



دفترچه راهنمای استفاده کننده مایکروویو

لطفاً قبل از استفاده از دستگاه این دفترچه را به طور کامل مطالعه کنید.

LF-5702NR
LF-5702NSR
LF-5702SRR
LF-5702WRR
MC-3022SNR
MC-3022WNR



MFL51228820

اقدامات احتیاطی

اقدامات احتیاطی برای پرهیز از امکان قرارگیری در معرض انرژی بیش از حد مایکروویو

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

- به منظور جلوگیری از آن، اقدامات زیر را انجام دهید.
 - ۱- از ظروف صاف با گردن باریک استفاده نکنید.

۲- مایعات را بعد از رسیدن به نقطه جوش مناسب از دستگاه خارج کنید.
(مایعات نباید به حالت قلیان 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 نشود
(بویژه محتويات بطری شیر یا ظروف غذای کودک)
در موقع برداشتن ظرف مراقب باشید.

! هشدار

در همه حال بعد از پخت مواد در مایکروویو، قبل از برداشتن
غذا چند لحظه صبر کنید و از دمای مواد پخته شده مطمئن شوید،
مخصوصاً بطریهای شیر و ظروف کودک

به علت وجود قفلهای ایمنی داخلی که در مکانیزم در جاسازی شده،
نمی توانید فر خود را باز به کار اندازید. این قفلها به طور اتوماتیک هر
گونه فعالیت پخت و پز را به هنگام باز بودن در متوقف می سازند زیرا در
صورت شروع پخت و پز با در باز در معرض امواج مایکرو قرار می گیرید.
به قفلها دست نزنید

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

اگر فر خراب است از استفاده آن خودداری کنید، کنترل کنید که حتماً:

- ۱- درها و لولاهای کچ و آسیب دیده نباشند.

- ۲- لولاهای و بستهای خراب نباشند.

- ۳- درزها دچار گرفتگی و نقص نشده باشند.

- ۴- فر تنها توسط تعمیرکاران و متخصصان سرویس کار ال جی تعمیر گردد.

! 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 می شود.

فهرست

۱	اقدامات احتیاطی
۲	فهرست
۳	باز کردن و نصب کردن
۴-۵	تنظیم ساعت
۶	قفل آیمنی برای کودکان
۷	شروع به کار سریع
۸	پخت با توان مایکرو
۹	میزان نیوان مایکرو
۱۰	پخت با گریل
۱۱	پخت ترکیبی گریل
۱۲	گرم نکه داشتن
۱۳	پاکسازی آسان(EZ)
۱۴	کرم نکه داشتن با بخار
۱۵	پخت با هوای داغ
۱۶	پخت ترکیبی کانوکشن
۱۷	کرمایش اولیه کانوکشن
۱۸	پخت کانوکشن
۱۹	پیچ زدایی سریع
۲۰-۲۱	پیچ زدایی خودکار
۲۲-۲۳	پخت سریع
۲۴-۲۵	منوی شیرینی
۲۶-۲۹	طبخ غذای اپرائی
۳۰-۳۳	نصب کردن سیچ های جوجه گردان
۳۴	نصب و پخت با جوجه گردان
۲۵	راهنمای گرم کردن یا مجدد کرم کردن
۳۶	راهنمای سبزیجات تازه
۳۷	راهنمای پیچ زدایی
۲۸	راهنمای پخت با گریل
۳۹	راهنمای پخت کانوکشن
۴۰-۴۱	راهنمای پخت هوای داغ
۴۲	نکات ایمنی و مهم
۴۳-۴۴	ظرف مخصوص مایکروویو
۴۵	مشخصه های غذا و پخت با مایکروویو
۴۶-۴۷	پرسش و پاسخ
۴۸	اطلاعات سیم کشی دوشاخه مشخصات فنی
۴۹	

فر مایکروویو چگونه کار می کند؟

امواج مایکروویو نوعی انرژی مثل امواج رادیویی و تلویزیونی و اشعه نور معمولی هستند. معمولاً این امواج در محیط اطراف گستردگی 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 بخارت حرارت ایجاد شده توسط غذا داغ می شود.

یک وسیله خانگی بسیار ایمن

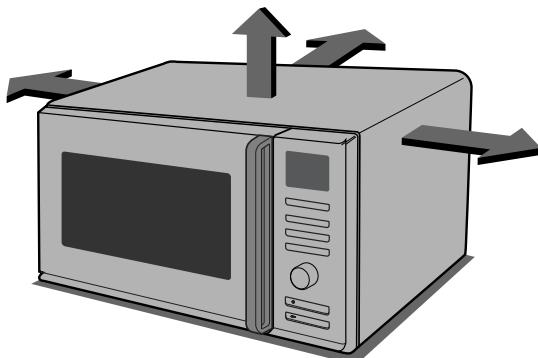
فر مایکروویو شما یکی از ایمن ترین لوازم خانگی است. وقتی در آن باز است فر به طور اتوماتیک تولید امواج را متوقف می کند. انرژی آن وقتی وارد غذا می شود تماماً تبدیل به حرارت می شود. و وقتی آن را مصرف می کنید هیچگونه آسیبی به بدن شما نمی رساند.

باز کردن و نصب کردن

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

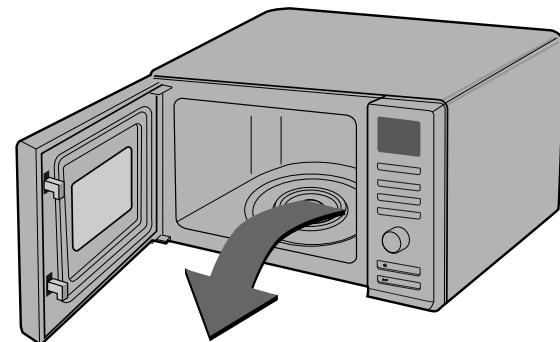
فر خود را در جایگاه دلخواه قرار داده، به نحوی که ۸۵ سانتی متر ارتفاع داشته باشد. از بالا حداقل ۲۰ سانتی متر و از پشت حداقل ۱۰ سانتی متر برای تهويه خوب، جا داشته باشد. قسمت جلویی فر باید حداقل ۸ سانتی متر از لبه محلی که آن را قرار داده اید عقب تر باشد تا از افتادن آن جلوگیری شود.

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

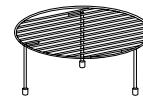


از این فر نباید برای آماده سازی غذا به منظور تجاری استفاده شود.

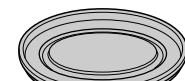
فر را از بسته بندی خارج کرده و روی یک سطح صاف قرار دهیم.



سینی شیشه ای



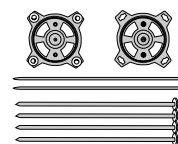
سه پایه



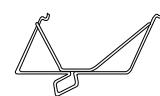
سینی فلزی



حلقه گردان



جوچه گردان



دستگیره

با کشیدن دسته در، آن را باز نموده و حلقه چرخش را داخل فرو 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.

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 مواطعه باشید، زیرا ممکن است ظرف بسیار داغ باشد.



اکنون فر شما نصب و آماده به کار است.

محتوی ظرف و شیشه شیر کودک را قبل از مصرف را تکان داده و دمای آن را بررسی کنید تا کودک دچار سوختگی نشود.

دکمه STOP را فشار دهید و دکمه START را عبار فشار دهید تا زمان پخت برای ۳۰ ثانیه تنظیم شود.

با هر بار زدن دکمه، یک صدای بیب می شنوید. فر شما قبل از فشار دادن دکمه برای ششمين بار شروع به کار می کند نگران نشوید. کاملا طبیعی است.

لیوان مخصوص مایکروویو را با ۳۰۰ میلی لیتر (پیمانه) آب پر کنید و در داخل سینی شیشه ای قرار دهید و در فر را بیندید. اگر در مورد نوع ظرف مصرفی شک دارید به صفحه ۴۵ مراجعه فرمایید.



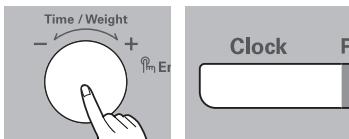
تنظیم ساعت

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



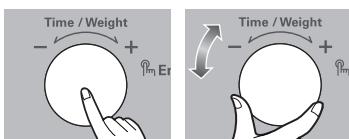
ابتدا از نصب صحیح دستگاه همانگونه که در کتاب گفته شده
مطمئن شوید.

دکمه **STOP/CLEAR** را فشار دهید.



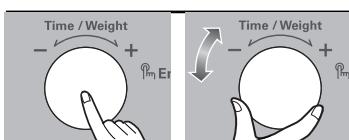
دکمه **Clock** را یک مرتبه فشار دهید.

جهت نمایش ساعت ۲۴ ساعته، دکمه انتخابگر **Dial** را فشار دهید.
(اگر می خواهید از سیکل ۱۲ ساعته استفاده کنید، یک بار دیگر دکمه را فشار دهید. اگر پس تنظیم ساعت بخواهید گزینه مقاومتی را تغییر دهید، باید دوشاخه از برق بیرون کشیده و دوباره به پریز متصل کنید.)



گردونه **Dial** را بچرخانید تا عدد "14:00" روی صفحه
نمایش نشان داده شود.

برای تایید ساعت دکمه **Dial** را فشار دهید



گردونه **Dial** را بچرخانید تا علامت "14:35" روی صفحه
نمایان شود.

دکمه **Dial** را فشار دهید.

ساعت شروع به شمارش میکند.



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.

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

قفل ایمنی برای کودکان



دکمه **STOP/CLEAR** را فشار دهید.



دکمه **STOP/CLEAR** را فشار دهید.

و این دکمه را آنقدر نگه دارید تا عبارت "L" روی

صفحه نمایش ظاهر شده و صدای بیپ به گوش برسد.
اکنون قفل تنظیم شده است.



برای لغو این دستور دکمه **STOP/CLEAR** را فشار داده و

نگه دارید تا علامت "L" محو شود، وقتی آن را رها می کنید، صدای

بیپ شنیده 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.

شروع به کار سریع

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



دکمه **STOP/CLEAR** را فشار دهید.



دکمه **QUICK START** را چهار بار فشار دهید. تا زمان ۲ دقیقه با توان بالا را انتخاب کنید.
فر شما قبل از زدن دکمه برای چهارمین بار، به کار می افتد.



ساختار شروع به کار سریع این امکان را به شما می دهد که با فشار دکمه **QUICK START** فوایل ۳۰ ثانیه ای را در هین پخت با توان بالا انتخاب کنید.

در طول پخت با شروع به کار سریع می توانید زمان پخت را با فشار دادن متوالی دکمه **QUICK START** یا با استفاده از گردونه **Dial** تا ۹۹ دقیقه و ۵۹ ثانیه افزایش دهید.

پخت با توان مایکرو

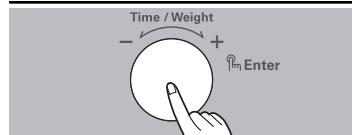
در نمونه زیر به شما نشان می دهیم که چگونه بعضی از غذاها را با توان ۷۲۰ وات (۸۰٪) برای ۵ دقیقه و ۳۰ ثانیه بپزید.



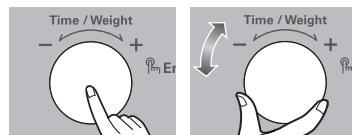
مطمئن شوید که فر خود را به درستی همانگونه که در راهنمای آمده، نصب کرده اید.
دکمه **STOP/CLEAR** را فشار دهید.



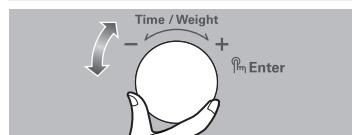
دکمه **MODE**



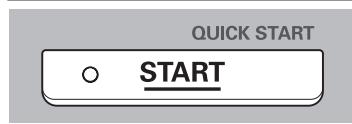
جهت ورود به وضعیت تایید حالت مایکرو، دکمه انتخابگر **Dial** را فشار دهید.
(با انتخاب دکمه وضعیت **MODE**، حالت مایکرو (≡) بطور خودکار فعال می گردد)



گردونه **Dial** را بچرخانید تا عبارت "720" نمایان شود.
برای تایید توان دکمه **Dial** را فشار دهید.



گردونه **Dial** را بچرخانید تا "5:30" نمایان شود.
دکمه **START** را فشار دهید.



به هنگام پخت می توانید با گردونه **Dial** زمان پخت را افزایش و یا کاهش دهید.



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

پخت با توان مایکرو	%	میزان توان
بالا	100%	900W
کمی بالا	80%	720W
متوسط	60%	540W
کمی پایین	40%	(360W) ۳۶۰W
پایین	20%	180W
جه کار نمایند		
سینی فلزی		
جوچه گردان		

میزان توان مایکرو

فر مایکروویو 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 ارایه می دهد.



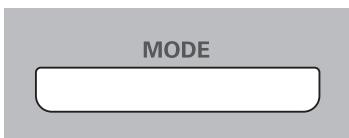
میزان توان	مورد استفاده برای	میزان توان	توان خروجی
بالا	<ul style="list-style-type: none"> آب جوش خوراک گوشت گاو پخت گوشت طیور، ماهی و سبزیجات پخت استیک 	% ۱۰۰	۹۰۰ وات
کمی بالا	<ul style="list-style-type: none"> گرم کردن (مایعات) بریان کردن گوشت و مرغ پخت قارچ و حلزون پخت غذاهای حاوی پنیر و تخم مرغ 	% ۸۰	۷۲۰ وات
متوسط	<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 	% ۶۰	۵۴۰ وات
کمی پایین	<ul style="list-style-type: none"> گرم کردن همه موارد آب کردن کره و شکلات پختن گوشت های نسبتاً سفت 	% ۴۰	۳۶۰ وات (۸۸ *)
پایین	<ul style="list-style-type: none"> گرم کردن کره و پنیر خامه ای نرم کردن بستنی گرم نگهداشتن ظروف اصلی و سفالی 	% ۲۰	۱۸۰ وات

پخت با گریل

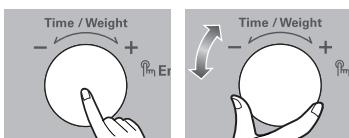
در نمونه زیر نحوه استفاده از گریل برای پخت برخی غذاها در عرض ۱۲ دقیقه و ۳۰ ثانیه نشان داده شده است.



دکمه **STOP/CLEAR** را فشار دهید.



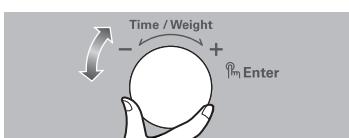
دکمه **MODE**



برای انتخاب پخت با گریل گردونه **Dial** را بچرخانید.

در این حال نماد "□" نمایش داده می شود.

جهت ورود به وضعیت تایید، دکمه انتخابگر **Dial** را فشار دهید.



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



دکمه **START** را فشار دهید.

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



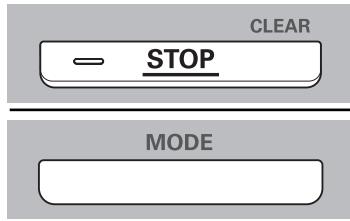
این ویژگی شما را قادر می سازد که غذا را به سرعت بشوشه کنید.

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

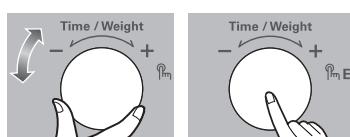


پخت ترکیبی گریل

در مثال زیر به شما نشان می دهیم که چگونه فر خود را برای پخت مایکرو با توان (۲۰٪ ۱۸۰) وات و گریل را برای ۲۵ دقیقه آماده کنید.

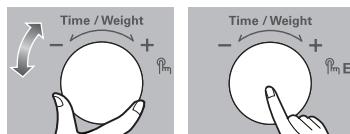


دکمه **STOP/CLEAR** را فشار دهید.

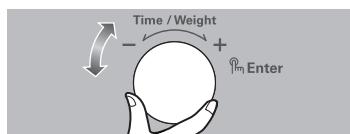


دکمه انتخابگر **Dial** را چرخانید و بروی حالت سرخ کن ترکیبی "GRILL COMBI" قرار دهید تا زمانی که صفحه نمایش عدد "540W" را نمایش دهد. در این حال نماد های "□", "■", "□□" نمایش داده می شوند.

جهت ورود به وضعیت تایید، دکمه انتخابگر **Dial** را فشار دهید.



گردونه **Dial** را بچرخانید تا عبارت "180" نمایان شود. برای تایید توان دکمه **Dial** را فشار دهید.



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



دکمه **START** را فشار دهید.

به هنگام پخت می توانید با گردونه **Dial** زمان را کاهش یا افزایش دهید. از آنجا که ظرف داغ است هنگام برداشتن آن مواظب باشید.



فر شما دارای ویژگی پخت ترکیبی است که به شما امکان می دهد غذای خود را با گرم کن و مایکروویو به طور همزمان یا جدایانه پیزید. این کار معمولاً بدین منظور انجام می شود. که زمان پخت کمتری برای پخت غذا صرف شود. می توانید دو نوع توان مایکرو را در حالت ترکیبی انتخاب کنید. مثلاً (۲۰٪ ۴۰ و ۶۰٪ ۴۰).

گرم نگه داشتن

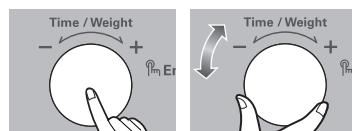
در مثال زیر به شما نشان خواهیم داد که چگونه با دمای ۹۰ درجه سانتیگراد مدت ۳۰ دقیقه گرم نگهداریم.



دکمه **STOP/CLEAR** را فشار دهید.

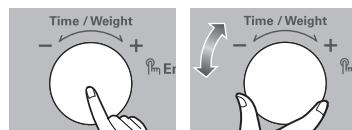


دکمه **MODE**

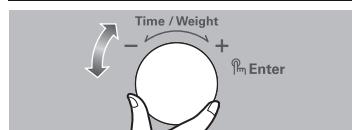


دکمه انتخابگر **Dial** را چرخانید و بروی حالت گرم کن **KEEP WARM** قرار دهید تا زمانی که صفحه نمایش عدد "60°C" را نمایش دهد. در این حالت نماد "KEEP WARM" نمایش داده می شود.

جهت ورود به وضعیت تایید، دکمه انتخابگر **Dial** را فشار دهید.



گردونه **Dial** را بچرخانید تا عبارت "90°C" نمایان شود. برای تایید حرارت دکمه **Dial** را فشار دهید.



برای تنظیم زمان گرم نگهداشتن، کلید چرخان **Dial** را بچرخانید تا "30:00" نمایان شود.



دکمه **START** را فشار دهید.

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



هنگام انتخاب وضعیت گرم نگهداشتن، اجاق دارای دامنه حرارتی بین ۳۰ تا ۹۰ درجه سانتیگراد خواهد بود.

وقتی که دکمه گرم نگهداشتن را فشار می دهید، درجه حرارت در وضعیت ۶۰ درجه سانتیگراد تنظیم است.

اگر بالاگامه پس از دکمه گرم نگهداشتن دکمه **START** را فشار دهید، دستگاه به طور خودکار 99:59 را تنظیم می کند.

تا رسیدن به میزان حرارت انتخاب شده، چند دقیقه ای وقت لازم است.

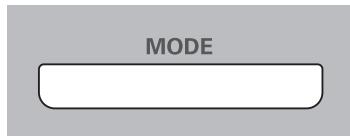
به مخصوص رسیدن به حرارت صحیح، اجاق با ایجاد صدای بیپ به شما اطلاع می دهد که به حرارت صحیح رسیده است.

پاکسازی آسان (EZ)

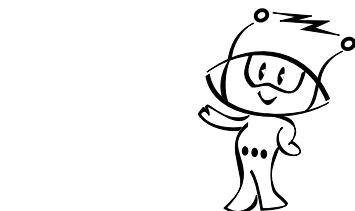
در مثال زیر به شما نشان خواهیم داد که چطور بُوی موجود در داخل فر را از بین ببرید.



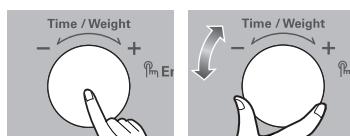
دکمه **STOP/CLEAR** را فشار دهید.



دکمه **MODE**



این دستگاه مجهر عملکرد مخصوص پاکسازی بُوی داخل دستگاه به کمک یک دکمه می باشد.



دکمه انتخابگر **Dial** را چرخانیده و بروی حالت ایزی کلین **EZ CLEAN** قرار دهید تا زمانی که صفحه نمایش عدد "250°C" را نمایش دهد. در این حال نماد های "⊕", "⊖", "✖", "✖" نمایش داده می شوند.



دکمه **START** را فشار دهید.

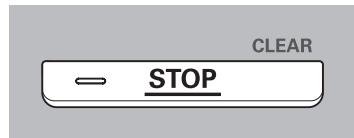
(شمارش معکوس زمان بصورت خودکار آغاز می گردد.)

شما می توانید بدون وجود غذا در اجاق عملیات پاک سازی آسان پاکسازی آسان را موردن استفاده قرار دهید.

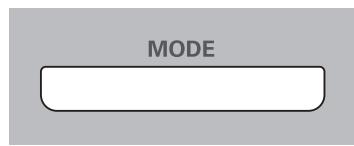
(فارسی) در طی انجام تمیز کاری سینی ایزی (EZ) و دیگر لوازم اضافی اجاق را برداشته و سپس پس از اتمام تمیز کاری سینی ایزی (EZ) آنها را دوباره یک به یک در جای خود قرار دهید.

گرم نگه داشتن با بخار

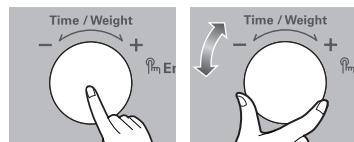
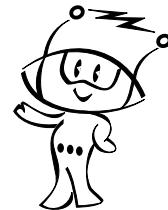
در مثال زیر به شما نشان خواهیم داد که چطور دستگاه را برای پخت با هوای داغ در دمای ۲۳۰ درجه، برنامه ریزی کنید.



دکمه **STOP/CLEAR** را فشار دهید.

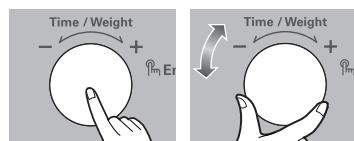


دکمه **MODE**



برای انتخاب گرم نگه داشتن با بخار گردونه **Dial** را بچرخانید.
در این حال نماد های "  ", "  ", "  " نمایش داده می شوند.

جهت ورود به وضعیت تایید، دکمه انتخابگر **Dial** را فشار دهید.



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

برای تایید حرارت دکمه **Dial** را فشار دهید.



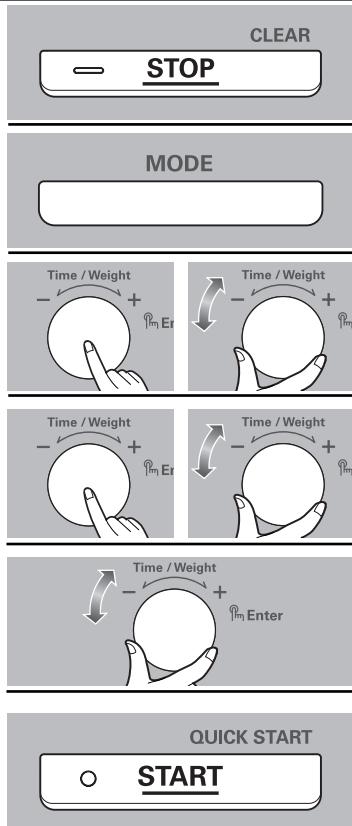
دکمه **START** را فشار دهید.

با نمایش علامت "Pr-H" عمل پیش گرمایش آغاز می شود.

این دستگاه دارای دامنه حرارتی بین ۱۰۰ تا ۲۵۰ درجه سانتیگراد است. وقتی که حالت هوای داغ انتخاب می شود دستگاه به طور خودکار حرارت ۱۸۰ درجه سانتی گراد را ایجاد می کند).

پخت با هوای داغ

در مثال زیر به شما نشان خواهیم داد که چطور دستگاه را برای پخت با هوای داغ در دمای ۲۳۰ درجه به مدت ۲۰ دقیقه، برنامه ریزی کنید.



دکمه **STOP/CLEAR** را فشار دهید.

دکمه **MODE**

برای انتخاب گرم نگه داشتن با بخار گردونه **Dial** را بچرخانید.
در این حال نماد های "  "، "  "، "  " نمایش داده می شوند.

جهت ورود به وضعیت تایید، دکمه انتخابگر **Dial** را فشار دهید.

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

برای تایید حرارت دکمه **Dial** را فشار دهید.

گردونه **Dial** را بچرخانید تا عبارت "20:00" نمایان شود.

دکمه **START** را فشار دهید.

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

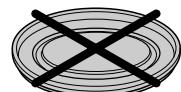


این دستگاه دارای دامنه حرارتی بین ۱۰۰ تا ۲۵۰ درجه سانتیگراد است. (وقتی که حالت هوای داغ انتخاب می شود دستگاه به طور خودکار حرارت ۱۸۰ درجه سانتی گراد را ایجاد می کند).

این عملکرد شما را قادر می سازد که عمل کانوکشن را با گریل ترکیب کنید.

این عملکرد زمان پخت را کاهش می دهد.

به کار نبرید



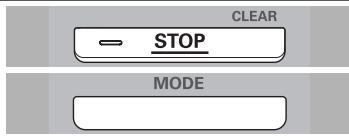
سینی فلزی



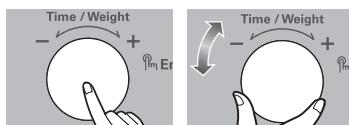
جوچه گردان

پخت ترکیبی کانوکشن

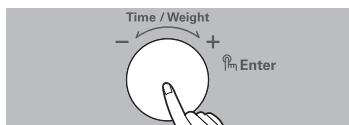
در مثال زیر به شما نشان خواهیم داد که چطور دستگاه را با توان مایکرو ۵۴۰ وات (۶۰٪) و حرارت کانوکشن ۲۰۰ درجه سانتی گراد برای پخت به مدت زمان ۲۵ دقیقه، برنامه ریزی کنید.



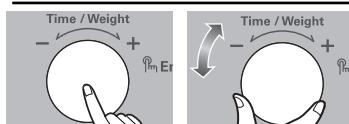
دکمه **STOP/CLEAR** را فشار دهید.
دکمه **MODE**



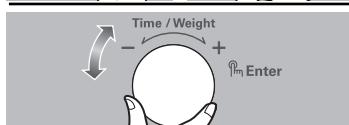
دکمه انتخابگر **Dial** را چرخانیده و بروی حالت ایزی کلین **GRILL. COMBI** قرار دهید تا زمانی که صفحه نمایش عدد "250°C" را نمایش دهد.
در این حال نمادهای "  "، "  "، "  " نمایش داده می شوند.
جهت ورود به وضعیت تایید، دکمه انتخابگر **Dial** را فشار دهید.



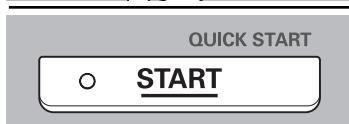
برای تایید حرارت دکمه **Dial** را فشار دهید.
(حالت ۵۴۰ وات با انتخاب حالت تبدیل ترکیبی **CONV. COMBI**، بطور خودکار فعال می گردد.)



گردونه **Dial** را بچرخانید تا عبارت "200°C" نمایان شود.
برای تایید حرارت دکمه **Dial** را فشار دهید.



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



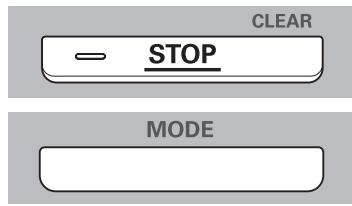
دکمه **START** را فشار دهید.
هنگام عمل پخت شما می توانید با چرخاندن گردونه **DIAL** زمان پخت را کاهش یا افزایش دهید.
هنگام در آوردن غذا مراقب باشید چرا که ظرف داغ خواهد بود.



این اجاق دارای دامنه حرارتی ۱۰۰ تا ۲۵۰ درجه سانتیگراد است. هنگامی که وضعیت ترکیب کانوکشن انتخاب شود، دستگاه به حالت اتوماتیک حرارت ۱۸۰ درجه سانتیگراد را تولید می کند.

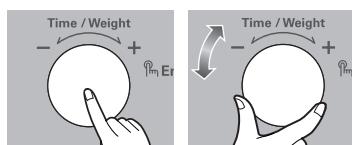
گرمایش اولیه کانوکشن

در مثال زیر به شما نشان خواهیم داد که چطور اجاق را با حرارت ۲۳۰ درجه سانتیگراد گرم کنید.



دکمه **STOP/CLEAR** را فشار دهید.

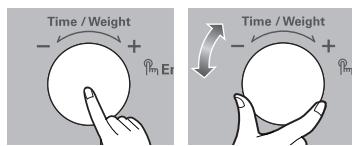
دکمه **MODE**



برای انتخاب گرمایش اولیه کانوکشن گردونه **Dial** را بچرخانید.

در این حال نماد "F" نمایش داده می شود.

برای انتخاب اجاق جهت ورود به وضعیت تایید، دکمه انتخابگر **Dial** را فشار دهید.



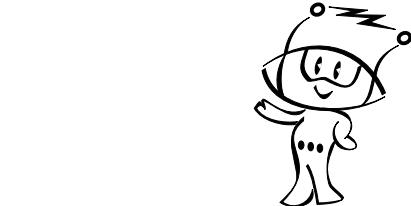
گردونه **Dial** را بچرخانید تا عبارت "230°C" نمایان شود.

برای تایید حرارت دکمه **Dial** را فشار دهید.



دکمه **START** را فشار دهید.

با نمایش عبارت "Pr-H" عمل گرم شدن شروع خواهد شد.



اجاق کانوکشن دارای دامنه حرارتی ۴۰ و ۲۵۰ درجه سانتیگراد است. (وقتی که وضعیت

کانوکشن انتخاب می شود دستگاه حرارتی ۱۸۰ درجه سانتیگراد ایجاد می کند.

این فر دارای یک عملکرد تخمیر با حرارت ۴۰ درجه جهت ورود به وضعیت تایید، دکمه انتخابگر **Dial** را فشار دهید.

شما می توانید تا خنک شدن فر صبر کنید چرا که حرارت فر بیش از ۴۰ درجه سانتیگراد باشد

نمی توانید از عملکرد تخمیر استفاده کنید.

هنگام استفاده از این عملکرد، در صورتیکه حرارت اجاق بیش از ۷۰ درجه سانتیگراد باشد، کد خطای "F-14" نمایان می شود.

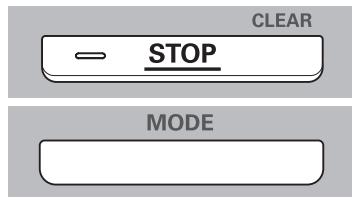
برای رسیدن به حرارت انتخاب شده چند دقیقه ای وقت لازم است.

به محض رسیدن به حرارت صحیح فر شما صدای بیب تولید کرده و شما را از این که به حرارت

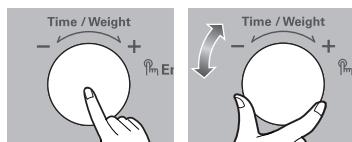
مناسب رسیده است مطلع می کند. سپس غذا را در فر گذاشته بعد فرمان شروع به پخت را اجرا نمایید.

پخت کانوکشن

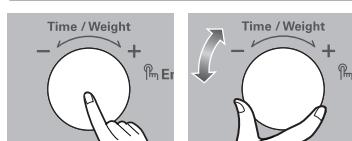
در مثال زیر به شما نشان خواهیم داد که چطور ابتدا فر را پیش گرمادهی کنید سپس با حرارت ۲۳۰ درجه سانتیگراد به مدت ۵۰ دقیقه غذا را پیزید.



دکمه **STOP/CLEAR** را فشار دهید.
دکمه **MODE**

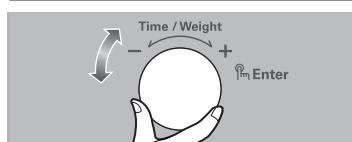


برای انتخاب **پخت کانوکشن گردونه Dial** را بچرخانید.

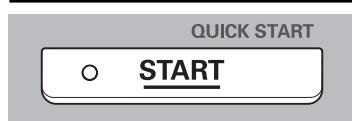


گردونه **Dial** را بچرخانید تا عبارت "230°C" نمایان شود.

برای تایید حرارت دکمه **Dial** را فشار دهید.



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



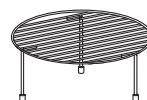
دکمه **START** را فشار دهید.

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



اگر حرارت را تنظیم نکنید دستگاه به طور اتوماتیک ۱۸۰ درجه سانتیگراد را انتخاب می کند، با چرخاندن گردونه **Dial** دمای پخت تغییر می کند.

در هنگام پخت کانوکشن باید از سه پایه کانوکشن استفاده کنید.



یخ زدائی سریع

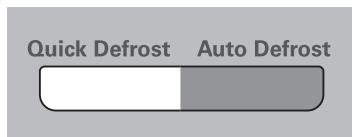
این روش برای شل کردن گوشت چرخ کرده تا وزن ۰/۵ کیلو گرم بکار بردہ می شود.

این کار مستلزم یک زمان کوتاه برای شل کردن مرکز ماده غذائی است. در مثال زیر، چگونگی آب کردن یخ ۰/۵ کیلو گرم گوشت چرخ کرده را شرح می دهیم.



دکمه **STOP/CLEAR** را فشار دهید.

ماده غذائی را وزن کنید. مطمئن شوید که هیچگونه تسمه فلزی یا روکش بر روی آن قرار ندارد، سپس آن را در فر گذاشته و در آن را بیندید.



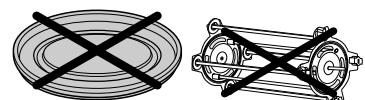
دکمه **Quick Defrost** را فشار دهید.

فر بصورت اتوماتیک عمل یخ زدائی را شروع می کند.

فر شما دارای یک برنامه یخ زدائی سریع (گوشت) می باشد.

در طول عمل یخ زدائی، صدای بیب را خواهید شنید. هر بار که این صدا را شنیدید در فر را باز کرده و ماده غذائی را برگردانید و جدا کنید تا زمانی که مطمئن شوید یخ آن کاملاً آب شده است. هر قسمتی را که شل شده بردارید یا بیوشانید تا با سرعت کمتری شل شود. بعد از چک کردن در فر را بیندید و دکمه **START** را برای ادامه کار فشار دهید.

فر شما بطور خود کار عمل یخ زدائی را قطع نخواهد کرد (حتی وقتی که صدای بیب شنیده شود) مگر اینکه در فر باز شود.



از جوجه گردان و سینی فلزی استفاده نکنید.

از این روش برای یخ زدایی سریع گوشت چرخ کرده استفاده کنید. گوشت را کاملاً از بسته بندی جدا کنید. گوشت چرخ شده را در ظرف ایمنی مایکروویو قرار دهید. بعد از شنیدن صدای بیب گوشت چرخ شده را از فر خارج کرده و آن را بر گردانید و دوباره داخل فر بگذارید. دکمه **START** را بزنید. در آخر برنامه گوشت چرخ شده را از فر خارج کرده، با کاغذ فویل پوشانده و ۱۵-۵ دقیقه بگذارید بماند تا کاملاً شل شود.

طبقه بندی	وزن	لوازم مورد نیاز	دستور العمل
گوشت چرخ شده	۰/۵ کیلو گرم	ظرف مایکروویو (ظرف مسطح)	گوشت چرخ کرده بعد از صدای بیب گوشت را بچرخانید. بعد از عمل یخ زدایی ۱۵-۵ دقیقه صبر کنید.

یخ زدایی خودکار

دما و تراکم مواد غذایی مقاوم 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 مثلاً پخت ماهی آنقدر سریع است که بعضی وقتهای بهتر است وقتهای کمی بیخ آب شد آن را پخت. برنامه BREAD (نان) برای شل کردن یخ چیزهای کوچک مثل رول نان یا یک تکه نان مناسب است. این کار مستلزم یک زمان کوتاه برای شل شدن مرکز ماده غذایی است. در مثال زیر چگونگی یخ زدایی یک گوشت مرغ را به وزن $1/4$ کیلوگرم شرح می دهیم.



دکمه **STOP/CLEAR** را فشار دهید.

غذایی را که می خواهید یخ زدایی کنید، وزن کنید. مطمئن شوید که هر گونه تسمیه فلزی یاروکش را در آورده اید سپس آن را در فر قرار داده و در آن را بیندید.



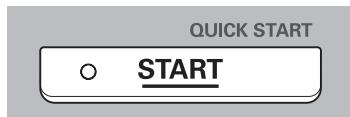
دکمه **Auto Defrost**



گردونه **Dial** را بچرخانید تا عبارت "dEF2" نمایان شود.
جهت تایید دسته بندی دکمه **Dial** را فشار دهید.



وزن غذایی را که می خواهید یخ زدایی کنید وارد کنید.
گردونه **Dial** را بچرخانید تا عبارت "1.4kg" نمایان شود.



دکمه **START** را فشار دهید.

در طول عمل یخ زدایی فر صدای بیب می کند، که در این مرحله باید در فر را باز کرده و غذا را برگردانید و جدا 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 بیندید و دکمه **START** را برای ادامه یخ زدایی فشار دهید.
دستگاه فر عمل یخ زدایی را قطع نمی کند (حتی زمانی که صدای بیب شنیده می شود) مگر آنکه در باز شود.



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

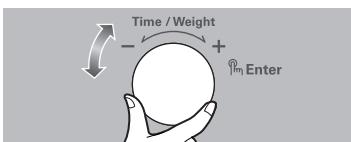
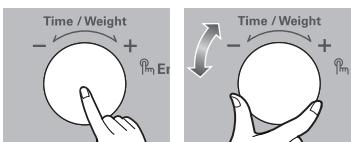
راهنمای یخ زدایی خودکار

- برای یخ زدایی مواد غذایی باید آن را درون ظرف مخصوص مایکروویو و بدون درپوش بروی صفحه شیشه ای قرار دهید.
- در صورت نیاز، تکه های گوشت یا مرغ را با ورقه های ضخیم آلومینیوم پوشانید. 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 START را فشار دهید. صبر کنید تا کاملاً آب شوند.

طبقه بندی	وزن مجاز	لوازم مورد نیاز	مواد غذایی
کوشت (dEF1)	۰/۱~۴ کیلوگرم	ظرف مایکروویو (ظرف مسطح)	گوشت چرخ کرده، استیک فیله، قطعات خورشتی، راسته، گوشت زودین، گوشت ران، برگر گوساله، قطعات گوشت، رولت سرخ شده، سوسیس، کالباس، استیک (۲ سانتی متر). پس از یخ زدایی ۱۵ تا ۱۵ دقیقه صبر کنید.
مرغ (dEF2)			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 (dEF3)			ماهی فیله، استیک، ماهی درسته، غذاهای دریابی پس از یخ زدایی مدت ۱۰ تا ۲۰ دقیقه صبر کنید.
نان (dEF4)	۰/۵~۱ کیلوگرم	کاغذ مخصوص	نان ورقه شده، نان گرد، باکت و غیره پس از یخ زدایی ۱ تا ۲ دقیقه صبر کنید.

پخت سریع

در مثال زیر به شما نشان خواهیم داد که چطور ۱/۰ کیلوگرم پخت سریع دریایی را بپزید



دکمه **STOP/CLEAR** را فشار دهید.

دکمه **Speed Cook** را فشار دهید.

گردونه **Dial** بچرخانید تا عبارت "SP 3" نمایان شود.

جهت تایید دسته بندی دکمه **Dial** را فشار دهید.

گردونه **Dial** بچرخانید تا عبارت "1.0kg" نمایان شود.

دکمه **START** را فشار دهید.

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



پخت سریع به شما امکان می دهد که به راحتی غذاهای مطلوب خود را با انتخاب نوع غذا و وارد کردن وزن غذا طبخ نمایید.

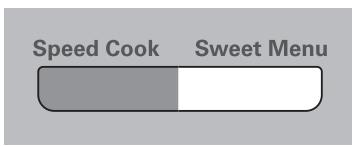
دسته بندی	غذا	وزن	ظروف	دستور العمل
پیترای منجمد (SP 1)	۰/۵ تا ۰ کیلوگرم	سینی فلزی سه پایه سینی فلزی	سینی فلزی منجمد	۱. تمامی پوشش و مواد بسته بندی را باز کرده و غذا را بر روی سه پایه بلند بر روی سینی فلزی قرار دهید. ۲. پس از پخت مدت ۱ دقیقه صبر کنید.
بریانی فرانسوی (SP 2)	۰/۴ تا ۰ کیلوگرم	سینی فلزی سینی فلزی	درپوش بخارپز منجمد	سیب زمینی های مجعد را بر روی سینی موچ دار پخت کنید. برای نتیجه بهترسیب زمینی ها را به صورت یک لایه بپزید. همانند بالا.
گوشت بریانی (SP 3)	۰/۵ تا ۱/۵ کیلوگرم	سینی فلزی سه پایه سینی فلزی	در یخچال نگهداری شده	مواد لازم گوشت تازه گوساله روغن ۱. گوشت را به روغن آغشته کنید. ۲. گوشت را بر روی سه پایه کوتاه قرار داده و در فر بگذارید. ۳. منو را انتخاب و وزن را تنظیم کنید. برای پخت دکمه Start را فشار دهید. ۴. با شنیدن صدای بوق در را باز کرده و غذا را برگردانید. برای ادامه پخت دکمه Start را فشار دهید. ۵. پس از پخت غذا را از فر درآورده و پس از پیچیدن در ورق آلومنیوم مدت ۱۰ دقیقه صبر کنید.
کباب بره (SP 4)	۰/۵ تا ۱/۵ کیلوگرم	ضد حرارت بشقاب	در یخچال نگهداری شده	۱. گوشت را آغشته به روغن کنید. ۲. گوشت را بر روی بشقاب ضد حرارت قرار دهید. ۳. پس از شنیدن صدای بوق در صورت نیاز آب اضافی را گرفته و آن را برگردانید. ۴. پس از پخت غذا را لای ورق آلومنیوم پیچیده و مدت ۱۰ دقیقه صبر کنید.
ران مرغ (SP 5)	۰/۸ تا ۰ کیلوگرم	طرف مایکرو درپوش ظرف آب جوش	دمای اتاق	مواد لازم ران مرغ دو تکه پنیر ۱۵۰ گرم قارچ ۱۰۰ گرم ادویه: ادویه جوجه کباب و کباب ۱. استخوان های ران مرغ را جدا کنید. ۲. پنیر را رنده کرده و با قارچ مخلوط کنید. ۳. مخلوط قارچ و مرغ را لایلای ران ها قرار دهید. به تمام غذا ادویه بزنید. ۴. ران ها را در ظرف مایکروویو قرار داده و بعد از گذاشتن درب آن ظرف را در فر قرار دهید. ۵. منو را انتخاب و وزن را تنظیم کنید. برای شروع پخت دکمه start را فشار دهید. ۶. پس از پخت غذا را درآورده و مدت ۲ تا ۳ دقیقه صبر کنید.

منوی شیرینی

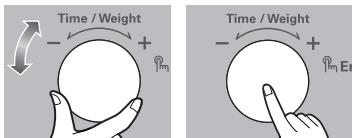
در مثال زیر به شما نشان خواهیم داد که چطور ۴/۰ کیلوگرم قهوه ترک را آماده نمایید.



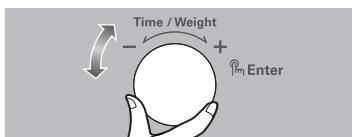
دکمه **STOP/CLEAR** را فشار دهید.



دکمه **Sweet Menu** را فشار دهید.



گردونه **Dial** را بچرخانید تا عبارت "Su 2" نمایان شود.
برای تایید دسته بندی دکمه **Dial** را فشار دهید.



گردونه **Dial** را بچرخانید تا عبارت "0.4kg" نمایان شود.



دکمه **START** را فشار دهید.

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



این قابلیت شما را قادر می سازد
تا از پخت منوی شیرینی بهره مند
شوید.

اخطار:

- ۱- هنگام در آوردن سه پایه از داخل اجاق از دستکش استفاده نمایید. چون بسیار داغ است.
- ۲- هرگز سه پایه داغ را پس از پخت ببروی میز شیشه ای یا هرچیز دیگری که به راحتی آب شود، قرار ندهید. همیشه از پد یا سینی استفاده کنید.
- ۳- هرگز سه پایه این مدل را در دیگر مدلها (اجاق ها) استفاده نکنید. چرا که ممکن است باعث بروز آتش سوزی یا آسیب جدی دستگاه شود.

عملکرد	گروه بندی	وزن لازم	لوازم مورد نیاز	دستور العمل															
منوی شیرینی	شله زرد (Su 1)	۱/۰ کیلوگرم (وزن برنج)	سبزی شیشه ای	۱۰۰ گرم برنج خرد خیس شده ۵۰ گرم کلاپ ۲۰ گرم کره ۲۰۰ گرم شکر ۱۱۰ میلی لیتر آب ۰/۰ قاشق چای خوری زعفران آسیاب شده ۷۵ گرم خالل بادام															
قهوه ترک (Su 2)	۰/۰ تا ۰/۴ کیلو گرم	سبزی شیشه ای		۱- برنج و آب را درون ظرف کود شیشه ای بروزیزد. درب ظرف را نگذارید. ۲- ظرف را روی صفحه دور شیشه ای قرار دهید. ۳- منو را انتخاب کرده و دکمه start را فشار دهید تا پخت شروع شود. ۴- وقتی صدای بیب شنیدید، برنج را کاملاً به هم زده و سپس بقیه مواد را اضافه نمایید. ۵- ظرف را با درب درون فر بگذارید. ۶- دکمه start را بزنید تا عمل پخت ادامه یابد.															
کمپوت سیب (Su 3)	۰/۰ تا ۱ کیلو گرم	سبزی شیشه ای		<table border="1" data-bbox="119 430 833 567"> <tr> <td>۴ فنجان (۴۰۰ میلی گرم)</td><td>۳ فنجان (۳۰۰ میلی گرم)</td><td>۲ فنجان (۲۰۰ میلی گرم)</td><td>۱ فنجان (۱۰۰ میلی گرم)</td><td>آب</td></tr> <tr> <td>۴</td><td>۳</td><td>۲</td><td>۱</td><td>قهوة (قاشق بستنی خوری)</td></tr> <tr> <td>۲</td><td>۱/۵</td><td>۱</td><td>۰/۵</td><td>شکر (قاشق بستنی خوری)</td></tr> </table> ۱- آب، قهوه و شکر را مخلوط کنید. ۲- سپس قوری را ببروی سبزی شیشه ای قرار دهید.	۴ فنجان (۴۰۰ میلی گرم)	۳ فنجان (۳۰۰ میلی گرم)	۲ فنجان (۲۰۰ میلی گرم)	۱ فنجان (۱۰۰ میلی گرم)	آب	۴	۳	۲	۱	قهوة (قاشق بستنی خوری)	۲	۱/۵	۱	۰/۵	شکر (قاشق بستنی خوری)
۴ فنجان (۴۰۰ میلی گرم)	۳ فنجان (۳۰۰ میلی گرم)	۲ فنجان (۲۰۰ میلی گرم)	۱ فنجان (۱۰۰ میلی گرم)	آب															
۴	۳	۲	۱	قهوة (قاشق بستنی خوری)															
۲	۱/۵	۱	۰/۵	شکر (قاشق بستنی خوری)															

عملکرد	گروه بندی	وزن لازم	لوازم مورد نیاز	دستور العمل
منوی شیرینی (Su 4)	شیرینی نارگیلی	۰/۳ کیلوگرم	سه پایه	۱۵۰ گرم پودر شکر ۲ عدد سفیده تخم مرغ ۱۲۰ گرم پودر نارگیل ۱ قاشق بستنی خوری آبیمو ۱ آرد سفیده های تخم مرغ را با میکسر خوب هم بزنید. ۲- سفیده های تخم مرغ را با میکسر خوب هم بزنید. ۳- دیگر مواد را به تدریج افزوده و با یک چنگال آنها را مخلوط کنید. ۴- سینی فلزی را آغشته به روغن کرده و مواد مخلوط را روی آن با کمی فاصله بچینید. ۵- سپس ظرف را ببروی سه پایه بگذارید.
شیرینی نخودچی (Su 5)	شیرینی نخودچی	۰/۴ کیلوگرم	سه پایه	۱۰۰ گرم پودر شکر ۲۰۰ گرم آرد نخودچی ۱۰۰ گرم روغن ۱- پودر شکر و روغن را مخلوط کرده و سپس آرد نخود را به آن افزوده و آنها را هم بزنید. ۲- مایع به دست آمده را درون کیسه فریزر گذاشته و مدت ۳ ساعت صبر کنید. ۳- سپس ماده به دست آمده را به شکل های دلخواه در آورده و ببروی سینی فلزی بچینید. (سینی فلزی را آغشته به روغن کنید. ۴- سینی فلزی را ببروی سه پایه قرار دهید.
بیسکویت (Su 6)	بیسکویت	۰/۵ کیلوگرم	سه پایه	۱۲۵ گرم روغن ۲۵۰ گرم آرد سفید ۱ عدد تخم مرغ ۱۰۰ گرم شکر ۱ عدد سفیده تخم مرغ ۰/۲۵ قاشق چایخوری نصف قاشق چایخوری بیکینگ پودر ۱- سفیده های تخم مرغ را خوب هم بزنید تا سفت شوند. ۲- روغن، شکر، بیکینگ پودر، وانیل و زرده های تخم مرغ را کاملاً هم بزنید. ۳- سپس سفیده های تخم مرغ و آرد را به تدریج به مخلوط فوق اضافه کنید. ۴- ماده به دست آمده را در گف سینی فلزی پخش کنید و سپس سینی فلزی را ببروی سه پایه قرار دهید. ۵- پس از پایان زمان پخت، شکر را ببروی آن پخش کرده و بیسکویت را به شکل دلخواه ببرید.

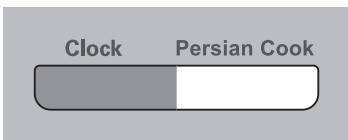
عملکرد	گروه بندی	وزن لازم	لوازم مورد نیاز	دستور العمل
منوی شیرینی	مسقطی (Su 7)	۱/۲ کیلوگرم	سینی شیشه ای	<p>پودر نشاسته ۱۰۰ گرم</p> <p>آب ۴-۳ فنجان (۸۰۰ میلی لیتر)</p> <p>گلاب ۱۰۰ میلی لیتر)</p> <p>پودر کارداموم ۱ گرم</p> <p>کره ۵۰ گرم</p> <p>خلال بادام ۵۰ گرم</p> <p>۱ قاشق چایخوری</p> <p>زعفران ۱ قاشق چایخوری</p> <p>۱- پودر نشاسته را در آب سرد حل کنید.</p> <p>۲- آن را در مایکروویو قرار دهید.</p> <p>۳- پس از شنیدن صدای بیب آن را هم بزنید، و پس از شنیدن دومین صدای بیب دیگر مواد را به آن بیافزایید.</p> <p>۴- آن را در اجاق قرار دهید. (میزان آب بستگی به نوع نشاسته دارد)</p>
مرباتی آلبالو (Su 8)	۱ کیلوگرم	سینی شیشه ای	آلبالو	<p>۱ کیلو گرم</p> <p>شکر ۷۰۰-۸۰۰ گرم</p> <p>۱- آلبالوها را شسته و هسته آنها را جدا کنید.</p> <p>۲- به صورت یک در میان لایه به لایه آلبالو و شکر بریزید. مدت ۳ ساعت صبر کنید.</p> <p>۳- سپس ظرف را در ماکروویو قرار دهید. پس از شنیدن صدای بیب یک بار هم بزنید.</p>

طبخ غذاهای ایرانی

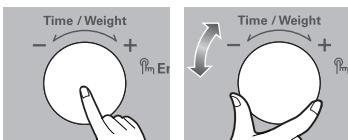
در مثال زیر به شما نحوه پختن یک کیلوگرم مرغ درسته را آموزش می دهیم.



دکمه **STOP/CLEAR** را فشار دهید.

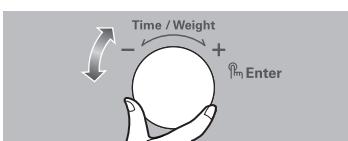


دکمه **Persian Cook** را فشار دهید.



گردونه **Dial** را بچرخانید تا عبارت "Pc 3" نمایان شود.

برای تایید دسته بندی دکمه **Dial** را فشار دهید.

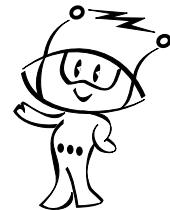


گردونه **Dial** را بچرخانید تا عبارت "1.0kg" نمایان شود.



دکمه **START** را فشار دهید.

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



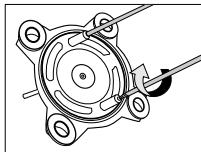
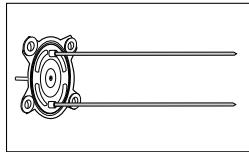
پخت ایرانی به شما امکان می دهد که به راحتی غذاهای مطلوب خود را با انتخاب نوع غذا و وارد کردن وزن غذا طبخ نمایید.

عملکرد	گروه بندی	وزن لازم	لوازم مورد نیاز	دستور العمل																
طبق غذاهای ایرانی	برنج (Pc 1)	۰/۱ - ۰/۴ کیلوگرم	کاسه مخصوص مایکروو (ظرف گود شیشه ای)	<table border="1" data-bbox="203 145 840 277"> <tr> <td>۴۰۰ گرم برنج ایرانی مرغوب</td> <td>۳۰۰ گرم آب</td> </tr> <tr> <td>۱۰۰۰ میلی لیتر میلی لیتر ۷۵۰ میلی لیتر</td> <td>۲۰۰ گرم روغن (مایع)</td> </tr> <tr> <td>۲ قاشق غذاخوری</td> <td>۱۰۰ گرم نمک</td> </tr> <tr> <td>۲ قاشق غذاخوری</td> <td>۲۵۰ میلی لیتر روغن (مایع)</td> </tr> <tr> <td>۱ قاشق غذاخوری</td> <td>۵۰۰ میلی لیتر آب</td> </tr> <tr> <td>۱ قاشق غذاخوری</td> <td>۲۰۰ گرم کرم</td> </tr> <tr> <td>۱ قاشق غذاخوری</td> <td>۳۰۰ گرم کرم</td> </tr> <tr> <td>۱ قاشق غذاخوری</td> <td>۴۰۰ گرم نمک</td> </tr> </table> <p>۱- برنج را شسته و آب اضافی آن را خالی کنید. ابتدا برنج، آب، نمک و روغن مایع را در ظرف ریخته و سپس آنها را مخلوط نمایید. ۲- تا زمانی که آب برنج کاملاً تبخیر نشده است درب ظرف را نگذارید. ظرف را روی صفحه دوار شیشه ای بگذارد. ۳- منو را انتخاب کرده و وزن را تنظیم کنید. سپس دکمه start را فشار دهید تا شروع به طبخ نماید. ۴- وقتی که صدای بیب را شنیدید برنج را هم زده و سپس دکمه start را فشار دهید تا به پخت ادامه دهد. ۵- پس از پخت، برنج را هم زده و در صورت لزوم ۱۰-۱۵ دقیقه درب ظرف را گذاشته و منتظر بمانید.</p>	۴۰۰ گرم برنج ایرانی مرغوب	۳۰۰ گرم آب	۱۰۰۰ میلی لیتر میلی لیتر ۷۵۰ میلی لیتر	۲۰۰ گرم روغن (مایع)	۲ قاشق غذاخوری	۱۰۰ گرم نمک	۲ قاشق غذاخوری	۲۵۰ میلی لیتر روغن (مایع)	۱ قاشق غذاخوری	۵۰۰ میلی لیتر آب	۱ قاشق غذاخوری	۲۰۰ گرم کرم	۱ قاشق غذاخوری	۳۰۰ گرم کرم	۱ قاشق غذاخوری	۴۰۰ گرم نمک
۴۰۰ گرم برنج ایرانی مرغوب	۳۰۰ گرم آب																			
۱۰۰۰ میلی لیتر میلی لیتر ۷۵۰ میلی لیتر	۲۰۰ گرم روغن (مایع)																			
۲ قاشق غذاخوری	۱۰۰ گرم نمک																			
۲ قاشق غذاخوری	۲۵۰ میلی لیتر روغن (مایع)																			
۱ قاشق غذاخوری	۵۰۰ میلی لیتر آب																			
۱ قاشق غذاخوری	۲۰۰ گرم کرم																			
۱ قاشق غذاخوری	۳۰۰ گرم کرم																			
۱ قاشق غذاخوری	۴۰۰ گرم نمک																			
کتاب	کتاب (Pc 2)	۰/۲ تا ۰/۸ کیلو گرم	جوچه گردان سینی فلزی	<p>کتاب برق ۱ عدد پیاز بزرگ نمک</p> <p>۱- گوشت را بربیده و به تکه های کوچک و برا بر تقسیم کنید. پیاز را رنده کرده و آب آن را جدا کنید. آب پیاز و روغن زیتون را با هم مخلوط کنید. سپس تکه های گوشت را به مدت ۳ تا ۴ ساعت در مخلوط پیاز و روغن زیتون قرار دهید. (شما باید پس از پختن گوشت نمک را به آن بیافزایید.) ۲- تکه های گوشت را براساس سینی کتاب اندازه بگیرید. دقت کنید سینی های گوشت از مرکز گوشت عبور کند. سپس میله را در سوراخ های مربوطه برروی سینی فلزی قرار دهید. ۳- منو را انتخاب کرده و وزن را تنظیم کنید. برای پخت دکمه استارت را فشار دهید. ۴- پس از پخت غذا را از لیاق در آورید.</p>																

عملکرد	گروه بندی (Pc 3)	وزن لازم	لوازم مورد نیاز	دستورالعمل
طبق غذاهای ایرانی	مرغ کامل (Pc 3)	۰/۸ - ۱/۵	جوچه گردان سینی فلزی	یک مرغ کامل حدود ۱/۲ کیلوگرم (با پوست) ۲ عدد پیاز بزرگ ۳ قاشق غذاخوری روغن زیتون ۳ قاشق غذاخوری زعفران (حل شده در آب) نمک ۱- سطح مرغ را به آب پیان، نمک و روغن (با کرده) به مدت ۳-۴ ساعت آغشته نمایید. ۲- میله جوجه گردان را داخل مرغ فرو ببرید. توچه کنید که میله کاملاً از سطح مرغ بگذرد. ۳- رانها، بالها و بدنه مرغ را با ناخن کاتانی بسته و میله جوجه گردان را در جای خود فشار دهید سینی فلزی را زدیر آن و روی صفحه دوار شیشه ای بگذارید. ۴- منو را انتخاب کرده و وزن را تنظیم کنید. سپس دکمه start را فشار دهید تا شروع به طبخ نماید. ۵- پس از پخت، مرغ را از فر بیرون آورید. به مدت ۵ دقیقه روی آن را با کاغذ آلومینیومی پوشانید و منتظر بمانید.
کباب تابه ای (Pc 4)	۰/۵ کیلوگرم	ظرف کم عمق شیشه ای (به ارتفاع ۲/۵ سانتیمتری) و سه پایه بلند	گوشت چرخ کرده پیاز رنده شده ۱ عدد متوسط ۱ عدد بزرگ ۰/۳ کیلوگرم ۰/۴ کیلوگرم ۰/۵ کیلوگرم نمک به میزان دلخواه	۱- گوشت، پیاز و نمک را با هم مخلوط نمایید. ۲- مقداری روغن در ظرف ریخته و گوشت را در سطح ظرف پراکنده نمایید. سپس سطح گوشت را به روغن آغشته نمایید و ظرف را روی سه پایه بلند ببروی صفحه دوار شیشه ای قرار دهید. ۳- منو را انتخاب کرده و وزن را تنظیم کنید. سپس دکمه start را فشار دهید تا طبخ شروع شود. ۴- وقتی صدای بیب را شنیدید غذا را برگردانید. سطح دیگر غذا را به روغن آغشته نمایید. ۵- دوباره دکمه start را بزنید تا عمل پخت ادامه یابد.

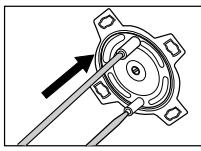
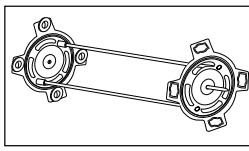
عملکرد	گروه بندی	وزن لازم	لوازم مورد نیاز	دستور العمل																									
طبخ غذاهای ایرانی	کوکو سبزی (Pc 5)	۰/۲ - ۰/۵ کیلوگرم وزن سبزی (به ارتفاع ۲/۵ سانتیمتر) سه پایه بلند	ظرف کم عمق شیشه ای	<table border="1"> <tr> <td>۰/۵ کیلوگرم</td> <td>۰/۴ کیلوگرم</td> <td>۰/۳ کیلوگرم</td> <td>۰/۲ کیلوگرم (۱ لیوان)</td> <td>سبزی</td> </tr> <tr> <td>۵ عدد</td> <td>۴ عدد</td> <td>۳ عدد</td> <td>۲ عدد</td> <td>تخم مرغ بزرگ</td> </tr> <tr> <td>۰ کیلوگرم</td> <td>۰ کیلوگرم</td> <td>۰ کیلوگرم</td> <td>۰ کیلوگرم</td> <td>روغن آب کرده</td> </tr> <tr> <td>فاسچ غذاخوری</td> <td>فاسچ غذاخوری</td> <td>فاسچ غذاخوری</td> <td>فاسچ غذاخوری</td> <td>نمک</td> </tr> <tr> <td>به میزان دلخواه</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	۰/۵ کیلوگرم	۰/۴ کیلوگرم	۰/۳ کیلوگرم	۰/۲ کیلوگرم (۱ لیوان)	سبزی	۵ عدد	۴ عدد	۳ عدد	۲ عدد	تخم مرغ بزرگ	۰ کیلوگرم	۰ کیلوگرم	۰ کیلوگرم	۰ کیلوگرم	روغن آب کرده	فاسچ غذاخوری	فاسچ غذاخوری	فاسچ غذاخوری	فاسچ غذاخوری	نمک	به میزان دلخواه				
۰/۵ کیلوگرم	۰/۴ کیلوگرم	۰/۳ کیلوگرم	۰/۲ کیلوگرم (۱ لیوان)	سبزی																									
۵ عدد	۴ عدد	۳ عدد	۲ عدد	تخم مرغ بزرگ																									
۰ کیلوگرم	۰ کیلوگرم	۰ کیلوگرم	۰ کیلوگرم	روغن آب کرده																									
فاسچ غذاخوری	فاسچ غذاخوری	فاسچ غذاخوری	فاسچ غذاخوری	نمک																									
به میزان دلخواه																													
				<p>۱- سبزی را پاک کرده و خرد نمایید.</p> <p>۲- سبزی، تخم مرغها و نمک را با یکدیگر مخلوط نمایید. ظرف را به روغن آغشته کرده و سپس مخلوط مواد را درون ظرف ببریزید.</p> <p>۳- در ظرف را بگذارید تا تخم مرغ ها سفت شوند.</p> <p>۴- ظرف را برروی سه پایه بلند فلزی روی سینی فلزی قرار دهید.</p> <p>۵- منو را انتخاب کرده و وزن را تنظیم کنید. سپس دکمه start را فشار دهید تا شروع به پخت نماید.</p> <p>۶- وقتی صدای بیب را شنیدید، در ظرف را بردارید. سپس غذا را برگردانید و سمت دیگر آن را نیز به روغن آغشته نمایید. ظرف را بدون درب داخل فر بگذارید.</p> <p>۷- دکمه start را فشار دهید تا پخت ادامه پیدا کند.</p>																									
	پیتزای تازه (Pc 6)	۰/۲ تا ۰/۴ کیلوگرم	سه پایه و سینی فلزی	<p>ابتدا سه پایه فلزی بلند را بر روی سینی پیرکس بگذارید سپس پیتزای ابر را روی سینی قلزی گذاشته و آن را بر روی سه پایه فلزی قرار دهید پس از شنیدن صدای بیب پنیر را اضافه کرده و دکمه استارت را جهت ادامه پخت فشار دهید.</p> <table border="1"> <tr> <td>نمک</td> <td>گوجه فرنگی</td> <td>تخم مرغ</td> <td>روغن آب شده</td> <td>گوجه فرنگی</td> </tr> <tr> <td>به میزان دلخواه</td> <td>۰/۳ کیلوگرم</td> <td>۰/۲ کیلوگرم</td> <td>۰/۲ کیلوگرم</td> <td>۰/۲ کیلوگرم</td> </tr> <tr> <td></td> <td>۰/۴ کیلوگرم</td> <td>۰/۲ کیلوگرم</td> <td>۰/۲ کیلوگرم</td> <td>۰/۲ کیلوگرم</td> </tr> </table>	نمک	گوجه فرنگی	تخم مرغ	روغن آب شده	گوجه فرنگی	به میزان دلخواه	۰/۳ کیلوگرم	۰/۲ کیلوگرم	۰/۲ کیلوگرم	۰/۲ کیلوگرم		۰/۴ کیلوگرم	۰/۲ کیلوگرم	۰/۲ کیلوگرم	۰/۲ کیلوگرم										
نمک	گوجه فرنگی	تخم مرغ	روغن آب شده	گوجه فرنگی																									
به میزان دلخواه	۰/۳ کیلوگرم	۰/۲ کیلوگرم	۰/۲ کیلوگرم	۰/۲ کیلوگرم																									
	۰/۴ کیلوگرم	۰/۲ کیلوگرم	۰/۲ کیلوگرم	۰/۲ کیلوگرم																									
	املت گوجه فرنگی (Pc 7)	۰/۵ تا ۰/۲۵ کیلوگرم	ظرف کم عمق شیشه ای	<table border="1"> <tr> <td>نمک</td> <td>گوجه فرنگی</td> <td>تخم مرغ</td> <td>روغن آب شده</td> <td>گوجه فرنگی</td> </tr> <tr> <td>به میزان دلخواه</td> <td>۰/۳ کیلوگرم</td> <td>۰/۲ کیلوگرم</td> <td>۰/۲ کیلوگرم</td> <td>۰/۲ کیلوگرم</td> </tr> <tr> <td></td> <td>۰/۴ کیلوگرم</td> <td>۰/۲ کیلوگرم</td> <td>۰/۲ کیلوگرم</td> <td>۰/۲ کیلوگرم</td> </tr> </table> <p>تکه های گوجه فرنگی، نمک و روغن را به مخلوط کنید. سپس داخل بشتاب ببریزید. بشتاب را بدون درب در مایکروویو قرار دهید. در ظرف دیگری تخم مرغ هارا با هم مخلوط کنید. پس از شنیدن صدای بیب تخم مرغ ها را افزوده و دکمه استارت را جهت ادامه فشار دهید. پس از ۰/۵ تا ۰/۲ کیلوگرم بشتاب را بیرون بیاورید.</p>	نمک	گوجه فرنگی	تخم مرغ	روغن آب شده	گوجه فرنگی	به میزان دلخواه	۰/۳ کیلوگرم	۰/۲ کیلوگرم	۰/۲ کیلوگرم	۰/۲ کیلوگرم		۰/۴ کیلوگرم	۰/۲ کیلوگرم	۰/۲ کیلوگرم	۰/۲ کیلوگرم										
نمک	گوجه فرنگی	تخم مرغ	روغن آب شده	گوجه فرنگی																									
به میزان دلخواه	۰/۳ کیلوگرم	۰/۲ کیلوگرم	۰/۲ کیلوگرم	۰/۲ کیلوگرم																									
	۰/۴ کیلوگرم	۰/۲ کیلوگرم	۰/۲ کیلوگرم	۰/۲ کیلوگرم																									
	سیب زمینی سرخ کرده (Pc 8)	۰/۲ کیلوگرم	سه پایه و سینی فلزی	<table border="1"> <tr> <td>سیب زمینی</td> <td>گوجه فرنگی</td> <td>تخم مرغ</td> <td>روغن آب شده</td> <td>سیب زمینی</td> </tr> <tr> <td>۰/۲ کیلوگرم</td> <td>۰/۳ کیلوگرم</td> <td>۰/۲ کیلوگرم</td> <td>۰/۲ کیلوگرم</td> <td>۰/۲ کیلوگرم</td> </tr> <tr> <td></td> <td>۰/۴ کیلوگرم</td> <td>۰/۳ کیلوگرم</td> <td>۰/۲ کیلوگرم</td> <td>۰/۲ کیلوگرم</td> </tr> </table> <p>سیب زمینی را به قطعات نازک خرد کنید. پس از شستن سیب زمینی ها و خشک کردن آنها با پارچه کتان روغن و سیب زمینی ها را بر روی سینی فلزی ببریزید. سه پای را روی سینی پیرکس سپس سینی فلزی را روی سه پای قرار دهید.</p>	سیب زمینی	گوجه فرنگی	تخم مرغ	روغن آب شده	سیب زمینی	۰/۲ کیلوگرم	۰/۳ کیلوگرم	۰/۲ کیلوگرم	۰/۲ کیلوگرم	۰/۲ کیلوگرم		۰/۴ کیلوگرم	۰/۳ کیلوگرم	۰/۲ کیلوگرم	۰/۲ کیلوگرم										
سیب زمینی	گوجه فرنگی	تخم مرغ	روغن آب شده	سیب زمینی																									
۰/۲ کیلوگرم	۰/۳ کیلوگرم	۰/۲ کیلوگرم	۰/۲ کیلوگرم	۰/۲ کیلوگرم																									
	۰/۴ کیلوگرم	۰/۳ کیلوگرم	۰/۲ کیلوگرم	۰/۲ کیلوگرم																									

نصب کردن سیخ های جوجه گردان



میله های باربیکیو را در جهت عقربه های ساعت در قسمت چپ پیچ کنید.

میله های باربیکیو در سمت چپ هستند.



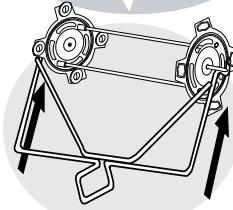
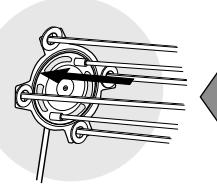
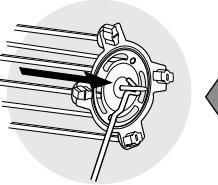
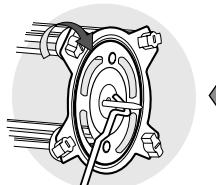
آنها را در طرف سمت راست قرار دهید.

میله های باربیکیو را در طرف سمت راست قرار دهید.



احتیاط :

سیخ ها و سیله بازی نبوده ، آنها را از دسترس کودکان دور نگه دارید.



آنرا در جهت عقربه های ساعت پچرخانید تا باید شود . ۴ بار این عمل را تکرار کید تا ۴ عدد سیخ های میله گردان نصب شوند.

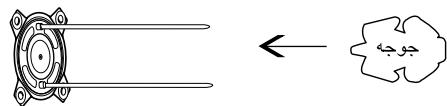
له دیگر سیخ را داخل حفره روی طرف سمت راست قرار دهید.

له نقطه دار سیخ را داخل حفره روی طرف سمت چپ قرار دهید.

دسته را روی سیخ چرخان نصب کنید.

نصب و پخت با جوجه گردان

قبل از پخت مرغ درسته، بالها، رانها و سینه‌ی آن را طبق شکل ببندید.



دکمه **Persian Cook** را فشار دهید.
گردونه **Dial** را بچرخانید تا عبارت "PC 3" نمایان شود.
برای تایید دسته بندی دکمه **START** را فشار دهید.
غذا را روی جوجه گردان قرار دهید.

جوچه

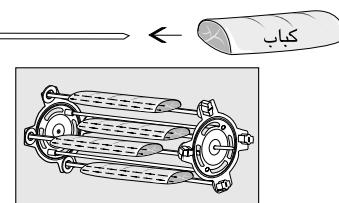


احتیاط

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

دکمه **Persian Cook** را فشار دهید.
گردونه **Dial** را بچرخانید تا عبارت "PC 3" نمایان شود.
برای تایید دسته بندی دکمه **START** را فشار دهید.
قبل از اینکه کباب را به سیخ بکشید، محل را کاملاً تمیز نمایید.

کباب



راهنمای گرم کردن یا مجدد گرم کردن

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

دستور العمل ویژه	زمان پخت (دقیقه / حداقل)	نوع غذا	دستور العمل ویژه	زمان پخت (دقیقه / حداقل)	نوع غذا
از قابلمه درب دار مخصوص مایکروویو استفاده کنید. در نیمه زمان پخت غذا را هم بزنید.	۵ ~ ۷ (۵۴۰W با توان)	پوره سبیل زمینی ۱ فنجان ۴ فنجان	گوشت تکه شده را در ظرف مایکروویو قرار دهید. از روکش منفذ دار پلاستیکی استفاده کنید. توجه: استفاده از سس موجب حفظ آب آن می شود.	۱ ~ ۲	گوشت ورقه شده سه تکه ۰/۵ Cm ضخامت
از قابلمه درب دار مخصوص مایکروویو استفاده کنید. در نیمه زمان پخت غذا را هم بزنید.	۱ ۶/ ~ ۲ ۶/	لوبیا ۱ فنجان	تکه های مرغ را در ظرف مایکروویو بگذارید. از روکش منفذ دار پلاستیکی استفاده کنید.	۱ ۶/ ~ ۲ ۲ ~ ۳ ۶/	مرغ خرد شده ۱ سینه کامل ۱ ران کامل
از قابلمه درب دار مخصوص مایکروویو استفاده کنید. در نیمه زمان پخت غذا را هم بزنید.	۱ ۶/ ~ ۳ ۶ ۶/ ~ ۹	راویولی یا پاستا با سس ۱ فنجان ۴ فنجان	ماهی را بر روی صفحه مایکروویو بگذارید. از روکش منفذ دار پلاستیکی استفاده کنید.	۱ ~ ۲	فیله ماهی (۱۷۰ ~ ۲۳۰g)
از قابلمه درب دار مخصوص مایکروویو استفاده کنید. در نیمه زمان پخت غذا را هم بزنید.	۱ ~ ۱ ۶/ ۲ ۶/ ~ ۴	برنج ۱ فنجان ۴ فنجان	لازانیا را بر روی صفحه مایکروویو بگذارید. از روکش منفذ دار استفاده کنید.	۴ ~ ۶	لازانیا به اندازه یک نفر (۳۰g)
نان را در کاغذ مخصوص پخت قرار داده و روی سینی شیشه ای بگذارید.	۱۵ ~ ۳۰ ثانیه	نان ساندویچ گرد یا رول	از قابلمه درب دار مخصوص مایکروویو استفاده کنید. در نیمه زمان پخت غذا را هم بزنید.	۱ ۶/ ~ ۳ ۴ ۶/ ~ ۷	کاسارولی ۱ فنجان ۴ فنجان
از قابلمه درب دار مخصوص مایکروویو استفاده کنید. در نیمه زمان پخت غذا را هم بزنید.	۱ ۶/ ~ ۲ ۶/ ۴ ~ ۶	سبزیجات ۱ فنجان ۴ فنجان	از قابلمه درب دار مخصوص مایکروویو استفاده کنید. در نیمه زمان پخت غذا را هم بزنید.	۱ ~ ۲ ۶/ ۳ ۶/ ~ ۶	پنیر یا کرم کاسارولی ۱ فنجان ۴ فنجان
از قابلمه درب دار مخصوص مایکروویو استفاده کنید. در نیمه زمان پخت غذا را هم بزنید.	۱ ۶/ ~ ۲	سوب به اندازه (۲۲۰g)	از قابلمه درب دار مخصوص مایکروویو استفاده کنید. در نیمه زمان پخت غذا را هم بزنید.	۱ ~ ۲ ۶/ ۳ ۶/ ~ ۶	سوب جو یا ساندویچ گوشت ۱ ساندویچ ۱/۴ فنجان پرکنده (ساندویچ بدون نان کرد)
از ظرف در دار مخصوص مایکروویو استفاده کنید.	۱۴ ~ ۹ (۵۴۰W با توان)	خوراک (برای یک نفر) ۱۲۵ گرم گوشت ۱۵۰ سبزیجی آب پز ۰g ۱۵۰ هویج آب پز ۰g	از قابلمه درب دار مخصوص مایکروویو استفاده کنید. در نیمه زمان پخت غذا را هم بزنید.	۱ ~ ۲ ۶/	سوب جو یا ساندویچ گوشت ۱ ساندویچ ۱/۴ فنجان پرکنده (ساندویچ بدون نان کرد)

۱-کاسارولی: نوعی غذای مرکب از گوشت و آرد

راهنمای سبزیجات تازه

دستور العمل پخت	زمان پخت (دقیقه) (دقیقه حداکثر)	مقدار لازم (دقیقه)	نوع غذا
قارچ ها را در یک قابلمه ۱/۵ لیتری درب دار قرار دهید. در نیمه زمان پخت غذا را هم بزنید. دقیقه صیر کنید.	۱۷۶ ~ ۲۱۶	۲۳۰ گرم	قارچ تازه ورقه شده
به همراه ۱ فنجان آب در یک قابلمه ۱/۵ لیتری درب دار قرار دهید. در نیمه زمان پخت غذا را هم بزنید. دقیقه صیر کنید.	۳ ~ ۶	۴۵۰ گرم	زردک تازه ورقه شده
نخود فرنگی را در یک قابلمه ۱/۵ لیتری درب دار ریخته و ۱/۷ فنجان به آب اضافه کنید. در نیمه زمان پخت غذا را هم بزنید. دقیقه صیر کنید.	۶ ~ ۹	۴ لیوان	نخود فرنگی تازه
سیب زمینی ها را از چند جای مختلف با چنگال سوراخ کنید. آنها را روی دو ورقه غذا مخصوص پخت قرار دهید و در نیمه زمان پخت غذا را هم بزنید. دقیقه صیر کنید.	۵ ~ ۹ ۹ ~ ۱۳	۲ عدد متوسط ۴ عدد متوسط	سیب زمینی کاملاً توری (هر کدام ۱۷۰ ~ ۲۳۰ گ)
سیب زمینی ها را از چند جای مختلف با چنگال سوراخ کنید. آنها را روی دو ورقه غذا مخصوص پخت قرار دهید و در نیمه زمان پخت غذا را هم بزنید. دقیقه صیر کنید.	۵/۶ ~ ۷/۶ ۹/۶ ~ ۱۴	۲ عدد ۴ عدد	سیب زمینی اسلامبی کاملاً توری (هر کدام ۱۷۰ ~ ۲۲۰ گ)
اسفناجها را در یک قابلمه ۱/۵ لیتری درب دار ریخته و فنجان به آن آب اضافه کنید. دقیقه صیر کنید.	۶ ~ ۸	۴۵۰ گرم	برگ اسفناج
ورقة های کدو را در یک قابلمه ۱/۵ لیتری درب دار قرار دهید. ۱/۲ فنجان به آن آب اضافه کنید. در نیمه زمان پخت غذا را هم بزنید. دقیقه صیر کنید.	۴/۶ ~ ۷/۶	۴۵۰ گرم	کدوی مسمای تازه خرد شده
کدوها را با چنگال سوراخ کنید. روی دو ورقه کاغذ مخصوص پخت قرار دهید. در نیمه زمان پخت آنها را جایجا کرده و برگردانید.	۶ ~ ۹	۴۵۰ گرم	کدوی مسمای تازه درسته

دستور العمل پخت	زمان پخت (دقیقه) (دقیقه حداکثر)	مقدار لازم (دقیقه)	نوع غذا
آنها را کمی مرتب کنید. ۲ فاشق غذاخوری آب و روی آن را پوشانید. زمان انتظار دقیقه ۲-۳	۴/۵ ~ ۷ ۱۰ ~ ۱۲	۲ عدد متوسط ۴ عدد متوسط	آرتیشو ۲۲۰ گرم)
فنچان آب به آن اضافه کنید. روی آن را پوشاند. زمان انتظار دقیقه ۲-۳	۳ ~ ۶	۴۵۰ گرم	مارچوبه تازه
لوبیا را همراه ۱/۲ فنجان آب در یک قابلمه ۱/۵ لیتری بدون در بریزید. در نیمه زمان پخت غذا را هم بزنید. زمان انتظار دقیقه ۲-۳	۶ ~ ۱۰	۴۵۰ گرم	لوبیا سبز
لوبیا را همراه ۱/۲ فنجان آب در یک قابلمه ۱/۵ لیتری بدون در بریزید. در نیمه زمان پخت غذا را هم بزنید. زمان انتظار دقیقه ۲-۳	۱۰ ~ ۱۴	۴۵۰ گرم	لوبیا تازه
کلم را در طرف مخصوص فر قرار دهید. فنجان آب به آن اضافه کنید. زمان انتظار دقیقه ۲-۳	۳/۶ ~ ۴	۳۰۰ گرم	کلم بروکلی (تازه و خردشده)
کلم را همراه ۱/۲ فنجان آب در یک قابلمه ۱/۵ لیتری بدون در بریزید. در نیمه زمان پخت غذا را هم بزنید. زمان انتظار دقیقه ۲-۳	۷ ~ ۹	۴۵۰ گرم	کلم تازه و خردشده
هویج را همراه ۱/۴ فنجان آب در یک قابلمه ۱/۵ لیتری بدون در بریزید. در نیمه زمان پخت غذا را هم بزنید.	۲ ~ ۳	۲۰۰ گرم	هویج تازه حلقه شده
کل کلم را کمی مرتب کنید. کرفشها را خرد کرده با ۱/۲ فنجان آب در یک قابلمه ۱/۰ لیتری بدون در بریزید. در نیمه زمان پخت غذا را هم بزنید. زمان انتظار دقیقه ۲-۳	۵ ~ ۷	۴۵۰ گرم	کل کلم درسته
۲ فاشق غذاخوری آب در طرف ۱/۵ لیتری بریزید. در پوشش آن را گذاشته و ۲-۳ دقیقه صیر کنید.	۴ ~ ۸	۲ لیوان	ذرت تازه

راهنمای یخ زدایی

تکنیک ها و نکاتی پیرامون یخ زدایی گوشت

شما می توانید گوشتها را در لاف اصلی خودشان یخ زدایی کنید، البته به شرطی که فلز به کار نرفته باشد. هرگونه حلقه فلزی، گره، سیم یا فویل را در آورید. گوشت را در صفحه مایکروویو قرار دهید تا آب گوشت را بگیرد. تا زمانی که لازم است گوشت ها را یخ زدایی کنید. شکل های مختلف گوشت را از یکدیگر جدا کنید مثلا قطعات خورشته، سوسیس ها و گوشتها را نمک سود شده. قسمتهای یخ زدایی شده را در آورده و به یخ زدایی قسمتهای باقی مانده ادامه دهید. به محض آن که توансیدید یک چنگال را در مرکز گوشت فرو کنید، آن تکه آماده پخت است. (فشار فرو کردن چنگال باید متعادل باشد). چنانچه مرکز گوشت یخ زده بود باید صیر کنید تا کاملا یخ آب شود.

غذا	مقدار	زمان یخ زدایی (به دقیقه)	زمان درینگ (به دقیقه)	دستور العمل
گوشت گوساله قیمه شده	۵۰۰ گرم	۶ ~ ۸	۵ ~ ۱۰	لاف گوشت را در آورید. گوشت منجمد را بر روی صفحه مسطح مایکروویو بگذارید. با توان ۴۰٪ آن را یخ زدایی کنید. پس از سپری شدن نیمی از عمل یخ زدایی، غذا را بر گردانید. (در اینجا قسمتهای یخ زدایی شده را در آورید).
استیک، فیله	۵۰۰ گرم	۴ ~ ۶	۵ ~ ۱۰	
کباب، راسته (بدون استخوان)	۱۰۰۰ گرم	۱۲ ~ ۱۵	۱۰ ~ ۱۵	
مرغ درسته	۱۰۰۰ گرم	۱۶ ~ ۱۹	۱۰ ~ ۱۵	
سینه مرغ بالای ران	۴۵۰ گرم	۵ ~ ۷	۵ ~ ۱۰	
ران	۴۵۰ گرم	۸ ~ ۹	۵ ~ ۱۰	
بال	۲۵۰ گرم	۸ ~ ۹	۵ ~ ۱۰	
ماهی و غذای دریانی ماهی درسته	۴۵۰ گرم	۶ ~ ۸	۵ ~ ۱۰	
فیله ماهی میگو	۵۰۰ گرم	۷ ~ ۹	۵ ~ ۱۰	
	۲۵۰ گرم	۴ ~ ۶	۵ ~ ۱۰	

راهنمای پخت با گریل

دستور العمل سرخ کردن گوشت با گریل

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

نکات مهم	زمان پخت (دقیقه)	وزن مجاز	نوع غذا
سطح آن را به کره آب کرده یا روغن آغشته نمایید. در نیمه زمان پخت آن را بر گردانید.	۱۱ ~ ۱۴	۲۳۰ گرم	فیله ماهی (ضخامت ۱ cm) (ضخامت ۱/۵ cm)
	۱۷ ~ ۲۱	۲۳۰ گرم	استیک ماهی (cm ۲/۵) (ضخامت ۲ cm)
برای ماهی های ضخیم تر و پر چربی زمان بیشتری نیاز دارد.	۱۸ ~ ۲۳	۲۳۰ گرم	ماهی درسته
به هنگام پخت آن را به خوبی چرب کنید.	۱۸ ~ ۲۳ ۲۲ ~ ۳۲	۲۲۵-۳۵۰ گرم ۴۰۰ گرم	اسکالپ ها میگوی نپخته

نکات مهم	زمان پخت (دقیقه)	وزن مجاز	نوع غذا
با روغن یا کره آب شده آن را چرب کنید. قسماتهای نازک باید روی سه پایه گریل قرار بگیرند. قسمتهای کلفت باید روی سینی قرار بگیرند.	۱۱ ~ ۱۴ ۱۷ ~ ۲۱	۵۰×۲ گرم ۱۰۰×۲ گرم	ساندويچ گوساله
در نیمه زمان پخت غذا را بر گردانید. هر چند وقت یک بار غذا را بر گردانید.	۱۶ ~ ۱۸ ۱۹ ~ ۲۱ ۲۳ ~ ۲۵	۲۳۰×۲ گرم ۲۳۰×۲ گرم ۲۳۰×۲ گرم	استیک گوساله (ضخامت ۲/۵ cm) آبدار (نیمه خام) نیم پز کاملاً پخته
	۲۲ ~ ۲۹	۲۳۰×۲ گرم	گوشت گوسفند (ضخامت ۲/۵ cm) ساندیمتر
	۱۱ ~ ۱۴	۲۳۰×۲ گرم	سوسیس

چربیهای اضافی گوشت را جدا نکنید. فقط چربی را جدا کرده و اطمینان حاصل نمایید حین انجام این کار گوشت را برش ندهید. (این کار از جدا شدن آسان چربی جلوگردی می کند) آن را روی سه پایه قرار دهید. آن را به کره یا روغن آغشته نمایید. در نیمه زمان پخت، گوشت را برگردانید.

راهنمای پخت کانوکشن

فر را گرمایش اولیه کرده و به حرارت مورد نظر برسانید. زمان و دستورالعمل ارایه شده در جدول زیر را رعایت کنید. پس از پخت اطراف فربسیار داغ خواهد شد. از دستکش فر استفاده کنید.

غذا	مقدار	حرارت کانوکشن	زمان پخت (به دقیقه)	دستورالعمل
شیرینی مافین ^۱ (با خمیر تازه)	۶ تکه (هر تکه ۶۰ گرم)	۲۰ درجه	۲۰ ~ ۲۵	خمیر را آماده کنید. بر روی سه پایه فلزی قرار دهید. ۵ دقیقه صبر کنید.
رول نان (پخته شده آماده)	۴ تکه (هر تکه ۵۰ گرم)	۱۸ درجه + ۱۸۰ وات (بدون بیش گرمایش)	۱۰ ~ ۱۲	رول ها را برابر روی سه پایه فلزی بچینید. مدت ۳ دقیقه صبر کنید.
نان سفید (با خمیر تازه)	۱ قرص (حدود ۵۰۰ ~ ۷۵۰ گرم)	۲۰ درجه	۲۰ ~ ۵۰	خمیر را آماده کنید. بر روی سه پایه فلزی قرار دهید. ۱۰ دقیقه صبر کنید.
کیک اسفنجی (خمیر تازه)	۱ قالب کیک (۴۵۰ ~ ۵۰۰ گرم)	۱۸ درجه	۲۵ ~ ۴۰	خمیر را آماده کنید. آن را در یک ظرف گرد به قطر ۸ اینچ بگذارید. بر روی سه پایه فلزی قرار دهید. ۱۰ دقیقه صبر کنید.
کیک میوه ای خانواده	۱ قالب کیک (۱۰۰۰ ~ ۱۲۰۰ گرم)	۱۶ درجه + ۱۸۰ وات	۴۰ ~ ۶۰	خمیر را آماده کنید. در یک ظرف گرد با قطر ۸ یا ۹ اینچی قرار دهید. بر روی سه پایه بگذارید. به پخت ادامه دهید تا زمانی که پس از امتحان، خلال به صورت تمیز بیرون بیاید. ۱۰ دقیقه صبر کنید.
پیتزای تازه	۱ ظرف پیتزای (حدود ۱۰۰۰ گرم)	۲۰۰ درجه	۲۵ ~ ۴۰	پیتزای را آماده کنید. بر روی سه پایه فلزی قرار دهید. ۲ دقیقه صبر کنید.
پیتزای منجمد	۴۰۰ گرم	۲۲۰ درجه	۱۸ ~ ۲۵	بسته بندی را باز کنید. بر روی سه پایه فلزی قرار دهید. ۲ دقیقه صبر کنید.

۱- مافین: نوعی شیرینی که با کره میل می کنند.

غذا	مقدار	حرارت کانوکشن	زمان پخت (به دقیقه)	دستور العمل
غذای آماده منجمد (ماکارونی و پنیر)	۳۰۰ گرم	۲۰۰ درجه + ۳۶۰ وات بدون پیش گرمادهی	۱۸~۲۵	مواد را در ظرف مناسب و مقاوم در برابر حرارت قرار دهید. ظرف را روی سه پایه بگذارید. ۲ تا ۳ دقیقه صبر کنید.
رول اسپرینگ منجمد	۳۰۰ گرم	۲۲۰ درجه	۲۵~۵۰	روی سطح را با سبزیجات از قبیل با روغن تفت داده شده پوشانید. رول های اسپرینگ را بر روی سه پایه کنار هم قرار دهید ۱ تا ۲ دقیقه صبر کنید.
گوشت ریز سیب زمینی	۱۰۰۰ گرم	۱۴۰ درجه + ۵۴۰ وات بدون پیش گرمادهی	۱۴~۱۸	گراتین سیب زمینی را آماده کنید. بر روی سه پایه قرار دهید. ۲ تا ۳ دقیقه صبر کنید.
رست بیف	۱۰۰۰ گرم	۱۶۰ درجه + ۵۴۰ وات بدون پیش گرمادهی	۳۰~۴۵	بر روی سه پایه قرار دهید. پس از سپری شدن نیمی از زمان پخت آن را برگردانید. ۱۰ تا ۱۵ دقیقه درپوش را بر روی آن قرار دهید.
کباب بره	۱۰۰۰ گرم	۱۶۰ درجه + ۵۴۰ وات بدون پیش گرمادهی	۲۴~۴۸	بر روی سه پایه قرار دهید. پس از سپری شدن نیمی از زمان پخت آن را برگردانید. ۱۰ تا ۱۵ دقیقه درپوش را بر روی آن قرار دهید.
مرغ سرخ کرده	۱۰۰۰ گرم	۲۰۰ درجه + ۵۴۰ وات بدون پیش گرمادهی	۳۲~۴۷	بر روی سه پایه قرار دهید. پس از سپری شدن نیمی از زمان پخت آن را برگردانید. ۲ تا ۵ دقیقه درپوش را بر روی آن قرار دهید.

راهنمای پخت هوای داغ

فر را پیش گرمادهی کرده و به حرارت مورد نظر برسانید.

زمان و دستور العمل ارایه شده در جدول را اجرا کنید.

پس از پخت، گریل و اطراف فر بسیار داغ خواهد شد، از دستکش فر استفاده کنید.

غذا	مقدار	حرارت به درجه	زمان پخت	دستور العمل
سینه مرغ بدون استخوان	۴۰۰ گرم	۲۰۰	۳۰ ~ ۳۸	سینه های مرغ بدون استخوان را شسته و خشک کرده و ادویه زده و سپس سینه ها را در ظرف ضد حرارت قرار داده و بر روی سه پایه بگذارید.
بیتزا منجمد	۴۰۰ گرم	۲۰۰	۸ ~ ۱۴	بیتزا منجمد را بر روی سه پایه قرار دهید.
باگت منجمد	۲۵۰ گرم	۲۰۰	۱۰ ~ ۱۵	باگتهاي منجمد را بر روی سه پایه قرار دهید.
رول اسپرینگ منجمد	۳۰۰ گرم (۱۵۰×۲)	۲۳۰	۱۵ ~ ۲۲	رول های اسپرینگ را روی سه پایه فلزی قرار دهید.
سیب زمینی منجمد	۳۰۰ گرم	۲۲۰	۱۵-۲۲	سیب زمینی های منجمد را بر روی سینی ضد حرارت قرار دهید.

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.

نکات ایمنی و مهم

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

- ۱۲ قبل از پخت پوست سبب زمینی، سبب 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 چیزهایی بر چرب را در آن سرخ نکنید.
- ۱۵ قبل از پخت یا خارج کردن غذا از حالت انجام روش آن را بکنید.
- ۱۶ توجه داشته باشید که در مورد بعضی از غذاها باید دارای روش پلاستیکی یا سلفون باشند.
- ۱۷ اگر درب فر یا قسمتهای درز گیری شده آن آسیب دیده، نباید تا زمانی که تعمیر نشده از آن استفاده کرد.
- ۱۸ اگر دودی مشاهده شد آن را خاموش نموده و از برق بکشید، در راسته نگهدارید تا آتش خاموش شود.
- ۱۹ وقتی غذا را در ظرف های یک بار مصرف کاغذی، پلاستیکی یا غیره می پزدید دائم مراقب باشید تا مبادا ظرف خراب شود.
- ۲۰ 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.
- ۲۱ مایعات و سایر غذاها را در حالت کنسرو نباید درون مایکروویو قرار داد چون احتمال انفجار وجود دارد.
- ۲۲ چنانچه درز گیرهای روی درب یا قسمتهای اطراف مایکروویو مشکلی دارد از آن استفاده نکنید تا فر شما توسط یک تکسیین مجرب تعمیر شود.
- ۲۳ قبل از استفاده از وسایل مایکروویو آنها را کنترل نمایید و مطمئن شوید که مناسب، و سالم هستند.
- ۲۴ در زمان استفاده از گریل، کانفکشن و پخت اتوماتیک از دست زدن به قسمت بیرونی و عقب محافظه فر و نیز وسایل درون آن بدون دستکش خودداری کنید. زیرا به هنگام استفاده از مایکروویو وسایل و دستگاه بسیار گرم می شود. قبل از تمیز کردن آن مطمئن شوید که دستگاه داغ نباشد.

- ۱ سعی کنید به هیچ قسمت از دستگاه دست نزد و صفحه کلید، سوئیچ قفلهای ایمنی یا هر قسمت دیگر را تعمیر یا تنظیم نکنید. هرگونه تعمیری که مستلزم بازگردان صفحه روی محافظه می باشد برای افراد غیر متخصص خطرناک بوده و شخص را درمعرض 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 وقته که مورد استفاده قرار ندارد، بگارید 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 غذامهای 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 بسته های فلزی را باز نکنید. اشیاء فلزی ممکن است ایجاد قوس نمایند که شدیداً صدمه میرسانند.
- ۷ چیزی لای درب مایکروویو نگذارید زیرا این کار ممکن است باعث نشت انرژی آن به خارج شود.
- ۸ از کاغذهای بازیافتی استفاده نکنید. زیرا ممکن است دارای ناخالصی باشد که باعث تولید جرقه و آتش سوزی به هنگام پخت شوند.
- ۹ صفحه های مایکروویو را بعد از کار داخل آب نگذارید زیرا ممکن است بشکند یا آسیب بینند.
- ۱۰ مقایر کوچک غذا به پخت کمتر و زمان حرارت دهی کمتری نیاز دارند. اگر بیشتر حرارت بینند. ممکن است زیادی پخته یا بسوزند.
- ۱۱ مایکروویو را در جایی قرار دهید که حداقل ۸ ساعتی متر یا بیشتر از سطح لبه عقب باشد تا بر حسب تصادف نیفتد.

نکات ایمنی و مهم

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

۲۶ درب تزئینی اجاق ماکروویو باید در هنگام کارکرد باز باشد.

۲۷ این اتصال ممکن است با در اختیار داشتن یک دوشاخه قابل دسترس یا به وسیله اتصال یک کلید در سیم کشی ثابت و مطابق با قوانین سیم کشی به دست آید.

۲۸ از مواد پاک کننده بسیار قوی یا سیم ظرفشوئی ساینده و تیز برای تمیز نمودن شیشه درب اجاق استفاده نفرمائید زیرا سطح شیشه را خراش میدهند، که ممکن است باعث خرد شدن شیشه شود.

▲ هشدار:

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

▲ هشدار:

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

▲ هشدار:

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

▲ هشدار:

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

▲ هشدار:

قسمتهای قابل دسترسی دستگاه در هنگام استفاده داغ خواهد شد.
کودکان را باید از دستگاه دور نگاه داشت.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

ظروف مخصوص مایکروویو

کاغذی

شقبهای 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. حolle های کاغذی نیز برای پیچیدن غذا و قرار دادن آنها بصورت لایی بین سینی ها و قتی که غذای چربی مثل بیکن سرخ می شود، مناسبند. بطور کلی از کاغذهای رنگی استفاده نکنید. چون ممکن است رنگ بدمند. بعضی از کاغذهای بازیافت دارای ناخالصی هایی است که باعث ایجاد قوس 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 مهیا است. اکثر افراد، از مواردی که آزمایش شده اند استفاده می کنند تا مواردی که تازه به با ار آمده اند.

ظرف سفالی، سرامیک یا سنتگی

ظرفهایی از این نوع معمولا برای مایکروویو و فر مناسبند ولی حتما قبل از استفاده آزمایش کنید. (ظرف سفالی لب پریدگی 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 برگشتند و باعث ایجاد قوس می شوند. که پدیده ای شبیه به ساعه 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. احتمالا چیزهای زیادی در آشپزخانه وجود دارد که برای کار در مایکروویو مناسب است. فهرست زیر را بخوانید:

ظرفهای غذا یا بشقاب

احتمالا 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 گیلاس 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 سریعا گرم کنیم استفاده کنیم. آنها را نباید برای غذاهایی که گرم شدنشان وقت زیادی می گیرد استفاده کرد زیرا ظرف آب می شود.

مشخصه های غذا و پخت با مایکروویو

توجه دقیق به همه چیز

میزان رطوبت غذا

از آنجا که گرمای تولید شده از مایکروویو رطوبت را تبخیر می کند، غذاها نسبتاً خشک مثُل گوشت‌های برشی و بعضی از سبزیجات را باید قبیل 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 می‌پزد در هنگام پخت غذاهای چرب یا استخواندار باید در نظر داشت که آنها به طور یکسان نپخته و بیش از حد نیز نمی‌پزد. مقدار غذا

تعداد امواج مایکروویو در فر شما بدون توجه به میزان پختن غذا ثابت می‌ماند بنابراین هر چه غذای بیشتری در فر قرار دهد، زمان پخت طولانی تر می‌شود. بیان داشته باشید که وقتی دستور العمل پخت را به میزان نصف کاهش می‌دهد، زمان پخت را نیز حداقل به یک سوم تقلیل دهد.

شكل غذا

امواج مایکروویو تنها ۲ ثانیتی متر در غذا رخنه می‌کنند. بخش داخلی غذاهای ضخیم با ورود گرمای داخل آن، پخته می‌شود. بدترین شکل ممکن برای غذایی که در مایکروویو پخته می‌شود این است که به شکل مکعب ضخیم باشد قبیل از این که مرک آن حتی گرم شود به های آن می‌سوزد. غذاهای گرد یا حلقه‌ای شکل معمولاً به پیشتر نحو در فر می‌پزند.

پوشاندن

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

قهوة ای شدن با سرخ شدن

غذاهای سبک، متفاوت از دستورهای پخت بوده آنها که برای نان کیک و کاسترد هستند توصیه می‌شود که غذا و قوتی کمی نیخته هستند از فر خارج شود. این کار اشتباه نیست اگر آنها را از فر خارج می‌کنیم بیوشانیم و مدتی صبر کنیم در اثر گرمای حبس شده در ظرف غذا را آرامی به پخت آمده می‌دهد. اگر غذا تا زمان پخت نهایی در فر بماند، لایه رویی بیش از حد پخته یا می‌سوزد باید در تخمین زمان پخت و مکث بعد از آن در مورد غذاهای مختلف، تجربه کسب کنید.

تراکم غذا

غذاهای سبک، متفاوت از دستورهای سنگین و پر غلظت مثُل کاسارول و گوشت برشی می‌پزند. باید در پخت غذاهای منفذ دار مراقب باشید که لبهای نان و یا غیره خشک و سفت نشوند.

ارتفاع غذا
قسمت بالایی غذای بلند بوده گوشت برشی سریعتر از قسمت پایینی می‌پزد. بنابراین بهتر است غذا را در حین پخت مرتباً بچرخانیم.

دستورهای پختی که در کتاب آمده با دقت زیادی تنظیم شده اند اما موقفيت شما در آماده کردن آنها بستگی به میزان توجه شما دارد. همیشه در حین پخت غذا مواظب آن باشید. فر مایکروویو شما جهيز به چراغ است و به طور اتوماتیک وقتی فر روشن است چراغ بیز روشن می‌شود تا بتوانید داخل را دیده و آماده شدن غذا را چک کنید. دستورالعملهای داده شده در دستور پخت برای بهتر شدن غذا و مانند آنها به عنوان حداقل مراحل پیشنهادی است. اگر غذا بخوبی نمی‌پزد، تدبیری را که فکر می‌کنید برای رفع مشکل مفید است، به کار گیرید.

عوامل زیادی بر پخت و زمان آن اثر می‌گذارد دمای ترکیبات استفاده شده در دستورالعمل تهیه غذا تفاوت زیادی در زمان پخت ایجاد می‌کند. مثلاً یک کیک که با کره بین زده، شیر و تخم مرغ درست می‌شود دمای زیادی برای پختن مصرف می‌کند تا کیکی که با موادی درست می‌شود که در دمای اتاق فرار دارد.

تمام دستورالعمل های این کتاب دارای زمان پخت است. به طور کلی متوجه خواهید شد که در زمان پخت کم، غذا نیخته باقی مانده و گاهی می‌خواهید بنا بر میل شخصی، غذا بیشتر از آنچه که تعیین شده پخته شود. فلسفه این این است که بهترین چیز در ارایه دستور العمل پخت این است که زمان پخت بصورت محتاطانه داده شود. غذاهای بیش از حد پخته، خراب می‌شود در بعضی از دستورهای پخت بوده آنها که برای نان کیک و کاسترد هستند

توصیه می‌شود که غذا و قوتی کمی نیخته هستند از فر خارج شود. این کار اشتباه نیست اگر آنها را از فر خارج می‌کنیم بیوشانیم و مدتی صبر کنیم در اثر گرمای حبس شده در ظرف غذا را آرامی به پخت آمده می‌دهد. اگر غذا تا زمان پخت نهایی در فر بماند، لایه رویی بیش از حد پخته یا می‌سوزد باید در تخمین زمان پخت و مکث بعد از آن در مورد غذاهای مختلف، تجربه کسب کنید.

غذاهای سبک، متفاوت از دستورهای سنگین و پر غلظت مثُل کاسارول و گوشت برشی می‌پزند. باید در پخت غذاهای منفذ دار مراقب باشید که لبهای نان و یا غیره خشک و سفت نشوند.

ارتفاع غذا
قسمت بالایی غذای سبک، متفاوت از دستورهای سریعتر از قسمت پایینی می‌پزد. بنابراین بهتر است غذا را در حین پخت مرتباً بچرخانیم.

مشخصه های غذا و پخت با مایکروویو

تمیز کردن فر مایکروویو

۱- تمیز کردن داخل فر

غذاهایی که در حین پخت می پرند دیواره فر و بین در و بدن آن را کثیف می کنند. بهترین کار این است که با استعمال مرطوب فوراً آن را پاک کنید. این ذرات انرژی مایکروویو را جذب کرده و زمان پخت را افزایش می دهند. با استفاده از استعمال 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 سایانه 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 استعمال 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 جمی شده، آن را با استعمال 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 سایانه مثل پودرهای پاک کننده یا سیمهای پلاستیکی یا فلزی استفاده نکنید.

۵ از هیچ نوع ماده تمیز کننده دارای بخار استفاده نفرمایید.

هم زدن

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

چراندن

غذاهای بزرگ و بلند مثل گوشتیهای بربان و مرغ درسته را باید در ظرف بچرخانید تا قسمت بالا و پایین به طور یکسان سرخ شوند بهتر است مرغ را تکه کرده و در فر گذاشت. قسمتهای ضخیم را به طرف بالا قرار دهید. از آنجا که امواج مایکروویو جذب قسمت خارجی ظرف می شود. به این ترتیب این قسمتها از آنچه که امواج مایکروویو جذب قسمت خارجی ظرف می شود. به این ترتیب این قسمتها پوشاندن

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

بالاتر 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 چندگال سوراخ کرد تا در فر نترکند. چنین غذاهایی شامل تم 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 مرتبا 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 پیز 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.

پرسش و پاسخ

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 نرخ ها شوند.

احتیاط

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

س- چرا فر من با سرعتی که کتاب شما ارایه داده غذا را نمیزد؟
ج- کتاب راهنمای را دوباره بخوانید تا مطمئن شوید از دستورالعملهای آن دقیقا پیروی کرده اید و بینید چه چیزی باعث این اختلاف زمان می شود.
کتاب راهنمای تغذیه دما پیشنهادی هستند که برای پیشگیری از پخت بیش از حد ارائه شده اند و رایج ترین مسئله در عادت کردن به مایکروویو هستند. تفاوت در اندازه، شکل و وزن غذا به زمان بیشتری نیاز دارد.
در کار دستورالعملهای ارائه شده از تجربیات خودتان استفاده کنید درست همانند آشپزی معمولی.

س- وقتی چراغ فر روش 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 پورت هایی برای عبور نور تعبیه شده اما انرژی مایکرووی از آن نمی گذرد.

س- چرا با زدن هر دکمه روی صفحه کلید صدای بیب می شنیم؟
ج- این صدا برای اطمینان از درست وارد شدن دستور است.
س- اگر مایکروویو را خالی، روش کنیم خراب می شود؟
ج- بله هرگز آن را بدون سینی شیشه ای خالی روش 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 پخت ادامه می دهد این زمان، پخت را یکنواخت در غذا تمام می کند. میزان این زمان به غلظت غذا بستگی دارد.

س- فن دستگاه در زمانی که فر کار نمی کند، روش است. آیا خراب است؟
ج- چنانچه پس از اتمام آشپزی، حرارت فضای داخل فر بیش از مقدار مناسب باشد، به منظور اینمی مصرف کننده سیستم خنک کننده خودکار- فن دستگاه را روش می کند.

اطلاعات سیم کشی دو شاخه

مشخصات فنی

مشخصات فنی	
MC-3022SNR/MC-3022WNR LF-5702NR/LF-5702NSR/LF-5702SRR/LF-5702WRR	
230 V~ 50 Hz	ورودی برق
900 W (IEC60705 rating standard)	خروجی
2450 MHz	فرکانس مایکروویو
530 mm(W) X 322 mm(H) X 427 mm(D)	ابعاد خارجی
	مصرف برق
1350 watt	مایکروویو
1250 watt	گریل
max. 2550 watt	ترکیبی
max. 2050 watt	انتقال گرمایی

هشدار

این وسیله باید به زمین متصل باشد.

سیمهای این وسیله مطابق کدهای زیر رنگی هستند.

آبی - نول

قهوه ای - برق دار

سبز و زرد - برای زمین

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

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

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

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

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

یادداشت

یادداشت

