tomato Soup</td><td>0.3 kg</td><td>Microwave Safe Glass Bowl</td><td>
<table>
<tr><th colspan="2">For 2 Tomato Soup</th></tr>
<tr><td>Chopped Tomato</td><td>250 gms</td></tr>
<tr><td>Chopped Carrot</td><td>25 gms</td></tr>
<tr><td>Chopped Onion</td><td>1</td></tr>
<tr><td>Chopped Ginger</td><td>1 tsp</td></tr>
<tr><td>Chopped Garlic</td><td>1 tsp</td></tr>
<tr><td>Salt, Sugar, Pepper</td><td>As per your taste</td></tr>
<tr><td>Cornflour</td><td>2 tbsp</td></tr>
<tr><td>Water</td><td>2 cup</td></tr>
<tr><td>Oil / Butter</td><td>2 tbsp</td></tr>
</table>
<u>Method :</u> From Stock (Boiled Vegetables)
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.
2. When, beep, grind and strain the whole and add water as per your requirement.
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.
4. Serve hot and garnish with bread croutons, coriander (green dhania) and fresh cream.
<u>विधि :</u> स्टॉक (उबली हुई सब्जियों) से
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. बीप सुनाई देने पर पूरे को पीसकर निचोड़ लें और अपनी आवश्यकता के अनुसार पानी मिला लें।
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. गर्म–गर्म परोसें और ब्रैड के टुकड़ों, हरे धनिया तथा ताज़ा क्रीम से सजाएं।
</td></tr>
<tr><td>So-4</td><td>Chicken Soup</td><td>0.3 kg</td><td>Microwave Safe Glass Bowl</td><td>
<table>
<tr><th colspan="2">For 2 Chicken Soup</th></tr>
<tr><td>Boneless Chicken</td><td>300 gms</td></tr>
<tr><td>Ginger Paste</td><td>1 tsp</td></tr>
<tr><td>Garlic Paste</td><td>1 tsp</td></tr>
<tr><td>Salt & Pepper Powder</td><td>As per your taste</td></tr>
<tr><td>Cornflour Paste</td><td>2 tbsp + 1/2 cup of water</td></tr>
<tr><td>Oil</td><td>2 tbsp</td></tr>
<tr><td>Water</td><td>2 cup</td></tr>
</table>
<u>Method :</u> 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.
<u>विधि :</u> 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।
</td></tr>
</table>

Continental Menu
कॉन्टीनेन्टल मीनू

Category		Weight Limit	Utensil	Instructions
Co-1	Pasta	0.1 ~ 0.3 kg	Microwave safe glass 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 bowl take pasta with hot water. Select menu & weight press start.
2. Drain water from pasta. In MWS bowl 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 बाउल में पस्ता गर्म पानी के साथ लें। मीनू और वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं।
2. पस्ता का पानी निकाल दें। माइक्रोवेव सेफ बाउल में मक्खन, प्याज, लहसुन और पालक डालकर अच्छी तरह मिलाएं और स्टार्ट दबाएं।
3. क्रीम, चीज़, मूंगफली पाउडर, ऑरिगनो, नमक, मिर्च और उबला हुआ पस्ता डालें, थोड़ा गर्म पानी डालकर अच्छी तरह मिलाएं और कसा हुआ चीज़ छिड़कें। बर्तन को हाई रैक पर रखकर स्टार्ट दबाएं।

Category		Weight Limit	Utensil	Instructions
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 चीज़ फैलाएं और स्टार्ट दबाएं।

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.

विधि :
1. माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में मैकरॉनी गर्म पानी के साथ लें। मीनू और वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं।
2. इसका पानी निकाल दें। माइक्रोवेव बाउल में सभी सामग्रियां उबले हुई मैकरॉनी के साथ डालें, अच्छी तरह मिलाएं और स्टार्ट दबाएं।

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.

विधि :
1. माइक्रोवेव सेफ ग्लास फ्लैट डिश में चीज़ के अतिरिक्त सभी सामग्रियां डालें और अच्छी तरह मिलाएं। मीनू और वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं।
2. बीप सुनाई देने पर ओवन के अन्दर हाई रैक को रखें। मिश्रण के ऊपर कसा हुआ चीज़ फैलाएं और डिश को हाई रैक पर रखकर स्टार्ट दबाएं।

Continental Menu
कॉन्टीनेन्टल मीनू

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, Brocolli, 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 चीज़ 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 सब्ज़ियों का मिश्रण फैलाएं। दुबारा उसके ऊपर दूसरी लासाने शीट फैलाएं। इसी प्रकार लासाने शीट्स और सब्ज़ियों की और परतें लगाएं। सबसे ऊपर कसा हुआ चीज़ फैलाएं और स्टार्ट दबाएं।
3. बीप सुनाई देने पर लो रैक को ओवन में रखकर उसके ऊपर डिश को रखें और स्टार्ट दबाएं।

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	3/4 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	3/4 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 एच्छिक 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।

Category		Weight Limit	Utensil	Instructions
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।

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.

विधि : 1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में तेल, बोनलैस चिकन के टुकड़े, कटी हुई अदरक, लहसुन, सोया सॉस रखकर ढ़क दें। मीनू चुनें और स्टार्ट दबाएं।
2. 'बीप' सुनाई देने पर कटी हुई प्याज, शिमला मिर्च, हरी मिर्च एवं सिरका, नमक, काली मिर्च और एक चौथाई ठंडे पानी में घुला हुआ मक्का का आटा डालें। इसको बिना ढके ऑवन में रखें और स्टार्ट दबाएं।

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	5 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 Beasn 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. माइक्रावेव 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।

Category		Weight Limit	Utensil	Instructions
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

Method :
1. In Microwave Safe Bowl take grated paneer, milkmaid, milk powder, cornfloor, 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. माइक्रावेव 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।

Category		Weight Limit	Utensil	Instructions
SC-3	Shahi Tukda	0.1 ~ 0.3 kg	Microwave safe glass bowl & High Rack	

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
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 elaic hi powder in Microwave Safe Flat Dish. Pour the mixture on slices and press start. Serve hot.

विधि :
1. हाई रैक पर ब्रैड स्लाइसिज को व्यवस्थित करें। मीनू चुनें और स्टार्ट दबाएं।
2. 'बीप' सुनाई देने पर स्लाइसिज 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 स्लाइसिज के ऊपर डालें और स्टार्ट दबाएं। गर्म–गर्म परोसें।

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. माइक्रावेव 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 रुके रहें। गर्म या ठंडा परोसें।

Tandoor Se / तंदूर से

Category		Weight Limit	Utensil	Instructions
tS-1	Veg Kebab	0.3 kg	High Rack & Metal Tray	

Boiled Vegetables - Potato, Cauliflower, Carrots, Green Peas	0.3 kg
Water	5 tbsp
Oil	3 tbsp
Cornflour	3 to 4 tbsp
Bread Crumbs	2 tbsp
Ginger Garlic Paste, Chilli Paste	1½ tsp
Garam Masala	1/2 tsp
Lemon Juice, Salt, Sugar	As Per Your Taste

Method :
1. Mix Boiled vegetables & strained chana dal, ginger garlic paste, garam masala, dhania jeera powder, salt red chilli powder, bread crumbs & hara dhania together, apply little oil to your palms and shape as desired like tikki balls and roll over with cornflour. Cutlet rolls, brush with little oil.
2. Keep metal tray on high rack place kababs on it select menu & press start keep on turning at beeps.
3. Serve with chutney & salad.

विधि :
1. उबली हुई सब्जियां और निचोड़ी हुई चना दाल, अदरक लहसुन पेस्ट, गर्म मसाला, धनिया जीरा पाउडर, नमक, लाल मिर्च पाउडर, ब्रैड के टुकड़े, और हरा धनिया एक साथ मिला लें। अपनी हथेलियों पर थोड़ा सा तेल लगा लें और टिक्की के गोले की एच्छिक आकृति दें और मक्का का आटा लपेट दें। छोटे छोटे टुकड़े कर लें तथा थोड़ा तेल लगा दें।
2. मैटल ट्रे हाई रैक पर रखें, उस पर कबाब रखें, मीनू चुनें और स्टार्ट दबाएं और 'बीप' होने पर पलटते रहें।
3. चटनी और सलाद के साथ परोसें।

Category		Weight Limit	Utensil	Instructions
tS-2	Fish Tikka	0.5 kg	High Rack & Metal Tray	

Fish Fillets	0.5 kg
For marinate hung curd	2 tbsp
Lemon juice & Ginger Garlic Paste	2 tsp
Salt, Red Chilli Powder, Haldi, Garam Masala & Chat Masala	As per your taste
Eatable Red Colour	A pinch

Method :
1. Wash the fish fillets, mix all the ingredients of marinate and coat this mixture to fish filets evenly keep for one hour in refrigerator.
2. Arrange the fish fillets on greased metal tray. Apply little oil on each piece. Keep the metal tray on high rack. Select menu and press start.
3. When beep turn the pieces and press start.

विधि :
1. मछली के टुकड़ों को धोएं, मैरीनेट के सभी तत्वों को अच्छी तरह मिलाएं और मछली टुकड़ों पर समान रूप से लपेट दें तथा एक घण्टे के लिए रेफ्रिजरेटर के अन्दर रख दें।
2. मछली के टुकड़ों को तेल लगे मैटल ट्रे पर व्यवस्थित करें। प्रत्येक टुकड़े पर थोड़ा–२ तेल लगा लें। मैटल ट्रे को हाई रैक पर रख दें। मीनू चुनें और स्टार्ट दबाएं।
3. 'बीप' सुनाई देने पर टुकड़ों को पलटें और स्टार्ट दबाएं।

Category		Weight Limit	Utensil	Instructions
tS-3	Chicken Tikka	0.5 kg	* Rotisserie	

Chicken pieces (boneless)	0.5 kg
For marinate hung curd	4 tbsp
Ginger Garlic Paste	2 tsp
Salt, Red Chilli Powder, Garam Masala & Chat Masala	As per your taste
Oil, Lemon Juice	2 tbsp
Eatable Red Colour	Pinch

Method :
1. Wash chicken pieces & mix with all the ingredients of marinate. Keep for one hour in refrigerator.
2. Arrange chicken pieces on greased Rotisserie apply little oil on each piece. Select menu & press start.

विधि :
1. चिकन के टुकड़ों को धोएं और मैरीनेट सभी तत्वों के साथ मिलाएं। एक घण्टे के लिए रेफ्रिजरेटर के अन्दर रखें।
2. चिकन के टुकड़ों को तेल लगे रोटेसरी पर व्यवस्थित करें। हर एक टुकड़े पर थोड़ा तेल लगा लें। मीनू चुनें और स्टार्ट दबाएं।

Category		Weight Limit	Utensil	Instructions
tS-4	Paneer Tikka	0.3 kg	* Rotisserie	

Paneer	300 gm
Hung Curd	4 tbsp
Ginger-Garlic Paste, Lemon Juice	1½ tbsp
Salt, Red Chilli pd. Garam Masala, Oil	To taste
Red Colour (edible)	1 pinch

Method :
1. Mix all the ingredients of marinate thoroughly.
2. Add paneer pieces into it and keep for 1/2 hr. in refrigerator.
3. Keep the pieces on Rotisserie, apply little oil on it.
4. Press Start.

विधि :
1. मैरीनेट करने वाली सभी चीजों को अच्छी तरह से मिला लें।
2. फिर उसमें पनीर के टुकड़ों को डालें और 1/2 घंटे के लिए रेफ्रिजरेटर में रखें।
3. उसके बाद उन टुकड़ों को रोटेसरी में लगाऐ और थोड़ा सा तेल लगा दें।
4. स्टार्ट दबाएं।

* Use Rotisserie as shown on pg 16. / रोटेसरी का प्रयोग 16 न० पेज पर दिखाए चित्र के अनुसार करे।

<table>
<tr><th colspan="2">Category</th><th>Weight Limit</th><th>Utensil</th><th>Instructions</th></tr>
<tr><td>bF-1</td><td>Veg Sandwich</td><td>0.1 ~ 0.3 kg</td><td>High Rack</td><td>
<table>
<tr><td>Bread Slices</td><td>0.1 kg</td><td>0.2 kg</td><td>0.3 kg</td></tr>
<tr><td>Butter</td><td>1 tbsp</td><td>2 tbsp</td><td>4 tbsp</td></tr>
<tr><td>Souce/Spread</td><td>1½ tbsp</td><td>3 tbsp</td><td>4 tbsp</td></tr>
<tr><td>Chopped Vegetables -
Onion, Tomato, Capsicum</td><td>2 tbsp</td><td>4 tbsp</td><td>6 tbsp</td></tr>
<tr><td>Grated Cheese</td><td>2 tbsp</td><td>4 tbsp</td><td>6 tbsp</td></tr>
<tr><td>Salt & Kali Mirch</td><td colspan="3">As per your taste</td></tr>
</table>
<u>Method :</u> 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.

<u>विधि :</u> 1. ब्रैड के दोनों तरफ मक्खन लगाएं।
2. अब ब्रैड की स्लाइसों को हाई रैक पर रखें, मीनू चुनें और स्टार्ट दबाएं।
3. 'बीप' सुनाई देने पर ब्रैड के एक तरफ सॉस लगाएं और एक पर्त कटी हुई सब्जियों की लगा दें और सबसे ऊपर चीज़ छिड़क दें, स्टार्ट दबाएं, 2 मिनट तक रुके रहें।
</td></tr>
<tr><td>bF-2</td><td>Poha</td><td>0.1 ~ 0.3 kg</td><td>Microwave safe bowl</td><td>
<table>
<tr><td>Poha</td><td>0.1 kg</td><td>0.2 kg</td><td>0.3 kg</td></tr>
<tr><td>Oil</td><td>1 tbsp</td><td>2 tbsp</td><td>3 tbsp</td></tr>
<tr><td>Onion Chopped</td><td>1/2 cup</td><td>1 cup</td><td>1 cup</td></tr>
<tr><td>Green Chilli</td><td>2 nos.</td><td>3 nos.</td><td>4 nos.</td></tr>
<tr><td>Rai, Jeera, Hing, Haldi
Curry Leaves</td><td colspan="3">For Tempering (Tadka)</td></tr>
<tr><td>Grated Coconut and
Hara Dhania</td><td colspan="3">For Garnishing</td></tr>
</table>
<u>Method :</u> 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.

<u>विधि :</u> 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।
</td></tr>
</table>

Category		Weight Limit	Utensil	Instructions

bF-3 Upma

Weight Limit: 0.1 ~ 0.3 kg

Utensil: 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 bhujiya.

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

Weight Limit: 0.1 ~ 0.3 kg

Utensil: 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/शक्कर, 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

Weight Limit: 0.2 kg

Utensil: 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 paratha 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। मैटल 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।

Category		Weight Limit	Utensil	Instructions
CF-1	Omelette	0.1 ~ 0.3 kg	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 omlette & press start serve hot.

विधि :
1. अण्डों को फैंटकर 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।

Category		Weight Limit	Utensil	Instructions
CF-2	Noodles	0.1 ~ 0.3 kg	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

<table>
<tr><th colspan="2">Category</th><th>Weight Limit</th><th>Utensil</th><th>Instructions</th></tr>
<tr><td>CF-3</td><td>Corn Chaat
(Sweet Corn)</td><td>0.1 ~ 0.3 kg</td><td>Microwave safe bowl</td><td>
<table>
<tr><td>Sweet Corn</td><td>0.1 kg</td><td>0.2 kg</td><td>0.3 kg</td></tr>
<tr><td>Water</td><td>50 ml</td><td>75 ml</td><td>100 ml</td></tr>
<tr><td>Salt, Sugar, Butter,
Chat Masala, Kali Mirch
Powder.</td><td colspan="3">As per your taste</td></tr>
</table>
<u>Method :</u> 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.

<u>विधि :</u> 1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में पानी के साथ स्वीट कॉर्न लें, स्टार्ट दबाएं।
2. स्वीट कॉर्न निचोड़ें और उसमें कुछ चाट मसाला, नमक, काली मिर्च, नींबू का रस और मक्खन डालें, गर्म–गर्म परोसें।
</td></tr>
<tr><td>CF-4</td><td>Pizza*</td><td>0.3 kg</td><td>Low rack</td><td>
<table>
<tr><td>Pizza base</td><td>1 Big Pizza base</td></tr>
<tr><td>Topping</td><td>3 tbsp</td></tr>
<tr><td>Mix Vegetables -
Tomato, Capsicum, Onion</td><td>1 cup</td></tr>
<tr><td>Grated Cheese</td><td>1/2 cup</td></tr>
<tr><td>Oregano & Chilli flakes (Optional)</td><td>As per your taste</td></tr>
</table>
<u>Method :</u> 1. Keep low rack inside and press start to preheat.
2. Pizza topping on Pizza base, spread chopped vegetables on it. Sprincle some greated Cheese over it place Pizza on rack, press start

<u>विधि :</u> 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।
</td></tr>
</table>

* 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

<table>
<tr><th colspan="2">Category</th><th>Weight Limit</th><th>Utensil</th><th>Instructions</th></tr>
<tr><td>bA-1</td><td>Brownie</td><td>0.3 kg</td><td>Low rack & Metal cake tin</td><td>
<table>
<tr><td>Maida</td><td>125 gms</td></tr>
<tr><td>Condensed milk</td><td>150 gms</td></tr>
<tr><td>Butter</td><td>100 gms</td></tr>
<tr><td>Almonds, Wallnuts</td><td>As per your taste</td></tr>
<tr><td>Soda Bicarb</td><td>1/2 tsp</td></tr>
<tr><td>Baking powder</td><td>1 tsp</td></tr>
<tr><td>Chocolate essence</td><td>1 tsp</td></tr>
<tr><td>Coco powder</td><td>2 tbsp</td></tr>
</table>
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 फैंट 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।
</td></tr>
<tr><td>bA-2</td><td>Cheese straw</td><td>0.3 kg</td><td>Low rack & Metal cake tin</td><td>
<table>
<tr><td>Maida</td><td>150 gms</td></tr>
<tr><td>Grated cheese</td><td>50 gms</td></tr>
<tr><td>Butter</td><td>75 gms</td></tr>
<tr><td>Cold water</td><td>As required</td></tr>
<tr><td>Pepper powder</td><td>1/2 tsp</td></tr>
<tr><td>Baking powder</td><td>1/2 tsp</td></tr>
<tr><td>Chilli powder</td><td>1/2 tsp</td></tr>
<tr><td>Salt</td><td>1/4 tsp</td></tr>
</table>
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. Remoe when it gives a beep. Serve cold.

विधि : 1. मैदा, बेकिंग पाउडर, चिली पाउडर और मिर्च पाउडर को छानें। मैदा, मक्खन और चीज़ बाउल में डालकर उंगलियों के पोरवों से तब तक रगड़ें जब तक वह ब्रैड 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।
</td></tr>
</table>

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, Wallnuts	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 sguar 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 फैंट 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।

Category		Weight Limit	Utensil	Instructions
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.

विधि : 1. मैदा, बेकिंग पाउडर और सोडा छान लें। बूरा और मक्खन बाउल में डालकर अच्छी तरह फैंट लें। मैदा, जीरा पाउडर, अजवाइन डालकर थोड़े पानी के साथ मुलायम डफ बना लें। उससे एक मोटी रोटी बेल लें और चाकू से छोटी–छोटी कुकीज़ काट लें और काँटे से छेद दें। मैटल ट्रे पर व्यवस्थित करें। मीनू चुनकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर ट्रे को माइक्रोवेव में लोअर रैक पर रख दें। बेक करने के लिए स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर बाहर निकाल लें।

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.
Wallnut 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 wallnuts. 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 ओर बेकिंग पाउडर छान लें। बूरा और मक्खन एक बाउल में लेकर अच्छी तरह फैंट लें। अण्डा और इत्र डालकर दुबारा फैंटें। 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।

Category		Weight Limit	Utensil	Instructions
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 ओर बेकिंग पाउडर और सोडा छान लें। मिल्कमेड और मक्खन एक बाउल में लेकर फैंट 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 maida. 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 ओर बेकिंग पाउडर छान लें। बूरा और मक्खन एक बाउल में लेकर अच्छी तरह फैंट लें। अण्डा और इत्र डालकर दुबारा फैंटें। 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।

Category		Weight Limit	Utensil	Instructions
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 ओर 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	Method : 1. Any cooked food with cover (Rice, Dal, Sabzi, Halwa, Upma etc.) Select menu & press start विधि : 1. ढका हुआ कोई भी व्यंजन (चावल, दाल, सब्जी, हलवा, उपमा इत्यादि) मीनू चुनें और स्टार्ट दबाएं।
UC-2	Steam clean	-	Microwave safe bowl	Method : 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. विधि : 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.) Method : 1. Take in Microwave Safe Bowl, select menu and press start. 2. When beep turn the food. विधि : 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.) Method : 1. Take in Microwave Safe Bowl, select menu and press start. 2. When beep turn the food. विधि : 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. Method : 1. In MWS bowl add the food to be dehumidified. Select menuand press start. विधि : 1. खाना सुखाने के लिए उसे माइक्रोवेव सेफ बाउल में रखें। मीनू चुनकर स्टार्ट दबाएं।

Fermentation
फरमेंटेशन

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।

Category		Weight Limit	Utensil	Instructions
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.

विधि : 1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में दूध लें। मीनू चुनकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर बाहर निकालें और दही, धनिया और जीरा डालें। ओवन में रखकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर बाहर निकालें और निचोड़कर मस्लिन के कपड़े से दबाएं।

Category		Weight Limit	Utensil	Instructions
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 निर्धारीत करे की पकाने का समय आपने सही सेटकिया है नही 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 रखे 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.)
अडिह्युमिडीफिकेशन के हेतू अवन का प्रयोग ना करे । 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.
कागज़ मे 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 तौलिया के बजाए 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 रखे क्योंकि धातु से आर्किंग हो सकती हैं ।

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, नॅपकीन और अन्य वस्तु आप अवन के फ्रंट सतह और दरवाजे के बीच रख के ना चलाए जिससे मायक्रोवेव लिकेज 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 पकाते समय चिनगारी या आग लगने का खतरा हो सकता हैं ।

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 ट्रे पानी मे न डाले । इससे यह टूट सकती हैं ।

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 चीज़ों को पिअर्स करे ।

13 Do not cook eggs in their shell. Pressure will build up inside the egg which will burst.
अंडे को छिल्के मे मत पकाएँ। ऐसे पकाने से छिलके के अन्दर दबाव बढ़ सकता है और अंडा फट सकता हैं।

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 सप्लाई 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 हैं या गर्म किया जाता हैं तो उसे लगातार चैक 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 उन्हे 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 मे 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 नही । अवन डोअर, आऊटर कॅबिनेट, रेअर कॅबिनेट, अवन कॅविटी, ॲसेसरिज और डिशेस अवन ग्रील मोड मे हो तब ना हुए जब आपने जाडे ग्लोव्स नही डाले हो क्योकी ये चीजें गर्म होती है । क्लिअर करने से पहले ये आप देख ले की ये गर्म नही 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 ⏚ .

GREEN/YELLOW or GREEN रंग के वायर का कनेक्शन प्लग के 'E' ⏚ से

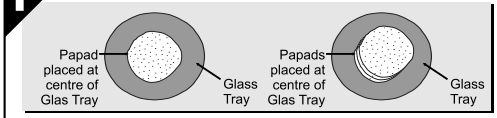
Technical Specification/तकनीकी जानकारी

	MC-7689MSR
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/कॉम्बीनेशन	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 तत्त्व या अंश, बनाने की विधि और खाने की श्रेणी पर निर्भर करता है।

1



1. ROASTED PAPAD

Procedure:

For making Single Papad :

1. Place the raw papad at the centre of Glass Tray, as shown in the picure above.
2. Select Micro-100% Power Level and*Cook time.
3. 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 :

1. Sprinkle little water or oil over the papad.
2. Wrap the papad in a tissue paper.
3. ***Note :** The cooking time may vary -

a. As per the composition of the papad material.

b. As per the Quantity of papad used.

1. भुने हुए पापड़

विधि :

एक पापड़ बनाने के लिए :

1. ग्लास ट्रे के बीच में कच्चा पापड़ रखें, जैसा कि ऊपर चित्र में दर्शाया गया है।
2. माइक्रो-100% पावर स्तर और पकाने की अवधि चुनें।
3. पापड़ पक जाने के बाद 30-45 सैकेण्ड 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।

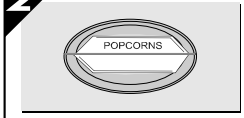
बेहतर परिणाम के लिए :

1. पापड़ के ऊपर थोड़ा पानी या तेल छिड़कें।
2. पापड़ को टिशू पेपर में लपेट दें।
3. ***टिप्पणी :*** पकाने के समय में अन्तर हो सकता है –

a. पापड़ की सामग्री की बनावट के अनुसार।

b. इस्तेमाल किए गये पापड़ों की मात्रा के अनुसार।

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 poping sound has stopped. Take care that bag corners do not touch sides while rotating.

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

2. **पॉप कॉर्न :** पॉप कॉर्न का बैग कॉच की ट्रे पर रखें। quick start को 3~4 मि० के लिए रखें। बैग को हटा लें जब तक भुनने की आवाज खत्म हो जाए। ध्यान रखें कि बैग के किनारे को न छुऐं।

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



P/No: MFL06477229