



Owner's Manual

MICROWAVE OVEN WITH GRILL AND CONVECTION

Please read this owner's manual thoroughly before operating.

How the Microwave Function Works /

माइक्रोवेव प्रणाली किस तरह कार्य करती है

Microwaves are a form of energy similar to radio, television waves, and ordinary daylight. Normally, microwaves spread outwards as they travel through the atmosphere and disappear without effect.

This oven, however, has a magnetron that is designed to make use of the energy in microwaves. Electricity, supplied to the magnetron tube, is used to create microwave energy.

रेडियो, टेलीविज़न तरंगों और दिन के सामान्य प्रकाश की तरह ही माइक्रोवेव भी ऊर्जा का ही एक रूप है। आमतौर पर माइक्रोवेव की ये ऊर्जा तरंगे बाहर की तरफ ही प्रसारित होती हैं क्योंकि वे वातावरण में चालित होती हैं और अंततः प्रभावहीन हो कर गायब हो जाती हैं। किन्तु फिर भी, इस ओवन में अतिरिक्त रूप से एक मैग्नेट्रॉन होता है जो कि माइक्रोवेव्स में समाहित ऊर्जा को उपयोग में लाने का कार्य करता है। मैग्नेट्रॉन ट्यूब में प्रवाहित विद्युत, माइक्रोवेव ऊर्जा का निर्माण करती है।

These microwaves enter the cooking area through openings inside the oven. A tray is located inside 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.

ये माइक्रोवेव्स ओवन के माध्यम से कुकिंग एरिया में अन्दर की तरफ प्रयोग में लाये जाते हैं। ओवन के भीतर एक ट्रे होती है जो मुख्य उपयोग में आती है। माइक्रोवेव्स ओवन के चारों ओर की धातु से बनी दीवारों को पार नहीं कर पाती हैं परन्तु वे अपने आसपास की वस्तुएं जैसे ग्लास, पोरसलीन और कागज़ सहित सुरक्षा को ध्यान में रख कर बनाये गए अन्य धातु के बरतनों में प्रवाहित हो जाती हैं।

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

मूलरूप से माइक्रोवेव्स खाने के बरतनों को गर्म नहीं करता बल्कि ये बरतन गर्म हुए भोजन की गरमाहट से आखिरकार गर्म हो ही जाते हैं।

A very safe appliance / अति-सुरक्षित उपकरण

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

माइक्रोवेव्स आपके सभी घरेलू उपकरणों में से सबसे अधिक सुरक्षित होता है। जब द्वार खुला होता है तब ओवन अपने आप ही माइक्रोवेव्स भेजना बंद कर देता है। जब ये माइक्रोवेव्स खाने के सामान में प्रवाहित होती हैं तो वे पूरी तरह से ऊष्णता में परिवर्तित हो जाती हैं और इस भोजन को जब आप ग्रहण करते हैं तो "बाकी बची" ऊर्जा से आपके स्वास्थ्य पर कोई भी हानिकारक प्रभाव नहीं पड़ता।

Contents

3	IMPORTANT SAFETY INSTRUCTIONS
9	SAFETY PRECAUTIONS
11	BEFORE USE
11	Unpacking & Installing
13	Method To Use Accessories As Per Mode
14	Microwave-Safe Utensils
16	Control Panel
18	Child Lock
19	HOW TO USE
19	Micro Power Cooking
20	Micro Power Level
21	Quick Start
22	Grill Cooking
23	Grill Combination Coking
24	Convection Combination Cooking
25	Two Stage Cooking
26	Convection Preheat
27	Convection Cooking
28	Various Cook Functions
29	Health Plus
33	Soup
40	Continental
47	Indian Cuisine
56	Sweet Corner
61	Tandoor Se
66	Kids' Delight
71	Cake
74	Utility Corner
76	Usage of accessories
77	TO CLEAN YOUR OVEN / QUESTIONS & ANSWERS
79	TWO RECIPES
81	Plug wiring information

IMPORTANT SAFETY INSTRUCTIONS/ READ CAREFULLY AND KEEP FOR FUTURE REFERENCE

महत्वपूर्ण सुरक्षा निर्देश/

ध्यान से पढ़ें और भविष्य के संदर्भ के लिए रखें

Read and follow all instructions before using your oven to prevent the risk of fire, electric shock, personal injury, or damage when using the oven. This guide does not cover all possible conditions that may occur. Always contact your service agent or manufacturer about problems that you do not understand.

कृपया आगे के सन्दर्भों पर नजर डालें। ओवन का इस्तेमाल करते समय आग लगने या विद्युत का झटका लगने, व्यक्तिगत तौर पर दुर्घटना और क्षति से बचने के लिए उपयोग में लाने के पूर्व सभी निर्देश पढ़ें और उनका पालन करें। यह दिशा-निर्देश सभी संभावित दशाओं का वर्णन नहीं करती जो ओवन पर कार्य करते समय हो सकती हैं। किसी भी ऐसी समस्या के दौरान जब आप स्थिति को समझने में असमर्थ हों, आप सदैव अपने सर्विस एजेंट या निर्माता से संपर्क करें।

WARNING / चेतावनी

This is the safety alert symbol. This symbol alerts you to potential hazards that can kill or hurt you and others. All safety messages will follow the safety alert symbol and either the word "WARNING" or "CAUTION". These word means:

यह सुरक्षा-सचेतक चिन्ह हैं। यह चिन्ह आपको संभावित सभी खतरों के प्रति सचेत करता है जो कि आपकी या दूसरों की जान ले सकते हैं या उनको घायल कर सकते हैं। सभी सुरक्षा संदेश सुरक्षा सचेतक चिन्हों या "वार्निंग" या "कॉशन" के बाद लिखे हुए हैं। इन शब्दों का अर्थ है:

WARNING / चेतावनी

This symbol will alert you to hazards or unsafe practices which could cause serious bodily harm or death.

यह चिन्ह आपको खतरों या असुरक्षित तरीके से कार्य करते समय होने वाली शारीरिक दुर्घटनाओं या मृत्यु आदि की आशंकाओं से सचेत करता है।

CAUTION / सावधानी

This symbol will alert you to hazards or unsafe practices which could cause bodily injury or property damage.

यह चिन्ह आपको खतरों या असुरक्षित तरीके से कार्य करते समय होने वाली शारीरिक दुर्घटनाओं या संपत्ति संबंधी अन्य किसी क्षति की आशंकाओं से सचेत करता है।

WARNING / चेतावनी

- 1 Do not attempt to tamper with, or make any adjustments or repairs to the door, door seals, control panel, safety interlock switches or any other part of the oven which would involve the removal of any cover protecting against exposure to microwave energy. Do not operate the oven if the door seals and adjacent parts of the microwave oven are faulty. Repairs should only be undertaken by a qualified service technician.

ओवन के द्वार, द्वार की सील, कंट्रोल पैनल, सेफ्टी इंटरलॉक स्विचेस या उसका कोई अन्य हिस्सा जो कि माइक्रोवेव ऊर्जा को बाहर निकलने से रोककर सुरक्षित करता हो, से छेड़छाड़ न करें न ही किसी प्रकार का जोड़तोड़ या सुधार करें। द्वार या उससे जुड़े किसी हिस्से में कोई खराबी आने की दशा में ओवन का उपयोग न करें। इसकी मरम्मत का काम सिर्फ सर्विस टेक्नीशियन के माध्यम से ही करवाएं।

- Unlike other appliances, the microwave oven is a high-voltage and a high electrical-current piece of equipment. Improper use or repair could result in harmful exposure to excessive microwave energy or in electric shock.

उपकरणों की तुलना में माइक्रोवेव ओवन एक उच्च क्षमता का उच्च विद्युत तरंग वाला उपकरण है। इसका गलत तरीके से इस्तेमाल या मरम्मत करने से अत्यधिक मात्रा की माइक्रोवेव ऊर्जा का हानिकारक प्रभाव या विद्युत के झटके का खतरा हो सकता है।

- 2 Do not use the oven for the purpose of dehumidification. (ex. Operating the microwave oven with wet newspapers, clothes, toys, electric devices, pet or child etc.)

डि-ह्यूमिडिफिकेशन के लिए इसका इस्तेमाल न करें। (उदा. गीले अखबार, खिलौनों, विद्युत उपकरणों, पालतू पशु या बच्चों के साथ ओवन को न चलायें)

- It can be the cause of serious damage to safety such as a fire, a burn or a sudden death due to an electric shock.
यह आग, जलना या विद्युत के झटके से होने वाली अकस्मात् मृत्यु जैसी गंभीर सुरक्षा-क्षति का कारण भी बन सकता है।

! WARNING / चेतावनी

- 3 The appliance is not intended for use by young children or elderly persons. 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.

इस उपकरण को छोटे बच्चों या वृद्ध लोगों के प्रयोग करने के उद्देश्य से नहीं बनाया गया है। बड़े बच्चों को ही इसे चलाने दें वह भी सिर्फ पर्याप्त जानकारी और दिशा-निर्देश देने के बाद ही ताकि वे इसे गलत तरीके से इस्तेमाल करने के खतरों के प्रति सतर्क होकर इसे सुरक्षापूर्वक उपयोग में ला सकें।

- Improper use may cause damage such as a fire, electric shock or burn.
अनुचित उपयोग से क्षति हो सकती है, जैसेकि आग लगना, बिजली का झटका लगना या जलना।

- 4 Accessible parts may become hot during use. Young children should be kept away.
इसके इस्तेमाल के दौरान स्पर्श में आने लायक इसके सभी हिस्से गर्म हो सकते हैं। छोटे बच्चों को दूर रखना आवश्यक है।

- They may get a burn.
इससे जलने को खतरा है।

! WARNING / चेतावनी

- 5 Liquids or other foods must not be heated in sealed containers since they are liable to explode. 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.

बंद बर्तनों में तरल या अन्य भोजन इसके अन्दर गर्म न किए जाएं क्योंकि उनमें विस्फोट हो सकता है। खाना बनाते समय या डी-फ्रॉस्ट करते समय बर्तन का मुंह बंद करने वाली प्लास्टिक की झिल्ली आदि अवश्य निकाल लें। कुछ मामलों में गरम करने या बनाने के लिए खाने को प्लास्टिक की झिल्ली से बंद करके इसमें रखा जाना चाहिए।

- They could burst.
उसमें विस्फोट हो सकता है।

! WARNING / चेतावनी

- 6 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.

ओवन यदि क्षतिग्रस्त है तो इसको न चलाएं। यह विशेष रूप से महत्वपूर्ण है कि ओवन के द्वार ठीक से बंद हों और इनमें से कोई (1) द्वार (मुड़े), (2) कब्जे और चिटकनी (टूटी या ढीली), (3) द्वार सील और सीलिंग तल क्षतिग्रस्त न हो।

- It could result in harmful exposure to excessive microwave energy.
अधिक समय तक भोजन अन्दर रहने पर उसमें आग भी लग सकती है और ओवन को भी नुकसान पहुंच सकता है।

- 7 Be certain to use proper accessories on each operation mode, refer to the guide on page 13.
ओवन के किसी भी तरह के उपयोग के दौरान पृष्ठ 13 के निर्देश के अनुसार उचित उपकरणों का इस्तेमाल करें।

- Improper use could result in damage to your oven and accessories, or could make spark and a fire.
इसके गलत तरीके से इस्तेमाल से ओवन और आपके उपकरणों का नुकसान या विद्युत स्पार्क या आग लगने का खतरा हो सकता है।

- 8 The children should not allow to play with accessories or hang down from the door handle.
बच्चों को इसकी एक्सेसरीज से खेलने या इसके दरवाजे पर लटकने से मना किया जाना चाहिए।

- They may get hurt.
उन्हें चोट लगने का खतरा है।

- 9 **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.**

किसी भी व्यक्ति को जो कि ओवन का तकनीक विशेषज्ञ न हो, ओवन में किसी भी प्रकार की मरम्मत या किसी भी तरह का जोड़तोड़ करने से मनाही होनी चाहिए ताकि माइक्रोवेव ऊर्जा से बचाने के लिए लगे हुए कवर अपनी जगह से न हिलें।

- 10 **When the appliance is operated in the combination mode, children should only use the oven under adult supervision due to the temperatures generated.**

जब ओवन का कॉम्बिनेशन मोड में इस्तेमाल हो रहा हो तो बच्चे सिर्फ बड़ों के निर्देशन के ही इसका इस्तेमाल करें क्योंकि इस समय अत्यधिक ताप उत्पन्न होता है जो उनके लिए घातक सिद्ध हो सकता है।

CAUTION / सावधानी

- 1 **You cannot operate your oven with the door open due to the safety interlocks built into the door mechanism. It is important not to tamper with the safety interlocks.**

इसके दरवाजों पर लगे सेफ्टी इंटरलॉक्स के कारण आप इसके द्वार खोल कर इसको नहीं चला सकते। ये बहुत जरूरी है कि सेफ्टी इंटरलॉक्स के साथ किसी तरह की छेड़छाड़ न की जाए।

- It could result in harmful exposure to excessive microwave energy. (Safety interlocks automatically switch off any cooking activity when the door is opened.)

इसमें पैदा होने वाली अत्यधिक माइक्रोवेव ऊर्जा के कारण ये खतरे की वजह भी बन सकते हैं। (जब ओवन के द्वार खुले होते हैं तो सेफ्टी इंटरलॉक्स अपने आप निष्क्रिय हो कर खाना बनाने या गरम करने का कार्य बंद कर देते हैं।)

- 2 **Do not place any object (such as kitchen towels, napkins, etc.) between the oven front face and the door or allow food or cleaner residue to accumulate on sealing surfaces.**

ओवन के द्वार और प्रवेश द्वार के सामने कोई सामान (जैसे किचन टॉवल या नैपकिन इत्यादि) न रखें न ही किसी तरह के खाने या सफाई करने वाले सामान के अवशेष यहाँ रहने दें।

- It could result in harmful exposure to excessive microwave energy.

ऐसा करना अत्यधिक ऊर्जा के प्रवाह से खतरा पैदा कर सकता है।

- 3 **Please ensure cooking times are correctly set, small amounts of food require shorter cooking or heating time.**

कुकिंग टाइम को निश्चित समय के लिए सही सेट करें। कम मात्रा वाले भोजन को पकाने के लिए कम समय लगता है।

- Over cooking may result in the food catching on fire and subsequent damage to your oven.

आवश्यकता से अधिक समय तक कुकिंग से आग लग सकती है और आपके ओवन को क्षति पहुंच सकती है।

- 4 **When heating liquids, e.g. soups, sauces and beverages in your microwave oven,**

*** Avoid using straight sided containers with narrow necks.**

*** Do not overheat.**

*** Stir the liquid before placing the container in the oven and again halfway through the heating time.**

*** After heating, let it stand in the oven for a short time; stir or shake it again carefully and check the temperature of it before consuming to avoid burns (especially, contents of feeding bottles and baby food jars).**

सूप, सॉसेज और पेय पदार्थों को जब माइक्रोवेव ओवन में गर्म करने के लिए रखें,

* छोटी गर्दन वाले सीधे खड़े पात्र इसमें रखने से बचें।

* आवश्यकता से अधिक समय तक हीटिंग न करें।

* तरल पदार्थ के भगोने को इसमें रखने से पहले हिलाएं और हीटिंग के दौरान आधे समय के बाद फिर से बाहर निकाल कर हिला लें, फिर अन्दर रखें।

* हीटिंग के बाद कुछ समय आप उसे अन्दर ही रहने दें फिर इस भोजन को ग्रहण करने से पहले इसे सावधानीपूर्वक हिला लें, या चमचे से चला लें ताकि आप इसकी उष्णता का अनुमान कर इसे खा/पी सकें और आपका मुंह जलने से बच सकें (विशेष तौर पर बच्चे को खाना खिलाने वाला पात्र या दूध पिलाने वाली बोतल)।

- Be careful when handling the container. Microwave heating of beverages can result in delayed eruptive boiling without evidence of bubbling. This could result in hot liquids suddenly boiling over.
भगोने को इससे निकालते समय पकड़ने में सावधानी रखें। माइक्रोवेव में जलीय पदार्थों को गर्म होने पर कई बार वे देर से और बिना बुलबुले दिए अचानक उबल जाते हैं। इससे जलने का खतरा पैदा हो सकता है।
- 5 An exhaust outlet is located on the top, bottom or side of the oven. Don't block the outlet.
इसकी ऊपरी सतह पर, बगल में या नीचे एक एग्जॉस्ट द्वार होता है। इस द्वार को सदा खुला रखें।
- It could result in damage to your oven and poor cooking results.
इससे आपके ओवन को क्षति पहुंच सकती है और खाना भी ठीक से नहीं पकेगा।
- 6 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.
ओवन खाली होने की दशा में चालू न करें। ये बेहतर होगा कि जब ओवन का इस्तेमाल न हो रहा हो तो एक ग्लास पानी भरकर इसमें रखें। इससे जब भी कभी गलती से ओवन चालू हो जाए तो ये पानी इसकी सारी गर्मी को अपने अन्दर अवशोषित कर लेगा और दुर्घटना का खतरा नहीं रहेगा।
- Improper use could result in damage to your oven.
गलत तरीके से ओवन का इस्तेमाल करने से ओवन को नुकसान पहुंच सकता है।
- 7 Do not cook food wrapped in paper towels, unless your cook book contains instructions for the food you are cooking. And do not use newspaper in place of paper towels for cooking.
पेपर टॉवल से लिपटा कर खाना न बनाएं न गरम करें जब तक कि आपकी भोजन निर्माण की पुस्तक में कुछ इस तरह का विशेष निर्देश न दिया गया हो। और इस दशा में भी पेपर टॉवल की जगह घरेलू अखबार इस्तेमाल न करें।
- Improper use can cause an explosion or a fire.
गलत तरीके से ओवन का इस्तेमाल करने से आग लग सकती है।
- 8 Do not use wooden containers and ceramic containers that have metallic (e.g. gold or silver) inlays. Always remove metal twist ties. Check that the utensils are suitable for use in microwave ovens before use.
सिरेमिक और लकड़ी के बने भगोने जिनमें अंदरूनी सतह धातु की बनी हो, इसमें न रखें। ये पहले देख लें कि आपके बर्तन इसमें इस्तेमाल हो सकते हैं या नहीं।
- They may heat-up and char. Metal objects in particular may arc in the oven, which can cause serious damage.
वे गरम हो सकते हैं और जल भी सकते हैं। खासतौर पर धातु के पदार्थों में चिंगारियां आ सकती हैं जिससे गंभीर क्षति हो सकती है।
- 9 Do not use recycled paper products.
रीसायकल पेपर के बने हुए उत्पाद प्रयोग में न लाएं।
- They may contain impurities which may cause sparks and/or fires when used in cooking.
उनमें अशुद्ध तत्व हो सकते हैं जो कि खाना बनाते समय चिंगारियों या आग लगने की वजह बन सकते हैं।
- 10 Do not rinse the tray and rack by placing it in water just after cooking. This may cause breakage or damage.
खाना बनाने के तुरंत बाद ओवन की ट्रे को धोने के लिए पानी में न डालें क्योंकि इससे प्लेट के टूटने या क्षतिग्रस्त होने का खतरा हो सकता है।
- Improper use could result in damage to your oven.
गलत तरीके से ओवन का इस्तेमाल करने से ओवन को नुकसान पहुंच सकता है।
- 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.
सुनिश्चित करें कि आप ओवन को हमेशा इस तरह रखेंगे कि इसका सामने का द्वार सतह के किनारों से आठ सेंटीमीटर या अधिक पीछे रहे।

- Improper use could result in bodily injury and oven damage.
गलत तरीके से इस्तेमाल करने से शारीरिक दुर्घटना और ओवन की टूट-फूट का भी खतरा हो सकता है।
- 12 Before cooking, pierce the skin of potatoes, apples or any such fruit or vegetables.
पकाने से पहले आलू या सेब या इस तरह के अन्य छाल दार फल या सब्जियों में छेद कर लें।
 - They could burst.
वे अन्दर विस्फोट कर सकते हैं।
- 13 Do not cook eggs in their shell. Eggs in their shell and whole hardboiled eggs should not be heated in microwave ovens since they may explode, even after microwave heating has ended.
अंडे को छिलके के साथ इसके भीतर न पकाएं। छिलके सहित अंडा और उबला हुआ पूरा अंडा माइक्रोवेव में गर्म नहीं किया जाना चाहिए, तब भी नहीं जबकि माइक्रोवेव की हीटिंग समाप्त हो गई हो।
 - Pressure will build up inside the egg which will burst.
अंडे के अन्दर दबाव बनेगा और फिर बढ़ते-बढ़ते वो फट जाएगा।
- 14 Do not attempt deep fat frying in your oven.
ओवन के अन्दर अधिक तेल में खाद्य पदार्थ तलने की कोशिश कभी न करें।
 - This could result in a sudden boil over of the hot liquid.
ऐसा करने से अन्दर गर्म हुआ तरल पदार्थ उबल कर बाहर फैल सकता है।
- 15 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.
अगर धुआं महसूस हो तो स्विच ऑफ करें या पॉवर सप्लाय बंद कर दें और ओवन के दरवाजे कुछ देर बंद ही रहने दें ताकि लपटें अन्दर ही शांत हो सकें।
 - It can cause serious damage such as a fire or electric shock.
यह आग लगने या विद्युत के झटके जैसे गंभीर नुकसान पहुंचा सकता है।
- 16 When food is heated or cooked in disposable containers made of plastic, paper or other combustible materials, keep an eye on the oven and check it frequently.
जब डिस्पोजेबल बर्तनों में, जो कि प्लास्टिक, कागज या दुसरे ज्वलनशील पदार्थों से बने हों, खाना गरम किया जाए या पकाया जाए, तब ओवन पर नज़र रखिये और इसकी फ्रीक्वेंसी की जांच करते रहें।
 - Your food may be poured due to the possibility of container deterioration, which also can cause a fire.
आपका खाना भी गिर कर फैल सकता है इसके भगोने के टूट जाने से और इससे भी आग लग सकती है।
- 17 The temperature of accessible surfaces may be high when the appliance is operating. Do not touch the oven door, outer cabinet, rear cabinet, oven cavity, accessories and dishes during grill mode, convection mode and auto cook operations, before clearing make sure they are not hot.
पास की सतह का ताप बहुत अधिक हो सकता है जब बर्तन अन्दर हो। ग्रिल मोड, कन्वेक्शन मोड या कुकिंग के समय इस्तेमाल हो रहे ओवन का द्वार या बाहरी सतह, पिछली दीवार ओवन कैविटी या इसके उपकरण को न छुएं। इसके बाद अन्दर के बर्तनों को बाहर लाते समय ध्यान रखें कि वे गर्म न हों।
 - As they will become hot, there is the danger of a burn unless wearing thick culinary gloves.
क्योंकि वे गर्म होने के बाद जलने का खतरा पैदा कर सकते हैं और इसके लिए किचन के मोटे दस्ताने पहनना चाहिए।
- 18 The oven should be cleaned regularly and any food deposits should be removed.
ओवन को नियमित रूप से साफ करना चाहिए और उनके अन्दर किसी भी तरह के भोजन के अंश न छूटें, इसका ध्यान रखना चाहिए।
 - Failure to maintain the oven in a clean condition could lead to deterioration of the surface.
This could adversely affect the life of the appliance and possibly result in a hazardous situation.
ओवन की सफाई का ध्यान न रखने से इसकी सतह खराब हो सकती है। इससे इस पर रखे जाने वाले बर्तन भी खराब हो सकते हैं और यह खतरनाक भी हो सकता है।
- 19 If there are heating elements, the appliance becomes hot during use. Care should be taken to avoid touching the heating elements inside the oven.
अगर ओवन में हीटिंग पदार्थ हों तो गरम करते समय उपकरण भी गर्म हो जाता है। ओवन के अन्दर रखे इस तरह के हीटिंग पदार्थों को छूने से बचना चाहिए।

- There is danger of a burn.

इसमें जलने का खतरा हो सकता है।

- 20 **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. Never use a brown paper bag for popping corn. Never attempt to pop leftover kernels.**

पॉपकॉर्न के प्रोडक्ट्स के दिए गए सटीक निर्देशों का पालन करना चाहिए। जब इसके अन्दर पॉपकॉर्न बनाए जा रहे हों तो इसकी अनदेखी न करें। अगर तय समय के भीतर भी कॉर्नस न फूल सकें तो हीटिंग बंद कर इन्हें बाहर निकाल लेना चाहिए। ओवन में कॉर्नस को फूलाने के लिए कभी भी भूरा कागज का बैग इस्तेमाल में ना लाएं। ओवन में बचे हुए कॉर्नस के टुकड़ों को दुबारा उसमें गर्म न करें।

- Overcooking could result in the corn catching a fire.

अधिक पकाने से कॉर्नस में आग लग सकती है।

- 21 **Do not use harsh abrasive cleaners or sharp metal scrapers to clean the oven door glass.**

इससे सतह पर खरोंच लग सकती है व काँच भी टूट सकता है।

- They can scratch the surface, which may result in the glass shattering.

इससे सतह पर खरोंच लग सकती है, व काँच भी टूट सकता है।

- 22 **This oven should not be used for commercial catering purposes.**

यह ओवन व्यावसायिक कैंटरिंग के प्रयोग में नहीं लाया जाना चाहिए।

- Improper use could result in damage to your oven.

इसके गलत इस्तेमाल से इसमें खराबी आ सकती है।

- 23 **The connection may be achieved by having the plug accessible or by incorporating a switch in the fixed wiring in accordance with the wiring rules.**

वायरिंग के नियमों का पालन करते हुए फिक्स्ड वायरिंग में प्लग या स्विच से जोड़ कर इसका कनेक्शन लगाना चाहिए।

- Using improper plug or switch can cause an electric shock or a fire

गलत प्लग या स्विच लगाने से विद्युत का झटका या आग लग सकती है।

- 24 **The microwave oven shall be used freestanding.**

माइक्रोवेव ओवन को अलग रख कर इस्तेमाल में लाया जाना चाहिए।

- 25 **This appliance is not intended for use by persons (including children) with reduced physical, sensory or mental capabilities, or lack of experience and knowledge, unless they have been given supervision or instruction concerning use of the appliance by a person responsible for their safety.**

यह उपकरण (बच्चों सहित) उन सभी लोगों के इस्तेमाल के लिए नहीं है जो कम शारीरिक या मानसिक क्षमता के हों, या जिनका अनुभव या ज्ञान कम हो। ऐसे सभी लोगों को इसके उपयोग की अनुमति तभी दी जानी चाहिए जब उनकी सुरक्षा के लिए जिम्मेदार कोई व्यक्ति उनके साथ हो और उन्हें निर्देशन दे रहा हो।

- 26 **Children should be supervised to ensure that they do not play with the appliance.**

ओवन के समीप बच्चों के साथ हमेशा कोई बड़ा व्यक्ति हो जो उन्हें इसके साथ खेलने या छेड़छाड़ करने से मना करे।

- 27 **Oven Lamp power rating is 35W.**

ओवन लैम्प की पावर रेटिंग 35W है।

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

अगर पावर कोर्ड खराब है तो वो एक निर्माता द्वारा या सर्विस एजेंट या इसी तरह के किसी कुशल व्यक्ति द्वारा ही बदली जानी चाहिए।

- 29 **The appliance is not intended to be operate by means of an external timer or separate remote-control system.**

उपकरण को किसी भी बाहरी टाइमर व अलग रिमोट कन्ट्रोल सिस्टम से आपरेट करने के लिए नहीं बनाया गया है।

- ✦ **Either use earth or use exclusive 230V socket with earth.**
या तो अर्थिंग का प्रयोग करें या फिर अर्थिंग के साथ 230 वोल्ट सॉकेट का इस्तेमाल करें।
- ✦ **Do not bend power cord forcefully or break.**
पावर कार्ड को ताकत के साथ न झुकाएं वरना वह टूट सकती है।
- ✦ **Do not pull out power cord.**
पावर कार्ड को हटाएं नहीं।
- ✦ **Do not use several power plug in one socket at the same time.**
एक ही सॉकेट में एक ही समय कई पावर कार्ड्स का इस्तेमाल न करें।
- ✦ **Do not plug in or pull out power cord with wet hand.**
गीले हाथों से पावर कार्ड को न तो लगाएं न ही हटाएं।
- ✦ **Do not spray water inside and outside of microwave oven.**
माइक्रोवेव ओवन के भीतर और बाहर पानी के छींटें न मारें।
- ✦ **Plug out power cord during cleaning or maintenance of set.**
मरम्मत और सफाई के समय पावर कार्ड निकालना न भूलें।
- ✦ **Do not heat up the food more than necessary.**
खाने को ज़रूरत से ज्यादा गरम न करें।
- ✦ **Do not use microwave oven other than cooking or sterilization such as cloth drying etc.**
खाना बनाने या गरम करने के सिवा ओवन का कोई और इस्तेमाल न करें जैसे कपड़े सुखाना, आदि।
- ✦ **Do not insert pin or steel wire etc. into inside/out side of case.**
इसके भीतर/बाहर कहीं भी कोई पिन या लोहे का तार आदि न घुसाएं।
- ✦ **Please be careful during taking the food since high temp. water or soup may overflow to cause burn.**
खाने को बाहर निकालते समय कृपया सावधानी बरतें क्योंकि गरम पानी अथवा सूप आदि तरल पदार्थ उबल कर या छलक कर आपको जला सकते हैं।
- ✦ **Do not plug in power cord when socket hole is loose or plug is damaged.**
जब प्लग खराब हो या पावर सॉकेट ढीला हो तो इसे ठीक करने से पहले इसमें पावर कार्ड न लगाएं।
- ✦ **Do not use oven while some foreign material is attached on the door.**
जब भी ओवन के दरवाजे पर कोई चीज़ अड़ी या रखी हो, ओवन को चालू न करें।
- ✦ **Do not place the water container on the set.**
इस पर पानी का भगौना कभी न रखें।
- ✦ **Do not place heavy things on the set & do not cover the set with cloth while using.**
इस्तेमाल करते समय ओवन के ऊपर कभी भी भारी वस्तुएं न रखें न ही इसे कपड़े से ढकें।
- ✦ **Do not install the set in the damp space or water sputtering area.**
गीले या पानी के बहाव वाले क्षेत्र में ओवन को कभी न रखें।
- ✦ **Do not let children hang onto oven door.**
बच्चों को ओवन के दरवाजों पर लटकने से रोकें।
- ✦ **Do not heat the unpeeled fruit or bottle with lid.**
ढक्कन वाली बोटल और बिना छिला फल कभी इसके अन्दर रख कर गर्म न करें।
- ✦ **Do not hold food or accessories as soon as cooking is over.**
गर्म हो जाने या खाना बन जाने के तुरंत बाद ओवन से खाना या बर्तन बाहर न निकालें।
- ✦ **Plug out oven if it is not used for long duration.**
अगर ओवन को अधिक देर तक इस्तेमाल में न लाना हो तो खाली समय में इसकी पावर कार्ड स्विच से निकाल कर रखें।

- ✦ Install microwave oven in the well ventilated, flat place.

माइक्रोवेव ओवन को अच्छी हवादार और समतल जगह पर रखें।

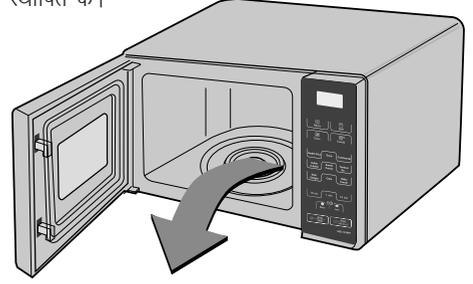
There is danger of blast if covered bottle, sealed food, egg, and chestnut etc. are cooked inside oven.

ओवन के भीतर ढक्कन लगी बोतल, अंडा, सील्ड खाद्य पदार्थ या चेस्टनट रख कर उसे चलाने से विस्फोट हो सकता है।

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.

नीचे दिए हुए दो पन्नों से आप निर्धारित कर सकते हैं कि आपका अवन सही चल रहा है या नहीं। अपना अवन आप कहाँ स्थापित कर रहे हैं इस पर ध्यान दें। अवन को खोलते समय आप सभी एक्सेसरीज और पैकिंग निकाल दें। आप ये निर्धारित करें कि आपका अवन डिलिवरी के समय क्षतिग्रस्त नहीं हुआ है।

1 Unpack your oven and place it on a flat level surface.
अपने अवन को खोलकर एक समतल स्थान पर स्थापित करें।

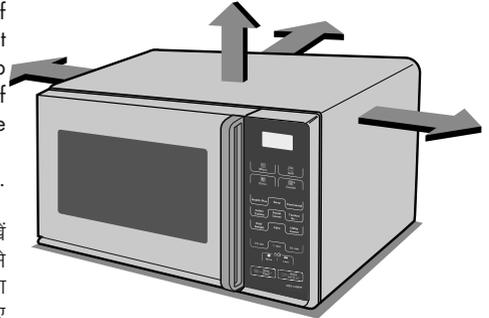


2 Place the oven in the level location of your choice with more than 85cm height but make sure there is at least 30cm of space on the top and 10cm at the rear for proper ventilation. The front of the oven should be at least 8cm from the edge of the surface to prevent tipping.

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

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

एक बाहरी द्वार वायू निकास के लिए अवन के ऊपर या किनारे पर है, बाहरी वायू निकास को रोकना अवन को नष्ट कर सकता है।



This oven should not be used for commercial catering purposes. यह तंदूर व्यवसायिक उद्देश्य के लिए नहीं है।

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

अपने तंदूर को मानक गृह गति से जोड़ दें। इस बात का ध्यान रखें कि आपका तंदूर ही केवल वह उपकरण है जो गति से जुड़ा हुआ है। अगर आपका तंदूर सही ढंग से काम नहीं कर रहा है तो पहले विद्युत आपूर्ति बन्द करके दोबारा चालू करें।

4

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

अपने तंदूर के दरवाजे को दरवाजे पर लगे हुए हथके के द्वारा खींचें। घूमने वाले रिंग को भीतर रखें और ग्लास ट्रे को ऊपर रखें।

5

Fill a microwave safe container with 300 ml (1/2 pint) of water. Place on the **GLASS TRAY** and close the oven door.

माइक्रोवेव सेफ कन्टेनर में 300 मिली. पानी भर लें। उसे ग्लास ट्रे के ऊपर रखकर ओवन का दरवाजा बन्द कर दें।



6

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

स्टार्ट बटन को एक बार दबा दें और 30 सेकन्ड के लिए निर्धारित करें जब आप बटन दबायेंगे तो एक आवाज सुनेंगे और आपका ओवन अपने आप काम करना शुरू कर देगा।



7

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

प्रदर्शन में 30 सेकन्ड गिनने शुरू हो जायेंगे। जब यह 0 तक पहुँचेगा जो एक ध्वनि आयेगी। तंदूर का दरवाजा खोलें और पानी का तापमान जाँच लें। अगर आपका तंदूर काम कर रहा है तो पानी गर्म हो जायेगा। पात्र को हटाते समय सावधानी बरतें, वह शायद गर्म हो सकता है।



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

8

Microwave oven allows you to save energy by display off when not cooking in oven. After 5 mins of door open or close display, lamp will turn off automatically. When you press any key-lamp/display will turn ON again.

जब आप खाना नहीं पका रहे हों तब डिस्प्ले ऑफ होने पर माइक्रोवेव ओवन ऊर्जा बचाता है। दरवाजा खुलने या डिस्प्ले बंद होने के पाँच मिनट बाद लैम्प स्वतः बंद हो जायेगा। जब आप कोई बटन दबायेंगे तो लैम्प/डिस्प्ले फिर से चालू हो जायेगा।

Method To Use Accessories As Per Mode /**मोड के अनुसार एक्सेसरीज प्रयोग करने कि विधि**

	Microwave	Grill	Convection	Grill combi	Conv combi
 High rack	✗	✓	✓	✓	✓
 Low rack	✗	✓	✓	✓	✓
 Glass tray	✓	✓	✓	✓	✓
 Multi Cook Tawa	✗	✓	✓	✓	✓
 Multi cook Tawa & Rack	✗	✓	✓	✓	✓

Caution : Do not operate Multicook tawa + Rack empty (without food) in combi mode.

Caution: Use accessories in accordance with cooking guides!

- ✓ Acceptable
✗ Not Acceptable

सावधानी: मल्टी-कुक तवे को खाली रैक के साथ कोम्बी-मोड में इस्तेमाल न करें।

सावधानी: साथ वाले सभी उपकरणों को कुकिंग-गाइड के अनुसार ही ओपरेट करें।

- ✓ स्वीकार्य
✗ अस्वीकार्य

Microwave-Safe Utensils / माइक्रोवेव सुरक्षित बर्तन

Never use metal or metal trimmed utensils in using microwave function / धातु या धातु के छँट लगे हुए बर्तन इसमें इस्तेमाल न करें।

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 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 the microwave. Place the utensil in question next to a glass bowl filled with water in using microwave function. 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 using microwave function. You probably have many items on hand in your kitchen right now that can be used as cooking equipment in the microwave. Just read through the following checklist.

माइक्रोवेव्स धातु के भीतर नहीं जा पातीं। वे उसके भीतर रखे किसी भी धातु की वस्तु को उड़ा सकती हैं और चिंगारियां पैदा कर सकती हैं और यह स्थिति बिजली कड़कने जैसी एक चेतावनी का दृश्य उपस्थित कर सकती है। ज्यादातर उष्णता-सहन अघात्विक बर्तन ही ओवन में इस्तेमाल करना सुरक्षित होता है। लेकिन कुछ माइक्रोवेव कुकवेयर जैसे बर्तनों में कुछ ऐसे तत्व हो सकते हैं जो ओवन में इस्तेमाल के लिए उचित न हों। अगर कभी आपको किसी एक बर्तन के विषय में किसी प्रकार का संदेह हो तो एक सीधा सादा तरीका है इस बात को चेक करने का कि इस बर्तन को आप ओवन में प्रयोग कर सकते हैं या नहीं।

ओवन के भीतर संदेहास्पद बर्तन को पानी से भरे एक कांच के कटोरे के बगल में रख कर ओवन चलाएं। माइक्रोवेव को हाई पर रखकर एक मिनट तक चलने दें। यदि पानी गर्म हो जाए और छूने पर बर्तन ठंडा लगे तो समझ लें कि यह बर्तन ओवन के लिए सुरक्षित है। लेकिन यदि उल्टा हो यानी पानी ठंडा रहे और बर्तन गर्म हो जाए तो यह बर्तन ओवन के लायक नहीं है। हो सकता है ऐसी कई चीजें आपकी रसोई में हों जो कि खाना बनाने के काम में ओवन के भीतर रखे जाने को बिलकुल तैयार ही हों, ऐसी हालत में सुरक्षा को दृष्टि में रख कर इस चेकलिस्ट को पढ़ें:

Dinner plates/ डिनर प्लेट

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

कई तरह के खाना खाने के बर्तन माइक्रोवेव-सुरक्षित होते हैं। अगर किसी बर्तन को लेकर आपके मन में कोई संदेह हो तो या तो निर्माता की गाइड चेक कर लें या उपरोक्त माइक्रोवेव टेस्ट करके जांच लें।

Glassware / कांच के बर्तन

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.

जो भी कांच के बर्तन गर्मी सहने वाले होते हैं, माइक्रोवेव में सुरक्षित होते हैं। इसमें सभी तरह के ओवन के योग्य कांच के खाना बनाने वाले बर्तन हो सकते हैं। फिर भी कांच के नाजुक बर्तन जैसे टम्बलर, या वाइन ग्लासेस अधिक गर्मी को न सह पाने के कारण टूट भी सकते हैं।

Plastic storage containers / स्टेर करने के लिए प्लास्टिक के भगोने

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.

इनको खाना भरकर रखने के काम में लाया जा सकता है क्योंकि ये शीघ्रता से दुबारा भी गर्म किए जा सकते हैं। फिर भी इनमें वो खाना नहीं रखा जा सकता जिनको कि ओवन में पर्याप्त समय तक रखना जरूरी हो क्योंकि गर्म खाना आखिर में प्लास्टिक के भगोनों को पिघला या टेढ़ा-मेढ़ा कर सकता है।

Paper / कागज

Paper plates and containers are convenient and safe to use in using microwave function, 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.

कागज के बने प्लेटें और भगोने माइक्रोवेव ओवन के लिए आसान भी और सुरक्षित भी होते हैं लेकिन इसके लिए बस यही शर्त है कि कुकिंग का समय कम हो और खाना कम वसा और कम नमी वाला हो। खाने को लपेटने और पैक करने के और बैकन जैसे चिकने भोजन को रखने वाली बैकिंग ट्रे को जमाने के लिए पेपर टोवेल्स बहुत उपयोगी होती हैं। सामान्य तौर पर रंगीन कागज की बनी वस्तुएं न रखें क्योंकि रंग निकल सकता है। कई रिसाइकिल हुए रंगीन कागज के बने पात्रों में अशुद्धता हो सकती है जो ओवन की भीतर चिंगारियां या आग पैदा कर सकते हैं।

Plastic cooking bags / प्लास्टिक के कुकिंग-बैग

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 using microwave function, as they will melt and rupture.

कुकिंग बैग्स माइक्रोवेव के लिए सुरक्षित होती हैं बशर्ते ये बर्तन कुकिंग के उद्देश्यों से ही बनाए गए हों। फिर भी ये सुरक्षा तय करने के लिए इनमें हमेशा एक छेद कर ही देना चाहिए ताकि भाप बाहर निकल सके। साधारण प्लास्टिक बैग कुकिंग के लिए ओवन में इस्तेमाल नहीं किये जाने चाहिए क्योंकि वे फट भी सकते हैं और पिघल भी सकते हैं।

Plastic microwave cookware / प्लास्टिक के बने माइक्रोवेव-पात्र

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.

विविध आकार प्रकार के माइक्रोवेव हेतु प्लास्टिक-बर्तन उपलब्ध हैं। फिर भी अधिक प्रयास यही होना चाहिए कि आप के पास उपलब्ध बर्तनों को ही आप इस्तेमाल करें बजाय इसके कि आप नए बर्तनों में खर्चा करें।

Pottery, stoneware and ceramic / मिट्टी, पत्थर और सिरेमिक के बर्तन

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

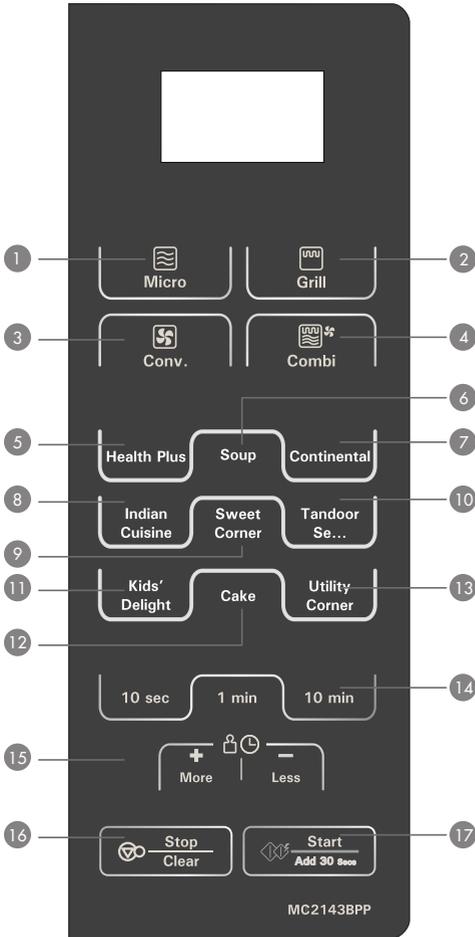
इस तरह के बर्तन आम तौर पर माइक्रोवेव में इस्तेमाल के लिए अच्छे होते हैं फिर भी सुनिश्चित करने के लिए इनका परिक्षण कर लेना चाहिए।



CAUTION / सावधानी

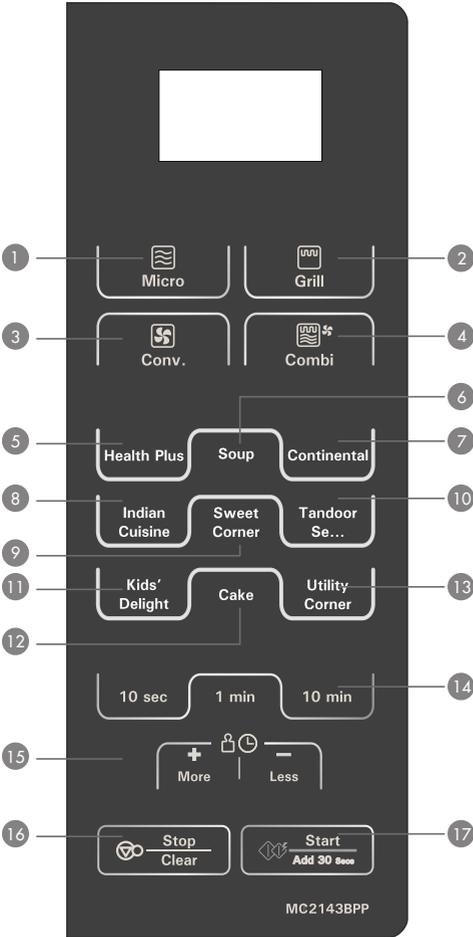
- Some items with high lead or iron content are not suitable as cooking utensils.
- Utensils should be checked to ensure that they are suitable for use in the microwave.
- सीसा या धातु मिले पात्र ओवन में खाना बनाने के लिए उपयुक्त नहीं हैं।
- ओवन में इस्तेमाल करने से पहले "सदैव" बर्तनों का उचित परिक्षण कर लें।

Control Panel



Part	
1 MICRO	Use to select the power level for microwave cooking
2 GRILL	Use to select Grill or Combination cooking
3 CONV.	Use to select Convection cooking
4 COMBI	Use to select combination cooking.
5 HEALTH PLUS	Cook your favourite recipes using this function
6 SOUP	Cook your favourite recipes using this function
7 CONTINENTAL	Cook your favourite recipes using this function
8 INDIAN CUISINE	Cook your favourite recipes using this function
9 SWEET CORNER	Cook your favourite recipes using this function
10 Tandoor Se	Cook your favourite recipes using this function
11 KIDS' DELIGHT	Cook your favourite recipes using this function
12 CAKE	Cook your favourite recipes using this function
13 UTILITY CORNER	Cook your favourite recipes using this function
14 Used to select cooking time of a recipe	
15 More/Less - Used to increase/decrease the cooking time.	
16 STOP/CLEAR	Used to stop oven and clear all entries
17 START/Add 30 sec	To quickly set the cooking time directly. The Add 30 sec feature allow you to set 30 seconds intervals of HIGH power cooking with a single touch

Control Panel



पार्ट

1	माइक्रो माइक्रोवेव कुकिंग के पावर लेवल को स्लेक्ट करने के लिए
2	ग्रिल ग्रिल कुकिंग को स्लेक्ट करने के लिए
3	कन्वेक्शन कन्वेक्शन कुकिंग को स्लेक्ट करने के लिए
4	कॉम्बी कॉम्बी कुकिंग को स्लेक्ट करने के लिए
5	हैल्थ प्लस इस फंक्शन का उपयोग कर अपने पसंदीदा व्यंजन पकायें।
6	सूप इस फंक्शन का उपयोग कर अपने पसंदीदा व्यंजन पकायें।
7	कॉन्टीनेन्टल इस फंक्शन का उपयोग कर अपने पसंदीदा व्यंजन पकायें।
8	भारतीय व्यंजन इस फंक्शन का उपयोग कर अपने पसंदीदा व्यंजन पकायें।
9	स्वीट कॉर्नर इस फंक्शन का उपयोग कर अपने पसंदीदा व्यंजन पकायें।
10	तन्दूर से इस फंक्शन का उपयोग कर अपने पसंदीदा व्यंजन पकायें।
11	किडज डिलाइट इस फंक्शन का उपयोग कर अपने पसंदीदा व्यंजन पकायें।
12	केक इस फंक्शन का उपयोग कर अपने पसंदीदा व्यंजन पकायें।
13	यूटिलिटी कॉर्नर इस फंक्शन का उपयोग कर अपने पसंदीदा व्यंजन पकायें।
14	एक व्यंजन के खाना पकाने के समय का चयन करने के लिए
15	अधिक/कम खाना पकाने में प्रयुक्त समय को अधिक/कम करने के लिए
16	स्टॉप/क्लीयर ओवन को राकने और सभी एन्टीरीज को हटाने के लिए
17	स्टार्ट/एड 30 सेकेंड <ul style="list-style-type: none"> • कुकिंग को शुरू करने के लिए दबाए जाने वाले अपने बटन को आप एक ही बार दबाएं। • विवक स्टार्ट वाले फीचर को इस्तेमाल करके आप फटाफट तीस सेकेंड्स की हाई पावर कुकिंग कर सकते हैं।

CHILD LOCK

चाईल्ड लॉक



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

आपके अवन में सुरक्षा के उपाय हैं जो कि अनावश्यक उपयोग से अवन को रोकते हैं। एक बार चाईल्ड लॉक निर्धारित करने से आप कोई कार्य नहीं कर सकते हैं और कोई पकाने की क्रिया भी नहीं होगी।

However your child can still open the oven door.

जबकि आपका बच्चा अवन का दरवाजा फिर भी खोल सकता है।

Press **STOP/CLEAR**

दबायें स्टॉप/किलअर



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

जबतक "L" प्रदर्शक पर न आये और ध्वनि न आये तब तक स्टॉप/किलअर दबाकर रुक जाईये

The CHILD LOCK is now set. चाईल्ड लॉक निर्धारित हो गया है।



"L" remains on the display to let you know that CHILD LOCK is set (If you press any button).

"L" प्रदर्शक पर आता रहेगा इससे आप जान जायेंगे कि चाईल्ड लॉक निर्धारित है। (आप चाहे कोई भी बटन दबाएं)



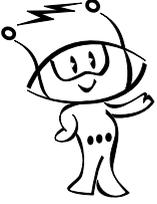
To cancel CHILD LOCK press and hold STOP/CLEAR until "L" disappears. You will hear BEEP when it's released.

चाईल्ड लॉक हटाने के लिए स्टॉप/किलअर दबाकर रुक जाईये जबतक "L" गायब न हो जाये। आप ध्वनि सुनेंगे जब यह हट जायेगा।



MICRO POWER COOKING

मायक्रो पावर में पकाना



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

इन दिये गये उदाहरणों में मैं आपको कुछ आहार 80% क्षमता पर 5 मिनट 30 सेकण्ड के लिए पकाना बताऊँगा।

Your oven has five microwave Power settings.

आपके ओवन में पाँच सूक्ष्म तरंग क्षमता निर्धारण हैं।

After cooking is over, End

Reminder Beep Sound per 1 minute for 5 minutes until the oven door is opened.

जब पकाना पूरा हो जायेगा तो अन्त का ध्यान दिलाने वाली ध्वनि सुनाई देगी। यह ध्वनि 1 मिनट पर 5 मिनट के लिए सुनाई देगी जब तक अवन का दरवाजा नहीं खुलेगा।

Power/क्षमता	%	Power Output क्षमता प्राप्त
HIGH (MAX) उच्च (अधिक)	100%	800W
MEDIUM HIGH मध्यम उच्च	80%	640W
MEDIUM/ मध्यम	60%	480W
DEFROST (**) नम मध्यम निम्न	40%	320W
LOW/निम्न	20%	160W

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

इस बात पर ध्यान दें कि आपका अवन स्थापित कर दिया गया है जैसा कि इस किताब में पहले दिखा दिया गया है।

Press STOP

स्टॉप दबायें।

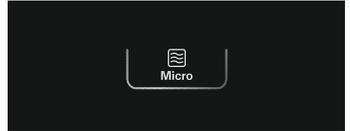


Press MICRO Twice to select 80% power.

80% पावर को चुनने के लिये माइक्रो को दो बार दबाए।

"640" appear on the display.

"640" प्रदर्शक पर दिखेगा।

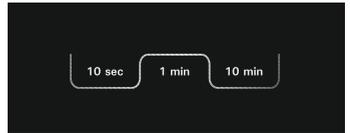


Press **1 MIN** five times.

1 MIN पाँच बाद दबाइए।

Press **10 SEC** three times.

10 SEC तीन बाद दबाइए।



Press START.

स्टार्ट दबायें।



MICRO POWER LEVEL

मायक्रो क्षमता स्तर



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

आपका सूक्ष्म तरंग अवन 5 क्षमता से संवरा हुआ है। आपको अधिक मनमाफिक और अधिकार देने के लिए नीचे दी गई सूची में उदाहरणों के आहार और उनको पकाने के लिए जो क्षमता निर्धारित की गयी है इस अवन के उपयोग के लिए बताई गयी है।

POWER LEVEL क्षमता स्तर	OUTPUT क्षमता प्राप्त	USE उपयोग
HIGH उच्च (अधिक)	100% (800W)	<ul style="list-style-type: none">* Boil Water / बॉईल वॉटर* Brown minced meat / ब्राउन मिंसड मीट* Cook poultry pieces, fish, vegetables / पोल्ट्री, मच्छी, व्हेचिटेबल पकाना* Cook tender cuts of meat / मांस के टुकड़े पकाना
MEDIUM HIGH मध्यम उच्च	80% (640W)	<ul style="list-style-type: none">* All reheating / भोजन दोबारा गर्म करना* Cook mushrooms and shellfish / मशरूम व खोल वाली मछली पकाना* Cook foods containing cheese and eggs / भोजन, जिसमें अण्डे व चीज डाली गई हों।
MEDIUM मध्यम	60% (480W)	<ul style="list-style-type: none">* Bake cakes and scones / केक व 'स्कोन' बेक करना* Prepare eggs / अण्डे पकाना* Cook custard / कस्टर्ड पकाना* Prepare rice, soup / चावल, सूप पकाना
DEFROST/ MEDIUM LOW (**) नम मध्यम निम्न	40% (320W)	<ul style="list-style-type: none">* All thawing / सभी प्रकार के खाद्य पदार्थ को सामान्य तापमान पर रखना* Melt butter and chocolate / चॉकलेट व मक्खन पकाना* Cook less tender cuts of meat / मांस के कम नरम टुकड़े
LOW निम्न	20% (160W)	<ul style="list-style-type: none">* Soften butter & cheese / मक्खन और चीज को नरम करना* Soften ice cream / आईस्क्रीम को नरम करना* Raise yeast dough / आटे में खमीर उठाना

QUICK START

क्विक स्टार्ट



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

निम्नलिखित उदाहरण में दर्शाया गया है कि उच्च पावर स्तर पर खाना बनाने के लिए 2 मिनट कैसे सेट करते हैं।

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

क्विक स्टार्ट आपको यह आराम देता है कि आप स्टार्ट बटन दबाकर 30 सेकन्ड के अन्तराल में उच्च क्षमता में भोजन पका सकते हैं।

Press STOP/CLEAR.
स्टॉप / क्लियर दबायें।



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

उच्च क्षमता के लिए स्टार्ट बटन को चार बार दबाएँ और 2 मिनट का चयन करें। आपका ओवन काम करना शुरू कर देगा, पहले ही जब आप चौथी बार दबा रहे होंगे।



During QUICK START cooking, you can extend the cooking by repeatedly pressing the START button.

क्विक स्टार्ट खाना पकाने के दौरान आप बार-बार स्टार्ट बटन दबाकर खाना पकाने का विस्तार कर सकते हैं।

GRILL COOKING

ग्रिल कुकिंग



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

निम्नलिखित उदाहरण में दर्शाया गया है कि 12 मिनट और 30 सैकंड के लिए खाना पकाने में ग्रिल का इस्तेमाल कैसे किया जाता है।

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

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

ये मॉडल क्वार्ट्ज के साथ है इसलिए उसको प्रीहीटिंग जरूरी नहीं है।

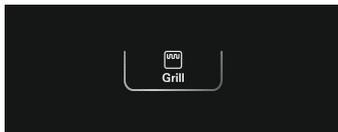
इससे आपको जल्द ब्राऊन और क्रिस्पी पदार्थ मिल सकते हैं।



Press STOP
स्टॉप दबायें।



Press GRILL.
GRILL दबायें।



Set the cooking time.

कुकिंग टाइम सेट करें।

Press 10 MIN once. / '10 MIN' एक बार दबाइए।

Press 1 MIN twice. / '1 MIN' दो बार दबाइए।

Press 10 SEC three times. / '10 SEC' तीन बार दबाइए।

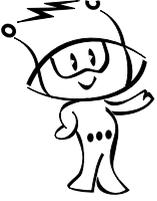


Press START.
स्टार्ट दबायें।



GRILL COMBINATION COOKING

ग्रिल कॉम्बिनेशन कुकिंग



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

निम्नलिखित उदाहरण में दर्शाया गया है कि 25 मिनट के लिए खाना पकाने में माइक्रो पावर 20% और कॉम्बी से अपने ओवन को कैसे सैट करें।

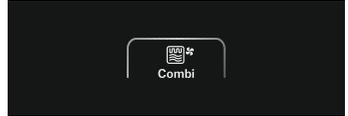
Your oven has a combination cooking feature which allows you to cook food with **heater** and **microwave** at the same time or alternately. This generally means it takes less time to cook your food.

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

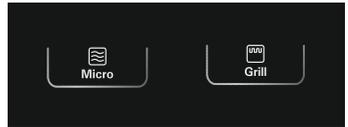
Press STOP/CLEAR.
स्टॉप/क्लियर दबायें।



Press COMBI.
COMBI बटन दबायें।



Press GRILL.
GRILL बटन दबायें।
Press MICRO (20% is set).
MICRO बटन दबायें।



Press 10 MIN 2 times/ 10 मिनट 2 बार दबाएं।
Press 1 MIN 5 times/ 1 मिनट 5 बार दबाएं।



Press START.
स्टार्ट दबायें।

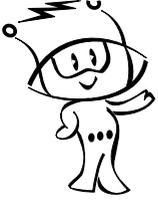


Be careful when removing your food because the container will be hot!

भोजन को निकालते समय सावधानी बरतें, क्योंकि पात्र गर्म हो सकता है।

CONVECTION COMBINATION COOKING

कन्वैक्शन कॉम्बिनेशन कुकिंग



In the following example I will show you how to programme your oven with micro power 160W (20%) and at a convection temperature 180°C for a cooking time of 25 minutes.

निम्नलिखित उदाहरण में दर्शाया गया है कि ओवन को 25 मिनट के कुकिंग समय के लिए माइक्रो पावर

160W और कन्वैक्शन तापमान 180°C के साथ कैसे कैंट करें।

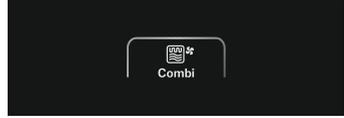
The oven has a temperature range of 100°C ~ 220°C. (180°C is automatically available when convection combination mode is selected.)

ओवन में 100°C ~ 220°C तक तापमान सीमा होती है। कन्वैक्शन कॉम्बिनेशन मोड चुनने पर 180°C तापमान स्वतः ही उपलब्ध हो जाता है।

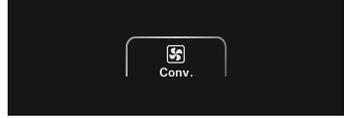
Press Stop/Clear Stop/Clear दबाएं।



Press Combi / Combi दबाएं।



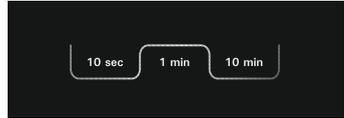
Press Conv / Conv दबाएं।



Press Micro / Micro दबाएं।



Press "10 Min" two times / "10 Min" दो बार दबाएं।
Press "1 Min" five times / "10 Min" पाँच बार दबाएं।



Press Start / Start दबाएं।

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

खाना निकालते समय सावधानी बरतें, क्योंकि बर्तन उस समय गर्म होगा।



Two Stage Cooking दू स्टेज कुकिंग



In the following example I will show you how to cook food in two stages by taking example of combination cooking.

निम्नलिखित उदाहरण में मैं आपको दिखाऊँगा कि दो स्टेज में कॉम्बीनेशन कुकिंग का उदाहरण लेकर खाना कैसे पकाया जाता है।

Press Stop/Clear.
स्टॉप / क्लियर दबाएं।



STAGE 1 setting

स्टेज 1 सैटिंग

1) Press Combi.

1) कॉम्बी दबाएं।



2) Select desired Combi mode (Grill Combi/Conv. Combi)*

2) मनपसन्द मोड चुनें (ग्रिल कॉम्बी / कनवैकशन कॉम्बी)*

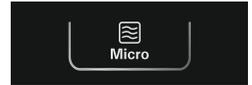


3) Continuously press the Micro Key to select desired power level as shown below:

160 → 320 → 480

3) मनपसन्द पॉवर लेवल चुनने के लिए माइक्रो बटन को लगातार दबाएं, जैसा कि नीचे दर्शाया गया है।

160 → 320 → 480



4) Set time (10 sec / 1 min / 10 min)

4) समय निर्धारित करें (10 सेकेंड / 1 मिनट / 10 मिनट)



STAGE 2 setting

स्टेज 2 सैटिंग

1) Press Combi.

1) कॉम्बी दबाएं।



2) Select desired Combi mode (Grill Combi/Conv. Combi)*

2) मनपसन्द मोड चुनें (ग्रिल कॉम्बी / कनवैकशन कॉम्बी)*

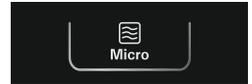


3) Continuously press the Micro Key to select desired power level as shown below:

320 → 480 → 160

3) मनपसन्द पॉवर लेवल चुनने के लिए माइक्रो बटन को लगातार दबाएं, जैसा कि नीचे दर्शाया गया है।

320 → 480 → 160



4) Set time (10 sec / 1 min / 10 min)

4) समय निर्धारित करें (10 सेकेंड / 1 मिनट / 10 मिनट)



5) Press Start/Add 30 Sec.

5) स्टार्ट एड 30 सेकेंड दबाएं।



*Note: For combi mode selection refer Pg. 23, 24 / नोट: कॉम्बी मोड सलैक्शन के लिए पेज 23, 24 देखें।

CONVECTION PREHEAT

कन्वैक्शन प्रीहीट



In the following example I will show you how to preheat the oven at a temperature of 190°C.

निम्नलिखित उदाहरण में दर्शाया गया है कि ओवन को 190°C के तापमान पर कैसे प्रीहीट करें।

The convection oven has a temperature range of 40°C and 100°C~220°C (180°C is automatically available when convection mode is selected).

ओवन में 40°C और 100°C ~ 220°C तक तापमान सीमा होती है। कन्वैक्शन मोड चुनने पर 180°C तापमान स्वतः ही उपलब्ध हो जाता है।

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

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

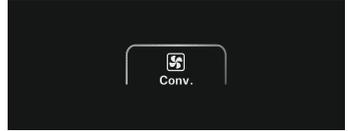
Once it has reached correct temperature, your oven will BEEP to let you know that it has reached the correct temperature. Then place your food in your oven; then tell your oven to start cooking.

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

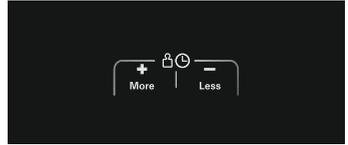
Press Stop/Clear Stop/Clear दबाएं।



Press Convection one time / Convection एक बार दबाएं।



Press "+" one time / "+" एक बार दबाएं।



Press Start two time / Start दो बार दबाएं।

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

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



CONVECTION COOKING

कन्वैक्शन कुकिंग



In the following example I will show you how to cook some food at a temperature of 190°C for 30 minutes.
निम्नलिखित उदाहरण में दर्शाया गया है कि 30 मिनट के लिए 190°C तापमान पर कुछ खाना कैसे पकाएं।

The convection oven has a temperature range of 40°C and 100°C ~ 220°C (180°C is automatically available when convection mode is selected).

ओवन में 40°C और 100°C ~ 220°C तक तापमान सीमा होती है। कन्वैक्शन मोड चुनने पर 180°C तापमान स्वतः ही उपलब्ध हो जाता है।

If you do not set a temperature your oven will automatically select 180°C, the cooking temperature can be changed by pressing "+/-".

यदि आप तापमान सेट नहीं करते हैं तो आपका ओवन स्वतः ही 180°C चुन लेगा, कुकिंग तापमान "+/-" दबाकर बदला जा सकता है।

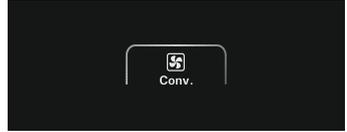
The rack must be used during convection cooking.

कन्वैक्शन कुकिंग के दौरान रैक का प्रयोग अवश्य करना चाहिए।

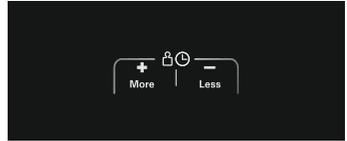
Press Stop/Clear / Stop/Clear दबाएं।



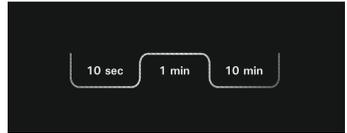
Press Convection one time / Convection एक बार दबाएं।



Press "+" one time till 190°C is displayed.
190°C दर्शाने तक "+" एक बार दबाएं।



Press "10 Min" Three times / "10 Min" तीन बार दबाएं।



Press Start / Start दबाएं।



VARIOUS COOK FUNCTIONS

विभिन्न कुक कार्यप्रणालियां

Please follow the given steps to operate cook functions (Health Plus, Soup, Continental, Indian Cuisine, Sweet Corner, Tandoor se, Kids delight, Cake, Utility Corner) in your Microwave.

कृपया अपने माइक्रोवेव की विभिन्न कार्यप्रणालियां (Health Plus, Soup, Continental, Indian Cuisine, Sweet Corner, Tandoor se, Kids delight, Cake, Utility Corner) को चलाने के लिए नीचे दिये गये चरणों का अनुसरण करें।

COOK MODE	Health Plus (HP), Soup (So), Continental (Co), Indian Cuisine (IC), Sweet Corner (SC), Tandoor Se (tS), Kids' Delight (CF), Cake (CA)	Utility Corner, (UC)
STEP-1	Press Stop/Clear	Press Stop/Clear
STEP-2	Press HP, So, Co, IC, SC, tS, CF, CA to select category [(1-9), (1-13), (1-13), (1-18), (1-14), (1-10), (1-11), (1-6)]	Press UC, FE to select category (1~6), (1)
STEP-3	Press "+" / "-" to set weight (If required)	Press "+" / "-" to set weight (If required)
STEP-4	Press Start	Press Start

कुक फंक्शंस	हेल्थ प्लस (HP), सूप (So), कॉन्टीनेन्टल (Co), इंडियन रसोई (IC), स्वीट कॉर्नर (SC), तन्दूर से (tS), किड्स डिलीट (CF), केक (CA)	युटीलिटी कॉर्नर (UC)
स्टैप 1	स्टॉप/क्लीयर दबाएँ।	स्टॉप/क्लीयर दबाएँ
स्टैप 2	HP, So, Co, IC, SC, tS, CF, CA वर्ग चुनने के लिए [(1-9), (1-13), (1-13), (1-18), (1-14), (1-10), (1-11), (1-6)] दबाएँ।	(1~6), (1) वर्ग को स्लेक्ट करने के लिए UC, FE दबाएँ।
स्टैप 3	"+" / "-" वर्ग चुनने के लिए दबायें (जरूरत पड़ने पर)	वर्ग चुनने के लिए "+" / "-" दबाएँ। (जरूरत पड़ने पर)
स्टैप 4	स्टार्ट दबाएँ।	स्टार्ट दबाएँ।

Note / टिप्पणी :

While cooking you can extend the cooking time at any point by pressing increase/decrease button. There is no need to stop the cooking process.

जब आप भोजन पका रहे हों, तो केवल increase/decrease बटन दबा कर ही समय में परिवर्तन किया जा सकता है। भोजन पकाने की प्रक्रिया को रोकने की कोई आवश्यकता नहीं है।

Category	Weight Limit	Utensil	Instructions																														
HP1	Kala Chana 0.1 – 0.5 kg	Microwave safe (MWS) bowl	<table border="1"> <tr> <td>Soaked Kala Chana (soaked overnight)</td> <td>0.1 kg</td> <td>0.2 kg</td> <td>0.3 kg</td> <td>0.4 kg</td> <td>0.5 kg</td> </tr> <tr> <td>Water</td> <td>200 ml</td> <td>400 ml</td> <td>600 ml</td> <td>800 ml</td> <td>1000 ml</td> </tr> <tr> <td>Oil</td> <td>1 tbsp</td> <td>2 tbsp</td> <td>3 tbsp</td> <td>3½ tbsp</td> <td>4 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Onion Chopped</td> <td>1/2 cup</td> <td>1 cup</td> <td>1½ cup</td> <td>2 cup</td> <td>2½ cup</td> </tr> <tr> <td>Salt, Chat Masala, Red Chilli Powder, Hara Dhania</td> <td colspan="5">As per your taste</td> </tr> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Soak Chana overnight, in a MWS bowl take soaked chana with water, cover it. 2. Select category and weight and press start. 3. When beeps, strain the water from it. In a MWS bowl, add oil, Chopped onion, Chaat masala, Red Chilli Powder, Hara Dhania and press start. 4. When beeps, add boiled chana, mix well & press start. <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. चने को रातभर भिगोएं। माइक्रोवेव सेफ बाउल में भीगे हुए चने पानी के साथ लें और द्रक दें। 2. वर्ग चुनकर पकाने के लिए स्टार्ट दबाएं। 3. बीप सुनाई देने पर इसमें से पानी निकाल दें। माइक्रोवेव सेफ बाउल में तेल, कटी हुई प्याज, चाट मसाला, लाल मिर्च, हरा धनिया डालें और पकाने के लिए स्टार्ट दबाएं। 4. बीप सुनाई देने पर उबले हुए चने डालकर अच्छी तरह मिलाएं और स्टार्ट दबाएं। 	Soaked Kala Chana (soaked overnight)	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg	0.4 kg	0.5 kg	Water	200 ml	400 ml	600 ml	800 ml	1000 ml	Oil	1 tbsp	2 tbsp	3 tbsp	3½ tbsp	4 tbsp	Onion Chopped	1/2 cup	1 cup	1½ cup	2 cup	2½ cup	Salt, Chat Masala, Red Chilli Powder, Hara Dhania	As per your taste				
Soaked Kala Chana (soaked overnight)	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg	0.4 kg	0.5 kg																												
Water	200 ml	400 ml	600 ml	800 ml	1000 ml																												
Oil	1 tbsp	2 tbsp	3 tbsp	3½ tbsp	4 tbsp																												
Onion Chopped	1/2 cup	1 cup	1½ cup	2 cup	2½ cup																												
Salt, Chat Masala, Red Chilli Powder, Hara Dhania	As per your taste																																
HP2	Karela Subzi 0.1 – 0.3 kg	Microwave safe glass bowl & Multi cook tawa* & High rack	<table border="1"> <tr> <td>Chopped Karela</td> <td>0.1 kg</td> <td>0.2 kg</td> <td>0.3 kg</td> </tr> <tr> <td>Oil</td> <td>1 tbsp</td> <td>1 tbsp</td> <td>2 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Chopped onions</td> <td>¼ cup</td> <td>½ cup</td> <td>1 cup</td> </tr> <tr> <td>Water</td> <td colspan="3">As required</td> </tr> <tr> <td>Rai, Jeera, Hing & Haldi</td> <td colspan="3">For tempering</td> </tr> <tr> <td>Salt, Sugar, Garam Masala, Dhania, Jeera Powder</td> <td colspan="3">As per your taste</td> </tr> <tr> <td>Grated Coconut & Hara Dhania</td> <td colspan="3">For garnishing</td> </tr> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. In a MWS glass bowl take Oil add Rai, Jeera, Hing & Haldi, chopped onions, select category and press start. 2. When beep add Chopped Karela some water, salt, sugar, masala, dhania-jeera powder. Press start. 3. When beeps, remove the MWS glass bowl from Microwave oven, transfer the subzi to Multi cook tawa, stir well. Place the Multi cook tawa on high rack & press start. 4. Garnish with Coconut & Dhania, Serve Hot. <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में तेल लें और राई, जीरा, हींग तथा हल्दी, कटी प्याज डालें। मीनू चुनकर स्टार्ट दबाएं। 2. बीप सुनाई देने पर कटा हुआ करेला, कुछ पानी, नमक, चीनी, मसाला, धनिया-जीरा पाउडर डालें। स्टार्ट दबाएं। 3. बीप सुनाई देने पर माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल को ओवन से उतार लें। सब्जी को मल्टी कुक तवा में डाल दें। मल्टी कुक तवे को हाई रैक पर रखें और स्टार्ट दबाएं। 5. कसे हुए नारियल और धनिया के साथ सजाएं और गर्म-गर्म परोसें। 	Chopped Karela	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg	Oil	1 tbsp	1 tbsp	2 tbsp	Chopped onions	¼ cup	½ cup	1 cup	Water	As required			Rai, Jeera, Hing & Haldi	For tempering			Salt, Sugar, Garam Masala, Dhania, Jeera Powder	As per your taste			Grated Coconut & Hara Dhania	For garnishing				
Chopped Karela	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg																														
Oil	1 tbsp	1 tbsp	2 tbsp																														
Chopped onions	¼ cup	½ cup	1 cup																														
Water	As required																																
Rai, Jeera, Hing & Haldi	For tempering																																
Salt, Sugar, Garam Masala, Dhania, Jeera Powder	As per your taste																																
Grated Coconut & Hara Dhania	For garnishing																																

*Refer Pg. 76 Fig. 2

HEALTH PLUS

हैल्थ प्लस

Category	Weight Limit	Utensil	Instructions																														
HP3	Moong Dal	0.2 kg	<table border="1"> <tr> <td>Microwave safe (MWS) bowl</td> <td>Moong Dal soaked in water (for 2 hours)</td> <td>0.2 kg</td> </tr> <tr> <td></td> <td>Water</td> <td>400 ml</td> </tr> <tr> <td></td> <td>Oil</td> <td>2 tbsp</td> </tr> <tr> <td></td> <td>Jeera</td> <td>1 tsp</td> </tr> <tr> <td></td> <td>Hari Mirch, Onion chopped</td> <td>2-3 nos., 1 medium sized</td> </tr> <tr> <td></td> <td>Curry leaves</td> <td>5-6 nos.</td> </tr> <tr> <td></td> <td>Salt, Dhania-Jeera Powder, Haldi, Hing, Kasuri Methi, Lemon Juice, Hara Dhania</td> <td>As per your taste</td> </tr> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Take 200 gms dal in Microwave Safe bowl, add Water, Haldi & Hing. 2. Select category & press start to cook. 3. When beeps, take another bowl add oil, jeera, hari mirch, curry leaves & chopped onion & press start. 4. When beeps, add dal, salt, dhania jeera powder, hara dhania, kasuri methi (optional) lemon juice & press start to cook. <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में 200 ग्राम दाल लें और पानी, हल्दी तथा हींग डालें। 2. वर्ग चुनकर पकाने के लिए स्टार्ट दबाएं। 3. बीप सुनाई देने पर दूसरा बाउल लें और तेल, जीरा, हरी मिर्च, करी पत्ता और कटी हुई प्याज डालें तथा स्टार्ट दबाएं। 4. बीप सुनाई देने पर दाल, नमक, धनिया जीरा पाउडर, हरा धनिया, कसूरी मैथी (वैकल्पिक) तथा नींबू रस डालें और पकाने के लिए स्टार्ट दबाएं। 	Microwave safe (MWS) bowl	Moong Dal soaked in water (for 2 hours)	0.2 kg		Water	400 ml		Oil	2 tbsp		Jeera	1 tsp		Hari Mirch, Onion chopped	2-3 nos., 1 medium sized		Curry leaves	5-6 nos.		Salt, Dhania-Jeera Powder, Haldi, Hing, Kasuri Methi, Lemon Juice, Hara Dhania	As per your taste									
Microwave safe (MWS) bowl	Moong Dal soaked in water (for 2 hours)	0.2 kg																															
	Water	400 ml																															
	Oil	2 tbsp																															
	Jeera	1 tsp																															
	Hari Mirch, Onion chopped	2-3 nos., 1 medium sized																															
	Curry leaves	5-6 nos.																															
	Salt, Dhania-Jeera Powder, Haldi, Hing, Kasuri Methi, Lemon Juice, Hara Dhania	As per your taste																															
HP4	Machi Kali Mirch	0.1 ~ 0.5 kg	<table border="1"> <tr> <td>Microwave safe (MWS) bowl</td> <td>Pomfret (fish category)</td> <td>0.1 kg</td> <td>0.2 kg</td> <td>0.3 kg</td> <td>0.4 kg</td> <td>0.5 kg</td> </tr> <tr> <td></td> <td>Salt, Lemon Juice & Kali Mirch Powder</td> <td colspan="5">To marinate as per your taste</td> </tr> <tr> <td></td> <td>Oil, Chopped Onion, Chopped Tomatoes, Chopped Garlic</td> <td colspan="5">As required</td> </tr> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Take Pomfret Slices as per weight either of (0.1 Kg/ 0.2 Kg/ 0.3Kg) and marinate with salt, lemon juice, and kali mirch powder (as per taste) for one hour. 2. In Microwave Safe bowl put oil, chopped onion, chopped tomatoes, chopped garlic. Select category & weight and press start. 3. When beeps, open door and add marinated fish, salt to taste and some water. Cover & press start. 4. When beeps, mix well & press start. 5. Give standing time for 5 minutes. <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. पोमफ्रेट मछली के टुकड़े वजनानुसार (0.1 Kg/ 0.2 Kg/ 0.3Kg) लेकर नमक, नींबू रस और काली मिर्च पाउडर के साथ स्वादानुसार मैरीनेट कर लें और एक घण्टे के लिए रख दें। 2. माइक्रोवेव सेफ बाउल में तेल, कटी हुई प्याज, कटे हुए टमाटर और लहसुन डालें तथा वर्ग और वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं। 3. बीप सुनाई देने पर दरवाजा खोलें और मैरीनेट की हुई मछली, स्वादानुसार नमक और कुछ पानी डालें। ढककर स्टार्ट दबाएं। 4. बीप सुनाई देने पर अच्छी तरह हिलाएं और स्टार्ट दबाएं। 5. 5 मिनट तक रखा रहने दें। 	Microwave safe (MWS) bowl	Pomfret (fish category)	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg	0.4 kg	0.5 kg		Salt, Lemon Juice & Kali Mirch Powder	To marinate as per your taste						Oil, Chopped Onion, Chopped Tomatoes, Chopped Garlic	As required													
Microwave safe (MWS) bowl	Pomfret (fish category)	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg	0.4 kg	0.5 kg																											
	Salt, Lemon Juice & Kali Mirch Powder	To marinate as per your taste																															
	Oil, Chopped Onion, Chopped Tomatoes, Chopped Garlic	As required																															
HP5	Ghiya Raita	0.1 ~ 0.3 kg	<table border="1"> <tr> <td>Microwave safe (MWS) bowl</td> <td>For</td> <td>0.1 kg</td> <td>0.2 kg</td> <td>0.3 kg</td> </tr> <tr> <td></td> <td>Grated Ghiya</td> <td>100 g</td> <td>200 g</td> <td>300 g</td> </tr> <tr> <td></td> <td>Water</td> <td>50 ml</td> <td>75 ml</td> <td>100 ml</td> </tr> <tr> <td></td> <td>Salt</td> <td colspan="3">To taste</td> </tr> <tr> <td></td> <td>Curd</td> <td>3 tbsp</td> <td>4 tbsp</td> <td>5 tbsp</td> </tr> <tr> <td></td> <td>Salt, Sugar, Mustard Powder & Green Chilli</td> <td colspan="3">As per your taste</td> </tr> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. In a MWS bowl add grated ghiya, sprinkle water and salt. Select category and weight & press start to cook. 2. Strain ghiya and take it in MWS bowl and add curd, taste. Served chilled. <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में कसा हुआ घिया डालें तथा पानी और नमक छिड़कें। वर्ग और वजन चुनकर पकाने के लिए स्टार्ट दबाएं। 2. घिया को निचोड़ें और माइक्रोवेव सेफ बाउल में रखें और दही, मस्टर्ड पाउडर, नमक, चीनी, स्वादानुसार हरी मिर्च डालें। ठंडा करके परोसें। 	Microwave safe (MWS) bowl	For	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg		Grated Ghiya	100 g	200 g	300 g		Water	50 ml	75 ml	100 ml		Salt	To taste				Curd	3 tbsp	4 tbsp	5 tbsp		Salt, Sugar, Mustard Powder & Green Chilli	As per your taste		
Microwave safe (MWS) bowl	For	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg																													
	Grated Ghiya	100 g	200 g	300 g																													
	Water	50 ml	75 ml	100 ml																													
	Salt	To taste																															
	Curd	3 tbsp	4 tbsp	5 tbsp																													
	Salt, Sugar, Mustard Powder & Green Chilli	As per your taste																															

Category	Weight Limit	Utensil	Instructions						
HP6	Nutrinug gets	0.1-0.3kg	Microwave safe (MWS) bowl	For	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg		
				Soaked and boiled nutrinuggets	50 g	100 g	150 g		
				Potato	50 g	100 g	150 g		
				Oil	1 tbsp	1½ tbsp	2 tbsp		
				Jeera	As per taste				
				Chopped onion	½ cup	1 cup	1½ cup		
				Tomato puree	2 tbsp	3 tbsp	4 tbsp		
				Salt, garam masala, red chilli powder, haldi, dhanial powder	As per taste				
				Water	1½ cup	2 cup	2½ cup		
				Chopped coriander leaves	For garnishing				
				Method :					
				<ol style="list-style-type: none"> In a MWS bowl add oil, jeera, onion. Select category and weight and press start. Mix well. When beeps, add tomato puree, nutrinuggets, potato, salt, red chilli powder, haldi, dhanial powder and add ½ the amount of water mentioned per weight (For eg. For 100g, add 1 cup of water). Cover and press start. Mix well. When beeps, add the remaining amount of water and press start. Mix well. Allow to stand for 3 minutes. Garnish with coriander leaves & serve hot with roti. 					
				विधि :					
				<ol style="list-style-type: none"> माइक्रोवेव सेफ बाउल में तेल, जीरा और प्याज डालें। मीनू और वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं। अच्छी तरह मिलाएं। बीप सुनाई देने पर, टोमेटो प्यूरी, न्यूट्रीनगेट्स, आलू, नमक, लाल मिर्च पाउडर, हल्दी और धनिया पाउडर डालकर वजनानुसार निर्धारित पानी का आधा पानी डालें (उदाहरणार्थ 100 ग्राम के लिए 1 कप पानी)। ढक्कर स्टार्ट दबाएं। अच्छी तरह मिलाएं। बीप सुनाई देने पर, बचा हुआ पानी डालकर स्टार्ट दबाएं। अच्छी तरह मिलाएं। 3 मिनट तक रखा रहने दें। हरे धनिया से सजाकर रोटी के साथ गरम-गरम परोसे। 					
HP7	Curd Brinjal	0.1 ~ 0.5 kg	Microwave safe (MWS) bowl	For	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg	0.4 kg	0.5 kg
				Brinjal (cut into pieces)	100 g	200 g	300 g	400 g	500 g
				Curd	100 g	200 g	300 g	400 g	500 g
				Oil	1 tbsp	2 tbsp	3 tbsp	4 tbsp	5 tbsp
				Curry leaves	A few sprigs				
				Mustard & cumin seeds	1 tsp	2 tsp	3 tsp	3 tsp	4 tsp
				Salt	As per taste				
				Chopped ginger	1 tsp	2 tsp	3 tsp	3 tsp	4 tsp
				Method :					
				<ol style="list-style-type: none"> In a MWS bowl add oil & brinjal. Cover. Select category & weight & press start. When beeps, remove & in another MWS bowl add oil, mustard & cumin seeds, curry leaves & chopped ginger. Press start. When beeps, add brinjal, curd & salt. Mix well & press start. 					
				विधि :					
<ol style="list-style-type: none"> माइक्रोवेव सेफ बाउल में तेल और ब्रिंजन डालकर ढक दें। वर्ग और वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर बाहर निकाल लें। एक दूसरे माइक्रोवेव सेफ बाउल में तेल, सरसों और जीरे के बीज, करी पा और कटी हुई अदरक डालकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर ब्रिंजन, दही और नमक डालकर अच्छी तरह मिलाएं और स्टार्ट दबाएं। 									

HEALTH PLUS

हैलथ प्लस

Category		Weight Limit	Utensil	Instructions																																				
HP8	Bathua Raita	0.1 ~ 0.3 kg	Microwave safe (MWS) bowl	<table border="1"> <tr> <td>For</td> <td>0.1 kg</td> <td>0.2 kg</td> <td>0.3 kg</td> </tr> <tr> <td>Chopped bathua</td> <td>25 g</td> <td>50 g</td> <td>75 g</td> </tr> <tr> <td>Water</td> <td>50 ml</td> <td>75 ml</td> <td>100 ml</td> </tr> <tr> <td>Beaten curd</td> <td>3 tbsp</td> <td>4 tbsp</td> <td>5 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Salt, roasted cumin seed powder</td> <td colspan="3">As per taste</td> </tr> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> In a MWS bowl add chopped bathua leaves. Sprinkle some water & cover. Select category & weight & press start. When beeps, remove. In a bowl add water, beaten curd, bathua leaves & mix well. Add salt & roasted cumin seed powder. Mix well & refrigerate it for some time & serve. <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> माइक्रोवेव सेफ बाउल में कटे हुए बथुआ की पत्तियां डालें और थोड़ा पानी छिड़कर ढक दें। वर्ग और वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर, बाहर निकाल लें। एक बाउल में पानी, फेंटी हुई दही, बथुआ की पत्तियां डालकर अच्छी तरह मिला लें। फिर नमक और मुना हुआ जीरा पाउडर डालें। अच्छी तरह मिलाएं और कुछ समय के लिए रेफ्रिजरेटर में रखकर परोसें। 	For	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg	Chopped bathua	25 g	50 g	75 g	Water	50 ml	75 ml	100 ml	Beaten curd	3 tbsp	4 tbsp	5 tbsp	Salt, roasted cumin seed powder	As per taste																		
				For	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg																																	
Chopped bathua	25 g	50 g	75 g																																					
Water	50 ml	75 ml	100 ml																																					
Beaten curd	3 tbsp	4 tbsp	5 tbsp																																					
Salt, roasted cumin seed powder	As per taste																																							
HP9	Healthy Khichdi	0.1 ~ 0.3 kg	Microwave safe (MWS) bowl	<table border="1"> <tr> <td>For</td> <td>0.1 kg</td> <td>0.2 kg</td> <td>0.3 kg</td> </tr> <tr> <td>Rice (soaked)</td> <td>75 g</td> <td>150 g</td> <td>225 g</td> </tr> <tr> <td>Moong dal / Green gram, (dehusked), washed (soaked)</td> <td>25 g</td> <td>50 g</td> <td>75 g</td> </tr> <tr> <td>Desi ghee</td> <td>½ tbsp</td> <td>1 tbsp</td> <td>1½ tbsp</td> </tr> <tr> <td>Peas</td> <td>¼ cup</td> <td>½ cup</td> <td>1 cup</td> </tr> <tr> <td>Carrot (grated finely)</td> <td>1 no.</td> <td>2 nos.</td> <td>2 nos.</td> </tr> <tr> <td>Soya granules (soaked)</td> <td>2 tbsp</td> <td>3 tbsp</td> <td>4 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Salt & pepper</td> <td colspan="3">As per taste</td> </tr> <tr> <td>Water</td> <td>300 ml</td> <td>500 ml</td> <td>750 ml</td> </tr> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> In a MWS bowl take soaked dal, rice & ghee. Also add grated carrot, soaked & drained soya granules & peas. Mix well. Select category & weight and press start. When beeps, mix, add water & salt. Mix again & press start. When beeps, stir & mash well. Add pepper powder & ¼ cup water. Mix & cover and press start. Serve hot with fresh curds. <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> माइक्रोवेव सेफ बाउल में मीठी हुई दाल, चावल और घी लें। कसी हुई गाजर, मिगोकर निचोड़े हुए सोया के दाने और मटर भी डाल दें। अच्छी तरह मिलाएं। वर्ग एवं वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर मिलाएं, पानी और नमक डालें। दुबारा मिलाकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर हिलाएं और अच्छी तरह मसलें। काली मिर्च पाउडर और ¼ कप पानी डालें। मिलाकर ढकें और स्टार्ट दबाएं। ताजा दही के साथ गरम-गरम परोसें। 	For	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg	Rice (soaked)	75 g	150 g	225 g	Moong dal / Green gram, (dehusked), washed (soaked)	25 g	50 g	75 g	Desi ghee	½ tbsp	1 tbsp	1½ tbsp	Peas	¼ cup	½ cup	1 cup	Carrot (grated finely)	1 no.	2 nos.	2 nos.	Soya granules (soaked)	2 tbsp	3 tbsp	4 tbsp	Salt & pepper	As per taste			Water	300 ml	500 ml	750 ml
				For	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg																																	
Rice (soaked)	75 g	150 g	225 g																																					
Moong dal / Green gram, (dehusked), washed (soaked)	25 g	50 g	75 g																																					
Desi ghee	½ tbsp	1 tbsp	1½ tbsp																																					
Peas	¼ cup	½ cup	1 cup																																					
Carrot (grated finely)	1 no.	2 nos.	2 nos.																																					
Soya granules (soaked)	2 tbsp	3 tbsp	4 tbsp																																					
Salt & pepper	As per taste																																							
Water	300 ml	500 ml	750 ml																																					

Category	Weight Limit	Utensil	Instructions																		
So1	Sweet Corn Soup 0.6Kg	Microwave safe (MWS) glass bowl	<table border="1"> <tr> <td>For</td> <td>0.6 kg</td> </tr> <tr> <td>Sweet Corn</td> <td>200 g</td> </tr> <tr> <td>Water</td> <td>600ml(3 cups)</td> </tr> <tr> <td>Oil</td> <td>1 tsp</td> </tr> <tr> <td>Cornflour</td> <td>2 tbsp + ½ cup water</td> </tr> <tr> <td>Salt, Sugar and Kali Mirch and Green Chilli</td> <td>As per your taste</td> </tr> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Grind sweet corn with water and put in MWS Glass Bowl. Select category & press start. 2. When beeps, remove, in another bowl put oil, green chilli & press start. 3. When beeps, add corn mixture in it. Mix cornflour with ½ cup water and mix with it. Add salt, sugar, kali mirch and press start. <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. स्वीट कॉर्न को पानी के साथ पीसें और माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में रखें। वर्ग घुनकर स्टार्ट दबाएं। 2. बीप सुनाई देने पर बाहर निकाल लें, एक दूसरे बाउल में तेल और हरी मिर्च डालकर स्टार्ट दबाएं। 3. बीप सुनाई देने पर इसमें स्वीट कॉर्न के पिसे हुए मिश्रण को डालें। आधा कप पानी डालकर अच्छी तरह मिला लें। नमक, चीनी तथा काली मिर्च डालकर स्टार्ट दबाएं। 	For	0.6 kg	Sweet Corn	200 g	Water	600ml(3 cups)	Oil	1 tsp	Cornflour	2 tbsp + ½ cup water	Salt, Sugar and Kali Mirch and Green Chilli	As per your taste						
For	0.6 kg																				
Sweet Corn	200 g																				
Water	600ml(3 cups)																				
Oil	1 tsp																				
Cornflour	2 tbsp + ½ cup water																				
Salt, Sugar and Kali Mirch and Green Chilli	As per your taste																				
So2	Mushroom Soup 0.6 kg	Microwave safe (MWS) glass bowl	<table border="1"> <tr> <td>For</td> <td>0.6 kg</td> </tr> <tr> <td>Mushroom</td> <td>120 g</td> </tr> <tr> <td>Potato</td> <td>1 No.</td> </tr> <tr> <td>Cabbage</td> <td>50 g</td> </tr> <tr> <td>Onion</td> <td>1 small</td> </tr> <tr> <td>Water</td> <td>600ml(3 cups)</td> </tr> <tr> <td>Salt, Black Pepper</td> <td>As per your taste</td> </tr> <tr> <td>Oil</td> <td>1 tsp</td> </tr> <tr> <td>Grated cheese</td> <td>As per requirement</td> </tr> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. In MWS glass bowl add potato in small pieces, chopped cabbage, onion & mushrooms with water. Select category & press start. 2. When beeps, remove the bowl. Allow to cool & separate the mushrooms & grind the remaining stock & strain it. 3. In a MWS glass bowl, add oil, mushrooms, salt & pepper. Mix & press start. When beeps, add the stock & press start. Garnish with grated cheese & serve. <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में आलू के छोटे-छोटे टुकड़े, कटी हुई बन्दगोभी, प्याज और मशरूम पानी के साथ डालें। वर्ग घुनकर स्टार्ट दबाएं। 2. बीप सुनाई देने पर बाउल को बाहर निकालें। ठंडा होने पर मशरूम को अलग कर लें। बचे हुए स्टॉक को पीसकर निचोड़ लें। 3. एक दूसरे माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में तेल, मशरूम, नमक और मिर्च डालें और अच्छी तरह मिलाकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर स्टॉक डालें और स्टार्ट दबाएं। कसे हुए चीज़ से सजाकर परोसें। 	For	0.6 kg	Mushroom	120 g	Potato	1 No.	Cabbage	50 g	Onion	1 small	Water	600ml(3 cups)	Salt, Black Pepper	As per your taste	Oil	1 tsp	Grated cheese	As per requirement
For	0.6 kg																				
Mushroom	120 g																				
Potato	1 No.																				
Cabbage	50 g																				
Onion	1 small																				
Water	600ml(3 cups)																				
Salt, Black Pepper	As per your taste																				
Oil	1 tsp																				
Grated cheese	As per requirement																				

SOUP

सूप

Category		Weight Limit	Utensil	Instructions																
So3	Tomato Soup	0.6 kg	Microwave Safe (MWS) Glass Bowl	<table border="1"> <tr> <td>For</td> <td>0.6 kg</td> </tr> <tr> <td>Chopped Tomato</td> <td>100 g</td> </tr> <tr> <td>Chopped Carrot</td> <td>25 g</td> </tr> <tr> <td>Chopped Onion</td> <td>1 small</td> </tr> <tr> <td>Chopped Ginger, Garlic</td> <td>1 tsp</td> </tr> <tr> <td>Salt, Sugar, Pepper</td> <td>As per your taste</td> </tr> <tr> <td>Cornflour & Oil / Butter</td> <td>2 tbsp / 1 tsp</td> </tr> <tr> <td>Water</td> <td>600 ml (3 cups)</td> </tr> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> In a MWS glass bowl add chopped tomato, chopped onion, chopped carrot, chopped ginger-garlic along with water. Keep in Microwave. Select category & weight and press start. When beeps, grind and strain it. In another MWS glass bowl add oil/butter and stock and then put the bowl in Microwave and press start. When beep, add sugar, salt, black pepper as per your taste and cornflour paste which is made up by mixing the half cup of cold water. Stir well & press start. Garnish with bread croutons, coriander (green dhania) and fresh cream and serve hot. <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में कटे हुए टमाटर, प्याज, गाजर और अदरक- लहसुन पानी के साथ डालें। माइक्रोवेव में रखें। वर्ग एवं वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर इसको पीसकर निचोड़ लें। दूसरे माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में तेल/मक्खन और स्टॉक डालें और बाउल को ओवन में रखकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर चीनी, नमक, स्वादानुसार काली मिर्च और कॉर्नफ्लोर पेस्ट जो आधा कप उंडा पानी डालकर बनाई जाती है। अच्छी तरह मिलाकर स्टार्ट दबाएं। रोटी हरा धनिया फ्रेश क्रीम के साथ सर्व करें। 	For	0.6 kg	Chopped Tomato	100 g	Chopped Carrot	25 g	Chopped Onion	1 small	Chopped Ginger, Garlic	1 tsp	Salt, Sugar, Pepper	As per your taste	Cornflour & Oil / Butter	2 tbsp / 1 tsp	Water	600 ml (3 cups)
				For	0.6 kg															
Chopped Tomato	100 g																			
Chopped Carrot	25 g																			
Chopped Onion	1 small																			
Chopped Ginger, Garlic	1 tsp																			
Salt, Sugar, Pepper	As per your taste																			
Cornflour & Oil / Butter	2 tbsp / 1 tsp																			
Water	600 ml (3 cups)																			
So4	Chicken Soup	0.6 kg	Microwave safe (MWS) glass bowl	<table border="1"> <tr> <td>For</td> <td>0.6 kg</td> </tr> <tr> <td>Boneless Chicken</td> <td>300 gms</td> </tr> <tr> <td>Ginger Paste</td> <td>1 tsp</td> </tr> <tr> <td>Garlic Paste</td> <td>1 tsp</td> </tr> <tr> <td>Salt & Pepper Powder</td> <td>As per your taste</td> </tr> <tr> <td>Cornflour Paste</td> <td>2 tbsp (mixed with ½ cup of water)</td> </tr> <tr> <td>Oil</td> <td>1 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Water</td> <td>600 ml / 3 cups</td> </tr> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> In MWS glass bowl put water & add chicken pieces. Select category & press start. When beeps, remove the bowl. In another MWS glass bowl add oil, ginger-garlic paste, chicken stock, salt, pepper, cornflour paste, green chillies. Press start. <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में पानी लेकर चिकन के टुकड़े डालें। वर्ग चुनकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर बाउल बाहर निकाल लें। एक दूसरे माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में तेल, अदरक-लहसुन पेस्ट, चिकन स्टॉक, नमक, लाल मिर्च, कॉर्न फ्लोर की पेस्ट, हरी मिर्च और पानी डालकर स्टार्ट दबाएं। 	For	0.6 kg	Boneless Chicken	300 gms	Ginger Paste	1 tsp	Garlic Paste	1 tsp	Salt & Pepper Powder	As per your taste	Cornflour Paste	2 tbsp (mixed with ½ cup of water)	Oil	1 tbsp	Water	600 ml / 3 cups
				For	0.6 kg															
Boneless Chicken	300 gms																			
Ginger Paste	1 tsp																			
Garlic Paste	1 tsp																			
Salt & Pepper Powder	As per your taste																			
Cornflour Paste	2 tbsp (mixed with ½ cup of water)																			
Oil	1 tbsp																			
Water	600 ml / 3 cups																			

Category	Weight Limit	Utensil	Instructions																				
So5	0.6 kg	Microwave safe (MWS) bowl	<table border="1"> <tr> <td>For</td> <td>0.6 kg</td> </tr> <tr> <td>Chicken pieces (Boneless)</td> <td>250 g</td> </tr> <tr> <td>Ginger Garlic paste</td> <td>2 tsp</td> </tr> <tr> <td>Water</td> <td>600ml(3 cups)</td> </tr> <tr> <td>Salt, Pepper Powder, Green Chillies</td> <td>As per your taste</td> </tr> <tr> <td>Oil</td> <td>1 tsp</td> </tr> <tr> <td>Tortilla pieces</td> <td>10-15 Nos.</td> </tr> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. In MWS bowl put water and chicken pieces. Keep it in Microwave. Select category and press start to cook. 2. When it gives a beep, remove. In another bowl add oil and ginger garlic paste, salt, pepper powder, green chilli & chicken stock. Mix well & press start. 3. Serve with tortilla pieces. <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. माइक्रोवेव सूप ग्लास बाउल में पानी और चिकन के टुकड़े डालकर ओवन में रख दें। मीनू चुनकर पकने के लिए स्टार्ट दबाएं। 2. थोप सुनाई देने पर बाहर निकाल लें। दूसरे बाउल में तेल और अदरक लहसुन पेस्ट, नमक, मिर्च पाउडर, हरी मिर्च और चिकन स्टॉक डालें और स्टार्ट दबाएं। 3. टॉरटिला के टुकड़ों के साथ परोसें। 	For	0.6 kg	Chicken pieces (Boneless)	250 g	Ginger Garlic paste	2 tsp	Water	600ml(3 cups)	Salt, Pepper Powder, Green Chillies	As per your taste	Oil	1 tsp	Tortilla pieces	10-15 Nos.						
For	0.6 kg																						
Chicken pieces (Boneless)	250 g																						
Ginger Garlic paste	2 tsp																						
Water	600ml(3 cups)																						
Salt, Pepper Powder, Green Chillies	As per your taste																						
Oil	1 tsp																						
Tortilla pieces	10-15 Nos.																						
So6	0.6 kg	Microwave safe (MWS) bowl	<table border="1"> <tr> <td>For</td> <td>0.3 kg</td> </tr> <tr> <td>Tomato</td> <td>300 g</td> </tr> <tr> <td>Tamarind pulp</td> <td>50 g</td> </tr> <tr> <td>Salt & Jaggery</td> <td>As per taste</td> </tr> <tr> <td>Green chillies</td> <td>2 nos.</td> </tr> <tr> <td>Coriander & curry leaves</td> <td>For garnishing</td> </tr> <tr> <td>Chopped garlic</td> <td>2-3 flakes</td> </tr> <tr> <td>Coriander seeds, cumin seeds, cinnamon, hing</td> <td>As per taste</td> </tr> <tr> <td>Water</td> <td>600 ml (3 cup)</td> </tr> <tr> <td>Oil</td> <td>1 tbsp</td> </tr> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. In a MWS bowl add chopped tomato & water. Select category & press start. 2. When beeps, remove & cool. Grind & strain it. 3. In a MWS bowl add oil, coriander seeds, cumin seeds, cinnamon, hing, chopped garlic, green chillies, salt & jaggery & strained tomato stock. Press start. 4. When beeps, strain it again & add more water (if required), tamarind pulp. Press start. 5. Garnish with coriander & curry leaves & serve. <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. माइक्रोवेव सूप बाउल में कटे हुए टमाटर और पानी डालें। बर्न चुनकर स्टार्ट दबाएं। 2. थोप आने पर बाहर निकालकर ठंडा कर लें। पीसकर निचोड़ लें। 3. माइक्रोवेव सूप बाउल में तेल, धनिया, जीरा, दालचीनी, हिंग, कटा हुआ लहसुन, हरी मिर्च, नमक और जैंगरी तथा निचोड़ा हुआ स्टॉक डालकर स्टार्ट दबाएं। 4. थोप सुनाई देने इसे दुबारा निचोड़ें और पानी (यदि आवश्यकता हो) डालें तथा इमली का गुदा डालकर स्टार्ट दबाएं। 5. धनिया और करी पत्ता से सजाकर परोसें। 	For	0.3 kg	Tomato	300 g	Tamarind pulp	50 g	Salt & Jaggery	As per taste	Green chillies	2 nos.	Coriander & curry leaves	For garnishing	Chopped garlic	2-3 flakes	Coriander seeds, cumin seeds, cinnamon, hing	As per taste	Water	600 ml (3 cup)	Oil	1 tbsp
For	0.3 kg																						
Tomato	300 g																						
Tamarind pulp	50 g																						
Salt & Jaggery	As per taste																						
Green chillies	2 nos.																						
Coriander & curry leaves	For garnishing																						
Chopped garlic	2-3 flakes																						
Coriander seeds, cumin seeds, cinnamon, hing	As per taste																						
Water	600 ml (3 cup)																						
Oil	1 tbsp																						

SOUP

सूप

Category	Weight Limit	Utensil	Instructions																						
So7	Hot & Sour Soup	0.6 kg	Microwave safe (MWS) glass bowl																						
			<table border="1"> <tr> <td>For</td> <td>0.6 kg</td> </tr> <tr> <td>Water</td> <td>600 ml (3 cups)</td> </tr> <tr> <td>Chilli sauce</td> <td>1 tbsps</td> </tr> <tr> <td>Soya sauce</td> <td>2 tbsps</td> </tr> <tr> <td>Vinegar</td> <td>2 cups</td> </tr> <tr> <td>Chopped vegetables (capsicum, spring onions, carrots, cabbage)</td> <td>100 g</td> </tr> <tr> <td>Tomato sauce</td> <td>2 tbsps</td> </tr> <tr> <td>Cornflour</td> <td>2 tbsps + ½ cup water</td> </tr> <tr> <td>Salt, pepper</td> <td>As per taste</td> </tr> <tr> <td>Ajinomoto</td> <td>1 pinch</td> </tr> <tr> <td>Paneer</td> <td>50 g</td> </tr> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. In a MWS glass bowl add water, chili sauce, soya sauce, vinegar, salt, pepper powder and ajinomoto. Select category & press start. 2. When beeps, stir well & add all the chopped vegetables, except paneer. Press start. 3. When beeps, stir well & add corn flour, tomato sauce, paneer pieces & press start. <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में पानी, थिली सॉस, सोया सॉस, सिरका, चीनी, नमक, मिर्च पाउडर और अजीमोटो मिला लें। वर्ग चुनकर स्टार्ट दबाएं। 2. बीप सुनाई देने पर अच्छी तरह हिलाएं और पनीर को छोड़कर सभी कटी हुई सब्जियां उसमें डाल दें और स्टार्ट दबाएं। 3. बीप सुनाई देने पर अच्छी तरह हिलाएं और मक्का का आटा, टॉमेटो सॉस और पनीर के टुकड़ों को डालकर स्टार्ट दबा दें। 	For	0.6 kg	Water	600 ml (3 cups)	Chilli sauce	1 tbsps	Soya sauce	2 tbsps	Vinegar	2 cups	Chopped vegetables (capsicum, spring onions, carrots, cabbage)	100 g	Tomato sauce	2 tbsps	Cornflour	2 tbsps + ½ cup water	Salt, pepper	As per taste	Ajinomoto	1 pinch	Paneer	50 g
For	0.6 kg																								
Water	600 ml (3 cups)																								
Chilli sauce	1 tbsps																								
Soya sauce	2 tbsps																								
Vinegar	2 cups																								
Chopped vegetables (capsicum, spring onions, carrots, cabbage)	100 g																								
Tomato sauce	2 tbsps																								
Cornflour	2 tbsps + ½ cup water																								
Salt, pepper	As per taste																								
Ajinomoto	1 pinch																								
Paneer	50 g																								
So8	Palak Makai Shorba	0.6 kg	Microwave safe (MWS) glass bowl																						
			<table border="1"> <tr> <td>For</td> <td>0.6 kg</td> </tr> <tr> <td>Palak (chopped)</td> <td>200 g</td> </tr> <tr> <td>Water</td> <td>600ml(3 cups)</td> </tr> <tr> <td>Maggie tastemaker</td> <td>1 cube</td> </tr> <tr> <td>Corn Niblets</td> <td>½ cup</td> </tr> <tr> <td>Chopped onion</td> <td>½ cup</td> </tr> <tr> <td>Jeera</td> <td>1 tsp</td> </tr> <tr> <td>Butter</td> <td>1 tbsps</td> </tr> <tr> <td>Milk</td> <td>¼ cup</td> </tr> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. In a MWS glass bowl add chopped palak & little water. Select category & press start. 2. When beeps, grind the palak. 3. In another MWS glass bowl add butter, jeera, chopped onions. Press start. 4. When beeps, remove & add palak & water, milk, corn niblets & Maggie tastemaker. Press start. <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में कटा हुआ पालक और थोड़ा पानी डालें। मीनू चुनकर स्टार्ट दबाएं। 2. बीप सुनाई देने पर बाहर निकालकर पालक को पीस लें। 3. एक दूसरे माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में मक्खन, जीरा, कटी हुई प्याज डालकर स्टार्ट दबाएं। 4. बीप सुनाई देने पर बाहर निकालें और पालक तथा पानी, दूध, कॉर्न निबलेट्स और मैगी टेस्टमेकर डालकर स्टार्ट दबाएं। 	For	0.6 kg	Palak (chopped)	200 g	Water	600ml(3 cups)	Maggie tastemaker	1 cube	Corn Niblets	½ cup	Chopped onion	½ cup	Jeera	1 tsp	Butter	1 tbsps	Milk	¼ cup				
For	0.6 kg																								
Palak (chopped)	200 g																								
Water	600ml(3 cups)																								
Maggie tastemaker	1 cube																								
Corn Niblets	½ cup																								
Chopped onion	½ cup																								
Jeera	1 tsp																								
Butter	1 tbsps																								
Milk	¼ cup																								

Category	Weight Limit	Utensil	Instructions																						
So9	Wonton Soup	0.6 kg	<p>Microwave safe (MWS) glass bowl</p> <table border="1"> <tr> <td>For</td> <td>0.6 kg</td> </tr> <tr> <td>Chopped cabbage, carrot, capsicum, french beans</td> <td>200 g (Total)</td> </tr> <tr> <td>Ginger paste</td> <td>2 tsp</td> </tr> <tr> <td>Garlic paste</td> <td>2 tsp</td> </tr> <tr> <td>Spinach in pieces</td> <td>10 leaves</td> </tr> <tr> <td>Oil</td> <td>1 tsp</td> </tr> <tr> <td>Salt, pepper powder</td> <td>As per taste</td> </tr> <tr> <td>Water</td> <td>600 ml (3 cup)</td> </tr> <tr> <td>Ready wonton</td> <td>6-7 pieces</td> </tr> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> In MWS glass bowl add oil and vegetables, ginger-garlic paste. Select category & press start. When beeps, add salt, pepper, water & palak (in pieces). Mix well & put in microwave & press start. When beeps, mix well & press start. Add wonton & serve. <p>How to make Wonton : Maida -1 cup, Salt - 1 pinch, Oil - 1 tsp Method : Mix all the ingredients in the bowl and make dough with too warm water. After that cover the bowl and leave the mixture for 10-15 minutes.</p> <p>For Stuffing : Cabbage, carrot, capsicum which is cut in long pieces Method : Mix all the ingredients for stuffing. Make a small puree of wonton and put the small quantity of stuffing in between them and then cover the puree and press it.</p> <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में तेल, सब्जियाँ और अदरक-लहसुन की पेस्ट डालें। वर्ग चुनकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर नमक, मिर्च, पानी और पालक (टुकड़ों में) डालें। अच्छी तरह मिलाएं और माइक्रोवेव में रखकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर अच्छी तरह मिलाएं और स्टार्ट दबाएं। <p>वॉन्टन कैसे बनाएं : मैदा 1 कप, नमक 1 चुटकी, तेल 1 चम्मच विधि : बाउल में सभी सामग्री लेकर मिलाएं और तेज गर्म पानी के साथ रूंध कर लौई बनाने लें। बाउल को ढककर 10.15 मिनट के लिए रख दें।</p> <p>भरावन के लिए : बन्दगोभी, गाजर, शिमला मिर्च जो लम्बे टुकड़ों में कटी हों। विधि : भरावन तैयार करने के लिए सभी सामग्रियों को मिला लें। वॉन्टन से छोटी छोटी पूरियां बना लें। भरावन की थोड़ी मात्रा उनके बीच में रखें और फिर पूरियां को ढककर दबाएं।</p>	For	0.6 kg	Chopped cabbage, carrot, capsicum, french beans	200 g (Total)	Ginger paste	2 tsp	Garlic paste	2 tsp	Spinach in pieces	10 leaves	Oil	1 tsp	Salt, pepper powder	As per taste	Water	600 ml (3 cup)	Ready wonton	6-7 pieces				
For	0.6 kg																								
Chopped cabbage, carrot, capsicum, french beans	200 g (Total)																								
Ginger paste	2 tsp																								
Garlic paste	2 tsp																								
Spinach in pieces	10 leaves																								
Oil	1 tsp																								
Salt, pepper powder	As per taste																								
Water	600 ml (3 cup)																								
Ready wonton	6-7 pieces																								
So10	Mulligtawny Soup	0.6 kg	<p>Microwave safe (MWS) glass bowl</p> <table border="1"> <tr> <td>For</td> <td>0.6 kg</td> </tr> <tr> <td>Cooked rice</td> <td>50 g</td> </tr> <tr> <td>Dehusked lentil</td> <td>30 g</td> </tr> <tr> <td>Apples (peeled & sliced)</td> <td>½ no.</td> </tr> <tr> <td>Carrot</td> <td>50 g</td> </tr> <tr> <td>Onion</td> <td>50 g</td> </tr> <tr> <td>Veg stock/water</td> <td>600 ml (4 cups)</td> </tr> <tr> <td>Salt & pepper</td> <td>To taste</td> </tr> <tr> <td>Butter</td> <td>1 tsp</td> </tr> <tr> <td>Curry powder</td> <td>1 tsp</td> </tr> <tr> <td>Lemon juice</td> <td>1 tsp</td> </tr> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> In MWS glass bowl add butter, carrot, onion & apples. Mix well. Select category & weight and press start. When, beep, mix well, add cooked rice, lentils & water and press start. When, beep, mix well, allow to cool. Blend & strain. In the same MWS glass bowl add the strained stock, salt, pepper, curry powder & lemon juice. Press start. <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में मक्खन, गाजर, प्याज और सेब लेकर अच्छी तरह मिला लें। वर्ग एवं वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर अच्छी तरह मिलाएं, पके हुए चावल, दाल और पानी डालकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर अच्छी तरह मिलाएं, उंडा होने दें। पीसकर निचोड़ लें। उसी माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में निचोड़ा हुआ स्टॉक, नमक, मिर्च, करी पाउडर और नींबू का रस डालकर स्टार्ट दबाएं। 	For	0.6 kg	Cooked rice	50 g	Dehusked lentil	30 g	Apples (peeled & sliced)	½ no.	Carrot	50 g	Onion	50 g	Veg stock/water	600 ml (4 cups)	Salt & pepper	To taste	Butter	1 tsp	Curry powder	1 tsp	Lemon juice	1 tsp
For	0.6 kg																								
Cooked rice	50 g																								
Dehusked lentil	30 g																								
Apples (peeled & sliced)	½ no.																								
Carrot	50 g																								
Onion	50 g																								
Veg stock/water	600 ml (4 cups)																								
Salt & pepper	To taste																								
Butter	1 tsp																								
Curry powder	1 tsp																								
Lemon juice	1 tsp																								

SOUP

सूप

Category	Weight Limit	Utensil	Instructions																				
So11	Rajma Soup 0.6 kg	Microwave safe (MWS) glass bowl	<table border="1"> <tr> <td>For</td> <td>0.6 kg</td> </tr> <tr> <td>Water</td> <td>600 ml</td> </tr> <tr> <td>Rajma / Kidney beans (boiled)</td> <td>1 cup (170 g)</td> </tr> <tr> <td>Oil</td> <td>½ tbsp</td> </tr> <tr> <td>Garlic cloves (chopped)</td> <td>2 nos.</td> </tr> <tr> <td>Onion (chopped)</td> <td>½ cup</td> </tr> <tr> <td>Tomato (chopped)</td> <td>½ cup</td> </tr> <tr> <td>Coriander (chopped)</td> <td>¼ cup</td> </tr> <tr> <td>Salt, pepper, red chilli powder</td> <td>As per taste</td> </tr> <tr> <td>Lemon juice</td> <td>1 tbsp</td> </tr> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Grind the boiled rajma. Add water & strain it. 2. In a MWS glass bowl add oil, garlic, onion, tomato. Mix well. Select category & press start. 3. When beeps, mix well & add salt, pepper, red chilli powder & rajma stock. Mix well & press start. 4. Add lemon juice & garnish with coriander leaves & serve hot. <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. उबले हुए राजमा को पीस लें। उसमें पानी डालकर छान लें। 2. माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में तेल, लहसुन, प्याज, टमाटर डालकर अच्छी तरह मिलाएं। वर्ग चुनकर स्टार्ट दबाएं। 3. बीप सुनाई देने पर अच्छी तरह मिलाएं और नमक, काली मिर्च, लाल मिर्च पाउडर और राजमा स्टॉक डालकर अच्छी तरह मिलाएं और स्टार्ट दबाएं। 4. नींबू रस डालकर धनिया की पत्तियों से सजाएं और गरम-गरम परोसें। 	For	0.6 kg	Water	600 ml	Rajma / Kidney beans (boiled)	1 cup (170 g)	Oil	½ tbsp	Garlic cloves (chopped)	2 nos.	Onion (chopped)	½ cup	Tomato (chopped)	½ cup	Coriander (chopped)	¼ cup	Salt, pepper, red chilli powder	As per taste	Lemon juice	1 tbsp
For	0.6 kg																						
Water	600 ml																						
Rajma / Kidney beans (boiled)	1 cup (170 g)																						
Oil	½ tbsp																						
Garlic cloves (chopped)	2 nos.																						
Onion (chopped)	½ cup																						
Tomato (chopped)	½ cup																						
Coriander (chopped)	¼ cup																						
Salt, pepper, red chilli powder	As per taste																						
Lemon juice	1 tbsp																						
So12	Shahi Shorba 0.6 kg	Microwave safe (MWS) glass bowl	<table border="1"> <tr> <td>For</td> <td>0.6 kg</td> </tr> <tr> <td>Onions (finely chopped)</td> <td>2 nos.</td> </tr> <tr> <td>Walnuts (coarsely chopped)</td> <td>¼ cup</td> </tr> <tr> <td>Mint paste</td> <td>1 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Whole wheat flour</td> <td>2 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Butter</td> <td>2 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Salt, black pepper powder, garam masala</td> <td>As per taste</td> </tr> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. In a MWS glass bowl take butter & chopped onion. Mix well. Select category & press start. 2. When beeps, stir well. Add whole wheat flour, mint paste, coarsely chopped walnuts & mix well. Press start. 3. When beeps, mix and add water. Mix well so that no lumps are formed. Add seasoning. Press start. Serve hot. <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में मक्खन और बारीक कटे हुए प्याज डालें। अच्छी तरह मिलाएं। वर्ग को चुनें तथा स्टार्ट बटन दबाएं। 2. बीप की आवाज सुनाई देने पर, अच्छी तरह घुलाएं। गेहूँ का आटा, पुदीना पेस्ट, बारीक कटे हुए अखरोट डालें और अच्छी तरह मिलाएं। स्टार्ट बटन दबाएं। 4. बीप की आवाज सुनाई देने पर, मिलाएं और पानी डालें। अच्छी तरह मिलाएं ताकि कोई डेले आदि न बनें। मसाला आदि (सीजनिंग) डालें। स्टार्ट बटन दबाएं। गर्म-गर्म परोसें। 	For	0.6 kg	Onions (finely chopped)	2 nos.	Walnuts (coarsely chopped)	¼ cup	Mint paste	1 tbsp	Whole wheat flour	2 tbsp	Butter	2 tbsp	Salt, black pepper powder, garam masala	As per taste						
For	0.6 kg																						
Onions (finely chopped)	2 nos.																						
Walnuts (coarsely chopped)	¼ cup																						
Mint paste	1 tbsp																						
Whole wheat flour	2 tbsp																						
Butter	2 tbsp																						
Salt, black pepper powder, garam masala	As per taste																						

Category	Weight Limit	Utensil	Instructions																																
So13	Limbu Dhania Shorba	0.6 kg	Microwave safe (MWS) glass bowl																																
			<table border="1"> <tr> <td>For</td> <td>0.6 kg</td> </tr> <tr> <td>Water</td> <td>600 ml</td> </tr> <tr> <td>Oil</td> <td>½ tsp</td> </tr> <tr> <td>Shredded cabbage</td> <td>1 cup</td> </tr> <tr> <td>Chopped carrot</td> <td>½ cup</td> </tr> <tr> <td>Celery</td> <td>½ cup</td> </tr> <tr> <td>Spring onions</td> <td>½ cup</td> </tr> <tr> <td>Ginger (grated)</td> <td>1 tsp</td> </tr> <tr> <td>Chopped garlic</td> <td>3 nos.</td> </tr> <tr> <td>Bayleaf</td> <td>2 nos.</td> </tr> <tr> <td>Cloves</td> <td>2 nos.</td> </tr> <tr> <td>Pepper corns</td> <td>3 nos.</td> </tr> <tr> <td>Besan</td> <td>2 tbsp (dissolved in ¼ cup water)</td> </tr> <tr> <td>Lemon juice</td> <td>2 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Coriander leaves (chopped)</td> <td>½ cup</td> </tr> <tr> <td>Salt</td> <td>As per taste</td> </tr> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. In a MWS glass bowl add oil, cabbage, carrot, celery, spring onions, ginger, garlic, bayleaves, cloves, peppercorns. Mix well. Select category & press start. 2. When beeps, mix well & add water & press start. When beeps, add besan paste, lemon juice, coriander leaves, salt. Mix well & press start. Garnish with coriander leaves & serve hot. <p>विवि :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में तेल, बन्दगोभी, गाजर, अजवायन, हरे प्याज, अदरक, लहसुन, तेजपत्ता, लौंग, काली मिर्च के दाने डालें। अच्छी तरह मिलाएं। वर्ग चुनें और स्टार्ट बटन दबाएं। 2. बीप की आवाज सुनाई देने पर, अच्छी तरह मिला करके पानी डालें और स्टार्ट बटन दबाएं। बीप की आवाज सुनाई देने पर, बेसन की पेस्ट, नींबू का रस, धनिया की पत्तियां, नमक डालें। अच्छी तरह मिलाएं और स्टार्ट बटन दबाएं। धनिया की पत्तियों से सजाएं और गर्मा-गर्मा परोसें। 	For	0.6 kg	Water	600 ml	Oil	½ tsp	Shredded cabbage	1 cup	Chopped carrot	½ cup	Celery	½ cup	Spring onions	½ cup	Ginger (grated)	1 tsp	Chopped garlic	3 nos.	Bayleaf	2 nos.	Cloves	2 nos.	Pepper corns	3 nos.	Besan	2 tbsp (dissolved in ¼ cup water)	Lemon juice	2 tbsp	Coriander leaves (chopped)	½ cup	Salt	As per taste
For	0.6 kg																																		
Water	600 ml																																		
Oil	½ tsp																																		
Shredded cabbage	1 cup																																		
Chopped carrot	½ cup																																		
Celery	½ cup																																		
Spring onions	½ cup																																		
Ginger (grated)	1 tsp																																		
Chopped garlic	3 nos.																																		
Bayleaf	2 nos.																																		
Cloves	2 nos.																																		
Pepper corns	3 nos.																																		
Besan	2 tbsp (dissolved in ¼ cup water)																																		
Lemon juice	2 tbsp																																		
Coriander leaves (chopped)	½ cup																																		
Salt	As per taste																																		

CONTINENTAL

कॉन्टीनेन्टल

Category	Weight Limit	Utensil	Instructions																																								
Co1	Pasta	0.1 – 0.3 kg	<p>Microwave safe (MWS) glass bowl & Microwave safe (MWS) flat glass dish & High rack*</p> <table border="1"> <tr> <td>For</td> <td>0.1 kg</td> <td>0.2 kg</td> <td>0.3 kg</td> </tr> <tr> <td>Penne pasta</td> <td>100 g</td> <td>200 g</td> <td>300 g</td> </tr> <tr> <td>Butter</td> <td>1 tbsp</td> <td>2 tbsp</td> <td>3 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Chopped onion</td> <td>1/2 cup</td> <td>1 cup</td> <td>1½ cup</td> </tr> <tr> <td>Chopped garlic</td> <td>1 tbsp</td> <td>1½ tbsp</td> <td>2 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Chopped palak leaves</td> <td>50 g</td> <td>75 g</td> <td>100 g</td> </tr> <tr> <td>Water</td> <td>400 ml</td> <td>800 ml</td> <td>1200 ml</td> </tr> <tr> <td>Cream</td> <td>¼ cup</td> <td>1 cup</td> <td>1½ cup</td> </tr> <tr> <td>Grated cheese</td> <td>2 tbsp</td> <td>3 tbsp</td> <td>4 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Nutmeg powder, oregano, salt & pepper</td> <td colspan="3">As per taste</td> </tr> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> In a MWS glass bowl take pasta, add water (sufficient to boil the pasta) & few drops of oil. Select category and weight and press start. When beeps, drain water from the pasta, wash & separate under running water. In a MWS flat glass dish add butter, onion, garlic and palak. Mix well and press start. When beeps, add cream, nutmeg powder, oregano, salt, pepper, boiled pasta. Mix well and sprinkle grated cheese. Keep the dish on high rack and press start. <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में परस्ता लेकर उसमें पानी (जो पारस्ता उबालने के लिए काफी हो) और कुछ बूंदें तेल की डालें। वर्ग एवं वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर पारस्ता से पानी निकाल दें, धोएं और बहते हुए पानी से अलग कर दें। माइक्रोवेव सेफ फ्लैट ग्लास डिश में मक्खन, प्याज, लहसुन और पालक डालें। अच्छी तरह मिलाकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर क्रीम, जायफल पाउडर, ऑरगेनो, नमक, मिर्च, उबला हुआ पारस्ता डालें। अच्छी तरह मिलाएं और कसा हुआ पनीर छिड़कें। डिश को हाई रैक के ऊपर रखकर स्टार्ट दबाएं। 	For	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg	Penne pasta	100 g	200 g	300 g	Butter	1 tbsp	2 tbsp	3 tbsp	Chopped onion	1/2 cup	1 cup	1½ cup	Chopped garlic	1 tbsp	1½ tbsp	2 tbsp	Chopped palak leaves	50 g	75 g	100 g	Water	400 ml	800 ml	1200 ml	Cream	¼ cup	1 cup	1½ cup	Grated cheese	2 tbsp	3 tbsp	4 tbsp	Nutmeg powder, oregano, salt & pepper	As per taste		
For	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg																																								
Penne pasta	100 g	200 g	300 g																																								
Butter	1 tbsp	2 tbsp	3 tbsp																																								
Chopped onion	1/2 cup	1 cup	1½ cup																																								
Chopped garlic	1 tbsp	1½ tbsp	2 tbsp																																								
Chopped palak leaves	50 g	75 g	100 g																																								
Water	400 ml	800 ml	1200 ml																																								
Cream	¼ cup	1 cup	1½ cup																																								
Grated cheese	2 tbsp	3 tbsp	4 tbsp																																								
Nutmeg powder, oregano, salt & pepper	As per taste																																										
Co2	Veg Au Gratin	0.2 kg	<p>Microwave safe (MWS) glass bowl & Microwave safe (MWS) flat glass dish & High rack*</p> <table border="1"> <tr> <td>For</td> <td>0.2 kg</td> </tr> <tr> <td>Mix vegetables (cut gajar, gobhi, french beans, sweet corns, peas etc.)</td> <td>200 g</td> </tr> <tr> <td>Maida</td> <td>2 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Butter</td> <td>2 tsp</td> </tr> <tr> <td>Milk</td> <td>½ cup</td> </tr> <tr> <td>Grated cheese</td> <td>5 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Salt, pepper</td> <td>As per taste</td> </tr> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> In a MWS glass bowl take vegetables & add 400ml water. Select category & press start. When beeps, remove MWS glass bowl & transfer boiled Vegetables to MWS flat glass dish add milk, Maida, salt & pepper. Mix well. Cover & press start. When beeps, mix well and spread grated cheese on it, place the dish on high rack & press start. <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में 400 ग्राम पानी व सब्जियाँ मिला लें। वर्ग चुनकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल को बाहर निकाल कर उबली सब्जियों को माइक्रोवेव सेफ ग्लास डिश में डालें और दूध, मैदा, नमक, और मिर्च डालकर अच्छी तरह मिलाएं। ढकें और स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर अच्छी तरह मिलाएं और उसके ऊपर कसा हुआ चीज फैलाएं, डिश को हाई रैक के ऊपर रखें और स्टार्ट दबाएं। 	For	0.2 kg	Mix vegetables (cut gajar, gobhi, french beans, sweet corns, peas etc.)	200 g	Maida	2 tbsp	Butter	2 tsp	Milk	½ cup	Grated cheese	5 tbsp	Salt, pepper	As per taste																										
For	0.2 kg																																										
Mix vegetables (cut gajar, gobhi, french beans, sweet corns, peas etc.)	200 g																																										
Maida	2 tbsp																																										
Butter	2 tsp																																										
Milk	½ cup																																										
Grated cheese	5 tbsp																																										
Salt, pepper	As per taste																																										

*Refer Pg. 76 Fig. 5

Category	Weight Limit	Utensil	Instructions																																								
Co3	Macaroni	0.1 – 0.3 kg	<p>Microwave safe (MWS) bowl</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; margin-bottom: 5px;"> <tr> <td style="width: 50%;">For</td> <td style="width: 16.6%;">0.1 kg</td> <td style="width: 16.6%;">0.2 kg</td> <td style="width: 16.6%;">0.3 kg</td> </tr> <tr> <td>Macaroni</td> <td>100 g</td> <td>200 g</td> <td>300 g</td> </tr> <tr> <td>Water</td> <td>400 ml</td> <td>800 ml</td> <td>1200 ml</td> </tr> <tr> <td>Butter</td> <td>1 tbsp</td> <td>2 tbsp</td> <td>3 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Spring onion chopped</td> <td>1 tbsp</td> <td>2 tbsp</td> <td>3 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Garlic chopped</td> <td>1 tsp</td> <td>2 tsp</td> <td>3 tsp</td> </tr> <tr> <td>Mushroom chopped</td> <td>3 nos.</td> <td>4 nos.</td> <td>5 nos.</td> </tr> <tr> <td>Tomato sauce</td> <td>1 tbsp</td> <td>2 tbsp</td> <td>3 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Chilli sauce</td> <td>1 tsp</td> <td>2 tsp</td> <td>3 tsp</td> </tr> <tr> <td>Salt, sugar, pepper & oregano</td> <td colspan="3" style="text-align: center;">As per taste</td> </tr> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> In MWS bowl take Macaroni with water. Select category & weight & press start. When beeps, drain water from it. In MWS bowl add all the ingredients with boiled Macaroni, mix well and press start. <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> माइक्रोवेव सेफ बाउल में मैकरॉनी पानी के साथ लें। वर्ग एवं वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं। बीप आने पर इसका पानी निकाल दें। माइक्रोवेव सेफ बाउल में उबली हुई मैकरॉनी के साथ सभी सामग्री डाल लें। अच्छी तरह मिलाकर स्टार्ट दबाएं। 	For	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg	Macaroni	100 g	200 g	300 g	Water	400 ml	800 ml	1200 ml	Butter	1 tbsp	2 tbsp	3 tbsp	Spring onion chopped	1 tbsp	2 tbsp	3 tbsp	Garlic chopped	1 tsp	2 tsp	3 tsp	Mushroom chopped	3 nos.	4 nos.	5 nos.	Tomato sauce	1 tbsp	2 tbsp	3 tbsp	Chilli sauce	1 tsp	2 tsp	3 tsp	Salt, sugar, pepper & oregano	As per taste		
For	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg																																								
Macaroni	100 g	200 g	300 g																																								
Water	400 ml	800 ml	1200 ml																																								
Butter	1 tbsp	2 tbsp	3 tbsp																																								
Spring onion chopped	1 tbsp	2 tbsp	3 tbsp																																								
Garlic chopped	1 tsp	2 tsp	3 tsp																																								
Mushroom chopped	3 nos.	4 nos.	5 nos.																																								
Tomato sauce	1 tbsp	2 tbsp	3 tbsp																																								
Chilli sauce	1 tsp	2 tsp	3 tsp																																								
Salt, sugar, pepper & oregano	As per taste																																										
Co4	Baked Mushroom	0.1 – 0.3 kg	<p>Microwave safe (MWS) flat glass dish & High rack*</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; margin-bottom: 5px;"> <tr> <td style="width: 50%;">For</td> <td style="width: 16.6%;">0.1 kg</td> <td style="width: 16.6%;">0.2 kg</td> <td style="width: 16.6%;">0.3 kg</td> </tr> <tr> <td>Mushrooms</td> <td>50 g</td> <td>100 g</td> <td>150 g</td> </tr> <tr> <td>White sauce</td> <td>50 g</td> <td>100 g</td> <td>150 g</td> </tr> <tr> <td>Cheese (grated), salt, pepper</td> <td colspan="3" style="text-align: center;">As per taste</td> </tr> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> In MWS flat glass dish put all the ingredients except cheese, mix well. Select category & weight and press start When beeps, keep on high rack. Spread grated cheese on the top of the mixture and press start. <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> माइक्रोवेव सेफ ग्लास प्लेट डिश में चीज के अतिरिक्त सभी सामग्रियां डालें और अच्छी तरह मिलाएं। वर्ग एवं वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर हाई रैक के ऊपर रखें। मिश्रण के ऊपर कसा हुआ चीज फैलाएं और स्टार्ट दबाएं। 	For	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg	Mushrooms	50 g	100 g	150 g	White sauce	50 g	100 g	150 g	Cheese (grated), salt, pepper	As per taste																										
For	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg																																								
Mushrooms	50 g	100 g	150 g																																								
White sauce	50 g	100 g	150 g																																								
Cheese (grated), salt, pepper	As per taste																																										
Co5	Lasaneyya	0.3 kg	<p>Microwave safe (MWS) flat glass dish & High rack*</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; margin-bottom: 5px;"> <tr> <td style="width: 50%;">For</td> <td style="width: 50%;">0.3 kg</td> </tr> <tr> <td>Lasagne sheets (cooked)</td> <td>150 g</td> </tr> <tr> <td>White sauce</td> <td>1 cup</td> </tr> <tr> <td>Pizza sauce</td> <td>1/2 cup</td> </tr> <tr> <td>Mix veg (boiled) - Egg plant, zucchini, broccoli, mushrooms, sweet corns</td> <td>2 cups</td> </tr> <tr> <td>Oil</td> <td>2 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Oregano, salt & pepper</td> <td style="text-align: center;">As per taste</td> </tr> <tr> <td>Grated cheese</td> <td>5 tbsp</td> </tr> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> Except lasagne and cheese add all the ingredients in MWS flat glass dish. Select category and press start. When beeps, in same dish arrange lasagne sheets in the bottom. Then spread vegetable mixture on it and make layers of sheets and vegetable mixture. Press start. When beeps, spread the grated cheese & keep the glass dish on high rack and press start. <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> लासाने और चीज को छोड़कर सभी सामग्रियां माइक्रोवेव सेफ प्लेट ग्लास डिश में अच्छी तरह मिला लें। वर्ग चुनकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर उसी डिश में लासाने शीट्स को नीचे व्यवस्थित कर दें। फिर उसके ऊपर सब्जियों के मिश्रण को फैलाएं और शीट्स तथा सब्जी मिश्रण की परत बनाएं। स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर कसा हुआ चीज फैलाकर ग्लास डिश को हाई रैक के ऊपर रखें और स्टार्ट दबाएं। 	For	0.3 kg	Lasagne sheets (cooked)	150 g	White sauce	1 cup	Pizza sauce	1/2 cup	Mix veg (boiled) - Egg plant, zucchini, broccoli, mushrooms, sweet corns	2 cups	Oil	2 tbsp	Oregano, salt & pepper	As per taste	Grated cheese	5 tbsp																								
For	0.3 kg																																										
Lasagne sheets (cooked)	150 g																																										
White sauce	1 cup																																										
Pizza sauce	1/2 cup																																										
Mix veg (boiled) - Egg plant, zucchini, broccoli, mushrooms, sweet corns	2 cups																																										
Oil	2 tbsp																																										
Oregano, salt & pepper	As per taste																																										
Grated cheese	5 tbsp																																										

*Refer Pg. 76 Fig. 5

CONTINENTAL

कॉन्टीनेन्टल

Category	Weight Limit	Utensil	Instructions																																																
Co6	Chilli Veg	0.3-0.5Kg	<p>Microwave safe (MWS) bowl</p> <table border="1"> <tr> <td>For</td> <td>0.3 Kg</td> <td>0.4kg</td> <td>0.5 kg</td> </tr> <tr> <td>Paneer pieces</td> <td>300 g</td> <td>400g</td> <td>500g</td> </tr> <tr> <td>Chopped Capsicum & onion</td> <td>1½ cup</td> <td>2cups</td> <td>2 ½ cups</td> </tr> <tr> <td>Chopped green chillies</td> <td>3 nos.</td> <td>4 nos</td> <td>5 nos</td> </tr> <tr> <td>Ginger garlic paste</td> <td>1½ tbsp</td> <td>2 tbsp</td> <td>2 ½ tbsp</td> </tr> <tr> <td>Oil</td> <td>1½ tsp</td> <td>2 tsp</td> <td>2 ½ tsp</td> </tr> <tr> <td>Soya sauce</td> <td>2 tsp</td> <td>2 ½ tsp</td> <td>3 tsp</td> </tr> <tr> <td>Cornflour</td> <td>2 tbsp</td> <td>2 ½ tbsp</td> <td>3 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Green chilli sauce</td> <td>3 tbsp</td> <td>3 ½ tbsp</td> <td>4 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Salt & Pepper</td> <td colspan="3">As per your taste</td> </tr> <tr> <td>Water</td> <td>1 cup</td> <td>2 cups</td> <td>2 ½ cups</td> </tr> <tr> <td>Ajinomoto</td> <td colspan="3">A pinch</td> </tr> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> In a MWS bowl add oil, onions, green chillies, ginger garlic paste & capsicum. Mix well & cover. Select category & weight press start. When beeps, mix well & add soya sauce, chilli sauce, cornflour (mixed with ½ cup water), water, salt, pepper & ajinomoto and press start. When beeps, add paneer pieces & press start. Mix well & serve. <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> माइक्रोवेव सेफ बाउल में तेल, प्याज, हरी मिर्च, अदरक लहसुन पेस्ट और शिमला मिर्च डालकर अच्छी तरह मिला लें और ढक दें। वर्ग एवं वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर अच्छी तरह मिलाएं एवं सोया सॉस, चिली सॉस, कॉर्न फ्लोर (½ कप पानी में मिलाकर), पानी, नमक, मिर्च और अजीनोमोटो डालकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर पनीर के टुकड़े डालें और स्टार्ट दबाएं। अच्छी तरह मिलाकर परोसें। 	For	0.3 Kg	0.4kg	0.5 kg	Paneer pieces	300 g	400g	500g	Chopped Capsicum & onion	1½ cup	2cups	2 ½ cups	Chopped green chillies	3 nos.	4 nos	5 nos	Ginger garlic paste	1½ tbsp	2 tbsp	2 ½ tbsp	Oil	1½ tsp	2 tsp	2 ½ tsp	Soya sauce	2 tsp	2 ½ tsp	3 tsp	Cornflour	2 tbsp	2 ½ tbsp	3 tbsp	Green chilli sauce	3 tbsp	3 ½ tbsp	4 tbsp	Salt & Pepper	As per your taste			Water	1 cup	2 cups	2 ½ cups	Ajinomoto	A pinch		
For	0.3 Kg	0.4kg	0.5 kg																																																
Paneer pieces	300 g	400g	500g																																																
Chopped Capsicum & onion	1½ cup	2cups	2 ½ cups																																																
Chopped green chillies	3 nos.	4 nos	5 nos																																																
Ginger garlic paste	1½ tbsp	2 tbsp	2 ½ tbsp																																																
Oil	1½ tsp	2 tsp	2 ½ tsp																																																
Soya sauce	2 tsp	2 ½ tsp	3 tsp																																																
Cornflour	2 tbsp	2 ½ tbsp	3 tbsp																																																
Green chilli sauce	3 tbsp	3 ½ tbsp	4 tbsp																																																
Salt & Pepper	As per your taste																																																		
Water	1 cup	2 cups	2 ½ cups																																																
Ajinomoto	A pinch																																																		
Co7	Thai Chicken	0.5 kg.	<p>Microwave safe (MWS) bowl</p> <table border="1"> <tr> <td>Boneless chicken</td> <td>500 gm</td> </tr> <tr> <td>Red curry paste</td> <td>2 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Sugar</td> <td>1 tsp</td> </tr> <tr> <td>Soya sauce</td> <td>2 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Salt</td> <td>To taste</td> </tr> <tr> <td>Chopped garlic</td> <td>1 tsp</td> </tr> <tr> <td>Blanched Broccoli (florets)</td> <td>1 cup</td> </tr> <tr> <td>Peanuts (Roasted & crushed)</td> <td>¼ cup</td> </tr> <tr> <td>Oil</td> <td>2 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Red chilli paste</td> <td>1 tsp</td> </tr> <tr> <td>For Sauce</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Butter</td> <td>2 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Maida</td> <td>2 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Milk</td> <td>1 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Salt & pepper</td> <td>To taste</td> </tr> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> In a MWS bowl put oil, garlic, sugar, soya sauce, red curry paste, broccoli, chicken pieces, mix well. Select category and press start. when beeps, remove. Add red chilli paste, crushed peanuts, sauce of milk, maida, butter, mix well press start. <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> माइक्रोवेव सेफ बाउल में तेल, लहसुन, चीनी, सोया सॉस, लाल करी पेस्ट, ब्रोकोली, चिकन के टुकड़े डालकर अच्छी तरह मिलाएं। वर्ग चुनकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर, बाउल को बाहर निकाल लें। लाल मिर्च की पेस्ट, कुचले हुए पीनट्स, मिल्क सॉस, मैदा, मक्खन डालकर अच्छी तरह मिलाएं और स्टार्ट दबाएं। 	Boneless chicken	500 gm	Red curry paste	2 tbsp	Sugar	1 tsp	Soya sauce	2 tbsp	Salt	To taste	Chopped garlic	1 tsp	Blanched Broccoli (florets)	1 cup	Peanuts (Roasted & crushed)	¼ cup	Oil	2 tbsp	Red chilli paste	1 tsp	For Sauce		Butter	2 tbsp	Maida	2 tbsp	Milk	1 tbsp	Salt & pepper	To taste																		
Boneless chicken	500 gm																																																		
Red curry paste	2 tbsp																																																		
Sugar	1 tsp																																																		
Soya sauce	2 tbsp																																																		
Salt	To taste																																																		
Chopped garlic	1 tsp																																																		
Blanched Broccoli (florets)	1 cup																																																		
Peanuts (Roasted & crushed)	¼ cup																																																		
Oil	2 tbsp																																																		
Red chilli paste	1 tsp																																																		
For Sauce																																																			
Butter	2 tbsp																																																		
Maida	2 tbsp																																																		
Milk	1 tbsp																																																		
Salt & pepper	To taste																																																		

Category	Weight Limit	Utensil	Instructions					
Co8 Sweet & Sour Veg	0.1 – 0.3 kg.	Microwave safe (MWS) bowl	For	0.1 Kg	0.2 Kg	0.3 Kg		
			Cut vegetables (Baby corns cut lengthwise, Broccoli florets, Mushroom pieces, Pineapple slices, Capsicum)	100 g	200 g	300 g		
			Oil	½ tbsp	1 tbsp	1½ tbsp		
			Chopped spring onion & garlic	¼ cup	½ cup	1 cup		
			Red chilli paste	¼ tsp	¼ tsp	½ tsp		
			Tomato Ketchup	¼ cup	¼ cup	¼ cup		
			Vinegar	As per taste				
			Sugar	½ tsp	1 tsp	1 tsp		
			Salt	As per taste				
			Ajinomoto	¼ tsp	¼ tsp	¼ tsp		
			Soya sauce	1 tsp	1 tsp	1 tsp		
			Pineapple juice	¼ cup	¼ cup	¼ cup		
			Water	1 cup	1 cup	1 cup		
			Cornflour	2 tbsp mixed with ¼ cup water				
			Method :					
			<ol style="list-style-type: none"> 1. In a microwave safe bowl add oil, chopped spring onions & garlic, red chilli paste. Select category & weight and press start. 2. When beeps, mix well & cut vegetables, tomato ketchup, vinegar, salt, sugar, ajinomoto, soya sauce, pineapple juice, water & cornflour. Mix well, press start. Stand for 5 minutes. 					
			विधि :					
			<ol style="list-style-type: none"> 1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में तेल, कटी हुई बसन्त प्याज तथा लहसुन, लाल मिर्च की पेस्ट डालें। वर्ग एवं वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं। 2. बीप सुनाई देने पर अच्छी तरह मिलाएं और कटी हुई सब्जियां, टोमेटो केचप, सिरका, नमक, चीनी, अजीनोमोटो, सोया सॉस, अनानास का रस, पानी और कॉर्नफ्लोर डालकर अच्छी तरह मिलाएं और स्टार्ट दबाएं। 5 मिनट तक रखा रहने दें। 					
Co9 Mediterranean Crostini	0.2 kg.	Low rack	French bread	2 slices				
			Black olives (sliced)	¼ cup				
			Cheese (grated)	½ cup				
			Butter	2 tbsp				
			To be mixed together for the marinated tomatoes :					
			Tomatoes (sliced)	2 nos.				
			Basil leaves (freshly chopped)	1 tsp				
			Garlic (chopped)	1 tsp				
			Olive oil	2 tsp				
			Salt & freshly crushed pepper corns	As per taste				
			Method :					
			<ol style="list-style-type: none"> 1. In a bowl, put all the ingredients of marinade & mix well. Keep it for 15-20 minutes. 2. Butter the bread slices. Top each slice with 2-3 slices of marinated tomatoes. Put chopped olives & sprinkle grated cheese on top. 3. Select the category & press start. 4. When beeps, keep the bread slices on low rack. Keep the rack in microwave & press start. 					
विधि :								
<ol style="list-style-type: none"> 1. एक बाउल में मैरीनेड (मसाले) की सभी सामग्रियों को लेकर अच्छी तरह मिला लें। 15-20 मिनट के लिए एक तरफ रख दें। 2. ब्रैड स्लाइसिज पर मक्खन लगाएं। प्रत्येक स्लाइस के ऊपर मसालेदार टमाटरों की 2-3 स्लाइस रखें। कटे हुए जैतून रखकर ऊपर से कसा हुआ चीज छिड़कें। 3. वर्ग चुनकर स्टार्ट दबाएं। 4. बीप सुनाई देने पर ब्रैड स्लाइसों को लो रैक के ऊपर रखें। रैक को माइक्रोवेव में रखकर स्टार्ट दबाएं। 								

Category	Weight Limit	Utensil	Instructions					
Co10	Risotto Rice	0.1 – 0.4 kg.	Microwave safe (MWS) bowl	For	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg	0.4 kg
				Arborio rice (soaked)	100 g	200 g	300 g	400 g
				Water	200 ml	400 ml	600 ml	650 ml
				Chopped carrots	¼ cup	½ cup	1 cup	1½ cup
				Chopped garlic	1 tsp	1½ tsp	2 tsp	2½ tsp
				Peas	¼ cup	½ cup	1 cup	1½ cup
				Sliced mushroom	¼ cup	½ cup	1 cup	1½ cup
				Chopped coriander leaves/parseley	As required			
				Spinach (blended & pureed)	¼ cup	½ cup	1 cup	1 cup
				Tomato puree	¼ cup	½ cup	1 cup	1 cup
				Fresh cream	3 tbsp	4 tbsp	5 tbsp	6 tbsp
				Olive oil	1 tbsp	2 tbsp	3 tbsp	4 tbsp
				Grated cheese	As required			
				Salt	As per taste			
				Method :				
				<ol style="list-style-type: none"> 1. In a MWS bowl add olive oil, garlic, mushrooms, peas, carrots & tomato puree. Mix well. Select category & weight and press start. 2. When beeps, mix well & add rice. Mix well and press start. 3. When beeps, mix well & add water & salt. Press start. 4. Mix well & stand for 5 minutes. 5. Add spinach, tomato puree, cream, grated cheese & chopped coriander/parseley & serve. 				
				विधि :				
<ol style="list-style-type: none"> 1. माइक्रोवेव सॉफ बाउल में जैतून का तेल, लहसुन, मशरूम, मटर, गाजर और टोमेटो प्यूरी डालकर अच्छी तरह मिलाएं। वर्ग एवं वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं। 2. बीप सुनाई देने पर अच्छी तरह मिलाकर चावल डालें और अच्छी तरह मिलाकर स्टार्ट दबाएं। 3. बीप सुनाई देने पर अच्छी तरह मिलाकर पानी और नमक डालें और स्टार्ट दबाएं। 4. अच्छी तरह मिलाकर 5 मिनट तक रखा रहने दें। 5. पालक, टोमेटो प्यूरी, क्रीम, कसा हुआ चीज और कटा हुआ हरा धनिया/पासले डालकर परोसें। 								
Co11	Spaghetti with tomato sauce	0.1 – 0.3 kg.	Microwave safe (MWS) bowl	For	0.1 Kg	0.2 Kg	0.3 Kg	
				Spaghetti noodles	100 g	200 g	300 g	
				Water	400 ml	800 ml	1200 ml	
				Olive oil	1 tbsp	1½ tbsp	2 tbsp	
				Chopped garlic	1 tbsp	1½ tbsp	2 tbsp	
				Chopped tomatoes	1 cup	1½ cup	2 cup	
				Chopped mushrooms	¼ cup	½ cup	1 cup	
				Chopped onion	½ cup	1 cup	1½ cup	
				Sliced olives (pitted)	5 nos.	6 nos.	7 nos.	
				Fresh basil	As required			
				Parmesan cheese	As required			
				Salt, pepper, oregano & chilli flakes	As per taste			
				Method :				
				<ol style="list-style-type: none"> 1. In a MWS bowl add spaghetti noodles, water & few drops of oil. Select category & weight and press start. 2. When beeps, remove & drain the water. Wash the noodles under running water to separate. 3. In another MWS bowl add olive oil, garlic, olives, onions, mushrooms, chopped tomatoes, salt, peppers, oregano & chilli flakes. Press start. 4. When beeps, mix well & add the spaghetti. Mix well & press start. Rip all the basil over it & spread grated parmesan cheese & serve. 				
				विधि :				
				<ol style="list-style-type: none"> 1. माइक्रोवेव सॉफ बाउल में स्पेगेटी नूडल्स, पानी और तेल की कुछ बूंदें डालें। वर्ग एवं वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं। 2. बीप सुनाई देने पर बाहर निकाल लें और पानी निकाल दें। अलग अलग करने के लिए बहते हुए पानी में नूडल्स को धो लें। 3. दूसरे माइक्रोवेव सॉफ बाउल में जैतून का तेल, लहसुन, जैतून, प्याज, मशरूम, कटे हुए टमाटर, नमक, काली मिर्च, अजवायन की पत्ती और मिर्च के गुच्छे डालकर स्टार्ट दबाएं। 4. बीप सुनाई देने पर अच्छी तरह मिलाएं और स्पेगेटी नूडल्स डालें। अच्छी तरह मिलाकर स्टार्ट दबाएं। तुलसी के सारे पत्ते उसके ऊपर चीर कर डाल दें और कसा हुआ पारमैसन चीज फेंकाकर परोसें। 				

Category	Weight Limit	Utensil	Instructions																																								
C012	Cottage Cheese Tortellini	8 Pc	Microwave safe (MWS) bowl																																								
			<table border="1"> <tr> <td>For</td> <td>Dough</td> </tr> <tr> <td>Maida</td> <td>1 cup</td> </tr> <tr> <td>Egg</td> <td>1 no.</td> </tr> <tr> <td>Olive oil</td> <td>1 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Salt</td> <td>As per taste</td> </tr> <tr> <td>Water (to knead the dough)</td> <td>As required</td> </tr> <tr> <td>For Stuffing</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Blanched spinach</td> <td>½ cup</td> </tr> <tr> <td>Paneer (roughly mashed)</td> <td>100 g</td> </tr> <tr> <td>Olive oil</td> <td>1 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Garlic (minced)</td> <td>1 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Salt & pepper</td> <td>As per taste</td> </tr> <tr> <td>For Sauce</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Blanched tomatoes (skin removed)</td> <td>5 nos.</td> </tr> <tr> <td>Garlic pods</td> <td>8-10 nos.</td> </tr> <tr> <td>Coriander leaves (fresh)</td> <td>1 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Olive oil</td> <td>1 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Chilli flakes</td> <td>1 tsp</td> </tr> <tr> <td>Oregano</td> <td>½ tsp</td> </tr> <tr> <td>Salt, pepper</td> <td>As per taste</td> </tr> </table> <p>Method : Pre-Preparation for Stuffing :</p> <ol style="list-style-type: none"> In a MWS glass bowl take olive oil & minced garlic, mix and microwave 100% for 2 minutes. Add mashed paneer & blanched & chopped spinach, salt & pepper. Mix well & microwave 100 % for 2 minutes. In another bowl take maida, salt, beaten egg & olive oil. Mix well & knead a firm dough adding enough water. Cover & keep aside for 10-15 minutes. Divide the dough into 5-6 equal sized balls & roll out each ball into a long & rectangular strip (approx. 2.5" broad) & cut into squares. Fill each square shape with spinach & cottage cheese stuffing (1 tsp). Wet the edges with little water & cover with another square & seal it by pressing tightly. There should be no air-bubble left within. Make all tortellinis following same procedure. Take 500 ml water in a MWS bowl & keep inside the microwave. Select category & press start. When beeps, put the tortellinis in the boiling water. Cover & press start. When beeps, remove & strain the tortellinis & place in a serving dish & keep aside covered. Blend together blanched tomatoes, garlic pods, coriander leaves with a blender. Take this puree in a MWS bowl, add olive oil, salt, pepper oregano & chilli flakes. Mix well & press start. When cooking ends, pour this sauce over the cooked tortellini & serve hot. <p>विधि : भरावन तैयार करने से पहले :</p> <ol style="list-style-type: none"> माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में जैतून का तेल और गुंटा हुआ लहसुन डालकर मिला लें और 2 मिनट तक माइक्रोवेव ओवन में रखें। मसला हुआ पनीर और कटा हुआ पालक, नमक और काली मिर्च डालकर अच्छी तरह मिलाएं और 2 मिनट तक 100 % माइक्रोवेव करें। दूसरे बाउल में मैदा, नमक, फंटा हुआ अण्डा और जैतून का तेल डालकर अच्छी तरह मिला लें और आवश्यकतानुसार पानी डालकर सख्त लौधा बना लें और ढक्कर 10-15 मिनट के लिए अलग रख दें। फिर इस लौधे से समान आकार 5-6गोले बना लें और प्रत्येक गोले को लम्बाई में बेलकर आयताकार (लगभग 2.5" चौड़ी) पट्टियां बनाकर वर्गाकार काट लें। प्रत्येक वर्गाकार पट्टी को पालक और कोंटेज चीज की भरावन (1 बड़ा चम्मच) से भर दें। थोड़ा सा पानी लगाकर किनारों को गीला करके दूसरे वर्ग से ढक दें और जोर से दबाकर इसे सील कर दें। अन्दर हवा का बुलबुला नहीं रहना चाहिए। इसी तरीके से सभी टॉरटेलिनी बना लें। माइक्रोवेव सेफ बाउल में 500 मिली. पानी लें और माइक्रोवेव के अन्दर रख दें। वर्ग चुनकर स्टार्ट दबाएं। वीप सुनाई देने पर टॉरटेलिनीज को उबलते हुए पानी में रख दें। ढक्कर स्टार्ट दबाएं। वीप सुनाई देने पर टॉरटेलिनीज को बाहर निकालकर निचोड़ लें और परोसने वाली डिश में रखें और ढक्कर अलग रख दें। छिले हुए टमाटर, लहसुन और धनिया की पत्तियों को एक साथ ब्लेंडर से मिश्रण बना लें। इस घ्यूरी को माइक्रोवेव सेफ बाउल में लेकर जैतून का तेल, नमक, काली मिर्च, अजवाइन की पत्तियां और मिर्च के गुच्छे डालकर अच्छी तरह मिला लें और स्टार्ट दबा दें। पकने के बाद इस सॉस को पके हुए टॉरटेलिनी पर डालें और गरम गरम परोसें। 	For	Dough	Maida	1 cup	Egg	1 no.	Olive oil	1 tbsp	Salt	As per taste	Water (to knead the dough)	As required	For Stuffing		Blanched spinach	½ cup	Paneer (roughly mashed)	100 g	Olive oil	1 tbsp	Garlic (minced)	1 tbsp	Salt & pepper	As per taste	For Sauce		Blanched tomatoes (skin removed)	5 nos.	Garlic pods	8-10 nos.	Coriander leaves (fresh)	1 tbsp	Olive oil	1 tbsp	Chilli flakes	1 tsp	Oregano	½ tsp	Salt, pepper	As per taste
For	Dough																																										
Maida	1 cup																																										
Egg	1 no.																																										
Olive oil	1 tbsp																																										
Salt	As per taste																																										
Water (to knead the dough)	As required																																										
For Stuffing																																											
Blanched spinach	½ cup																																										
Paneer (roughly mashed)	100 g																																										
Olive oil	1 tbsp																																										
Garlic (minced)	1 tbsp																																										
Salt & pepper	As per taste																																										
For Sauce																																											
Blanched tomatoes (skin removed)	5 nos.																																										
Garlic pods	8-10 nos.																																										
Coriander leaves (fresh)	1 tbsp																																										
Olive oil	1 tbsp																																										
Chilli flakes	1 tsp																																										
Oregano	½ tsp																																										
Salt, pepper	As per taste																																										

CONTINENTAL

कॉन्टीनेन्टल

Category	Weight Limit	Utensil	Instructions							
Co13 Mexican Corn Rice	0.1 – 0.4 kg.	Microwave safe (MWS) glass bowl & Microwave safe (MWS) flat glass dish* & Low rack	For	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg	0.4 kg			
			Rice	100 g	200 g	300 g	400 g			
			Cloves	2 nos.	3 nos.	4 nos.	5 nos.			
			Oil	½ tbsp	1 tbsp	1½ tbsp	2 tbsp			
			Water	200 ml	400 ml	600 ml	650 ml			
			Butter	½ tbsp	1 tbsp	1½ tbsp	2 tbsp			
			Sweet corns	¼ cup	½ cup	1 cup	1½ cup			
			Hot sauce*	¼ cup	½ cup	1 cup	1½ cup			
			Cheese cubes	1 no.	2 nos.	3 nos.	4 nos.			
			Salt (if required)	As per taste						
			Red chilli powder (if required)	As per taste						
			Tomato (chopped)	2 nos.	3 nos.	4 nos.	5 nos.			
			<p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> In a MWS glass bowl add rice, cloves, water. Select category & weight and press start. When beeps, remove the bowl & keep aside after mixing. In another MWS glass bowl add butter & sweet corns & press start. When beeps, add hot sauce, cooked rice, cheese cubes, salt & red chilli power (if required). Mix well. Now take a MWS flat glass dish & spread chopped tomatoes at the bottom, now layer with cooked rice & press it down properly. Cover with aluminium foil. Keep the MWS flat glass dish on low rack & press start. <p>*Note : For Hot Sauce - In a MWS glass bowl take 8 blended & pureed tomatoes, 4 tbsp butter, 1 cup chopped onions, salt, red chilli powder, oregano, sugar, chilli sauce (as per taste), 1 tbsp garlic paste, 2 tbsp tomato sauce, a pinch ajwain. Mix well & microwave at 100% for 5 minutes.</p> <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में चावल, लौंग और पानी लें। वर्ग एवं वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर बाउल को बाहर निकाल लें और मिलाने के बाद अलग रख दें। एक दूसरे माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में मक्खन और स्वीट कॉर्नस डालकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर गर्म सॉस, पके हुए चावल, चीज के टुकड़े, नमक और लाल मिर्च पाउडर (आवश्यकतानुसार) डालकर अच्छी तरह मिलाएं। फिर माइक्रोवेव सेफ फ्लैट ग्लास डिश लें और कटे हुए टमाटर उसकी तली में फैला दें, अब पके हुए चावलों की तरह लगाएं और अच्छे से दबाएं। एल्यूमीनियम पत्रों से ढक दें। माइक्रोवेव सेफ फ्लैट ग्लास डिश को लो रैक पर रखकर स्टार्ट दबाएं। <p>*टिपणी : हॉट सॉस के लिए – माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में ८ टमाटरों के मिश्रण से बनाई गई प्युरी, ४ घम्मच मक्खन, १ कप कटी हुई प्याज, नमक, लाल मिर्च पाउडर, अजवाइन की पत्तियां, चीनी, चिली सॉस (स्वादानुसार), १ घम्मच लहसुन पेरस्ट, २ घम्मच टोमेटो सॉस, एक चुटकी अजवाइन लेकर अच्छी तरह मिला लें और 5 मिनट तक 100% माइक्रोवेव करें।</p>							

*Refer Pg. 76 Fig. 6

INDIAN CUISINE

भारतीय व्यंजन

Category	Weight Limit	Utensil	Instructions																																				
IC1	Gajar ka Halwa 0.3Kg	Microwave Safe (MWS) Glass Bowl & Microwave safe (MWS) bowl	<table border="1"> <tr> <td>For</td> <td>0.3 kg</td> </tr> <tr> <td>Grated Gajar</td> <td>300 g</td> </tr> <tr> <td>Ghee</td> <td>2 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Milk Powder</td> <td>5 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Khoya</td> <td>6 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Sugar</td> <td>5 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Elaichi Powder and Dry Fruits</td> <td>As per your taste</td> </tr> </table> <p>Method : 1. In MWS glass bowl take all the ingredients and mix well. Add ½ cup water to MWS bowl. Put the MWS glass bowl in MWS bowl. Cover. Select category and press start.</p> <p>विधि : 1. माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में सभी सामग्रियों को लेकर अच्छी तरह मिला लें। इडली स्टीमर में ½ कप पानी डालें। माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल को माइक्रोवेव सेफ बाउल रखें। ढककर वर्ग चुनें और स्टार्ट दबाएं।</p>	For	0.3 kg	Grated Gajar	300 g	Ghee	2 tbsp	Milk Powder	5 tbsp	Khoya	6 tbsp	Sugar	5 tbsp	Elaichi Powder and Dry Fruits	As per your taste																						
For	0.3 kg																																						
Grated Gajar	300 g																																						
Ghee	2 tbsp																																						
Milk Powder	5 tbsp																																						
Khoya	6 tbsp																																						
Sugar	5 tbsp																																						
Elaichi Powder and Dry Fruits	As per your taste																																						
IC2	Mix Veg 0.1 – 0.5 kg	Microwave safe (MWS) bowl	<table border="1"> <tr> <td>For</td> <td>0.1 kg</td> <td>0.2 kg</td> <td>0.3 kg</td> <td>0.4 kg</td> <td>0.5 kg</td> </tr> <tr> <td>Mix Veg. (Carrot, Cauliflower, peas, beans, tomato)</td> <td>100 g (Total)</td> <td>200 g (Total)</td> <td>300 g (Total)</td> <td>400 g (Total)</td> <td>500 g (Total)</td> </tr> <tr> <td>Oil</td> <td>¼ tbsp</td> <td>½ tbsp</td> <td>1 tbsp</td> <td>1½ tbsp</td> <td>2 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Onion (chopped)</td> <td>¼ cup</td> <td>1 cup</td> <td>1½ cup</td> <td>2 cup</td> <td>2 cup</td> </tr> <tr> <td>Tomato (chopped)</td> <td>¼ tbsp</td> <td>1 cup</td> <td>1½ cup</td> <td>1½ cup</td> <td>1½ cup</td> </tr> <tr> <td>Salt, Cumin powder, Garam, masala, Red Chilli powder, Coriander</td> <td colspan="5">As per taste</td> </tr> </table> <p>Method : 1. In a MWS bowl add oil, onion, tomato & all spices. Mix well, select category & weight and press start. 2. When beeps, remove & mix well. Add vegetable & some water. Cover & press start. 3. When beeps, mix well. Cover & press start. Garnish with coriander leaves.</p> <p>विधि : 1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में तेल, प्याज, टमाटर तथा सभी मसाले डालें। अच्छी तरह मिलाएं, वर्ग एवं वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं। 2. बीप सुनाई देने पर बाहर निकालें और अच्छी तरह मिलाएं। सभी सब्जियां और कुछ पानी डालकर ढक दें और स्टार्ट दबाएं। 3. बीप सुनाई देने पर अच्छी तरह मिलाएं और ढककर स्टार्ट दबाएं। धनिया की पत्तियों से सजाएं।</p>	For	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg	0.4 kg	0.5 kg	Mix Veg. (Carrot, Cauliflower, peas, beans, tomato)	100 g (Total)	200 g (Total)	300 g (Total)	400 g (Total)	500 g (Total)	Oil	¼ tbsp	½ tbsp	1 tbsp	1½ tbsp	2 tbsp	Onion (chopped)	¼ cup	1 cup	1½ cup	2 cup	2 cup	Tomato (chopped)	¼ tbsp	1 cup	1½ cup	1½ cup	1½ cup	Salt, Cumin powder, Garam, masala, Red Chilli powder, Coriander	As per taste				
For	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg	0.4 kg	0.5 kg																																		
Mix Veg. (Carrot, Cauliflower, peas, beans, tomato)	100 g (Total)	200 g (Total)	300 g (Total)	400 g (Total)	500 g (Total)																																		
Oil	¼ tbsp	½ tbsp	1 tbsp	1½ tbsp	2 tbsp																																		
Onion (chopped)	¼ cup	1 cup	1½ cup	2 cup	2 cup																																		
Tomato (chopped)	¼ tbsp	1 cup	1½ cup	1½ cup	1½ cup																																		
Salt, Cumin powder, Garam, masala, Red Chilli powder, Coriander	As per taste																																						
IC3	Veg Biryani 0.1 – 0.5 kg	Microwave safe (MWS) bowl	<table border="1"> <tr> <td>For</td> <td>0.1 kg</td> <td>0.2 kg</td> <td>0.3 kg</td> <td>0.4 kg</td> <td>0.5 kg</td> </tr> <tr> <td>Basmati Rice (soaked for 1 hour)</td> <td>100 g</td> <td>200 g</td> <td>300 g</td> <td>400 g</td> <td>500 g</td> </tr> <tr> <td>Water</td> <td>200 ml</td> <td>400 ml</td> <td>500 ml</td> <td>550 ml</td> <td>650 ml</td> </tr> <tr> <td>Oil</td> <td>1 tbsp</td> <td>2 tbsp</td> <td>3 tbsp</td> <td>3½ tbsp</td> <td>4 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Laung, Elaichi, Dalchini, Black Pepper, Tej Patta, Salt, garam masala & red chilli powder</td> <td colspan="5">To taste</td> </tr> <tr> <td>Mix Vegetables - (Gobhi, Mutter, Gajar, French Beans etc.)</td> <td>¼ cup</td> <td>1 cup</td> <td>1½ cup</td> <td>2 cup</td> <td>2½ cup</td> </tr> </table> <p>Method : 1. In Microwave Safe Bowl put oil add laung, Dalchini, Elaichi, Tej patta and Kali Mirch, add mix vegetables, select category & weight and press start. 2. When beeps, add rice, water, salt & all spices. Mix well, cover it & press start. Stand in 5 minutes after cook ends. Serve hot with raita & salad.</p> <p>विधि : 1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में तेल डालें, तंदीपरान्त लौंग, दालचीनी, इलायची, तेज पत्ता और काली मिर्च डालें और फिर मिश्रित सब्जियां डालें। वर्ग और वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं। 2. बीप सुनाई देने पर चावल, पानी, नमक और सभी मसाले डालकर अच्छी तरह मिलाएं तथा ढककर स्टार्ट दबाएं। पकने के बाद 5 मिनट तक अन्दर रहने दें। रायता और सलाद के साथ गर्म-गर्म परोसें।</p>	For	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg	0.4 kg	0.5 kg	Basmati Rice (soaked for 1 hour)	100 g	200 g	300 g	400 g	500 g	Water	200 ml	400 ml	500 ml	550 ml	650 ml	Oil	1 tbsp	2 tbsp	3 tbsp	3½ tbsp	4 tbsp	Laung, Elaichi, Dalchini, Black Pepper, Tej Patta, Salt, garam masala & red chilli powder	To taste					Mix Vegetables - (Gobhi, Mutter, Gajar, French Beans etc.)	¼ cup	1 cup	1½ cup	2 cup	2½ cup
For	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg	0.4 kg	0.5 kg																																		
Basmati Rice (soaked for 1 hour)	100 g	200 g	300 g	400 g	500 g																																		
Water	200 ml	400 ml	500 ml	550 ml	650 ml																																		
Oil	1 tbsp	2 tbsp	3 tbsp	3½ tbsp	4 tbsp																																		
Laung, Elaichi, Dalchini, Black Pepper, Tej Patta, Salt, garam masala & red chilli powder	To taste																																						
Mix Vegetables - (Gobhi, Mutter, Gajar, French Beans etc.)	¼ cup	1 cup	1½ cup	2 cup	2½ cup																																		

INDIAN CUISINE

भारतीय व्यंजन

Category	Weight Limit	Utensil	Instructions						
IC4	Kadhai Paneer	0.1 ~ 0.5 kg	Microwave safe (MWS) bowl	Paneer	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg	0.4 kg	0.5 kg
				Capsicum & Onion (sliced)	½ cup	1 cup	1½ cup	2 cup	2½ cup
				Sliced tomato	½ no.	1 no.	1½ no.	2 no.	2½ no.
				Onion Paste	3 tbsp	4 tbsp	5 tbsp	6 tbsp	6½ tbsp
				Tomato Puree	2 tbsp	3 tbsp	4 tbsp	4½ tbsp	5 tbsp
				Ginger-Garlic Paste, Salt	To taste				
				Red Chilli Powder, Haldi, Kasuri Methi, Garam Masala	To taste				
				Butter	1½ tbsp	2 tbsp	3 tbsp	3½ tbsp	4 tbsp
				Fresh Cream	1 tbsp	2 tbsp	3 tbsp	4 tbsp	5 tbsp
				Oil	½ tbsp	1 tbsp	2 tbsp	2½ tbsp	3 tbsp
				Method :					
				1. In MWS bowl, add oil, onion paste, ginger-garlic paste, sliced capsicum, tomato & onion. Mix well, cover. Select category & weight and press start.					
				2. When beep, add tomato puree, butter, fresh cream, haldi, red chilli powder, garam masala, kasuri methi, salt and paneer cubes, mix well and press start, garnish with hara dhania and serve hot.					
				विधि :					
1. माइक्रोवेव सोफ बाउल में तेल, प्याज पेस्ट, अदरक-लहसुन पेस्ट, शिमला मिर्च, टमाटर और प्याज की स्लाइस डालें। अच्छी तरह मिलाकर ढकें। बर्ग एवं वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं।									
2. बीप सुनाई देने पर टोमेटो प्यूरी, मकखन, ताजा क्रीम, हल्दी, लाल मिर्च पाउडर, गर्म मसाला, कसूरी मेथी, नमक और पनीर के टुकड़े डालें, अच्छी तरह मिलायें और स्टार्ट दबाएं। हरा धनिया के साथ सजाएं और गर्म-गर्म परोसें।									
IC5	Kadhai Chicken	0.1 ~ 0.5 kg	Microwave safe (MWS) bowl	For	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg	0.4 kg	0.5 kg
				Boneless chicken	100 g	200 g	300 g	400 g	500 g
				Oil	1 tbsp	2 tbsp	3 tbsp	3 tbsp	3½ tbsp
				Methidana	¼ tsp	¼ tsp	1 tsp	1 tsp	1 tsp
				Onion slices	1 no.	2 nos.	3 nos.	3 nos.	3½ nos.
				Chopped garlic	1 tsp	2 tsp	3 tsp	4 tsp	5 tsp
				Dhania powder, red chilli powder salt	As per taste				
				Tomato puree	¼ cup	½ cup	1 cup	1½ cup	1½ cup
				Hara dhania	A few sprigs				
				Capsicum	1 no.	2 no.	2 no.	2 no.	2 no.
				Ginger (finely sliced)	1 tbsp	2 tbsp	3 tbsp	4 tbsp	4½ tbsp
				Cream	For garnishing				
				Method :					
				1. In Microwave Safe Bowl add oil, methidana, onion slices, garlic, dhania powder, red chilli powder, chicken & salt. Cover. Select category & weight and press start.					
2. When beeps, mix well & add tomato puree, hara dhania, capsicum & ginger. Mix well & cover and press start. Stand for 3 minutes.									
3. Add cream. Mix well. Serve hot.									
विधि :									
1. माइक्रोवेव सोफ बाउल में तेल, मेथीदाना, प्याज की स्लाइस, लहसुन, धनिया पाउडर, लाल मिर्च पाउडर, चिकन और नमक डालकर ढक दें। बर्ग एवं वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं।									
2. बीप सुनाई देने पर अच्छी तरह मिलाएं और टोमेटो प्यूरी, हरा धनिया, शिमला मिर्च और अदरक डालें। अच्छी तरह मिलाकर ढक दें और स्टार्ट दबाएं। 3 मिनट तक रखा रहने दें।									
3. क्रीम डालकर अच्छी तरह मिलाएं और गरम-गरम परोसें।									

INDIAN CUISINE

भारतीय व्यंजन

Category	Weight Limit	Utensil	Instructions																																												
IC6	Dal Tadka 0.2 kg	Microwave safe (MWS) bowl	<table border="1"> <tr> <td>For</td> <td>0.2 kg</td> </tr> <tr> <td>Dal (soaked for 2 hours)</td> <td>200 g</td> </tr> <tr> <td>Water</td> <td>400 ml</td> </tr> <tr> <td>Oil</td> <td>2 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Rai, roasted Jeera, Kasuri Methi, Hara Dhania, Hing, Haldi Geen Chilli</td> <td>To taste</td> </tr> <tr> <td>Salt</td> <td>To taste</td> </tr> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Take 200 gms dal in Microwave Safe bowl, add Water, Haldi & Hing. 2. Select category press start to cook. 3. When beeps, take another bowl add oil, roasted jeera, hari mirch, curry leaves, add dal, salt, dhania jeera powder, hara dhania, kasuri methi (optional), water (if required), Press start. 4. When beeps, mix well & again press start. <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में 200 ग्राम दाल लें और पानी, हल्दी तथा हींग डालें। 2. मीनू चुनकर पकाने के लिए स्टार्ट दबाएं। 3. बीप सुनाई देने पर दूसरा बाउल लें, उसमें तेज, जीरा, हरी मिर्च, करी पत्ता लें, दाल, नमक, धनिया-जीरा पाउडर, हरा धनिया, कसूरी मेथी (वैकल्पिक), पानी (यदि आवश्यक हो)। स्टार्ट दबाएं। 4. बीप सुनाई देने पर अच्छी तरह मिलाकर फिर से स्टार्ट दबाएं। 	For	0.2 kg	Dal (soaked for 2 hours)	200 g	Water	400 ml	Oil	2 tbsp	Rai, roasted Jeera, Kasuri Methi, Hara Dhania, Hing, Haldi Geen Chilli	To taste	Salt	To taste																																
For	0.2 kg																																														
Dal (soaked for 2 hours)	200 g																																														
Water	400 ml																																														
Oil	2 tbsp																																														
Rai, roasted Jeera, Kasuri Methi, Hara Dhania, Hing, Haldi Geen Chilli	To taste																																														
Salt	To taste																																														
IC7	Butter Chicken 0.3 ~ 0.5 kg	Microwave safe (MWS) bowl	<table border="1"> <tr> <td>For</td> <td>0.3 kg</td> <td>0.4 kg</td> <td>0.5 kg</td> </tr> <tr> <td>Chicken (boneless)</td> <td>300 g</td> <td>400 g</td> <td>500 g</td> </tr> <tr> <td>Ginger garlic paste</td> <td>2 tbsp</td> <td>2½ tbsp</td> <td>3 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Tomato puree</td> <td>½ cup</td> <td>1 cup</td> <td>1 cup</td> </tr> <tr> <td>Chopped onions</td> <td>1 no.</td> <td>1 no.</td> <td>2 nos.</td> </tr> <tr> <td>Garam masala, dhania powder, jeera powder, kasuri methi, red chilli powder, salt</td> <td colspan="3">As per taste</td> </tr> <tr> <td>Kaju paste</td> <td>2 tbsp</td> <td>2½ tbsp</td> <td>3 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Fresh cream</td> <td>1 cup</td> <td>1½ cup</td> <td>1½ cup</td> </tr> <tr> <td>Butter</td> <td>2 tbsp</td> <td>3 tbsp</td> <td>3½ tbsp</td> </tr> <tr> <td>Oil</td> <td>2 tbsp</td> <td>2½ tbsp</td> <td>2½ tbsp</td> </tr> <tr> <td>Slit green chillies</td> <td>3 nos.</td> <td>4 nos.</td> <td>5 nos.</td> </tr> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. In a MWS bowl add oil, ginger garlic paste, chopped onions, garam masala, dhania powder, jeera powder, salt. Mix well. Select category & weight & press start. 2. When beeps, mix well, add tomato puree, red chilli powder, kasuri methi, chicken pieces. Mix well & cover. Press start. 3. When beeps, mix well, add kaju paste, cream & butter. Mix well & cover. Press start. 4. Garnish with slit chillies. <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में तेल, अदरक लहसुन पेस्ट, कटी हुई प्याज, गरम मसाला, धनिया पाउडर, जीरा पाउडर डालकर अच्छी तरह मिलाएं। वर्ग एवं वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं। 2. बीप सुनाई देने पर, अच्छी तरह मिलाकर टोमेटो प्यूरी, लाल मिर्च पाउडर, कसूरी मेथी और चिकन के टुकड़े डालें। अच्छी तरह मिलाकर ढक दें और स्टार्ट दबा दें। 3. बीप सुनाई देने पर, अच्छी तरह मिलाएं और काजू पेस्ट, क्रीम और मक्खन डालें और अच्छी तरह मिलाकर ढक दें और स्टार्ट दबा दें। 4. लम्बाई में कटी हुई मिर्चों से सजाएं। 	For	0.3 kg	0.4 kg	0.5 kg	Chicken (boneless)	300 g	400 g	500 g	Ginger garlic paste	2 tbsp	2½ tbsp	3 tbsp	Tomato puree	½ cup	1 cup	1 cup	Chopped onions	1 no.	1 no.	2 nos.	Garam masala, dhania powder, jeera powder, kasuri methi, red chilli powder, salt	As per taste			Kaju paste	2 tbsp	2½ tbsp	3 tbsp	Fresh cream	1 cup	1½ cup	1½ cup	Butter	2 tbsp	3 tbsp	3½ tbsp	Oil	2 tbsp	2½ tbsp	2½ tbsp	Slit green chillies	3 nos.	4 nos.	5 nos.
For	0.3 kg	0.4 kg	0.5 kg																																												
Chicken (boneless)	300 g	400 g	500 g																																												
Ginger garlic paste	2 tbsp	2½ tbsp	3 tbsp																																												
Tomato puree	½ cup	1 cup	1 cup																																												
Chopped onions	1 no.	1 no.	2 nos.																																												
Garam masala, dhania powder, jeera powder, kasuri methi, red chilli powder, salt	As per taste																																														
Kaju paste	2 tbsp	2½ tbsp	3 tbsp																																												
Fresh cream	1 cup	1½ cup	1½ cup																																												
Butter	2 tbsp	3 tbsp	3½ tbsp																																												
Oil	2 tbsp	2½ tbsp	2½ tbsp																																												
Slit green chillies	3 nos.	4 nos.	5 nos.																																												

INDIAN CUISINE

भारतीय व्यंजन

Category		Weight Limit	Utensil	Instructions			
IC8	Dum Aloo	0.1-0.3Kg	Microwave safe (MWS) bowl	For	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg
				Boiled Aloo (small)	100 g	200 g	300 g
				Oil	2 tbsp	3 tbsp	3 tbsp
				Jeera, pepper seeds, cloves, hing	As required		
				Onion paste	2 tsp	3 tsp	4 tsp
				Ginger & garlic paste	1 tsp	1½ tsp	1½ tsp
				Tomato puree	1 tbsp	2 tbsp	3 tbsp
				Curd	½ cup	1 cup	1 cup
				Turmeric powder, red chilli, powder, degchi mirch, salt, garam masala, saunf powder	As per taste		
				Method :			
				<ol style="list-style-type: none"> 1. In a MWS bowl add oil, jeera, pepper seeds, cloves, hing, onion paste, ginger garlic paste. Mix well. 2. Select category & weight and press start. 3. When beeps, mix well & add tomato puree & boiled potatoes. Mix well & cover. Press start. 4. When beeps, mix well & add curd & all spices. Cover & press start. 5. Allow to stand for 3 minutes. 			
				विधि :			
<ol style="list-style-type: none"> 1. माइक्रोवेव सोफ बाउल में तेल, जीरा, मिर्च के बीज, लींग, हींग, प्याज पेरट, अदरक लहसुन पेरट डालकर अच्छी तरह मिला लें। 2. वर्ग और वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं। 3. बीप सुनाई देने पर, अच्छी तरह मिलाकर टोमेटो प्यूरी और उबले हुए आलू डालें। अच्छी तरह मिलाकर ढक दें और स्टार्ट दबाएं। 4. बीप सुनाई देने पर, अच्छी तरह मिलाकर दही एवं सभी मसाले डाल दें और ढककर स्टार्ट दबाएं। 5. 3 मिनट तक रखा रहने दें। 							
IC9	Baigan Ka Bhartha	0.3 ~ 0.5 kg	Microwave safe (MWS) bowl	For	0.3 kg	0.4 kg	0.5 kg
				Baigan (Chopped in big pieces)	300 g	400 g	500 g
				Oil	1 tbsp	1½ tbsp	2 cup
				Chopped onions	1 cup	1½ cup	500 g
				Chopped green chillies	3 nos.	4 nos.	5 nos.
				Chopped ginger	1 tbsp	1½ tbsp	2 tbsp
				Chopped tomato	2 nos.	3 nos.	4 nos.
				Tomato puree	4 tbsp	5 tbsp	6 tbsp
				Salt, dhania powder, garam masala, red chilli powder, haldi	As per taste		
				Chopped coriander leaves	A few sprigs		
				Method :			
				<ol style="list-style-type: none"> 1. In a MWS bowl add peeled & chopped baigan. Sprinkle some water. Cover. Select category & weight and press start. 2. When beeps, remove & mash the baigan well. 3. In another MWS bowl add oil, chopped onion, green chillies, ginger, tomato, tomato puree, salt, dhania powder, garam masala, red chilli powder, haldi. Mix well. Cover & press start. 4. When beeps, mix well. Add the mashed baigan & mix well. Press start. Allow to stand for 3 minutes. Garnish with coriander leaves. 			
विधि :							
<ol style="list-style-type: none"> 1. माइक्रोवेव सोफ बाउल में छिले और कटे हुए बैंगन लें। थोड़ा सा पानी छिड़ककर ढक दें। वर्ग एवं वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं। 2. बीप सुनाई देने पर बैंगन को बाहर निकालकर अच्छी तरह कुचल लें। 3. एक दूसरे माइक्रोवेव सोफ बाउल में तेल, कटी हुई प्याज, हरी मिर्च, अदरक, टमाटर, टोमेटो प्यूरी, नमक, धनिया पाउडर, गरम मसाला, लाल मिर्च पाउडर, हल्दी डालकर अच्छी तरह मिलाएं और ढककर स्टार्ट दबाएं। 4. बीप सुनाई देने पर अच्छी तरह मिलाएं। कुचले हुए बैंगन डालकर अच्छी तरह मिलाएं और स्टार्ट दबाएं। 3 मिनट तक रखा रहने दें। हरे धनिया की पत्तियां से सजाएं। 							

INDIAN CUISINE

भारतीय व्यंजन

Category	Weight Limit	Utensil	Instructions				
IC10	Gatte Ki Subzi	0.3Kg	Microwave safe (MWS) bowl	For	0.3 kg		
				For making gattas			
				Besan	100 g		
				Red chilli powder, haldi, dhania powder, salt	As per taste		
				Water	As required		
				For Subzi			
				Oil	1 tbsp		
				Rai, jeera	2 tsp		
				Curry leaves	A few		
				Sour curd	1 cup		
				Red chilli powder, haldi, dhaniya powder, salt	As per taste		
				Tomato puree	¼ cup		
				Method :			
				<ol style="list-style-type: none"> In a bowl mix besan, red chilli powder, haldi, dhania powder, salt. Add water, little oil and make it like a chapati dough. After making the dough break the dough into different pieces and make the rolls out of those pieces. In a MWS bowl add the rolls & water (to cover the rolls completely). Cover. Select category and press start. When beeps, remove. Take out the gattas, allow to cool. Cut them into slices. In a MWS bowl add oil, rai, jeera, curry leaves, tomato puree, red chilli powder, dhaniya powder, haldi, salt. Cover & press start. When beeps, add beaten curd, gattas & haldi. Mix well & press start. 			
				विधि :			
<ol style="list-style-type: none"> एक बाउल में बेसन, लाल मिर्च पाउडर, हल्दी, धनिया पाउडर, नमक लेकर मिला लें। पानी और थोड़ा तेल डालकर चपाती के लौंदे के समान बना लें। लौंदा बनाने के बाद लौंदे को विभिन्न टुकड़ों में तोड़ लें और उन टुकड़ों के रोल्स बना लें। माइक्रोवेव सेफ बाउल में रोल्स और पानी डालकर (रोल्स पानी में पूरी तरह डूब जाएं) ढक दें। वर्ग चुनकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर, बाउल को बाहर निकालें। गट्टों को निकालकर ठंडा होने दें। फिर उनको स्लाइशिंग में काट लें। माइक्रोवेव सेफ बाउल में तेल, जीरा, करी पत्ता, टोमेटो प्यूरी, लाल मिर्च पाउडर, धनिया पाउडर, हल्दी, नमक डालें। ढककर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर, फँटी हुई दही, गट्टे और हल्दी डालकर अच्छी तरह मिलाएं स्टार्ट दबाएं। 							
IC11	Beans Porial	0.1 – 0.3 kg	Microwave safe (MWS) bowl	For	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg
				French beans (cut evenly)	100 g	200 g	300 g
				Oil	1 tsp	1 tsp	2 tsp
				Mustard seeds	¼ tsp	½ tsp	½ tsp
				Urad dhal	¼ tsp	½ tsp	½ tsp
				Grated coconut	2 tbsp	3 tbsp	4 tbsp
				Green chillies	1 no.	2 nos.	3 nos.
				Salt	As per taste		
				Method :			
				<ol style="list-style-type: none"> In a MWS bowl add oil, mustard seeds & urad dhal. Select category & weight & press start. When beeps, add beans, sprinkle little water & cover. Press start. When beeps, mix well & add grated coconut, green chillies & salt. Cover & press start. Allow to stand for 3 minutes. 			
				विधि :			
				<ol style="list-style-type: none"> माइक्रोवेव सेफ बाउल में तेल, सरसों के बीज और उड़द दाल लें। वर्ग एवं वजन और वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर बीन्स डालें, थोड़ा पानी छिड़कें और ढककर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर अच्छी तरह मिलाएं और कसा हुआ नारियल, हरी मिर्च और नमक डालकर स्टार्ट दबाएं और 3 मिनट तक रखा रहने दें। 			

INDIAN CUISINE

भारतीय व्यंजन

Category	Weight Limit	Utensil	Instructions																																																
IC12	Dalma	0.3 kg	<table border="1"> <tr> <td>For</td> <td>0.3 kg</td> </tr> <tr> <td>Moong dal (soaked for 2 hours)</td> <td>300 g</td> </tr> <tr> <td>Water</td> <td>600 ml</td> </tr> <tr> <td>Chopped vegetables (drumsticks, potato, raw banana, pumpkin, brinjal, tomato)</td> <td>2 cups</td> </tr> <tr> <td>For tadka</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Oil</td> <td>2 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Bay leaves, jeera, dry chillies, salt, haldi</td> <td>As per taste</td> </tr> <tr> <td>Grated coconut</td> <td>4 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Chopped onion</td> <td>1 no.</td> </tr> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> In a MWS bowl add soaked moong dal, chopped vegetables & water. Mix well. Select category & press start. When beeps, in another MWS bowl add oil, bay leaves, jeera, dry chillies, salt, haldi, grated coconut & chopped onion. Mix well & press start. When beeps, mix well add the tadka ingredients to the dal. Mix well & press start. <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> माइक्रोवेव सेफ बाउल में भीगी हुई मूंग दाल, कटी हुई सब्जियां तथा पानी डालें। अच्छी तरह मिलाएं और वर्ग चुनकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर एक दूसरे माइक्रोवेव बाउल में तेल, जीरा, सूखी मिर्च, नमक, हल्दी, कसा हुआ नारियल और कटी हुई प्याज लेकर अच्छी तरह मिलाएं और स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर अच्छी तरह मिलाएं और तड़के की सामग्री दाल में डालें और अच्छी तरह मिलाकर स्टार्ट दबाएं। 	For	0.3 kg	Moong dal (soaked for 2 hours)	300 g	Water	600 ml	Chopped vegetables (drumsticks, potato, raw banana, pumpkin, brinjal, tomato)	2 cups	For tadka		Oil	2 tbsp	Bay leaves, jeera, dry chillies, salt, haldi	As per taste	Grated coconut	4 tbsp	Chopped onion	1 no.																														
For	0.3 kg																																																		
Moong dal (soaked for 2 hours)	300 g																																																		
Water	600 ml																																																		
Chopped vegetables (drumsticks, potato, raw banana, pumpkin, brinjal, tomato)	2 cups																																																		
For tadka																																																			
Oil	2 tbsp																																																		
Bay leaves, jeera, dry chillies, salt, haldi	As per taste																																																		
Grated coconut	4 tbsp																																																		
Chopped onion	1 no.																																																		
IC13	Gosht Dum Biryani	0.1 ~ 0.5 kg	<table border="1"> <tr> <td>For</td> <td>0.1 kg</td> <td>0.2 kg</td> <td>0.3 kg</td> <td>0.4 kg</td> <td>0.5 kg</td> </tr> <tr> <td>Basmati rice (soaked for 1 hour)</td> <td>100 g</td> <td>200 g</td> <td>300 g</td> <td>400 g</td> <td>500 g</td> </tr> <tr> <td>Boneless mutton</td> <td>100 g</td> <td>200 g</td> <td>300 g</td> <td>400 g</td> <td>500 g</td> </tr> <tr> <td>Oil</td> <td>1 tbsp</td> <td>1½ tbsp</td> <td>2 tbsp</td> <td>2½ tbsp</td> <td>3 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Chopped onion</td> <td>½ cup</td> <td>1 cup</td> <td>1 cup</td> <td>1½ cup</td> <td>1½ cup</td> </tr> <tr> <td>Ginger garlic paste</td> <td>1 tbsp</td> <td>1½ tbsp</td> <td>1½ tbsp</td> <td>2 tbsp</td> <td>2 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Jeera, laung, tej patta, salt, red chilli powder, garam masala</td> <td colspan="5">As per taste</td> </tr> <tr> <td>Water</td> <td>200 ml</td> <td>400 ml</td> <td>600 ml</td> <td>650 ml</td> <td>750 ml</td> </tr> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> In a MWS bowl add oil, jeera, laung, tej patta onion, ginger garlic paste, mutton & cover. Select category & weight and press start. When beeps, mix well, add rice, water, salt, red chilli powder, garam masala & cover. Press start. Stand for 5 minutes. Serve hot. <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> माइक्रोवेव सेफ बाउल में तेल, जीरा, लौंग, तेज पत्ता, प्याज, अदरक लहसुन पेस्ट, मटन डालकर ढक दें। वर्ग एवं वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर अच्छी तरह मिलाएं, चावल, पानी, नमक, लाल मिर्च पाउडर, गरम मसाला डालकर ढक दें। स्टार्ट दबाएं। 5 मिनट तक रखा रहने दें। गरम गरम परोसें। 	For	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg	0.4 kg	0.5 kg	Basmati rice (soaked for 1 hour)	100 g	200 g	300 g	400 g	500 g	Boneless mutton	100 g	200 g	300 g	400 g	500 g	Oil	1 tbsp	1½ tbsp	2 tbsp	2½ tbsp	3 tbsp	Chopped onion	½ cup	1 cup	1 cup	1½ cup	1½ cup	Ginger garlic paste	1 tbsp	1½ tbsp	1½ tbsp	2 tbsp	2 tbsp	Jeera, laung, tej patta, salt, red chilli powder, garam masala	As per taste					Water	200 ml	400 ml	600 ml	650 ml	750 ml
For	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg	0.4 kg	0.5 kg																																														
Basmati rice (soaked for 1 hour)	100 g	200 g	300 g	400 g	500 g																																														
Boneless mutton	100 g	200 g	300 g	400 g	500 g																																														
Oil	1 tbsp	1½ tbsp	2 tbsp	2½ tbsp	3 tbsp																																														
Chopped onion	½ cup	1 cup	1 cup	1½ cup	1½ cup																																														
Ginger garlic paste	1 tbsp	1½ tbsp	1½ tbsp	2 tbsp	2 tbsp																																														
Jeera, laung, tej patta, salt, red chilli powder, garam masala	As per taste																																																		
Water	200 ml	400 ml	600 ml	650 ml	750 ml																																														

INDIAN CUISINE

भारतीय व्यंजन

Category	Weight Limit	Utensil	Instructions								
IC14	Chicken Biryani	Microwave safe (MWS) bowl	For	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg	0.4 kg	0.5 kg			
			Basmati rice (soaked for 1 hour)	100 g	200 g	300 g	400 g	500 g			
			Boneless chicken	100 g	200 g	300 g	400 g	500 g			
			For Marinade								
			Hung curd	1/2 cup	1 cup	1½ cup	2 cup	2½ cup			
			Tomato puree	2 tbsp	3 tbsp	4 tbsp	5 tbsp	6 tbsp			
			Ginger garlic paste	1 tbsp	1½ tbsp	1½ tbsp	2 tbsp	2 tbsp			
			Salt, garam masala, coriander powder, red chilli powder, turmeric powder	As per taste							
			Oil	1 tbsp	1½ tbsp	2 tbsp	2½ tbsp	3 tbsp			
			Onion	1/2 cup	1 cup	1 cup	1½ cup	1½ cup			
			Salt	If required							
			Coriander leaves	A few springs							
			Water	200 ml	400 ml	500 ml	550 ml	650 ml			
			Method :			<ol style="list-style-type: none"> 1. Marinade the chicken & keep it in refrigerator for 1 hour. 2. In a MWS bowl add oil, chopped onions & marinated chicken & cover. Select category & weight & press start. 3. When beeps, mix well, add rice, salt (if required), coriander leaves, water. Cover & press start. Stand for 5 minutes. Serve hot. 					
			विधि :			<ol style="list-style-type: none"> 1. चिकन पर मसाला लगाकर 1 घंटे के लिए रेफ्रिजरेटर में रख दें। 2. माइक्रोवेव सेफ बाउल में तेल, कटी हुई प्याज और मसाला लगा हुआ चिकन डालकर ढक दें। वर्ग एवं वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं। 3. बीप सुनाई देने पर अच्छी तरह मिलाएं। चावल, नमक (यदि आवश्यक हो), धनिया के पत्ते, पानी डालकर ढक दें और स्टार्ट दबाएं। 5 मिनट तक रखा रहने दें। गर्म गर्म परोसें। 					
IC15	Kadhi	Microwave safe (MWS) bowl	For	0.3 kg	0.4 kg	0.5 kg					
			Besan	25 g	50 g	75 g					
			Curd / matha	1/2 cup	1 cup	1½ cup					
			Oil	1 tbsp	1½ tbsp	2 tbsp					
			Rai, cumin seeds	As per taste							
			Chopped onions	1 cup	1½ cup	1½ cup					
			Salt, red chilli powder, haldi, coriander powder, amchur	As per taste							
			Water	2 cups	3 cups	4 cups					
			Method :			<ol style="list-style-type: none"> 1. In a MWS bowl add oil, rai, jeera, chopped onion. Select category & weight & press start. 2. When beeps, mix & add besan, curd/matha, salt, red chilli powder, haldi, coriander powder, amchur powder, water (1/2 the amount mentioned per weight). Mix & press start. 3. When beeps, mix & add remaining water & press start. Pour tempering & serve. 					
			विधि :			<ol style="list-style-type: none"> 1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में तेल, राई, जीरा, कटी हुई प्याज डालें। वर्ग एवं वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं। 2. बीप सुनाई देने पर मिलाएं और बेसन, दही/मथा, नमक, लाल मिर्च पाउडर, हल्दी और धनिया पाउडर, अमचूर पाउडर, वजनानुसार निर्धारित मात्रा का आधा पानी डालें। मिलाकर स्टार्ट दबाएं। 3. बीप सुनाई देने पर मिलाएं और बचे हुए पानी को डालकर स्टार्ट दबाएं। तड़का डालकर परोसें। 					

INDIAN CUISINE

भारतीय व्यंजन

Category	Weight Limit	Utensil	Instructions				
IC16	Kofta Curry	0.1-0.3 kg	Microwave safe (MWS) flat glass dish & Microwave safe (MWS) bowl	For	0.1 Kg	0.2 Kg	0.3 Kg
				Grated Lauki	100 g	200 g	300 g
				Besan	1 tbsp	2 tbsp	3 tbsp
				Chopped Onion	½ cup	1 cup	1 cup
				Tomato puree	½ cup	½ cup	1 cup
				Chopped garlic	1 tsp	1½ tsp	2 tsp
				Chopped Ginger	1 tsp	1½ tsp	2 tsp
				Coriander power, haldi, garam masala, red chilli powder, jeera, salt	As per taste		
				Oil	½ tbsp	1 tbsp	1½ tbsp
				Water	½ cup	1 cup	1 cup
				Lemon juice	As per taste		
				Method :			
				<ol style="list-style-type: none"> 1. In a bowl mix grated lauki, besan, salt & haldi together. Mix well & prepare balls of medium size out of the mixture. 2. Grease a MWS flat glass dish & keep the koftas on it select category & weight & press start. 3. When beeps, remove in a MWS bowl add oil, jeera, onion, garlic & ginger & press start. 4. When beeps, mix well, add tomato puree, coriander power, garam masala, red chilli powder, salt, water. Add koftas & press start. Stand for 5 minutes. Squeeze lemon juice & serve. 			
				विधि :			
<ol style="list-style-type: none"> 1. बाउल में कटूकस किए हुए ल की, बेसन, नमक और हल्दी को एक साथ मिलाएं। अच्छी तरह मिलाएं और इस मिश्रण से मध्यम आकार के गोले बनाएं। 2. माइक्रोवेव सेफ फ्लैट ग्लास डिश को तेल या घी आदि से घिकना करें तथा कोफ्तों पर इसे रखें तथा वर्ग एवं वजन को चुनें और स्टार्ट बटन दबाएं। 3. बीप की आवाज सुनाई देने पर, माइक्रोवेव सेफ बाउल में डालें और तेल, जीरा, प्याज, लहसुन तथा अदरक डालें और स्टार्ट बटन दबाएं। 4. बीप की आवाज सुनाई देने पर, अच्छी तरह मिलाएं, टमाटर प्युरी, धनिया पाउडर, गर्म मसाला, लाल मिर्च पाउडर, नमक और पानी डालें। कोफ्ता डालें और स्टार्ट बटन दबाएं। 5 मिनट तक प्रतीक्षा करें। नौटू का रस निचोड़ें और परोसें। 							
IC17	Aloo Gobhi	0.3-0.5 kg	Microwave safe (MWS) bowl	For	0.3 kg	0.4 kg	0.5 kg
				Potatoes (cut into pieces)	150 g	200 g	250 g
				Cauliflower florets	150 g	200 g	250 g
				Oil	1 tbsp	2 tbsp	3 tbsp
				Jeera	1 tbsp	1 tbsp	1 tbsp
				Chopped onion	½ cup	½ cup	1 cup
				Chopped green chillies	1 no	2 nos.	3 nos.
				Coriander powder, red chilli powder, haldi, salt, garam masala	As per taste		
				Coriander leaves	A few sprigs		
				Method :			
				<ol style="list-style-type: none"> 1. In a MWS bowl add oil, jeera, chopped onion, green chillies, mix well. Select Category & weight & press start. 2. When beeps, mix well and add potatoes (chopped in medium sizes), cauliflower florets, coriander powder, red chilli powder, haldi, salt, garam masala & mix well. Add some water Cover. Press start. 3. When beeps, mix well & add coriander leaves and cover. Press start. Allow to stand for 15 mins with cover inside the microwave. Garnish with coriander leaves & serve. 			
				विधि :			
				<ol style="list-style-type: none"> 1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में तेल, जीरा, बारीक कटे हुए प्याज, हरी मिर्च डालें और अच्छी तरह मिलाएं। वर्ग चुनें और वजन को चुनें तथा स्टार्ट बटन दबाएं। 2. बीप की आवाज सुनाई देने पर, अच्छी तरह मिलाएं तथा आलू डालें (मध्यम आकार में कटे हुए), फूल गोभी के टुकड़े, धनिया पाउडर, लाल मिर्च पाउडर, हल्दी, नमक, गर्म मसाला डालें और अच्छी तरह मिलाएं। कुछ पानी डालें। स्टार्ट बटन दबाएं। 3. बीप की आवाज सुनाई देने पर, अच्छी तरह मिलाएं और धनिया की पत्तियां डालें तथा इसे ढक दें। स्टार्ट बटन दबाएं। कवर को माइक्रोवेव के अंदर लगाए हुए ही 15 मिनट तक प्रतीक्षा करें। धनिया की पत्तियों से सजाएं और परोसें। 			

INDIAN CUISINE

भारतीय व्यंजन

Category		Weight Limit	Utensil	Instructions			
IC18	Malai Khumb	0.1 – 0.3 kg	High rack & Multi cook tawa*	For	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg
				Mushrooms (Big size)	100 g	200 g	300 g
				For marinade			
				Hung curd	¼ cup	½ cup	1 cup
				Thick cream	1 tbsp	2 tbsp	3 tbsp
				Grated cheese	1 tbsp	2 tbsp	3 tbsp
				Cornflour	1 tbsp	1½ tbsp	2 tbsp
				Ginger paste	½ tsp	1 tsp	1½ tsp
				Salt, garam masala	As per taste		
				Chopped coriander	1 tbsp	2 tbsp	3 tbsp
				Oil	½ tbsp	½ tbsp	½ tbsp
				Method :			
				<ol style="list-style-type: none"> 1. Mix all the other ingredients of the marinade. Marinate the mushrooms in this mixture. 2. Grease the multi cook tawa with oil. Place the marinated mushrooms on the tawa & place the tawa on high rack. 3. Select category & weight & press start. 4. When beeps, turn over the mushrooms. Press start. 			
				विधि :			
<ol style="list-style-type: none"> 1. मसाले की अन्य सभी सामग्रियों को मिला लें। फिर मशरूमों को इस मिश्रण में लपेट लें। 2. मल्टी कुक तवे को तेल लगाकर चिकना कर लें। मसाला लगी हुई मशरूमों को तवे पर रखें और तवे को हाई रैक के ऊपर रख दें। 3. वर्ग और वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं। 4. बीप सुनाई देने पर मशरूमों को पलटकर स्टार्ट दबाएं। 							

*Refer Pg. 76 Fig. 2

SWEET CORNER

स्वीट कॉर्नर

Category	Weight Limit	Utensil	Instructions																												
SC1	Besan Ladoo 0.1 – 0.3 kg	Microwave safe (MWS) flat glass dish	<table border="1"> <tr> <td>Besan</td> <td>0.1 kg</td> <td>0.2 kg</td> <td>0.3 Kg</td> </tr> <tr> <td>Ghee (melted)</td> <td>3 tbsp</td> <td>5 tbsp</td> <td>7 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Powder Sugar</td> <td>50 g</td> <td>100 g</td> <td>150 g</td> </tr> <tr> <td>Elaichi Powder</td> <td>1/2 tsp</td> <td>1 tsp</td> <td>1 tsp</td> </tr> </table> <p>Method:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. In Microwave safe flat glass dish take besan and ghee. Select menu and press start. 2. When beeps, stir it & press start. 3. When beeps, stir it & press start. 4. Allow to cool. Sieve the mixture. Add powdered sugar and elaichi powder. Mix it well and make a ladoo of same size. Note: For binding the ladoo use ghee. <p>विधि:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. माइक्रोवेव सेफ फ्लैट ग्लास डिश में बेसन और घी लें। मीनू चुनें और स्टार्ट दबाएं। 2. बीप सुनाई देने पर इसे हिलाएं और स्टार्ट दबाएं। 3. बीप सुनाई देने पर इसे हिलाएं और स्टार्ट दबाएं। 4. ठंडा होने दें। मिश्रण को छानकर बूरा और इलायची पाउडर डालें। अच्छी तरह मिलाएं और समान आकार के लड्डू बनाएं। नोट: लड्डू बांधने के लिए घी का इस्तेमाल करें। 	Besan	0.1 kg	0.2 kg	0.3 Kg	Ghee (melted)	3 tbsp	5 tbsp	7 tbsp	Powder Sugar	50 g	100 g	150 g	Elaichi Powder	1/2 tsp	1 tsp	1 tsp												
Besan	0.1 kg	0.2 kg	0.3 Kg																												
Ghee (melted)	3 tbsp	5 tbsp	7 tbsp																												
Powder Sugar	50 g	100 g	150 g																												
Elaichi Powder	1/2 tsp	1 tsp	1 tsp																												
SC2	Kalakand 0.1 – 0.3 kg	Microwave safe(MWS) bowl	<table border="1"> <tr> <td>Grated Paneer</td> <td>0.1 kg</td> <td>0.2 kg</td> <td>0.3 Kg</td> </tr> <tr> <td>Milkmaid</td> <td>50 ml</td> <td>100 ml</td> <td>200 ml</td> </tr> <tr> <td>Milk Powder</td> <td>2 tbsp</td> <td>3 tbsp</td> <td>4 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Cornflour</td> <td>1/2 tsp</td> <td>1 tsp</td> <td>1 tsp</td> </tr> <tr> <td>Elaichi Powder</td> <td>1/2 tsp</td> <td>1 tsp</td> <td>1 tsp</td> </tr> </table> <p>Method:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. In Microwave Safe Bowl take grated paneer, milkmaid, milk powder, cornflour, Elaichi powder. Mix well, select menu and press start. 2. When beeps, mix it again and press start. 3. When set cut into pieces. Garnish with dry fruits. <p>विधि:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में कसा हुआ पनीर, मिल्कमेड, मिल्क पाउडर, मक्का का आटा और इलायची पाउडर और केसर लें। अच्छी तरह मिलाएं, मीनू चुनें और स्टार्ट दबाएं। 2. बीप सुनाई देने पर इसे दुबारा मिलाएं और स्टार्ट दबाएं। 3. जम जाने के बाद इसे टुकड़ों में काटें। सूखे मेवों के साथ सजाएं। 	Grated Paneer	0.1 kg	0.2 kg	0.3 Kg	Milkmaid	50 ml	100 ml	200 ml	Milk Powder	2 tbsp	3 tbsp	4 tbsp	Cornflour	1/2 tsp	1 tsp	1 tsp	Elaichi Powder	1/2 tsp	1 tsp	1 tsp								
Grated Paneer	0.1 kg	0.2 kg	0.3 Kg																												
Milkmaid	50 ml	100 ml	200 ml																												
Milk Powder	2 tbsp	3 tbsp	4 tbsp																												
Cornflour	1/2 tsp	1 tsp	1 tsp																												
Elaichi Powder	1/2 tsp	1 tsp	1 tsp																												
SC3	Shahi Tukda 0.1-0.3Kg	Microwave safe (MWS) flat glass dish & High Rack	<table border="1"> <tr> <td>For</td> <td>0.1 kg</td> <td>0.2 kg</td> <td>0.3 kg</td> </tr> <tr> <td>Bread Slices</td> <td>1 slice</td> <td>2 slices</td> <td>3 slices</td> </tr> <tr> <td>Milkmaid</td> <td>50 ml</td> <td>100 ml</td> <td>150 ml</td> </tr> <tr> <td>Milk</td> <td>50 ml</td> <td>100 ml</td> <td>125 ml</td> </tr> <tr> <td>Sugar</td> <td>1 tbsp</td> <td>2 tbsp</td> <td>3 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Badam, Pista Pieces</td> <td>2 tbsp</td> <td>3 tbsp</td> <td>4 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Kesar-Elaichi Powder</td> <td colspan="3">As per your taste</td> </tr> </table> <p>Method:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Arrange bread slices on high rack. Select category & weight & press start. 2. When beeps, turn slices press start. 3. When beeps, mix milkmaid, milk, sugar, dry fruits and kesar elaichi powder in Microwave Safe Flat Glass Dish. Pour the mixture on slices and press start. Serve hot. <p>विधि:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. हाई रैक पर ब्रैड स्लाइसिज को व्यवस्थित करें। वर्ग एवं वजन चुनें और स्टार्ट दबाएं। 2. बीप सुनाई देने पर स्लाइसिज को पलट दें और स्टार्ट दबाएं। 3. बीप सुनाई देने पर मिल्कमेड, दूध, चीनी, सूखे मेवे और केसर इलायची पाउडर को माइक्रोवेव सेफ फ्लैट ग्लास डिश में अच्छी तरह मिलाएं। इस मिश्रण को स्लाइसिज के ऊपर डालें और स्टार्ट दबाएं। गर्म-गर्म परोसें। 	For	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg	Bread Slices	1 slice	2 slices	3 slices	Milkmaid	50 ml	100 ml	150 ml	Milk	50 ml	100 ml	125 ml	Sugar	1 tbsp	2 tbsp	3 tbsp	Badam, Pista Pieces	2 tbsp	3 tbsp	4 tbsp	Kesar-Elaichi Powder	As per your taste		
For	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg																												
Bread Slices	1 slice	2 slices	3 slices																												
Milkmaid	50 ml	100 ml	150 ml																												
Milk	50 ml	100 ml	125 ml																												
Sugar	1 tbsp	2 tbsp	3 tbsp																												
Badam, Pista Pieces	2 tbsp	3 tbsp	4 tbsp																												
Kesar-Elaichi Powder	As per your taste																														

SWEET CORNER

स्वीट कॉर्नर

Category	Weight Limit	Utensil	Instructions																								
SC4	Kheer	0.1-0.3Kg	<table border="1"> <tr> <td>For</td> <td>0.1 kg</td> <td>0.2 kg</td> <td>0.3 kg</td> </tr> <tr> <td>Milk</td> <td>100 ml</td> <td>200 ml</td> <td>300 ml</td> </tr> <tr> <td>Milkmaid</td> <td>150 ml</td> <td>200 ml</td> <td>300 ml</td> </tr> <tr> <td>Seviyaan (roasted)</td> <td>20 gm</td> <td>40 gm</td> <td>60 gm</td> </tr> <tr> <td>Badam, Pista Pieces</td> <td>2 tsp</td> <td>3 tsp</td> <td>4 tsp</td> </tr> <tr> <td>Kesar & Elaichi Powder</td> <td colspan="3">As per your taste</td> </tr> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> In Microwave Safe Glass Bowl add milk, milkmaid & mix well. Select category & weight, press start. When beeps, add Badam Pista pieces, Kesar Elaichi Powder & Seviyaan. Mix well and press start. When beeps, mix it well. Add more milk (if required) & press start. Stand for 5 minutes. Serve hot or chilled. <p>Note : The bowl should be filled at 1/4 level of the total volume.</p> <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में दूध और मिल्कमेड डालकर अच्छी तरह मिलाएं। वर्ग और वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर बादाम पिस्ता के टुकड़े, केसर इलायची पाउडर और सेवियां डालें, अच्छी तरह मिलाकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर इसे अच्छी तरह मिलाएं। यदि आवश्यकता हो तो और दूध डाल लें तथा स्टार्ट दबाएं। 5 मिनट तक रुकें रहें। गर्म या ठंडा परोसें। <p>नोट : बाउल कुल आयतन के 1/4 स्तर तक ही भरा जाना चाहिए।</p>	For	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg	Milk	100 ml	200 ml	300 ml	Milkmaid	150 ml	200 ml	300 ml	Seviyaan (roasted)	20 gm	40 gm	60 gm	Badam, Pista Pieces	2 tsp	3 tsp	4 tsp	Kesar & Elaichi Powder	As per your taste		
For	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg																								
Milk	100 ml	200 ml	300 ml																								
Milkmaid	150 ml	200 ml	300 ml																								
Seviyaan (roasted)	20 gm	40 gm	60 gm																								
Badam, Pista Pieces	2 tsp	3 tsp	4 tsp																								
Kesar & Elaichi Powder	As per your taste																										
SC5	Suji Halwa	0.1 ~ 0.3 kg	<table border="1"> <tr> <td>Suji</td> <td>0.1 kg</td> <td>0.2 kg</td> <td>0.3 kg</td> </tr> <tr> <td>Ghee (melted)</td> <td>2 tsp</td> <td>3 tsp</td> <td>4 tsp</td> </tr> <tr> <td>Water</td> <td>300 ml</td> <td>600 ml</td> <td>900 ml</td> </tr> <tr> <td>Sugar</td> <td>100 g</td> <td>200 g</td> <td>300 g</td> </tr> <tr> <td>Cashewnuts, Kishmish, Kesar Elaichi Powder</td> <td colspan="3">As per your taste</td> </tr> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> In MWS glass bowl take Suji, add ghee, mix it together. Select category & weight press start. When beeps, stir it. Allow to cool. Add sugar & ½ qty. of water (For 0.1Kg add 150 ml). Mix well & press start. When beeps, add remaining ½ water, sugar, cashewnuts, kishmish, kesar, Elaichi powder, mix it well and press start. Serve hot. <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में सूजी लें, घी डालकर एक साथ मिलाएं। वर्ग एवं वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर इसको हिलाएं। ठंडा होने दें। शकर और आधा पानी (100 मि.ग्राम से 150 मि.ग्राम के लिए) डालें। अच्छी प्रकार हिलाएं और स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर बचा हुआ आधा पानी, चीनी, काजू, किशमिश, केसर इलायची पाउडर डालकर अच्छी तरह मिलाएं और स्टार्ट दबाएं। गर्म-गर्म परोसें। 	Suji	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg	Ghee (melted)	2 tsp	3 tsp	4 tsp	Water	300 ml	600 ml	900 ml	Sugar	100 g	200 g	300 g	Cashewnuts, Kishmish, Kesar Elaichi Powder	As per your taste						
Suji	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg																								
Ghee (melted)	2 tsp	3 tsp	4 tsp																								
Water	300 ml	600 ml	900 ml																								
Sugar	100 g	200 g	300 g																								
Cashewnuts, Kishmish, Kesar Elaichi Powder	As per your taste																										
SC6	Payasam	0.1 ~ 0.3 kg	<table border="1"> <tr> <td>For</td> <td>0.1 kg</td> <td>0.2 kg</td> <td>0.3 Kg</td> </tr> <tr> <td>Broken Rice (soaked for 2 hour)</td> <td>100 g</td> <td>200 g</td> <td>300 g</td> </tr> <tr> <td>Milk + Water</td> <td>300 ml</td> <td>500 ml</td> <td>700 ml</td> </tr> <tr> <td>Sugar</td> <td>75 g</td> <td>150 g</td> <td>200 g</td> </tr> <tr> <td>Kesar, elaichi powder dry fruits</td> <td colspan="3">As per taste</td> </tr> <tr> <td>Ghee</td> <td>1 tsp</td> <td>1½ tsp</td> <td>2 tsp</td> </tr> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> In a MWS bowl take ghee, soaked rice, milk & water & cover it. Select category & weight & press start. When beeps, add more milk, dry fruits, kesar, elaichi powder. Mix well & press start. Stand for 5 minutes. Sprinkle kewada jal on it. Serve hot or chilled. <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> माइक्रोवेव सेफ बाउल में घी, भीगे हुए चावल, दूध और पानी डालकर ढक दें। वर्ग एवं वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर कुछ और दूध, सूखे मेवे, केसर, इलायची पाउडर डालें। अच्छी तरह मिलाकर स्टार्ट दबाएं। 5 मिनट तक रुका रहने दें। उसके ऊपर केवड़ा जल छिड़कें। गर्म या ठंडा करके परोसें। 	For	0.1 kg	0.2 kg	0.3 Kg	Broken Rice (soaked for 2 hour)	100 g	200 g	300 g	Milk + Water	300 ml	500 ml	700 ml	Sugar	75 g	150 g	200 g	Kesar, elaichi powder dry fruits	As per taste			Ghee	1 tsp	1½ tsp	2 tsp
For	0.1 kg	0.2 kg	0.3 Kg																								
Broken Rice (soaked for 2 hour)	100 g	200 g	300 g																								
Milk + Water	300 ml	500 ml	700 ml																								
Sugar	75 g	150 g	200 g																								
Kesar, elaichi powder dry fruits	As per taste																										
Ghee	1 tsp	1½ tsp	2 tsp																								

SWEET CORNER

स्वीट कॉर्नर

Category	Weight Limit	Utensil	Instructions																																
SC7	Sandesh	0.2 - 0.4 kg	Microwave safe (MWS) bowl																																
			<table border="1"> <tr> <td>For</td> <td>0.2 kg</td> <td>0.3 kg</td> <td>0.4 kg</td> </tr> <tr> <td>Paneer (grated)</td> <td>200 g</td> <td>300 g</td> <td>400 g</td> </tr> <tr> <td>Milkmaid</td> <td>50 g</td> <td>75 g</td> <td>100 g</td> </tr> <tr> <td>Rose water</td> <td>1 tbsp</td> <td>1½ tbsp</td> <td>2 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Elaichi seeds</td> <td>½ tsp</td> <td>1 tsp</td> <td>1½ tsp</td> </tr> <tr> <td>Chopped pista</td> <td></td> <td>A few</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Khoa (mashed)</td> <td>100 gm</td> <td>150 gm</td> <td>200 gm</td> </tr> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> In a MWS bowl add grated paneer, khoa & milkmaid. Mix well. Select category & weight & press start. When beeps, stir well & press start. Allow to cool. Hang in Muslin cloth for 20 minutes if it too wet. Make balls out of the mixture & roll them in elaichi powder & chopped pista. Refrigerate till set. <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> माइक्रोवेव सेफ बाउल में कसा हुआ पनीर, खोया और मिल्कमेड डालकर अच्छी तरह मिला लें। मीनू और वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर अच्छी तरह चलाएं और स्टार्ट दबाएं। ठंडा होने दें। यदि अधिक गीला है तो इसे मरिलिन कपड़े में रखकर 20 मिनट तक लटका रहने दें। मिश्रण के गोले बना लें और उन्हें इलायची पाउडर और कटे हुए पिस्टे में लपेट लें। 	For	0.2 kg	0.3 kg	0.4 kg	Paneer (grated)	200 g	300 g	400 g	Milkmaid	50 g	75 g	100 g	Rose water	1 tbsp	1½ tbsp	2 tbsp	Elaichi seeds	½ tsp	1 tsp	1½ tsp	Chopped pista		A few		Khoa (mashed)	100 gm	150 gm	200 gm				
For	0.2 kg	0.3 kg	0.4 kg																																
Paneer (grated)	200 g	300 g	400 g																																
Milkmaid	50 g	75 g	100 g																																
Rose water	1 tbsp	1½ tbsp	2 tbsp																																
Elaichi seeds	½ tsp	1 tsp	1½ tsp																																
Chopped pista		A few																																	
Khoa (mashed)	100 gm	150 gm	200 gm																																
SC8	Seviyan Zarda	0.2 kg	Microwave safe (MWS) glass bowl																																
			<table border="1"> <tr> <td>Roasted Seviyan</td> <td>200g</td> </tr> <tr> <td>Sugar</td> <td>5 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Water</td> <td>2 cups</td> </tr> <tr> <td>Rose essence</td> <td>A few drops</td> </tr> <tr> <td>Almonds</td> <td>A few</td> </tr> <tr> <td>Chopped pista</td> <td>A few</td> </tr> <tr> <td>Elaichi powder</td> <td>½ tsp</td> </tr> <tr> <td>Ghee</td> <td>1 ½ tbsp</td> </tr> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> In a MWS glass bowl add sugar & water. Select category & press start. When beeps, add rose essence, cardamom powder, seviyan to the bowl. Press start. Give standing time of 3 mins. Garnish with almonds & pista & serve. <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> माइक्रोवेव सेफ बाउल में चीनी और पानी लें। वर्ग चुनकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर गुलाब का इत्र, इलायची पाउडर और सेवियां बाउल में डालें और स्टार्ट दबाएं। 3 मिनट तक रखा रहने दें। बादाम और पिस्ता से सजाएं और परोसें। 	Roasted Seviyan	200g	Sugar	5 tbsp	Water	2 cups	Rose essence	A few drops	Almonds	A few	Chopped pista	A few	Elaichi powder	½ tsp	Ghee	1 ½ tbsp																
Roasted Seviyan	200g																																		
Sugar	5 tbsp																																		
Water	2 cups																																		
Rose essence	A few drops																																		
Almonds	A few																																		
Chopped pista	A few																																		
Elaichi powder	½ tsp																																		
Ghee	1 ½ tbsp																																		
SC9	Phirni	0.3Kg	Microwave safe (MWS) bowl																																
			<table border="1"> <tr> <td>For</td> <td>0.3 kg</td> <td>0.4 kg</td> <td>0.5 kg</td> </tr> <tr> <td>Milk</td> <td>350 ml</td> <td>500 ml</td> <td>650 ml</td> </tr> <tr> <td>Rice (Soaked)</td> <td>50 g</td> <td>75 g</td> <td>100 g</td> </tr> <tr> <td>Sugar</td> <td>100 g</td> <td>150 g</td> <td>200 g</td> </tr> <tr> <td>Elaichi powder</td> <td>1 tsp</td> <td>1 tsp</td> <td>1½ tsp</td> </tr> <tr> <td>Cream (whipped)</td> <td>2 tbsp</td> <td>3 tbsp</td> <td>4 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Dry fruits (almonds, cashewnuts, raisins)</td> <td></td> <td>As required</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Kesar</td> <td></td> <td>A few</td> <td></td> </tr> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> Grind the soaked rice to a paste with little water. In a MWS glass bowl add milk. Select category and press start. When beeps, add rice paste & sugar to it. Press start. When beeps, add cream & press start. Mix well, add cardamom powder & dry fruits & keep in the refrigerator to chill. Garnish with kesar & serve. <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> थोड़े से पानी के साथ भीगे हुए चावलों को पीसकर पेस्ट बना लें। माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में दूध लें। वर्ग चुनकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर चावल की पेस्ट और चीनी इसमें डालकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर उसमें क्रीम डालें और स्टार्ट दबाएं। अच्छी तरह मिलाएं, इलायची पाउडर और सूखे मेवे डालकर ठंडा होने के लिए रेफ्रिजरेटर में रख दें। कसर से सजाएं और परोसें। 	For	0.3 kg	0.4 kg	0.5 kg	Milk	350 ml	500 ml	650 ml	Rice (Soaked)	50 g	75 g	100 g	Sugar	100 g	150 g	200 g	Elaichi powder	1 tsp	1 tsp	1½ tsp	Cream (whipped)	2 tbsp	3 tbsp	4 tbsp	Dry fruits (almonds, cashewnuts, raisins)		As required		Kesar		A few	
For	0.3 kg	0.4 kg	0.5 kg																																
Milk	350 ml	500 ml	650 ml																																
Rice (Soaked)	50 g	75 g	100 g																																
Sugar	100 g	150 g	200 g																																
Elaichi powder	1 tsp	1 tsp	1½ tsp																																
Cream (whipped)	2 tbsp	3 tbsp	4 tbsp																																
Dry fruits (almonds, cashewnuts, raisins)		As required																																	
Kesar		A few																																	

SWEET CORNER

स्वीट कॉर्नर

Category		Weight Limit	Utensil	Instructions																		
SC10	Mysore Pak	0.1Kg	Microwave safe (MWS) flat glass dish	<table border="1" style="width: 100%;"> <tr> <td>For</td> <td>0.1Kg</td> </tr> <tr> <td>Besan</td> <td>100 g</td> </tr> <tr> <td>Melted ghee</td> <td>100 ml</td> </tr> <tr> <td>Powdered Sugar</td> <td>100 g</td> </tr> <tr> <td>Milk</td> <td>¼ cup</td> </tr> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> In a MWS flat glass dish add besan. Select Category & press start. When beeps, mix well & add melted ghee, powdered sugar. Mix very well while adding. Press start. When beeps, mix well & add milk. Press start. Allow to cool & cut into pieces & serve. <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> माइक्रोवेव सेफ प्लैट ग्लास डिश में बेसन लेकर वर्ग चुनें और स्टार्ट दबा दें। बीप सुनाई देने पर अच्छी तरह मिलाएं और गरम घी, दूरा डालें। डालते समय अच्छी तरह चलाएं। स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर अच्छी तरह मिलाएं और दूध डालकर स्टार्ट दबाएं। ठंडा होने दें और टुकड़ों में काटकर परोसें। 	For	0.1Kg	Besan	100 g	Melted ghee	100 ml	Powdered Sugar	100 g	Milk	¼ cup								
				For	0.1Kg																	
Besan	100 g																					
Melted ghee	100 ml																					
Powdered Sugar	100 g																					
Milk	¼ cup																					
SC11	Kaddu Kheer	0.5 kg	Microwave safe (MWS) glass bowl	<table border="1" style="width: 100%;"> <tr> <td>For</td> <td>0.5 kg</td> </tr> <tr> <td>Milk</td> <td>300 ml</td> </tr> <tr> <td>Grated kaddu</td> <td>200 g</td> </tr> <tr> <td>Milkmaid</td> <td>150 g</td> </tr> <tr> <td>Dry fruits (Kaju, kishmish, pista)</td> <td>As required</td> </tr> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> In a MWS glass bowl add milk & milkmaid, grated kaddu. Select category & press start. When beeps, mix well & add sugar. Press start. When beeps, mix well & add dry fruits. Press start. Serve it chilled or hot. <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में दूध, मिल्कमेड और कसा हुआ कद्दा डालें। वर्ग चुनकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर अच्छी तरह मिलाकर चीनी डालें और स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर अच्छी तरह मिलाकर सूखे मेवे डालें और स्टार्ट दबाएं। इसे ठंडा या गरम करके परोसें। 	For	0.5 kg	Milk	300 ml	Grated kaddu	200 g	Milkmaid	150 g	Dry fruits (Kaju, kishmish, pista)	As required								
				For	0.5 kg																	
Milk	300 ml																					
Grated kaddu	200 g																					
Milkmaid	150 g																					
Dry fruits (Kaju, kishmish, pista)	As required																					
SC12	Rava Ladoo	0.5 kg	Microwave safe (MWS) glass bowl	<table border="1" style="width: 100%;"> <tr> <td>For</td> <td>0.5 kg</td> </tr> <tr> <td>Roasted rava/sooji</td> <td>1 cup</td> </tr> <tr> <td>Grated khoya</td> <td>1½ cup</td> </tr> <tr> <td>Sugar</td> <td>½ cup</td> </tr> <tr> <td>Milk</td> <td>½ cup</td> </tr> <tr> <td>Kishmish</td> <td>2 tbsps</td> </tr> <tr> <td>Chopped almonds</td> <td>2 tbsps</td> </tr> <tr> <td>Desi ghee</td> <td>1 tbsps</td> </tr> <tr> <td>Elaichi powder (optional)</td> <td>½ tsp</td> </tr> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> In a MWS glass bowl take sugar & milk. Mix & select category and press start. When beeps, add roasted rava/sooji, kishmish & chopped almonds. Sprinkle elaichi powder & mix very well. Press start. When beeps, mix well & add grated khoya. Mix well & again press start. Make equal sized ladoos from the mixture, when it is still warm. <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में चीनी और दूध लें। मिलाएं और वर्ग को चुनें तथा स्टार्ट बटन दबाएं। बीप की आवाज सुनाई देने पर, भुनी हुई रवा/सूजी, किशमिश तथा बारीक कटे हुए बादाम डालें। इलायची पाउडर डालें और बहुत अच्छी तरह मिलाएं। स्टार्ट बटन दबाएं। बीप की आवाज सुनाई देने पर, अच्छी तरह मिलाएं तथा कढ़कस किया हुआ खोया डालें। फिर से मिलाएं और स्टार्ट बटन दबाएं। मिश्रण से समान आकार के लड्डू तैयार करें, जब ये सामग्री अभी भी गर्म हो। 	For	0.5 kg	Roasted rava/sooji	1 cup	Grated khoya	1½ cup	Sugar	½ cup	Milk	½ cup	Kishmish	2 tbsps	Chopped almonds	2 tbsps	Desi ghee	1 tbsps	Elaichi powder (optional)	½ tsp
				For	0.5 kg																	
Roasted rava/sooji	1 cup																					
Grated khoya	1½ cup																					
Sugar	½ cup																					
Milk	½ cup																					
Kishmish	2 tbsps																					
Chopped almonds	2 tbsps																					
Desi ghee	1 tbsps																					
Elaichi powder (optional)	½ tsp																					

SWEET CORNER

स्वीट कॉर्नर

Category		Weight Limit	Utensil	Instructions																												
SC13	Kaju Burfi	0.4 kg	Microwave safe (MWS) glass bowl	<table border="1"> <tr> <td>For</td> <td>0.4 kg</td> </tr> <tr> <td>Kaju</td> <td>2 cups</td> </tr> <tr> <td>Powdered sugar</td> <td>1½ cup</td> </tr> <tr> <td>Water</td> <td>½ cup</td> </tr> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Take kaju in a spice-grinder & make a fine powder and keep aside. 2. In a MWS glass bowl take powdered sugar & water. Stir very well. Select category & press start. 3. When beeps, stir very well & dissolve all the sugar. Add kaju powder & stir till all the lumps are removed. Keep stirring till the paste becomes like a dough (ball formation stage). 4. Grease the kitchen-slab (marble top) a little with ghee. Take the dough & roll out to 1" thickness carefully. Cut the kaju burfi in desired square or diamond shape & decorate with vark and serve. <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. काजू लें और इसे मसाला पीसने वाले ग्राइंडर में बारीक पीस लें तथा इसे एक ओर रख लें। 2. माइक्रोवेव सेफ बाउल में पीसी हुई चीनी तथा पानी लें। बहुत अच्छी तरह चलाएं। वर्ग को चुने तथा स्टार्ट बटन दबाएं। 3. बीप की आवाज सुनाई देने पर, बहुत अच्छी तरह चलाएं तथा सारी चीनी इसमें घोल दें। काजू पाउडर डालें और तब तक चलाते रहें जब तक की कोई गांठ बीच में न रहे। उस समय तक चलाते रहे जब तक की पेस्ट आटे की लेई की तरह न हो जाए (गोले बनाने वाला चरण)। 4. रसोई घर में स्लैब पर थोड़ा घी लगाएं। लेई लें और सावधानीपूर्वक 1" मोटे रोल बनाएं। काजू बर्फी को वांछित वर्ग या डायमण्ड के आकार में काटें और वर्क के साथ सजाएं और परोसें। 	For	0.4 kg	Kaju	2 cups	Powdered sugar	1½ cup	Water	½ cup																				
				For	0.4 kg																											
Kaju	2 cups																															
Powdered sugar	1½ cup																															
Water	½ cup																															
SC14	Badam Halwa	0.1 – 0.3 kg	Microwave safe (MWS) glass bowl	<table border="1"> <tr> <td>For</td> <td>0.1 kg</td> <td>0.2 kg</td> <td>0.3 kg</td> </tr> <tr> <td>Badam (soaked in hot water for 1 hour)</td> <td>½ cup</td> <td>1 cup</td> <td>1½ cup</td> </tr> <tr> <td>Milk (for making paste)</td> <td>½ cup</td> <td>1 cup</td> <td>1 cup</td> </tr> <tr> <td>Milk (for cooking)</td> <td>½ cup</td> <td>¾ cup</td> <td>1 cup</td> </tr> <tr> <td>Sugar</td> <td>3 tbsp</td> <td>5 tbsp</td> <td>7 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Desi ghee</td> <td>2 tbsp</td> <td>3 tbsp</td> <td>4 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Silvered almonds (for garnishing)</td> <td colspan="3">A few</td> </tr> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Remove the skin from badam & grind them to a fine paste adding milk. Take out this paste in a MWS glass bowl. 2. Add desi ghee to the paste & mix well. Select category & weight and press start. 3. When beeps, stir very well & again press start. 4. When beeps, stir very well. Add sugar & milk (for cooking). Again mix well & press start. Give standing time of 5-6 minutes & mix well. Garnish with silvered almonds & serve badam halwa hot. <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. बादाम से छिलका उतारें और दूध डाल कर ग्राइन्ड करते हुए उसकी बारीक पेस्ट तैयार करें। माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में पेस्ट को डाल दें। 2. पेस्ट में देसी घी डालें तथा अच्छी तरह मिलाएं। वर्ग एवं वजन को चुनें तथा स्टार्ट बटन दबाएं। 3. बीप की आवाज सुनाई देने पर, बहुत अच्छी तरह चलाएं तथा फिर से स्टार्ट बटन दबाएं। 4. बीप की आवाज सुनाई देने पर, फिर से बहुत अच्छी तरह चलाएं। दूध और चीनी डालें (पकाने के लिए)। फिर से बहुत अच्छी तरह मिलाएं। 5-6 मिनट तक प्रतीक्षा करें और अच्छी तरह मिलाएं। कटे हुए बादामों से सजाएं तथा गर्म-गर्म बादाम हलवा परोसें। 	For	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg	Badam (soaked in hot water for 1 hour)	½ cup	1 cup	1½ cup	Milk (for making paste)	½ cup	1 cup	1 cup	Milk (for cooking)	½ cup	¾ cup	1 cup	Sugar	3 tbsp	5 tbsp	7 tbsp	Desi ghee	2 tbsp	3 tbsp	4 tbsp	Silvered almonds (for garnishing)	A few		
For	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg																													
Badam (soaked in hot water for 1 hour)	½ cup	1 cup	1½ cup																													
Milk (for making paste)	½ cup	1 cup	1 cup																													
Milk (for cooking)	½ cup	¾ cup	1 cup																													
Sugar	3 tbsp	5 tbsp	7 tbsp																													
Desi ghee	2 tbsp	3 tbsp	4 tbsp																													
Silvered almonds (for garnishing)	A few																															

TANDOOR SE

तन्दूर से

Category	Weight Limit	Utensil	Instructions							
tS1	Paneer Tikka	0.1 – 0.3 kg	Multicook tawa* & High rack	For	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg			
				Paneer cubes (cut into 1½" cubes), Capsicum (cut into cubes), onion (cut into cubes), tomato (cut into cubes, pulp removed)	100 g	200 g	300 g			
				For marinade						
				Hung curd	1 tbsp	1½ tbsp	2 tbsp			
				Ginger garlic paste	½ tbsp	1 tbsp	1 tbsp			
				Salt, Garam masala, Red Chilli powder	As per taste					
				Tandoori masala	½ tsp	1 tsp	1 tsp			
				Tandoori Color	A pinch					
				Oil	For greasing					
				Method :						
				<ol style="list-style-type: none"> Mix all the ingredients of the marinade in a bowl. Make holes in the paneer pieces. Now add the paneer pieces, capsicum, onion, tomato & mix well, keep in the refrigerator for 1 hour. Keep the marinated paneer on greased multicook tawa. Keep the tawa on high rack. Select category & weight and press start. When beeps, turn over the paneer pieces & press start. When beeps, remove the paneer pieces. Keep aside. Keep the marinated vegetables on the tawa. Keep the tawa on high rack & press start. Sprinkle chaat masala or lemon juice. Serve the paneer tikka with vegetables. 						
				विधि :						
				<ol style="list-style-type: none"> एक बाउल में मैरीनेड मसाले की सभी सामग्रियों को मिला लें। पनीर के टुकड़ों में सुराख बना लें। अब पनीर के टुकड़े, शिमला मिर्च, प्याज, टमाटर डालकर अच्छी तरह मिलाएं, एक घंटे के लिए रेफ्रिजरेटर में रख दें। मसाला लगा हुआ पनीर को चिकने मल्टीकुक तवे के ऊपर रखें। तवे को हाई रैक पर रख दें। वर्ग एवं वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर पनीर के टुकड़ों को पलटकर फिर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर पनीर के टुकड़ों को बाहर निकालकर एक तरफ रख दें। मसाला लगी हुई सब्जियों को तवे पर रखें। तवे को हाई रैक पर रखें और स्टार्ट दबाएं। चाट मसाला या नींबू रस छिड़कें। पनीर टिककों को सब्जी के साथ परोसें। 						
				tS2	Tandoori Subzi	0.3Kg	Microwave safe (MWS) glass bowl & High rack & Multi cook tawa*	For	0.3Kg	
Mix veg - Bhindi, cauliflower, brinjals, mushrooms, potato, paneer cubes	300 g									
Onion paste	2 tbsp									
Ginger garlic paste	1 tsp									
Tomato puree	¼ cup									
Salt, red chilli powder, garam masala, chaat masala, haldi	As per taste									
Oil	2 tbsp									
Hara dhania	For garnishing									
Method :										
<ol style="list-style-type: none"> In a MWS glass bowl take oil, onion paste, ginger garlic paste. Select category & press start. When beeps, add vegetables, red chilli powder, haldi, garam masala, chat masala, salt, tomato puree & mix well. Press start. When beeps, transfer this mixture to greased tawa, spread evenly. Keep tawa on high rack & press start. Serve with tandoori nan. 										
विधि :										
<ol style="list-style-type: none"> माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में तेल, प्याज और अदरक-लहसुन की पेस्ट लें। वर्ग चुनकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर सब्जियां, लाल मिर्च पाउडर, हल्दी, गरम मसाला, चाट मसाला, नमक और टोमेटो प्यूरी डालें, अच्छी तरह मिलाएं और स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर इस मिश्रण को चिकने तवे पर विस्थापित कर दें, तवे पर समान रूप से फैला दें। तवे को हाई रैक पर रखें और स्टार्ट दबाएं। तन्दूरी नान के साथ गरम-गरम परोसें। 										

*Refer Pg. 76 Fig. 2

TANDOOR SE

तन्दूर से

Category	Weight Limit	Utensil	Instructions																																						
tS3	Hara Bhara Kabab 0.3 kg	High Rack & Multi cook tawa*	<table border="1"> <tr><td>For</td><td>0.3 kg</td></tr> <tr><td>Potatoes (boiled & grated)</td><td>300 g</td></tr> <tr><td>Peas (boiled & mashed)</td><td>1 cup</td></tr> <tr><td>Palak leaves (boiled)</td><td>1½ cup</td></tr> <tr><td>Coriander leaves</td><td>A few sprigs</td></tr> <tr><td>Kasuri methi</td><td>2 tbsp</td></tr> <tr><td>Salt, red chilli powder, chaat masala, garam masala</td><td>As per taste</td></tr> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> Mix all the ingredients together & make a dough. Make flat kababs out of it. Grease the multicook tawa & place on high rack. Now arrange the kababs on the greased multicook tawa. Select category & press start. When beeps, turn over the kababs & again press start. Serve with coriander chutney or tomato sauce. <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> सभी सामग्रियों को एक साथ मिलाकर डफ बना लें। फिर इसके चपटे कबाब बना लें। मल्टी कुक तवे को चिकना करके हाई रैक पर रख दें। अब कबाबों को चिकनी की गई तवे के ऊपर व्यवस्थित करके वर्ग घुने और स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर कबाबों को पलटें और दुबारा से स्टार्ट दबाएं। धनिया की घटनी या टोमेटो सॉस के साथ परोसें। 	For	0.3 kg	Potatoes (boiled & grated)	300 g	Peas (boiled & mashed)	1 cup	Palak leaves (boiled)	1½ cup	Coriander leaves	A few sprigs	Kasuri methi	2 tbsp	Salt, red chilli powder, chaat masala, garam masala	As per taste																								
For	0.3 kg																																								
Potatoes (boiled & grated)	300 g																																								
Peas (boiled & mashed)	1 cup																																								
Palak leaves (boiled)	1½ cup																																								
Coriander leaves	A few sprigs																																								
Kasuri methi	2 tbsp																																								
Salt, red chilli powder, chaat masala, garam masala	As per taste																																								
tS4	Shaami Kabab 0.3 kg	Microwave safe (MWS) glass bowl & High rack* & Multicook tawa	<table border="1"> <tr><td>For</td><td>0.3 kg</td></tr> <tr><td>Minced mutton</td><td>300 g</td></tr> <tr><td>Chopped garlic</td><td>1 tbsp</td></tr> <tr><td>Cumin seeds</td><td>1 tsp</td></tr> <tr><td>Cloves</td><td>3 nos.</td></tr> <tr><td>Green cardamom</td><td>2 nos.</td></tr> <tr><td>Black cardamom</td><td>2 no.</td></tr> <tr><td>Cinnamon stick</td><td>½ stick</td></tr> <tr><td>Pepper corn</td><td>4-5 nos.</td></tr> <tr><td>Dry red chillies</td><td>4-5 nos.</td></tr> <tr><td>Water</td><td>½ cup</td></tr> <tr><td>Chopped green chillies</td><td>2 nos.</td></tr> <tr><td>Egg (beaten)</td><td>1 no.</td></tr> <tr><td>Roasted besan</td><td>2 tbsp</td></tr> <tr><td>Kasuri Methi</td><td>1 tbsp</td></tr> <tr><td>Oil</td><td>For brushing</td></tr> <tr><td>Salt</td><td>As per taste</td></tr> <tr><td>Chopped onion</td><td>1 No.</td></tr> <tr><td>Chopped coriander leaves</td><td>1 tbsp</td></tr> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> In a MWS glass bowl add all ingredients except beaten egg, roasted besan, kasuri methi & chopped coriander leaves. Select category and press start. When beeps, remove the MWS glass bowl. Drain excess water & keep aside. Grind the cooked mutton, add beaten egg, roasted besan, kasuri methi & chopped coriander leaves. Make long flat kababs of the paste. Place the kababs on greased tawa and tawa on the high rack. Press start. Turn over the kababs & brush with oil again. Press start. <p>Note: For binding roll the kababs in maida.</p> <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> माइक्रोवेव सेफ बाउल में फँटा हुआ अंडा, मुना हुआ बेसन, कसूरी मैथी और कटी हुई धनिया के अतिरिक्त सभी सामग्री डाल लें। वर्ग घुनकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल को बाहर निकाल लें। अतिरिक्त पानी को निकालकर एक तरफ रख दें। फर्के हुए मटन को पीसें, फँटा हुआ अंडा, मुना हुआ बेसन, कसूरी मैथी और कटी हुई धनिया की पत्तियों को डालें। इस पेस्ट से लम्बे और चपटे कबाब बनाएं। कबाबों को चिकने तवे पर रखकर हाई रैक पर रखें। स्टार्ट दबाएं। कबाबों को पलटकर थोड़ा तेल फिर से लगा दें। स्टार्ट दबाएं। <p>नोट: कबाब को बाईंडिंग के मैदा में लपेट लें।</p>	For	0.3 kg	Minced mutton	300 g	Chopped garlic	1 tbsp	Cumin seeds	1 tsp	Cloves	3 nos.	Green cardamom	2 nos.	Black cardamom	2 no.	Cinnamon stick	½ stick	Pepper corn	4-5 nos.	Dry red chillies	4-5 nos.	Water	½ cup	Chopped green chillies	2 nos.	Egg (beaten)	1 no.	Roasted besan	2 tbsp	Kasuri Methi	1 tbsp	Oil	For brushing	Salt	As per taste	Chopped onion	1 No.	Chopped coriander leaves	1 tbsp
For	0.3 kg																																								
Minced mutton	300 g																																								
Chopped garlic	1 tbsp																																								
Cumin seeds	1 tsp																																								
Cloves	3 nos.																																								
Green cardamom	2 nos.																																								
Black cardamom	2 no.																																								
Cinnamon stick	½ stick																																								
Pepper corn	4-5 nos.																																								
Dry red chillies	4-5 nos.																																								
Water	½ cup																																								
Chopped green chillies	2 nos.																																								
Egg (beaten)	1 no.																																								
Roasted besan	2 tbsp																																								
Kasuri Methi	1 tbsp																																								
Oil	For brushing																																								
Salt	As per taste																																								
Chopped onion	1 No.																																								
Chopped coriander leaves	1 tbsp																																								

*Refer Pg. 76 Fig. 2

Category		Weight Limit	Utensil	Instructions														
tS5	Chicken Tikka	0.3 kg	Multicook tawa* & High rack	<table border="1"> <tr> <td>For</td> <td>0.3 kg</td> </tr> <tr> <td>Boneless chicken</td> <td>300 g</td> </tr> <tr> <td>Oil</td> <td>For basting</td> </tr> <tr> <td colspan="2">For Marinade</td> </tr> <tr> <td>Hung curd</td> <td>2 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Ginger garlic paste</td> <td>2 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Salt, garam masala, chaat masala, red chilli powder, Tandoori masala, Tandoori color</td> <td>As per taste</td> </tr> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> Mix all the ingredients of marinade in a bowl. Mix boneless chicken with marinade & keep in refrigerator for 2-3 hours. Now place the marinated chicken on multicook tawa & keep the tawa on high rack. Select category & press start. When beeps, turn over & baste with some oil. Press start. When beeps, again turn over. Press start. <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> मैरीनेड की सभी सामग्रियों को बाउल में एक साथ मिला लें। हड्डी रहित चिकन को मैरीनेड में मिलाकर 2-3 घंटे के लिए रेफ्रिजरेटर में रख दें। फिर इस मसालेदार चिकन को मल्टीकुक तवे पर रखें और तवे को हाई रैक के ऊपर रख दें। वर्ग चुनकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर चिकन को पलट दें और थोड़े से तेल की लपकी मारकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर दुबारा पलटें। स्टार्ट दबाएं। 	For	0.3 kg	Boneless chicken	300 g	Oil	For basting	For Marinade		Hung curd	2 tbsp	Ginger garlic paste	2 tbsp	Salt, garam masala, chaat masala, red chilli powder, Tandoori masala, Tandoori color	As per taste
				For	0.3 kg													
Boneless chicken	300 g																	
Oil	For basting																	
For Marinade																		
Hung curd	2 tbsp																	
Ginger garlic paste	2 tbsp																	
Salt, garam masala, chaat masala, red chilli powder, Tandoori masala, Tandoori color	As per taste																	
tS6	Chicken Lollipops	0.2Kg	Multicook tawa* & High rack	<table border="1"> <tr> <td>For</td> <td>0.2 kg</td> </tr> <tr> <td>Chicken keema</td> <td>200 g</td> </tr> <tr> <td>Boiled potato</td> <td>2 nos.</td> </tr> <tr> <td>Ginger garlic paste</td> <td>1½ tbsp</td> </tr> <tr> <td>Red chilli powder, garam masala, amchur powder, salt</td> <td>As per taste</td> </tr> <tr> <td>Bread crumbs</td> <td>For coating the lollipops</td> </tr> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> Mix the chicken keema with boiled potatoes, ginger garlic paste, red chilli powder, garam masala, amchur powder, salt. Coat the lollipops with breadcrumbs. Arrange the lollipops on greased tawa. Place the tawa on high rack. Select category and press start. When beeps, turn the lollipops & press start. Serve with chutney or sauce. <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> चिकन कीमा को उबले हुए आलू, अदरक लहसुन पेरट, लाल मिर्च पाउडर, गरम मसाला, अमचूर पाउडर और नमक के साथ मिला लें। लॉलीपॉप्स पर ब्रेडक्रम्ब्स की पर्त चढ़ा दें। लॉलीपॉप्स को चिकन तवे पर व्यवस्थित करें। तवे को हाई रैक के ऊपर रखकर वर्ग चुनें और स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर लॉलीपॉप्स को पलटकर स्टार्ट दबाएं। चटनी या सॉस के साथ परोसें। 	For	0.2 kg	Chicken keema	200 g	Boiled potato	2 nos.	Ginger garlic paste	1½ tbsp	Red chilli powder, garam masala, amchur powder, salt	As per taste	Bread crumbs	For coating the lollipops		
				For	0.2 kg													
Chicken keema	200 g																	
Boiled potato	2 nos.																	
Ginger garlic paste	1½ tbsp																	
Red chilli powder, garam masala, amchur powder, salt	As per taste																	
Bread crumbs	For coating the lollipops																	

*Refer Pg. 76 Fig. 2

TANDOOR SE

तन्दूर से

Category	Weight Limit	Utensil	Instructions				
tS7	Chana Kababs	0.2-0.4Kg	Multicook tawa & High rack*	For	0.2 kg	0.3 kg	0.4 kg
				Boiled Kabuli Chana (Chhole)	200 g	300 g	400 g
				Cloves	1 no.	2 nos.	2 nos.
				Pepper powder	As per taste		
				Cinnamon powder	¼ tsp	¼ tsp	¼ tsp
				Garlic Cloves	2 nos.	3 nos.	3 nos.
				Salt	As per taste		
				Ginger Chopped	1 tsp.	2 tsp.	3 tsp
				Bread pieces	1 no.	2 nos.	2 nos.
				Whole red chilly	1 no	2 nos.	3 nos.
				Bread crumbs	For coating		
				Method :			
				<ol style="list-style-type: none"> 1. Grind boiled kabuli chana, cloves, pepper powder, cinnamon powders, garlic cloves, salt, ginger, soaked bread pieces, whole red chilli, to a paste. 2. Now shape the paste in the form of kababs & roll out each kababs in bread crumbs for complete coating. 3. Now keep the kababs on tawa & keep the tawa on high rack. Select category & weight & press start. 4. When beeps, turn over the side & press start. 			
				विधि :			
<ol style="list-style-type: none"> 1. उबले हुए काबुली चने, लींग, काली मिर्च पाउडर, दालचीनी पाउडर, लहसुन, नमक, अदरक, भीगे हुए ब्रेड के टुकड़े, साबुत लाल मिर्च पीसकर पेस्ट बना लें। 2. अब इस पेस्ट को कबाब का आकार दें और प्रत्येक कबाब के ऊपर ब्रेड क्रम्ब्स की परत पूर्ण रूप से चढ़ा दें। 3. अब कबाबों को तवे पर रखें और तवे को हाई रैक के ऊपर रख दें। वर्ग एवं वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं। 4. बीप सुनाई देने पर कबाबों को पलटकर स्टार्ट दबाएं। 							
tS8	Mutton Tikka	0.4 kg	Microwave safe (MWS) glass bowl & Multicook tawa* & High rack	For	0.4 kg		
				Mutton boneless pieces	400 g		
				For marinade			
				Hung curd	2 tbsp		
				Ginger Garlic Paste	2½ tbsp		
				Salt, Red Chilli Powder, Garam Masala & Chat Masala	As per taste		
				Oil	For basting		
				Lemon juice	2 tsp		
				Edible Red Colour	1 pinch		
				Method :			
				<ol style="list-style-type: none"> 1. Wash the mutton pieces & mix with ginger garlic paste, curd, salt, lemon juice, garam masala, chaat masala, red chilli powder, edible red colour. Refrigerate for 1 hour. 2. In a MWS glass bowl take this mixture, Cover. Select category & press start. 3. When beeps, remove the MWS glass bowl from microwave oven. 4. Keep the marinated mutton pieces on tawa & keep the tawa on high rack. Baste with oil. Keep in microwave oven. 5. Press Start. 6. When beeps, turn over (if there is excess liquid, drain & continue cooking) & press start. Serve with naan or roti. 			
				विधि :			
				<ol style="list-style-type: none"> 1. मटन के टुकड़ों को धोएं और अरदक-लहसुन पेस्ट, दही, नमक, नींबू रस, गरम मसाला, चाट मसाला, लाल मिर्च पाउडर, खाने वाला लाल रंग में मिला लें। 1 घण्टे के लिए रेफ्रिजरेटर में रख दें। 2. इस मिश्रण को माइक्रोवेव सेंफ ग्लास बाउल में लेकर ढक दें। वर्ग चुनकर स्टार्ट दबाएं। 3. बीप सुनाई देने पर माइक्रोवेव सेंफ ग्लास बाउल को माइक्रोवेव ओवन से बाहर निकाल लें। 4. मसाला लगे हुए मटन के टुकड़ों को तवे पर रखें और तवे को हाई रैक पर रख दें। तेल की लपकी मारकर माइक्रोवेव ओवन के अन्दर रख दें। 5. स्टार्ट दबाएं। 6. बीप सुनाई देने पर पलट दें (यदि अधिक द्रव्य हो तो निकालकर पकाना जारी रखें) और स्टार्ट दबाएं। नान या रोटी के साथ परोसें। 			

*Refer Pg. 76 Fig. 2

TANDOOR SE

तन्दूर से

Category	Weight Limit	Utensil	Instructions			
tS9	Fish Tandoori	Multicook tawa* & High rack	For	0.5 Kg		
			Pomfret	3 nos.		
			For Marinade			
			Degi mirch	2½ tsp		
			Cumin seeds	½ tsp		
			Ginger paste	1 tsp		
			Garlic paste	1 tsp		
			Tandoori masala	½ tsp		
			Garam masala	1½ tsp		
			Amchoor	1 tsp		
			Coriander powder	1 tsp		
			Lemon juice	2 tbsps		
			Chaat masala	¼ tsp		
			Salt	As per taste		
Method :						
<ol style="list-style-type: none"> 1. Rub the fish well with besan (3 tbsps), 2 tbsps lemon juice to remove fishy odour. Keep aside for 15 minutes. Wash well & pat dry. Prick the fish all over with a fork or give shallow cuts with a knife. 2. Mix all ingredients given under marinade. Rub the marinade well all over the fish pieces & let it marinate for 2-3 hours. 3. Keep the marinated fish pieces on tawa & tawa on high rack. Select the category & press start. 4. When beeps, turn over the fish & press start. 5. Sprinkle chaat masala & serve with Pudina chutney & onion rings. 						
विधि :						
<ol style="list-style-type: none"> 1. मछली की गन्ध को दूर करने के लिए मछली को बेसन (3 tbsps) और नींबू रस (2 tbsps) के साथ अच्छी तरह मसलें। 15 मिनट के लिए अलग रख दें। अच्छी तरह धोकर सुखा लें। कांटे की सहायता से मछली को पूरी तरह छेद लें या छुरी से हल्के-हल्के कटस बना दें। 2. मैरीनेड के लिए दी गई सभी सामग्रियों को मिला लें। मैरीनेड को मछली के टुकड़ों पर अच्छी तरह मसलें और 2-3 घंटे तक रखा रहने दें। 3. मसाला लगे मछली के टुकड़ों को मल्टीकुक तवे पर रखें और तवे को हाई रैक के ऊपर रख दें। बर्ग चुनकर स्टार्ट दबाएं। 4. बीप सुनाई देने पर मछली को पलटकर स्टार्ट दबाएं। 5. चाट मसाला छिड़ककर पुदीना चटनी और प्याज के छिल्लों के साथ परोसें। 						
tS10	Veg Kabab	Multicook tawa* & High rack	For	0.3 kg		
			Boiled potatoes	200 g		
			Grated paneer	100 g		
			Chopped green chillies	2 nos.		
			Chopped coriander	A few sprigs		
			Roughly ground anardana seeds	1 tbsps		
			Salt, red chilli powder	As per taste		
			Method :			
			<ol style="list-style-type: none"> 1. Mix all the ingredients in a bowl. Mix well & shape them into flat kebabs. 2. Keep the kebabs on greased tawa. Place the tawa on high rack and keep in microwave. Select category & press start. 3. When beeps, turn over the kebabs & press start again. 			
			विधि :			
<ol style="list-style-type: none"> 1. सभी सामग्रियों को एक बाउल में लेकर अच्छी तरह मिलाएं और इस मिश्रण से चपटे कबाबों को आकार दें। 2. कबाबों को चिकने तवे पर रखें। फिर तवे को हाई रैक के ऊपर रखकर माइक्रोवेव में रख दें। बर्ग चुनकर स्टार्ट दबाएं। 3. बीप सुनाई देने पर कबाबों को पलटकर दुबारा स्टार्ट दबाएं। 						

*Refer Pg. 76 Fig. 2

KIDS' DELIGHT

बच्चों की मनपसन्द

Category	Weight Limit	Utensil	Instructions																																				
CF1	Omelette 0.2 – 0.4 kg	Microwave safe (MWS) flat glass dish	<table border="1"> <tr> <td>For</td> <td>0.2 kg</td> <td>0.3 kg</td> <td>0.4 kg</td> </tr> <tr> <td>Eggs</td> <td>2 Nos.</td> <td>3 Nos.</td> <td>4 Nos.</td> </tr> <tr> <td>Oil</td> <td>½ tbsp</td> <td>1 tbsp</td> <td>1 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Chopped onion, tomato, coriander leaves</td> <td>½ cup</td> <td>1 cup</td> <td>1 cup</td> </tr> <tr> <td>Salt, pepper</td> <td colspan="3">As per taste</td> </tr> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Beat the eggs well & add salt, pepper & coriander leaves. 2. Add oil, tomato & onion to MWS flat glass dish. Select category & weight and press start. 3. When beeps, add the egg mixture. Cover & press start. Allow to stand for 3 minutes. <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. अण्डों को अच्छी तरह फेंटकर उसमें नमक, मिर्च और धनिया की पत्तियां डालें। 2. माइक्रोवेव सेफ फ्लैट ग्लास डिश में तेल, टमाटर और प्याज डालें। वर्ग एवं वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं। 3. बीप सुनाई देने पर, अण्डों के मिश्रण को डालें। ढक्कर स्टार्ट दबाएं। 3 मिनट तक रखा रहने दें। 	For	0.2 kg	0.3 kg	0.4 kg	Eggs	2 Nos.	3 Nos.	4 Nos.	Oil	½ tbsp	1 tbsp	1 tbsp	Chopped onion, tomato, coriander leaves	½ cup	1 cup	1 cup	Salt, pepper	As per taste																		
For	0.2 kg	0.3 kg	0.4 kg																																				
Eggs	2 Nos.	3 Nos.	4 Nos.																																				
Oil	½ tbsp	1 tbsp	1 tbsp																																				
Chopped onion, tomato, coriander leaves	½ cup	1 cup	1 cup																																				
Salt, pepper	As per taste																																						
CF2	Noodles 0.1 – 0.3 kg	Microwave safe (MWS) bowl	<table border="1"> <tr> <td>For</td> <td>0.1 kg</td> <td>0.2 kg</td> <td>0.3 kg</td> </tr> <tr> <td>Noodles</td> <td>100 g</td> <td>200 g</td> <td>300 g</td> </tr> <tr> <td>Water</td> <td>400 ml</td> <td>800 ml</td> <td>1200 ml</td> </tr> <tr> <td>Oil</td> <td>1 tsp</td> <td>2 tsp</td> <td>3 tsp</td> </tr> <tr> <td>Vinegar</td> <td>½ tsp</td> <td>1 tsp</td> <td>1 tsp</td> </tr> <tr> <td>Soya sauce</td> <td>½ tsp</td> <td>1 tsp</td> <td>1 tsp</td> </tr> <tr> <td>Chilli sauce</td> <td>½ tsp</td> <td>1 tsp</td> <td>1 tsp</td> </tr> <tr> <td>Mix Vegetables - Cabbage, capsicum, carrot, French beans etc.</td> <td>½ cup</td> <td>0.3 kg</td> <td>1 cup</td> </tr> <tr> <td>Salt, sugar, Pepper, MSG</td> <td colspan="3">As per taste</td> </tr> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. In Microwave Safe Bowl take noodles, water, oil. Select category & weight and press start. 2. When beeps, strain noodles & pour cold water over it. In Microwave Safe Bowl put some oil and finely chopped vegetables, add vinegar, soyasauce, chilli sauce, MSG, salt & pepper press start. 3. When beep, add noodles and mix well press start. Serve hot. <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में नूडल्स, पानी, तेल डालें। वर्ग एवं वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं। 2. जब 'बीप' सुनाई दे तो नूडल्स को निचोड़ें और ऊपर से ठंडा पानी डालें। माइक्रोवेव सेफ बाउल में थोड़ा सा तेल और बारीक कटी हुई सब्जियां डालें, फिर स्वादानुसार सिरका, सोया सॉस, चिल्ली सॉस, एमएसजी साल्ट और मिर्च डाल दें। स्टार्ट दबाएं। 3. 'बीप' सुनाई देने पर नूडल्स डालें और अच्छी तरह मिलाकर स्टार्ट दबाएं। गर्म-गर्म परोसें। 	For	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg	Noodles	100 g	200 g	300 g	Water	400 ml	800 ml	1200 ml	Oil	1 tsp	2 tsp	3 tsp	Vinegar	½ tsp	1 tsp	1 tsp	Soya sauce	½ tsp	1 tsp	1 tsp	Chilli sauce	½ tsp	1 tsp	1 tsp	Mix Vegetables - Cabbage, capsicum, carrot, French beans etc.	½ cup	0.3 kg	1 cup	Salt, sugar, Pepper, MSG	As per taste		
For	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg																																				
Noodles	100 g	200 g	300 g																																				
Water	400 ml	800 ml	1200 ml																																				
Oil	1 tsp	2 tsp	3 tsp																																				
Vinegar	½ tsp	1 tsp	1 tsp																																				
Soya sauce	½ tsp	1 tsp	1 tsp																																				
Chilli sauce	½ tsp	1 tsp	1 tsp																																				
Mix Vegetables - Cabbage, capsicum, carrot, French beans etc.	½ cup	0.3 kg	1 cup																																				
Salt, sugar, Pepper, MSG	As per taste																																						
CF3	Corn Chaat 0.1 – 0.3 kg	Microwave safe (MWS) bowl	<table border="1"> <tr> <td>For</td> <td>0.1 kg</td> <td>0.2 kg</td> <td>0.3 kg</td> </tr> <tr> <td>Sweet corn</td> <td>100 g</td> <td>200 g</td> <td>300 g</td> </tr> <tr> <td>Mix fruits (Pomegranate, cucumber, apple)</td> <td>½ cup</td> <td>1 cup</td> <td>2 cup</td> </tr> <tr> <td>Salt, red chilli powder, chaat masala, lemon juice</td> <td colspan="3">As per taste</td> </tr> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. In a MWS bowl add some water & sweet corns. Select category & weight & press start. 2. Transfer the corns in a bowl add mix fruits, salt, red chilli powder, chaat masala, lemon juice. Mix well & serve. <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में कुछ पानी और स्वीट कॉर्न डालें। वर्ग एवं वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं। 2. कॉर्न को बाउल में बिस्थापित कर दें। मिश्रित फल, नमक, लाल मिर्च पाउडर, चाट मसाला, नींबू रस डालें। अच्छी तरह मिलाकर परोसें। 	For	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg	Sweet corn	100 g	200 g	300 g	Mix fruits (Pomegranate, cucumber, apple)	½ cup	1 cup	2 cup	Salt, red chilli powder, chaat masala, lemon juice	As per taste																						
For	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg																																				
Sweet corn	100 g	200 g	300 g																																				
Mix fruits (Pomegranate, cucumber, apple)	½ cup	1 cup	2 cup																																				
Salt, red chilli powder, chaat masala, lemon juice	As per taste																																						

KIDS' DELIGHT

बच्चों की मनपसन्द

Category	Weight Limit	Utensil	Instructions																																				
CF4	Pizza*	0.3 kg	Low rack																																				
			<table border="1"> <tr> <td>Pizza base</td> <td>1 Big Pizza base</td> </tr> <tr> <td>Topping</td> <td>3 tbsps</td> </tr> <tr> <td>Mix Vegetables - Tomato, Capsicum, Onion</td> <td>1 cup</td> </tr> <tr> <td>Grated Cheese</td> <td>1/2 cup</td> </tr> <tr> <td>Oregano & Chilli flakes (Optional)</td> <td>As per your taste</td> </tr> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Select category & press start to preheat. 2. Spread pizza topping on pizza base, spread chopped vegetables on it. Sprinkle grated cheese. 3. When beeps, place the pizza on low rack & press start. <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. पहले गर्म करने के लिए वर्ग चुनें और स्टार्ट दबाएं। 2. पीज़ा बेस के ऊपर टॉपिंग्स फैलाएं। उसके ऊपर कटी हुई सब्जियों को फैलाएं। फिर कुछ कसा हुआ चीज़ छिड़कें। 3. अब पीज़ा को लो रैक के ऊपर रखें और स्टार्ट दबाएं। 	Pizza base	1 Big Pizza base	Topping	3 tbsps	Mix Vegetables - Tomato, Capsicum, Onion	1 cup	Grated Cheese	1/2 cup	Oregano & Chilli flakes (Optional)	As per your taste																										
Pizza base	1 Big Pizza base																																						
Topping	3 tbsps																																						
Mix Vegetables - Tomato, Capsicum, Onion	1 cup																																						
Grated Cheese	1/2 cup																																						
Oregano & Chilli flakes (Optional)	As per your taste																																						
CF5	Vermicelli Khichdi	0.1 – 0.3 kg	Microwave safe (MWS) bowl																																				
			<table border="1"> <tr> <td>For</td> <td>0.1 kg</td> <td>0.2 kg</td> <td>0.3 kg</td> </tr> <tr> <td>Roasted vermicelli</td> <td>100 g</td> <td>200 g</td> <td>300 g</td> </tr> <tr> <td>Oil</td> <td>1 tbsps</td> <td>1½ tbsps</td> <td>2 tbsps</td> </tr> <tr> <td>Rai, urad dal, curry leaves</td> <td colspan="3">As per taste</td> </tr> <tr> <td>Chopped onion</td> <td>½ cup</td> <td>1 cup</td> <td>1 cup</td> </tr> <tr> <td>Chopped tomato</td> <td>1 No.</td> <td>2 Nos.</td> <td>3 Nos.</td> </tr> <tr> <td>Salt, red chilli powder, haldi, garam masala</td> <td colspan="3">As per taste</td> </tr> <tr> <td>Water</td> <td>400 ml</td> <td>800 ml</td> <td>1200 ml</td> </tr> <tr> <td>Lemon juice</td> <td colspan="3">As per taste</td> </tr> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. In a MWS bowl add oil, rai, chana dal, curry leaves, chopped onion. Mix & select category & weight and press start. 2. When beeps, mix & add tomato. Press start. 3. When beeps, mix & add vermicelli, water, salt, red chilli powder, haldi, garam masala. Press start. Stand for 3 minutes. 4. Squeeze lemon, mix & serve. <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में तेल, राई, घना दाल, करी पत्ता, कटी हुई प्याज डालें। मिलाकर वर्ग एवं वजन चुनें और स्टार्ट दबाएं। 2. बीप सुनाई देने पर, मिलाएं और टमाटर डालकर स्टार्ट दबाएं। 3. बीप सुनाई देने पर, मिलाएं और सेवियों, पानी, नमक, लाल मिर्च पाउडर, हल्दी, गरम मसाला डालकर स्टार्ट दबाएं। 3 मिनट तक रखा रहने दें। 4. नींबू निचोड़कर मिलाएं और परोसें। 	For	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg	Roasted vermicelli	100 g	200 g	300 g	Oil	1 tbsps	1½ tbsps	2 tbsps	Rai, urad dal, curry leaves	As per taste			Chopped onion	½ cup	1 cup	1 cup	Chopped tomato	1 No.	2 Nos.	3 Nos.	Salt, red chilli powder, haldi, garam masala	As per taste			Water	400 ml	800 ml	1200 ml	Lemon juice	As per taste		
For	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg																																				
Roasted vermicelli	100 g	200 g	300 g																																				
Oil	1 tbsps	1½ tbsps	2 tbsps																																				
Rai, urad dal, curry leaves	As per taste																																						
Chopped onion	½ cup	1 cup	1 cup																																				
Chopped tomato	1 No.	2 Nos.	3 Nos.																																				
Salt, red chilli powder, haldi, garam masala	As per taste																																						
Water	400 ml	800 ml	1200 ml																																				
Lemon juice	As per taste																																						
CF6	Chocolate balls	0.3 kg	Microwave safe (MWS) glass bowl																																				
			<table border="1"> <tr> <td>Milkmaid</td> <td>1 cup</td> </tr> <tr> <td>Marie biscuit powder</td> <td>1 cup</td> </tr> <tr> <td>Milk powder</td> <td>½ cup</td> </tr> <tr> <td>Bournvita</td> <td>½ cup</td> </tr> <tr> <td>Grated coconut</td> <td>½ cup</td> </tr> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. In a MWS safe glass bowl add milkmaid, marie biscuit powder, milk powder, bournvita. Select category & press start. 2. Allow to cool. Make balls out of the mixture. Roll out the balls in the grated coconut. 3. Keep in refrigerator for half an hour. <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में मिल्कमेड, मारी बिस्किट पाउडर, मिल्क पाउडर, बॉर्नविटा डालें। वर्ग चुनकर स्टार्ट दबाएं। 2. ठंडा होने दें। तैयार मिश्रण से छोटे-छोटे गोले तैयार करें। फिर उन गोलों को कसे हुए नारियल में लपेटें। 3. आधा घंटे के लिए रेफ्रिजरेटर में रख दें। 	Milkmaid	1 cup	Marie biscuit powder	1 cup	Milk powder	½ cup	Bournvita	½ cup	Grated coconut	½ cup																										
Milkmaid	1 cup																																						
Marie biscuit powder	1 cup																																						
Milk powder	½ cup																																						
Bournvita	½ cup																																						
Grated coconut	½ cup																																						

KIDS' DELIGHT

बच्चों की मनपसन्द

Category	Weight Limit	Utensil	Instructions																																																								
CF7	Veg Burger 0.1 – 0.3 kg	High rack	<table border="1"> <thead> <tr> <th>For</th> <th>0.1 kg</th> <th>0.2 kg</th> <th>0.3 kg</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Burger buns for tikkis</td> <td>1 no.</td> <td>2 nos.</td> <td>3 nos.</td> </tr> <tr> <td>Potatoes (boiled)</td> <td>100 gm</td> <td>200 gm</td> <td>300 gm</td> </tr> <tr> <td>Boiled peas</td> <td>¼ cup</td> <td>½ cup</td> <td>1 cup</td> </tr> <tr> <td>Chopped ginger</td> <td>1 tsp</td> <td>2 tsp</td> <td>3 tsp</td> </tr> <tr> <td>Green chillies</td> <td>1 no.</td> <td>2 nos.</td> <td>3 nos.</td> </tr> <tr> <td>Chopped coriander leaves</td> <td>2 tbsp</td> <td>3 tbsp</td> <td>4 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Salt, red chilli powder, garam masala, chaat masala</td> <td colspan="3">As per taste</td> </tr> <tr> <td>Cornflour</td> <td colspan="3">For binding</td> </tr> <tr> <td>Tomato slices</td> <td>1 no.</td> <td>2 nos.</td> <td>3 nos.</td> </tr> <tr> <td>Onion slices</td> <td>2 no.</td> <td>4 nos.</td> <td>6 nos.</td> </tr> <tr> <td>Cheese slices</td> <td>1 no.</td> <td>2 nos.</td> <td>3 nos.</td> </tr> <tr> <td>Butter</td> <td>1 tsp</td> <td>2 tsp</td> <td>3 tsp</td> </tr> <tr> <td>Tomato sauce</td> <td>1 tbsp</td> <td>2 tbsp</td> <td>3 tbsp</td> </tr> </tbody> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> In a bowl mix all the ingredients for tikkis & prepare round & flat tikkis out of it. Slit the buns into two halves. Apply the butter inside the buns. Keep the tikkis on the high rack. Select category & weight and press start. When beeps, turn over the tikkis & press start. When beeps, remove the tikkis. Now apply tomato sauce on one half of the bun. Keep the cheese slice, then keep tikki & then tomato & cheese slices & cover with the second half of the bun. Now keep the burger on high rack & press start. <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> टिकियों के लिए सभी सामग्री एक बाउल में लेकर अच्छी तरह मिला लें और उससे गोल तथा चपटी टिकियां तैयार कर लें। बन्स को दो अर्द्धभागों में फाड़ लें। बन्स में अन्दर की तरफ मक्खन लगाएं। फिर टिकियों को हाई रैक के ऊपर रखें। वर्ग और वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर टिकियों को पलटकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर टिकियों को बाहर निकालें। अब बन् के एक अर्द्ध भाग पर टोमेटो सॉस लगाकर चीज स्लाइस रखें। फिर टिकी रखकर टोमेटो और चीज स्लाइस रखें तथा बन् के दूसरे अर्द्ध भाग से ढक दें। अब बर्गर को हाई रैक के ऊपर रखें और स्टार्ट दबाएं। 	For	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg	Burger buns for tikkis	1 no.	2 nos.	3 nos.	Potatoes (boiled)	100 gm	200 gm	300 gm	Boiled peas	¼ cup	½ cup	1 cup	Chopped ginger	1 tsp	2 tsp	3 tsp	Green chillies	1 no.	2 nos.	3 nos.	Chopped coriander leaves	2 tbsp	3 tbsp	4 tbsp	Salt, red chilli powder, garam masala, chaat masala	As per taste			Cornflour	For binding			Tomato slices	1 no.	2 nos.	3 nos.	Onion slices	2 no.	4 nos.	6 nos.	Cheese slices	1 no.	2 nos.	3 nos.	Butter	1 tsp	2 tsp	3 tsp	Tomato sauce	1 tbsp	2 tbsp	3 tbsp
For	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg																																																								
Burger buns for tikkis	1 no.	2 nos.	3 nos.																																																								
Potatoes (boiled)	100 gm	200 gm	300 gm																																																								
Boiled peas	¼ cup	½ cup	1 cup																																																								
Chopped ginger	1 tsp	2 tsp	3 tsp																																																								
Green chillies	1 no.	2 nos.	3 nos.																																																								
Chopped coriander leaves	2 tbsp	3 tbsp	4 tbsp																																																								
Salt, red chilli powder, garam masala, chaat masala	As per taste																																																										
Cornflour	For binding																																																										
Tomato slices	1 no.	2 nos.	3 nos.																																																								
Onion slices	2 no.	4 nos.	6 nos.																																																								
Cheese slices	1 no.	2 nos.	3 nos.																																																								
Butter	1 tsp	2 tsp	3 tsp																																																								
Tomato sauce	1 tbsp	2 tbsp	3 tbsp																																																								
CF8	Strawberry Custard 0.5 kg	Microwave safe (MWS) bowl	<table border="1"> <thead> <tr> <th>For</th> <th>0.5 kg</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Milk</td> <td>500 ml</td> </tr> <tr> <td>Strawberry custard powder</td> <td>3 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Sugar</td> <td>50 g</td> </tr> <tr> <td>Strawberry pieces</td> <td>As required</td> </tr> </tbody> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> In a MWS bowl add milk, strawberry custard powder, sugar. Mix well. Select category & press start. When beeps, stir well. Press start. When beeps, stir well. Press start. Allow to set in refrigerator. <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> माइक्रोवेव सेफ बाउल में दूध, स्ट्रॉबेरी कस्टर्ड पाउडर, चीनी डालकर अच्छी तरह मिलाएं। वर्ग चुनकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर अच्छी तरह हिलाकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर अच्छी तरह हिलाकर स्टार्ट दबाएं। रेफ्रिजरेटर में जमाने दें। 	For	0.5 kg	Milk	500 ml	Strawberry custard powder	3 tbsp	Sugar	50 g	Strawberry pieces	As required																																														
For	0.5 kg																																																										
Milk	500 ml																																																										
Strawberry custard powder	3 tbsp																																																										
Sugar	50 g																																																										
Strawberry pieces	As required																																																										

KIDS' DELIGHT

बच्चों की मनपसन्द

Category	Weight Limit	Utensil	Instructions			
CF9	Cheese Bread Delight	6 Pc	High rack	For	6 Pc	
				Brown bread slice (buttered)	3 nos.	
				Cheese slice	3 nos.	
				Butter (softened)	2 tbsp	
				Chilli flakes	½ tsp	
				Salt (optional)	As per taste	
				Cherry tomatoes	20 nos.	
				For Dressing		
				Olive oil	3 tbsp	
				Vinegar	1 tbsp	
				Light soya sauce	½ tsp	
				Chopped parsley / coriander leaves	1 tbsp	
				Salt, black pepper powder	As per taste	
				Method :	<ol style="list-style-type: none"> 1. Take bread slices & remove its edges using a sharp bread knife. In a bowl mix together all the ingredients of dressing. 2. Take 2 buttered bread slices. Place a cheese slice on top of a bread & sprinkle some chilli flakes & salt. Cover with the second piece of bread. Press gently to stick them together. Follow same procedure to make more sandwiches like this from rest of the ingredients. 3. Cut each sandwich into 4 quarters/triangles to get 8 quarters/triangles in all. 4. Take a wooden skewer & insert 1 sandwich triangle & followed by a cherry tomato. Repeat the same step in the same skewer. So that 1 skewer has 2 triangles & 2 cherry tomatoes. Make all sandwich in the same way. 5. Brush all skewered sandwiches with the prepared dressing from all sides. Place them on high rack. 6. Keep high rack inside the microwave. Select category and press start. 7. When beeps, turn over the sandwiches carefully & again press start. Serve them hot with tomato ketchup. 	
				विधि :	<ol style="list-style-type: none"> 1. ब्रेड स्लाइस लें और तेज़ चाकू से इसके किनारे काट दें। बाउल में ड्रेसिंग की सारी सामग्री को मिला दें। 2. 2 मक्खन वाले ब्रेड स्लाइस लें। ब्रेड के ऊपर एक पनीर का टुकड़ा रखें और कुल विल्ली फ्लेक्स तथा नमक छिड़क दें। दूसरे ब्रेड स्लाइस से ढक दें। आराम से दबाएँ ताकि वे दोनों चिपक जाएँ। बाकी सामग्री से इस प्रकार के और अधिक सैंडविच तैयार करने के लिए इसी प्रक्रिया को दोहराएँ। 3. प्रत्येक सैंडविच को 4 हिस्सों/त्रिकोणों में काटें ताकि कुल मिलाकर 8 हिस्सों/त्रिकोण प्राप्त हो जाएँ। 4. लकड़ी की सीख लें तथा उसमें 1 सैंडविच त्रिकोण लगाएँ तथा इसके बाद लाल टमाटर लगाएँ। इसी सीख में इस चरण को दोहराएँ, ताकि एक 1 सीख में 2 त्रिकोण तथा 2 चेरी टमाटर हों। सभी सैंडविच इसी प्रकार से तैयार करें। 5. तैयार की गई ड्रेसिंग से सीख में लगे हुए सभी सैंडविच को ब्रश करें। उन्हें हाई रैक पर रखें। 6. हाई रैक को माइक्रोवेव में रखें। वर्ग को चुनें तथा स्टार्ट बटन दबाएँ। 7. बीप की आवाज़ सुनाई देने पर, सावधानी से सैंडविच को पलट दें तथा फिर से स्टार्ट बटन दबाएँ। टमाटर की चटनी के साथ उन्हें गर्म-गर्म परोसें। 	

KIDS' DELIGHT

बच्चों की मनपसन्द

Category		Weight Limit	Utensil	Instructions																																
CF10	Noodle Rosti	0.2 kg	Microwave safe (MWS) glass bowl & Multi cook tawa* & High rack	<table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="2">For Rosti</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Boiled whole wheat noodles</td> <td>¼ cup</td> </tr> <tr> <td>Grated paneer</td> <td>¼ cup</td> </tr> <tr> <td>Grated mozzarella cheese</td> <td>¼ cup</td> </tr> <tr> <td>Oil</td> <td>2 tsp</td> </tr> <tr> <td>Salt & pepper</td> <td>As per taste</td> </tr> <tr> <td>Coriander (chopped)</td> <td>2 tbsp</td> </tr> <tr> <th colspan="2">For Topping</th> </tr> <tr> <td>Mixed shredded vegetables (carrot, cabbage, capsicum)</td> <td>½ cup</td> </tr> <tr> <td>Boiled bean sprouts</td> <td>¼ cup</td> </tr> <tr> <td>Oil</td> <td>1 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Salt & pepper</td> <td>As per taste</td> </tr> <tr> <td>Tomato ketchup</td> <td>4 tbsp</td> </tr> </tbody> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> In a bowl take all the ingredients for rosti & mix well with hands. Divide the dough into 4 equal parts. In a MWS glass bowl take oil, shredded vegetables, boiled bean sprouts, salt & pepper. Mix well. Select category & press start. When beeps, remove the bowl & mix well & divide the topping into 4 equal parts & keep aside for late use. Take the dough & shape each portion into round flat circles (approx. 2.5"). Keep on Multi cook tawa & keep the tawa on high rack & press start. When beeps, turn over the rostis & again press start. Place the rostis on a serving plate & top them with a portion of prepared topping & tomato ketchup. Serve immediately. <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> बाउल में रोस्टी के लिए सारी सामग्री डाल दें तथा हाथों से अच्छी तरह मिलाएं। लेई को 4 समान हिस्सों में विभाजित करें। माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में तेल, बारीक कटी हुई सब्जियां, उबले हुए अंकुरित सेम, लोबिया आदि, नमक तथा काली मिर्च डालें। अच्छी तरह मिलाएं। वर्ग को चुनें तथा स्टार्ट बटन दबाएं। बीप की आवाज सुनाई देने पर, कटोरे को बाहर निकालें तथा अच्छी तरह मिलाएं तथा टॉपिंग को 4 समान हिस्सों में विभाजित करें तथा बाद में इस्तेमाल करने के लिए अलग से रखें। लेई के प्रत्येक भाग को गोलाकार घिपटे घेरे (लगभग 2-5") का आकार दें। अब इन्हें मल्टी कुक तवे पर रखें तबे को हाई रैक पर रखें तथा स्टार्ट बटन दबाएं। बीप की आवाज सुनाई देने पर, रोस्टिस को पलट दें तथा फिर से स्टार्ट बटन दबाएं। रोस्टिस को सर्विंग प्लेट पर रखें तथा उन पर तैयार की गई टॉपिंग तथा टमाटर केच-अप डालें। तत्काल परोसें। 	For Rosti		Boiled whole wheat noodles	¼ cup	Grated paneer	¼ cup	Grated mozzarella cheese	¼ cup	Oil	2 tsp	Salt & pepper	As per taste	Coriander (chopped)	2 tbsp	For Topping		Mixed shredded vegetables (carrot, cabbage, capsicum)	½ cup	Boiled bean sprouts	¼ cup	Oil	1 tbsp	Salt & pepper	As per taste	Tomato ketchup	4 tbsp						
				For Rosti																																
Boiled whole wheat noodles	¼ cup																																			
Grated paneer	¼ cup																																			
Grated mozzarella cheese	¼ cup																																			
Oil	2 tsp																																			
Salt & pepper	As per taste																																			
Coriander (chopped)	2 tbsp																																			
For Topping																																				
Mixed shredded vegetables (carrot, cabbage, capsicum)	½ cup																																			
Boiled bean sprouts	¼ cup																																			
Oil	1 tbsp																																			
Salt & pepper	As per taste																																			
Tomato ketchup	4 tbsp																																			
CF11	Bread Pudding	0.1-0.3Kg	Microwave safe (MWS) flat glass dish	<table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>0.1 kg</th> <th>0.2 kg</th> <th>0.3 kg</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>For</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Bread slices</td> <td>2 Nos.</td> <td>3 Nos.</td> <td>4 Nos.</td> </tr> <tr> <td>Milk (for dipping the bread)</td> <td>½ cup</td> <td>1 cup</td> <td>1½ cup</td> </tr> <tr> <td>Egg</td> <td>1 Nos.</td> <td>2 Nos.</td> <td>2 Nos.</td> </tr> <tr> <td>Vanilla Essence</td> <td>½ tsp</td> <td>¾ tsp</td> <td>1 tsp</td> </tr> <tr> <td>Sugar</td> <td>3 tbsp</td> <td>4 tbsp</td> <td>5 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Dry fruits</td> <td colspan="3">As per your taste</td> </tr> </tbody> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> Make small pieces of Bread slices. Beat the egg very well . Mix all the ingredient very well. Pour this mixture into MWS flat glass dish. Select category and weight. Press start. <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> ब्रेड स्लाइसिंग के छोटे-छोटे टुकड़े कर लें। अण्डे को अच्छी तरह फैंट लें। सभी सामग्रियों को अच्छी तरह मिला लें। इस मिश्रण को माइक्रोवेव सेफ फ्लैट ग्लास डिश में डालें। वर्ग एवं वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं। 		0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg	For				Bread slices	2 Nos.	3 Nos.	4 Nos.	Milk (for dipping the bread)	½ cup	1 cup	1½ cup	Egg	1 Nos.	2 Nos.	2 Nos.	Vanilla Essence	½ tsp	¾ tsp	1 tsp	Sugar	3 tbsp	4 tbsp	5 tbsp	Dry fruits	As per your taste		
	0.1 kg	0.2 kg	0.3 kg																																	
For																																				
Bread slices	2 Nos.	3 Nos.	4 Nos.																																	
Milk (for dipping the bread)	½ cup	1 cup	1½ cup																																	
Egg	1 Nos.	2 Nos.	2 Nos.																																	
Vanilla Essence	½ tsp	¾ tsp	1 tsp																																	
Sugar	3 tbsp	4 tbsp	5 tbsp																																	
Dry fruits	As per your taste																																			

*Refer Pg. 76 Fig. 2

Category	Weight Limit	Utensil	Instructions																
CA1	Walnut@ Cake	0.3Kg	<table border="1"> <tr> <td>For</td> <td>0.3 kg</td> </tr> <tr> <td>Maida</td> <td>110 g</td> </tr> <tr> <td>Baking powder</td> <td>¼ tsp</td> </tr> <tr> <td>Walnuts</td> <td>½ cup</td> </tr> <tr> <td>Curd</td> <td>70 ml</td> </tr> <tr> <td>Powdered sugar</td> <td>170 g</td> </tr> <tr> <td>Egg</td> <td>1 no.</td> </tr> <tr> <td>Vanilla essence</td> <td>¼ tsp</td> </tr> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> In a bowl beat curd & sugar well till light & fluffy. In another bowl beat eggs with vanilla essence well. Sieve maida, baking powder & add walnuts to it. Now add the maida mixture to the beaten curd mixture & add beaten egg mixture as well. Combine all three mixtures & beat well. Grease a metal cake tin or line with a butter paper. Add the cake batter. Select category & press start. When beeps, put the cake tin on low rack & keep in microwave & press start. <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> बाउल में दही और चीनी अच्छी तरह फेंट लें ताकि हल्की और झागदार हो जाए। दूसरे बाउल में अंडे और वनीला इत्र अच्छी तरह फेंट लें। मैदा और बेकिंग पाउडर छानकर इसमें वॉलनट मिला लें। अब मैदा मिश्रण को फेंटी हुई दही में डालें और उसमें फेंटे हुए अंडे को भी डाल दें। तीनों मिश्रणों को अच्छी तरह फेंट दें। मैटल केक टिन को घिकना कर लें या बटर पेपर की पर्त फैलाएं और केक मिश्रण को उसके ऊपर डाल दें। वर्ग चुनकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर केक टिन को लो रैक पर रखकर माइक्रोवेव में रख दें और स्टार्ट दबाएं। 	For	0.3 kg	Maida	110 g	Baking powder	¼ tsp	Walnuts	½ cup	Curd	70 ml	Powdered sugar	170 g	Egg	1 no.	Vanilla essence	¼ tsp
For	0.3 kg																		
Maida	110 g																		
Baking powder	¼ tsp																		
Walnuts	½ cup																		
Curd	70 ml																		
Powdered sugar	170 g																		
Egg	1 no.																		
Vanilla essence	¼ tsp																		
CA2	Swiss@ Roll	0.2 kg	<table border="1"> <tr> <td>For</td> <td>0.2 kg</td> </tr> <tr> <td>Maida</td> <td>80 gm</td> </tr> <tr> <td>Condensed Milk (Milkmaid)</td> <td>100 ml</td> </tr> <tr> <td>Butter</td> <td>75 gm</td> </tr> <tr> <td>Soda bicarb</td> <td>¼ tsp</td> </tr> <tr> <td>Vanilla essence</td> <td>¼ tsp</td> </tr> <tr> <td>Mix fruit jam</td> <td>2 tbsp</td> </tr> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> Sieve maida & soda. In a bowl add milkmaid & butter. Beat well. Add the maida mixture, vanilla essence & mix well. For spoon dropping consistency add milk or water. Place the butter paper at the bottom of the tawa. Pour the batter. Select category & press start. When beeps, put the tawa on low rack & keep inside microwave. Press start. <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> मैदे और सोडे को छलनी में छान लें। कटोरे में मिल्कमेड तथा मक्खन डालें। अच्छी तरह चलाएं। मैदा मिश्रण, वेनिला एसेन्स डालें और अच्छी तरह चलाएं। दूध या पानी डालें ताकि घममघ से बराबर इस डाला जा सके। मक्खन युक्त पेपर को तवे के नीचे रखें। लेई को डालें। वर्ग को चुनें तथा स्टार्ट बटन दबाएं। बीप की आवाज सुनाई देने पर, निचले रैक पर तवा रखें तथा इसे माइक्रोवेव के अंदर डाल दें। स्टार्ट बटन दबाएं। 	For	0.2 kg	Maida	80 gm	Condensed Milk (Milkmaid)	100 ml	Butter	75 gm	Soda bicarb	¼ tsp	Vanilla essence	¼ tsp	Mix fruit jam	2 tbsp		
For	0.2 kg																		
Maida	80 gm																		
Condensed Milk (Milkmaid)	100 ml																		
Butter	75 gm																		
Soda bicarb	¼ tsp																		
Vanilla essence	¼ tsp																		
Mix fruit jam	2 tbsp																		

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

*Refer Pg. 76 Fig. 4

**Refer Pg. 76 Fig. 2

CAKE

केक

Category	Weight Limit	Utensil	Instructions																		
CA3	Carrot@ Cake	0.3 kg	<table border="1"> <tr> <td>Metal Cake Tin* & Low Rack</td> <td></td> </tr> <tr> <td>For</td> <td>0.3 kg</td> </tr> <tr> <td>Maida</td> <td>110 g</td> </tr> <tr> <td>Baking powder</td> <td>¼ tsp</td> </tr> <tr> <td>Grated carrot</td> <td>¼ cup</td> </tr> <tr> <td>Curd</td> <td>70 ml</td> </tr> <tr> <td>Powdered suger</td> <td>170 g</td> </tr> <tr> <td>Egg</td> <td>1 no.</td> </tr> <tr> <td>Vanilla essence</td> <td>¼ tsp</td> </tr> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> In a bowl beat curd & sugar well till light & fluffy. In another bowl beat eggs with vanilla essence well. Sieve maida, baking powder & add grated carrot to it. Now add the maida mixture to the beaten curd mixture & add beaten egg mixture as well. Combine all three mixtures & beat well. Grease a metal cake tin or line with butter paper. Add the cake batter. Select category & press start. When beeps, put the cake tin on low rack & keep in microwave & press start. <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> बाउल में दही और चीनी अच्छी तरह फेंट लें ताकि हल्की और झागदार हो जाए। दूसरे बाउल में अंडे और वनीला इत्र अच्छी तरह फेंट लें। मैदा और बेकिंग पाउडर छानकर इसमें कसी हुई गाजर मिला लें। अब मैदा मिश्रण को फेंटी हुई दही में डालें और उसमें फेंटे हुए अंडे को भी डाल दें। तीनों मिश्रणों को अच्छी तरह फेंट दें। मैटल केक टिन को चिकना कर लें या बटर पेपर की पर्त फैलाएं और केक मिश्रण को उसके ऊपर डाल दें। वर्ग चुनकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर केक टिन को लो रैक पर रखकर माइक्रोवेव में रख दें और स्टार्ट दबाएं। 	Metal Cake Tin* & Low Rack		For	0.3 kg	Maida	110 g	Baking powder	¼ tsp	Grated carrot	¼ cup	Curd	70 ml	Powdered suger	170 g	Egg	1 no.	Vanilla essence	¼ tsp
Metal Cake Tin* & Low Rack																					
For	0.3 kg																				
Maida	110 g																				
Baking powder	¼ tsp																				
Grated carrot	¼ cup																				
Curd	70 ml																				
Powdered suger	170 g																				
Egg	1 no.																				
Vanilla essence	¼ tsp																				
CA4	Chocolate@ Cake	0.3 kg	<table border="1"> <tr> <td>Metal Cake Tin* & Low Rack</td> <td></td> </tr> <tr> <td>For</td> <td>0.3 kg</td> </tr> <tr> <td>Maida</td> <td>110 g</td> </tr> <tr> <td>Baking powder</td> <td>¼ tsp</td> </tr> <tr> <td>Cocoa powder</td> <td>50 g</td> </tr> <tr> <td>Curd</td> <td>70 ml</td> </tr> <tr> <td>Powder sugar</td> <td>170 g</td> </tr> <tr> <td>Egg</td> <td>1 no.</td> </tr> <tr> <td>Vanilla essence</td> <td>¼ tsp</td> </tr> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> In a bowl beat curd & sugar well till light & fluffy. In another bowl beat eggs with vanilla essence well. Sieve maida, baking powder & cocoa powder together. Now add the maida mixture to the beaten curd mixture & add beaten egg mixture as well. Combine all beat well. Grease a metal cake tin or line with butter paper. Add the cake batter. Select category & press start. When beeps, put the cake tin on low rack & keep in microwave & press start. <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> बाउल में दही और चीनी अच्छी तरह फेंट लें ताकि हल्की और झागदार हो जाए। दूसरे बाउल में अंडे और वनीला इत्र अच्छी तरह फेंट लें। मैदा, बेकिंग पाउडर और कोको पाउडर को एक साथ छान लें। अब मैदा मिश्रण को फेंटी हुई दही में डालें और उसमें फेंटे हुए अंडे को भी डाल दें। तीनों मिश्रणों को अच्छी तरह फेंट दें। मैटल केक टिन को चिकना कर लें या बटर पेपर की पर्त फैलाएं और केक मिश्रण को उसके ऊपर डाल दें। वर्ग चुनकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर केक टिन को लो रैक पर रखकर माइक्रोवेव में रख दें और स्टार्ट दबाएं। 	Metal Cake Tin* & Low Rack		For	0.3 kg	Maida	110 g	Baking powder	¼ tsp	Cocoa powder	50 g	Curd	70 ml	Powder sugar	170 g	Egg	1 no.	Vanilla essence	¼ tsp
Metal Cake Tin* & Low Rack																					
For	0.3 kg																				
Maida	110 g																				
Baking powder	¼ tsp																				
Cocoa powder	50 g																				
Curd	70 ml																				
Powder sugar	170 g																				
Egg	1 no.																				
Vanilla essence	¼ tsp																				

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

*Refer Fig. 76 Fig. 4

Category	Weight Limit	Utensil	Instructions																
CA5	Vanilla@ Cake	0.3 kg	<table border="1"> <tr> <td>For</td> <td>0.3 kg</td> </tr> <tr> <td>Maida</td> <td>110 g</td> </tr> <tr> <td>Baking powder</td> <td>¼ tsp</td> </tr> <tr> <td>Curd</td> <td>70 ml</td> </tr> <tr> <td>Powdered sugar</td> <td>170 g</td> </tr> <tr> <td>Egg</td> <td>1 no.</td> </tr> <tr> <td>Vanilla essence</td> <td>¼ tsp</td> </tr> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> In a bowl beat curd & sugar well till light & fluffy. In another bowl beat eggs with vanilla essence well. Sieve maida, baking powder together. Now add the maida mixture to the beaten curd mixture & add beaten egg mixture as well. Combine all three mixtures & beat well. Grease a metal cake tin or line with butter paper. Add the cake batter. Select category & press start. When beeps, put the cake tin on low rack & keep in microwave & press start. <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> बाउल में दही और चीनी अच्छी तरह फेंट लें ताकि हल्की और झागदार हो जाए। दूसरे बाउल में अंडे और वनीला इत्र अच्छी तरह फेंट लें। मैदा और बेकिंग पाउडर को एक साथ छान लें। अब मैदा मिश्रण को फेंटी हुई दही में डालें और उसमें फेंटे हुए अंडे को को भी डाल दें। तीनों मिश्रणों को अच्छी तरह फेंट दें। मैटल केक टिन को चिकना कर लें या बटर पेपर की पर्त फेंलाएं और केक मिश्रण को उसके ऊपर डाल दें। वर्ग चुनकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर केक टिन को लो रैक पर रखकर माइक्रोवेव में रख दें और स्टार्ट दबाएं। 	For	0.3 kg	Maida	110 g	Baking powder	¼ tsp	Curd	70 ml	Powdered sugar	170 g	Egg	1 no.	Vanilla essence	¼ tsp		
For	0.3 kg																		
Maida	110 g																		
Baking powder	¼ tsp																		
Curd	70 ml																		
Powdered sugar	170 g																		
Egg	1 no.																		
Vanilla essence	¼ tsp																		
CA6	Eggless Chocolate Cake@	0.5 kg	<table border="1"> <tr> <td>For</td> <td>0.5 kg</td> </tr> <tr> <td>Maida</td> <td>125 g</td> </tr> <tr> <td>Coco powder</td> <td>2 tbsp</td> </tr> <tr> <td>Baking powder</td> <td>1 tsp</td> </tr> <tr> <td>Soda bi carb</td> <td>½ tsp</td> </tr> <tr> <td>Milkmaid</td> <td>200 ml</td> </tr> <tr> <td>Water</td> <td>100 ml</td> </tr> <tr> <td>Butter (melted)</td> <td>60 ml</td> </tr> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> Select category & press start for pre-heating. Meanwhile, prepare the cake batter - sieve the maida, coco powder, baking powder, soda bi carb together. Add milkmaid, water & melted butter. Beat the cake batter well. Pour the batter in cake tin lined with greased butter paper. When beeps (pre-heat over), keep the cake tin on low rack & keep in microwave oven. Press start. Allow the cake to cool properly & then serve. <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> वर्ग को चुनें तथा पूर्व तापन के लिए स्टार्ट बटन दबाएं। इसी दौरान केक की लेई तैयार करें, मैदे, कोको पाउडर, बेकिंग पाउडर, सोडे को एक साथ छान लें। मिल्कमैड, पानी तथा पिघला हुआ मक्खन डालें। केक की लेई को अच्छी तरह चलाएं। लेई को मक्खन युक्त पेपर से चिकनी परत लगे हुए केक टिन में डालें। बीप की आवाज सुनाई देने पर (प्री-हीट पूरा हो चुका है), केक टिन को निचले रैक में रखें तथा इसे माइक्रोवेव ओवन में रख दें। स्टार्ट बटन दबाएं। उचित रूप से केक को ठंडा होने दें तथा फिर परोसें। 	For	0.5 kg	Maida	125 g	Coco powder	2 tbsp	Baking powder	1 tsp	Soda bi carb	½ tsp	Milkmaid	200 ml	Water	100 ml	Butter (melted)	60 ml
For	0.5 kg																		
Maida	125 g																		
Coco powder	2 tbsp																		
Baking powder	1 tsp																		
Soda bi carb	½ tsp																		
Milkmaid	200 ml																		
Water	100 ml																		
Butter (melted)	60 ml																		

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

*Refer Fig. 76 Fig. 4

UTILITY CORNER

सुविधा कॉर्नर

Category	Weight Limit	Utensil	Instructions	
UC1	Keep warm	0.3 kg	Microwave safe (MWS) bowl	<p>Method : 1. Any cooked food with cover (Rice, Dal, Subzi, Halwa, Upma etc.) Select category & press start.</p> <p>विधि : 1. ढका हुआ कोई भी व्यंजन (दावल, दाल, सब्जी, हलवा, उपमा इत्यादि) बर्ग चुनें और स्टार्ट दबाएं।</p>
UC2	Steam clean	0.3 kg	Microwave safe (MWS) bowl	<p>Method : 1. Take water in MWS bowl, add vinegar or lemon juice. Select category & press start. 2. When beeps, wipe out with salt & clean napkin. Press start. 3. Again wipe out. Take out the plug.</p> <p>विधि : 1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में सिरका या नींबू रस लें। बर्ग चुनकर स्टार्ट दबाएं। 2. बीप सुनाई देने पर नमक और साफ नैपकिन से पोंछें। स्टार्ट दबाएं। 3. दोबारा से पोंछें और प्लग बाहर निकाल लें।</p>
UC3	Defrost Veg	0.2 – 0.5 kg	Microwave safe (MWS) bowl	<p>Veg - (Paneer, Green Peas, Corn etc.)</p> <p>Method : 1. Take in Microwave Safe Bowl, select category & weight and press start. 2. When beeps, turn the food. Press start.</p> <p>विधि : 1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में लेकर बर्ग एवं वजन चुनें और स्टार्ट दबाएं। 2. बीप सुनाई देने पर खाने को पलट दें। स्टार्ट दबाएं।</p>
UC4	Defrost Non Veg	0.5 – 1.0 kg	Microwave safe (MWS) bowl	<p>Non-Veg - (Chicken, Mutton etc.)</p> <p>Method : 1. Take in Microwave Safe Bowl, select category & weight and press start. 2. When beeps, turn the food. Press start.</p> <p>विधि : 1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में लेकर बर्ग एवं वजन चुनें और स्टार्ट दबाएं। 2. बीप सुनाई देने पर खाने को पलट दें। स्टार्ट दबाएं।</p>
UC5	Dehumidification	0.3 kg	Microwave safe (MWS) bowl	<p>Namkin, Biscuits, Bhujia, Papad and Wafers etc.</p> <p>Method : 1. In MWS bowl add the food to be dehumidified. Select category and press start.</p> <p>विधि : 1. खाना सुखाने के लिए उसे माइक्रोवेव सेफ बाउल में रखें। बर्ग चुनकर स्टार्ट दबाएं।</p>
UC6	Light Disinfect		Microwave safe (MWS) glass utensil & Empty cavity	<p>Method : 1. Sterilize Microwave safe glass utensil - Keep the empty utensil & select category & press start. 2. Clean the cavity - Keep the cavity empty. Select category & press start. When time ends (beeps), clean the cavity with a damp cloth. Note : The oven has a special function Light Disinfect which allows to sterilize the MWS glass utensil thereby giving a hygiene & clean utensils/cavity.</p> <p>विधि : 1. माइक्रोवेव सेफ ग्लास बर्तनों को कीटाणुमुक्त करना - खाली बर्तन को ओवन में रखकर बर्ग चुनें और स्टार्ट दबाएं। 2. खोह की सफाई करना - खोह को खाली रखें। बर्ग चुनकर स्टार्ट दबाएं। समय की समाप्ति पर (बीप सुनाई देने पर) खोह को गीले कपड़े से साफ कर दें। नोट : ओवन में एक विशिष्ट प्रक्रिया लाइट डिसइन्फेक्ट होती है जो माइक्रोवेव सेफ ग्लास यूटेंसिल्स को कीटाणुमुक्त कर देता है और फलस्वरूप स्वास्थ्य प्रदान करता है और बर्तनों/खोह की सफाई करता है।</p>

USAGE OF ACCESSORIES

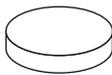
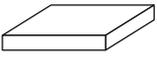
सुविधा कॉर्नर

Category	Weight Limit	Utensil	Instructions								
FE1	0.6 kg	Microwave safe (MWS) glass bowl & Low rack*	<table border="1"> <tr> <td>Curd</td> <td>200 ml</td> </tr> <tr> <td>Milkmaid</td> <td>100 ml</td> </tr> <tr> <td>Fresh cream</td> <td>200 ml</td> </tr> <tr> <td>Flavours (Vanilla, Strawberry, Pineapple essence)</td> <td>As per choice (½ tsp)</td> </tr> </table> <p>Method :</p> <ol style="list-style-type: none"> In a MWS glass bowl mix all the ingredients. Beat well till smooth. Select category & press start. When beeps, keep the MWS glass bowl on low rack & keep it in microwave. Press start. When cooking ends, take out & allow to come to room temperature. Keep in refrigerator for 1 hour. <p>Note : In case you use strawberry essence, add a pinch of pink food colour to add colour to the yoghurt. For pineapple yoghurt, add pineapple slices at the time of serving.</p> <p>विधि :</p> <ol style="list-style-type: none"> माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में सभी सामग्रियों मिला लें। चिकना होने तक अच्छी तरह फेंटें। वर्ग चुनकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल को लो रैक पर रखें और फिर इसे माइक्रोवेव के अन्दर रख दें। स्टार्ट दबाएं। पकने के बाद बाहर निकाल लें और कमरे के तापमान तक आने दें। फिर १ घंटे के लिए रेफ्रिजरेटर में रख दें। <p>नोट : यदि आप स्ट्रॉबेरी सत इस्तेमाल कर रहे हैं तो योगर्ट को रंगीन बनाने के लिए एक चुटकी गुलाबी खाद्य रंग डालें। अनन्नास योगर्ट के लिए परोसते समय उसमें अनन्नास की स्लाइस डालें।</p>	Curd	200 ml	Milkmaid	100 ml	Fresh cream	200 ml	Flavours (Vanilla, Strawberry, Pineapple essence)	As per choice (½ tsp)
Curd	200 ml										
Milkmaid	100 ml										
Fresh cream	200 ml										
Flavours (Vanilla, Strawberry, Pineapple essence)	As per choice (½ tsp)										

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

*Refer Pg. 76 Fig. 3

USAGE OF ACCESSORIES/UTENSILS

- 1)  + 
Low rack Multi cook tawa
- 2)  + 
High rack Multi cook tawa
- 3)  + 
Low rack Microwave safe glass bowl
(Not provided with LG Kit)
- 4)  + 
Low rack Metal cake tin
(Not provided with LG Kit)
- 5)  + 
High rack Microwave flat glass dish
(Not provided with LG Kit)
- 6)  + 
Low rack Microwave flat glass dish
(Not provided with LG Kit)

To Clean Your Oven / अपने ओवन को साफ करना

1 Keep the inside of the oven clean

Food spatters or spilled liquids stick to oven walls and between the seal and door surfaces. 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 metal tray can be washed by hand or in the dishwasher.

ओवन के भीतरी हिस्से को साफ रखें

खाने के टुकड़े या तरल पदार्थों के छींटे दीवारों पर और सील तथा दरवाजों के बीच की सतह पर चिपक जाते हैं। एक गीले कपड़े से इसको तुरंत साफ करना आवश्यक है। ये खाने के छोटे टुकड़े और तरल पदार्थों की बूंदे माइक्रोवेव की ऊर्जा को अवशोषित कर लेते हैं और इस तरह खाना बनने का समय लंबा हो सकता है। दरवाजे और खांचों के बीच गिरे हुए इन खाने के टुकड़ों को गीले कपड़े से साफ करें। टाईट सील के लिए यह सफाई रखनी बहुत जरूरी है। तैलीय छींटों को हटाने के लिए साबुन से भीगा हुआ कपड़ा इस्तेमाल करें और उसके बाद उसे धो कर सुखा लें। कठोर डिटरजेंट का इस्तेमाल न करें। धातु की ट्रे को हाथों से या डिशवाशर में धोई जा सकती हैं।

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 the oven from accidentally starting, and wipe a damp cloth followed immediately by a dry cloth. Press Stop/Clear after cleaning.

ओवन का बाहरी हिस्सा साफ रखें

साबुन और साफ पानी से इसके बाहरी हिस्सों को साफ करें और मुलायम कपड़े या पेपर टॉवल से इसे पोंछ कर सुखाएं। ओवन के भीतर इसके काम करने वाले हिस्सों को टूट-फूट से बचाने के लिए पानी को हवा आने वाले रास्तों पर जमा न होने दें। कंट्रोल पैनल को साफ करने के लिए दरवाजा खुला ही रखें ताकि कहीं गलती से ओवन चालू न हो जाए। फिर इसे एक गीले कपड़े से साफ करके सूखे कपड़े से पोंछ दें। सफाई के बाद स्टॉप/क्लियर बटन दबाएं।

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 oven is operated under high humidity conditions and in no way indicates a malfunction of the unit.

अगर दरवाजों के बाहर या भीतर भाप इकट्टी हो जाए तो एक मुलायम कपड़े से पैनल को पोंछ दें। बहुत नमी हो जाने पर ओवन के संचालन के कारण ऐसा हो सकता है यह कोई ओवन की खराबी नहीं है।

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.

दरवाजे और उनकी सील साफ रखी जानी चाहिए। गर्म साबुन वाला पानी लेकर पूरी तरह से धोएं और फिर सुखाएं। स्टील और प्लास्टिक के नुकीले पैड्स और क्लीनिंग पाउडर्स का इस्तेमाल करें। गीले कपड़े से नियमित रूप से पोंछने से आप धातु के हिस्सों को ठीक रख सकते हैं।

5 Do not use steam cleaners.

स्टीम क्लीनर्स का प्रयोग न करें।

6 Unplug your oven from the electrical socket when you clean control panel with wet cloth or spray water on control glass to clean. If it is not unplugged, this product can be operated by touching the Quick Start button.

गीले कपड़े से कंट्रोल पैनल को साफ करते समय या कंट्रोल ग्लास को साफ करने के लिए स्प्रे करते समय अपने ओवन को बिजली के स्विच से अलग करें। अगर आप ऐसा नहीं करते हैं तो क्विक स्टार्ट बटन को छूने मात्र से यह स्टार्ट हो सकता है।

QUESTIONS & ANSWERS / प्रश्न और उत्तर

FAQ	Answer
What's wrong when the oven light will not glow?	There may be several reasons why the oven light will not glow. Either the light bulb has blown or the electric circuit has failed.
Does microwave energy pass through the viewing screen in the door?	No. The holes, or ports, are made to allow light to pass; they do not let microwave energy through.
Why does the BEEP tone sound when a button on the control panel is touched?	The BEEP tone sounds to assure that the setting is being properly entered.
Will the microwave function be damaged if it operates empty?	Yes. Never run it empty.
Why do eggs sometimes pop?	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.
Why is standing time recommended after microwave cooking is over?	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.
Why doesn't my oven always cook as fast as the cooking guide says?	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 this oven. Variations in the size, shape, weight and dimensions of the food require longer cooking time. Use your own judgment along with the cooking guide suggestions to test food conditions, just as you would do with a conventional cooker.

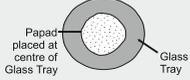
आमतौर पर पूछे जाने वाले सवाल	जवाब
तब क्या करें जब ओवन की बत्ती न जले?	ओवन की बत्ती के न जलने के कई कारण हो सकते हैं—जैसे कि या तो बल्ब खराब हो गया है या कनेक्शन में कोई गड़बड़ी आ गई है।
क्या दरवाजे के पारदर्शी स्क्रीन से माइक्रोवेव ऊर्जा बाहर आ सकती है?	नहीं। उनसे प्रकाश तो बाहर आ सकता है माइक्रोवेव ऊर्जा नहीं।
जब भी कंट्रोल पैनल का कोई बटन छुआ जाता है तो बीप की ध्वनि क्यों आती है?	बीप की ध्वनि से आपको यह पता चलता है की सेटिंग सही चल रही है।
अगर गलती से ओवन को खाली ही चला दिया जाए तो क्या इसमें गड़बड़ी आ सकती है?	हाँ, इसलिए इसे कभी भी खाली नहीं चलाइये।
कभी कभी अंडे क्यों तड़क कर फट जाते हैं?	जब भी अंडे को भूना, तला या पकाया (पोच) जाता है तब अन्दर भाप बनने से इसका योक फट सकता है। इससे बचने के लिए इसको बनाने से पहले इसके योक में एक छेद कर देना चाहिए। माइक्रोवेव के भीतर कभी भी अंडों को शेल के साथ न रखें।
माइक्रोवेव कुकिंग हो जाने के बाद कुछ रुकने को क्यों कहा जाता है?	माइक्रोवेव कुकिंग के खत्म हो जाने के बाद भी खाना अन्दर ही अन्दर पकता रहता है तो थोड़ा रुक जाने पर वह पकने का कार्य तब तक समाप्त हो जाता है। इस समापन में लगने वाला समय अन्दर रखे खाने की गहनता पर निर्भर करता है।
कुकिंग गाइड में जैसा लिखा होता है उतनी तेजी से ओवन में खाना क्यों नहीं पकता?	ध्यान से दुबारा अपनी कुकिंग गाइड को पढ़ें कि कहीं उसके कदम दर कदम निर्देशों के पालन में आपसे कोई भूल तो नहीं हुई? और इस तरह देखें कि और क्या कारण हो सकते हैं जिससे आपको अधिक समय लग गया। इसमें लिखे गए समय की सीमा का उद्देश्य आपके खाने को अधिक पक जाने से बचाना है। खाने के रूप रंग और आकार में विविधता से इसके निर्माण में भी उसी अनुसार समय कम या अधिक लगता है। आप अपनी समझ के मुताबिक पकने वाले समय का सही अनुमान करें जैसा कि आप अपने पारंपरिक प्रेशर कुकर के साथ करती हैं।

Two Recipe for starters /

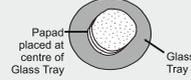
नवसिखियों के लिए दो व्यंजन विधियां

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

ध्यान दें: इस भोजन में लगने वाला समय इसके तत्वों, इसके बनाने की प्रणाली और यह किस वर्ग का भोजन है – इन पर निर्भर करेगा।



Papad placed at centre of Glass Tray



Papad placed at centre of Glass Tray

1. ROASTED PAPAD

Procedure :

Papad:

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

To Cook Multiple Papads :

*Place Multiple papads over one another, as shown in the picture above.

Crispy Papad :

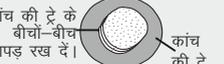
- Press Start once without papad.
- Sprinkle little water or oil over the papad.
- After beep, place the papad at the centre and press Start.

***Note : The cooking time may vary –**

- As per the composition of the papad material.
- As per the Quantity of papad used.



कांच की ट्रे के बीचों-बीच पापड़ रख दें।



कांच की ट्रे के बीचों-बीच पापड़ रख दें।

1. भुने हुए पापड़

निर्माण करने की विधि:

पापड़:

- ऊपर दिखाए गए चित्र के अनुसार कांच की ट्रे के बीच में कच्चा पापड़ रख दें।
- 100 प्रतिशत पावर लिमिट और कुकिंग का टाइम सेट करें।
- पापड़ को पकने के बाद 30-45 सेकेंड तक ओवन में ही रखा रहने दें।

एक से ज्यादा पापड़ों का निर्माण करने के लिए:

* ऊपर चित्र में दिखाए अनुसार इनको एक के ऊपर एक इस तरह से जमायें।

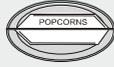
कुरकुरे पापड़:

- बिना पापड़ के स्टार्ट एक बार दबाएँ।
- पापड़ पर थोड़े पानी या तेल के छींटे मारें।
- बीप के बाद पापड़ अन्दर बीच में रख कर स्टार्ट दबाएँ।

***ध्यान रहे:** पापड़ के भूने का समय बदल भी सकता है:

- पापड़ के निर्माण में लगने वाले तत्वों के संयोजन पर यह निर्भर करेगा।
- पापड़ की मात्रा पर भी लगने वाला समय निर्भर करता है।

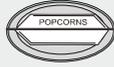
2



2. POP CORN : Place the pop corn bag to the glass tray properly as instructed on packing. Use Start to set 3-4 minutes. Remove the bag after popping sound has stopped. Take care that bag corners do not touch sides while rotating.

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

2



2. पॉपकॉर्नस: कांच की ट्रे पर पॉपकॉर्नस का बैग सही तरह से रख दें। स्टार्ट दबा कर तीन से चार मिनट का टाइम सेट कर दें। बीप की आवाज़ के बंद हो जाने पर आप पॉपकॉर्नस का बैग बाहर निकाल लें। ध्यान रखें कि बैग के कोने दीवारों से न टकराएँ।

नोट: पॉप होने की प्रक्रिया पर नज़र रखें। ओवरहीट न होने दें क्योंकि इसके परिणाम स्वरूप आग लग सकती है।

Plug wiring information / प्लग वायरिंग इनफोरमेशन

Warning

This appliance must be earthed

The wires in this mains lead are colored in accordance with the following codes
 BLACK ~ Neutral
 RED ~ 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 BLACK must be connected to the terminal which is marked with the letter N or Colored BLACK.

The wire which is colored RED 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 \perp .

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;

चेतावनी

इस उपकरण को अर्थिंग से अवश्य जोड़ें

अपने बड़े गुच्छे के तार के रंग इस तरह के होने चाहिए:

काला – न्यूट्रल

लाल – लाइव

हरा और पीला – अर्थिंग

इस उपकरण के बड़े गुच्छे के तार के रंग आपके प्लग में दिए गए तारों के रंग से अलग भी हो सकते हैं और तब इस तरह से चलना होगा:

काले रंग के तार को टर्मिनल से जिस पर N लिखा है या जिसका रंग काला है, से जोड़ा जाना चाहिए।

लाल रंग के तार को टर्मिनल से जिस पर L लिखा है या जिसका रंग लाल है, से जोड़ा जाना चाहिए।

हरा और पीला या हरे के तार को टर्मिनल से जिस पर E या \perp चिन्ह लिखा है य से जोड़ना चाहिए।

अगर सप्लाय कोर्ड में टूट-फूट आ गई हो तो इसे निर्माता या सर्विस एजेंट के माध्यम से दूसरी मंगा ली जाए ताकि परेशानी और खतरे से बचा जा सके;



MODEL: MC2143BPP



MFL06477272

	24 x 7 CALL CENTER
 CALL	1800-180-9999 (Toll Free)
 SMS	5757554 (Send SMS)
 Globe	www.lg.com
 Email	serviceindia@lge.com

LG Electronics India Pvt. Ltd.
Regd. Office : A-27, Mohan Cooperative Industrial
Estate, Mathura Road, New Delhi-110044