



OWNER'S MANUAL

MICROWAVE OVEN

PLEASE READ THIS OWNER'S MANUAL THOROUGHLY BEFORE OPERATING.

LF-5202S
LF-5202W
MG-3015S
MG-3015W



MFL06331215

www.lg.com

Precautions

Precautions to avoid possible exposure to excessive microwave energy.

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.

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

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.

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

Warning

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

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:

- 1 Avoid using straight sided containers with narrow necks.
- 2 Do not overheat.
- 3 Stir the liquid before placing the container in the oven and again halfway through the heating time.
- 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.

Warning

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.

How the Microwave Oven Works

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

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.

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

A very safe appliance

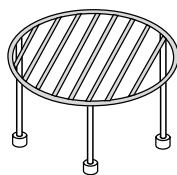
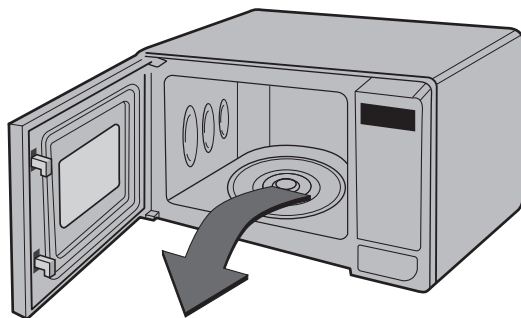
Your microwave oven is one of the safest of all home appliances. When the door is opened, the oven automatically stops producing microwaves. Microwave energy is converted completely to heat when it enters food, leaving no "left over" energy to harm you when you eat your food.

Precautions	2
Contents	3
Unpacking & Installing	4 ~ 5
Setting the Clock	6
Child Lock	7
Micro Power Cooking	8
Micro Power Level	9
Two Stage Cooking	10
Quick Start	11
Grill Cooking	12
Combination Cooking	13
Auto Cook	14 ~ 15
Auto Defrost	16 ~ 17
Quick Defrost	18 ~ 19
Timer	20
More or Less Cooking	21
Heating or Reheating Guide	22
Fresh Vegetable Guide	23
Grill Cooking Guide	24
Important Safety Instructions	25 ~ 26
Microwave - safe Utensils	27
Food characteristics & Microwave cooking	28 ~ 29
Questions & Answers	30
Plug Wiring Information/Technical Specifications	31

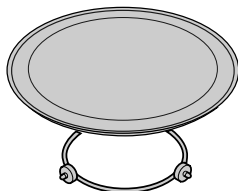
Unpacking & Installing

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.

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



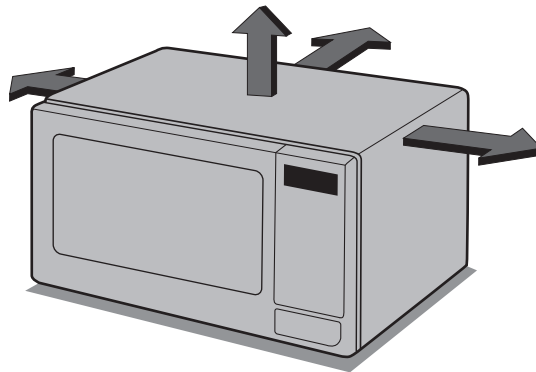
GRILL RACK



ROTATING RING

GLASS TRAY

- 2** Place the oven in the level location of your choice with more than 85cm height but make sure there is at least 20cm 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.



THIS OVEN SHOULD NOT BE USED FOR COMMERCIAL CATERING PURPOSES

- 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.

- 4** Open your oven door by pushing the Release Button. Place the **ROTATING RING** inside the oven and place the **GLASS TRAY** on top.

- 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 27.



- 6** Press the **START** button to set 30 seconds of cooking time. You will hear a **BEEP** each time you press the button. Your oven will start before you have finished the sixth press; don't worry this is normal.



- 7** The **DISPLAY** will count down from 3 minutes. 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.



YOUR OVEN IS NOW INSTALLED

Setting the Clock



When your oven is plugged in for the first time or when power resumes after a power cut, a '0' will be shown in the display; you will have to reset the clock.

If the clock (or display) shows any strange looking symbols, unplug your oven from the electrical socket and plug it back in and reset the clock.

You can set either 12 hour clock or 24 hour clock.

In the following example I will show you how to set the time for 14:35 when using the 24 clock.

Make sure that you have removed all packaging from your oven.

Make sure that you have correctly installed your oven as described earlier in this book.

Press **STOP/CLEAR**.

Press **CLOCK** once.

(If you want to use a 12 hour clock, Press **CLOCK** once more.

If you want to change different option after setting clock, you have to unplug and plug it back in.)

Press **10 MIN** fifteen times.

Press **1 MIN** three times.

Press **10 SEC** five times.

If the key (10 MIN / 1 MIN / 10 SEC) is pressed and held, the time will increase rapidly.

Press **CLOCK OR START**. to set the time.

The clock starts counting.

Child Lock



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!

Press **STOP/CLEAR**.

Press and hold **STOP/CLEAR** until "L" appears on the display and BEEP sounds.

The **CHILD LOCK** is now set.

The time will disappear on the display if you have set the clock.

"L" remains on the display to let you know that **CHILD LOCK** is set.

To cancel **CHILD LOCK** press and hold **STOP/CLEAR** until "L" disappears. You will hear BEEP when it's released.

Micro Power Cooking

In the following example I will show you how to cook some food on 80% power for 5 minutes and 30 seconds.



Your oven has five microwave Power settings. High power is automatically selected but repeated presses of the **MICRO** key will select a different power level.

POWER	Press MICRO	%	Power Output
HIGH MAX	1 time	100%	900W
MEDIUM HIGH	2 times	80%	720W
MEDIUM	3 times	60%	540W
DEFROST MEDIUM LOW	4 times	40%	360W
LOW	5 times	20%	180W

Make sure that you have correctly installed your oven as described earlier in this book.

Press **STOP/CLEAR**.

Press **MICRO** twice to select 80%(720W) power.
“720” appears on the display.

Press **1 MIN** five times.
Press **10 SEC** three times.

Press **START**.

Micro Power Level

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.

POWER LEVEL	USE	POWER LEVEL (%)	POWER OUTPUT
HIGH MAX	<ul style="list-style-type: none"> * Boil Water * Brown minced beef * Cook poultry pieces, fish, vegetables * Cook tender cuts of meat 	100%	900W
MEDIUM HIGH	<ul style="list-style-type: none"> * All reheating * Roast meat and poultry * Cook mushrooms and shellfish * Cook foods containing cheese and eggs 	80%	720W
MEDIUM	<ul style="list-style-type: none"> * Bake cakes and scones * Prepare eggs * Cook custard * Prepare rice, soup 	60%	540W
DEFROST/ MEDIUM LOW	<ul style="list-style-type: none"> * All thawing * Melt butter and chocolate * Cook less tender cuts of meat 	40%	360W
LOW	<ul style="list-style-type: none"> * Soften butter & cheese * Soften ice cream * Raise yeast dough 	20%	180W



Two stage Cooking

In the following example I will show you how to cook some food in two stages. The first stages will cook your food for 11 minutes on HIGH; the second will cook for 35 minutes on 360.



During two stage cooking the oven door can be opened and food checked. Close the oven door and press **START** and the cooking stage will continue.

At the end of stage1 , BEEP sounds and stage 2 commences.

Should you wish to clear the programme press **STOP/CLEAR** twice.

Press **STOP/CLEAR**.

1

Set the power and the cooking time **for stage1**.

(You can omit this process for HIGH power.)

Press **MICRO** once to select HIGH power.

Press **10 MIN** once.

Press **1 MIN** once.

Set the power and the cooking time **for stage2**.

Press **MICRO** four times to select 360 power.

Press **10 MIN** three times.

Press **1 MIN** five times.

Press **START**.

4

Quick Start

In the following example I will show you how to set 2 minutes of cooking on high power.



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

Press **STOP/CLEAR**.



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



During **QUICK START** cooking, you can extend the cooking time up to 10 minutes by repeatedly pressing the **START** key.



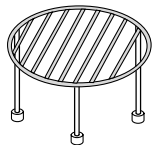
Grill Cooking

In the following example I will show you how to use the grill to cook some food for 12 minutes and 30 seconds.



This model is fitted with a **QUARTZ GRILL**, so preheating is not needed.

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



HIGH RACK

Press **STOP/CLEAR**.



Press **GRILL**.



Set the cooking time.



Press **10 MIN** once.

Press **1 MIN** twice.

Press **10 SEC** three times.

Press **START**.



Combination Cooking

In the following example I will show you how to programme your oven with combi mode Co-3 for a cooking time of 25 minutes.



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.

The **quartz heater** grills the surface of the food while **microwave** heats inside. Moreover, preheating your oven is not necessary.

Press **STOP/CLEAR**.

Press **COMBI** three times.

"Co-3" appears on the display.

Set the cooking time.

Press **10 MIN** two times.

Press **1 MIN** five times.

Press **START**.

When cooking you can use MORE/LESS key to increase/decrease cooking time.

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

Auto Cook

In the following example I will show you how to cook 0.6kg of fresh vegetable.



AUTO COOK allows you to cook most of your favorite food easily by selecting the food type and entering the weight of the food.

Category	Press AUTO COOK
JACKET POTATO	1 time
FRESH VEGETABLE	2 times
FROZEN VEGETABLE	3 times
CHILLED PIZZA	4 times
FRENCH FRIES	5 times
CHICKEN PORTIONS	6 times

Press **STOP/CLEAR** .

1

Press **AUTO COOK** twice to select Fresh vegetable.

2

Press **MORE** five times to enter 0.6 kg.

3

Press **START**.

4

FOOD CATEGORY	FOOD TEMP.	UTENSILS	WEIGHT LIMIT	INSTRUCTIONS
1. JACKET POTATO	Room temp.	Glass tray	0.1 kg ~ 1.0 kg	Wash, dry and prick potato with a fork several times. Place the potato with three pieces of paper towel in the centre of the glass tray. After Cooking, stand covered with foil 5 minutes.
2. FRESH VEGETABLE	Room temp.	Microwave-safe bowl	0.2 kg ~ 0.8 kg	Place vegetables in a microwave-safe bowl. Add water. Cover with wrap. After cooking, stir and allow to stand for 2 minutes. Add amount of water according to the quantity. ** 0.2kg - 0.4kg : 2 Tablespoon ** 0.5kg - 0.8kg : 4 Tablespoon
3. FROZEN VEGETABLE	Frozen	Microwave-safe bowl	0.2 kg ~ 0.8 kg	Place vegetables in a microwave-safe bowl. Add water. Cover with wrap. After cooking, stir and allow to stand for 2 minutes. Add amount of water according to the quantity. ** 0.2kg - 0.4kg : 2 Tablespoon ** 0.5kg - 0.8kg : 4 Tablespoon
4. CHILLED PIZZA	Refrigerated	High rack	0.2 kg ~ 0.4 kg	This function is for reheating leftover chilled pizza. Place chilled pizza on the high rack over the glass tray. After cooking, take food out immediately. Stand for 2~3 minutes.
5. FRENCH FRIES	Frozen	High rack	0.2 kg ~ 0.4 kg	Spread frozen potato products out on the heat-proof plate on the high rack over the glass tray. For the best results, cook in a single layer. After cooking, remove from the oven and stand for 1~2 minutes.
6. CHICKEN PORTIONS	Refrigerated	High rack	0.2 kg ~ 0.8 kg	Wash and dry skin. Brush the chicken legs with melted margarine or butter. Place on the high rack over the glass tray. And then put a suitable sized dish to catch the drips under the high rack. When BEEP, turn food over. And then press start to continue cooking. After cooking, stand covered with foil for 2-5 minutes.

Auto Defrost



Your oven has four microwave defrost settings:- **MEAT**, **POULTRY**, **FISH** and **BREAD**; each defrost category has different power settings. Repeated presses of the **AUTO DEFROST** key will select a different setting.

Category	Press DEFROST	
MEAT	1	time
POULTRY	2	times
FISH	3	times
BREAD	4	times

The temperature and density of food varies, I would recommend that the food is checked before cooking commences. Pay particular attention to large joints of meat and chicken, some foods should not be completely thawed before cooking. For example fish cooks so quickly that it is sometimes better to begin cooking while still slightly frozen. The BREAD programme is suitable for defrosting small items such as rolls or a small loaf. These will require a standing time to allow the centre to thaw. In the following example I will show you how to defrost 1.4Kg of frozen poultry.

Press **STOP/CLEAR**.

Weigh the food that you are about to defrost. Be certain to remove any metallic ties or wraps; then place the food in your oven and close the oven door.

Press **AUTO DEFROST** twice to select the **POULTRY** defrosting programme. "dEF2" appears on the display window.

Enter the weight of the frozen food that you are about to defrost.

Press **MORE** fourteen times to enter 1.4 Kg.

Press **START**.

During defrosting your oven will "BEEP", at which point open the oven door, turn food over and separate to ensure even thawing. Remove any portions that have thawed or shield them to help slow down thawing. After checking close the oven door and press **START** to resume defrosting.

Your oven will not stop defrosting (even when the beep sounds) unless the door is opened.

AUTO WEIGHT DEFROST GUIDE

- * Food to be defrosted should be in a suitable microwave proof container and place uncovered on the glass turntable.
 - * If necessary, shield small areas of meat or poultry with flat pieces of aluminum foil. This will prevent thin areas becoming warm during defrosting. Ensure the foil does not touch the oven walls.
 - * Separate items like minced meat, chops and bacon as soon as possible.
- When BEEP, turn food over.** Remove defrosted portions. Continue to defrost remaining pieces.
- After defrosting, allow to stand until completely thawed.
- * For example joints of meat and whole chickens should STAND for a minimum of 1 hour before cooking.

Category	Weight Limit	Utensil	Food
Meat Poultry Fish	0.1 ~ 4.0 kg	Microwave ware (Flat plate)	<p>Meat Minced beef, Fillet steak, Cubes for stew, Sirloin steak, Pot roast, Rump roast, Beef burger Lamp chops, Rolled roast, Cutlets(.2cm) Turn food over at beep. After defrosting, let stand for 5-15 minutes.</p> <p>Poultry Whole chicken, Legs, Breasts, Turkey breasts(under 2.0kg) Turn food over at beep. After defrosting, let stand for 20-30 minutes.</p> <p>Fish Fillets, Steaks, Whole fish, Sea foods Turn food over at beep. After defrosting, let stand for 10-20 minutes.</p>
Bread	0.1 ~ 0.5 kg	Paper towel or flat plate	Sliced bread, Buns, Baguette, etc.

Quick Defrost

Use this function to thaw only 0.5kg of Minced meat very quickly. This will require a standing time to allow the center to thaw. In the following example will show you how to defrost 0.5kg of frozen minced meat.



Your oven has a microwave quick defrost setting (MEAT).

Press **STOP/CLEAR**.

Weight the food that you are about to defrost. Be certain to remove any metallic ties or wraps; then place the food in your oven and close the oven door.

Press **QUICK DEFROST**.

The oven will start automatically.

During defrosting your oven will "BEEP", at which point open the oven door, turn food over and separate to ensure even thawing. Remove any portions that have thawed or shield them to help slow down thawing. After checking close the oven door and press **START** to resume defrosting.

Your oven will not stop defrosting (even when the beep sounded) unless the door is opened.

QUICK DEFROST GUIDE

Use this function to defrost quickly for minced meat.

Remove the meat completely from its wrapping. Place the mince onto a microwave-safe plate. When beeps, at this point remove the mince from the microwave oven, turn the mince over and return to the microwave oven. Press start to continue. At the end of the program remove the mince from the microwave oven, cover with foil and allow to stand 5-15 minutes or until completely thawed.

<i>Category</i>	<i>Weight</i>	<i>Utensil</i>	<i>Instructions</i>
Minced Meat	0.5kg	Microwave ware (Flat plate)	Minced meat Turn food over at beep. After defrosting, let stand for 5-15 minutes.

Timer

In the following example I will show you how to set the timer for 15 minutes.



Your oven also has a Timer that can be used for noncooking functions. When used as an independent timer, the oven is not running. The Timer is simply counting down in seconds.

Press **STOP/CLEAR**.



Press **KITCHEN TIMER**.



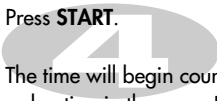
To enter amount of time you want to count down.

Press **10 MIN** once.

Press **1 MIN** five times.



Press **START**.



The time will begin counting down in the display window with no cooking or heating in the oven. BEEP will sound and the word "End" will show in the display window at the end of the countdown period.

More or Less Cooking

In the following example I will show you how to change the preset AUTO COOK programmes for a longer or shorter cooking time.



If you find that your food is over or undercooked when using the AUTO COOK programme, you can increase or decrease cooking time by pressing the MORE/LESS key.

When cooking without Auto function you can extend the cooking time at any point by pressing MORE/LESS key. There is no need to stop the cooking process.

Press **STOP/CLEAR**.

Set the required **AUTO COOK** programme.
(Select weight of food.)

Press **START**.

Press **MORE**.
The cooking time will increase by **10** seconds for each press of the key.

Press **LESS**.
The cooking time will decrease by **10** seconds for each press of the key.

Heating or Reheating Guide

To heat or reheat successfully in the microwave, it is important to follow several guidelines. Measure the amount of food in order to determine the time needed to reheat. Arrange the food in a circular pattern for best results. Room temperature food will heat faster than refrigerated food. Canned foods should be taken out of the can and placed in a microwavable container. The food will be heated more evenly if covered with a microwavable lid or vented plastic wrap. Remove cover carefully to prevent steam burns. Use the following chart as a guide for reheating cooked food.

<i>Item</i>	<i>Cook time (at HIGH)</i>	<i>Special Instructions</i>
Sliced meat 3 slices (0.5cm thick)	1~2 minutes	Place sliced meat on microwavable plate. Cover with plastic wrap and vent. • Note: Gravy or sauce helps to keep meat juicy.
Chicken pieces 1 breast 1 leg and thigh	2~3 minutes 3~3½ minutes	Place chicken pieces on microwavable plate. Cover with plastic wrap and vent.
Fish fillet (170-230g)	1~2 minutes	Place fish on microwavable plate. Cover with plastic wrap and vent.
Lasagne 1 serving(300g)	4~6 minutes	Place lasagne on microwavable plate. Cover with plastic wrap and vent.
Casserole 1 cup 4 cups	1½~3 minutes 4½~7minutes	COOK covered in microwavable casserole dish. Stir once halfway through cooking.
Casserole cream or cheese 1 cup 4 cups	1~2½ minutes 3½~6 minutes	COOK covered in microwavable casserole dish. Stir once halfway through cooking.
Sloppy Joe or Barbecued beef 1 sandwich (½ cup meat filling) without bun	1~2½ minutes	Reheat filling and bun separately. COOK covered in microwavable casserole dish. Stir once. Heat bun as directed in chart below.

<i>Item</i>	<i>Cook time (at HIGH)</i>	<i>Special Instructions</i>
Mashed potatoes 1 cup 4 cups	2½~3½ minutes 6~9 minutes	COOK covered in microwavable casserole dish. Stir once halfway through cooking.
Baked beans 1 cup	1½~3 minutes	COOK covered in microwavable casserole dish. Stir once halfway through cooking.
Ravioli or pasta in sauce 1 cup 4 cups	2½~4 minutes 7½~11 minutes	COOK covered in microwavable casserole dish. Stir once halfway through cooking.
Rice 1 cup 4 cups	1~1½ minutes 3½~5 minutes	COOK covered in microwavable casserole dish. Stir once halfway through cooking.
Sandwich roll or bun 1 roll	15~30 seconds	Wrap in paper towel and place on glass tray.
Vegetables 1 cup 4 cups	1½~2½ minutes 3½~5½ minutes	COOK covered in microwavable casserole dish. Stir once halfway through cooking.
Soup 1 serving (8 oz.)	1½~2 minutes	COOK covered in microwavable casserole dish. Stir once halfway through cooking.

Fresh Vegetable Guide

Vegetable	Amount	Cook time (at HIGH)	Instructions	Standing Time
Artichokes (230g each)	2 medium 4 medium	4 1/2 ~ 7 10 ~ 12	Trim. Add 2 tsp water and 2 tsp juice. Cover.	2~3 minutes
Asparagus, Fresh, Spears	450g	2 1/2 ~ 6	Add 1 cup water. Cover.	2~3 minutes
Green Beans	450g	7 ~ 11	Add 1/2 cup water in 1.5 litre casserole dish. Stir halfway through cooking.	2~3 minutes
Beats, Fresh	450g	11 ~ 16	Add 1/2 cup water in 1.5 litre covered casserole dish. Rearrange halfway through cooking.	2~3 minutes
Broccoli, Fresh, Spears	450g	5 ~ 8	Place broccoli in baking dish. Add 1/2 cup water.	2~3 minutes
Cabbage, Fresh, Chopped	450g	5 1/2~7 1/2	Add 1/2 cup water in 1.5 litre covered casserole dish. Stir halfway through cooking.	2~3 minutes
Carrots, Fresh, Sliced	200g	2 ~ 3	Add 1/4 cup water in 1.5 litre covered casserole dish. Stir halfway through cooking.	2~3 minutes
Cauliflower, Fresh, Whole	450g	5 ~ 7	Trim. Add 1/4 cup water in 1.5 litre covered casserole dish. Stir halfway through cooking.	2~3 minutes
Fresh, Flowerettes Celery, Fresh, Sliced	2 cups 4 cups	11 ~ 16	Slice. Add 1/2 cup water in 1.5 litre covered casserole dish. Stir halfway through cooking.	2~3 minutes

Vegetable	Amount	Cook time (at HIGH)	Instructions	Standing Time
Corn, Fresh	2 ears	4 ~ 8	Husk. Add 2 tbsp water in 1.5 litre baking dish. Cover.	2~3 minutes
Mushrooms, Fresh, Sliced	230g	1 1/2 ~ 2 1/2	Place mushrooms in 1.5 litre covered casserole dish. Stir halfway through cooking.	2~3 minutes
Parsnips, Fresh, Sliced	450g	4 ~ 7	Add 1/2 cup water in 1.5 litre covered casserole dish. Stir halfway through cooking.	2~3 minutes
Peas, Green, Fresh	4 cups	6 ~ 9	Add 1/2 cup water in 1.5 litre covered casserole dish. Stir halfway through cooking.	2~3 minutes
Sweet Potatoes Whole Baking (170~230g each)	2 medium 4 medium	4 ~ 9 6~ 12	Pierce potatoes several times with fork. Place on 2 paper towels. Turn over halfway through cooking.	2~3 minutes
White potatoes, Whole Baking (170~230g each)	2 potatoes 4 potatoes	5 1/2 ~ 7 1/2 9 1/2 ~ 14	Pierce potatoes several times with fork. Place on 2 paper towels. Turn over halfway through cooking.	2~3 minutes
Spinach, Fresh, Leaf	450g	4 1/2 ~ 7 1/2	Add 1/2 cup water in 2 litre covered casserole dish.	2~3 minutes
Courgette, Fresh, Sliced	450g	4 1/2 ~ 7 1/2	Add 1/2 cup water in 1.5 litre covered casserole dish. Stir halfway through cooking.	2~3 minutes
Courgette, Fresh, Whole	450g	6 ~ 9	Pierce. Place on 2 paper towels. Turn courgette over and rearrange halfway through cooking.	2~3 minutes

Grill Cooking Guide

Directions for grilling meat on grill

- Trim excess fat from meat. Cut fat, making sure you do not cut into the lean. (This will stop the fat curling.)
- Arrange on the rack. Brush with melted butter or oil.
- Halfway through, turn the meat over.

Item	Weight	Approx. cooking time (in minutes)	Hints
Beefburgers	50g x 2 100g x 2	13-16 19-23	Baste with oil or melted butter. Thin items should be placed on the grill rack. Thick items can be placed on to a drip tray. Turn food over after half the cooking time.
Beefsteaks (2.5cm (1") thick)			
Rare	230g x 2	18-20	
Medium	230g x 2	22-24	
Well	230g x 2	26-28	
Lamb chops (2.5cm (1") thick)	230g x 2	25-32	

Directions for grilling fish and seafood

Place fish and seafood on the rack. Whole fish should be scored diagonally on both sides before grilling. Brush fish and seafood with melted butter, margarine or oil before and during cooking. This helps stop the fish drying out. Grill for times recommended in the chart. Whole fish and fish steaks should be carefully turned over halfway through grilling time. If desired thick fillets can also be turned halfway.

Item	Weight	Approx. cooking time (in minutes)	Hints
Fish fillets 1 cm (1/2") thick	230g	17-21	Brush with melted butter and turn over halfway through cooking.
1.5cm (1/2") thick	230g	20-24	
Fish steaks 2.5 cm (1") thick	230g	24-28	
Whole fish	225-350g each 450g	16-20 24-28	Allow extra time for thick and oily fish.
Scallops	450g	16-20	Baste well during cooking.
Prawns uncooked	450g	16-20	

WARNING

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

Important safety instructions

Read carefully and keep for future reference

- 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.
- 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.
- 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.)
- 4 Do not cook food wrapped in paper towels, unless your cook book contains instructions, for the food you are cooking.
- 5 Do not use newspaper in place of paper towels for cooking.
- 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.
- 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.
- 8 Do not use recycled paper products since they may contain impurities which may cause sparks and/or fires when used in cooking.
- 9 Do not rinse the turntable by placing it in water just after cooking. This may cause breakage or damage.
- 10 Small amounts of food require shorter cooking or heating time. If normal times are allowed they may overheat and burn.
- 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.
- 12 Before cooking, pierce the skin of potatoes, apples or any such fruit or vegetable.
- 13 Do not cook eggs in their shell. Pressure will build up inside the egg which will burst.
- 14 Do not attempt deep fat frying in your oven.
- 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.
- 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.
- 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.
- 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.
- 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.
- 20 Liquids or other foods must not be heated in sealed containers since they are liable to explode.
- 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.
- 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, convection mode and auto cook operations, unless wearing thick oven gloves, as they will become hot. Before clearing make sure they are not hot.

WARNING

*Please do not let the POWER
CORD touch the BACK COVER.*

Important safety instructions

Read carefully and keep for future reference

- 24 Only use utensils that are suitable for use in microwave ovens.
- 25 When heating food in plastic or paper containers, keep an eye on the oven due to the possibility of ignition.
- 26 If smoke is observed, switch off or unplug the appliance and keep the door closed in order to stifle any flames.
- 27 Microwave heating of beverages can result in delayed eruptive boiling, therefore care must be taken when handling the container.
- 28 The contents of feeding bottles and baby food jars shall be stirred or shaken and the temperature checked before consumption, in order to avoid burns.
- 29 Eggs in their shell and whole hard-boiled eggs should not be heated in microwave ovens since they may explode, even after microwave heating has ended.
- 30 Details for cleaning door seals, cavities and adjacent parts.
- 31 The oven should be cleaned regularly and any food deposits removed.
- 32 Failure to maintain the oven in a clean condition could lead to deterioration of the surface that could adversely affect the life of the appliance and possibly result in a hazardous situation.

- 33 Only use the temperature probe recommended for this oven (for appliances having a facility to use a temperature-sensing probe).
- 34 If heating elements are provided, during use the appliance becomes hot. Care should be taken to avoid touching heating elements inside the oven.
- 35 The appliance is not intended for use by young children or infirm persons without supervision.

WARNING: If the door or door seals are damaged, the oven must not be operated until it has been repaired by a competent person.

WARNING: It is hazardous for anyone other than a competent person to carry out any service or repair operation that involves the removal of a cover which gives protection against exposure to microwave energy.

WARNING: Liquids and other foods must not be heated in sealed containers since they are liable to explode.

WARNING: 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.

Microwave-safe

Utensils

Never use metal or metal trimmed utensils in your microwave oven

Microwaves cannot penetrate metal. They will bounce off any metal object in the oven and cause arcing, an alarming phenomenon that resembles lightning.

Most heat resistant non metallic cooking utensils are safe for use in your microwave oven. However, some may contain materials that render them unsuitable as microwave cookware. If you have any doubts about a particular utensil, there's a simple way to find out if it can be used in your microwave oven.

Place the utensil in question next to a glass bowl filled with water in the microwave oven. Microwave at power HIGH for 1 minute. If the water heats up but the utensil remains cool to the touch, the utensil is microwave-safe. However, if the water does not change temperature but the utensil becomes warm, microwaves are being absorbed by the utensil and it is not safe for use in the microwave oven. You probably have many items on hand in your kitchen right now that can be used as cooking equipment in your microwave oven. Just read through the following checklist.

Dinner plates

Many kinds of dinner-ware are microwave-safe. If in doubt consult the manufacturer's literature or perform the microwave test.

Glassware

Glassware that is heat-resistant is microwave-safe. This would include all brands of oven tempered glass cookware. However, do not use delicate glassware, such as tumblers or wine glasses, as these might shatter as the food warms.

Plastic storage containers

These can be used to hold foods that are to be quickly reheated. However, they should not be used to hold foods that will need considerable time in the oven as hot foods will eventually warp or melt plastic containers.

Paper

Paper plates and containers are convenient and safe to use in your microwave oven, provided that the cooking time is short and foods to be cooked are low in fat and moisture. Paper towels are also very useful for wrapping foods and for lining baking trays in which greasy foods such as bacon are cooked. In general, avoid coloured paper products as the colour may run. Some recycled paper products may contain impurities which could cause arcing or fires when used in the microwave oven.

Plastic cooking bags

Provided they are made specially for cooking, cooking bags are microwave safe. However, be sure to make a slit in the bag so that steam can escape. Never use ordinary plastic bags for cooking in your microwave oven, as they will melt and rupture.

Plastic microwave cookware

A variety of shapes and sizes of microwave cookware are available. For the most part, you can probably use items you already have on hand rather than investing in new kitchen equipment.

Pottery, stoneware and ceramic

Containers made of these materials are usually fine for use in your microwave oven, but they should be tested to be sure.

CAUTION

Some items with high lead or iron content are not suitable for cooking utensils.

Utensils should be checked to ensure that they are suitable for use in microwave ovens.

Food characteristics & Microwave cooking

Keeping an eye on things

The recipes in the book have been formulated with great care, but your success in preparing them depends on how much attention you pay to the food as it cooks. Always watch your food while it cooks. Your microwave oven is equipped with a light that turns on automatically when the oven is in operation so that you can see inside and check the progress of your food. Directions given in recipes to elevate, stir, and the like should be thought of as the minimum steps recommended. If the food seems to be cooking unevenly, simply make the necessary adjustments you think appropriate to correct the problem.

Factors affecting microwave cooking times

Many factors affect cooking times. The temperature of ingredients used in a recipe makes a big difference in cooking times. For example, a cake made with ice-cold butter, milk, and eggs will take considerably longer to bake than one made with ingredients that are at room temperature. All of the recipes in this book give a range of cooking times. In general, you will find that the food remains under-cooked at the lower end of the time range, and you may sometimes want to cook your food beyond the maximum time given, according to personal preference. The governing philosophy of this book is that it is best for a recipe to be conservative in giving cooking times. While overcooked food is ruined for good. Some of the recipes, particularly those for bread, cake, and custards, recommend that food be removed from the oven when they are slightly undercooked. This is not a mistake. When allowed to stand, usually covered, these foods will continue to cook outside of the oven as the heat trapped within the outer portions of the food gradually travels inward. If the food is left in the oven until it is cooked all the way through, the outer portions will become overcooked or even burnt. You will become increasingly skilful in estimating both cooking and standing times for various foods.

Density of food

Light, porous food such as cakes and breads cook more quickly than heavy, dense foods such as roasts and casseroles. You must take care when microwaving porous food that the outer edges do not become dry and brittle.

Height of food

The upper portion of tall food, particularly roasts, will cook more quickly than the lower portion. Therefore, it is wise to turn tall food during cooking, sometimes several times.

Moisture content of food

Since the heat generated from microwaves tends to evaporate moisture, relatively dry food such as roasts and some vegetables should either be sprinkled with water prior to cooking or covered to retain moisture.

Bone and fat content of food

Bones conduct heat and fat cooks more quickly than meat. Care must be taken when cooking bony or fatty cuts of meat that they do not cook unevenly and do not become overcooked.

Quantity of food

The number of microwaves in your oven remains constant regardless of how much food is being cooked. Therefore, the more food you place in the oven, the longer the cooking time. Remember to decrease cooking times by at least one third when halving a recipe.

Shape of food

Microwaves penetrate only about 2 cm into food, the interior portion of thick foods are cooked as the heat generated on the outside travels inward. Only the outer edge of food is cooked by microwave energy; the rest is cooked by conduction. The worst possible shape for a food that is to be microwaved is a thick square. The corners will burn long before the centre is even warm. Round thin foods and ring shaped foods cook successfully in the microwave.

Covering

A cover traps heat and steam which causes food to cook more quickly. Use a lid or microwave cling film with a corner folded back to prevent splitting.

Browning

Meats and poultry that are cooked fifteen minutes or longer will brown lightly in their own fat. Food that are cooked for a shorter period of time may be brushed with a browning sauce such as worcestershire sauce, soy sauce or barbecue sauce to achieve an appetizing colour. Since relatively small amounts of browning sauces are added to food the original flavour of the recipe is not altered.

Covering with greaseproof paper

Greaseproofing effectively prevents spattering and helps food retain some heat. But because it makes a looser cover than a lid or clingfilm, it allows the food to dry out slightly.

Arranging and spacing

Individual foods such as baked potatoes, small cakes and hors d'oeuvres will heat more evenly if placed in the oven an equal distance apart, preferably in a circular pattern. Never stack foods on top of one another.

Food characteristics & Microwave cooking.

Stirring

Stirring is one of the most important of all microwaving techniques. In conventional cooking, food is stirred for the purpose of blending. Microwaved food, however, is stirred in order to spread and redistribute heat. Always stir from the outside towards the centre as the outside of the food heats first.

Turning over

Large, tall foods such as roasts and whole chickens should be turned so that the top and bottom will cook evenly. It is also a good idea to turn cut up chicken and chops.

Placing thicker portions facing outwards

Since microwaves are attracted to the outside portion of food, it makes sense to place thicker portions of meat, poultry and fish to the outer edge of the baking dish. This way, thicker portions will receive the most microwave energy and the food will cook evenly.

Shielding

Strips of aluminium foil (which block microwaves) can be placed over the corners or edges of square and rectangular foods to prevent those portions from overcooking. Never use too much foil and make sure the foil is secured to the dish or it may cause 'arcing' in the oven.

Elevating

Thick or dense foods can be elevated so that microwaves can be absorbed by the underside and centre of the foods.

Piercing

Foods enclosed in a shell, skin or membrane are likely to burst in the oven unless they are pierced prior to cooking. Such foods include yolks and whites of eggs, clams and oysters and whole vegetables and fruits.

Testing if cooked

Food cooks so quickly in a microwave oven, it is necessary to test it frequently. Some foods are left in the microwave until completely cooked, but most foods, including meats and poultry, are removed from the oven while still slightly undercooked and allowed to finish cooking during standing time. The internal temperature of foods will rise between 5°F (3°C) and 15°F (8°C) during standing time.

Standing time

Foods are often allowed to stand for 3 to 10 minutes after being removed from the microwave oven. Usually the foods are covered during standing time to retain heat unless they are supposed to be dry in texture (some cakes and biscuits, for example). Standing allows foods to finish cooking and also helps flavour blend and develop.

To Clean Your Oven

1 Keep the inside of the oven clean

Food spatters or spilled liquids stick to oven walls and between seal and door surface. It is best to wipe up spillovers with a damp cloth right away. Crumbs and spillovers will absorb microwave energy and lengthen cooking times. Use a damp cloth to wipe out crumbs that fall between the door and the frame. It is important to keep this area clean to assure a tight seal. Remove greasy spatters with a soapy cloth then rinse and dry. Do not use harsh detergent or abrasive cleaners. The glass tray can be washed by hand or in the dishwasher.

2 Keep the outside of the oven clean

Clean the outside of your oven with soap and water then with clean water and dry with a soft cloth or paper towel. To prevent damage to the operating parts inside the oven, the water should not be allowed to seep into the ventilation openings. To clean control panel, open the door to prevent oven from accidentally starting, and wipe a damp cloth followed immediately by a dry cloth. Press STOP/CLEAR after cleaning.

3 If steam accumulates inside or around the outside of the oven door, wipe the panels with a soft cloth. This may occur when the microwave oven is operated under high humidity conditions and in no way indicates a malfunction of the unit.

4 The door and door seals should be kept clean. Use only warm, soapy water, rinse then dry thoroughly.

DO NOT USE ABRASIVE MATERIALS, SUCH AS CLEANING POWDERS OR STEEL AND PLASTIC PADS.

Metal parts will be easier to maintain if wiped frequently with a damp cloth.

Questions & Answers

Q What's wrong when the oven light will not glow?

- A There may be several reasons why the oven light will not glow.
Light bulb has blown
Door is not closed

Q Does microwave energy pass through the viewing screen in the door?

- A No. The holes, or ports, are made to allow light to pass; they do not let microwave energy through.

Q Why does the beep tone sound when a pad on the Control Panel is touched?

- A The beep tone sounds to assure that the setting is being properly entered.

Q Will the microwave oven be damaged if it operates empty?

- A Yes Never run it empty or without the glass tray.

Q Why do eggs sometimes pop?

- A When baking, frying, or poaching eggs, the yolk may pop due to steam build up inside the yolk membrane. To prevent this, simply pierce the yolk before cooking. Never microwave eggs in the shell.

Q Why is standing time recommended after microwave cooking is over?

- A After microwave cooking is finished, food keeps on cooking during standing time. This standing time finishes cooking evenly throughout the food. The amount of standing time depends on the density of the food.

Q Is it possible to pop corn in a microwave oven?

- A Yes, if using one of the two methods described below
1 Popcorn-popping utensils designed specifically for microwave cooking.
2 Prepackaged commercial microwave popcorn that contains specific times and power outputs needed for an acceptable final product.

FOLLOW EXACT DIRECTIONS GIVEN BY EACH MANUFACTURER FOR THEIR POPCORN PRODUCT. DO NOT LEAVE THE OVEN UNATTENDED WHILE THE CORN IS BEING POPPED. IF CORN FAILS TO POP AFTER THE SUGGESTED TIMES, DISCONTINUE COOKING. OVERCOOKING COULD RESULT IN THE CORN CATCHING FIRE.

CAUTION

NEVER USE A BROWN PAPER BAG FOR POPPING CORN. NEVER ATTEMPT TO POP LEFTOVER KERNELS.

Q Why doesn't my oven always cook as fast as the cooking guide says?

- A Check your cooking guide again to make sure you've followed directions correctly, and to see what might cause variations in cooking time. Cooking guide times and heat settings are suggestions, chosen to help prevent overcooking, the most common problem in getting used to a microwave oven. Variations in the size, shape, weight and dimensions of the food require longer cooking time. Use your own judgement along with the cooking guide suggestions to test food condition, just as you would do with a conventional cooker.

Plug wiring information/ Technical Specifications

Warning


This appliance must be earthed

The wires in this mains lead are colored in accordance with the following codes
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:

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

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

The wire which is colored GREEN & YELLOW or GREEN must be connected to the terminal which is marked with the letter E or .

If the supply cord is damaged, it must be replaced by the manufacturer or its service agent or a similarly qualified person in order to avoid a hazard;

For Singapore If the supply cord is damaged, it must be replaced by a special cord or assembly available from the manufacturer or its service agent.

Technical Specification

	LF-5202S/LF-5202W/MG-3015S/MG-3015W
Power Input	230 V AC /50Hz
Output	900 W (IEC60705 rating standard)
Microwave Frequency	2,450 MHz
Outside Dimension	510 mm(W) X 310 mm(H) X 404 mm(D)
Power Consumption	
Microwave	1300 Watts
Grill	1000 Watts
Combination	2250 Watts

دفترچه راهنمای

مایکروفر

لطفاً پیش از استفاده، این دفترچه راهنما را به طور کامل مطالعه کنید.

LF-5202S
LF-5202W
MG-3015S
MG-3015W

احتیاط های اولیه

اقدامات احتیاطی برای پرهیز از امکان قرار گیری در معرض انرژی بیش از حد میکروویو

در زمان حرارت دادن مایعات مثل سوپ ، سس ها و نوشیدنی ها در میکروویو ، حرارت دادن بالاتر از نقطه جوش می تواند باعث سر رفتن و نشست مایعات از ظروف می شوند .
به منظور جلوگیری از آن ، اقدامات زیر را انجام دهید .

- ۱ از ظروف صاف با گردن باریک استفاده نکنید .
- ۲ مایعات را بعد از رسیدن به نقطه جوش مناسب از دستگاه خارج کنید .
(مایعات نباید به حالت قلقل در دستگاه استفاده شوند .)
- ۳ قبل از قرار دادن مایعات در فر حتماً آنها را هم بزنید و دوباره در حین زمان پخت این کار را انجام بدهید .
- ۴ بعد از حرارت دادن چند لحظه صبر کنید مایع را هم زده یا تکان دهید و دمای آن را قبل از مصرف چک کنید تا دچار سوختگی نشوید .
(بویژه محتویات بطری شیر یا ظروف غذای کودک)
در موقع برداشتن ظرف مراقب باشید .

⚠ هشدار

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

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

به قفل ها دست نزنید

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

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

فر باید تنها توسط تعمیرکاران متخصص و مجرب تعمیر شود .

⚠ هشدار

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

فهرست مطالب

۲	احتیاط های اولیه
۳	فهرست مطالب
۴~۵	روش باز کردن بسته بندی و نصب دستگاه
۶	روش تنظیم ساعت
۷	قفل طودط
۸	پخت با قدرت ماطرو
۹	سطح قدرت ماطرو
۱۰	پخت دو مرحله ای
۱۱	شروع سریع
۱۲	پخت طبابی
۱۳	پخت ترطیبی
۱۴~۱۵	پخت و پز خودطار
۱۶~۱۷	ذوب یخ خودطار
۱۸~۱۹	ذوب یخ سریع
۲۰	تایمر
۲۱	زیاد و طم طردن زمان پخت
۲۲	راهنمای گرم طردن و یا گرم طردن مجدد غذا
۲۳	راهنمای سیزیجات تازه
۲۴	راهنمای سرخ طردن اغذیه
	دستور العمل های مهم ایمنی بدقت مطالعه نموده و
۲۵~۲۶	برای مراجعات بعدی نگه دارید
۲۷	لوازم ایمنی دستگاه ماطروویو
۲۹~۲۸	خصوصیات مواد غذائی و پخت با دستگاه ماطروویو
۳۰	سوالات و پاسخ ها
۳۱	اطلاعات سیم طشی دستگاه / مشخصات فنی

فرمایکروویو چگونه کار می کند؟

امواج مایکروویو نوعی انرژی مثل امواج رادیویی و تلویزیونی و اشعه نورمعمولی هستند. معمولا این امواج در محیط اطراف گسترده شده و بدون اثر ناپدید می شوند. فرهای مایکروویو دارای لامپ مگنترون هستند که برای استفاده از انرژی مایکروویو در فر طراحی شده است. انرژی الکتریکی داخل لامپ مگنترون برای ایجاد انرژی مایکروویو استفاده می شود

این امواج مایکروویو از طریق شکافهای داخل فر وارد محوطه پخت می شوند. یک صفحه دوار یا سینی در مرکز فر قرار دارد. مایکروویو ها نمی توانند از دیواره های فلزی فر عبور کنند اما می توانند در موادی مثل شیشه، سرامیک و کاغذ نفوذ کنند.

مایکروویو ظرف غذا را حرارت نمی دهد و ظرف بخاطر حرارت ایجاد شده توسط غذا داغ می شود.

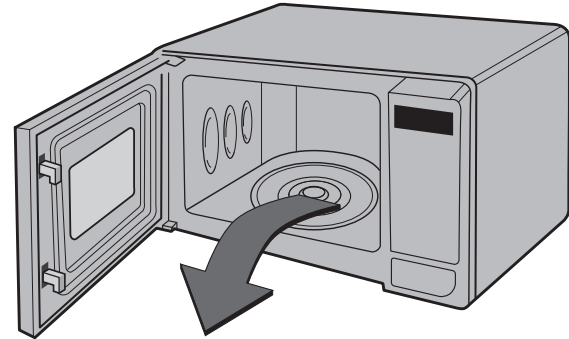
یک وسیله خانگی بسیار ایمن

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

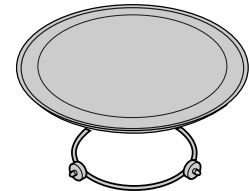
روش باز طردن بسته بندی و نصب دستگاه

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

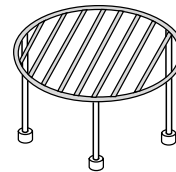
فر را از بسته بندی خارج کرده و روی یک سطح صاف قرار دهید.



سینی شیشه ای



حلقه چرخان

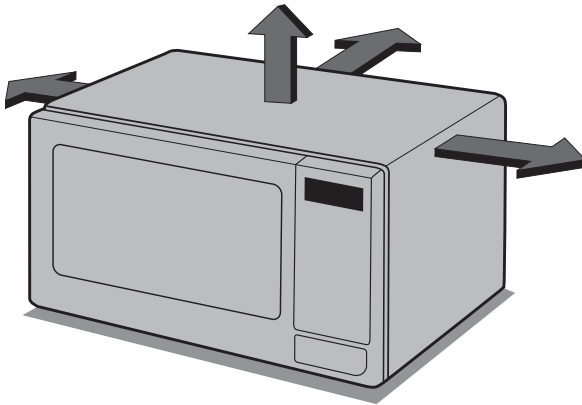


طبقه مخصوص سرخ طردن

فر خود را در جایگاه دلخواه قرار داده، به نحوی که ۸۵ سانتی متر ارتفاع داشته باشد. از بالا حداقل ۳۰ سانتی

متر و از پشت حداقل ۱۰ سانتی متر برای تهویه خوب، جا داشته باشد. قسمت جلویی فر باید حداقل ۸ سانتی متر از لبه محلی که آن را قرار داده اید عقب تر باشد تا از افتادن آن جلوگیری شود.

یک منفذ خروجی در بالا یا پهلوی فر است، مسدود کردن آن به فر صدمه می زند.



از این فر نباید برای آماده سازی غذا به منظور تجاری استفاده شود.

با کشیدن دسته در، آن را باز نموده و حلقه دوار را داخل
فر و سینی شیشه ای را روی آن قرار دهید.

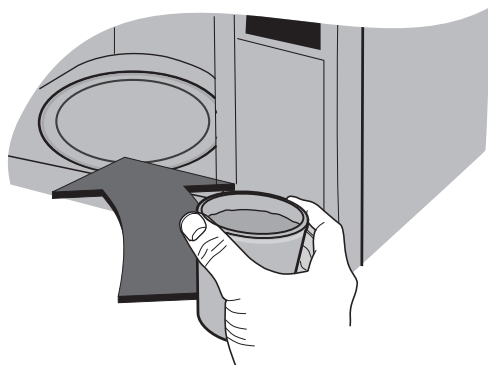


فر را به پریز استاندارد خانگی وصل کنید،
مراقب باشید که تنها فر شما به پریز وصل شده باشد.



اگر فر به درستی کار نکرد آن را
از برق کشیده و مجدداً وصل و روشن نمایید.

لیوان مخصوص مایکروویو را با ۳۰۰
میلی لیتر آب پر کنید و در داخل سینی
شیشه ای قرار دهید و در فر را ببندید. اگر در مورد نوع
ظرف مصرفی شک دارید به صفحه ۲۷ مراجعه فرمایید.



دکمه توقف / حذف
را فشار دهید و دکمه



شروع را ۶ بار فشار دهید تا
زمان پخت برای ۳۰ ثانیه تنظیم
شود.



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



روش تنظیم ساعت

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



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

دطمه توقف/حذف را فشار دهید.

دکمه **CLOCK** را یک مرتبه فشار دهید.

(اگر می خواهید از گزینه دیگری استفاده کنید، یک بار دیگر دکمه
CLOCK را فشار دهید. اگر پس از تنظیم ساعت بخواهید گزینه
متفاوتی را تغییر دهید، باید دوشاخه از برق بیرون کشیده و
دوباره به پریز متصل کنید.)

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

دطمه ۱۰ دقیقه را پانزده بار فشار دهید.

دطمه ۱ دقیقه را سه بار فشار دهید.

دطمه ۱۰ ثانیه را پنج بار فشار دهید.

در صورت فشار دادن و نگه داشتن دطمه (۱۰ ثانیه / ۱ دقیقه / ۱۰ دقیقه)،
زمان بسرعت افزایش می یابد..

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

دطمه **ساعت** را جهت تنظیم زمان فشار دهید.
ساعت شروع به شمارش می طند.

قفل طودط

دطمه توقف/حذف را فشار دهید.



دکمه **توقف/حذف** را فشار داده و نگهدارید تا عبارت “L” بر روی صفحه نمایان شده و صدای بیپ شنیده شود. قفل کودک اکنون تنظیم شده است. زمان از روی صفحه محو شده اما پس از چند ثانیه دوباره ظاهر می شود.

فر شما دارای یک مشخصه ایمنی است که از راه اندازی ناگهانی فر جلوگیری می کند. زمانی که این قفل را راه اندازی می کنید، هیچ قسمتی از فر کار نمی کند. با این حال هنوز کودک شما می تواند در فر را باز کند.

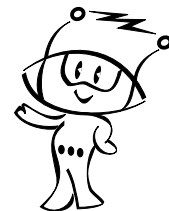
اگر دکمه ای فشار داده شود علامت “L” بر روی صفحه نمایان می شود.

L

برای لغو این دستور دکمه **توقف/حذف** را فشار داده و نگه دارید تا علامت “L” محو شود، وقتی آن را رها می کنید، صدای بیپ شنیده می شود.

پخت با قدرت ماطرو

در نمونه زیر به شما نشان می دهیم که چگونه بعضی از غذاها را با توان ۸۰٪
برای ۵ دقیقه و ۳۰ ثانیه بپزید.



مطمئن شوید که فرخود را به درستی همانگونه که در راهنما
آمده، نصب کرده اید.
دلمه توقف/حذف را فشار دهید.

بمنظور انتخاب قدرت ۷۲۰، دلمه میطرو را دو بار
فشار دهید.
"۷۲۰" بروی صفحه نمایشگر نمایان می گردد.

مایکروویو شما دارای پنج تنظیم برای
پخت با توان مایکرو است.

پخت با توان مایکرو	میزان توان	٪
بالا	۹۰۰ وات	۱۰۰٪
کمی بالا	۷۲۰ وات	۸۰٪
متوسط	۵۴۰ وات	۶۰٪
یخ زدایی	۳۶۰ وات	۴۰٪
پایین	۱۸۰ وات	۲۰٪

دلمه ۱ دقیقه را پنج بار فشار دهید.
دلمه ۱۰ ثانیه را سه بار فشار دهید.

دلمه شروع را فشار دهید.
در هنگام پخت میتوانید با استفاده از دلمه طم و زیاد
زمان پخت و پز را طم یا زیاد نمائید.

سطح قدرت ماطرو

فرمایکروویو شما مجهز به پنج میزان مختلف توان مایکرو است تا قدرت و کنترل بیشتری بر فرایند پخت داشته باشید. جدول زیر نمونه ای از غذا و میزان توان پیشنهادی را برای استفاده با این مایکروویو ارائه می دهد.



میزان توان	توان خروجی	میزان توان	مورد استفاده برای
بالا	۹۰۰ وات	۱۰۰٪	<ul style="list-style-type: none"> آب جوش خوراک گوشت گاو پخت گوشت طیور، ماهی و سبزیجات پخت استیک
کمی بالا	۷۲۰ وات	۸۰٪	<ul style="list-style-type: none"> گرم کردن (مایعات) بریان کردن گوشت و مرغ پخت قارچ و حلزون پخت غذاهای حاوی پنیر و تخم مرغ
متوسط	۵۴۰ وات	۶۰٪	<ul style="list-style-type: none"> گرم کردن مجدد (پوره سیب زمینی، غذاهای حاضری) آماده کردن تخم مرغ پختن فرنی و شیربرنج آماده کردن برنج و سوپ
یخ زدایی	۳۶۰ وات	۴۰٪	<ul style="list-style-type: none"> گرم کردن همه موارد آب کردن کره و شکلات پختن گوشت های نسبتاً سفت
پایین	۱۸۰ وات	۲۰٪	<ul style="list-style-type: none"> گرم کردن کره و پنیر خامه ای نرم کردن بستنی گرم نگهداشتن ظروف اصلی و سفالی

پخت دو مرحله ای

در مثال زیر به شما نشان می‌دهم طه چگونه غذا را بصورت دو مرحله ای آماده سازید .
مرحله اول غذای شما را بمدت ۱۱ دقیقه و در وضعیت فغقف می‌پزد در مرحله دوم غذای شما بمدت ۳۵ دقیقه با درجه توان ۳۶۰ پخته می‌شود .



دطمه توقف / حذف را فشار دهید.

زمان پخت و توان قدرتی مرحله ۱ را مشخص نمائید .
جهت انتخاب توان حداثثر، دطمه میطرو را یطبار فشار دهید .
(شما می‌توانید این مرحله را در حالت توان حداثثر حذف کنید).
دطمه ۱۰ دقیقه را یطبار فشار دهید .
دطمه ۱ دقیقه را یطبار فشار دهید .

در حین پخت دو مرحله ای می‌توان
درب دستگاه را باز نموده و غذا را
چط‌طر د . درب دستگاه را بسته و
دطمه شروع را فشار دهید تا مرحله
پخت و پز ادامه یابد .

زمان پخت و توان قدرتی مرحله ۲ را مشخص نمائید .
جهت انتخاب توان ۳۶۰ ، دطمه میطرو را چهار بار فشار دهید .
دطمه ۱۰ دقیقه را سه بار فشار دهید .
دطمه ۱ دقیقه را پنج بار فشار دهید .

در پایان مرحله ۱ ، یط صدای بیپ
مانند به گوش رسیده و مرحله ۲
آغاز می‌گردد .

در صورت تمایل به حذف برنامه،
دطمه توقف / حذف را ۲ بار فشار
دهید .

دطمه شروع را فشار دهید .
در هنگام پخت می‌توانید با استفاده از دطمه های طم و زیاد .
زمان پخت و پز را طم یا زیاد نمائید .

شروع سریع

در نمونه زیر به شما نشان می دهیم که چگونه زمان پخت را در ۲ دقیقه و روی توان بالا تنظیم کنید.

دطمه توقف/حذف را فشار دهید.



دکمه شروع سریع را چهار بار فشار دهید. تا زمان ۲ دقیقه با توان حداثر را انتخاب کنید.

فر شما قبل از زدن دکمه برای چهارمین بار، به کار می افتد.

ساختار شروع سریع این امکان را به شما می دهد که با فشار دکمه. شروع فواصل ۳۰ ثانیه ای را در حین پخت با توان حداثر انتخاب کنید.

در طول پخت با شروع می توانید زمان پخت را با فشار دادن متوالی دکمه.

شروع افزایش دهید.

پخت طبابی

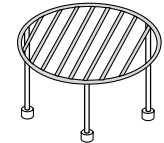
در نمونه زیر نحوه استفاده از گریل برای پخت برخی غذاها در عرض ۱۲ دقیقه و ۳۰ ثانیه نشان داده شده است.

دطمه توقف / حذف را فشار دهید.



این دستگاه مجهز به عملگرد
سرخ کردن طوارتز می باشد.
بنابر این مرحله پیش گرم پن نیاز ندارد.

این خاصیت امطان سرخ و برشته
کردن سریع اغذیه را برای شما
فراهم می آورد .



(طبقه بالائی)

دطمه طبابی را فشار دهید .

زمان پخت و پز را انتخاب کنید .

دطمه ۱۰ دقیقه را یطبار فشار دهید .

دطمه ۱ دقیقه را دو بار فشار دهید .

دطمه ۱۰ ثانیه را سه بار فشار دهید .

دطمه شروع را فشار دهید .

پخت ترطیپی

من در مثال زیر به شما نحوه برنامه دادن به دستگاه با حالت پخت ترطیپی ۳ - Co بمنظور انجام پخت ۲۵ دقیقه ای را نشان خواهم داد.

دطمه توقف / حذف را فشار دهید .



دطمه پخت ترطیپی قسنیض را سه بار فشار دهید
در این زمان پیام “Co-۳” بر روی صفحه
نمایش ظاهر می گردد.

دستگاه شما قابلیت پخت ترطیپی را
داراست طه به شما امطان پخت غذا
با هیتر و مایطروویو را بطور
همزمان و یا نوبتی خواهد داد .
این بدان معناست طه زمان طوتاه
تری برای پخت غذا لازم است .

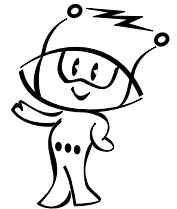
زمان پخت و پز را انتخاب کنید .
دطمه ۱۰ دقیقه را دو بار فشار دهید .
دطمه ۱ دقیقه را پنج بار فشار دهید .

اجاق طوارتز سطح خارجی غذا
را سرخ می طند در حالیطه
مایطروویو داخل آن را گرم میطند.
از آن گذشته نیاز به گرم طردن
قبلی اجاق ندارد.

دطمه شروع را فشار دهید .
در هنگام پخت میتوانید با استفاده از دطمه های طم و زیاد
زمان پخت و پز را طم یا زیاد نمائید.
در هنگام برداشتن غذا از داخل دستگاه مراقب باشید زیرا
محفظه داغ است!

پخت و پز خودطار

من در مثال زیر به شما نحوه درست کردن ۶۰۰ گرم طیلو سبزی تازه را نشان خواهم داد.



دلمه توقف / حذف را فشار دهید.

بمنظور انتخاب حالت سبزی تازه، دلمه پخت خودطار را فشار دهید.

پخت و پز خودطار به شما این
امکان را می دهد طه با انتخاب نوع
و وزن غذای مورد نظر، به آسانی به
پخت و پز اطشر غذاهای مورد علاقه
خود اقدام نمائید .

دلمه زیاد را پنج بار فشار دهید تا وارد وزن ۶۰۰ گرم طیلو گرم بشوید.

تعداد فشار دلمه پخت خودطار	طبقه بندی غذا
۱ بار	سبیب زمینی با پوست طبقه بندی غذا
۲ بار	سبزیجات تازه
۳ بار	سبزیجات فریز شده
۴ بار	پیتزا سرد
۵ بار	سبیب زمینی سرخ طرده
۶ بار	قطعات مرغ

دلمه شروع را فشار دهید .

عملطرد	طبقه بندی غذا ها	محدودیت وزن	ابزار	دمای غذا	دستور العمل
پخت و پز خودطار سیب زمینی با پوست	پخت و پز خودطار سیب زمینی با پوست	۱/۰ گ ۸/۰ طیلو گرم	سینی شیشه ای	دمای اتاق	سیب زمینی ها را شسته و خشک کنید . سپس آنها را چندین بار با چنگل سوراخ نمائید . آنگاه سیب زمینی ها را روی سینی فلزی قرار داده و پس از تنظیم وزن دلمه شروع را فشار دهید . بعد از پخته شدن، آنها را از داخل دستگاه خارج نمائید . بگذارید برای ۵ دقیقه در داخل فویل باقی بمانند . احتیاط: قسمت گریل و محوطه اجاق بسیار داغ میشود . از دستش مخصوص اجاق استفاده بفرمائید
سبزیجات تازه	سبزیجات تازه	۸/۰ گ ۲۰/۰ طیلو گرم	ظرف ایمنی - مایطروویو	دمای اتاق	لطفا سبزیجات را در داخل ظرف ایمنی- مایطروویو قرار داده و به آن آب اضافه فرمائید . سپس روی آن را با لفاف بپوشانید . پس از پخت، بهم زده و صبر کنید طه قرار بگیرد . بمقتضی حجم، مقادیر لازم آب را اضافه کنید . ۲۰/۰ گ ۴/۰ ** طیلو گرم : ۲ قاشق غذا خوری ۸/۰ گ ۵/۰ ** طیلو گرم : ۴ قاشق غذا خوری
سبزیجات فریز شده	سبزیجات فریز شده	۸/۰ گ ۲۰/۰ طیلو گرم	ظرف ایمنی - مایطروویو	فریز شده	لطفا سبزیجات را در داخل ظرف ایمنی- مایطروویو قرار داده و به آن آب اضافه فرمائید . سپس روی آن را با لفاف بپوشانید . پس از پخت، بهم زده و صبر کنید طه قرار بگیرد . بمقتضی حجم، مقادیر لازم آب را اضافه کنید . ۲۰/۰ گ ۴/۰ ** طیلو گرم : ۲ قاشق غذا خوری ۸/۰ گ ۵/۰ ** طیلو گرم : ۴ قاشق غذا خوری
پیتزا سرد	پیتزا سرد	۴/۰ گ ۲۰/۰ طیلو گرم	طبقه بالائی	دمای یخچال	طاربرد این عملطرد در گرم طردن مجدد پیتزای سرد شده است . بدین منظور پیتزای سرد شده را روی طبقه توری پایین و روی سینی فلزی قرار دهید . پس از گرم شدن، سریعاً غذا را از داخل دستگاه خارج نموده و ۲-۳ دقیقه صبر نمائید
سیب زمینی سرخ شده	سیب زمینی سرخ شده	۴/۰ گ ۲۰/۰ طیلو گرم	طبقه بالائی	فریز شده	سیب زمینی فریز شده را روی سینی فلزی طبقه پایین پخش نمائید . جهت گرفتن نتیجه بهتر، سعی کنید در یط لایه پخته شوند . پس از پخته شدن، از اجاق خارج نموده و ۱-۲ دقیقه صبر نمائید
قطعات مرغ	قطعات مرغ	۸/۰ گ ۲۰/۰ طیلو گرم	طبقه بالائی	سرد شده	سطح پوست را شسته و تمیز کنید . سپس طره و یا مارگارین مایع را بر روی ران مرغ بمالید . بر روی طبقه بالا و روی سینی شیشه ای قرار دهید . آنگاه یط ظرف سایز مناسب را زیر طبقه بالائی قرار دهید تا قطرات ریخته شده داخل آن بریزد . زمانیطه صدای بیپ شنیده شد، غذا را برگردانید . سپس دلمه شروع را جهت ادامه پخت فشار دهید پس از پخته شدن، برای ۲-۵ دقیقه فویل روی غذا را بر ندارد .

نوب یخ خودطار



فرشما دارای ۴ نوع یخ زدایی برای
گوشت، طیور، ماهی و نان است که
هر کدام دارای دسته بندیهای مختلفی
از نظر توان می باشد. با فشار مکرر
دکمه نوب یخ خودطار تنظیمات
دیگری انتخاب می شود.

دسته بندی دکمه
نوب یخ خودطار

گوشت	۱	بار
مرغ	۲	بار
ماهی	۳	بار
نان	۴	بار

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

دکمه توقف/حذف را فشار دهید.

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

برای انتخاب برنامه یخ زدایی POULTRY دکمه نوب یخ خودطار
را دوبار فشار دهید.

وزن غذایی را که می خواهید یخ زدایی کنید وارد کنید.
کلید چرخان MORE را بچرخانید تا عبارت "1.4kg" نمایان شود.

دکمه شروع را فشار دهید.

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

راهنمای یخ زدایی خودکار

- برای یخ زدایی مواد غذایی باید آن را درون ظرف مخصوص مایکروویو و بدون درپوش بر روی صفحه شیشه ای قرار دهید.
- در صورت نیاز، تکه های گوشت یا مرغ را با ورقه های ضخیم آلومینیوم بپوشانید. این عمل مانع از گرم شدن مواد غذایی در هنگام یخ زدایی می شود. مراقب باشید که کاغذ آلومینیوم با دیواره فر تماس پیدا نکند.
- مواد غذایی را جداگانه دسته بندی کنید. گوشت، سوسیس، قطعات خورشتی، کالباس و غیره.
- پس از شنیدن صدای بیپ غذا را از فر در آورده قطعات آب شده را بردارید و بقیه قسمت‌ها را پس از برگرداندن در فر قرار دهید. جهت ادامه دکمه شروع را فشار دهید. صبر کنید تا کاملاً آب شوند.

طبقه بندی	وزن مجاز	لوازم مورد نیاز	مواد غذایی
گوشت مرغ ماهی	۰/۱~۴ کیلوگرم	ماطروویو (سینی تخت)	گوشت چرخ کرده، استیک فیله، قطعات خورشتی، راسته، گوشت زودپز، گوشت ران، برگر گوساله، قطعات گوشت، رولت سرخ شده، سوسیس، کالباس، استیک (۲ سانتی متر). پس از یخ زدایی ۵ تا ۱۵ دقیقه صبر کنید. مرغ مرغ درسته، ران، سینه، سینه بدون استخوان (کمتر از ۲ کیلوگرم) پس از یخ زدایی دور آن را کاغذ آلومینیوم پیچیده و مدت ۲۰ تا ۳۰ دقیقه صبر کنید. ماهی فیله، استیک، ماهی درسته، غذاهای دریایی پس از یخ زدایی مدت ۱۰ تا ۲۰ دقیقه صبر کنید.
نان	۰/۱~۰/۵ کیلوگرم	کاغذ مخصوص	نان ورقه شده، نان گرد، باگت و غیره پس از یخ زدایی ۱ تا ۲ دقیقه صبر کنید.

ذوب یخ سریع



دستگاه شما دارای تنظیمات
ذوب سریع مایکروویو می باشد
(گوشت).

از این امپان فقط برای ذوب بسیار سریع یخ ۵/۰ پیلو گرم گوشت چرخ طرده استفاده فرمائید .
برای این طار لازم است مدتی صبر کنید تا مرطز گوشت نیز باز شود .
در مثال زیر به شما نشان می‌دهم طه چگونه یخ ۵/۰ پیلو گرم گوشت چرخ طرده را ذوب کنید .

دطمه توقف / حذف را فشار دهید .

غذائی طه می‌خواهید یخ آن باز شود را وزن نمائید . دقت
نمائید طه هر گونه نوار و بست فلزی را از غذا برداریدخ
سپس غذا را در داخل دستگاه قرار داده و درب آن را ببندید.

دطمه ذوب سریع را فشار دهید .

دستگاه بصورت خودکار عمل می کند .

در حین مرحله ذوب یخ، از دستگاه شما صدای زبیپس ماندنی شنیده می شود . طه شنیده شدن
آن بمعنای باز طردن درب دستگاه، برگرداندن غذا و جدا سازی آن جهت اطمینان از ذوب شدن
طامل یخ . قسمت هائی طه یخ آن باز شده را برداشته یا جدا سازید تا فرآیند ذوب یخ طولانی
نگردد . پس از چط غذا مجدداً درب دستگاه را بسته و دطمه شروع را فشار دهید تا فرآیند ادامه
یابد .

دستگاه شما مرحله ذوب یخ را تا زمان باز طردن درب آن ادامه خواهد داد.
(حتی اگر صدای بیپ نیز شنیده شود)

راهنمای ذوب سریع یخ مواد غذائی

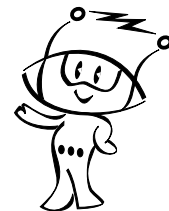
از این عمل‌ترد برای ذوب سریع یخ گوشت چرخ‌طرده استفاده فرمائید .

گوشت را طاملا از داخل بسته بندی خارج نمائید . گوشت چرخ‌طرده را در داخل سینی ایمنی دستگاه ماطروویو قرار دهید . هنگامی‌طه صدای بیپ شنیده شد گوشت را از داخل دستگاه خارج نموده، آن را برگردانده و مجددا در داخل دستگاه قرار دهید . آنگاه دطمه شروع را فشار دهید تا فرآیند ادامه یابد . در خاتمه برنامه، گوشت را از داخل دستگاه خارج نموده و با آلومینیوم فویل بپوشانید . سپس حدود ۵-۱۵ دقیقه صبر طنید تا اینطه یخ گوشت طاملا باز گردد.

طبقه بندی	وزن مجاز	لوازم مورد نیاز	دستورالعمل
گوشت چرخ‌طرده	۵/۰ کیلوگرم	ماطروویو (سینی تخت)	گوشت چرخ‌طرده با صدای بیپ، غذا را برگردانید . پس از ذوب یخ، حدود ۵-۱۵ دقیقه صبر طنید .

تایمر

من در مثال زیر به شما نحوه تنظیم تایمر بر روی ۱۵ دقیقه را نشان خواهم داد.



دطمه توقف / حذف را فشار دهید.

دطمه تایمر آشپزخانه را فشار دهید.

دستگاه شما همچنین دارای یک تایمر است که می‌توان برای عمل‌پرد‌های غیر پختنی مورد استفاده قرار گیرد. در هنگام استفاده از تایمر بصورت مستقل، دستگاه می‌تواند در حال طار نباشد. تایمر بصورت ساده زمان را بطور معطوس و به ثانیه می‌شمارد.

بمنظور وارد کردن مقدار زمانی که می‌خواهید شمارش شود.

دطمه ۱۰ دقیقه را فشار دهید.

دطمه ۱ دقیقه را فشار دهید.

دطمه شروع را فشار دهید.

در این حالت بدون آنکه فرآیند پخت یا گرم کردن در اجاق انجام شود، شمارش معطوس زمان آغاز خواهد کردید. در پایان دوره شمارش معطوس زمان، یک صدای بیپ مانند شنیده شده و طلمه “End” بر روی صفحه نمایش ظاهر خواهد کردید.

زیاد و طم طردن زمان پخت

در مثال زیر به شما نشان میدهم طه چگونه طول زمان از پیش تعیین شده پخت خودطار را به زمان های طولانی تر و یا طوتاهتر تغییر دهید .

دطمه توقف / حذف را فشار دهید.



برنامه پخت خودطار مورد نظر خود را انتخاب کنید .

میزان وزن غذا را انتخاب نمائید .

دطمه شروع را فشار دهید .

چنانچه احساس طردید طه در برنامه پخت خودطار، غذای شما طاملا نیخته و یا بیش از حد پخته شده، شما می توانید با استفاده از دطمه های طم و زیاد زمان پخت و پز را طم یا زیاد نمائید .

دطمه زیاد را فشار دهید .

با هر بار فشار دطمه، زمان پخت بمیزان ۱۰ ثانیه افزایش می یابد .

دطمه طم را فشار دهید .

با هر بار فشار دطمه، زمان پخت بمیزان ۱۰ ثانیه طاهش می یابد .

در حالت پخت بدون استفاده از عملطرد خودطار، شما قادر هستید طه با استفاده از دطمه های طم و زیاد زمان پخت را تا هر اندازه طه مایل باشید افزایش بدهید .

در این صورت نیازی به توقف چرخه پخت نخواهید داشت .

راهنمای گرم طردن و یا گرم طردن مجدد غذا

بمنظور گرم طردن و یا گرم طردن مجدد مناسب غذا در دستگاه مایکروویو، رعایت چند دستورالعمل لازم است. جهت تعیین زمان مورد نیاز برای گرم طردن مجدد غذا، مقدار آن را اندازه گیری کنید. جهت بدست آوردن بهترین نتیجه، غذا را بصورت دایره وار قرار دهید. اغذیه دارای دمای محیط خیلی سریعتر از اغذیه سرد، گرم می شوند. غذا های طنسرو را می باید از داخل قوطی خارج کرده و در ظرف مخصوص دستگاه ریخت. در صورتی که غذا ها را با درپوش های خاص مایکروویو و یا نایلون هایی طه هوا را رد می کنند بپوشانید، خیلی بهتر گرم میشوند. جهت جلوگیری از سوختگی، هنگام برداشتن درپوش، مراقب باشید. از جدول زیر بعنوان راهنمای گرم طردن مجددا غذا های پخته شده استفاده نمایید.

نوع غذا	زمان پخت (زیاد)	دستورالعمل های خاص
پوره سیب زمینی	۲/۲۱ ~ ۲/۳۱ دقیقه ۶ ~ ۹ دقیقه	بر روی ظرف مخصوص طاسترول دستگاه و بصورت سر پوشیده بپزید. در حین مرحله پخت و پز یط بار آن را بهم بزنید.
لوبیای پخته شده ۱ پیمانه	۲/۱۱ ~ ۲ دقیقه	بر روی ظرف مخصوص طاسترول دستگاه و بصورت سر پوشیده بپزید. در حین مرحله پخت و پز یط بار آن را بهم بزنید.
راویولی یا پاستا در سس ۴ پیمانه	۲/۳۱ ~ ۴ دقیقه ۲/۷۱ ~ ۱۱ دقیقه	بر روی ظرف مخصوص طاسترول دستگاه و بصورت سر پوشیده بپزید. در حین مرحله پخت و پز یط بار آن را بهم بزنید.
برنج ۱ پیمانه ۴ پیمانه	۲/۱۱ ~ ۱ دقیقه ۲/۳۱ ~ ۵ دقیقه	بر روی ظرف مخصوص طاسترول دستگاه و بصورت سر پوشیده بپزید. در حین مرحله پخت و پز یط بار آن را بهم بزنید.
رول ساندویچ یا نان ساندویچی	۱۵ ~ ۲۰ ثانیه	لای طاغذ حوله ای پیچیده و بر روی سینی شیشه ای قرار دهید.
سبزیجات ۱ پیمانه ۴ پیمانه	۲/۱۱ ~ ۲/۲۱ دقیقه ۲/۳۱ ~ ۵/۱۱ دقیقه	بر روی ظرف مخصوص طاسترول دستگاه و بصورت سر پوشیده بپزید. در حین مرحله پخت و پز یط بار آن را بهم بزنید.
سوپ ۱ وعده (۸ اونس)	۲/۱۱ ~ ۲ دقیقه	بر روی ظرف مخصوص طاسترول دستگاه و بصورت سر پوشیده بپزید. در حین مرحله پخت و پز یط بار آن را بهم بزنید.

نوع غذا	زمان پخت (زیاد)	دستورالعمل های خاص
۳ تله گوشت خرد شده (به ضخامت ۰.۵ سانتیمتر)	۱ ~ ۲ دقیقه	قطعات گوشت را بر روی صفحه دستگاه قرار دهید. روی آن ها را با نایلون پوشانده و تهویه نمایید. توجه: آب گوشت یا سس باعث میشود طه گوشت آبدار شود.
قطعات مرغ ۱ تله سینه ۱ تله ران طامل	۲ ~ ۲ دقیقه ۲/۳۱ ~ ۲ دقیقه	قطعات مرغ را بر روی صفحه دستگاه قرار دهید. روی آن ها را با نایلون پوشانده و تهویه نمایید.
فيله ماهی (۱۷۰-۲۲۰ گرم)	۱ ~ ۲ دقیقه	قطعات ماهی را بر روی صفحه دستگاه قرار دهید. روی آن ها را با نایلون پوشانده و تهویه نمایید.
لازانیا ۱ وعده (۳۰۰ گرم)	۴ ~ ۶ دقیقه	لازانیا را بر روی صفحه دستگاه قرار دهید. روی آن ها را با نایلون پوشانده و تهویه نمایید.
طاسترول ۱ پیمانه ۴ پیمانه	۲/۱۱ ~ ۲ دقیقه ۲/۳۱ ~ ۷ دقیقه	طاسترول را بر روی ظرف مخصوص دستگاه و بصورت سر پوشیده بپزید. در حین مرحله پخت و پز یط بار آن را بهم بزنید.
خامه یا پنیر طاسترول ۱ فنجان ۴ فنجان	۱ ~ ۲/۲۱ دقیقه ۲/۳۱ ~ ۶ دقیقه	طاسترول را بر روی ظرف مخصوص دستگاه و بصورت سر پوشیده بپزید. در حین مرحله پخت و پز یط بار آن را بهم بزنید.
گوشت بيفتلى یا اسلای جو ۱ ساندویچ ۱/۲ پیمانه گوشت لفاف (دار بدون نان	۱ ~ ۲/۳۱ دقیقه	لفاف و نان ساندویچی را بطور جداگانه گرم کنید. بر روی ظرف مخصوص طاسترول دستگاه و بصورت سر پوشیده بپزید. یط بار بهم بزنید. نان ساندویچی را همانطور طه در جدول زیر آمده گرم کنید.

راهنمای سبزیجات تازه

سبزیجات	مقدار	زمان پخت (زیاد)	دستورالعمل ها	زمان انتظار
غلات، تازه	۲ دسته	۴ ~ ۸	سبوس ۲. قاشق غذاخوری آب به ظرف سرخ طردنی ۱.۵ لیتری اضافه کنید روی آن را بپوشانید.	۲۳ دقیقه
قارچ، تازه، خرد شده	۲۳۰ گرم	۲۱/۲ ~ ۱۱/۲	قارچ ها را در داخل ظرف طاسترول ۱.۵ لیتری اضافه کنید و درب آن را ببندید. در حین مرحله پخت و پز آن را بهم بزنید.	۲۳ دقیقه
هویج، فرنگی، تازه، خرد شده	۴۵۰ گرم	۴ ~ ۷	۱/۲ پیما نه آب به ظرف طاسترول ۱.۵ لیتری اضافه کنید. و درب آن را ببندید. در حین مرحله پخت و پز آن را بهم بزنید.	۲۳ دقیقه
نخود فرنگی، تازه	۴۵۰ گرم	۶ ~ ۹	۱/۲ پیما نه آب به ظرف طاسترول ۱.۵ لیتری اضافه کنید. و درب آن را ببندید. در حین مرحله پخت و پز آن را بهم بزنید.	۲۳ دقیقه
سبب زمینی تمام پخته شده (هر طدام ۱۷۰ ک. ۲۳۰ گرم)	۲ متوسط ۴ متوسط	۴ ~ ۹ ۶ ~ ۱۲	سبب زمینی را از چند جا با چنگال سوراخ کنید. سپس بر روی ۲ عدد طاغذ حوله ای قرار دهید. در حین مرحله پخت و پز، آنها را پشت و رو کنید.	۲۳ دقیقه
سبب زمینی سفید تمام پخته شد (هر طدام ۱۷۰ ک. ۲۳۰ گرم)	۲ عدد سبب زمینی ۴ عدد سبب زمینی	۵۱/۲ ~ ۷۱/۲ ۹۱/۲ ~ ۱۴	سبب زمینی را از چند جا با چنگال سوراخ کنید. سپس بر روی ۲ عدد طاغذ حوله ای قرار دهید. در حین مرحله پخت و پز، آنها را پشت و رو کنید.	۲۳ دقیقه
اسفناج، برگ	۴۵۰ گرم	۲۱/۲ ~ ۷۱/۲	۱/۲ پیما نه آب به ظرف طاسترول ۲ لیتری اضافه کنید. و درب آن را ببندید.	۲۳ دقیقه
طدو، تازه، خرد شده	۴۵۰ گرم	۲۱/۲ ~ ۷۱/۲	۱/۲ پیما نه آب به ظرف طاسترول ۱.۵ لیتری اضافه کنید. و درب آن را ببندید. در حین مرحله پخت و پز آن را بهم بزنید.	۲۳ دقیقه
طدو، تازه، طامل	۴۵۰ گرم	۶ ~ ۹	طدو را سوراخ کرده و بر روی ۲ عدد طاغذ حوله ای قرار دهید. در حین مرحله پخت و پز، طدو را پشت و رو و مرتب نمایید	۲۳ دقیقه

سبزیجات	مقدار	زمان پخت (زیاد)	دستورالعمل ها	زمان انتظار
کنگر فرنگی (هر طدام ۲۳۰ گرم)	۲ متوسط ۴ متوسط	۳/۲ ~ ۷ ۱۰ ~ ۱۲	تزیین ۲. قاشق غذا خوری آب و ۲ قاشق غذا خوری آب میوه اضافه کنید. روی آن را بپوشانید.	۲۳ دقیقه
مارچوبه، تازه، برگه ای	۴۵۰ گرم	۲۱/۲ ~ ۶	۱ فنجان آب اضافه کرده و روی آن را بپوشانید.	۲۳ دقیقه
لوبیای سبز	۴۵۰ گرم	۷ ~ ۱۱	۱/۲ پیما نه آب به ظرف طاسترول ۱.۵ لیتری اضافه کنید. در حین مرحله پخت و پز آن را بهم بزنید.	۲۳ دقیقه
لوبیای تازه	۴۵۰ گرم	۱۱ ~ ۱۶	۱/۲ پیما نه آب به ظرف طاسترول ۱.۵ لیتری اضافه کنید. و درب آن را ببندید. در حین مرحله پخت و پز غذا را مرتب کنید.	۲۳ دقیقه
گل طلم، تازه، برگه ای	۴۵۰ گرم	۵ ~ ۸	گل طلم را در ظرف سرخ کردن قرار دهید. ۱/۲ پیما نه آب اضافه کنید.	۲۳ دقیقه
طلم، تازه، خرد شده	۴۵۰ گرم	۲۱/۲ ~ ۷۱/۲	۱/۲ پیما نه آب به ظرف طاسترول ۱.۵ لیتری اضافه کنید. و درب آن را ببندید. در حین مرحله پخت و پز آن را بهم بزنید.	۲۳ دقیقه
هویج، تازه، خرد شده	۲۰۰ گرم	۲ ~ ۳	۱/۴ پیما نه آب به ظرف طاسترول ۱.۵ لیتری اضافه کنید. و درب آن را ببندید. در حین مرحله پخت و پز آن را بهم بزنید.	۲۳ دقیقه
گل طلم، تازه، طامل	۴۵۰ گرم	۵ ~ ۷	تزیین ۱/۴ پیما نه آب به ظرف طاسترول ۱.۵ لیتری اضافه کنید. و درب آن را ببندید. در حین مرحله پخت و پز آن را بهم بزنید.	۲۳ دقیقه
تازه، گل، طرفس، تازه، خرد شده	۲ پیما نه ۴ پیما نه	۱۱ ~ ۱۶	خرد کنید. ۱/۲ پیما نه آب به ظرف طاسترول ۱.۵ لیتری اضافه کنید. و درب آن را ببندید. در حین مرحله پخت و پز آن را بهم بزنید.	۲۳ دقیقه

راهنمای سرخ طردن اغذیه

دستورالعمل سرخ طردن گوشت بر روی گریل

چربی اضافه گوشت را بگیرید.
چربی ها را ببرید، مراقب باشید طه گوشت بریده نشود.
(اینطار باعث میشود طه چربی جمع نشود).
بر روی طبقه بچینید.
روی گوشت را طره یا روغن بمالید.
در حین مرحله پخت و پز، گوشت را پشت و رو نمایید.

نوع غذا	وزن	حدود زمان پخت (به دقیقه)	نظرات قابل توجه
بیف برگر	۵۰ × ۲ گرم ۱۰ × ۲ گرم	۱۶ ~ ۱۳ ۲۳ ~ ۱۹	به روغن یا طره آغشته نمایید. تطه های نازطرا بر روی طبقه مخصوص سرخ طردنی قرار دهید. تطه های طلفت را بر روی طبقه مخصوص گوشت آبدار قرار دهید. در حین مرحله پخت و پز، غذا را پشت و رو نمایید. اینطار را مطرر تطرار طنید.
بیف استیط (ضخامت ۲.۵ سانتیمتر (۱ اینچ))	۲۳ × ۲ گرم ۲۳ × ۲ گرم ۲۳ × ۲ گرم	۲۰ ~ ۱۸ ۲۴ ~ ۲۲ ۲۸ ~ ۲۶	
قطعات گوشت گوسفند (ضخامت ۲.۵ سانتیمتر (۱ اینچ))	۲۳ × ۲ گرم	۲۲ ~ ۲۵	

دستورالعمل سرخ طردن ماهی و اغذیه دریایی

ماهی و اغذیه دریایی را بر روی طبقه مخصوص قرار دهید.
ماهی طامل را میبایست قبل از سرخ طردن بصورت مورب شطاف بدهید.
قبل و در حین مرحله سرخ شدن، طره مایع و یا مارگارین را بر روی ماهی و اغذیه دریایی بمالید. این طار باعث میگردد تا ماهی خشط نشود.
تعداد دفعات سرخ طردن را بر اساس جدول تعیین طنید. ماهی طامل و همچنین قطعات فیله ماهی را می بایست در حین پخت و پز، بدقت پشت و رو نمایید.

نوع غذا	وزن	حدود زمان پخت (به دقیقه)	نظرات قابل توجه
ماهی فیله ضخامت ۱ سانتیمتر (۱/۲ اینچ) ضخامت ۱.۵ سانتیمتر (۱/۲ اینچ)	۲۳۰ گرم ۲۳۰ گرم	۲۱ ~ ۱۷ ۲۴ ~ ۲۰	طره مایع روی آن مالیده ودر حین مرحله پخت و پز، غذا را پشت و رو نمایید.
قطعات استیط ماهی ضخامت ۲.۵ سانتیمتر (۱ اینچ)	۲۳۰ گرم	۲۸ ~ ۲۴	طره مایع روی ماهی مالیده ودر حین مرحله پخت و پز، غذا را پشت و رو نمایید.
ماهی طامل	۲۵۰ ~ ۲۲۵ گرم ۳۵۰ گرم	۲۰ ~ ۱۶ ۲۸ ~ ۲۴	جهت پخت قطعات ضخیم تر و ماهی های روغنی، وقت بیشتری اختصاص بدهید.
میگوهای حلزونی نپخته	۴۵۰ گرم ۴۵۰ گرم	۲۰ ~ ۱۶ ۲۰ ~ ۱۶	در حین پخت و پز، قعات ماهی را به روغن آغشته طنید.

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

دستورالعمل های مهم ایمنی

بدقت مطالعه نموده و برای مراجعات بعدی نگه دارید

- ۱۰ مقادیر کوچک غذا به پخت کمتر و زمان حرارت دهی کمتری نیاز دارند. اگر بیشتر حرارت ببینند. ممکن است زیادی پخته یا بسوزند.
- ۱۱ میکروویو را در جایی قرار دهید که حداقل ۸ سانتی متر یا بیشتر از سطح لبه عقب باشد تا بر حسب تصادف نیفتد.
- ۱۲ قبل از پخت پوست سیب زمینی، سیب درختی یا هرگونه میوه ای از این قبیل را بکنید.
- ۱۳ تخم مرغ را با پوست نپزید زیرا درون تخم مرغ فشار ایجاد می شود که آن را می ترکاند.
- ۱۴ چیزهای پر چرب را در آن سرخ نکنید.
- ۱۵ قبل از پخت یا خارج کردن غذا از حالت انجماد روکش آن را بکنید. توجه داشته باشید که در مورد بعضی از غذاها باید دارای روکش پلاستیکی یا سلفون باشند.
- ۱۶ اگر درب فر یا قسمتهای درز گیری شده آن آسیب دیده، نباید تا زمانی که تعمیر نشده از آن استفاده کرد.
- ۱۷ اگر دودی مشاهده شد آن را خاموش نموده و از برق بکشید، در را بسته نگهدارید تا آتش خاموش شود.
- ۱۸ وقتی غذا را در ظرف های یک بار مصرف کاغذی، پلاستیکی یا غیره می پزید دائم مراقب باشید تا مبادا ظرف خراب شود.
- ۱۹ وقتی که به کودک آموزش کافی دادید و تادر صورت نظارت خودتان اجازه استفاده از آن را به او بدهید. و خطرات و نکات ایمنی را به او بیاموزید.
- ۲۰ مایعات و سایر غذاها را در حالت کنسرو نباید درون میکروویو قرار داد چون احتمال انفجار وجود دارد.

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

دستورالعمل‌های مهم ایمنی

بدقت مطالعه نموده و برای مراجعات بعدی نگه دارید

اخطار:

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

۲۱ فقط از ظروفی که مناسب اجاق‌های مایکروویو هستند استفاده کنید.

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

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

۲۴ حرارت مایکروویو در مورد نوشیدنی‌ها طوری است که معمولاً مایعات را به حالت جوشیدن نمی برد، بنابراین هنگام حمل ظرف محتوی مایعات، نهایت دقت را به کار برید.

۲۵ محتوی شیشه شیر و دیگر شیشه‌های مختص غذای کودکان را باید هم زده و تکان دهید و قبل از غذادهی به کودک حتماً دمای آن را کنترل کنید تا مبادا کودکان دچار سوختگی شود.

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

۲۷ در مورد پاکیزه کردن دور درب، حفره‌ها و قطعات و شیراها بیشتر حوصله کنید.

۲۸ اجاق مایکروویو را پیوسته تمیز کرده و باقیمانده‌های غذا را پاک کنید.

۲۹ سهل انگاری در پاکیزه نگاهداشتن مایکروویو ممکن است موجب خرابی سطح آن شده و نهایتاً باعث بروز خطراتی شود.

۳۰ فقط از پروپ حرارتی توصیه شده برای این دستگاه استفاده کنید.

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

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

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

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

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

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

لوازم ایمنی دستگاه ماطروویو

کاغذی

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

بسته های پخت پلاستیکی

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

ظرفهای پلاستیکی مایکروویو

ظرفهای پلاستیکی مایکروویو در اندازه ها و شکل های مختلف مهیاست. اکثر افراد، از مواردی که آزمایش شده اند استفاده می کنند تا مواردی که تازه به بازار آمده اند.

ظرف سفالی، سرامیک یا سنگی

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

احتیاط:

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

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

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

ظرفهای غذا یا بشقاب

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

ظرفهای شیشه ای

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

ظرفهای ذخیره غذا از جنس پلاستیک

این ظرفها را می توان برای نگهداری غذایی که می خواهیم سریعاً گرم کنیم استفاده کنیم. آنها را نباید برای غذاهایی که گرم شدنشان وقت زیادی می گیرد استفاده کرد زیرا ظرف آب می شود.

خصوصیات مواد غذائی و پخت با دستگاه مایکروویو

توجه دقیق به همه چیز

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

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

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

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

تراکم غذا

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

ارتفاع غذا

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

میزان رطوبت غذا

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

مقدار استخوان و چربی غذا

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

مقدار غذا

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

شکل غذا

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

پوشاندن

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

قهوه ای شدن یا سرخ شدن

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

پوشاندن با کاغذ ضد چربی

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

مرتب سازی و جا دادن

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

خصوصیات مواد غذائی و پخت با دستگاه مایکروویو

تمیز کردن فر مایکروویو

۱- تمیز کردن داخل فر

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

۲- تمیز کردن خارج فر

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

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

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

هم رس

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

چرخاندن

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

پوشاندن

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

بالا تر گذاشتن غذا

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

سوراخ کردن

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

امتحان کردن غذا برای پخت

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

زمان مکث

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

سوالات و پاسخ ها

س وقتی چراغ فر روشن نمی شود علت چیست؟

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

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

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

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

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

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

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

س چرا بعضی اوقات تخم مرغ ها می ترکند؟

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

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

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

س آیا امکان دارد در مایکروویو پاپ کورن درست کرد؟

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

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

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

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

احتیاط

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

س چرا فر من با سرعتی که کتاب شما ارایه داده غذا را نمپزد؟

ج کتاب راهنما را دوباره بخوانید تا مطمئن شوید از دستورالعملهای آن دقیقا پیروی کرده اید و ببینید چه چیزی باعث این اختلاف زمان می شود. کتاب راهنما و تنظیم دما پیشنهادی هستند که برای پیشگیری از پخت بیش از حد ارائه شده اند و رایج ترین مسئله در عادت کر دن به مایکروویو هستند. تفاوت در اندازه، شکل و وزن غذا به زمان بیشتری نیاز دارد. در کنار دستورالعملهای ارائه شده از تجربیات خودتان استفاده کنید درست همانند آشپزی معمولی.

اطلاعات سیم هتشی دستگاه مشخصات فنی

مشخصات فنی

LF-5202S/LF-5202W/MG-3015S/MG-3015W	
230 V AC /50Hz	ورودی برق
900W (IEC60705 rating standard)	خروجی
2,450 MHz	فرکانس مایکروویو
510 mm(W) X 310 mm(H) X 404 mm(D)	ابعاد خارجی
1,300 Watts	مایکروویو
1,000 Watts	سرخ کن
2,250 Watts	مصرف برق عادی

این وسیله باید به زمین متصل باشد

سیمهای این وسیله مطابق کدهای زیر رنگی هستند.

آبی - نول

قهوه ای - برق دار

سبز و زرد - برای زمین

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

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

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

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

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