
LG
Life's Good

LG
Life's Good

MANUEL DE L'UTILISATEUR

SOLAR SERIES

LISEZ ATTENTIVEMENT LE PRESENT MANUEL DE L'UTILISATEUR AVANT D'UTILISER L'APPAREIL.

MJ-9886NB/MJ-9896NB

MFL67160128

www.lg.com

Comment fonctionne le micro-ondes

Les micro-ondes constituent une forme d'énergie similaire aux ondes de radio et de télévision et à la lumière du jour. Normalement, les micro-ondes se dirigent vers l'extérieur lorsqu'elles traversent l'atmosphère et elles disparaissent sans effet. Toutefois, les fours à micro-ondes ont un magnétron conçu pour utiliser l'énergie des micro-ondes. L'électricité, fournie au tube magnétron, est utilisée pour créer les micro-ondes.

Ces micro-ondes entrent dans la zone de cuisson à travers des ouvertures à l'intérieur du four. Il y a un plateau dans le four. Les micro-ondes ne peuvent pas traverser les côtés métalliques du four, mais elles peuvent pénétrer des matériels comme le verre, la porcelaine et le papier, avec lesquels sont construites les assiettes de cuisson pour micro-ondes.

Les ondes ne chauffent pas le contenant, bien que les récipients finissent par se réchauffer en raison de la chaleur générée par les aliments.

Un appareil très sûr

Votre four, le micro-ondes, est l'un des appareils les plus sûrs de tous les appareils domestiques. Lorsque la porte est ouverte, le four ne produit plus d'ondes. L'énergie des micro-ondes est convertie entièrement pour réchauffer les aliments lorsque les ondes pénètrent les aliments, ne laissant aucune énergie résiduelle qui pourrait être nuisible pour vous lorsque vous mangez ces aliments.

REMARQUE

Lorsque le four n'est pas utilisé, il est recommandé de le débrancher de la prise électrique.

TABLE DES MATIÈRES

4 **CONSIGNES IMPORTANTES DE SÉCURITÉ**

8 **AVANT L'UTILISATION**

8 Déballage et installation
9 Utilisation des accessoires par mode de cuisson
10 Ustensiles pour micro-ondes
11 Panneau de commande
12 Réglage de l'horloge
12 Plateau débrayable
12 Sécurite enfant
12 Fonction départ rapide

13 **INSTRUCTIONS D'UTILISATION**

13 Cuisson micro-ondes
13 Niveaux de puissance des micro-ondes
14 Cuisson au gril
14 Cuisson combinée gril + micro-ondes
15 Préchauffage par chaleur pulsée
15 Cuisson par chaleur pulsée
16 Cuisson combinée chaleur pulsée + micro-ondes
16 Modulation du temps de cuisson
17 Recettes du chef et guide
20 Chaleur pulsée active et guide
22 Niveaux de puissance du gril et guide
24 Réchauffage et guide
25 SteamChef et guide
27 Décongélation automatique et guide de décongélation

29 **CARACTÉRISTIQUES DES ALIMENTS ET CUISSON PAR MICRO-ONDES**

32 **QUESTIONS ET RÉPONSES**

33 **PLATS TESTÉS CONFORMÉMENT A LA NORME EN 60705**

34 **SPÉCIFICATIONS TECHNIQUES**

CONSIGNES IMPORTANTES DE SÉCURITÉ

Veuillez conserver cette brochure pour de futures références. Lisez et suivez toutes les instructions avant d'utiliser votre four pour éviter les risques d'incendie, de choc électrique, de blessures ou de dégâts pour le four lors de son utilisation. Ce guide ne recouvre pas toutes les conditions possibles. Contactez toujours votre centre agréé ou le fabricant si vous avez des problèmes que vous ne comprenez pas.

⚠ AVERTISSEMENT

Voici le symbole d'alerte à la sécurité. Ce symbole vous alerte sur des risques potentiels pouvant tuer ou blesser vous-même ou d'autres personnes. Tous les messages de sécurité suivront le symbole d'alerte à la sécurité et les mots "AVERTISSEMENT" ou "ATTENTION". Ces mots signifient :

⚠ AVERTISSEMENT

Ce symbole vous alerte sur des risques ou des pratiques incertaines pouvant produire des blessures graves ou mortelles.

⚠ ATTENTION

Ce symbole vous alerte sur des risques ou des pratiques incertaines pouvant produire des blessures ou des dégâts matériels.

⚠ AVERTISSEMENT

1 **N'essayez pas de modifier ou d'entreprendre des ajustements ou des réparations de la porte, des joints des portes, du panneau de contrôle, des interrupteurs d'enclenchement de sécurité ni de toute autre pièce du four, n'enlever aucune des plaques qui protègent contre l'exposition à l'énergie des micro-ondes. N'utilisez pas le four si les joints des portes et les parties adjacentes du four à micro-ondes sont endommagées. Les réparations ne doivent être réalisées que par du personnel qualifié.**

- A la différence d'autres appareils, le four à micro-ondes est du matériel à haut voltage et haut courant. Une utilisation ou une réparation inappropriées peuvent aboutir à une exposition excessive à l'énergie des micro-ondes ou à un choc électrique.

2 **N'utilisez pas le four pour déshumidifier. (Par ex., utiliser le four à micro-ondes pour sécher des journaux, des vêtements, des jouets, des dispositifs électriques, des mascottes ou des enfants, etc.)**

- Cela peut causer de graves périls à la sécurité, comme un incendie, une brûlure ou une morte soudaine produite par un choc électrique.

3 **L'appareil n'a pas été conçu pour être utilisé par des petits enfants ou des personnes infirmes. Permettez aux enfants d'utiliser le four sans supervision seulement s'ils ont reçu des instructions complètes et s'ils sont capables d'utiliser le four en sécurité et comprennent les risques d'une utilisation incorrecte.**

- Une utilisation incorrecte peut aboutir à des atteintes à la sécurité, comme un incendie, un choc électrique et une brûlure.

4 **Les pièces accessibles peuvent chauffer pendant l'utilisation du four. Lors de l'utilisation de la chaleur tournante (mode combiné), il est recommandé que les enfants n'utilisent le four que sous la surveillance d'adultes en raison des températures générées.**

- Ils peuvent se brûler.

5 **Les liquides et les autres aliments ne doivent pas être chauffés dans des récipients fermés hermétiquement, puisque ceux-ci peuvent éclater. Enlevez l'enveloppe en plastique des aliments avant de les cuire ou les décongeler. Cependant, notez que dans certains cas les aliments doivent être couverts avec du film en plastique pour les chauffer ou les cuire.**

- Ils peuvent éclater.

6 Utilisez uniquement les accessoires appropriés à chaque mode de cuisson, reportez vous à la page 9 de ce guide.
- Une utilisation inappropriée pourrait endommager votre micro-ondes et les accessoires, ou pourrait provoquer une étincelle ou un incendie.

7 Ne laissez pas les enfants jouer avec les accessoires ou se suspendre à la poignée de la porte.
- Ils pourraient être blessés.

8 Si la porte ou les points de porte sont endommagés, le four ne doit pas être mis en marche tant qu'il n'a pas été réparé par un technicien compétent.

9 Toute intervention ou réparation impliquant la dépose d'un couvercle de protection contre les ondes de l'appareil est dangereuse et doit être effectuée exclusivement par un technicien compétent.

10 Lorsque l'appareil fonctionne en mode combiné, les enfants ne peuvent utiliser le four que sous la supervision d'un adulte en raison des températures générées.

11 L'appareil et les éléments accessibles deviennent chauds au cours de l'utilisation. Il faut ainsi veiller à éviter de toucher ces éléments chauffants. Les enfants de 8 ans doivent être tenus hors de portée de l'appareil à moins d'être constamment surveillés par un adulte.

⚠ ATTENTION

1 Vous ne pouvez pas utiliser votre four la porte ouverte à cause des enclenchements de sécurité du mécanisme de la porte. Il est important de ne pas altérer l'enclenchement de sécurité.
- Cela peut aboutir à une exposition nocive à de l'énergie micro-ondes excessive. (Les interlocks de sécurité arrêtent automatiquement toute activité de cuisson si la porte du four est ouverte.)

2 Ne placez aucun objet (comme des serviettes de cuisine ou de table, etc.) entre le front du four et la porte et ne permettez aucune accumulation d'aliments ou de résidus de nettoyage sur la surface des joints.
- Cela peut aboutir à une exposition nocive à de l'énergie micro-ondes excessive.

3 N'utilisez pas votre four s'il est endommagé. La porte du four doit obligatoirement fermer correctement et il ne doit y avoir aucun dommage au niveau : (1) de la porte (déformation), (2) des charnières et des systèmes de verrouillage (cassés ou desserrés), (3) des joints de porte et des surfaces d'étanchéité.
- Cela peut aboutir à une exposition nocive à de l'énergie micro-ondes excessive.

4 Veuillez vérifier que les temps de cuisson sont correctement réglés, des petites quantités d'aliments requérant un temps de cuisson ou de chauffage plus court.
- La cuisson excessive peut aboutir à un incendie des aliments, et de ce fait à des dégâts dans votre four.

5 Lorsque vous chauffez des liquides, comme des soupes, des sauces et des boissons, dans votre four à micro-ondes,
* Evitez d'utiliser des récipients à goulots étroits.
* Ne chauffez pas à outrance.
* Remuez le liquide avant de mettre le récipient dans le four et remuez à nouveau à la moitié du temps de chauffe.
* Après avoir réchauffé les liquides, laissez-les dans le four pendant un petit instant, remuez-les ou secouez-les doucement et vérifiez leur température avant de les consommer pour éviter les brûlures (en particulier, le contenu des biberons et des petits pots pour bébés).
- Soyez prudent lorsque vous prenez le récipient. Le chauffage de boissons par micro-ondes peut produire une ébullition retardée sans bouillonnement. Cela peut aboutir à un bouillonnement soudain sur la surface du liquide chaud.

6 Il y a une sortie d'échappement sur le haut, le bas ou le côté du four. Ne la bloquez pas.
- Cela peut aboutir à un endommagement de votre four et à une cuisson appauvrie.

7 **Ne pas faire fonctionner le four vide. Il est préférable de laisser un verre d'eau dans le four inutilisé. L'eau absorbera les micro-ondes en toute sécurité en cas de démarrage accidentel du four.**
- Une utilisation incorrecte peut endommager votre four.

8 **Ne cuisez pas les aliments enveloppés dans des serviettes en papier, à moins que votre livre de cuisine contienne des instructions sur ces aliments. Et n'utilisez pas de papier de journal au lieu des serviettes.**
- Une utilisation incorrecte peut produire une explosion ou un incendie.

9 **N'utilisez pas des récipients en bois ni des récipients en céramique ayant des parties métalliques (par exemple, en or ou en argent). Enlevez toute attache en métal. Vérifiez que les ustensiles sont adaptés à un usage dans des fours à micro-ondes avant de les utiliser.**
- Ils peuvent réchauffer et noircir. En particulier, les objets métalliques peuvent se courber, ce qui peut produire des dégâts importants.

10 **N'utilisez pas des produits en papier recyclé.**
- Ils peuvent contenir des impuretés pouvant produire des étincelles et/ou un incendie s'ils sont utilisés pour cuire.

11 **Ne rincez pas la lèchefrite et la grille en les mouillant juste après la cuisson. Ils pourraient se briser ou se casser.**
- Une utilisation incorrecte peut endommager votre four.

12 **Veillez à bien placer le four de sorte que le devant de la porte se situe à au moins 8 cm derrière le bord de la surface sur laquelle il est posé, afin d'éviter le renversement accidentel de l'appareil.**
- Une utilisation incorrecte peut aboutir à des blessures et à des dégâts pour votre four.

13 **Avant la cuisson, percez la peau des pommes de terre, des pommes ou de tout autre fruit ou légume semblable.**
- Ils peuvent éclater.

14 **Ne cuisez pas des oeufs dans leurs coques. Il ne faut pas cuire les oeufs dans leurs coques ni chauffer les oeufs durs dans le four à micro- ondes du fait qu'ils peuvent éclater, même une fois que le chauffage à microondes est terminé.**
- La pression augmentera à l'intérieur de l'oeuf, et il peut éclater.

15 **Ne pas utiliser le four pour frire.**
- Cela peut aboutir à une ébullition soudaine du liquide chaud.

16 **En cas de fumée, ne pas ouvrir la porte du four, éteindre ou débrancher le four de la prise de courant.**
- Cela peut nuire gravement à votre sécurité, en produisant un incendie ou un choc électrique.

17 **Lorsque les aliments sont chauffés ou cuits dans des récipients jetables en plastique, en papier ou faits avec un autre matériel combustible, surveillez le four et jetez un coup d'oeil sur lui de temps en temps.**
- Vos aliments peuvent être dénaturés à cause de la détérioration des récipients, ce qui peut aussi produire un incendie.

18 **La température des surfaces accessibles peut être élevée lorsque l'appareil est en marche.**
Ne touchez ni la porte du four, ni la cavité externe, ni l'arrière, ni la cavité interne du four, ni les accessoires, ni les assiettes en modes gril, chaleur tournante et cuisson automatique ; vérifiez qu'ils ne sont pas chauds avant d'enlever les aliments.
- Comme ils chauffent, il y a des risques de brûlures si vous n'utilisez pas des gants épais.

19 **Le four doit être régulièrement nettoyé et tout débris alimentaire doit être enlevé.**
- Ne pas maintenir le four propre peut conduire à la détérioration de sa surface, ce qui pourrait nuire à la durée de vie de l'appareil et provoquer éventuellement une situation dangereuse.

20 **N'utilisez que la sonde thermique recommandée pour ce four (pour les appareils ayant une fonction pour utiliser une sonde thermique).**
- Vous ne pouvez pas être sûr que la température est correcte avec une sonde à température non indiquée.

21 **Si des éléments chauffants sont introduits, l'appareil devient chaud lors de son utilisation. Faites attention à ne pas toucher les éléments chauffants à l'intérieur du four.**
- Il existe un danger de brûlures.

22 Suivre les instructions données par chaque fabricant de popcorn. Lors de la préparation du popcorn, ne pas laisser le four sans surveillance. Si en suivant les temps de cuisson indiqués, le maïs n'éclate pas, arrêter la cuisson. Ne jamais utiliser de sac papier marron pour préparer du popcorn. Ne jamais essayer de faire éclater les graines restantes.

- Le fait de trop cuire le popcorn risquerait de le brûler.

23 Cet appareil doit être relié à la terre. Les couleurs des fils électriques sont les suivantes :
BLEU ~ Neutre
MARRON ~ Phase
VERT ET JAUNE ~ Terre
Si les couleurs des fils électriques de cet appareil ne correspondent pas aux repères de couleur qui identifient les bornes de votre prise
murale, procédez comme suit :
Le fil BLEU doit être relié à la borne qui porte le repère N ou qui est en NOIR.
Le fil MARRON doit être relié à la borne qui porte le repère L ou qui est en ROUGE.
Les fils VERT ET JAUNE ou VERT doivent être reliés à la borne qui porte le repère E ou .
Si le cordon d'alimentation est endommagé, il doit être remplacé par le fabricant ou par un agent, ou par toute personne qualifiée, pour éviter tout danger.

- Une utilisation incorrecte peut produire des dégâts électriques graves.

24 N'utilisez pas de produits nettoyants abrasifs ni de raclettes en métal pour nettoyer le verre de la porte du four.

- Ils peuvent érafler la surface, et cela peut aboutir au brisement du verre.

25 Ce four ne doit pas être utilisé à des fins professionnelles (traiteurs).

- Une utilisation incorrecte peut aboutir à des dégâts pour votre four.

26 Le four micro-ondes doit être mis en marche avec la porte ornée ouverte si celui-ci est placé dans un meuble.

- L'utilisation incorrecte d'une prise ou d'un interrupteur peut produire un choc électrique ou un incendie.

27 Il convient de surveiller les enfants pour s'assurer qu'ils ne jouent pas avec l'appareil.

28 Les appareils ne sont pas destinés à être mis en fonctionnement au moyen d'une minuterie extérieure ou par un système de commande séparée.

29 Utiliser uniquement des ustensiles pouvant être utilisés pour des four à micro-ondes.

30 Le four à micro-ondes ne doit pas être placé dans une niche à moins qu'il n'ait été testé dans ces conditions.

31 L'appareil n'est pas prévu pour être utilisé par des personnes (y compris des enfants) ayant des capacités physiques, sensorielles ou mentales limitées, ou dépourvues de l'expérience ou de la connaissance nécessaire, sauf sous surveillance ou après avoir été formés à l'utilisation de l'appareil par une personne en charge de leur sécurité. Le nettoyage et l'entretien de l'appareil ne devrait pas être fait par des enfants de moins de 8 ans et toujours sous surveillance d'un adulte.

32 Hauteur minimale d'espace libre requise au-dessus de la surface supérieure du four.

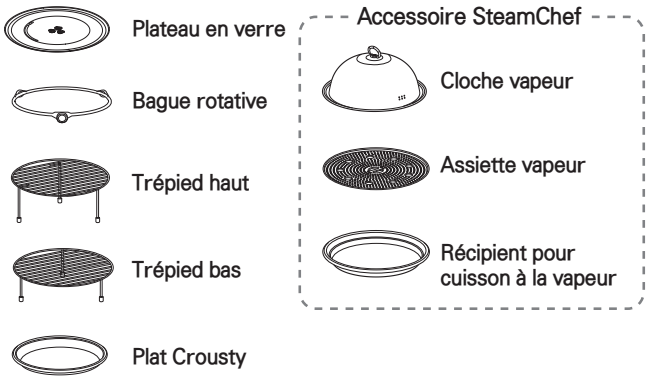
33 Le four à micro-ondes peut être utilisé en mode autonome.

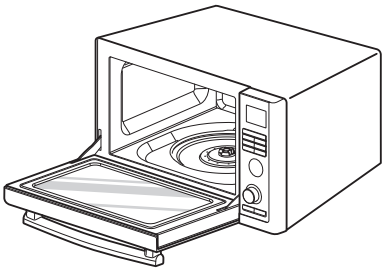
AVANT L'UTILISATION

Déballage et installation

En suivant les deux étapes de base mentionnées sur ces deux pages, vous pourrez vous assurer que votre four fonctionne correctement. Suivez bien les conseils qui vous sont donnés pour l'installation de votre four.
Lorsque vous déballez votre four, veillez à enlever tous les accessoires ainsi que l'emballage.
Vérifiez que votre four n'a pas été endommagé lors du transport.

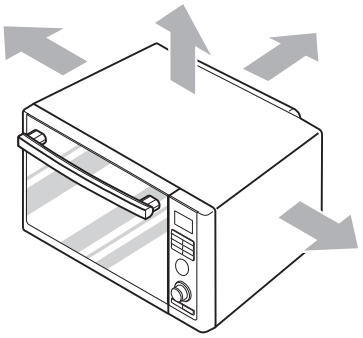
1 Déballez votre four et placez-le sur une surface plate.





2 Placez le four à l'endroit de votre choix à plus de 85 cm de hauteur, mais vérifiez qu'il y a au moins 20 cm sur le dessus et 10 cm à l'arrière pour assurer une bonne ventilation. La façade du four doit être au minimum à 8 cm du bord de la surface pour éviter tout basculement.

Une évacuation d'air est située sur la partie inférieure et/ou le côté du four. Le fait d'obstruer l'évacuation d'air peut endommager le four.



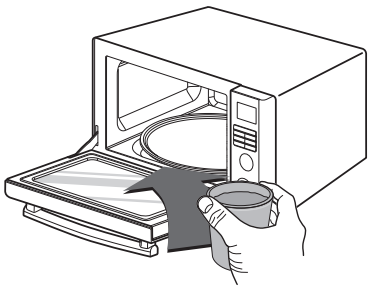
ATTENTION

- CE FOUR NE DOIT PAS ETRE UTILISE A DES FINS PROFESSIONNELLES(TRAITEURS).

3 Raccordez votre four à une prise d'alimentation standard. Veillez à ne raccorder que votre four sur cette prise.
Si votre four ne fonctionne pas correctement, débranchez-le de la prise électrique, puis rebranchez-le.

4 Ouvrez la porte du four en tirant sur la POIGNÉE DE LA PORTE. Placez la BAGUE ROTATIVE à l'intérieur du four et posez le PLATEAU EN VERRE dessus.

5 Remplissez un **récipient pour micro-ondes avec** 300 ml d'eau. Placez-le sur le PLATEAU EN VERRE et fermez la porte du four. Si vous avez des doutes quant au type de récipient à utiliser, reportez-vous à la page 10.



6 Appuyez sur **ARRÊT/EFFACER,** puis une fois sur **DÉPART/DÉPART RAPIDE** pour régler le temps de cuisson sur 30 secondes.



7 **L'AFFICHEUR** comptera à rebours à partir de 30 secondes.
Une fois arrivé à 0, l'appareil émettra un signal sonore.
Ouvrez la porte du four et testez la température de l'eau.
Si votre four fonctionne correctement, l'eau devrait être chaude.
Faites attention lorsque vous saisissez le récipient ; il peut être chaud.



VOTRE FOUR EST MAINTENANT PRÊT

8 Avant consommation, agitez ou mélangez le contenu des biberons et des pots d'aliments pour bébés et vérifiez la température afin d'éviter les brûlures.

Utilisation des accessoires par mode de cuisson

	Micro-ondes	Gril	Chaleur pulsée	Gril combiné	Conv combiné
 Accessoire SteamChef	○	—	—	—	—
 Trépied haut	—	○	○	○	○
 Trépied bas	—	○	○	○	○
 Plateau en verre	○	○	○	○	○
 Plat Crousty	○	○	○	○	○

Attention: reportez-vous au guide de cuisson pour veiller à utiliser les bons accessoires.

○ Acceptable
— Pas Acceptable

Ustensiles pour micro-ondes

Si vous utilisez la fonction micro-ondes,
n'utilisez jamais d'ustensiles métalliques ou d'ustensiles qui ont des parties métalliques

Les ondes ne peuvent pas pénétrer le métal. Elles risquent de faire rebondir tout objet métallique se trouvant dans le four et de provoquer un arc électrique, un phénomène similaire à celui de l'éclair. La plupart des ustensiles non métalliques et résistants à la chaleur peuvent être utilisés sans risque pour votre four à micro-ondes. Toutefois, certains ustensiles peuvent contenir des matériaux qui les rendent inappropriés pour être utilisés dans un four à micro-ondes. Si vous avez un doute sur un ustensile, il y a un moyen très simple de savoir si vous pouvez l'utiliser avec la fonction Micro-ondes.
Placez l'ustensile en question à côté d'un récipient en verre rempli d'eau, en mode Micro-ondes, sur la position de puissance HIGH (ELEVEE) pendant 1 minute. Si l'eau se réchauffe, mais que l'ustensile est froid au toucher, cela signifie que l'ustensile peut être utilisé dans votre four à micro-ondes. Toutefois, si l'eau ne change pas de température, mais que l'ustensile devient chaud, les micro-ondes sont absorbées par l'ustensile: cela signifie que cet ustensile ne peut pas être utilisé dans un four à micro-ondes. Vous avez certainement dans votre cuisine un grand nombre d'ustensiles que vous pourriez utiliser pour votre four à micro-ondes. Lisez simplement la liste des ustensiles ci-dessous.

Vaisselle de table

Un grand nombre d'articles de vaisselle de table peuvent être utilisés dans votre four à micro-ondes.
Si toutefois vous avez des doutes, consultez la documentation du fabricant ou bien réalisez le test dans votre four à micro-ondes.

Récipients en verre

Les récipients en verre, qui résistent à la chaleur, peuvent être utilisés sans danger dans votre four à micro-ondes.
Cela comprend toutes les marques de récipients en verre trempé. Toutefois, n'utilisez pas de récipients en verre délicats, tels que les grands verres ou les verres à vin, car ils risquent de se briser au fur et à mesure que les aliments chauffent.

Récipients en plastique

Ils peuvent être utilisés pour contenir des aliments qui vont être réchauffés rapidement. Toutefois, ils ne doivent pas être utilisés pour contenir des aliments dont la cuisson prend un temps assez important, car les aliments chauds risquent de déformer ou de faire fondre les récipients en plastique.

Papier/Récipients en carton et essuie-tout

Les assiettes et récipients en carton peuvent être utilisés sans danger dans votre four à micro-ondes, à condition que le temps de cuisson soit court et que les aliments qui doivent être cuits aient une faible teneur en matières grasses et en humidité. L'essuie-tout est également très utile pour emballer les aliments et pour placer sur les plaques à pâtisserie sur lesquelles sont cuits des aliments gras, tels que le bacon. En général, évitez d'utiliser les essuie-tout colorés car la couleur risque de fondre. Certains essuie-tout recyclés peuvent contenir des impuretés, ce qui risque de provoquer un arc électrique ou des étincelles, en mode Micro-ondes.

Sacs plastiques spécial cuisson

A condition qu'ils soient spécialement conçus pour la cuisson, les sacs plastiques spécial cuisson peuvent être utilisés sans risques dans votre four à micro-ondes. Toutefois, faites une fente dans le sac pour que la vapeur puisse s'échapper. En mode Micro-ondes, n'utilisez jamais de sacs plastiques ordinaires pour cuire des aliments, sinon ils fondraient et se déchireraient.

Récipients en plastique spécial micro-ondes

Vous trouverez une grande variété de formes et de tailles différentes de récipients spécial micro-ondes. Pour la plupart, vous pouvez probablement utiliser des récipients que vous avez déjà chez vous plutôt que d'investir dans de nouveaux ustensiles de cuisine.

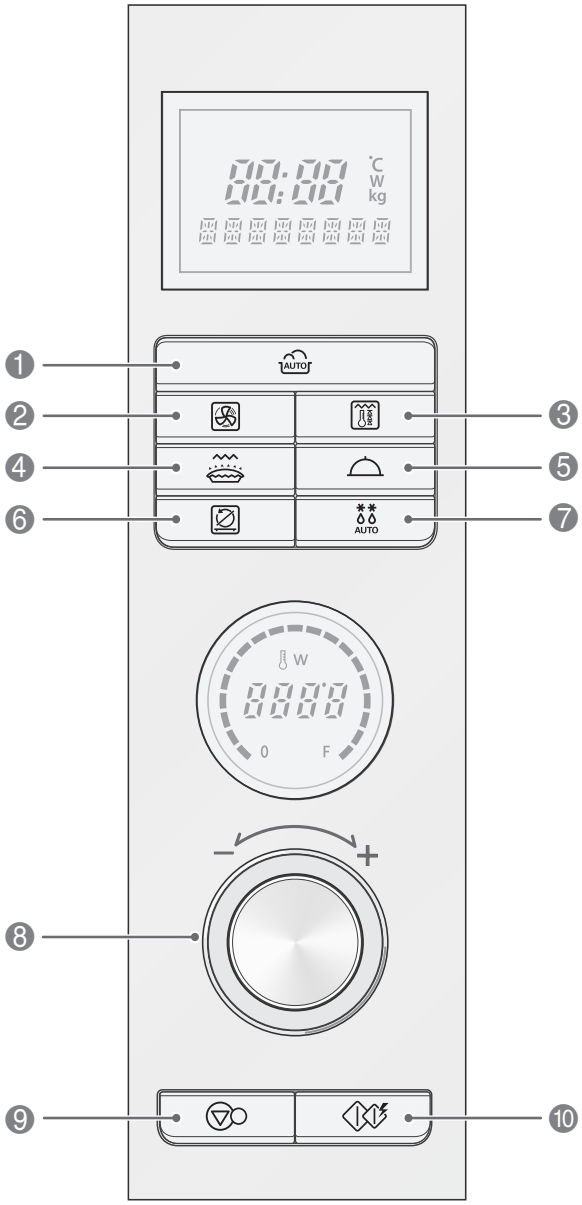
Récipients en poterie, grès et céramique

Les récipients fabriqués avec ces matériaux peuvent généralement être utilisés en mode Micro-ondes, mais ils doivent être testés avant d'être utilisés.

⚠ ATTENTION

- Certains récipients qui contiennent une grande quantité de plomb ou de fer ne peuvent pas être utilisés comme ustensiles dans votre four à micro-ondes.
- Vérifiez les ustensiles pour vous assurer qu'ils peuvent être utilisés en mode Micro-ondes.

Panneau de commande



Section
❶ RECETTES DU CHEF Le mode Recette du chef vous permet de préparer la plupart de vos plats préférés simplement en sélectionnant le type d'aliment et le poids. Voir "Recettes du chef", page 17
❷ CHALEUR PULSEE ACTIVE Voir "Chaleur pulsée active", page 20
❸ NIVEAUX DE PUISSANCE DU GRIL Voir "Niveaux de puissance du gril", page 22
❹ RÉCHAUFFAGE Voir "Réchauffage", page 24
❺ STEAMCHEF Voir "SteamChef", page 25
❻ PLATEAU DEBRAYABLE Permet d'activer ou de désactiver la rotation du plateau.
❼ DÉCONGÉLATION AUTOMATIQUE Voir "Décongélation automatique", page 27
❽ MODE DE CUISSON • Permet de choisir le mode de cuisson. • Vous pouvez régler la durée de la cuisson, la température et la puissance. • En mode automatique et en mode manuel, vous pouvez allonger ou raccourcir le temps de cuisson à tout moment en tournant le cadran (sauf en mode décongélation).
❾ ARRÊT/EFFACER • Permet de remettre tous les réglages à zéro à l'exception de l'heure.
❿ DÉPART/DÉPART RAPIDE • Une simple pression sur ce bouton permet de démarrer la cuisson dans le mode sélectionné. • Appuyez sur ce bouton pour définir des intervalles de 30 secondes de cuisson à puissance élevée.

Réglage de l'horloge

Vous avez le choix entre un affichage 12 h ou 24 h. Dans l'exemple suivant, nous vous expliquons comment régler l'heure sur 14 h 35 au format 24 h.

1 Branchez votre four pour la première fois. Le message **"24 H"** s'affiche.

Appuyez sur **DÉPART/DÉPART RAPIDE** pour sélectionner le format 24 heures.
(Si vous souhaitez modifier différentes options après avoir réglé l'horloge, vous devez débrancher l'appareil, puis le rebrancher.)



2 Faites tourner le cadran **MODE DE CUISSON** jusqu'à ce qu'il affiche "14:00".
Appuyez sur **DÉPART/DÉPART RAPIDE** pour confirmer.




3 Faites tourner le cadran **MODE DE CUISSON** jusqu'à ce qu'il affiche "14:35".
Appuyez sur **DÉPART/DÉPART RAPIDE.**
L'horloge commence le comptage.




REMARQUE

- Lorsque vous branchez votre four pour la première fois, vous devez réinitialiser l'horloge.
- Si l'horloge (ou l'afficheur) montre des symboles inhabituels, débranchez votre four de la prise électrique et rebranchez-le, puis remettez l'horloge à l'heure.

Plateau débrayable

Pour une cuisson optimale, laissez la rotation du plateau activée. Vous pouvez la désactiver avec les plats de grande taille. Appuyez sur **"⊡"** pour activer ou désactiver la rotation du plateau.

REMARQUE

- Le plateau tournant peut atteindre une température élevée. Évitez de poser les doigts dessus pendant et après la cuisson.
- Ne mettez pas l'appareil en marche sans y avoir déposé d'aliments.

Sécurité enfant

Dans l'exemple suivant, nous vous expliquons comment activer la sécurité enfant.

1 Appuyez sur **ARRÊT/EFFACER.**



2 Maintenez la touche **ARRÊT/EFFACER** enfoncée jusqu'à ce que **"SÉCURITÉ ENFANT"** et **"🔒"** s'affichent et qu'un BIP retentisse.
La **SÉCURITÉ ENFANT** est maintenant activée.
Si vous appuyez sur un bouton quelconque, le message **"SÉCURITÉ ENFANT"** et **"🔒"** s'affichent.



3 Pour annuler la **SÉCURITÉ ENFANT**, appuyez sur la touche **ARRÊT/EFFACER** et maintenez-la enfoncée jusqu'à ce que l'indication **"SÉCURITÉ ENFANT"** disparaisse.
Un signal sonore indiquera qu'elle est désactivée.



REMARQUE

Votre four est équipé d'une fonction de sécurité permettant d'éviter qu'il se mette en marche accidentellement. Une fois que la fonction sécurité enfant est réglée, vous ne pouvez utiliser aucune fonction ni réaliser aucune cuisson.

Fonction départ rapide

Dans l'exemple suivant, nous vous expliquons comment cuire des aliments à puissance maximale (900 W) pendant 2 minutes.

1 Appuyez sur **ARRÊT/EFFACER.**



2 Appuyez sur **DÉPART/DÉPART RAPIDE** à quatre reprises pour régler la cuisson sur 2 minutes à puissance maximale (900 W).
Votre four démarrera la cuisson dès la première pression.



3 En mode **DÉPART/DÉPART RAPIDE**, le cadran **MODE DE CUISSON** permet de prolonger le temps de cuisson jusqu'à 99 minutes 59 secondes.



REMARQUE

La fonction **DÉPART/DÉPART RAPIDE** vous permet de régler la cuisson à puissance maximale (900 W) par intervalles de 30 secondes en appuyant sur la touche **DÉPART/DÉPART RAPIDE.**

INSTRUCTIONS D'UTILISATION

Cuisson micro-ondes

Dans l'exemple suivant, nous vous expliquons comment cuire des aliments à une puissance de 720 W pendant 5 minutes.

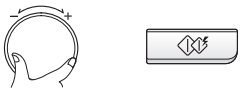
1 Appuyez sur **ARRÊT/EFFACER.**



2 Faites tourner le cadran **MODE DE CUISSON** pour sélectionner **Micro-ondes.**

L'indication suivante s'affiche: **" ≋ ".**

Appuyez sur **DÉPART/DÉPART RAPIDE** pour sélectionner le mode.



3 Faites tourner le cadran **MODE DE CUISSON** jusqu'à ce qu'il affiche "720 W".

Appuyez sur **DÉPART/DÉPART RAPIDE** pour confirmer la puissance.



4 Faites tourner le cadran **MODE DE CUISSON** jusqu'à ce qu'il affiche "5:00".

Appuyez sur **DÉPART/DÉPART RAPIDE.**



REMARQUE

- Votre four comporte cinq réglages de puissance micro-ondes. Une puissance élevée est automatiquement sélectionnée. Vous pourrez sélectionner un niveau de puissance différent en faisant tourner le cadran **MODE DE CUISSON.**
- Pour votre sécurité, utilisez uniquement des accessoires adaptés à votre micro-ondes.
- N'utilisez pas les accessoires ci-dessous.



Trépied haut **Trépied bas**

Niveaux de puissance des micro-ondes

Ce four est équipé de cinq niveaux de puissance afin de vous offrir un maximum de contrôle et de flexibilité sur la cuisson. Le tableau ci-dessous indique le niveau de puissance de cuisson conseillé avec ce four pour différents types d'aliments.

PUISSANCE	SORTIE	UTILISATION	ACCESSOIRE
ELEVEE	900 W	• Faire bouillir de l'eau • Faire dorer du bœuf haché • Cuire de la volaille, du poisson ou des légumes • Cuire des morceaux de viande tendres	Plat pour micro-ondes
MOYENNE-ELEVEE	720 W	• Réchauffer • Faire rôtir de la viande ou de la volaille • Cuire des champignons et des fruits de mer • Cuire des plats à base de fromage et d'œufs	
MOYENNE	540 W	• Cuire des gâteaux et des brioches • Préparer des œufs • Cuire de la crème • Préparer du riz ou de la soupe	
FAIBLE-MOYENNE	360 W	• Faire fondre du beurre ou du chocolat • Cuire des morceaux de viande moins tendres	
FAIBLE	180 W	• Ramollir du beurre ou du fromage • Ramollir de la crème glacée • Faire lever de la pâte à levure • Décongeler	

Cuisson au gril

Dans l'exemple suivant, nous vous expliquons comment utiliser le gril pour cuire des aliments pendant 12 minutes.

1 Appuyez sur **ARRÊT/EFFACER.**



2 Tournez la molette de sélection **MODE DE CUISSON** pour choisir le mode **Gril.**

L'indication suivante s'affiche: **" ".**

Appuyez sur **DÉPART/DÉPART RAPIDE** pour sélectionner le mode gril.





3 Faites tourner le cadran **MODE DE CUISSON** jusqu'à ce qu'il affiche "12:00".



4 Appuyez sur **DÉPART/DÉPART RAPIDE.**



ATTENTION

Utilisez toujours des maniques pour retirer les aliments et accessoires après la cuisson, car le four et les accessoires seront très chauds.

REMARQUE

- Cette fonction vous permettra de faire dorer et de griller rapidement les aliments.
- Pour un résultat optimal, utilisez les accessoires suivants.



Trépied haut

- N'utilisez pas les accessoires ci-dessous.



Accessoire SteamChef

Cuisson combinée gril + micro-ondes

Dans l'exemple suivant, nous vous expliquons comment programmer votre four pour cuire des aliments pendant 25 minutes à une puissance de 360 W et avec la fonction gril.

1 Appuyez sur **ARRÊT/EFFACER.**



2 Tournez la molette de sélection **MODE DE CUISSON** pour choisir le mode de **Cuisson combinée gril + micro-ondes.**

L'indication suivante s'affiche: **" " "**

Appuyez sur **DÉPART/DÉPART RAPIDE** pour sélectionner le mode gril combiné.





3 Faites tourner le cadran **MODE DE CUISSON** jusqu'à ce qu'il affiche "360 W".

Appuyez sur **DÉPART/DÉPART RAPIDE** pour confirmer la puissance.





4 Faites tourner le cadran **MODE DE CUISSON** jusqu'à ce qu'il affiche "25:00".



5 Appuyez sur **DÉPART/DÉPART RAPIDE.**



REMARQUE

- Votre four dispose d'une fonction de cuisson combinée qui vous permet de cuire des aliments avec le **Gril** et le système à **Micro-ondes.** Grâce à cette fonction, les aliments cuisent généralement plus vite.
- En mode cuisson combinée gril + micro-ondes, vous avez le choix entre trois niveaux de puissance de micro-ondes (180, 270 et 360 W).
- Cette fonction vous permettra de faire dorer et de griller rapidement les aliments.
- Pour un résultat optimal, utilisez les accessoires suivants.



Trépied haut

- N'utilisez pas les accessoires ci-dessous.



Accessoire SteamChef

Préchauffage par chaleur pulsée

Dans l'exemple suivant, nous vous expliquons comment préchauffer le four à une température de 200° C.

1 Appuyez sur **ARRÊT/EFFACER.**



2 Tournez la molette de sélection **MODE DE CUISSON** pour choisir le mode **Chaleur pulsée.**

L'indication suivante s'affiche: **" ".**

Appuyez sur **DÉPART/DÉPART RAPIDE** pour sélectionner le mode chaleur pulsée.





3 Faites tourner le cadran **MODE DE CUISSON** jusqu'à ce qu'il affiche "200° C".

Appuyez sur **DÉPART/DÉPART RAPIDE** pour confirmer la température.





4 Appuyez sur **DÉPART/DÉPART RAPIDE.**

Le préchauffage commencera et l'afficheur indiquera "PRECHAUFFAGE".



REMARQUE

- Le four en mode chaleur pulsée présente une plage de température de 40° C puis 100° C à 230° C.
- Le four possède une fonction de fermentation à 40° C. Il se peut que vous deviez attendre que le four refroidisse, car il est impossible d'utiliser la fonction de fermentation si la température est supérieure à 40° C.
- Votre four mettra quelques minutes à atteindre la température sélectionnée.
- Il émettra un signal sonore pour vous indiquer qu'il a atteint la bonne température.
- Ensuite, placez les aliments dans votre four et démarrez la cuisson.

Cuisson par chaleur pulsée

Dans l'exemple suivant, je vais vous montrer comment cuire des aliments à une température de 230° C pendant 50 minutes.

1 Appuyez sur **ARRÊT/EFFACER.**



2 Tournez la molette de sélection **MODE DE CUISSON** pour choisir le mode **Chaleur pulsée.**

L'indication suivante s'affiche: **" ".**

Appuyez sur **DÉPART/DÉPART RAPIDE** pour sélectionner le mode chaleur pulsée.





3 Faites tourner le cadran **MODE DE CUISSON** jusqu'à ce qu'il affiche "230° C".

Appuyez sur **DÉPART/DÉPART RAPIDE** pour confirmer la température.





4 Faites tourner le cadran **MODE DE CUISSON** jusqu'à ce qu'il affiche "50:00".



5 Appuyez sur **DÉPART/DÉPART RAPIDE.**



ATTENTION

Utilisez toujours des maniques pour retirer les aliments et accessoires après la cuisson, car le four et les accessoires seront très chauds.

REMARQUE

Si vous ne réglez pas la température, votre four sélectionnera automatiquement 180° C.
La température de cuisson peut être modifiée en tournant la molette **MODE DE CUISSON.**

Pour un résultat optimal, utilisez les accessoires suivants.



Trépied bas

Cuisson combinée chaleur pulsée + micro-ondes

Dans l'exemple suivant, nous vous expliquons comment programmer votre four pour cuire des aliments pendant 25 minutes à une puissance de 270 W et à une température de chaleur pulsée de 200° C.

1 Appuyez sur **ARRÊT/EFFACER.**



2 Tournez la molette de sélection **MODE DE CUISSON** pour choisir le mode de **Cuisson combinée chaleur pulsée + micro-ondes.**

L'indication suivante s'affiche: **" ", " ".**

Appuyez sur **DÉPART/DÉPART RAPIDE** pour sélectionner le mode chaleur pulsée combiné.




3 Faites tourner le cadran **MODE DE CUISSON** jusqu'à ce qu'il affiche "270 W".

Appuyez sur **DÉPART/DÉPART RAPIDE** pour confirmer la puissance.




4 Faites tourner le cadran **MODE DE CUISSON** jusqu'à ce qu'il affiche "200° C".
Appuyez sur **DÉPART/DÉPART RAPIDE** pour confirmer la température.




5 Faites tourner le cadran **MODE DE CUISSON** jusqu'à ce qu'il affiche "25:00".



6 Appuyez sur **DÉPART/DÉPART RAPIDE.**



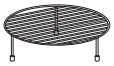
ATTENTION

Utilisez toujours des maniques pour retirer les aliments et accessoires après la cuisson, car le four et les accessoires seront très chauds.

REMARQUE

En mode cuisson combinée chaleur pulsée + micro-ondes, vous avez le choix entre trois niveaux de puissance de micro-ondes (180, 270 et 360 W).

• Pour un résultat optimal, utilisez les accessoires suivants.



Trépied bas

• N'utilisez pas les accessoires ci-dessous.



Accessoire SteamChef

Modulation du temps de cuisson

L'exemple suivant vous montre comment modifier les programmes préréglés de CUISSON pour obtenir un temps de cuisson plus long ou plus court.

1 Appuyez sur **ARRÊT/EFFACER.**



2 Choisissez le programme de **CUISSON** préréglé requis. Sélectionnez le poids des aliments.



3 Appuyez sur **DÉPART/DÉPART RAPIDE.**

Tournez la molette **MODE DE CUISSON.**

La durée de cuisson augmentera ou diminuera.




REMARQUE

• Si vous trouvez que vos aliments sont trop ou pas assez cuits lorsque vous utilisez le programme de CUISSON prédéfini, vous pouvez augmenter ou diminuer le temps de cuisson en tournant la molette **MODE DE CUISSON.**

• Vous pouvez augmenter ou diminuer la durée de cuisson (à l'exception du mode décongélation) à tout moment en tournant la molette **MODE DE CUISSON.**

Recettes du chef

L'exemple suivant montre comment faire cuire 0,6 kg de rôti de boeuf.

1 Appuyez sur **ARRÊT/EFFACER.**



2 Appuyez sur **RECETTES DU CHEF.**
L'indication suivante s'affiche: **" auto ".**



3 Faites tourner le cadran **MODE DE CUISSON** jusqu'à ce qu'il affiche "4 RÔTI DE BOEUF".
Appuyez sur **DÉPART/DÉPART RAPIDE** pour sélectionner la catégorie d'aliment.



4 Faites tourner le cadran **MODE DE CUISSON** jusqu'à ce qu'il affiche "0,6 kg".
Appuyez sur **DÉPART/DÉPART RAPIDE.**
Pendant la cuisson, vous pouvez allonger ou raccourcir le temps de cuisson en faisant tourner le cadran **MODE DE CUISSON.**



REMARQUE

- Les menus Recette du chef sont programmés en usine.
- Le mode Recette du chef vous permet de préparer la plupart de vos plats préférés simplement en sélectionnant le type d'aliment et le poids.

Guide du mode recettes du chef

Catégorie	Limite de poids	Ustensile	Temp. aliments	Instructions
1. Quiche lorraine	Voir Ingrédients	Plat sur le trépied bas	Pièce	**Ingrédients** *1 pâte brisée / 125 g de bacon fumé, fromage râpé* *1 cuillère à soupe d'huile / 2 œufs légèrement battus* *125 g de lait / 125 g de crème / noix de muscade, sel et poivre* *100 g de fromage râpé* 1. Saupoudrez le plat avec de la farine, étalez la pâte et placez le plat sur le trépied bas. Rognez les bords en laissant la pâte déborder le moins possible. Piquez avec une fourchette et mettez de côté. 2. Faites frire le bacon dans une poêle légèrement huilée jusqu'à ce qu'il soit doré puis retirez l'huile. 3. Mélangez les œufs, le lait, la crème, la noix de muscade, le sel et le poivre. 4. Étalez le fromage râpé de manière homogène sur la pâte. 5. Versez le mélange d'œufs et de crème puis placez le plateau à brunir dans le compartiment inférieur. Choisissez le menu puis appuyez sur Start.

Guide du mode recettes du chef

<table>
<tr><th>Catégorie</th><th>Limite de poids</th><th>Ustensile</th><th>Temp. aliments</th><th>Instructions</th></tr>
<tr><td>2. Riz/pâtes</td><td>0,1~0,3 kg</td><td>Bol pour micro-ondes (en verre)</td><td>Pièce</td><td>
Ingrédients pour le riz
<table>
<tr><td>Riz</td><td>100 g</td><td>200 g</td><td>300 g</td></tr>
<tr><td>Beurre fondu</td><td>30 g</td><td>40 g</td><td>50 g</td></tr>
<tr><td>Oignons découpés en petits morceaux</td><td>50 g</td><td>75 g</td><td>100 g</td></tr>
<tr><td>Bouillon de poule ou eau</td><td>250 ml</td><td>500 ml</td><td>750 ml</td></tr>
<tr><td>Bouquet garni et sel</td><td colspan="3">A votre goût</td></tr>
</table>
Versez le riz et le beurre fondu dans un grand récipient (3 L) et mélangez bien. Versez le bouillon de poule ou l'eau puis ajoutez le bouquet garni et le sel. Couvrez avec un torchon.
Placez le récipient dans le four. Choisissez le menu et le poids, puis appuyez sur Start. A la fin de la cuisson, remuez et laissez couvert 5 à 10 minutes.
Ingrédients pour les pâtes
<table>
<tr><td>Pâtes</td><td>100 g</td><td>200 g</td><td>300 g</td></tr>
<tr><td>Eau</td><td>400 ml</td><td>800 ml</td><td>1200 ml</td></tr>
<tr><td>Sel</td><td colspan="3">A votre goût</td></tr>
</table>
Versez les pâtes et l'eau bouillante salée dans un grand récipient (3 L). Placez le récipient dans le four. Choisissez le menu et le poids, puis appuyez sur Start. A la fin de la cuisson, laissez reposer 1 à 2 minutes. Rincez les pâtes à l'eau froide.
</td></tr>
<tr><td>3. Gâteau au chocolat</td><td>Voir Ingrédients</td><td>Moule à pain de 23x13 cm dans le compartiment inférieur</td><td>Pièce</td><td>
Ingrédients
70 g de yaourt / 50 g d'huile de grains de raisin / 170 g de sucre
110 g de Maïzena / 50 g de cacao en poudre
1 cuillère à café de levure / 3 œufs légèrement battus
1/4 de cuillère à café de sel
Mélangez le yaourt et le sucre dans un grand bol. Ajoutez la Maïzena, le cacao en poudre, la levure et le sel puis mélangez le tout. Ensuite, ajoutez les œufs et l'huile puis remuez jusqu'à obtenir un mélange homogène.
Versez de la pâte à frire dans un moule à pain. Posez le moule sur le trépied bas. Choisissez le menu puis appuyez sur Start.
A la fin de la cuisson, retirez du four puis laissez refroidir.
</td></tr>
<tr><td>4. Rôti de boeuf</td><td>0,5~2,0 kg</td><td>Soucoupe sur le trépied bas</td><td>Réfrigéré</td><td>
Enduisez le bœuf de beurre fondu ou d'huile puis assaisonnez.
Déposez les aliments sur une soucoupe et placez celle-ci sur le trépied bas. Choisissez le menu et le poids, puis appuyez sur Start.
Lorsqu'un BIP retentit, retournez. Ensuite, appuyez de nouveau sur Start pour terminer la cuisson. A la fin de la cuisson, couvrez d'une feuille d'aluminium et laissez reposer 10 minutes.
</td></tr>
<tr><td>5. Courgettes farcies</td><td>Voir Ingrédients</td><td>Plat sur le trépied bas</td><td>Pièce</td><td>
Ingrédients
4 courgettes rondes (200 g pièce) / 500 g de bœuf haché
2 cuillères à soupe d'huile d'olive / sel et poivre à votre goût
Coupez l'extrémité des courgettes de manière à former des chapeaux et mettez-les de côté en veillant à ne pas percer la chair ou la peau. Farcissez les courgettes avec la viande de bœuf hachée puis remettez les chapeaux en place. Placez les courgettes farcies sur le plateau à dorer du compartiment inférieur puis faites rissoler à l'huile d'olive. Choisissez le menu puis appuyez sur Start.
</td></tr>
</table>

Guide du mode recettes du chef

Catégorie	Limite de poids	Ustensile	Temp. aliments	Instructions
6. Gratin dauphinois	Voir Ingrédients	Moule à pain de 20x20 cm sur le trépied bas	Pièce	**Ingrédients** *1 kg de pommes de terre / 1 gousse d'ail* *20 g de beurre / 300 g de crème* *100 g de fromage râpé / noix de muscade, sel et poivre* Epluchez les pommes de terre et lavez-les, puis découpez-les en tranches de 5 mm. Frottez l'intérieur d'un moule avec une gousse d'ail et enduisez de beurre. Disposez les tranches de pommes de terre dans le moule et assaisonnez. Disposez le reste des pommes de terre et assaisonnez. Ensuite versez la crème et saupoudrez le fromage. Placez le moule sur le trépied bas. Choisissez le menu puis appuyez sur Start.
7. Lasagnes	Voir Ingrédients	Moule à pain de 26x17 cm sur le trépied bas	Pièce	**Ingrédients pour sauce à la viande** *9 lasagnes crues / 2 kg de sauce bolognaise* *40 g de fromage râpé / 4 cuillères à soupe d'huile d'olive* *Sel et poivre* Placez 3 lasagnes côte à côte au fond d'un moule et couvrez. Etalez 1/3 de la sauce bolognaise sur les lasagnes. Posez 3 nouvelles lasagnes et un deuxième tiers de sauce bolognaise, puis terminez par les 3 dernières lasagnes et le reste de la sauce. Saupoudrez le reste du fromage râpé. Placez le moule sur le trépied bas. Choisissez le menu puis appuyez sur Start. **※ Sauce bolognaise** *1 tige de céleri / 2 oignons* *1 gousse d'ail / 1,4 kg de tomates bien mûres* *1 brin de thym / 1 feuille de laurier* *500 g de viande de bœuf hachée / sel et poivre* Emincez le céleri, les oignons, l'ail et les tomates. Faites revenir le céleri, les oignons et l'ail dans une poêle légèrement huilée. Ajoutez les tomates, le thym, le laurier, le sel et le poivre. Remuez et laissez mijoter 30 minutes. Faites cuire la viande hachée dans une autre poêle pendant 5 minutes tout en remuant. Versez la sauce tomate sur la viande et laissez encore 5 minutes sur le feu.
8. Tarte aux pommes	Voir Ingrédients	Plat sur le trépied bas	Pièce	**Ingrédients** *1 feuille de pâte brisée / 5 pommes* *20g de sucre / 2 cuillères à soupe de miel liquide* 1. Saupoudrez le plat avec de la farine, étalez la pâte et placez le plat sur le trépied bas. Rognez les bords en laissant la pâte déborder le moins possible. Piquez avec une fourchette et mettez de côté. 2. Emincez deux pommes et demie puis mettez-les dans une poêle avec le sucre. Laissez mijoter jusqu'à ce que les pommes soient ramollies. Découpez le reste des pommes en tranches de 5 mm. Etalez les pommes cuites sur la pâte et disposez les pommes découpées en tranches en spirale sur toute la surface. Etalez le miel sur le tout. 3. Placez le moule à tarte sur le trépied bas. Choisissez le menu puis appuyez sur Start. A la fin de la cuisson, retirez du four puis laissez refroidir.

Chaleur pulsée active

L'exemple suivant montre comment faire cuire 0,3 kg de morceaux de poulet.

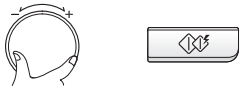
1 Appuyez sur **ARRÊT/EFFACER.**



2 Appuyez sur **CHALEUR PULSEE ACTIVE.**
L'indication suivante s'affiche: **" ".**



3 Faites tourner le cadran **MODE DE CUISSON** jusqu'à ce qu'il affiche "2 MORCEAUX DE POULET".
Appuyez sur **DÉPART/DÉPART RAPIDE** pour sélectionner la catégorie d'aliment.



4 Faites tourner le cadran **MODE DE CUISSON** jusqu'à ce qu'il affiche "0,3 kg".
Appuyez sur **DÉPART/DÉPART RAPIDE.**
Pendant la cuisson, vous pouvez allonger ou raccourcir le temps de cuisson en faisant tourner le cadran **MODE DE CUISSON.**



REMARQUE

- Les menus de Chaleur pulsée active sont programmés en usine.
- Le mode Chaleur pulsée active vous permet de préparer la plupart de vos plats préférés simplement en sélectionnant le type d'aliment et le poids.

Guide de la Chaleur pulsée active

Catégorie	Limite de poids	Ustensile	Temp. aliments	Instructions
1. Poulet roti	0,8~1,8 kg	Trépied bas sur le plat Crousty	Réfrigéré	Enduisez le poulet de beurre fondu ou d'huile puis assaisonnez. Disposer le poulet entier sur le trépied bas, sur le plat Crousty, poitrine orientée vers le bas. Choisissez le menu et le poids, puis appuyez sur Start. Lorsqu'un BIP retentit, enlevez le jus puis retournez le poulet. Ensuite, appuyez de nouveau sur Start pour terminer la cuisson. A la fin de la cuisson, couvrez d'une feuille d'aluminium et laissez reposer 10 minutes.
2. Morceaux de poulet	0,2~0,8 kg	Plat sur le trépied haut	Réfrigéré	Enduisez les morceaux de poulet de beurre fondu ou d'huile puis assaisonnez. Placez-les dans un plat sur le trépied haut. Choisissez le menu et le poids, puis appuyez sur Start. Lorsqu'un BIP retentit, retournez les morceaux puis appuyez sur Start pour continuer.
3. Rôti de porc	0,5~2,0 kg	Trépied bas sur le plat Crousty	Réfrigéré	Enduisez le porc de beurre fondu ou d'huile puis assaisonnez. Déposez les aliments sur la trépied bas, sur le plat Crousty. Choisissez le menu et le poids, puis appuyez sur Start. A la fin de la cuisson, couvrez d'une feuille d'aluminium et laissez reposer 10 minutes.

Guide de la Chaleur pulsée active

Catégorie	Limite de poids	Ustensile	Temp. aliments	Instructions
4. Pizza fraiche	Voir Ingrédi-ents	Plat sur le trépied bas	Pièce	**Ingrédients** *Pâte à tarte :* *120 g de farine ordinaire / 1 cuillère à café de levure en poudre* *1 pincée de sel / 1 cuillère à café de sucre / 70 ml d'eau chaude* *1 cuillère à café d'huile d'olive extravierge plus quelques gouttes pour le glaçage* *Garniture :* *3 cuillères à soupe de sauce tomate / 30 g de saucisse tranchée* *1/2 oignon tranché / 2 champignons frais tranchés* *1/2 poivron frais / 110 g de mozzarella en tranches* Mélangez tous les ingrédients dans un grand récipient. Mélangez dans un mixeur électrique afin d'obtenir une pâte lisse et élastique. Etalez la pâte sur le plat. Etalez la sauce à pizza. Ajoutez la garniture et le fromage. Placez le moule à tarte sur le trépied bas. Choisissez le menu puis appuyez sur start.
5. Cookies	Voir Ingrédi-ents	Trépied haut + Trépied bas	Pièce	**Ingrédients** *80 g de cassonade / 80 g de beurre* *1 oeuf légèrement battu / 180g de farine ordinaire tamisée* *1/2 cuillère à café de levure / 1/2 cuillère à café de bicarbonate de soude* *100 g de pépites de chocolat* Mélangez la cassonade et le beurre. Ajoutez progressivement l'oeuf et battez le tout jusqu'à obtenir un mélange très léger. Ajoutez la farine, la levure, le bicarbonate de soude et les pépites de chocolat puis mélangez bien le tout. Déposez la pâte à la cuillère sur le trépied haut et couvrez le trépied bas avec une feuille d'aluminium. Les biscuits doivent être à 2 cm les uns des autres. Placez les plateaux dans le four. Choisissez le menu puis appuyez sur Start. A la fin de la cuisson, retirez du four puis laissez refroidir.
6. Pommes de terre au four	0,2~1,0 kg	Trépied bas	Pièce	Choisissez des pommes de terre de taille moyenne (200~220 g pièce). Lavez-les et séchez-les. Percez-les plusieurs fois avec une fourchette. Posez-les sur le trépied bas. Choisissez le menu et le poids, puis appuyez sur Start. A la fin de la cuisson, couvrez d'une feuille d'aluminium et laissez reposer 10 minutes.
7. Petits gateaux	Voir Ingrédi-ents	Placez les moules à biscuit sur le plat sur le trépied bas.	Pièce	**Ingrédients** *60 g de sucre / 100 g de beurre fondu* *2 œufs légèrement battus / 150 g de farine ordinaire tamisée* *1/2 cuillère à café de levure* *Moules à gâteaux de 50x30 mm (base x hauteur)* Mélangez le sucre et le beurre fondu. Ajoutez progressivement les œufs et battez le tout jusqu'à obtenir un mélange très léger. Ajoutez la farine et la levure puis mélangez jusqu'à obtention d'un mélange homogène. Beurrez les moules en papier (25~30 g chacun). Posez les moules à biscuit sur le plat sur le trépied bas. Choisissez le menu puis appuyez sur Start. A la fin de la cuisson, retirez du four puis laissez refroidir.

Niveaux de puissance du gril

Voici un exemple où les aliments sont maintien au chaud 30 min à 80° C.

1 Appuyez sur **ARRÊT/EFFACER.**



2 Appuyez sur **NIVEAUX DE PUISSANCE DU GRIL.**
L'indication suivante s'affiche: " ".



3 Faites tourner le cadran **MODE DE CUISSON** jusqu'à ce qu'il affiche "2 MAINTIEN AU CHAUD".
Appuyez sur **DÉPART/DÉPART RAPIDE** pour sélectionner la catégorie d'aliment.



4 Faites tourner le cadran **MODE DE CUISSON** jusqu'à ce qu'il affiche "80° C".
Appuyez sur **DÉPART/DÉPART RAPIDE.**
Faites tourner le cadran **MODE DE CUISSON** jusqu'à ce qu'il affiche "30:00".



5 Appuyez sur **DÉPART/DÉPART RAPIDE.**



REMARQUE

Pour un résultat optimal, l'intérieur du four doit être froid avant utilisation.

Guide des Niveaux de puissance du gril

Fonction	Ustensile	Plage de températures	Pas	Par défaut	Instruction
1. Cuisson basse température	Plat en verre résistant à la chaleur avec couvercle sur plateau tournant	110° C (maxi) / 90° C (mini)	-	110° C (maxi)	En comparaison aux autres méthodes de cuisson (cuire à feu vif, bouillir et frire), cette fonction maintient une température relativement faible pendant plusieurs heures et permet la préparation de ragoûts et autres plats mijotés. **90° C (mini)** Ce réglage permet de faire mijoter les plats pendant une période prolongée sans risque de les faire trop cuire ou brûler. Il n'est pas nécessaire de remuer les aliments. **110° C (maxi)** Ce réglage permet de cuire les aliments environ deux fois plus vite. Certains aliments peuvent nécessiter l'ajout de liquide supplémentaire pour ne pas bouillir. Remuer les ragoûts de temps à autre améliore la distribution des saveurs. Bien saisir les aliments à feu vif avant de les faire mijoter n'est pas nécessaire, mais cela présente l'avantage de conserver les sucs et la saveur, ainsi que la tendreté de la viande. **Guide de la cuisson basse température** *Temps de cuisson traditionnel* / *Temps de cuisson en mode lent (sans faire revenir à feu vif)* / *Temps de cuisson à feu doux (en faisant revenir à feu vif)* *90° C(mini)* / *110° C(maxi)* / *90° C(mini)* / *110° C(maxi)* *35 à 60 minutes* / *6 à 10 heures* / *3 à 4 heures* / *4 à 6 heures* / *2 à 3 heures* *1 à 3 heures* / *8 à 10 heures* / *4 à 6 heures* / *5 à 6 heures* / *3 à 4 heures*
2. Maintien au chaud	Plat en verre résistant à la chaleur sur plateau tournant	80° C 70° C 60° C	10° C	70° C	La chaleur émise par le dessus et le dessous maintient la température sélectionnée. Cette fonction vous permet de garder les plats au chaud en attendant de les servir.

Guide des Niveaux de puissance du gril

<table>
<tr><th>Fonction</th><th>Ustensile</th><th>Plage de tempéra-tures</th><th>Pas</th><th>Par défaut</th><th>Instruction</th></tr>
<tr><td>3. Fruits secs</td><td>Plat sur le trépied bas</td><td>40° C ~ 90° C</td><td>10° C</td><td>70° C</td><td>Elle permet également de dessécher des fruits, des légumes et de la viande de bœuf et d'en faire des petits snacks nutritifs sans produits chimiques ni conservateurs. Il vous suffit d'étaler du papier alimentaire sur le plateau puis d'y disposer une couche de fruits, de légumes ou de viande.

Guide de fruits secs
<table><tr><th>Type d'aliment</th><th>Préparation</th><th>Réglez la tempéra-ture</th><th>Durée</th><th>Utilisation</th></tr><tr><td>Bananes</td><td>Découpez des tranches de 5~6 mm</td><td>60° C</td><td>5~8 heures</td><td>Snacks, aliments pour bébés, barres de céréales, biscuits et cake à la banane</td></tr><tr><td>Figues</td><td>Retirez les tiges et coupez en deux</td><td>60° C</td><td>8~10 heures</td><td>Farces, gâteaux, puddings, pain et biscuits</td></tr><tr><td>Kiwis</td><td>Pelez ou épluchez puis coupez en tranches de 8~12 mm</td><td>60° C</td><td>5~8 heures</td><td>Snacks</td></tr><tr><td>Mangues</td><td>Retirez la peau et découpez des tranches de 6~10 mm</td><td>60° C</td><td>6~10 heures</td><td>Snacks, céréales, aliments cuits</td></tr><tr><td>Ananas</td><td>Pelez ou épluchez, évidez et coupez en tranches de 8~12 mm</td><td>60° C</td><td>6~10 heures</td><td>Snacks, aliments cuits, céréales cuites</td></tr><tr><td>Tomates</td><td>Lavez et découpez des tranches de 6 mm</td><td>60° C</td><td>6~10 heures</td><td>Soupes, ragoûts, pâtes ou sauce</td></tr><tr><td>Champi-gnons</td><td>Essuyez avec une brosse douce ou un chiffon
Ne pas laver</td><td>50° C</td><td>4~8 heures</td><td>Réhydratation de soupes, plats de viande, omelettes ou friture</td></tr><tr><td>Charqui de bœuf</td><td>Faites mariner les tranches de viande (5~6 mm) pendant 6 à 8 heures au réfrigérateur</td><td>70° C</td><td>6~10 heures</td><td>Snack</td></tr></table></td></tr>
<tr><td>4. Fer-menta-tion</td><td>Plat en verre résistant à la chaleur sur le trépied bas</td><td>40° C</td><td>-</td><td>40° C</td><td>Préparation de yaourt
• Versez 1000ml de lait dans un récipient résistant à la chaleur avec couvercle.
• Faites chauffer le lait jusqu'à 60~70° C puis laissez-le refroidir jusqu'à environ 40° C.
• Ajoutez 150 ml de yaourt entièrement naturel et mélangez jusqu'à obtention d'un liquide homogène.
• Placez le récipient fermé dans le four.
• Choisissez le menu et réglez le temps de cuisson sur 5~8 heures.

Faire lever de la pâte
• Placez la pâte dans un récipient résistant à la chaleur et couvrez-le avec du papier de cuisson ou un chiffon humide.
• Placez le récipient dans le four.
• Choisissez le menu adéquat puis réglez le temps de cuisson sur approximativement 40 minutes, de manière à ce que la pâte double de volume.</td></tr>
<tr><td>5. Chauffe-plat</td><td>Sur le trépied bas</td><td>40° C ~100° C</td><td>10° C</td><td>70° C</td><td>Cette fonction permet de faire chauffer les plats à une température optimale.</td></tr>
</table>

Réchauffage

L'exemple suivant montre comment faire réchauffer 0,5 kg de lasagnes.

1 Appuyez sur **ARRÊT/EFFACER.**



2 Appuyez sur **RÉCHAUFFAGE**

L'indication suivante s'affiche: **" auto ".**



3 Faites tourner le cadran **MODE DE CUISSON** jusqu'à ce qu'il affiche "2 LASAGNES".

Appuyez sur **DÉPART/DÉPART RAPIDE** pour sélectionner la catégorie d'aliment.



4 Faites tourner le cadran **MODE DE CUISSON** jusqu'à ce qu'il affiche "0,5 kg".

Appuyez sur **DÉPART/DÉPART RAPIDE.**

Pendant la cuisson, vous pouvez prolonger ou raccourcir le temps de cuisson en faisant tourner le cadran **MODE DE CUISSON.**



REMARQUE

- Les menus Réchauffage sont programmés en usine.
- Le mode Réchauffage vous permet de préparer la plupart de vos plats préférés simplement en sélectionnant le type d'aliment et le poids.

Guide du mode réchauffage

Catégorie	Limite de poids	Ustensile	Temp. aliments	Instructions
1. Cordons bleus	0,2~0,8 kg	Plat Crousty sur le trépied bas	Réfrigéré	Placez les restes de cordon bleu (100~150 g/pièce) dans un plat Crousty sur le trépied bas. Choisissez le menu et le poids, puis appuyez sur Start.
2. Lasagnes	0,2~0,8 kg	Plat Crousty sur le trépied bas	Réfrigéré	Découpez les restes de lasagnes en morceaux de 200~250 g. Placez-les dans un plat Crousty sur le trépied bas. Choisissez le menu et le poids, puis appuyez sur Start.
3. Pain	0,1~0,3 kg	Trépied bas	Congelé	Placez le pain congelé (50~100 g) sur le trépied bas. Choisissez le menu et le poids, puis appuyez sur Start.
4. Tarte/ Quiche	0,2~0,8 kg	Plat Crousty sur le trépied bas	Réfrigéré	Découpez les restes de gâteau/tarte en morceaux de 200~250 g. Placez-les dans un plat Crousty sur le trépied bas. Choisissez le menu et le poids, puis appuyez sur Start.

SteamChef

L'exemple suivant montre comment faire cuire 0,6 kg de filet de poisson.

1 Appuyez sur **ARRÊT/EFFACER.**



2 Appuyez sur **STEAMCHEF.**

L'indication suivante s'affiche: **" auto ".**



3 Faites tourner le cadran **MODE DE CUISSON** jusqu'à ce qu'il affiche "3 FILET DE POISSON".

Appuyez sur **DÉPART/DÉPART RAPIDE** pour sélectionner la catégorie d'aliment.





4 Faites tourner le cadran **MODE DE CUISSON** jusqu'à ce qu'il affiche "0,6 kg".



5 Appuyez sur **DÉPART/DÉPART RAPIDE.**

Pendant la cuisson, vous pouvez prolonger ou raccourcir le temps de cuisson en faisant tourner le cadran **MODE DE CUISSON.**





⚠ ATTENTION

1. Utilisez systématiquement des gants pour retirer l'accessoire vapeur du four.
2. Ne posez pas l'accessoire vapeur brûlant sur une table en verre ou sur une surface thermosensible immédiatement après la cuisson. Posez-la sur un dessous de plat.
3. Avant d'utiliser cet accessoire vapeur, versez-y toujours au moins 300 ml d'eau. Sinon, la cuisson risque d'être incomplète, de provoquer un incendie ou de brûler les aliments.
4. Faites très attention lorsque vous transportez l'accessoire vapeur rempli d'eau.
5. Lorsque vous déplacez l'accessoire vapeur, le couvercle doit être fermement en place. Les œufs ou les noix risquent d'exploser si le couvercle et le récipient d'eau ne sont pas parfaitement en place.
6. N'utilisez jamais l'accessoire vapeur avec un modèle de produit différent. Cela risque de provoquer un incendie ou d'endommager le produit irrémédiablement.



Accessoire SteamChef

Guide du mode SteamChef

Catégorie	Limite de poids	Ustensile	Temp. aliments	Instructions
1. Crustacés	0,2~0,8 kg	 Cloche vapeur  Assiette vapeur  Récipient pour cuisson à la vapeur	Réfrigéré	Lavez les crevettes, crabes, etc. (Leur longueur ne doit pas dépasser 25 cm.) Versez 300 ml d'eau du robinet dans le SteamChef. Posez le plateau sur le récipient. Disposez les aliments préparés sur le plateau en une seule couche. Posez le couvercle. Placez le SteamChef au centre du plateau en verre. A la fin de la cuisson, laissez reposer 3~5 minute dans le four.
2. Fruits de mer	0,1~0,6 kg		Réfrigéré	Lavez les coquillages (clams, pétoncles, couteaux). (Leur longueur ne doit pas dépasser 25 cm.) Versez 300 ml d'eau du robinet dans le SteamChef. Posez le plateau sur le récipient. Disposez les aliments préparés sur le plateau en une seule couche. Posez le couvercle. Placez le SteamChef au centre du plateau en verre. A la fin de la cuisson, laissez reposer 3~5 minute dans le four.
3. Filet de poisson	0,2~0,6 kg		Réfrigéré	Rincez les aliments. (Leur épaisseur ne doit pas dépasser 2,5 cm.) Versez 300 ml d'eau du robinet dans le SteamChef. Posez le plateau sur le récipient. Disposez les aliments préparés sur le plateau en une seule couche. Posez le couvercle. Placez le SteamChef au centre du plateau en verre. A la fin de la cuisson, laissez reposer 3~5 minute dans le four.
4. Carottes	0,2~0,8 kg		Pièce	Lavez les légumes et découpez-les en morceaux égaux. Versez 300 ml d'eau du robinet dans le SteamChef. Posez le plateau sur le récipient. Disposez les aliments préparés sur le plateau en une seule couche. Posez le couvercle. Placez le SteamChef au centre du plateau en verre. A la fin de la cuisson, laissez reposer 3~5 minute dans le four.
5. Broccolis/ Chou-fleur	0,2~0,6 kg		Pièce	Idem ci-dessus.
6. Haricots verts	0,1~0,3 kg		Pièce	Versez 300 ml d'eau du robinet dans le SteamChef. Posez le plateau sur le récipient. Disposez les haricots verts sur le plateau en une seule couche. Posez le couvercle. Placez le SteamChef au centre du plateau en verre. A la fin de la cuisson, laissez reposer 3~5 minute dans le four.
7. Pommes de terre	0,2~0.8 kg		Pièce	Idem ci-dessus. - Coupez en 4.
8. Œufs	2~9 Œufs		Réfrigéré	Versez 300 ml d'eau du robinet dans le SteamChef. Posez le plateau sur le récipient. Disposez les œufs sur le plateau en une seule couche. Posez le couvercle. Placez le SteamChef au centre du plateau en verre. A la fin de la cuisson, laissez reposer 3~5 minute dans le four.

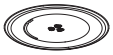
Décongélation automatique

La température et la densité des aliments varient. Il est recommandé de vérifier les aliments avant de démarrer la cuisson. Faites particulièrement attention aux gros rôtis de viande, certains aliments ne doivent pas être complètement décongelés avant la cuisson.

Par exemple, le poisson cuit tellement vite qu'il est parfois préférable de commencer la cuisson lorsqu'il est encore légèrement congelé. Il nécessitera alors un temps de repos afin que le centre puisse décongeler.

Pesez les aliments que vous êtes sur le point de décongeler. Assurez-vous de retirer tout lien ou emballage métallique. Placez ensuite les aliments dans un plat allant au micro-ondes sur le plateau en verre dans votre four et fermez la porte.

 Un plat allant au micro-ondes

 Plateau en verre

L'exemple suivant vous montre comment décongeler 0,8 kg de volaille congelée.

1 Appuyez sur **ARRÊT/EFFACER.**



2 Appuyez sur **DÉCONGÉLATION AUTOMATIQUE.**

L'indication suivante s'affiche: "AUTO".



3 Tournez la molette **MODE DE CUISSON** jusqu'à ce que "2 VOLAILLE" s'affiche.

Appuyez sur **DÉPART/DÉPART RAPIDE** pour confirmer la catégorie.





4 Tournez la molette **MODE DE CUISSON** jusqu'à ce que "0,8 kg" (le poids des aliments congelés) s'affiche.

Appuyez sur **DÉPART/DÉPART RAPIDE.**





5 Pendant la décongélation, votre four émettra un signal sonore. À ce moment-là, ouvrez la porte du four, retournez les aliments et séparez-les pour garantir une décongélation homogène. Retirez les portions décongelées ou protégez-les pour ralentir la décongélation. Une fois cette vérification effectuée, fermez la porte du four et appuyez sur **DÉPART/DÉPART RAPIDE** pour reprendre la décongélation.

Votre four n'arrêtera la décongélation que si vous ouvrez la porte (même après le signal sonore).

REMARQUE

- Votre four comporte quatre niveaux de décongélation par micro-ondes : **Viande, Volaille, Poisson** et **Pain.** Chaque catégorie de décongélation possède différents réglages de puissance.
- Pour votre sécurité, utilisez uniquement des accessoires adaptés à votre micro-ondes.
- N'utilisez pas les accessoires ci-dessous.



Trépied haut



Trépied bas

Guide de décongélation

* Les aliments à décongeler doivent être placés dans un récipient pour micro-ondes non couvert, qui doit être disposé sur le plateau en verre.
* Si nécessaire, protégez les petites portions de viande ou de volaille avec des morceaux de papier aluminium. Cela empêchera ces parties de se réchauffer durant la décongélation.
  Veillez à ce que le papier aluminium ne soit pas en contact avec les parois du four.
* Séparez les aliments tels que la viande hachée, les côtelettes, les saucisses et le lard dès que cela est possible.
  Au signal sonore, retournez les aliments. Retirez les portions décongelées. Continuez de décongeler les parties restantes.
  Après la décongélation, laissez reposer jusqu'à ce que les aliments soient entièrement décongelés.

Catégorie	Poids limite	Ustensile	Aliments
1. Viande	0,1~4,0 kg	Plat pour micro-ondes	- Boeuf haché, steak, dés de viande pour ragoût, faux-filet, rôti à braiser, rumsteck, bifteck haché, côtes de porc, côtes d'agneau, rôti roulé, saucisses, côtelettes (2 cm). - Au signal sonore, retournez les aliments. - Après la décongélation, laissez reposer sous du papier d'aluminium pendant 5 à 15 minutes.
2. Volaille			- Poulet entier, cuisses, escalopes de poulet et de dinde (moins de 2 kg). - Au signal sonore, retournez les aliments. - Après la décongélation, laissez reposer pendant 20 à 30 minutes.
3. Poisson			- Filet, darnes, poisson entier, produits de la mer. - Au signal sonore, retournez les aliments. - Après la décongélation, laissez reposer pendant 10 à 20 minutes.
4. Pain	0,1~0,5 kg	Serviette en papier	- Tartines, petits pains, baguette, etc. - Après la décongélation, laissez reposer pendant 1 minutes.

CARACTÉRISTIQUES DES ALIMENTS ET CUISSON PAR MICRO-ONDES

Surveiller les aliments pendant la cuisson

Les recettes du livre ont été concoctées avec une grande attention, mais votre réussite dans la préparation de ces recettes dépend de l'attention que vous apportez aux aliments pendant leur cuisson.
Surveillez toujours les aliments pendant la cuisson. Votre four à micro-ondes est équipé d'une lampe-témoin qui s'allume automatiquement lorsque le four fonctionne de sorte que vous puissiez voir ce qui se passe à l'intérieur et vérifier la progression de la cuisson. Les instructions données dans les recettes doivent être considérées comme des recommandations minimales. S'il vous semble que les aliments cuisent de manière non homogène, procédez à des réglages, si nécessaire, pour résoudre le problème.

Facteurs ayant une influence sur le temps de cuisson

De nombreux facteurs ont une influence sur le temps de cuisson. Selon la température des ingrédients utilisés dans une recette, les temps de cuisson sont très différents. Par exemple, la cuisson d'un gâteau préparé avec du beurre, du lait et des œufs très froids prendra beaucoup plus longtemps qu'un gâteau préparé avec des ingrédients qui sont à température ambiante. Toutes les recettes du livre indiquent une plage de temps de cuisson. Vous trouverez certainement que les aliments ne sont pas assez cuits pour les temps de cuisson les plus bas, et vous voudrez peut-être cuire les aliments un peu plus que le temps maximum indiqué, selon vos goûts. La philosophie inhérente à ce livre de recettes est la suivante: dans une recette, il vaut mieux être prudent lorsqu'on indique les temps de cuisson. Les aliments trop cuits sont bons à jeter. Certaines des recettes, particulièrement les recettes de pains, de gâteaux et de crème anglaise, recommandent de retirer les aliments du four avant qu'ils ne soient cuits. Il ne s'agit pas d'une erreur. Si on laisse reposer les aliments et qu'on les recouvre, ils continueront à cuire en dehors du four car la chaleur piégée dans les parties extérieures des aliments se dirige peu à peu vers l'intérieur. Si les aliments restent dans le four jusqu'à ce qu'ils soient cuits tout au long du temps de cuisson, les parties extérieures seront trop cuites voire brûlées. Vous serez bientôt expert dans l'estimation des temps de cuisson et de repos pour un grand nombre d'aliments.

Densité des aliments

Les aliments légers, poreux, tels que gâteaux et pains cuisent plus rapidement que les aliments lourds et denses, tels que rôtis et ragoûts. Lorsque vous cuisez des aliments poreux, faites attention à ce que les bords extérieurs ne deviennent pas secs et fragiles.

Hauteur des aliments

La partie supérieure des aliments hauts, en particulier les rôtis, cuira plus rapidement que la partie inférieure. Par conséquent, il vaut mieux retourner les aliments hauts pendant la cuisson, même plusieurs fois, si nécessaire.

Teneur en humidité des aliments

Etant donné que la chaleur générée par les micro-ondes a tendance à évaporer l'humidité, il faut arroser les aliments relativement secs, tels que les rôtis et certains légumes avec un peu d'eau, avant la cuisson, ou les couvrir pour garder l'humidité.

Os et matières grasses contenus dans les aliments

Les os sont conducteurs de chaleur et les matières grasses cuisent plus rapidement que la viande. Lorsque vous cuisez des morceaux de viande avec des os ou des morceaux gras de viande, veillez à ce qu'ils ne cuisent pas de manière inégale et qu'ils ne soient pas trop cuits.

Quantité d'aliments

Le nombre d'ondes dans votre four reste constant indépendamment de la quantité d'aliments à cuire. Par conséquent, plus vous mettez d'aliments dans le four, plus le temps de cuisson est long. Lorsque vous préparez une recette et que vous n'utilisez que la moitié des ingrédients, n'oubliez pas de diminuer le temps de cuisson d'au moins un tiers.

CARACTÉRISTIQUES DES ALIMENTS ET CUISSON PAR MICRO-ONDES

Forme des aliments

Les ondes ne pénètrent les aliments qu'à une profondeur d'environ 2 cm, la partie intérieure des aliments qui ont une certaine épaisseur sont cuits car la chaleur générée à l'extérieur se dirige vers l'intérieur. Seul le bord extérieur des aliments est cuit par les ondes; le reste est cuit par conduction. La forme la plus inadéquate pour un aliment à cuire dans un four à micro-ondes est un aliment épais et carré. Les coins brûleront bien avant que le centre soit chaud. Les aliments fins et ronds ainsi que les aliments qui sont arrondis cuisent très facilement dans le four à micro-ondes.

Couvrir les aliments

Un couvercle piège la chaleur et la vapeur accélère la cuisson des aliments. Utilisez un couvercle ou un film spécial micro-ondes avec un coin rabattu pour éviter toute rupture.

Brunir les aliments

Les viandes et les volailles qui sont cuites pendant quinze minutes ou plus longtemps bruniront légèrement dans leur propre graisse. Les aliments qui ont un temps de cuisson plus court peuvent être recouverts d'une sauce brune, comme par exemple la sauce worcestershire, la sauce au soja ou la sauce barbecue, pour obtenir une couleur très agréable à l'oeil. Dans la mesure où seulement une petite quantité de sauce brune est ajoutée aux aliments, le goût des aliments est préservé.

Couvrir les aliments avec du papier sulfurisé

Le papier sulfurisé permet aux matières grasses de ne pas éclabousser et aux aliments de conserver leur chaleur. Mais, le fait que le papier sulfurisé couvre moins les aliments qu'un couvercle ou un film permet aux aliments de sécher légèrement.

Disposition et espacement

Des aliments tels que les pommes de terre cuites au four, les biscuits et les hors-d'oeuvre cuiront de manière plus homogène s'ils sont placés dans le four à une distance égale, de préférence en rond. N'empilez jamais d'aliments les uns sur les autres.

Remuer les aliments

Le fait de remuer les aliments est une des techniques les plus importantes de la cuisson au micro-ondes. En cuisine traditionnelle, les aliments sont remués pour bien les mélanger. Toutefois, les aliments cuits au micro-ondes doivent être remués pour répandre et redistribuer la chaleur. Remuez toujours de l'extérieur vers le centre car c'est l'extérieur des aliments qui se réchauffe en premier.

Retourner les aliments

Il faut retourner les aliments, volumineux et hauts, tels que les rôtis et les poulets, pour que le haut et le bas des aliments cuisent de manière homogène. Il est également recommandé de retourner les morceaux de poulet et les côtelettes.

Placer les morceaux les plus épais, faces vers l'extérieur

Dans la mesure où les ondes sont dirigées vers la partie extérieure des aliments, il est plus judicieux de placer les morceaux de viande, de volaille, de poisson, les plus épais, sur le bord extérieur du plat à four. Ainsi, les parties les plus épaisses recevront une plus grande quantité d'ondes et les aliments cuiront de manière homogène.

Protection avec du papier aluminium

Vous pouvez mettre des bandes de papier aluminium (qui bloquent les ondes) sur les coins ou les bords des aliments de forme carrée ou rectangulaire pour éviter que ces parties ne cuisent trop. N'utilisez jamais trop de papier aluminium et veillez à ce que le papier aluminium soit bien fixé au plat, car sinon cela pourrait provoquer un arc électrique dans le four.

Placer les aliments plus haut

Vous pouvez placer les aliments épais ou denses plus haut dans le four pour que les micro-ondes puissent être absorbées par le dessous et le centre des aliments.

CARACTÉRISTIQUES DES ALIMENTS ET CUISSON PAR MICRO-ONDES

Piquer les aliments

Les aliments qui sont enfermés dans une coquille ou dans une peau ou une membrane risquent d'éclater dans le four sauf s'ils sont piqués avant la cuisson. Ces aliments comprennent par exemple les jaunes et les blancs d'œufs, les palourdes et les huîtres, et l'ensemble des légumes et des fruits.

Vérifier fréquemment les aliments pour voir s'ils sont cuits

Dans un four à micro-ondes, les aliments cuisent si rapidement qu'il est nécessaire de vérifier fréquemment si les aliments sont cuits. Certains aliments restent dans le four à micro-ondes jusqu'à ce qu'ils soient entièrement cuits, mais la plupart des aliments, y compris les viandes et les volailles, sont retirés du four, bien qu'il ne soient pas tout à fait cuits, et cela permet aux aliments de continuer à cuire pendant le temps de repos. Pendant le temps de repos, la température intérieure des aliments augmentera de 3° C à 8° C.

Temps de repos

Après avoir retiré les aliments du four, on laisse souvent reposer les aliments pendant 3 à 10 minutes. Pendant le temps de repos, les aliments sont généralement recouverts pour conserver la chaleur sauf s'ils sont supposés rester secs en texture (comme certains gâteaux et biscuits, par exemple). Ce temps de repos permet aux aliments de continuer à cuire, développe la saveur des aliments et favorise le mélange des saveurs.

Pour nettoyer votre four

1 **Garder l'intérieur du four propre**

Les éclaboussures d'aliments ou de liquides collent aux parois du four et, entre le joint et la surface de la porte. Il est recommandé d'essuyer immédiatement tout débordement avec un chiffon humide. Les miettes et les débordements absorberont les ondes et allongeront le temps de cuisson. Utilisez un chiffon humide pour éliminer les miettes qui se glissent entre la porte et la structure. Il est important de garder cette zone propre pour assurer une bonne étanchéité. Nettoyez les éclaboussures de graisse avec un chiffon imbibé d'eau et de savon, puis rincez et séchez. N'utilisez pas de détergent corrosif ou de produit de nettoyage. La lèchefrite peut être lavée à la main ou au lave-vaisselle.

2 **Garder l'extérieur du four propre**

Nettoyez l'extérieur de votre four avec de l'eau savonneuse, puis avec de l'eau propre et séchez avec un chiffon ou avec de l'essuie-tout. Pour éviter d'endommager certaines parties du four, l'eau ne doit pas s'infiltrer dans les ouvertures de ventilation. Pour nettoyer le bandeau de commande, ouvrez la porte pour éviter que le four se mette à fonctionner accidentellement, et essuyez avec un chiffon humide, puis tout de suite après avec un chiffon sec. Après le nettoyage, appuyez sur Stop/Annulation.

3 Si la vapeur s'accumule à l'intérieur ou à l'extérieur de la porte du four, essuyez les bandeaux à l'aide d'un chiffon. Cela peut se produire lorsque le four fonctionne dans des conditions d'humidité élevée et cela ne signifie en aucune manière le mauvais fonctionnement de l'appareil.

4 La porte et les joints de porte doivent être gardés propres. Utilisez uniquement de l'eau chaude et savonneuse, rincez, puis séchez complètement.
NE PAS UTILISER DE MATERIAUX ABRASIFS, TELS QUE LES POUDRES A RECURER OU LES TAMPONS LAINE D'ACIER ET PLASTIQUE.
Les parties métalliques seront plus faciles à entretenir si vous les essuyez fréquemment à l'aide d'un chiffon humide.

5 N'utilisez pas de nettoyeur vapeur.

6 Débranchez votre four de la prise électrique si vous nettoyez le panneau de contrôle avec un chiffon humide ou si vous arrosez de l'eau sur le verre pour le nettoyer. Si non, le produit peut être utilisé en appuyant sur la touche Démarrage rapide.

QUESTIONS ET RÉPONSES

Questions et réponses	Réponses
Que se passe-t-il si la lampe-témoin du four ne s'allume pas?	Il peut y avoir plusieurs raisons pour lesquelles la lampe du four ne s'allume pas. L'ampoule a éclaté Le transformateur est en panne
Les ondes traversent-elles la façade vitrée de la porte?	Non. Les trous, ou les orifices sont prévus pour permettre à la lumière de passer; ils ne laissent pas passer les ondes.
Pourquoi un BIP est-il émis lorsqu'on appuie sur une touche sur le bandeau de commande?	Un BIP est émis pour s'assurer que le réglage est bien défini.
Le four à micro-ondes sera t-il endommagé s'il fonctionne à vide ?	Oui, ne le faites jamais marcher vide.
Pourquoi les œufs éclatent-ils?	Lorsque vous cuisez, faites frire ou pochez des œufs, le jaune peut éclater en raison de l'accumulation de la vapeur dans la membrane du jaune d'oeuf. Pour éviter cela, percez simplement le jaune avant la cuisson. Ne cuisez jamais d'œufs dans leur coquille dans votre four à micro-ondes.
Pourquoi un temps de repos est-il recommandé après la cuisson au micro-ondes ?	Une fois la cuisson au micro-ondes terminée, les aliments continuent à cuire pendant le temps de repos. Ce dernier termine la cuisson de manière homogène sur l'ensemble des aliments. Le temps de repos dépend de la densité des aliments.
Pourquoi mon four ne cuit-il pas aussi vite que l'affirme le livre des recettes ?	Vérifiez le livre de recettes pour vous assurer que vous avez bien suivi les instructions, et pour voir ce qui pourrait causer des variations au niveau du temps de cuisson. Les temps de cuisson et les positions de puissance indiqués dans le livre de recettes ne sont que des suggestions, qui ont pour objectif d'éviter une cuisson excessive des aliments, le problème le plus courant lorsqu'on apprend à utiliser un four à micro-ondes. Selon la taille, la forme, le poids et les dimensions des aliments, le temps de cuisson est plus ou moins long. Pour tester l'état de cuisson des aliments, aidez-vous de nos suggestions et jugez par vous-même, de la même manière que si vous utilisiez un four classique.

PLATS TESTÉS CONFORMÉMENT A LA NORME EN 60705

Fonction	Aliments	Réglage de la puissance et durée	Température en	Remarques
Décongélation par micro-ondes	Viande	Fonction Auto	-	Posez une assiette plate au centre du plateau en verre. Utilisez la fonction "Décongélation automatique 1" et sélectionnez le poids. Lorsqu'un BIP retentit, retournez les morceaux puis appuyez sur Start pour continuer.
Cuisson par micro-ondes	Crème anglaise	360 W, 28~35 min	-	Posez un plat en Pyrex au centre du plateau en verre.
	Génoise	900 W, 4~5 min	-	Posez un plat en Pyrex de 22 cm de diamètre au centre du plateau en verre.
	Pain de viande	540 W, 13~25 min	-	Posez un plat en Pyrex au centre du plateau en verre.
Cuisson combinée avec micro-ondes	Gratin de pommes de terre	360 W, 25~29 min	200° C	Placez un plat en Pyrex de 22 cm de diamètre.
	Gâteau	-	170° C	Placez un plat en Pyrex de 22 cm de diamètre.
	Poulet	Fonction Auto	-	Placez le poulet le blanc vers le bas dans un plat sur le trépied bas. Utilisez la fonction "Chaleur pulsée active 1" et sélectionnez le poids. Lorsqu'un BIP retentit, retournez les morceaux puis appuyez sur Start pour continuer.

SPÉCIFICATIONS TECHNIQUES

MJ-9886NB/MJ-9896NB		
Alimentation		230 V~ 50 Hz
Puissance restituée		900 Watt (Valeur standard IEC60705)
Fréquence des micro-ondes		2 450 MHz +/- 50 MHz (Groupe 2/Classe B)
Dimensions extérieures de l'appareil		556 mm(L) X 342 mm(H) X 566 mm(P)
Consommation électrique	Max.	2 600 Watt
	Micro-ondes	1 400 Watt
	Gril	1 250 Watt
	Chaleur pulsée	1 250 Watt (Max. 2 450 Watt)
	Combinée	Max. 2 600 Watt

Équipement Groupe 2 : le groupe 2 correspond à tous les équipements ISM RF pour lesquels l'énergie de fréquence radio de la gamme de fréquences 9 kHz à 400 GHz est intentionnellement générée et utilisée, ou, elle est uniquement utilisée sous forme de rayonnements électromagnétiques, de couplage inductif ou capacitif, pour le traitement de matières ou à des fins d'inspection/d'analyse.
L'équipement de classe B est un équipement qui convient pour une utilisation dans un environnement domestique et des environnements directement branchés à un réseau de basse tension qui alimente les bâtiments utilisés comme un environnement domestique.

Élimination de votre ancien appareil



1. Ce symbole, représentant une poubelle sur roulettes barrée d'une croix, signifie que le produit est couvert par la directive européenne 2002/96/EC.
2. Les éléments électriques et électroniques doivent être jetés séparément, dans les vide-ordures prévus à cet effet par votre municipalité.
3. Une élimination conforme aux instructions aidera à réduire les conséquences négatives et risques éventuels pour l'environnement et la santé humaine.
4. Pour plus d'information concernant l'élimination de votre ancien appareil, veuillez contacter votre mairie, le service des ordures ménagères ou encore la magasin où vous avez acheté ce produit.