<table>
<tr><th colspan="2">Menu</th><th>Weight Limit</th><th>Utensil</th><th>Instructions</th></tr>
<tr><td>IC12</td><td>Panchmel Ki Sabzi</td><td>0.1 ~ 0.3 kg</td><td>Microwave safe (MWS) bowl</td><td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.1 kg</td><td>0.2 kg</td><td>0.3 kg</td></tr>
<tr><td>Chopped vegetables (Gavar ki fali, Chawli, Shimla mirch, Kheera, Gajar)</td><td>100 g</td><td>200 g</td><td>300 g</td></tr>
<tr><td>Oil</td><td>½ tbsp</td><td>1 tbsp</td><td>2 tbsp</td></tr>
<tr><td>Jeera</td><td>½ tsp</td><td>1 tsp</td><td>1 tsp</td></tr>
<tr><td>Onion</td><td>½ cup</td><td>½ cup</td><td>1 cup</td></tr>
<tr><td>Ginger & Green chilli paste</td><td>1 tsp</td><td>1½ tsp</td><td>2 tsp</td></tr>
<tr><td>Coriander powder, Amchur, Haldi & Salt</td><td colspan="3">As per taste</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. In a MWS bowl add oil, jeera, onion, ginger & green chilli paste. Mix well.<br>2. Select menu & weight and press start.<br>3. When beeps, mix well & add the chopped vegetables & little water. Cover and press start.<br>4. When beeps, mix well & add coriander powder, amchur, haldi & salt. Press start. Allow to stand for 5 minutes.<br><br><u>विधि :</u><br>1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में तेल, जीरा, प्याज, अदरक और हरी मिर्च की पेस्ट डालकर अच्छी तरह मिला लें।<br>2. मेन्यू एवं वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं।<br>3. बीप सुनाई देने पर, अच्छी तरह मिलाकर कटी हुई सब्जियां और थोड़ा पानी डालें। ढककर स्टार्ट दबाएं।<br>4. बीप सुनाई देने पर, अच्छी तरह मिलाएं और धनिया पाउडर, अमचूर, हल्दी तथा नमक डालकर स्टार्ट दबाएं। 5 मिनट तक रखा रहने दें।
</td></tr>
<tr><td>IC13</td><td>Gujarati Tuvar Dal</td><td>0.3 kg</td><td>Microwave safe (MWS) bowl</td><td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.3 kg</td></tr>
<tr><td>Tuvar dal / Arhar dal (soaked for 2 hours)</td><td>300 g</td></tr>
<tr><td>Water</td><td>600 mL</td></tr>
<tr><td>Oil</td><td>1 tbsp</td></tr>
<tr><td>Mustard seeds</td><td>½ tsp</td></tr>
<tr><td>Jeera</td><td>½ tsp</td></tr>
<tr><td>Finely chopped ginger</td><td>1 tbsp</td></tr>
<tr><td>Slit green chillies</td><td>3 nos.</td></tr>
<tr><td>Curry leaves</td><td>A few</td></tr>
<tr><td>Chopped tomato</td><td>2 nos.</td></tr>
<tr><td>Chopped onion</td><td>1 no.</td></tr>
<tr><td>Hing</td><td>A pinch</td></tr>
<tr><td>Salt, Turmeric powder, Red chilli powder</td><td>As per taste</td></tr>
<tr><td>Jaggery (Gud)</td><td>As per taste</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. In a MWS bowl add tuvar dal, salt, hing, turmeric powder, water. Mix well. Select menu & press start.<br>2. When beeps, remove the dal.<br>3. In another MWS bowl add oil, mustard seeds, jeera, finely chopped ginger, slit green chillies, curry leaves, chopped onions, red chilli powder. Mix well & press start.<br>4. When beeps, remove the bowl & add these ingredients to the dal. Add tomato, jaggery & mix well. Press start. Squeeze lemon juice & serve.<br><br><u>विधि :</u><br>1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में तुवर दाल, नमक, हींग, हल्दी पाउडर डालें और पानी डालें । अच्छी तरह मिलाएं। मेन्यू चुनकर स्टार्ट दबाएं।<br>2. बीप सुनाई देने पर दाल को बाहर निकाल लें।<br>3. एक अन्य माइक्रोवेव सेफ बाउल में तेल, सरसों के बीज, जीरा, बारीक कटी हुई अदरक, लम्बी फटी हुई हरी मिर्च, करी पत्ते, कटी हुई प्याज, लाल मिर्च पाउडर डालें और अच्छी तरह मिलाकर स्टार्ट दबाएं।<br>4. बीप सुनाई देने पर बाउल को बाहर निकालें और इस सामग्री को दाल में डाल दें। टमाटर और गुड़ डालकर अच्छी तरह मिलाएं। स्टार्ट दबाएं। नींबू निचोड़कर परोसें।
</td></tr>
</table>

<table>
<tr><th colspan="2">Menu</th><th>Weight Limit</th><th>Utensil</th><th>Instructions</th></tr>
<tr><td>IC14</td><td>Butter Chicken</td><td>0.3 ~ 0.5 kg</td><td>Microwave safe (MWS) bowl</td><td>
<table>
<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>
<u>Method :</u><br>1. In a MWS bowl add oil, ginger garlic paste, chopped onions, garam masala, dhania powder, jeera powder, salt. Mix well. Select menu & weight & press start.<br>2. When beeps, mix well, add tomato puree, red chilli powder, kasuri methi, chicken pieces. Mix well & cover. Press start.<br>3. When beeps, mix well, add kaju paste, cream & butter. Mix well & cover. Press start.<br>4. Garnish with slit chillies.<br><u>विधि :</u><br>1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में तेल, अदरक लहसुन पेस्ट, कटी हुई प्याज़, गरम मसाला, धनिया पाउडर, जीरा पाउडर डालकर अच्छी तरह मिलाएं। मेन्यू एवं वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं।<br>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।<br>3. बीप सुनाई देने पर, अच्छी तरह मिलाए और काजू पेस्ट, क्रीम और मक्खन डालें और अच्छी तरह मिलाकर ढक दें और स्टार्ट दबा दें।<br>4. लम्बाई में कटी हुई मिर्चों से सजाएं।
</td></tr>
<tr><td>IC15</td><td>Beans Porial</td><td>0.1 ~ 0.3 kg</td><td>Microwave safe (MWS) bowl</td><td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.1 kg</td><td>0.2 kg</td><td>0.3 kg</td></tr>
<tr><td>French beans (cut evenly)</td><td>100 g</td><td>200 g</td><td>300 g</td></tr>
<tr><td>Oil</td><td>1 tsp</td><td>1 tsp</td><td>2 tsp</td></tr>
<tr><td>Mustard seeds</td><td>¼ tsp</td><td>½ tsp</td><td>½ tsp</td></tr>
<tr><td>Urad dal</td><td>¼ tsp</td><td>½ tsp</td><td>½ tsp</td></tr>
<tr><td>Grated coconut</td><td>2 tbsp</td><td>3 tbsp</td><td>4 tbsp</td></tr>
<tr><td>Green chillies</td><td>1 no.</td><td>2 nos.</td><td>3 nos.</td></tr>
<tr><td>Salt</td><td colspan="3">As per taste</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. In a MWS bowl add oil, mustard seeds & urad dal. Select menu & weight & press start.<br>2. When beeps, add beans, sprinkle little water & cover. Press start.<br>3. When beeps, mix well & add grated coconut, green chillies & salt. Cover & press start. Allow to standfor 3 minutes.<br><u>विधि :</u><br>1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में तेल, सरसों के बीज और उड़द दाल लें। मेन्यू एवं वजन और वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं।<br>2. बीप सुनाई देने पर बीन्स डालें, थोड़ा पानी छिड़कें और ढककर स्टार्ट दबाएं।<br>3. 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।
</td></tr>
</table>

<table>
<tr><th colspan="2">Menu</th><th>Weight Limit</th><th>Utensil</th><th>Instructions</th></tr>
<tr><td>IC16</td><td>Goan Potato Curry</td><td>0.3 ~ 0.5 kg</td><td>Microwave safe (MWS) bowl</td><td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.3 kg</td><td>0.4 kg</td><td>0.5 kg</td></tr>
<tr><td>Boiled potato</td><td>300 g</td><td>400 g</td><td>500 g</td></tr>
<tr><td>Boiled mix veg (Capsicum Cauliflower, Carrot, Peas)</td><td>100 g</td><td>150 g</td><td>200 g</td></tr>
<tr><td>Chopped onion</td><td>1 no.</td><td>2 nos.</td><td>3 nos.</td></tr>
<tr><td>Oil</td><td>1½ tbsp</td><td>2 tbsp</td><td>2 tbsp</td></tr>
<tr><td>Mustard seeds</td><td>1 tsp</td><td>1½ tsp</td><td>2 tsp</td></tr>
<tr><td>Grated coconut</td><td>2 tbsp</td><td>2½ tbsp</td><td>3 tbsp</td></tr>
<tr><td>Coconut milk</td><td>1 cup</td><td>1½ cup</td><td>1½ cup</td></tr>
<tr><td>Tomato puree</td><td>½ cup</td><td>1 cup</td><td>1 cup</td></tr>
<tr><td>Kaju powder</td><td>1 tbsp</td><td>2 tbsp</td><td>3 tbsp</td></tr>
<tr><td>Salt, Red chilli powder</td><td colspan="3">As per taste</td></tr>
<tr><td>Fresh cream</td><td>2 tbsp</td><td>3 tbsp</td><td>4 tbsp</td></tr>
<tr><td>Coriander</td><td colspan="3">A few sprigs</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. In a MWS bowl add oil, mustard seeds & chopped onion. Select menu and weight and press start.<br>2. When beeps, add grated coconut, coconut milk, tomato puree, kaju powder, salt, red chilli powder & press start.<br>3. When beeps, mix well & add boiled potato & mix vegetables & fresh cream. Press start. Give standing time of 3 minutes.<br>4. Garnish with chopped coriander leaves & serve.<br><br><u>विधि :</u><br>1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में तेल, सरसों के बीज और कटी हुई प्याज डालें और मेन्यू और वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं।<br>2. बीप सुनाई देने पर, कसा हुआ नारियल, नारियल दूध, टोमेटो प्यूरी, काजू पाउडर, नमक, लाल मिर्च पाउडर डालकर स्टार्ट दबाएं।<br>3. बीप सुनाई देने पर, अच्छी तरह मिलाए और उबले हुए आलू, मिश्रित सब्जियां और ताजा क्रीम डालकर स्टार्ट दबाएं। 3 मिनट तक रखें।<br>4. कटे हुए हरे धनिये की पत्तियों से सजाकर परोसें।
</td></tr>
<tr><td>IC17</td><td>Kadhai Chicken</td><td>0.1 ~ 0.4 kg</td><td>Microwave safe (MWS) bowl</td><td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.1 kg</td><td>0.2 kg</td><td>0.3 kg</td><td>0.4 kg</td></tr>
<tr><td>Boneless chicken</td><td>100 g</td><td>200 g</td><td>300 g</td><td>400 g</td></tr>
<tr><td>Oil</td><td>1 tbsp</td><td>2 tbsp</td><td>3 tbsp</td><td>3 tbsp</td></tr>
<tr><td>Methidana</td><td>¼ tsp</td><td>¼ tsp</td><td>1 tsp</td><td>1 tsp</td></tr>
<tr><td>Onion slices</td><td>1 no.</td><td>2 nos.</td><td>3 nos.</td><td>3 nos.</td></tr>
<tr><td>Chopped garlic</td><td>1 tsp</td><td>2 tsp</td><td>3 tsp</td><td>4 tsp</td></tr>
<tr><td>Dhania powder, Red chilli powder, Salt</td><td colspan="4">As per taste</td></tr>
<tr><td>Tomato puree</td><td>¼ cup</td><td>½ cup</td><td>1 cup</td><td>1½ cup</td></tr>
<tr><td>Hara dhania</td><td colspan="4">A few sprigs</td></tr>
<tr><td>Capsicum</td><td>1 no.</td><td>2 nos.</td><td>2 nos.</td><td>2 nos.</td></tr>
<tr><td>Ginger (finely sliced)</td><td>1 tbsp</td><td>2 tbsp</td><td>3 tbsp</td><td>4 tbsp</td></tr>
<tr><td>Cream</td><td colspan="4">For garnishing</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. In MWS bowl add oil, methidana, onion slices, garlic, dhania powder, red chilli powder, chicken & salt. Cover. Select menu & weight and press start.<br>2. When beeps, mix well & add tomato puree, hara dhana, capsicum & ginger. Mix well & cover and press start. Stand for 3 minutes.<br>3. Add cream. Mix well. Serve hot.<br><br><u>विधि :</u><br>1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में तेल, मेथीदाना, प्याज की स्लाइस, लहसुन, धनिया पाउडर, लाल मिर्च पाउडर, चिकन और नमक डालकर ढक दें। मेन्यू एवं वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं।<br>2. बीप सुनाई देने पर अच्छी तरह मिलाएं और टॉमेटो प्यूरी, हरा धनिया, शिमला मिर्च और अदरक डालें। अच्छी तरह मिलाकर ढक दें और स्टार्ट दबाएं। 3 मिनट तक रखा रहने दें।<br>3. क्रीम डालकर अच्छी तरह मिलाएं और गरम–गरम परोसें।
</td></tr>
</table>

# Indian Cuisine
# इन्डियन क्युज़ीन

<table>
<tr><th colspan="2">Menu</th><th>Weight Limit</th><th>Utensil</th><th>Instructions</th></tr>
<tr><td>IC18</td><td>Baigan Ka Bharta</td><td>0.3 ~ 0.5 kg</td><td>Microwave safe (MWS) bowl</td><td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.3 kg</td><td>0.4 kg</td><td>0.5 kg</td></tr>
<tr><td>Baigan (Chopped in big pieces)</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 cup</td></tr>
<tr><td>Chopped onions</td><td>1 cup</td><td>1½ cup</td><td>500 g</td></tr>
<tr><td>Chopped green chillies</td><td>3 nos.</td><td>4 nos.</td><td>5 nos.</td></tr>
<tr><td>Chopped ginger</td><td>1 tbsp</td><td>1½ tbsp</td><td>2 tbsp</td></tr>
<tr><td>Chopped tomato</td><td>2 nos.</td><td>3 nos.</td><td>4 nos.</td></tr>
<tr><td>Tomato puree</td><td>4 tbsp</td><td>5 tbsp</td><td>6 tbsp</td></tr>
<tr><td>Salt, dhania powder, garam masala, red chilli powder, haldi</td><td colspan="3">As per taste</td></tr>
<tr><td>Chopped coriander leaves</td><td colspan="3">A few sprigs</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. In a MWS bowl add peeled & chopped baigan. Sprinkle some water. Cover. Select menu andweight and press start.<br>2. When beeps, remove & mash the baigan well.<br>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.<br>4. When beeps, mix well. Add the mashed baingan & mix well. Press start. Allow to stand for 3 minutes. Garnish with coriander leaves.<br><br><u>विधि :</u><br>1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में छिले और कटे हुए बैंगन लें। थोड़ा सा पानी छिड़ककर ढक दें। मेन्यू और वज़न चुनकर स्टार्ट दबाएं।<br>2. बीप सुनाई देने पर बैंगन को बाहर निकालकर अच्छी तरह कुचल लें।<br>3. एक दूसरे माइक्रोवेव सेफ 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।<br>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 पत्तियों से सजाएं।
</td></tr>
<tr><td>IC19</td><td>Gatte Ki Sabzi</td><td>0.3 ~ 0.5 kg</td><td>Microwave safe (MWS) bowl</td><td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.3 kg</td><td>0.4 kg</td><td>0.5 kg</td></tr>
<tr><td>For making gattas</td><td colspan="3"></td></tr>
<tr><td>Besan</td><td>100 g</td><td>125 g</td><td>150 g</td></tr>
<tr><td>Red chilli powder, Haldi, Dhania powder, Salt</td><td colspan="3">As per taste</td></tr>
<tr><td>Water</td><td colspan="3">As required</td></tr>
<tr><td>For Sabzi</td><td colspan="3"></td></tr>
<tr><td>Oil</td><td>1 tbsp</td><td>1½ tbsp</td><td>2 tbsp</td></tr>
<tr><td>Rai, Jeera</td><td>2 tsp</td><td>2 tsp</td><td>3 tsp</td></tr>
<tr><td>Curry leaves</td><td colspan="3">A few</td></tr>
<tr><td>Sour curd</td><td>1 cup</td><td>1 cup</td><td>1½ cups</td></tr>
<tr><td>Red chilli powder, Haldi, Dhania powder, Salt</td><td colspan="3">As per taste</td></tr>
<tr><td>Tomato puree</td><td>¼ cup</td><td>½ cup</td><td>1 cup</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. In a bowl mix besan, red chilli powder, haldi, dhania powder, salt. Add water, little oil and make it like a chapati dough.<br>2. After making the dough break the dough into different pieces and make the rolls out of those pieces.<br>3. In a MWS bowl add the rolls & water (to cover the rolls completely). Cover.<br>4. Select menu and weight and press start.<br>5. When beeps, remove. Take out the gattas, allow to cool. Cut them into slices.<br>6. In a MWS bowl add oil, rai, jeera, curry leaves, tomato puree, red chilli powder, dhania powder, haldi, salt. Cover & press start.<br>7. When beeps, add beaten curd, gattas & haldi. Mix well & press start.<br><br><u>विधि :</u><br>1. एक बाउल में बेसन, लाल मिर्च पाउडर, हल्दी, धनिया पाउडर, नमक लेकर मिला लें। पानी और थोड़ा तेल डालकर चपाती के आटा गूंथ ले के समान बना लें।<br>2. आटा बनाने के बाद आटे को विभिन्न टुकड़ों में तोड़ लें और उन टुकड़ों के रोल्स बना लें।<br>3. माइक्रोवेव सेफ बाउल में रोल्स और पानी डालकर (रोल्स पानी में पूरी तरह डूब जाएं)। ढक दें।<br>4. मेन्यू और वजन चुनकर स्टार्ट दबाऐं।<br>5. बीप सुनाई देने पर, बाउल को बाहर निकालें। गट्टों को निकालकर ठंडा होने दें। फिर उनको स्लाइसिज में काट लें।<br>6. माइक्रोवेव सेफ बाउल में तेल, जीरा, करी पत्ता, टोमेटो प्यूरी, लाल मिर्च पाउडर, धनिया पाउडर, हल्दी, नमक डालें। ढककर स्टार्ट दबाएं।<br>7. बीप सुनाई देने पर, फैंटी हुई दही, गट्टे और हल्दी डालकर अच्छी तरह मिलाएं स्टार्ट दबाएं।
</td></tr>
</table>

<table>
<tr><th colspan="2">Menu</th><th>Weight Limit</th><th>Utensil</th><th>Instructions</th></tr>
<tr><td>SC1</td><td>Suji Halwa</td><td>0.1 ~ 0.3 kg</td><td>Microwave safe (MWS) glass bowl</td><td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.1 kg</td><td>0.2 kg</td><td>0.3 kg</td></tr>
<tr><td>Suji</td><td>100 g</td><td>200 g</td><td>300 g</td></tr>
<tr><td>Ghee (melted)</td><td>2 tbsp</td><td>3 tbsp</td><td>4 tbsp</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 taste</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. In MWS glass bowl take suji, add ghee, mix it together. Select menu & weight press start.<br>2 When beeps, stir it. Allow to cool. Add sugar & ½ qty. of water (For 0.1kg add 150 mL). Mix well & press start.<br>3. When beeps, add remaining ½ water, sugar, cashewnuts, kishmish, kesar, elaichi powder, mix it well and press start. Serve hot.<br><br><u>विधि :</u><br>1. माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में सूजी लें, घी डालकर एक साथ मिलाएं। मेन्यू एवं वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं।<br>2. बीप सुनाई देने पर इसको हिलाएं। ठंडा होने दें। शकर और आधा पानी (0.1 किलो ग्राम के लिए 150 मिलीलीटर) डालें। अच्छी प्रकार हिलाएं और स्टार्ट दबाएं।<br>3. बीप सुनाई देने पर बचा हुआ आधा पानी, चीनी, काजू, किशमिश, केसर इलायची पाउडर डालकर अच्छी तरह मिलाएं और स्टार्ट दबाएं। गर्म–गर्म परोसें।
</td></tr>
<tr><td>SC2</td><td>Besan Ladoo</td><td>0.1 ~ 0.3 kg</td><td>Microwave safe (MWS) flat glass dish</td><td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.1 kg</td><td>0.2 kg</td><td>0.3 kg</td></tr>
<tr><td>Besan</td><td>100 g</td><td>200 g</td><td>300 g</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>
<u>Method :</u><br>1. In MWS flat glass dish take besan and ghee. Select menu and weight and press start.<br>2. When beeps, stir it & press start.<br>3. When beeps, stir it & press start.<br>4. Allow to cool. Sieve the mixture. Add powdered sugar and elaichi powder. Mix it well and make a ladoo of same size.<br>Note : For binding the ladoo use ghee.<br><br><u>विधि :</u><br>1. माइक्रोवेव सेफ फ्लैट ग्लास डिश में बेसन और घी लें। मेन्यू और वजन चुनें और स्टार्ट दबाएं।<br>2. बीप सुनाई देने पर इसे हिलाएं और स्टार्ट दबाएं।<br>3. बीप सुनाई देने पर इसे हिलाएं और स्टार्ट दबाएं।<br>4. ठंडा होने दें। मिश्रण को छानकर बूरा और इलायची पाउडर डालें। अच्छी तरह मिलाएं और समान आकार के लड्डू बनाएं।<br>नोट : लड्डू बांधने के लिए घी का इस्तेमाल करें।
</td></tr>
<tr><td>SC3</td><td>Shahi Tukda</td><td>0.1 ~ 0.4 kg</td><td>Microwave safe (MWS) flat glass dish<br>&<br>Low Rack</td><td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.1 kg</td><td>0.2 kg</td><td>0.3 kg</td><td>0.4 kg</td></tr>
<tr><td>Bread Slices</td><td>1 slice</td><td>2 slices</td><td>3 slices</td><td>4 slices</td></tr>
<tr><td>Milkmaid</td><td>50 mL</td><td>100 mL</td><td>150 mL</td><td>200 mL</td></tr>
<tr><td>Milk</td><td>50 mL</td><td>100 mL</td><td>125 mL</td><td>150 mL</td></tr>
<tr><td>Sugar</td><td>1 tbsp</td><td>2 tbsp</td><td>3 tbsp</td><td>4 tbsp</td></tr>
<tr><td>Badam, Pista Pieces</td><td>2 tbsp</td><td>3 tbsp</td><td>4 tbsp</td><td>5 tbsp</td></tr>
<tr><td>Kesar-Elaichi Powder</td><td colspan="4">As per taste</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. Arrange bread slices on low rack. Select menu & weight & press start.<br>2 When beeps, turn slices press start.<br>3. When beeps, mix milkmaid, milk, sugar, dry fruits and kesar elaichi powder in MWS Flat Glass Dish. Pour the mixture on slices and press start. Serve hot.<br><br><u>विधि :</u><br>1. लो रैक पर ब्रैड स्लाइसिज को व्यवस्थित करें। मेन्यू एवं वजन चुनें और स्टार्ट दबाएं।<br>2. बीप सुनाई देने पर स्लाइसिज को पलट दें और स्टार्ट दबाएं।<br>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।
</td></tr>
</table>

# Sweet Corner
# स्वीट कॉर्नर

<table>
<tr><th colspan="2">Menu</th><th>Weight Limit</th><th>Utensil</th><th>Instructions</th></tr>
<tr><td>SC4</td><td>Kheer</td><td>0.5 kg</td><td>Microwave safe (MWS) glass bowl</td><td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.5 kg</td></tr>
<tr><td>Milk</td><td>500 mL</td></tr>
<tr><td>Milkmaid</td><td>400 mL</td></tr>
<tr><td>Seviyan (roasted)</td><td>80 g</td></tr>
<tr><td>Badam, Pista Pieces</td><td>5 tbsp</td></tr>
<tr><td>Kesar & Elaichi Powder</td><td>As required</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. In MWS Glass Bowl add milk, milkmaid & mix well. Select menu and press start.<br>2. When beeps, add badam, pista pieces, kesar elaichi powder & seviyan. Mix well and press start.<br>3. When beeps, mix it well. Add more milk (if required) & press start. Stand for 5 minutes. Serve hot or chilled.<br>Note : The bowl should be filled at 1/4 level of the total volume.<br><br><u>विधि :</u><br>1. माइक्रावेव सेफ ग्लास बाउल में दूध और मिल्कमेड डालकर अच्छी तरह मिलाएं। मेन्यू चुनकर स्टार्ट दबाएं।<br>2. बीप सुनाई देने पर बादाम पिस्ता के टुकड़े, केसर इलायची पाउडर और सेवियां डालें, अच्छी तरह मिलाकर स्टार्ट दबाएं।<br>3. बीप सुनाई देने पर इसे अच्छी तरह मिलाएं। यदि आवश्यकता हो तो और दूध डाल लें तथा स्टार्ट दबाएं। 5 मिनट तक रुके रहें। गर्म या ठंडा परोसें।<br>नोट : बाउल कुल आयतन के 1/4 स्तर तक ही भरा जाना चाहिए।</td></tr>
<tr><td>SC5</td><td>Payasam</td><td>0.1 ~ 0.3 kg</td><td>Microwave safe (MWS) bowl</td><td>
<table>
<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 tbsp</td><td>1½ tbsp</td><td>2 tbsp</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. In a MWS bowl take ghee, soaked rice, milk & water & cover it.<br>2. Select menu & weight & press start.<br>3. 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.<br><br><u>विधि :</u><br>1. माइक्रावेव सेफ बाउल में घी, भीगे हुए चावल, दूध और पानी डालकर ढक दें।<br>2. मेन्यू एवं वज़न चुनकर स्टार्ट दबाएं।<br>3. बीप सुनाई देने पर कुछ और दूध, सूखे मेवे, केसर, इलायची पाउडर डालें। अच्छी तरह मिलाकर स्टार्ट दबाएं। 5 मिनट तक रखा रहने दें। उसके ऊपर केवड़ा जल छिड़कें। गरम या ठंडा करके परोसें।</td></tr>
<tr><td>SC6</td><td>Mysore Pak</td><td>0.1 ~ 0.3 kg</td><td>Microwave safe (MWS) flat glass dish<br>&<br>Microwave safe (MWS) glass bowl</td><td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.1 kg</td><td>0.2 kg</td><td>0.3 kg</td></tr>
<tr><td>Besan</td><td>100 g</td><td>200 g</td><td>300 g</td></tr>
<tr><td>Sugar</td><td>100 g</td><td>200 g</td><td>300 g</td></tr>
<tr><td>Ghee</td><td>1/2 cup</td><td>1 cup</td><td>1 cup</td></tr>
<tr><td>Water</td><td>100 mL</td><td>200 mL</td><td>250 mL</td></tr>
<tr><td>Cardamom powder</td><td>1 tsp</td><td>1 tsp</td><td>1½ tsp</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. In a MWS flat glass dish add besan. Select menu and weight and press start.<br>2. When beeps, remove & in another MWS glass bowl add water & sugar. Press start.<br>3. When beeps, add sugar to the besan stirring continuously. After this add melted ghee, stirring continuously. Pour the mixture in a MWS flat glass dish. Press start.<br>4. Allow to cool. Cut it into square shape pieces & serve.<br>Note: For stirring take the help of one more person.<br><br><u>विधि :</u><br>1. माइक्रावेव सेफ फ्लैट ग्लास डिश में बेसन डालें। मेन्यू और वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं।<br>2. बीप सुनाई देने पर, बाहर निकाल लें और एक अन्य माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में पानी और चीनी डालकर स्टार्ट दबाएं।<br>3. बीप सुनाई देने पर, लगातार चलाते हुए बेसन में चीनी डालें। इसके बाद पिघला हुआ घी लगातार चलाते हुए डालें। मिश्रण को माइक्रोवेव सेफ फ्लैट ग्लास डिश में डालकर स्टार्ट दबाएं।<br>4. ठंडा होने के बाद चौकोर टुकड़ों में काटकर परोसें।<br>नोट : चलाने के लिए किसी अन्य व्यक्ति की मदद ले सकते हो।</td></tr>
</table>

<table>
<tr><th colspan="2">Menu</th><th>Weight Limit</th><th>Utensil</th><th>Instructions</th></tr>
<tr><td>SC7</td><td>Nariyal Burfi</td><td>0.1 ~ 0.3 kg</td><td>Microwave safe (MWS) bowl</td><td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.1 kg</td><td>0.2 kg</td><td>0.3 kg</td></tr>
<tr><td>Grated coconut</td><td>100 g</td><td>200 g</td><td>300 g</td></tr>
<tr><td>Milkmaid</td><td>½ cup</td><td>1 cup</td><td>1½ cup</td></tr>
<tr><td>Milk powder</td><td>3 tbsp</td><td>4 tbsp</td><td>5 tbsp</td></tr>
<tr><td>Ghee</td><td>1 tsp</td><td>2 tsp</td><td>3 tsp</td></tr>
<tr><td>Elaichi powder</td><td>1 tsp</td><td>2 tsp</td><td>3 tsp</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. In a MWS bowl add ghee & fresh grated coconut. Mix well.<br>2. Select menu & weight & press start.<br>3. When beeps, add milkmaid, milk powder, elaichi powder & press start.<br>4. When beeps, remove & spread the mixture onto a greased thali & allow to set for 1 hour. Cut into rectangles & store in a air tight container<br><br><u>विधि :</u><br>1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में घी और ताजा कसा हुआ नारियल लेकर अच्छी तरह मिला लें।<br>2. मेन्यू एवं वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं।<br>3. बीप सुनाई देने पर मिल्कमेड, मिल्क पाउडर, इलायची पाउडर डालकर स्टार्ट दबाएं।<br>4. बीप सुनाई देने पर बाहर निकालें और चिकनी थाली में इस मिश्रण को फैला दें और जमने के लिए 1 घण्टे तक रखा रहने दें। चौकोर टुकड़ों में काटें और वायु अवरुद्ध डिब्बे में रख दें।
</td></tr>
<tr><td>SC8</td><td>Sandesh</td><td>0.2 ~ 0.4 kg</td><td>Microwave safe (MWS) bowl</td><td>
<table>
<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 colspan="3">A few</td></tr>
<tr><td>Khoa (mashed)</td><td>100 g</td><td>150 g</td><td>200 g</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. In a MWS bowl add grated paneer, khoa & milkmaid. Mix well.<br>2. Select menu & weight & press start.<br>3. When beeps, stir well & press start.<br>4. 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.<br><br><u>विधि :</u><br>1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में कसा हुआ पनीर, खोवा और मिल्कमेड डालकर अच्छी तरह मिला लें।<br>2. मेन्यू और वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं।<br>3. बीप सुनाई देने पर अच्छी तरह चलाएं और स्टार्ट दबाएं।<br>4. ठंडा होने दें। यदि अधिक गीला है तो इसे मस्लिन कपड़े में रखकर 20 मिनट तक लटका रहने दें। मिश्रण के गोले बना लें और उन्हें इलायची पाउडर और कटे हुए पिस्ते में लपेट लें। जमने तक रेफ्रीजरेटर में रखें।
</td></tr>
<tr><td>SC9</td><td>Seviyan Zarda</td><td>0.2 kg</td><td>Microwave safe (MWS) glass bowl</td><td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.2 kg</td></tr>
<tr><td>Roasted Seviyan</td><td>200 g</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>
<u>Method :</u><br>1. In a MWS glass bowl add sugar & water. Select menu & press start.<br>2. When beeps, add rose essence, cardamom powder, seviyan to the bowl. Press start. Give standing time of 3 mins. Garnish with almonds & pista & serve.<br><br><u>विधि :</u><br>1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में चीनी और पानी लें। मेन्यू चुनकर स्टार्ट दबाएं।<br>2. बीप सुनाई देने पर गुलाब का एसेन्स, इलायची पाउडर और सेवियां बाउल में डालें और स्टार्ट दबाएं। 3 मिनट तक रखा रहने दें। बादाम और पिस्ता से सजाएँ और परोसें।
</td></tr>
</table>

# Sweet Corner
# स्वीट कॉर्नर

<table>
<tr><th colspan="2">Menu</th><th>Weight Limit</th><th>Utensil</th><th>Instructions</th></tr>
<tr><td>SC10</td><td>Phirni</td><td>0.3 ~ 0.5 kg</td><td>Microwave safe (MWS) glass bowl</td><td>
<table>
<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 colspan="3">As required</td></tr>
<tr><td>Kesar</td><td colspan="3">A few</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. Grind the soaked rice to a paste with little water.<br>2. In a MWS glass bowl add milk. Select menu and weight and press start.<br>3. When beeps, add rice paste & sugar to it. Press start.<br>4. When beeps, add cream & press start.<br>5. Mix well, add cardamom powder & dry fruits & keep in the refrigerator to chill. Garnish with kesar & serve.<br><br><u>विधि :</u><br>1. थोड़े से पानी के साथ भीगे हुए चावलों को पीसकर पेस्ट बना लें।<br>2. माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में दूध लें। मेन्यू और वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं।<br>3. बीप सुनाई देने पर चावल की पेस्ट और चीनी इसमें डालकर स्टार्ट दबाएं।<br>4. बीप सुनाई देने पर उसमें क्रीम डालें और स्टार्ट दबाएं।<br>5. अच्छी तरह मिलाएं, इलायची पाउडर और सूखे मेवे डालकर ठंडा होने के लिए रेफ्रिजरेटर में रख दें। केसर से सजाएं और परोसें।
</td></tr>
<tr><td>SC11</td><td>Kalakand</td><td>0.1 ~ 0.3 kg</td><td>Microwave safe (MWS) bowl</td><td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.1 kg</td><td>0.2 kg</td><td>0.3 kg</td></tr>
<tr><td>Grated Paneer</td><td>100 g</td><td>200 g</td><td>300 g</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>
<u>Method :</u><br>1. In MWS Bowl take grated paneer, milkmaid, milk powder, cornflour, elaichi powder. Mix well, select menu and weight and press start.<br>2. When beeps, mix it again and press start.<br>3. When set cut into pieces. Garnish with dry fruits.<br><br><u>विधि :</u><br>1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में कसा हुआ पनीर, मिल्कमेड, मिल्क पाउडर, कॉर्नफ्लोर और इलायची पाउडर और केसर लें। अच्छी तरह मिलाएं, मेन्यू और वजन चुनें और स्टार्ट दबाएं।<br>2. बीप सुनाई देने पर इसे दुबारा मिलाएं और स्टार्ट दबाएं।<br>3. जम जाने के बाद इसे टुकड़ों में काटें। सूखे मेवों के साथ सजाएं
</td></tr>
<tr><td>SC12</td><td>Shahi Rabdi</td><td>0.3 kg</td><td>Microwave safe (MWS) glass bowl</td><td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.3 kg</td></tr>
<tr><td>Milk</td><td>1 cup</td></tr>
<tr><td>Grated paneer</td><td>1 cup</td></tr>
<tr><td>Condensed milk</td><td>½ cup</td></tr>
<tr><td>Desi ghee</td><td>1 tbsp</td></tr>
<tr><td>Elaichi powder</td><td>¼ tsp</td></tr>
<tr><td>Saffron</td><td>A few strands</td></tr>
<tr><td>Rose essence</td><td>A few drops</td></tr>
<tr><td>Chopped pistachios</td><td>1 tbsp</td></tr>
<tr><td>Chopped almonds (skin removed)</td><td>2 tbsp</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. Dissolve strands of saffron in 2 tbsp lukewarm milk.<br>2. In a MWS bowl, put all the ingredients of rabdi except chopped pistachios. Mix well.<br>3. Keep the bowl in Microwave. Select menu & press start.<br>4. Serve chilled garnished with chopped pistachios.<br><br><u>विधि :</u><br>1. केसर की पत्तियों को 2 टेबल चम्मच हल्के गर्म दूध में घोलें।<br>2. माइक्रोवेव सेफ बाउल में, बारीक पीसे हुए पिस्ते के अलावा रबड़ी की सभी सामग्रियां डाल दें। अच्छी तरह मिक्स करें।<br>3. बाउल को माइक्रोवेव में रखें। मेन्यू को चुनें तथा स्टार्ट बटन दबाएं।<br>4. बारीक पीसे हुए पिस्ते के साथ सजाते हुए ठंडी रबड़ी परोसें।
</td></tr>
</table>

<table>
<tr><th colspan="2">Menu</th><th>Weight Limit</th><th>Utensil</th><th>Instructions</th></tr>
<tr>
<td>tS1</td>
<td>Paneer Tikka</td>
<td>0.1 ~ 0.3 kg</td>
<td>Multicook tawa<br>&<br>High rack*</td>
<td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.1 kg</td><td>0.2 kg</td><td>0.3 kg</td></tr>
<tr><td>Paneer cubes (cut into 1½" cubes)</td><td rowspan="4">100 g</td><td rowspan="4">200 g</td><td rowspan="4">300 g</td></tr>
<tr><td>Capsicum (cut into cubes)</td></tr>
<tr><td>Onions (cut into cubes)</td></tr>
<tr><td>Tomato (cut into cubes, pulp removed)</td></tr>
<tr><td>For marinade</td><td colspan="3"></td></tr>
<tr><td>Hung curd</td><td>1 tbsp</td><td>2 tbsp</td><td>3 tbsp</td></tr>
<tr><td>Ginger garlic paste</td><td>½ tbsp</td><td>1 tbsp</td><td>1 tbsp</td></tr>
<tr><td>Salt, Garam masala, Red chilli powder</td><td colspan="3">As per taste</td></tr>
<tr><td>Tandoori masala</td><td>½ tsp</td><td>1 tsp</td><td>1 tsp</td></tr>
<tr><td>Tandoori colour</td><td colspan="3">A pinch</td></tr>
<tr><td>Oil (optional)</td><td colspan="3">For basting</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. Mix all the ingredients of marinade in a bowl.<br>2. Now add the paneer pieces, capsicum, onion, tomato and mix well with marinade. Keep in refrigerator for 1 hour.<br>3. Arrange the marinated paneer pieces, capsicum, tomato & onion on the tawa. Keep on high rack. Select menu & weight and press start.<br>4. When beeps, turn over the paneer & vegetable pieces. Drizzle some oil (optional) & press start.<br><br><u>विधि :</u><br>1. मैरीनेड की सभी सामग्रियों को एक बाउल में मिला लें।<br>2. अब पनीर के टुकड़े, शिमला मिर्च, प्याज और टमाटर के टुकड़ों को मैरीनेड में अच्छी तरह मिला लें। एक घंटे के लिए रेफ्रिजरेटर में रख दें।<br>3. मसाला लगे हुए पनीर के टुकड़ों, शिमला मिर्च, टमाटर और प्याज के टुकड़ों को तवे पर व्यवस्थित करके तवे को हाई रैक के ऊपर रख दें। मेन्यू एवं वजन चुनकर स्टार्ट दबाऐं।<br>4. बीप सुनाई देने पर पनीर और सब्जियों के टुकड़ों को पलट दें। उन पर कुछ तेल (एच्छिक) छिड़ककर स्टार्ट दबाऐं।
</td>
</tr>
<tr>
<td>tS2</td>
<td>Tandoori Sabzi</td>
<td>0.2 kg</td>
<td>Microwave safe (MWS) glass bowl<br>&<br>High rack<br>&<br>Multicook tawa*</td>
<td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.2 kg</td></tr>
<tr><td>Mix veg - Bhindi, Cauliflower, Brinjals, Mushrooms, Potato, Paneer cubes</td><td>200 g</td></tr>
<tr><td>Onion paste</td><td>2 tbsp</td></tr>
<tr><td>Ginger garlic paste</td><td>1 tsp</td></tr>
<tr><td>Tomato puree</td><td>¼ cup</td></tr>
<tr><td>Salt, Red chilli powder, Garam masala, Chaat masala, Haldi</td><td>As per taste</td></tr>
<tr><td>Oil</td><td>2 tbsp</td></tr>
<tr><td>Hara dhania</td><td>For garnishing</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. In a MWS glass bowl take oil, onion paste, ginger garlic paste.<br>2. Select menu & press start.<br>3. When beeps, add vegetables, red chilli powder, haldi, garam masala, chat masala, salt, tomato puree & mix well. Press start.<br>4. When beeps, transfer this mixture to greased tawa, spread evenly. Keep tawa on high rack & press start. Serve with tandoori nan.<br><br><u>विधि :</u><br>1. माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में तेल, प्याज और अदरक–लहसुन की पेस्ट लें।<br>2. मेन्यू चुनकर स्टार्ट दबाऐं।<br>3. बीप सुनाई देने पर सब्जियां, लाल मिर्च पाउडर, हल्दी, गर्म मसाला, चाट मसाला, नमक और टोमेटो प्यूरी डालें, अच्छी तरह मिलाएं और स्टार्ट दबाऐं।<br>4. बीप सुनाई देने पर इस मिश्रण को चिकने तवे पर स्थानान्तरित कर दें, तवे पर समान रूप से फैला दें। तवे को हाई रैक पर रखें और स्टार्ट दबाऐं। तन्दूरी नान के साथ गर्म–गर्म परोसें।
</td>
</tr>
</table>

*Refer Pg. 89 Fig.2

# Tandoor Se...
# तन्दूर से

<table>
<tr><th colspan="2">Menu</th><th>Weight Limit</th><th>Utensil</th><th>Instructions</th></tr>
<tr><td>tS3</td><td>Hara Bhara Kababs</td><td>0.3 kg</td><td>Multicook tawa<br>&<br>High rack*</td><td>
<table>
<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>
<u>Method :</u><br>1. Mix all the ingredients together & make a mixture. Make flat kababs out of it.<br>2. Grease the multicook tawa & place on high rack. Now arrange the kababs on the greased multicook tawa. Select menu & press start.<br>3. When beeps, turn over the kababs & again press start. Serve with coriander chutney or tomato sauce.<br><br><u>विधि :</u><br>1. सभी सामग्रियों को एक साथ मिलाकर मिश्रण बना लें। फिर इसके चपटे कबाब बना लें।<br>2. मल्टी कुक तवे को चिकना करके हाई रैक पर रख दें। अब कबाबों को चिकनी की गई तवे के ऊपर व्यवस्थित करके मेन्यू चुनें और स्टार्ट दबाएं।<br>3. बीप सुनाई देने पर कबाबों को पलटें और दुबारा से स्टार्ट दबाएं। धनिया की चटनी या टोमेटो सॉस के साथ परोसें।
</td></tr>
<tr><td>tS4</td><td>Shaami Kababs</td><td>0.3 kg</td><td>Microwave safe (MWS) glass bowl<br>&<br>High rack<br>&<br>Multicook tawa*</td><td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.3 kg</td></tr>
<tr><td>Minced mutton</td><td>300 g</td></tr>
<tr><td>Soaked bengal gram</td><td>50 g</td></tr>
<tr><td>Roasted cumin seeds</td><td>As per taste</td></tr>
<tr><td>Salt, Red chilli powder, Chaat masala, Coriander powder</td><td>As per taste</td></tr>
<tr><td>Chopped onion</td><td>2 Nos.</td></tr>
<tr><td>Chopped coriander leaves</td><td>A few springs</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. In a MWS glass bowl add minced mutton. Select menu and press start.<br>2. Grind the cooked mutton, bengal gram, cumin seeds, coriander powder, salt and chilli powder, chaat masala, chopped coriander and onion. Make long flat kababs of the paste.<br>3. Place the kababs on greased multicook tawa and high rack. Press start.<br>4. Turn over the kababs and again press start.<br>Note: For binding roll the kababs in maida.<br><br><u>विधि :</u><br>1. माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में पिसा हुआ मटन डालें। मेन्यू चुनकर स्टार्ट दबाएं।<br>2. पके हुआ मटन, चना दाल, जीरा, धनिया पाउडर, नमक, मिर्च पाउडर, चाट मसाला, कटा हुआ हरा धनिया और प्याज एक साथ पीस लें। इस पेस्ट से लम्बे और चपटे कबाब बनायें।<br>3. फिर इन कबाबों को चिकने मल्टीकुक तवे पर व्यवस्थित करके हाई रैक के ऊपर रखें और स्टार्ट दबाएं।<br>4. कबाबों को पलटकर दुबारा स्टार्ट दबाएं।<br>नोट : बाँधने के लिए कबाबों को मैदा में लपेट लें।
</td></tr>
</table>

*Refer Pg. 89 Fig.2

<table>
<tr><th colspan="2">Menu</th><th>Weight Limit</th><th>Utensil</th><th>Instructions</th></tr>
<tr>
<td>tS5</td>
<td>Mutton Tikka</td>
<td>0.1 ~ 0.3 kg</td>
<td>Microwave safe (MWS) glass bowl<br>&<br>High rack<br>&<br>Multicook tawa*</td>
<td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.1 kg</td><td>0.2 kg</td><td>0.3 kg</td></tr>
<tr><td>Mutton boneless pieces</td><td>100 g</td><td>200 g</td><td>300 g</td></tr>
<tr><td>For marinade</td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>Hung curd</td><td>1 tbsp</td><td>2 tbsp</td><td>3 tbsp</td></tr>
<tr><td>Ginger garlic paste</td><td>¼ tsp</td><td>½ tsp</td><td>1 tsp</td></tr>
<tr><td>Salt, Red chilli powder, Haldi, Garam masala & Chaat masala</td><td colspan="3">As per taste</td></tr>
<tr><td>Oil</td><td>½ tbsp</td><td>1 tbsp</td><td>1 ½ tbsp</td></tr>
<tr><td>Lemon juice</td><td colspan="3">As per taste</td></tr>
<tr><td>Eatable red colour</td><td colspan="3">A pinch</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. Wash the mutton pieces & mix with ginger garlic paste, curd, salt, lemon juice, garam masala, chaat masala, red chilli powder. Refrigerate for 1 hour.<br>2. In a MWS glass bowl take this mixture, Select menu & weight. Press start.<br>3. When beeps, arrange the cooked mutton pieces on tawa and keep the tawa on high rack. Press start.<br>4. When beeps, turn over the mutton pieces and press start again. Serve with naan or roti.<br><br><u>विधि :</u><br>1. मटन के टुकड़ों को धोएं और अरदक–लहसुन पेस्ट, दही, नमक, नींबू रस, गरम मसाला, चाट मसाला, लाल मिर्च पाउडर में मिला लें। 1 घण्टे के लिए रेफ्रिजरेटर में रख दें।<br>2. इस मिश्रण को माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में लेकर मेन्यू चुनें और वजन करें। स्टार्ट दबाएं।<br>3. बीप सुनाई देने पर पके हुए मटन के टुकड़ों को तवे पर रख कर हाई रैक क ऊपर रखें। स्टार्ट दबाएं।<br>4. बीप सुनाई देने पर मटन के टुकड़ों को पलट कर दुबारा स्टार्ट दबाएं। गरम गरम नान या रोटी के साथ परोसें।
</td>
</tr>
<tr>
<td>tS6</td>
<td>Chicken Lollipops</td>
<td>0.1 ~ 0.3 kg</td>
<td>High rack<br>&<br>Multicook tawa*</td>
<td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.1 kg</td><td>0.2 kg</td><td>0.3 kg</td></tr>
<tr><td>Chicken keema</td><td>100 g</td><td>200 g</td><td>300 g</td></tr>
<tr><td>Boiled potato</td><td>1 no.</td><td>2 nos.</td><td>3 nos.</td></tr>
<tr><td>Ginger garlic paste</td><td>1 tbsp</td><td>1½ tbsp</td><td>2 tbsp</td></tr>
<tr><td>Red chilli powder, Garam masala, Amchur powder, Salt</td><td colspan="3">As per taste</td></tr>
<tr><td>Bread crumbs</td><td colspan="3">For coating the lollipops</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. Mix the chicken keema with boiled potatoes, ginger garlic paste, red chilli powder, garam masala, amchur powder, salt.<br>2. Coat the lollipops with breadcrumbs.<br>3. Arrange the lollipops on greased tawa. Place the tawa on high rack. Select menu and weight and press start.<br>4. When beeps, turn the lollipops & press start.<br>5. When beeps, turn over again & press start. Serve with chutney or sauce.<br><br><u>विधि :</u><br>1. चिकन कीमा को उबले हुए आलू, अदरक लहसुन पेस्ट, लाल मिर्च पाउडर, गरम मसाला, अमचूर पाउडर और नमक के साथ मिला लें।<br>2. लॉलीपॉप्स पर ब्रैडक्रम्ब्स की पर्त चढ़ा दें।<br>3. लॉलीपॉप्स को चिकने तवे पर व्यवस्थित करें। तवे को हाई रैक के ऊपर रखकर मेन्यू और वजन चुनें और स्टार्ट दबाएं।<br>4. बीप सुनाई देने पर लॉलीपॉप्स को पलटकर स्टार्ट दबाएं।<br>5. बीप सुनाई देने पर फिरसे पलटें और स्टार्ट दबाएं । चटनी या सॉस के साथ परोसें।
</td>
</tr>
</table>

*Refer Pg. 89 Fig.2

# Tandoor Se...
# तन्दूर से

<table>
<tr><th colspan="2">Menu</th><th>Weight Limit</th><th>Utensil</th><th>Instructions</th></tr>
<tr><td>tS7</td><td>Aloo Tikki</td><td>0.3 kg</td><td>High rack<br>&<br>Multicook tawa*</td><td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.3 kg</td></tr>
<tr><td>Boiled Potatoes</td><td>300 g</td></tr>
<tr><td>Boiled peas</td><td>1 cup</td></tr>
<tr><td>Chopped ginger</td><td>3 tsp</td></tr>
<tr><td>Green chillies</td><td>3 nos.</td></tr>
<tr><td>Chopped coriander leaves</td><td>4 tbsp</td></tr>
<tr><td>Salt, Red chilli powder, Garam masala, Chaat masala</td><td>As per taste</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. Mix boiled potatoes, peas, coriander leaves, chopped ginger, green chillies, salt, red chilli powder, garam masala & chaat masala together. Prepare tikkis out of the mixture.<br>2. Arrange the tikkis on multicook tawa. Keep the tawa on high rack. Select menu & press start.<br>3. When beeps, turn over the tikkis. Press start.<br><br><u>विधि :</u><br>1. उबले हुए आलू, मटर, धनिया की पत्तियां, कटी हुई अदरक, हरी मिर्च, नमक, लाल मिर्च पाउडर, गरम मसाला और चाट मसाला एक साथ मिला लें। फिर इस तैयार मिश्रण से टिक्कियां बना लें।<br>2. टिक्कियों को मल्टीकुक तवे पर व्यवस्थित कर लें। तवे को हाई रैक के ऊपर रख दें। मेन्यू चुनकर स्टार्ट दबाएं।<br>3. बीप सुनाई देने पर टिक्कियों को पलटकर स्टार्ट दबाएं।
</td></tr>
<tr><td>tS8</td><td>Veg Kababs</td><td>0.3 kg</td><td>Multicook tawa<br>&<br>High rack*</td><td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.3 kg</td></tr>
<tr><td>Boiled potatoes</td><td>200 g</td></tr>
<tr><td>Grated paneer</td><td>100 g</td></tr>
<tr><td>Cornflour</td><td>1 tbsp</td></tr>
<tr><td>Chopped green chillies</td><td>2 nos.</td></tr>
<tr><td>Chopped coriander</td><td>A few sprigs</td></tr>
<tr><td>Roughly ground anardana seeds</td><td>1 tbsp</td></tr>
<tr><td>Salt, red chilli powder</td><td>As per taste</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. Mix all the ingredients in a bowl. Mix well & shape them into flat kababs.<br>2. Keep the kababs on tawa. Place the tawa on high rack and keep in microwave. Select menu & press start.<br>3. When beeps, turn over the kebabs & press start again.<br><br><u>विधि :</u><br>1. सभी सामग्रियों को एक बाउल में लेकर अच्छी तरह मिलाएं और इस मिश्रण से चपटे कबाबों को आकार दें।<br>2. कबाबों को तवे पर रखें। फिर तवे को हाई रैक के ऊपर रखकर माइक्रोवेव में रख दें। मेन्यू चुनकर स्टार्ट दबाएं।<br>3. बीप सुनाई देने पर कबाबों को पलटकर दुबारा स्टार्ट दबाएं।
</td></tr>
</table>

*Refer Pg. 89 Fig.2

| Menu | | Weight Limit | Utensil | Instructions |
|---|---|---|---|---|
| tS9 | Cheese & Herb Stick | 0.2 kg | High rack & Multicook tawa* | |

| For | 0.2 kg |
|---|---|
| Wheat flour (refined) | 200 g |
| Salt, mustard powder | As per taste |
| Herbs (Oregano) | 25 g |
| Fried onion (chopped) | 1 no. |
| Oil | 1 tbsp |
| Chheddar cheese | 2 tbsp |
| Water | For making the dough |
| Yeast | ½ tsp |

**Method :**

1. Sift the flour, salt and mustard powder into a mixing bowl. Stir in the yeast and herbs, cheese to the flour mixture and make a well in the centre. Add the water with the fried onions and oil; gradually incorporate the flour and mix to a soft dough, adding a little extra water if necessary.
2. Turn the dough onto a floured surface and knead for 5 minutes until smooth and elastic. Divide the mixture in half and roll each piece into a stick 30cm/12in in length.
3. Place each stick on tawa. Keep the tawa on high rack. Select menu & press start.
4. When beeps, turn over the sticks & press start.

**विधि :**

1. आटा, नमक और सरसों पाउडर को मिलाने वाले बाउल में छान लें। ईस्ट और हर्ब्स, चीज़ को आटे में मिलाऐं और बीच में सुराख बना दें। पानी, तली हुई प्याज और तेल डालें, धीरे–धीरे आटे में डालें और मिलाकर मुलायम आटा गूथ लें। यदि आवश्यक हो तो थोड़ा अतिरिक्त पानी डालें।
2. आटा को आटा लगी सतह पर पलटकर 5 मिनट तक गूथें जब तक कि वह चिकना और लचीला न हो जाए। मिश्रण को आधी मात्रा में लेकर 30 सेमी/ 12 इंच की लम्बाई में बेलकर पट्टियां बना लें।
3. प्रत्येक पट्टी को तवे पर रखें। तवे को हाई रैक के ऊपर रखें। मेन्यू चुनकर स्टार्ट दबाऐं।
4. बीप सुनाई देने पर पट्टियों को पलटकर फिर स्टार्ट दबाऐं।

*Refer Pg. 89 Fig.2

<table>
<tr><th colspan="2">Menu</th><th>Weight Limit</th><th>Utensil</th><th>Instructions</th></tr>
<tr><td>SF1</td><td>Roasted Prawns</td><td>0.3 kg</td><td>Microwave safe (MWS) bowl</td><td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.3 kg</td></tr>
<tr><td>Prawns</td><td>300 g</td></tr>
<tr><td>Onions</td><td>2 Nos.</td></tr>
<tr><td>Tomato</td><td>1 No.</td></tr>
<tr><td>Oil</td><td>2 tbsp</td></tr>
<tr><td>Chilli powder, Turmeric, Ginger garlic paste, Salt</td><td>As per taste</td></tr>
<tr><td>Garam masala</td><td>1 tsp</td></tr>
<tr><td>Dhania, Jeera powder</td><td>2 tsp</td></tr>
<tr><td>Coriander leaves</td><td>A few sprigs</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. In MWS bowl take oil and chopped onion. Select menu and press start.<br>2. When beeps, remove and add prawn and tomato. Press start.<br>3. When beeps, add all the other ingredients and mix well. Press start. Remove and garnish with coriander leaves.<br><br><u>विधि :</u><br>1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में तेल और कटी हुई प्याज लें। मेन्यू चुनकर स्टार्ट दबाएं।<br>2. बीप सुनाई देने पर बाहर निकालें और प्रॉन और टमाटर डालें। इसको फिर ओवन में रखकर स्टार्ट दबाएं।<br>3. बीप सुनाई देने पर बाकी सभी सामग्री डाल दें और अच्छी तरह मिलाएं। बाउल को ओवन में रखकर स्टार्ट दबाएं। बाहर निकालें और धनिया के साथ सजाएं।
</td></tr>
<tr><td>SF2</td><td>Fish Cutlet</td><td>0.4 kg</td><td>Microwave safe (MWS) bowl<br>&<br>High rack<br>&<br>Multicook tawa*</td><td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.4 kg</td></tr>
<tr><td>Fish fillet</td><td>400 g</td></tr>
<tr><td>Boiled potato</td><td>2 Nos.</td></tr>
<tr><td>Bread crumbs</td><td>1 cup</td></tr>
<tr><td>Chilli powder, Turmeric, Ginger garlic paste, Salt</td><td>As per taste</td></tr>
<tr><td>Garam masala powder</td><td>1 tsp</td></tr>
<tr><td>Coriander leaves</td><td>A few sprigs</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. In a MWS glass bowl take fish fillet add 1 cup water. Select menu & press start. Mash the fish.<br>2. Add all the other ingredients except oil and mix well with boiled and mashed fish. Make cutlets and roll them in bread crumbs. Put them on multicook tawa. Keep this on high rack and press start.<br>3. When beeps, turn them over. Press start.<br>4. Remove and garnish with coriander leaves.<br><br><u>विधि :</u><br>1. माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में फिश फिलैट लेकर 1 कप पानी डालें। मेन्यू चुनकर स्टार्ट दबाएं। फिर मछली को मसल लें।<br>2. तेल को छोड़कर सभी सामग्री डाल दें और उबले हुए आलू तथा मसली हुई मछली के साथ मिला लें। कटलैट्स बनाकर उन्हें ब्रैड क्रम्ब्स में लपेट दें। उनको मल्टी कुक तवे पर रखें, हाई रैक पर रखकर स्टार्ट दबाएं।<br>3. बीप सुनाई देने पर उनको पलटकर फिर स्टार्ट दबाएं।<br>4. बाहर निकालें और धनिया की पत्तियों से सजाएं।
</td></tr>
</table>

*Refer Pg. 89 Fig.2

<table>
<tr><th colspan="2">Menu</th><th>Weight Limit</th><th>Utensil</th><th>Instructions</th></tr>
<tr><td>SF3</td><td>Crab Curry</td><td>0.3 kg</td><td>Microwave safe (MWS) glass bowl</td><td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.3 kg</td></tr>
<tr><td>Crab pieces</td><td>300 g</td></tr>
<tr><td>Ginger garlic paste</td><td>2 tbsp</td></tr>
<tr><td>Water</td><td>1 cup</td></tr>
<tr><td>Salt, Dhania powder, Jeera powder, Garam masala, Chilli powder, Turmeric</td><td>As per taste</td></tr>
<tr><td>Oil</td><td>2 tbsp</td></tr>
<tr><td>Chopped onion</td><td>½ no.</td></tr>
<tr><td>Coconut milk</td><td>2 tbsp</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. In a MWS glass bowl add oil, onion, ginger garlic paste. Select menu and press start.<br>2. When beeps, remove, mix well add crab and 1 cup water and press start.<br>3. When beeps, add coconut milk, salt, garam masala, dhania powder, jeera powder, chilli powder, turmeric powder and press start. Mix well & serve hot with rice.<br><br><u>विधि :</u><br>1. माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में तेल, प्याज, अदरक लहसुन पेस्ट डालें। मेन्यू चुनकर स्टार्ट दबाएं।<br>2. बीप सुनाई देने पर बाहर निकालकर अच्छी तरह मिलाएं। क्रेब और 1 कप पानी डालकर स्टार्ट दबाएं।<br>3. बीप सुनाई देने पर नारियल दूध, नमक, गरम मसाला, धनिया पाउडर जीरा पाउडर, मिर्च पाउडर, हल्दी पाउडर डालकर स्टार्ट दबाएं। अच्छी तरह मिलाएं और चावल के साथ गरम–गरम परोसें।
</td></tr>
<tr><td>SF4</td><td>Fish Masala</td><td>0.2 kg</td><td>Microwave safe (MWS) bowl</td><td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.2 kg</td></tr>
<tr><td>Pomphret pieces</td><td>200 g</td></tr>
<tr><td>Onions</td><td>2 Nos.</td></tr>
<tr><td>Tomato</td><td>1 No.</td></tr>
<tr><td>Oil</td><td>2 tbsp</td></tr>
<tr><td>Chilli powder, Turmeric, Ginger garlic paste, Salt, Saunf powder</td><td>As per taste</td></tr>
<tr><td>Garam masala powder</td><td>1 tsp</td></tr>
<tr><td>Dhania, Jeera powder</td><td>2 tsp</td></tr>
<tr><td>Coriander leaves</td><td>2 tbsp</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. In MWS bowl take oil and chopped onion. Select menu and press start.<br>2. When beeps, remove and add pomphret pieces and tomato. Press start.<br>3. When beeps, add all the other ingredients and 1 cup water and mix well. Press start. Remove and garnish with coriander leaves.<br><br><u>विधि :</u><br>1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में तेल और कटी हुई प्याज लें। मेन्यू चुनकर स्टार्ट दबाएं।<br>2. बीप सुनाई देने पर बाहर निकालें और पोम्फ्रेट के टुकड़े और टमाटर डालकर स्टार्ट दबाएं।<br>3. बीप सुनाई देने पर बाकी सभी सामग्री और एक कप पानी डाल दें और अच्छी तरह मिलाकर स्टार्ट दबाएं। बाहर निकालकर धनिया के साथ सजाएं।
</td></tr>
</table>

<table>
<tr><th colspan="2">Menu</th><th>Weight Limit</th><th>Utensil</th><th>Instructions</th></tr>
<tr><td>SF5</td><td>Fish Pulusu</td><td>0.3 kg</td><td>Microwave safe (MWS) glass bowl</td><td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.3 kg</td></tr>
<tr><td>Koramatta fish pieces</td><td>300 g</td></tr>
<tr><td>Oil</td><td>1½ tbsp</td></tr>
<tr><td>Ginger garlic paste</td><td>2 tbsp</td></tr>
<tr><td>Methi seeds</td><td>1 tsp</td></tr>
<tr><td>Chopped onion</td><td>1 no.</td></tr>
<tr><td>Fish masala</td><td>1 tbsp</td></tr>
<tr><td>Tamarind pulp</td><td>50 g</td></tr>
<tr><td>Red chilli powder, Dhania powder, Haldi & Salt</td><td>As per taste</td></tr>
<tr><td>Lemon juice</td><td>As per taste</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. In a MWS glass bowl add oil, ginger garlic paste, methi seeds, fish pieces, lemon juice & cover. Select menu & press start.<br>2. When beeps, mix well & add chopped onions & fish masala. Cover & press start.<br>3. When beeps, mix well & add tamarind pulp. Cover and press start. Allow to stand for 3 minutes.<br><br><u>विधि :</u><br>1. माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में तेल, अदरक–लहसुन पेस्ट, मेथी, मछली के टुकड़े, नींबू रस डालकर ढक दें। मेन्यू चुनकर स्टार्ट दबाएं।<br>2. बीप सुनाई देने पर अच्छी तरह मिलाएं और कटी हुई प्याज और फिश मसाला डालें और ढककर स्टार्ट दबाएं।<br>3. बीप सुनाई देने पर अच्छी तरह मिलाएं और इमली का गूदा डालकर स्टार्ट दबाएं। 3 मिनट तक रखा रहने दें।
</td></tr>
<tr><td>SF6</td><td>Coconut Prawns</td><td>0.1 ~ 0.3 kg</td><td>Microwave safe (MWS) glass bowl</td><td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.1 kg</td><td>0.2 kg</td><td>0.3 kg</td></tr>
<tr><td>Prawns</td><td>100 g</td><td>200 g</td><td>300 g</td></tr>
<tr><td>Mustard oil</td><td>½ tbsp</td><td>1 tbsp</td><td>1½ tbsp</td></tr>
<tr><td>Rai paste</td><td>½ tbsp</td><td>1 tbsp</td><td>1½ tbsp</td></tr>
<tr><td>Green chilli paste</td><td>1 tsp</td><td>2 tsp</td><td>3 tsp</td></tr>
<tr><td>Turmeric powder, Sugar & Salt</td><td colspan="3">As per taste</td></tr>
<tr><td>Pulpy green coconut (remove the coconut water)</td><td>1 no.</td><td>1 no.</td><td>1 no.</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. Marinate the prawn with rai paste, mustard oil, turmeric powder, green chilli paste, sugar & salt for 1 hour.<br>2. Take the coconut kernel & scoop out the creamy pulp with a spoon. Divide the coconut lengthwise into 2 halves.<br>3. Put the marinated prawns inside the kernel & cover with the other half kernel. Keep this in a MWS glass bowl. Select menu & weight & press start.<br><br><u>विधि :</u><br>1. राई पेस्ट, सरसों का तेल, हल्दी पाउडर, हरी मिर्च की पेस्ट, चीनी और नमक के साथ प्रॉन को 1 घंटे तक मैरीनेट करें।<br>2. नारियल की गिरी को लेकर चम्मच की सहायता से उसके क्रीमी गूदे को बाहर निकाल लें। फिर नारियल को लम्बाई में 2 अर्द्धभागों में बांट लें।<br>3. मैरीनेट की गई प्रॉन्स को नारियल के मध्यभाग में रखकर नारियल के दूसरे अर्द्धभाग से ढक दें। इसे माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में रखें। मेन्यू एवं वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं।
</td></tr>
</table>

<table>
<tr><th colspan="2">Menu</th><th>Weight Limit</th><th>Utensil</th><th>Instructions</th></tr>
<tr><td>SF7</td><td>Kappa<br>Ayala</td><td>0.3 kg</td><td>Microwave safe<br>(MWS) glass bowl</td><td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.3 kg</td></tr>
<tr><td>Surmany fish</td><td>300 g</td></tr>
<tr><td>Kappa pieces</td><td>1 no.</td></tr>
<tr><td>Coconut milk</td><td>1 cup</td></tr>
<tr><td>Coconut oil</td><td>2 tbsp</td></tr>
<tr><td>Chilli powder, Turmeric, Ginger garlic paste, Salt, Pepper powder</td><td>As per taste</td></tr>
<tr><td>Onion</td><td>1 no.</td></tr>
<tr><td>Dhaniya & Jeera powder</td><td>As per taste</td></tr>
<tr><td>Coriander leaves</td><td>A few</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. In a MWS glass bowl add oil & chopped onion. Select menu & press start.<br>2. When beeps, remove & add chopped kappa & fish pieces. Press start.<br>3. When beeps, add all the other ingredients & press start. Garnish with coriander leaves & serve.<br><br><u>विधि :</u><br>1. माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में तेल और कटी हुई प्याज लें। मेन्यू चुनकर स्टार्ट दबाएं।<br>2. बीप सुनाई देने पर बाहर निकालें और कटा हुआ कप्पा और मछली के टुकड़े डालकर स्टार्ट दबाएं।<br>3. बीप सुनाई देने पर बाकी सभी सामग्री डालकर स्टार्ट दबाएं। धनिया से सजाकर परोसें।
</td></tr>
<tr><td>SF8</td><td>Shrimps<br>in<br>Garlic Butter</td><td>0.4 kg</td><td>Microwave safe<br>(MWS) bowl</td><td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.4 kg</td></tr>
<tr><td>Shrimps (small)</td><td>400 g</td></tr>
<tr><td>Butter</td><td>4 tbsp</td></tr>
<tr><td>Parsley (chopped)</td><td>A few sprigs</td></tr>
<tr><td>Garlic paste</td><td>3 tbsp</td></tr>
<tr><td>Mustard paste</td><td>1 tbsp</td></tr>
<tr><td>Lemon juice</td><td>1 tbsp</td></tr>
<tr><td>Pepper corns (roughly crushed)</td><td>8-10 nos.</td></tr>
<tr><td>Salt</td><td>To taste</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. Remove heads and shells of shrimps & clean and drain thoroughly.<br>2. In a MWS bowl place shrimps, garlic paste, mustard paste, butter, parsley, lemon juice, pepper corns (crushed) & salt. Mix well. Select menu & press start.<br>3. When beeps, remove and serve hot.<br><br><u>विधि :</u><br>1. श्रिम्प के सिर और खोल को अलग करके अच्छी तरह साफ करें और पूरी तरह निचोड़ लें।<br>2. माइक्रोवेव सेफ बाउल में श्रिम्प, लहसुन पेस्ट, सरसों की पेस्ट, मक्खन पार्सले, नींबू रस, पैपर कॉर्न्स (कुचली हुई) और नमक लेकर अच्छी तरह मिला लें। मेन्यू चुनकर स्टार्ट दबाएं।<br>3. बीप सुनाई देने पर, बाहर निकालकर गरम गरम परोसें।
</td></tr>
</table>

<table>
<tr><th colspan="2">Menu</th><th>Weight Limit</th><th>Utensil</th><th>Instructions</th></tr>
<tr><td>bb1</td><td>Apple Custard</td><td>0.2 kg</td><td>Microwave safe (MWS) glass bowl</td><td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.2 kg</td></tr>
<tr><td>Apple</td><td>200 g</td></tr>
<tr><td>Sugar</td><td>2 tbsp</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. Mix all the ingredients in a MWS glass bowl. Select menu & press start.<br>2. When beeps, mix well & press start.<br><br><u>विधि :</u><br>1. माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में सभी सामग्रियों को एक साथ मिला लें। मेन्यू चुनकर स्टार्ट दबाएं।<br>2. बीप सुनाई देने पर अच्छी तरह मिलाकर स्टार्ट दबाएं।
</td></tr>
<tr><td>bb2</td><td>Fruits Dessert</td><td>0.2 kg</td><td>Microwave safe (MWS) glass bowl</td><td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.2 kg</td></tr>
<tr><td>Apple, banana</td><td>200 g</td></tr>
<tr><td>Orange juice</td><td>2 tbsp</td></tr>
<tr><td>Sugar</td><td>2 tbsp</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. Put the peeled apple & banana pieces, orange juice & sugar in a MWS glass bowl. Select menu & press start.<br>2. When beeps, remove & mash well. Cover & press start.<br><br><u>विधि :</u><br>1. छिले हुए सेव के टुकड़े, केले के टुकड़े, सन्तरे का रस और चीनी माइक्रोवेव सेफ बाउल में लेकर ओवन में रख दें। मेन्यू चुनकर स्टार्ट दबाएं।<br>2. बीप सुनाई देने पर बाहर निकालकर कुचलें। ढककर स्टार्ट दबाएं।
</td></tr>
<tr><td>bb3</td><td>Home Made Cereal</td><td>0.1 ~ 0.3 kg</td><td>Microwave safe (MWS) glass bowl</td><td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.1 kg</td><td>0.2 kg</td><td>0.3 kg</td></tr>
<tr><td>Rice</td><td>50 g</td><td>100 g</td><td>150 g</td></tr>
<tr><td>Moong dal</td><td>50 g</td><td>100 g</td><td>150 g</td></tr>
<tr><td>Salt, Jeera powder, Almonds (optional)</td><td colspan="3">As per taste</td></tr>
<tr><td>Ghee</td><td>1 tsp</td><td>2 tsp</td><td>3 tsp</td></tr>
<tr><td>Groundnuts</td><td>1 tbsp</td><td>2 tbsp</td><td>3 tbsp</td></tr>
<tr><td>Poha</td><td>1 tbsp</td><td>2 tbsp</td><td>3 tbsp</td></tr>
<tr><td>Daliya</td><td>1 tbsp</td><td>2 tbsp</td><td>3 tbsp</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. Soak rice for 1 hour. In a MWS glass bowl put all the ingredients except water. Keep it in microwave. Select menu and weight and press start.<br>2. When beeps, remove and grind it in a mixer to a powder. Take 2 tbsp of this powder, add water (if required), salt, jeera powder and mix. Put this in microwave and press start.<br>3. When beeps, remove it.<br>4. You can store this mixture in a fridge.<br><br><u>विधि :</u><br>1. चावलों को एक घण्टे तक भिगोएं। माइक्रोवेव सेफ बाउल में पानी के अतिरिक्त सभी सामग्री लेकर ओवन में रख दें। मेन्यू और वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं।<br>2. बीप सुनाई देने पर बाहर निकालें और मिक्सर में पीसकर पाउडर बना लें। इस मिश्रण में से 2 टेबल चम्मच पाउडर लें, पानी (यदि आवश्यक हो), नमक, जीरा पाउडर डाल कर मिला लें। ओवन में रखकर स्टार्ट दबाएं।<br>3. बीप सुनाई देने पर बाहर निकाल लें।<br>4. इस मिश्रण को आप फ्रिज में भी रख सकते हैं।
</td></tr>
</table>

<table>
<tr><th colspan="2">Menu</th><th>Weight Limit</th><th>Utensil</th><th>Instructions</th></tr>
<tr><td>bb4</td><td>Khichdi</td><td>0.1 ~ 0.3 kg</td><td>Microwave safe (MWS) glass bowl</td><td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.1 kg</td><td>0.2 kg</td><td>0.3 kg</td></tr>
<tr><td>Soaked rice</td><td>50 g</td><td>75 g</td><td>100 g</td></tr>
<tr><td>Moong dal</td><td>25 g</td><td>50 g</td><td>75 g</td></tr>
<tr><td>Salt, Jeera powder (optional)</td><td colspan="3">As per taste</td></tr>
<tr><td>Ghee</td><td>1 tsp</td><td>2 tsp</td><td>3 tsp</td></tr>
<tr><td>Water</td><td>3 cups</td><td>5 cups</td><td>6 cups</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. Soak rice for 1 hour. In a MWS glass bowl put ghee, rice and dal. Keep it in microwave. Select menu & weight and press start.<br>2. When beeps, remove and add water, salt, jeera powder and cover. Put this in microwave and press start.<br>3. When beeps, remove and add some water if required. Mix well and put this in microwave and press start.<br><br><u>विधि :</u><br>1. चावलों को एक घण्टे तक भिगोएं। माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में घी, चावल और दाल लेकर ओवन में रख दें। मेन्यू एवं वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं।<br>2. बीप सुनाई देने पर बाहर निकालें और पानी, नमक, जीरा पाउडर डालकर ढक दें। फिर ओवन में रखकर स्टार्ट दबाएं।<br>3. बीप सुनाई देने पर बाहर निकालें और यदि आवश्यक हो तो थोड़ा पानी डालें और अच्छी तरह मिलाकर ओवन में रखें और स्टार्ट दबाएं।
</td></tr>
<tr><td>bb5</td><td>Raggi Kheer</td><td>0.1 kg</td><td>Microwave safe (MWS) glass bowl</td><td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.1 kg</td></tr>
<tr><td>Raggi powder</td><td>2 tbsp</td></tr>
<tr><td>Milk</td><td>1 cup</td></tr>
<tr><td>Sugar</td><td>As per taste</td></tr>
<tr><td>Ghee</td><td>1 tsp</td></tr>
<tr><td>Water</td><td>½ cup</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. Put Raggi powder and water in MWS glass bowl and keep in microwave. Select menu and press start.<br>2. When beeps, remove and add sugar, milk and ghee. Mix well. Put this in microwave and press start.<br>3. When beeps, remove it.<br><br><u>विधि :</u><br>1. रागी पाउडर और पानी माइक्रोवेव सेफ बाउल में लेकर ओवन में रख दें। मेन्यू चुनकर स्टार्ट दबाएं।<br>2. बीप सुनाई देने पर, बाहर निकालें और चीनी, दूध और घी डालें। फिर इसको ओवन में रखकर स्टार्ट दबाएं।<br>3. बीप सुनाई देने पर बाहर निकाल लें।
</td></tr>
</table>

<table>
<tr><th colspan="2">Menu</th><th>Weight Limit</th><th>Utensil</th><th>Instructions</th></tr>
<tr><td>oC1</td><td>Chilli Chicken</td><td>0.1 ~ 0.3 kg</td><td>Microwave safe (MWS) bowl</td><td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.1 kg</td><td>0.2 kg</td><td>0.3 kg</td></tr>
<tr><td>Boneless chicken</td><td>100 g</td><td>200 g</td><td>300 g</td></tr>
<tr><td>Oil</td><td>1 tbsp</td><td>1½ tbsp</td><td>2 tbsp</td></tr>
<tr><td>Chopped ginger garlic</td><td>1/2 tbsp</td><td>1 tbsp</td><td>1½ tbsp</td></tr>
<tr><td>Chopped onions</td><td>1/2 No.</td><td>1 No.</td><td>1 No.</td></tr>
<tr><td>Chopped green chillies</td><td>1/2 tbsp</td><td>1 tbsp</td><td>2 tbsp</td></tr>
<tr><td>Capsicum</td><td>1/2 no.</td><td>1 no.</td><td>2 nos.</td></tr>
<tr><td>Soya sauce</td><td>1/2 tbsp</td><td>1/2 tbsp</td><td>1 tbsp</td></tr>
<tr><td>Chilli sauce</td><td>1/2 tbsp</td><td>1/2 tbsp</td><td>1 tbsp</td></tr>
<tr><td>Vinegar</td><td>1/2 tbsp</td><td>1/2 tbsp</td><td>1 tbsp</td></tr>
<tr><td>Salt, Sugar & Pepper</td><td colspan="3">As per taste</td></tr>
<tr><td>Corn flour</td><td>1 tbsp</td><td>1½ tbsp</td><td>2 tbsp</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. In a MWS bowl add oil, chopped ginger, garlic, boneless chicken, soya sauce, chilli sauce and cover. Select menu & weight and press start.<br>2. When beeps add, chopped onions, capsicum, chopped green chillies, vinegar, salt, pepper, cornflour mixed with ½ cup water. Cover & press start. Serve.<br><br><u>विधि :</u><br>1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में तेल, कटी हुई अदरक, लहसुन, बोनलेस चिकन, सोया सॉस, चिली सॉस डालकर ढक दें। मेन्यू एवं वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं।<br>2. बीप सुनाई देने पर कटी हुई प्याज, शिमला मिर्च, कटी हुई हरी मिर्चें, सिरका, नमक, चीनी, काली मिर्च और ½ कप पानी के साथ कॉर्नफ्लोर डालकर ढक दें और स्टार्ट दबाएं। फिर परोसें।
</td></tr>
<tr><td>oC2</td><td>Hakka Noodles</td><td>0.1 ~ 0.3 kg</td><td>Microwave safe (MWS) bowl</td><td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.1 kg</td><td>0.2 kg</td><td>0.3 kg</td></tr>
<tr><td>Hakka 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 tbsp</td><td>1½ tbsp</td><td>2 tbsp</td></tr>
<tr><td>Chopped veg - carrot, peas, french beans, capsicum</td><td>1 cup</td><td>1½ cup</td><td>2 cup</td></tr>
<tr><td>Ajinomoto (optional)</td><td colspan="3">A pinch</td></tr>
<tr><td>Salt, red chilli powder, green chilli sauce</td><td colspan="3">As per taste</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. In a MWS bowl add hakka noodles, water & few drops of oil. Select menu & weight and press start.<br>2. When beeps, remove drain water & wash & separate the noodles under running water.<br>3. In another MWS bowl add oil, mix vegetables, ajinomoto, salt, red chilli powder, green chilli sauce. Mix well & press start.<br>4. When beeps, add noodles to the bowl. Mix & press start.<br><br><u>विधि :</u><br>1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में हाक्का नूडल्स, पानी और तेल की कुछ बूंदें डालकर मेन्यू एवं वज़न चुनें और स्टार्ट दबाएं।<br>2. बीप सुनाई देने पर पानी निकाल दें और बहते हुए पानी में धोकर नूडल्स को अलग कर लें।<br>3. दूसरे माइक्रोवेव सेफ बाउल में तेल, मिश्रित सब्जियां, अजीनोमोटो, नमक, लाल मिर्च पाउडर, हरी मिर्चों की सॉस लेकर अच्छी तरह मिलाएं और स्टार्ट दबाएं।<br>4. बीप सुनाई देने पर नूडल्स को बाउल में डालें, मिलाएं और स्टार्ट दबाएं।
</td></tr>
</table>

<table>
<tr><th colspan="2">Menu</th><th>Weight Limit</th><th>Utensil</th><th>Instructions</th></tr>
<tr><td>oC3</td><td>Honey Chilli Potatoes</td><td>0.3 kg</td><td>High rack<br>&<br>Multicook tawa*<br>&<br>Microwave safe (MWS) glass bowl</td><td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.3 kg</td></tr>
<tr><td>Potatoes (peeled and cut long)</td><td>300 g</td></tr>
<tr><td>Oil</td><td>1 tbsp</td></tr>
<tr><td>Chopped garlic</td><td>1 tbsp</td></tr>
<tr><td>Salt, red chilli powder</td><td>As per taste</td></tr>
<tr><td>Ajinomoto (optional), orange color</td><td>A pinch</td></tr>
<tr><td>Vinegar</td><td>1/2 tbsp</td></tr>
<tr><td>Red chilli sauce</td><td>As per taste</td></tr>
<tr><td>Tomato sauce</td><td>3 tbsp</td></tr>
<tr><td>Honey</td><td>1½ tbsp</td></tr>
<tr><td>Maida</td><td>1-2 tsp</td></tr>
<tr><td>Cornflour</td><td>2 tbsp (mixed with ½ cup water)</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. Mix the maida with potatoes. Arrange them on tawa & keep on high rack, Select menu & press start.<br>2. When beeps, remove.<br>3. In a MWS glass bowl add oil, chopped garlic, salt, red chilli powder, ajinomoto, vinegar, red chilli sauce, cornflour mixed with water, tomato sauce & press start.<br>4. When beeps, stir well & add a little water (if required), honey. Mix well & press start.<br>5. Mix the potatoes with sauce & serve.<br><br><u>विधि :</u><br>1. मैदा को आलुओं के साथ मिला लें। तवे पर व्यवस्थित करके हाई रैक के ऊपर रख दें। मेन्यू चुनकर स्टार्ट दबाएं।<br>2. बीप सुनाई देने पर बाहर निकाल लें।<br>3. माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में तेल, लहसुन, नमक, लाल मिर्च पाउडर, अजीनोमोटो, सिरका, लाल मिर्च सॉस, कॉर्नफ्लोर टॉमेटो सॉस डालें और स्टार्ट दबाएं।<br>4. बीप सुनाई देने पर हिलाकर आवश्यकतानुसार पानी और शहद डालें। अच्छी तरह मिलाएं और स्टार्ट दबाएं।<br>5. आलुओं को सॉस में मिलाकर परोसें।</td></tr>
<tr><td>oC4</td><td>Veg In Hot Garlic Sauce</td><td>0.1 ~ 0.3 kg</td><td>Microwave safe (MWS) bowl</td><td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.1 kg</td><td>0.2 kg</td><td>0.3 kg</td></tr>
<tr><td>Mix veg - Cauliflower florets, Capsicum, Baby corns, Beans</td><td>100 g</td><td>200 g</td><td>300 g</td></tr>
<tr><td>Oil</td><td>1 tbsp</td><td>1½ tbsp</td><td>1½ tbsp</td></tr>
<tr><td>Chopped garlic, Ginger, Green chillies</td><td>1 tbsp</td><td>2 tbsp</td><td>2 tbsp</td></tr>
<tr><td>Corn flour</td><td>1 tbsp</td><td>1½ tbsp</td><td>2 tbsp</td></tr>
<tr><td>Pepper, Salt</td><td colspan="3">As per taste</td></tr>
<tr><td>Ajinomoto (optional)</td><td colspan="3">A pinch</td></tr>
<tr><td>Oregano</td><td colspan="3">As per taste</td></tr>
<tr><td>Water</td><td>2 cups</td><td>3 cups</td><td>3 cups</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. Cut the capsicum & cauliflower into medium sized pieces, baby corns & french beans into small sized pieces.<br>2. In a MWS bowl add oil, chopped onion, ginger, green chillies. Select menu & weight and press start.<br>3. When beeps, mix & add vegetables, pepper, salt, cornflour mixed with ½ cup water, ajinomoto, water. Press start. Stand for 5 minutes.<br>4. Sprinkle oregano & serve.<br><br><u>विधि :</u><br>1. शिमला मिर्च और फूलगोभी को मध्यम आकार के टुकड़ों में काटें, बेबीकॉर्न्स और फ्रैंच बीन्स को छोटे छोटे टुकड़ों में काटें।<br>2. माइक्रोवेव सेफ बाउल में तेल, प्याज, अदरक, हरी मिर्च डालकर मेन्यू एवं वजन चुनें और स्टार्ट दबाएं।<br>3. बीप सुनाई देने पर मिलाएं और सब्जियां, काली मिर्च, नमक, चीनी, गीला कॉर्नफ्लोर अजीनोमोटो और पानी डालकर स्टार्ट दबाएं। 5 मिनट तक रखें।<br>4. ऑरीगेनो छिड़ककर परोसें।</td></tr>
</table>

*Refer Pg. 89 Fig.2

<table>
<tr><th colspan="2">Menu</th><th>Weight Limit</th><th>Utensil</th><th>Instructions</th></tr>
<tr><td>oC5</td><td>Schezwan Chicken</td><td>0.1 ~ 0.5 kg</td><td>Microwave safe (MWS) bowl</td><td>
<table>
<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>Boneless chicken</td><td>100 g</td><td>200 g</td><td>300 g</td><td>400 g</td><td>500 g</td></tr>
<tr><td>Dry red chillies</td><td>3 nos.</td><td>4 nos.</td><td>5 nos.</td><td>6 nos.</td><td>8 nos.</td></tr>
<tr><td>Garlic paste</td><td>2 tsp</td><td>3 tsp</td><td>3 tsp</td><td>4 tsp</td><td>4 tsp</td></tr>
<tr><td>Tomato ketchup</td><td>1 tbsp</td><td>2 tbsp</td><td>3 tbsp</td><td>4 tbsp</td><td>5 tbsp</td></tr>
<tr><td>Vinegar</td><td>1 tsp</td><td>1½ tsp</td><td>1½ tsp</td><td>2 tsp</td><td>2 tsp</td></tr>
<tr><td>Red chilli sauce</td><td>1 tbsp</td><td>1 tbsp</td><td>1½ tbsp</td><td>1½ tbsp</td><td>2 tbsp</td></tr>
<tr><td>Ajinomoto (optional)</td><td colspan="5">¼ tsp</td></tr>
<tr><td>Salt</td><td colspan="5">As per taste</td></tr>
<tr><td>Spring onions (with greens)</td><td>¼ cup</td><td>¼ cup</td><td>½ cup</td><td>1 cup</td><td>1 cup</td></tr>
<tr><td>Cornflour</td><td>1 tsp</td><td>1 tsp</td><td>1½ tsp</td><td>1½ tsp</td><td>2 tsp</td></tr>
<tr><td>Oil</td><td>1 tbsp</td><td>1 tbsp</td><td>2 tbsp</td><td>2 tbsp</td><td>3 tbsp</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. In a MWS bowl mix together oil, garlic paste, dry red chillies, chicken pieces, tomato ketchup, ajinomoto, vinegar, red chilli paste. Mix well. Select menu & weight & press start.<br>2. When beeps, mix well and add spring onions, cornflour mixed with ¼ cup water, salt. Mix well & press start.<br><br><u>विधि :</u><br>1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में तेल, लहसुन पेस्ट, सूखी लाल मिर्च, चिकन के टुकड़े, टॉमेटो केचप, अजीनोमोटो, सिरका, लाल मिर्च की पेस्ट। एक साथ लेकर अच्छी तरह मिला लें। मेन्यू एवं वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं।<br>2. बीप सुनाई देने पर अच्छी तरह मिलाएं और स्प्रिंग ओनियन, ¼ कप पानी में घुला हुआ कॉर्नफ्लोर , नमक डालें और अच्छी तरह मिलाकर स्टार्ट दबाएं।
</td></tr>
</table>

<table>
<tr><th colspan="2">Menu</th><th>Weight Limit</th><th>Utensil</th><th>Instructions</th></tr>
<tr><td>HP1</td><td>Lemon Chicken</td><td>0.1 ~ 0.5 kg</td><td>Microwave safe (MWS) bowl</td><td>
<table>
<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>Boneless chicken</td><td>100 g</td><td>200 g</td><td>300 g</td><td>400 g</td><td>500 g</td></tr>
<tr><td>Soya sauce</td><td>½ tbsp</td><td>1 tbsp</td><td>1½ tbsp</td><td>2 tbsp</td><td>2½ tbsp</td></tr>
<tr><td>Corn flour</td><td>½ tbsp</td><td>1 tbsp</td><td>1½ tbsp</td><td>2 tbsp</td><td>2½ tbsp</td></tr>
<tr><td>Water</td><td>½ cup</td><td>½ cup</td><td>½ cup</td><td>1 cup</td><td>1 cup</td></tr>
<tr><td>Salt, Pepper & Sugar</td><td colspan="5">As per taste</td></tr>
<tr><td>Garlic paste</td><td>1 tbsp</td><td>1½ tbsp</td><td>2 tbsp</td><td>2½ tbsp</td><td>3 tbsp</td></tr>
<tr><td>Lemon juice</td><td>2 tsp</td><td>3 tsp</td><td>4 tsp</td><td>4 tsp</td><td>5 tsp</td></tr>
<tr><td>Oil</td><td>½ tbsp</td><td>1 tbsp</td><td>1½ tbsp</td><td>2 tbsp</td><td>2½ tbsp</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. Mix boneless chicken, soysauce, salt & pepper, garlic paste & lemon juice in a bowl. Refrigerate for ½ hour.<br>2. In a MWS bowl add oil, marinated chicken pieces, sugar, corn flour mixed with water. Cover. Select menu & weight & press start.<br>3. When beeps, mix well. Cover & press start. Allow to stand for 3 minutes.<br><u>विधि :</u><br>1. बोनलैस चिकन, सोया सॉस, नमक, काली मिर्च, लहसन पेस्ट तथा नींबू रस एक बाउल में लेकर अच्छी तरह मिला लें। रेफ्रीजरेटर में आधे घन्टे के लिए रख दें।<br>2. माइक्रोवेव सेफ बाउल में तेल, मसाला लगे हुए चिकन के टुकड़े, चीनी, पानी के साथ भीगा हुआ कॉर्नफ्लोर डालकर ढक दें। मेन्यू और वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं।<br>3. 'बीप' सुनाई देने पर अच्छी तरह मिलाएं और ढककर स्टार्ट दबाएं। 3 मिनट तक रखा रहने दें।
</td></tr>
<tr><td>HP2</td><td>Kala Chana</td><td>0.1 ~ 0.5 kg</td><td>Microwave safe (MWS) bowl</td><td>
<table>
<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>Soaked kala chana (soaked overnight)</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>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 cups</td><td>2 cups</td><td>2½ cups</td></tr>
<tr><td>Salt, Chat masala, Red chilli powder, Hara dhania</td><td colspan="5">As per taste</td></tr>
</table>
Method :<br>1. Soak chana overnight, in a MWS bowl take soaked chana with water, cover it.<br>2. Select menu and weight and press start.<br>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.<br>4. When beeps, add boiled chana, mix well & press start.<br><u>विधि :</u><br>1. चने को रातभर भिगोएं। माइक्रोवेव सेफ बाउल में भीगे हुए चने पानी के साथ लें और ढक दें।<br>2. मेन्यू चुनकर पकाने के लिए स्टार्ट दबाएं।<br>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।<br>4. बीप सुनाई देने पर उबले हुए चने डालकर अच्छी तरह मिलाएं और स्टार्ट दबाएं।
</td></tr>
</table>

<table>
<tr><th colspan="2">Menu</th><th>Weight Limit</th><th>Utensil</th><th>Instructions</th></tr>
<tr><td>HP3</td><td>Karela Sabzi</td><td>0.3 kg</td><td>Microwave safe (MWS) glass bowl<br>+<br>High rack<br>+<br>Microwave safe (MWS) flat glass dish*</td><td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.3 kg</td></tr>
<tr><td>Chopped karela/Bitter gourd</td><td>300 g</td></tr>
<tr><td>Oil</td><td>2 tbsp</td></tr>
<tr><td>Chopped onions</td><td>1 cup</td></tr>
<tr><td>Water</td><td>As required</td></tr>
<tr><td>Rai, Cumin seed, Asafoetida & Turmeric powder</td><td>For tempering</td></tr>
<tr><td>Salt, Sugar, Garam masala, Coriander powder, Cumin powder</td><td>As per taste</td></tr>
<tr><td>Grated coconut & Hara dhania</td><td>For garnishing</td></tr>
</table>
Method :<br>1. In a MWS glass bowl take oil add rai, jeera, asafoetida & turmeric powder, chopped onions. Select menu and weight and press start.<br>2. When beeps, add chopped karela some water, salt, sugar, masala, dhania powder, jeera powder. press start.<br>3. When beeps, remove the MWS glass bowl from microwave oven, transfer the sabzi to MWS flat glass dish, stir well. place the MWS flat glass dish on high rack & press start.<br>4. Garnish with coconut & dhania, serve hot.<br><br>विधि :<br>1. माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में तेल लें और राई, जीरा, हींग तथा हल्दी, कटी प्याज डालें। मेन्यू चुनकर स्टार्ट दबाएं।<br>2. 'बीप' सुनाई देने पर कटा हुआ करेला, कुछ पानी, नमक, चीनी, मसाला, धनिया पाउडर, जीरा पाउडर डालें। स्टार्ट दबाएं।<br>3. 'बीप' सुनाई देने पर माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल को ओवन से उतार लें। सब्जी को माइक्रोवेव सेफ फ्लैट ग्लास डिश में डाल दें। माइक्रोवेव सेफ फ्लैट ग्लास डिश को हाई रैक पर रखें और स्टार्ट दबाऐं।<br>4. कसे हुए नारियल और धनिया के साथ सजाएं और गर्म–गर्म परोसें।
</td></tr>
<tr><td>HP4</td><td>Machi Kali Mirch</td><td>0.1 ~ 0.5 kg</td><td>Microwave safe (MWS) bowl</td><td>
<table>
<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>Pomfret fish</td><td>100 g</td><td>200 g</td><td>300 g</td><td>400 g</td><td>500 g</td></tr>
<tr><td>Salt, Lemon juice & Kali mirch powder</td><td colspan="5">To marinate as per taste</td></tr>
<tr><td>Oil, Chopped onion, Chopped tomatoes, Chopped garlic</td><td colspan="5">As required</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. Take Pomfret Slices as per weight either of (0.1 kg/ 0.2 kg/ 0.3 kg/ 0.4 kg/ 0.5 kg) and marinate with salt, lemon juice, and pepper powder (as per taste) for one hour.<br>2. In MWS bowl put oil, chopped onion, chopped tomatoes, chopped garlic. Select menu & weight and press start.<br>3. When beeps, open door and add marinated fish, salt to taste and some water. Cover & press start.<br>4. When beeps, mix well & press start.<br>5. Give standing time for 5 minutes.<br><br><u>विधि :</u><br>1. पोमफ्रेट मछली के टुकड़े वजनानुसार (0.1 kg/ 0.2 kg/ 0.3 kg/ 0.4 kg/ 0.5 kg) लेकर नमक, नींबू रस और काली मिर्च पाउडर के साथ स्वादानुसार मैरीनेट कर लें और एक घण्टे के लिए रख दें।<br>2. माइक्रोवेव सेफ बाउल में तेल, कटी हुई प्याज, कटे हुए टमाटर और लहसुन डालें तथा मेन्यू और वज़न चुनकर स्टार्ट दबाएं।<br>3. बीप सुनाई देने पर दरवाजा खोलें और मैरीनेट की हुई मछली, स्वादानुसार नमक और कुछ पानी डालें। ढककर स्टार्ट दबाएं।<br>4. बीप सुनाई देने पर अच्छी तरह हिलाएं और स्टार्ट दबाएं।<br>5. 5 मिनट तक रखा रहने दें।
</td></tr>
</table>

*Refer Pg. 89 Fig.5

<table>
<tr><th colspan="2">Menu</th><th>Weight Limit</th><th>Utensil</th><th>Instructions</th></tr>
<tr>
<td>HP5</td>
<td>Nutrinuggets</td>
<td>0.1 ~ 0.3 kg</td>
<td>Microwave safe (MWS) bowl</td>
<td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.1 kg</td><td>0.2 kg</td><td>0.3 kg</td></tr>
<tr><td>Soaked and boiled nutrinuggets</td><td>50 g</td><td>100 g</td><td>150 g</td></tr>
<tr><td>Potato</td><td>50 g</td><td>100 g</td><td>150 g</td></tr>
<tr><td>Oil</td><td>1 tbsp</td><td>1½ tbsp</td><td>2 tbsp</td></tr>
<tr><td>Jeera</td><td colspan="3">As per taste</td></tr>
<tr><td>Chopped onion</td><td>½ cup</td><td>1 cup</td><td>1½ cup</td></tr>
<tr><td>Tomato puree</td><td>2 tbsp</td><td>3 tbsp</td><td>4 tbsp</td></tr>
<tr><td>Salt, Garam masala, Red chilli powder, Haldi, Dhania powder</td><td colspan="3">As per taste</td></tr>
<tr><td>Water</td><td>1½ cup</td><td>2 cup</td><td>2½ cup</td></tr>
<tr><td>Chopped coriander leaves</td><td colspan="3">For garnishing</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. In a MWS bowl add oil, jeera, onion. Select menu and weight and press start. Mix well.<br>2. When beeps, add tomato puree, nutrinuggets, potato, salt, red chilli powder, haldi, dhania powder and add ½ the amount of water mentioned per weight (For eg. For 100g, add 1 cup of water). Cover and press start.<br>3. When beeps, mix well and 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.<br><br>
<u>विधि :</u><br>1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में तेल, जीरा और प्याज डालें। मेन्यू और वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं। अच्छी तरह मिलाएं।<br>2. 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)। ढककर स्टार्ट दबाएं।<br>3. बीप सुनाई देने पर, अच्छी तरह मिलाए और बचा हुआ पानी डालकर स्टार्ट दबाएं। अच्छी तरह मिलाएं। 3 मिनट तक रखा रहने दें। हरे धनिये से सजाकर रोटी के साथ गरम–गरम परोसें।
</td>
</tr>
<tr>
<td>HP6</td>
<td>Soyabean Curry</td>
<td>0.2 kg</td>
<td>Microwave safe (MWS) bowl</td>
<td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.2 kg</td></tr>
<tr><td>Soyabean (soaked overnight)</td><td>200 g</td></tr>
<tr><td>Oil</td><td>1½ tbsp</td></tr>
<tr><td>Chopped onions</td><td>1 cup</td></tr>
<tr><td>Tomato puree</td><td>½ cup</td></tr>
<tr><td>Chopped green chillies</td><td>1 tbsp</td></tr>
<tr><td>Red chilli powder, Garam masala, Coriander powder, Salt</td><td>As per taste</td></tr>
<tr><td>Water</td><td>200 mL</td></tr>
<tr><td>Coriander leaves</td><td>For garnishing</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. In a MWS bowl add oil, chopped onions. Select menu and press start. Mix well.<br>2. When beeps, in the same bowl add tomato puree and haldi and press start. Mix well.<br>3. When beeps, add chopped green chillies, red chilli powder, garam masala, coriander powder, salt, soyabean and water Press start. Garnish with coriander leaves and serve hot.<br><br>
<u>विधि :</u><br>1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में तेल, कटी हुई प्याज डालें। मेन्यू चुनकर स्टार्ट दबाएं। अच्छी तरह मिलाएं।<br>2. बीप सुनाई देने पर, उसी बाउल में टोमेटो प्यूरी और हल्दी डालकर स्टार्ट दबाएं। अच्छी तरह मिलाएं।<br>3. बीप सुनाई देने पर, कटी हुई हरी मिर्च, लाल मिर्च पाउडर, गरम मसाला, धनिया पाउडर, नमक, सोयाबीन और पानी डालें एवं स्टार्ट दबाएं। धनिया की पत्तियों से सजाकर गरम–गरम परोसें।
</td>
</tr>
</table>

<table>
<tr><th colspan="2">Menu</th><th>Weight Limit</th><th>Utensil</th><th>Instructions</th></tr>
<tr><td>HP7</td><td>Curd Brinjal</td><td>0.1 ~ 0.4 kg</td><td>Microwave safe (MWS) bowl</td><td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.1 kg</td><td>0.2 kg</td><td>0.3 kg</td><td>0.4 kg</td></tr>
<tr><td>Brinjal (cut into pieces)</td><td>100 g</td><td>200 g</td><td>300 g</td><td>400 g</td></tr>
<tr><td>Curd</td><td>100 g</td><td>200 g</td><td>300 g</td><td>400 g</td></tr>
<tr><td>Oil</td><td>1 tbsp</td><td>2 tbsp</td><td>3 tbsp</td><td>4 tbsp</td></tr>
<tr><td>Curry leaves</td><td colspan="4">A few sprigs</td></tr>
<tr><td>Mustard & Cumin seeds</td><td>1 tsp</td><td>2 tsp</td><td>3 tsp</td><td>3 tsp</td></tr>
<tr><td>Salt</td><td colspan="4">As per taste</td></tr>
<tr><td>Chopped ginger</td><td>1 tsp</td><td>2 tsp</td><td>3 tsp</td><td>3 tsp</td></tr>
</table>
Method :<br>1. In a MWS bowl add oil & brinjal. Cover. Select menu & weight & press start.<br>2. When beeps, remove & in another MWS bowl add oil, mustard & cumin seeds, curry leaves & chopped ginger. Press start.<br>3. When beeps, add brinjal, curd & salt. Mix well & press start.<br><br>विधि :<br>1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में तेल और बैंगन डालकर ढक दें। मेन्यू और वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं।<br>2. बीप सुनाई देने पर बाहर निकाल लें। एक दूसरे माइक्रोवेव सेफ बाउल में तेल, सरसों और जीरे के बीज, करी पत्ता और कटी हुई अदरक डालकर स्टार्ट दबाएं।<br>3. बीप सुनाई देने पर बैंगन, दही और नमक डालकर अच्छी तरह मिलाएं और स्टार्ट दबाएं।
</td></tr>
<tr><td>HP8</td><td>Fish Bharta</td><td>0.1 ~ 0.5 kg</td><td>Microwave safe (MWS) bowl</td><td>
<table>
<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>Fish (Fillet)</td><td>100 g</td><td>200 g</td><td>300 g</td><td>400 g</td><td>500 g</td></tr>
<tr><td>Mustard 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>Mustard seeds</td><td>¼ tsp</td><td>½ tsp</td><td>1 tsp</td><td>1½ tsp</td><td>2 tsp</td></tr>
<tr><td>Chopped onion</td><td>¼ cup</td><td>½ cup</td><td>1 cup</td><td>1½ cup</td><td>2 cup</td></tr>
<tr><td>Red chilli powder, haldi, garam masala, salt</td><td colspan="5">As per taste</td></tr>
</table>
Method :<br>1. In a MWS bowl, add some water & fish pieces cover. Select menu and weight & press start.<br>2. When beeps, remove & in a MWS bowl add mustard oil, chopped onions, red chilli powder, garam masala, haldi & salt. Cover & press start.<br>3. When beeps, add fish pieces, cover & press start. Mash the bharta well & serve.<br><br>विधि :<br>1. माइक्रोवेव सेफ बाउल मे थोडा पानी लें और मछली के टुकड़ों को रखकर ढक दें। मेन्यू और वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं।<br>2. बीप सुनाई देने पर बाहर निकाल लें। एक दूसरे माइक्रोवेव सेफ बाउल में सरसों का तेल, कटी हुई प्याज, लाल मिर्च पाउडर, गरम मसाला, हल्दी और नमक डालें और ढककर स्टार्ट दबाएं।<br>3. बीप सुनाई देने पर मछली के टुकड़े डालें और ढककर स्टार्ट दबाएं। भरते को अच्छी तरह मसलकर परोसें।
</td></tr>
<tr><td>HP9</td><td>Soya Idli</td><td>4, 8</td><td>Microwave safe (MWS) bowl<br>&<br>Microwave safe (MWS) idli stand*</td><td>
<table>
<tr><td>Rice</td><td>100 g</td></tr>
<tr><td>Urad</td><td>4 tbsp</td></tr>
<tr><td>Soyabean</td><td>4 tbsp</td></tr>
<tr><td>Water</td><td>As required</td></tr>
<tr><td>Salt</td><td>As per taste</td></tr>
</table>
Method :<br>1. Wash & soak rice, urad dal & soyabeans granules for 4 hours.<br>2. Grind, mix and ferment for 8 to 10 hours. Grind the mixture to paste consistency.<br>3. Grease MWS Idli Stand with Oil. Put Idli batter in it. Add ½ cup water in the MWS bowl. Keep the idli stand & cover. Select menu & number and press start to cook. Allow to stand for 3 minutes.<br>Note : After preparing the batter, you can use it for making menu 4 or 8 idlies as per requirement.<br>4,8 indicates the number of idli that can be prepared.<br><br>विधि :<br>1. चावल, उड़द दाल और सोयाबीन के दानों को धोकर ४ घण्टे के लिए भिगोकर रख दें।<br>2. पीसें, मिलाएं और 8 से 10 घण्टे तक खमीर बनाएं। मिश्रण को पेस्ट बनने तक लगातार पीसें।<br>3. माइक्रोवेव सेफ इडली स्टैंड पर तेल लगाएं। इडली के घोल उसके अन्दर रखें। माइक्रोवेव सेफ बाउल में ½ कप पानी डालें। इडली स्टैंड रखकर ढक दें। मेन्यू और संख्या निर्धारित करें और पकाने के लिए स्टार्ट दबाएं। 3 मिनट तक रखा रहने दें।<br>नोट : मिश्रण तैयार करने के बाद आप इससे आवश्यकतानुसार 4 या 8 इडलियां बना सकते हैं।<br>4,8 इडली की मात्रा हैं जो कि बनाई जा सकती हैं।
</td></tr>
</table>

*Provided with the start up kit

<table>
<tr><th colspan="2">Menu</th><th>Weight Limit</th><th>Utensil</th><th>Instructions</th></tr>
<tr><td>HP10</td><td>Bathua Raita</td><td>0.1 ~ 0.4 kg</td><td>Microwave safe (MWS) bowl</td><td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.1 kg</td><td>0.2 kg</td><td>0.3 kg</td><td>0.4 kg</td></tr>
<tr><td>Chopped bathua</td><td>25 g</td><td>50 g</td><td>75 g</td><td>100 g</td></tr>
<tr><td>Water</td><td>50 mL</td><td>75 mL</td><td>100 mL</td><td>125 mL</td></tr>
<tr><td>Beaten curd</td><td>3 tbsp</td><td>4 tbsp</td><td>5 tbsp</td><td>6 tbsp</td></tr>
<tr><td>Salt, Roasted cumin seed powder</td><td colspan="4">As per taste</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. In a MWS bowl add chopped bathua leaves. Sprinkle some water & cover. Select menu & weight & press start.<br>2. When beeps, remove.<br>3. In a bowl add water, beaten curd, bathua leaves & mix well. Add salt & roasted cumin seed powder.<br>4. Mix well & refrigerate it for some time & serve.<br><br><u>विधि :</u><br>1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में कटे हुए बथुआ की पत्तियां डालें और थोड़ा पानी छिड़कर ढक दें। मेन्यू और वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं।<br>2. बीप सुनाई देने पर, बाहर निकाल लें।<br>3. एक बाउल में पानी, फैंटी हुई दही, बथुआ की पत्तियां डालकर अच्छी तरह मिला लें। फिर नमक और भुना हुआ जीरा पाउडर डालें।<br>4. अच्छी तरह मिलाएं और कुछ समय के लिए रेफ्रिजरेटर में रखकर परोसें।
</td></tr>
<tr><td>HP11</td><td>Ghiya Raita</td><td>0.1 ~ 0.3 kg</td><td>Microwave safe (MWS) bowl</td><td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.1 kg</td><td>0.2 kg</td><td>0.3 kg</td></tr>
<tr><td>Grated Ghiya</td><td>100 g</td><td>200 g</td><td>300 g</td></tr>
<tr><td>Water</td><td>50 mL</td><td>75 mL</td><td>100 mL</td></tr>
<tr><td>Salt</td><td colspan="3">As per taste</td></tr>
<tr><td>Curd</td><td>3 tbsp</td><td>4 tbsp</td><td>5 tbsp</td></tr>
<tr><td>Salt, Mustard Powder & Green Chilli</td><td colspan="3">As per taste</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. In a MWS bowl add grated ghiya, sprinkle water and salt. Select menu and weight & press start to cook.<br>2. Strain ghiya and take it in MWS bowl and add curd, water, mustard powder, Salt, Green Chilli. Served chilled.<br><br><u>विधि :</u><br>1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में कसा हुआ घिया डालें तथा पानी और नमक छिड़कें। मेन्यू और वजन चुनकर पकाने के लिए स्टार्ट दबाएं।<br>2. घिया को निचोड़ें और माइक्रोवेव सेफ बाउल में रखें और दही, मस्टर्ड पाउडर, नमक, हरी मिर्च डालें। ठंडा करके परोसें।
</td></tr>
<tr><td>HP12</td><td>Spinach Dal</td><td>0.1 ~ 0.3 kg</td><td>Microwave safe (MWS) bowl</td><td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.1 kg</td><td>0.2 kg</td><td>0.3 kg</td></tr>
<tr><td>Dehusked soaked lentils (at least for 2 hours)</td><td>100 g</td><td>200 g</td><td>300 g</td></tr>
<tr><td>Onions chopped</td><td>½ cup</td><td>1 cup</td><td>1 cup</td></tr>
<tr><td>Spinach chopped</td><td>1 cup</td><td>1½ cup</td><td>2 cup</td></tr>
<tr><td>Oil</td><td>1 tbsp</td><td>2 tbsp</td><td>2 tbsp</td></tr>
<tr><td>Cumin seeds</td><td>1 tsp</td><td>1 tsp</td><td>1½ tsp</td></tr>
<tr><td>Ginger & Green chillies (chopped)</td><td>1 tbsp</td><td>2 tbsp</td><td>3 tbsp</td></tr>
<tr><td>Water</td><td>300 mL</td><td>500 mL</td><td>600 mL</td></tr>
<tr><td>Turmeric, Salt</td><td colspan="3">As per taste</td></tr>
<tr><td>Lemon juice</td><td>1 tsp</td><td>2 tsp</td><td>3 tsp</td></tr>
<tr><td>Coriander leaves</td><td>2 tbsp</td><td>3 tbsp</td><td>4 tbsp</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. In a MWS bowl put soaked dal (lentils), water, turmeric powder & salt. Select menu & weight and press start.<br>2. When beeps, in another MWS bowl put oil, chopped onions, cumin seeds, chopped ginger & green chillies, chopped spinach. Mix well and press start.<br>3. When beeps, mix well & add boiled lentils. Mix again & press start.<br>4. Garnish with coriander leaves & serve hot.<br><br><u>विधि :</u><br>1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में भीगी हुई दाल (लन्टिल्स), पानी, हल्दी पाउडर डालें। मेन्यू एवं वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं।<br>2. बीप सुनाई देने पर एक दूसरे माइक्रोवेव सेफ बाउल में तेल, कटी हुई प्याज, जीरा, कटी हुई अदरक और हरी मिर्च, कटा हुआ पालक डालें और अच्छी तरह मिलाकर स्टार्ट दबाएं।<br>3. बीप सुनाई देने पर अच्छी तरह मिलाकर उबली हुई दाल डाल दें। दुबारा से मिलाकर स्टार्ट दबाएं।<br>4. हरे धनिये की पत्तियों से सजाकर गरम गरम परोसें।
</td></tr>
</table>

<table>
<tr><th colspan="2">Menu</th><th>Weight Limit</th><th>Utensil</th><th>Instructions</th></tr>
<tr><td>So1</td><td>Chicken Shorba</td><td>0.6 kg</td><td>Microwave safe (MWS) glass bowl</td><td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.6 kg</td></tr>
<tr><td>Boneless chicken</td><td>300 g</td></tr>
<tr><td>Oil</td><td>½ tbsp</td></tr>
<tr><td>Chopped garlic</td><td>2 tsp</td></tr>
<tr><td>Salt & Pepper powder</td><td>As per taste</td></tr>
<tr><td>Maida</td><td>3 tbsp</td></tr>
<tr><td>Water</td><td>600 mL (3 cups)</td></tr>
<tr><td>Fresh cream</td><td>For garnishing</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. In a MWS glass bowl add chicken pieces, chopped garlic and water. Select menu and press start.<br>2. When beeps, remove & strain stock. In another MWS glass bowl add oil, cumin seeds and maida and press start.<br>3. When beeps, add the chicken stock, salt, pepper and press start. Garnish with fresh cream and serve hot.<br><br><u>विधि :</u><br>1. माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में चिकन के टुकड़े, कटा हुआ लहसुन और पानी डालें। मेन्यू चुनकर स्टार्ट दबाएं।<br>2. बीप सुनाई देने पर बाहर निकालकर स्टॉक को छान लें। दूसरे माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में तेल, जीरा और मैदा डालकर स्टार्ट दबाएं।<br>3. बीप सुनाई देने पर चिकन स्टॉक, नमक, काली मिर्च डालें और स्टार्ट दबाएं। ताजा क्रीम से सजाएं और गरम–गरम परोसें।</td></tr>
<tr><td>So2</td><td>Tamatar Shorba</td><td>0.6 kg</td><td>Microwave safe (MWS) glass bowl</td><td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.6 kg</td></tr>
<tr><td>Chopped tomato</td><td>300 g</td></tr>
<tr><td>Oil</td><td>1 tbsp</td></tr>
<tr><td>Ginger garlic paste</td><td>2 tbsp</td></tr>
<tr><td>Jeera, Bay leaf, Salt, Garam masala, Sugar</td><td>As per taste</td></tr>
<tr><td>Water</td><td>600 mL (3 cups)</td></tr>
<tr><td>Coriander leaves</td><td>For garnishing</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. In a MWS glass bowl add tomatoes cut into quarters with water, select menu and press start.<br>2. When beeps, grind and strain the whole stock.<br>3. In another MWS glass bowl add oil, ginger garlic paste, jeera, bay leaf and press start. Mix well.<br>4. When beeps, add the strained stock, season with salt, garam masala and press start. Add sugar if very sour. Garnish with coriander leaves and serve hot.<br><br><u>विधि :</u><br>1. माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में थोड़े पानी के साथ चार–चार टुकड़ों में कटा हुआ टमाटर डालें, मेन्यू चुनकर स्टार्ट दबाएं।<br>2. बीप सुनाई देने पर पीसकर सारे स्टॉक को छान लें।<br>3. एक अन्य माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में तेल, अदरक लहसुन पेस्ट, जीरा, तेज पत्ता डालकर स्टार्ट दबाएं। अच्छी तरह मिलाएं।<br>4. बीप सुनाई देने पर छना हुआ स्टॉक, नमक और गरम मसाला डालकर स्टार्ट दबाएं। यदि खट्टा हो तो चीनी डालें। धनिये की पत्तियों से सजाकर गरम–गरम परोसें।</td></tr>
</table>

<table>
<tr><th colspan="2">Menu</th><th>Weight Limit</th><th>Utensil</th><th>Instructions</th></tr>
<tr><td>So3</td><td>Sweet Corn Soup</td><td>0.3 kg</td><td>Microwave safe (MWS) glass bowl</td><td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.3 kg</td></tr>
<tr><td>Sweet Corn</td><td>200 g</td></tr>
<tr><td>Water</td><td>300 mL (1½ cup)</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, Pepper, Green chilli</td><td>As per taste</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. Grind sweet corn with water and put in MWS glass bowl. Select menu & press start.<br>2. When beeps, remove, in another bowl put oil, green chilli & press start.<br>3. When beeps, add corn mixture in it. Mix cornflour with ½ cup water and mix with it. Add salt, sugar, pepper and press start.<br><br><u>विधि :</u><br>1. स्वीट कॉर्न को पानी के साथ पीसें और माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में रखें। मेन्यू चुनकर स्टार्ट दबाएं।<br>2. बीप सुनाई देने पर बाहर निकाल लें, एक दूसरे बाउल में तेल और हरी मिर्च डालकर स्टार्ट दबाएं।<br>3. बीप सुनाई देने पर इसमें स्वीट कॉर्न के पिसे हुए मिश्रण को डालें। आधा कप पानी में कॉर्नफ्लोर डालकर अच्छी तरह मिला लें और उसमें मिला दें। नमक, चीनी तथा काली मिर्च डालकर स्टार्ट दबाएं।
</td></tr>
<tr><td>So4</td><td>Mushroom Soup</td><td>0.3 kg</td><td>Microwave safe (MWS) glass bowl</td><td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.3 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>300 mL (1½ cup)</td></tr>
<tr><td>Salt, Pepper</td><td>As per taste</td></tr>
<tr><td>Oil</td><td>1 tsp</td></tr>
<tr><td>Grated cheese</td><td>As per requirement</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. In MWS glass bowl add potato in small pieces, chopped cabbage, onion & mushrooms with water. Select menu & press start.<br>2. When beeps, remove the bowl. Allow to cool & separate the mushrooms & grind the remaining stock & strain it.<br>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.<br><br><u>विधि :</u><br>1. माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में आलू के छोटे–छोटे टुकड़े, कटी हुई बन्दगोभी, प्याज और मशरूम पानी के साथ डालें। मेन्यू चुनकर स्टार्ट दबाएं।<br>2. बीप सुनाई देने पर बाउल को बाहर निकालें। ठंडा होने पर मशरूम को अलग कर लें। बचे हुए स्टॉक को पीसकर छान लें।<br>3. एक दूसरे माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में तेल, मशरूम, नमक और काली मिर्च डालें और अच्छी तरह मिलाकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर स्टॉक डालें और स्टार्ट दबाएं। कसे हुए चीज़ से सजाकर परोसें।
</td></tr>
</table>

<table>
<tr><th colspan="2">Menu</th><th>Weight Limit</th><th>Utensil</th><th>Instructions</th></tr>
<tr><td>So5</td><td>Corn Basil & Fusili Soup</td><td>0.6 kg</td><td>Microwave safe (MWS) glass bowl</td><td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.6 kg</td></tr>
<tr><td>Cream style corns</td><td>100 g</td></tr>
<tr><td>Basil</td><td>10 leaves</td></tr>
<tr><td>Fusili pasta (boiled)</td><td>10</td></tr>
<tr><td>Tomato puree</td><td>2 tbsp</td></tr>
<tr><td>Chopped onion</td><td>½ cup</td></tr>
<tr><td>Chopped garlic</td><td>1 tbsp</td></tr>
<tr><td>Olive oil</td><td>1 tbsp</td></tr>
<tr><td>Water</td><td>600 mL (3 cups)</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. In a MWS glass bowl add oil, chopped onion, garlic. Select menu & press start.<br>2. When beeps, mix well & add water, cream style corns, basil leaves, fusili pasta and tomato puree. Press start.<br>3. Garnish with grated cheese & basil leaves.<br><br><u>विधि :</u><br>1. माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में तेल, कटी हुई प्याज, और लहसुन डालें। मेन्यू चुनकर स्टार्ट दबाएं।<br>2. बीप सुनाई देने पर अच्छी तरह मिलाएं और क्रीम के स्टाइल कॉर्न्स, बेसिल की पत्तियां, फ्यूसिली पास्ता, टोमेटो प्यूरी डालकर स्टार्ट दबाएं।<br>3. कसी हुई चीज़ तथा बेसिल पत्तियों से सजाएं।
</td></tr>
<tr><td>So6</td><td>Rasam</td><td>0.6 kg</td><td>Microwave safe (MWS) glass bowl</td><td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.6 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 cups)</td></tr>
<tr><td>Oil</td><td>1 tbsp</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. In a MWS bowl add chopped tomato & water. Select menu & press start.<br>2. When beeps, remove & cool. Grind & strain it.<br>3. In a MWS bowl add oil, coriander seeds, cumin seeds, cinnamon, hing, chopped garlic, green chillies, salt & jaggery & strained tomato stock. Press start.<br>4. When beeps, strain it again & add more water (if required), tamarind pulp. Press start.<br>5. Garnish with coriander & curry leaves & serve.<br><br><u>विधि :</u><br>1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में कटे हुए टमाटर और पानी डालें। मेन्यू चुनकर स्टार्ट दबाएं।<br>2. बीप आने पर बाहर निकालकर ठंडा कर लें। पीसकर छान लें।<br>3. माइक्रोवेव सेफ बाउल में तेल, साबुत धनिया, जीरा, दालचीनी, हींग, कटा हुआ लहसुन, हरी मिर्च, नमक और गुड़ तथा छाना हुआ स्टॉक डालकर स्टार्ट दबाएं।<br>4. बीप सुनाई देने इसे दुबारा छान लें और और पानी (यदि आवश्यकता हो) डालें तथा इमली का गूदा डालकर स्टार्ट दबाएं।<br>5. धनिया और करी पत्ता से सजाकर परोसें।
</td></tr>
</table>

<table>
<tr><th colspan="2">Menu</th><th>Weight Limit</th><th>Utensil</th><th>Instructions</th></tr>
<tr><td>So7</td><td>Hot & Sour Soup</td><td>0.6 kg</td><td>Microwave safe (MWS) glass bowl</td><td>
<table>
<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 tbsp</td></tr>
<tr><td>Soya sauce</td><td>2 tbsp</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 tbsp</td></tr>
<tr><td>Cornflour</td><td>2 tbsp + ½ cup water</td></tr>
<tr><td>Salt, pepper</td><td>As per taste</td></tr>
<tr><td>Ajinomoto (optional)</td><td>1 pinch</td></tr>
<tr><td>Paneer</td><td>50 g</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. In a MWS glass bowl add water, chili sauce, soya sauce, vinegar, salt, pepper powder and ajinomoto. Select menu & press start.<br>2. When beeps, stir well & add all the chopped vegetables, except paneer. Press start.<br>3. When beeps, stir well & add corn flour, tomato sauce, paneer pieces & press start.<br><br><u>विधि :</u><br>1. माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में पानी, चिली सॉस, सोया सॉस, सिरका, नमक, काली मिर्च पाउडर और अजीनोमोटो मिला लें। मेन्यू चुनकर स्टार्ट दबाएं।<br>2. बीप सुनाई देने पर अच्छी तरह हिलाएं और पनीर को छोड़कर सभी कटी हुई सब्जियां उसमें डाल दें और स्टार्ट दबाएं।<br>3. बीप सुनाई देने पर अच्छी तरह हिलाएं और कॉर्नफ्लोर, टॉमेटो सॉस और पनीर के टुकड़ों को डालकर स्टार्ट दबा दें।</td></tr>
<tr><td>So8</td><td>Tomato Soup</td><td>0.6 kg</td><td>Microwave safe (MWS) glass bowl</td><td>
<table>
<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 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>
<u>Method :</u><br>1. In a MWS glass bowl add chopped tomato, chopped onion, chopped carrot, chopped ginger-garlic along with water. Keep in Microwave. Select menu & weight and press start.<br>2. When beeps, grind and strain it.<br>3. 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 taste and cornflour paste which is made up by mixing the half cup of cold water. Stir well & press start.<br>4. Garnish with bread croutons, coriander (green dhania) and fresh cream and serve hot.<br><br><u>विधि :</u><br>1. माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में कटे हुए टमाटर, प्याज, गाजर और अदरक– लहसुन पानी के साथ डालें। माइक्रोवेव में रखें। मेन्यू एवं वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं।<br>2. बीप सुनाई देने पर इसको पीसकर छान लें।<br>3. 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 ठंडे पानी में डालकर बनाई जाती है। अच्छी तरह मिलाकर स्टार्ट दबाएं।<br>4. ब्रेड क्रॉटोन, हरा धनिया फ्रैश क्रीम के साथ सर्व करें।</td></tr>
</table>

<table>
<tr><th colspan="2">Menu</th><th>Weight Limit</th><th>Utensil</th><th>Instructions</th></tr>
<tr><td>So9</td><td>Palak Makai Shorba</td><td>0.3 kg</td><td>Microwave safe (MWS) glass bowl</td><td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.3 kg</td></tr>
<tr><td>Palak (chopped)</td><td>200 g</td></tr>
<tr><td>Water</td><td>300 mL (1½ cup)</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 tbsp</td></tr>
<tr><td>Milk</td><td>¼ cup</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. In a MWS glass bowl add chopped palak & little water. Select menu & press start.<br>2. When beeps, grind the palak.<br>3. In another MWS glass bowl add butter, jeera, chopped onions. Press start.<br>4. When beeps, remove & add palak & water, milk, corn niblets & Maggie tastemaker. Press start.<br><u>विधि :</u><br>1. माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में कटा हुआ पालक और थोड़ा पानी डालें। मेन्यू चुनकर स्टार्ट दबाएं।<br>2. बीप सुनाई देने पर बाहर निकालकर पालक को पीस लें।<br>3. एक दूसरे माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में मक्खन, जीरा, कटी हुई प्याज डालकर स्टार्ट दबाएं।<br>4. बीप सुनाई देने पर बाहर निकालें और पालक तथा पानी, दूध, कॉर्न निबलेट्स और मैगी टेस्टमेकर डालकर स्टार्ट दबाएं।</td></tr>
<tr><td>So10</td><td>Mulligatawny Soup</td><td>0.6 kg</td><td>Microwave safe (MWS) glass bowl</td><td>
<table>
<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 (pealed & 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 (3 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>
<u>Method :</u><br>1. In MWS glass bowl add butter, carrot, onion & apples. Mix well. Select menu & weight and press start.<br>2. When, beep, mix well, add cooked rice, lentils & water and press start.<br>3. 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.<br><u>विधि :</u><br>1. माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में मक्खन, गाजर, प्याज और सेब लेकर अच्छी तरह मिला लें। मेन्यू एवं वजन चुनकर स्टार्ट दबाएं।<br>2. बीप सुनाई देने पर अच्छी तरह मिलाएं, पके हुए चावल, दाल और पानी डालकर स्टार्ट दबाएं।<br>3. बीप सुनाई देने पर अच्छी तरह मिलाएं, ठंडा होने दें। पीसकर छान लें। उसी माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में छाना हुआ स्टॉक, नमक, काली मिर्च, करी पाउडर और नींबू का रस डालकर स्टार्ट दबाएं।</td></tr>
</table>

<table>
<tr><th colspan="2">Menu</th><th>Weight Limit</th><th>Utensil</th><th>Instructions</th></tr>
<tr><td>So11</td><td>Tom Yum Kung</td><td>0.5 kg</td><td>Microwave safe (MWS) glass bowl</td><td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.5 kg</td></tr>
<tr><td>Small sized prawns</td><td>10-12 nos.</td></tr>
<tr><td>Mushrooms (sliced)</td><td>5-6 nos.</td></tr>
<tr><td>Lemon grass stem</td><td>4 inch stalk</td></tr>
<tr><td>Lime leaves</td><td>5-6 nos.</td></tr>
<tr><td>Coriander fresh chopped</td><td>A few sprigs</td></tr>
<tr><td>Fish sauce</td><td>2 tbsp</td></tr>
<tr><td>Thai red curry paste</td><td>2 tbsp</td></tr>
<tr><td>Lemon juice</td><td>1 tbsp</td></tr>
<tr><td>Veg stock/chicken stock</td><td>500 mL (2½ cups)</td></tr>
<tr><td>Green/red chillies</td><td>3 nos.</td></tr>
<tr><td>Salt & pepper</td><td>As per taste</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. In a MWS glass bowl put head & shells of prawns, green/red chillies (cut into 2), salt, roughly crushed lemon grass, lime leaves & stock. Mix well. Select menu & press start.<br>2. When beeps, strain the stock. Add cleaned prawns, fish sauce, pepper, thai red curry paste. Stir well & press start.<br>3. Add lemon juice & adjust the seasoning. Serve pipping hot.<br><u>विधि :</u><br>1. माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में प्रॉन के हैड और शैल्स, हरी/लाल मिर्च (दो भागों में कटी हुई), नमक, विषम रूप से कुचली हुई लैमन ग्रास, लाइम लीव्ज तथा स्टॉक डालें। अच्छी तरह मिलाएं। मेन्यू चुनकर स्टार्ट दबाएं।<br>2. बीप सुनाई देने पर स्टॉक को छान लें। साफ की गई प्रॉन, फिश सॉस, काली मिर्च, थाई रैड करी पेस्ट डालकर अच्छी तरह हिलाएं और स्टार्ट दबाएं।<br>3. नींबू रस डालें और मसाले व्यवस्थित करके पीने योग्य गरम परोसें।
</td></tr>
<tr><td>So12</td><td>Sichuan Soup</td><td>0.6 kg</td><td>Microwave safe (MWS) glass bowl</td><td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.6 kg</td></tr>
<tr><td>Boneless chicken pieces</td><td>100 g</td></tr>
<tr><td>Carrot (grated)</td><td>1 no.</td></tr>
<tr><td>Capsicum (chopped)</td><td>½ no.</td></tr>
<tr><td>Cabbage (shredded)</td><td>½ no.</td></tr>
<tr><td>Mushrooms (sliced)</td><td>4-5 nos.</td></tr>
<tr><td>Paneer (pieces)</td><td>50 g</td></tr>
<tr><td>Spring onions (bulb & greens)</td><td>1-2 nos.</td></tr>
<tr><td>Peppercorns (freshly crushed)</td><td>4-5 nos.</td></tr>
<tr><td>Chicken stock</td><td>600 mL (3 cups)</td></tr>
<tr><td>Cornflour</td><td>3 tbsp + ¼ cup</td></tr>
<tr><td>Salt & sugar</td><td>As per taste</td></tr>
<tr><td>Vinegar</td><td>2 tbsp</td></tr>
<tr><td>Red chilli paste</td><td>1 tbsp</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. Put chicken pieces, cabbage, carrot, capsicum, mushrooms, spring onion bulbs, peppercorns and chicken stock in a MWS glass bowl. Select menu and press start.<br>2. When beeps, take the bowl out & add red chilli paste, vinegar, salt & sugar, cornflour dissolved in ¼ cup cold water & paneer pieces. Stir well & press start.<br>3. Garnish with greens of spring onions. Adjust seasonings & serve hot.<br><u>विधि :</u><br>1. माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में चिकन के टुकड़े, बन्दगोभी, गाजर, शिमला मिर्च, मशरूम, स्प्रिंग ओनियन की गाँठ, पैपरकार्न और चिकन स्टॉक लेकर मेन्यू का चुनाव करें और स्टार्ट दबाएं।<br>2. बीप सुनाई देने पर बाउल को बाहर निकालें और लाल मिर्च की पेस्ट, सिरका, नमक और चीनी, ¼ कप में घुला हुआ कॉर्नफ्लोर तथा पनीर के टुकड़े डालकर अच्छी तरह हिलाएं और स्टार्ट दबाएं।<br>3. स्प्रिंग ओनियन के हरे भाग से सजाएं। मसाले डालकर गरम गरम परोसें।
</td></tr>
</table>

| Menu | | Weight Limit | Utensil | Instructions |
|---|---|---|---|---|
| So13 | Wonton Soup | 0.6 kg | Microwave safe (MWS) glass bowl | |

| 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 | As per taste |
| Water | 600 mL (3 cups) |
| Ready wonton | 6-7 pieces |

**Method :**

1. In MWS glass bowl add oil and vegetables, ginger-garlic paste. Select menu & press start.
2. When beeps, add salt, pepper, water & palak (in pieces). Mix well & put in microwave & press start.
3. When beeps, mix well & press start. Add wonton & serve.

**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 hot water. After that cover the bowl and leave the mixture for 10-15 minutes.
**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.

**विधि :**

1. माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में तेल, सब्जियां और अदरक–लहसुन की पेस्ट डालें। मेन्यू चुनकर स्टार्ट दबाएं।
2. बीप सुनाई देने पर नमक, काली मिर्च, पानी और पालक (टुकड़ों में) डालें। अच्छी तरह मिलाएं और माइक्रोवेव में रखकर स्टार्ट दबाएं।
3. बीप सुनाई देने पर अच्छी तरह मिलाएं और स्टार्ट दबाएं। वॉनटॉन डालें और परोसें।

**वॉन्टॉन कैसे बनाएं :**
मैदा 1 कप, नमक 1 चुटकी, तेल 1 चम्मच
**विधि :** बाउल में सभी सामग्री लेकर मिलाएं और तेज गर्म पानी के साथ गूँथ कर लोई बनाने लें। बाउल को ढककर 10-15 मिनट के लिए रख दें।
**भरावन के लिए :**
बन्दगोभी, गाजर, शिमला मिर्च जो लम्बे टुकड़ों में कटी हों।
**विधि :** भरावन तैयार करने के लिए सभी सामग्रियों को मिला लें। वॉन्टॉन से छोटी छोटी पूरियां बना लें। भरावन की थोड़ी मात्रा उनके बीच में रखें और फिर पूरियों को ढककर दबाएं।

| Menu | | Weight Limit | Utensil | Instructions |
|---|---|---|---|---|
| UC1 | Keep Warm | 0.3 kg | Microwave safe (MWS) bowl | **Method :** 1. Any cooked food with cover (Rice, Dal, Sabzi, Halwa, Upma etc.) Select menu & press start. When beeps, mix & press start. When beeps, mix & press start.<br>**विधि :** 1. ढका हुआ कोई भी व्यंजन (चावल, दाल, सब्जी, हलवा, उपमा इत्यादि) मेन्यू चुनें और स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर मिलाएं और स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर मिलाएं और स्टार्ट दबाएं। |
| UC2 | Steam Clean | 0.3 kg | Microwave safe (MWS) bowl | **Method :** 1. Take water in MWS bowl, add vinegar or lemon juice. Select menu & press start.<br>2. When beeps, wipe out with clean napkin. Press start.<br>3. Again wipe out. Take out the plug.<br>**विधि :** 1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में पानी डाले और उसमे सिरका या नींबू रस लें। मेन्यू चुनकर स्टार्ट दबाएं।<br>2. बीप सुनाई देने पर साफ नैपकिन से पौंछें। स्टार्ट दबाएं।<br>3. दोबारा से पौंछें और प्लग बाहर निकाल लें। |
| UC3 | Defrost Veg | 0.2 ~ 0.5 kg | Microwave safe (MWS) bowl | Veg - (Paneer, Green Peas, Corn etc.)<br>**Method :** 1. Take in MWS Bowl, select menu & weight and press start.<br>2. When beeps, turn the food. Press start.<br>**विधि :** 1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में लेकर मेन्यू एवं वजन चुनें और स्टार्ट दबाएं।<br>2. बीप सुनाई देने पर खाने को पलट दें। स्टार्ट दबाएं। |
| UC4 | Defrost Non- Veg | 0.5 ~ 1.0 kg | Microwave safe (MWS) bowl | Non-Veg - (Chicken, Mutton etc.)<br>**Method :** 1. Take in MWS Bowl, select menu & weight and press start.<br>2. When beeps, turn the food. Press start.<br>**विधि :** 1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में लेकर मेन्यू एवं वजन चुनें और स्टार्ट दबाएं।<br>2. बीप सुनाई देने पर खाने को पलट दें। स्टार्ट दबाएं। |
| UC5 | De-humidification | 0.3 kg | Microwave safe (MWS) bowl | Namkin, Biscuits, Bhujia, Papad and Wafers etc.<br>**Method :** 1. In MWS bowl add the food to be dehumidified. Select menu and press start.<br>**विधि :** 1. खाना सुखाने के लिए उसे माइक्रोवेव सेफ बाउल में रखें। मेन्यू चुनकर स्टार्ट दबाएं। |
| UC6 | Light Disinfect | 0.0 kg | Microwave safe (MWS) glass utensil & Empty cavity | **Method :** 1. **Sterilize Microwave safe glass utensil -** Keep the empty utensil & select menu & press start.<br>2. **Clean the cavity -** Keep the cavity empty. Select menu & press start. When time ends (beeps), clean the cavity with a damp cloth.<br>**Note :** The oven has a special function **Light Disinfect** which allows to sterilize the MWS glass utensil thereby giving a hygiene & clean utensils/cavity.<br>**विधि :** 1. **माइक्रोवेव सेफ ग्लास बर्तनों को कीटाणुमुक्त करना -** खाली बर्तन को ओवन में रखकर मेन्यू चुनें और स्टार्ट दबाएं।<br>2. **कैविटी की सफाई करना -** कैविटी को खाली रखें। मेन्यू चुनकर स्टार्ट दबाएं। समय की समाप्ति पर (बीप सुनाई देने पर) कैविटी को गीले कपड़े से साफ कर दें।<br>**नोट :** ओवन में एक विशिष्ट प्रक्रिया **लाइट डिसइन्फैक्ट** होती है जो माइक्रोवेव सेफ ग्लास युटेंसिल्स को कीटाणुमुक्त कर देता है और फलस्वरूप स्वास्थ्य प्रदान करता है और बर्तनों/कैविटी की सफाई करता है। |

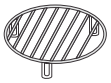
<table>
<tr><th colspan="2">Menu</th><th>Weight Limit</th><th>Utensil</th><th>Instructions</th></tr>
<tr><td>bC1</td><td>Body Massage Oil</td><td>0.2 kg</td><td>Microwave safe (MWS) glass bowl</td><td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.2 kg</td></tr>
<tr><td>Garlic</td><td>10 pods</td></tr>
<tr><td>Ajwain</td><td>1/2 tsp</td></tr>
<tr><td>Cloves</td><td>2-3 Nos.</td></tr>
<tr><td>Almonds</td><td>3-4 Nos.</td></tr>
<tr><td>Mustard oil</td><td>1 cup</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. In MWS glass bowl put all the ingredients. Select menu and press start. Remove when it gives a beep. Keep it for 2 hours. Strain and store in a glass jar.<br><br><u>विधि :</u><br>1. माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में सभी सामग्री डालें। मेन्यू चुनकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर बाहर निकाल लें। दो घंटे तक रखा रहने दें। छान कर काँच के जार में रख दें।
</td></tr>
</table>

<table>
<tr><th colspan="2">Menu</th><th>Weight Limit</th><th>Utensil</th><th>Instructions</th></tr>
<tr><td>FE1</td><td>Pizza base*</td><td>0.2 kg</td><td>Multicook tawa<br>&<br>Low rack**</td><td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.2 kg</td></tr>
<tr><td>Maida</td><td>200 g</td></tr>
<tr><td>Yeast</td><td>1 tbsp</td></tr>
<tr><td>Salt</td><td>1/2 tsp</td></tr>
<tr><td>Sugar</td><td>1 tsp</td></tr>
<tr><td>Water</td><td>As required</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. In a bowl add maida, yeast, salt and sugar. Mix well, add water and make a soft dough. Keep for half hour. Roll a roti, prick with a fork and rest for 5 mins. Select menu and press start. (Preheat process)<br>2. When beeps, keep the pizza base on tawa & on low rack. Press start. Remove when it gives a beep.<br><br><u>विधि :</u><br>1. माइक्रोवेव सेफ बाउल में मैदा, ईस्ट, नमक और चीनी डालें। अच्छी तरह मिलाएं और पानी डालकर मुलायम लौदा बना लें और आधा घंटे के लिए रख छोड़ें। रोटी बेलकर काँटे से छेद दें और 5 मिनट तक रखा रहने दें। मेन्यू चुनकर स्टार्ट दबाएं। (प्रीहीट की प्रक्रिया)<br>2. बीप सुनाई देने पर पीजा बेस को तवे पर रखकर लो रैक के ऊपर रखें और स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर बाहर निकालें।
</td></tr>
<tr><td>FE2</td><td>Flavoured* Yoghurt</td><td>0.6 kg</td><td>Microwave safe (MWS) glass bowl<br>&<br>Low rack®</td><td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.6 kg</td></tr>
<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>
<u>Method :</u><br>1. In a MWS glass bowl mix all the ingredients. Beat well till smooth.<br>2. Select menu & press start. (Preheat process)<br>3. When beeps, keep the MWS glass bowl on low rack & keep it in microwave. Press start.<br>4. When cooking ends, take out & allow to come to room temperature. Keep in refrigerator for 1 hour.<br>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.<br><br><u>विधि :</u><br>1. माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में सभी सामग्रियों मिला लें। चिकना होने तक अच्छी तरह फैंटें।<br>2. मेन्यू चुनकर स्टार्ट दबाएं। (प्रीहीट की प्रक्रिया)<br>3. बीप सुनाई देने पर माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल को लो रैक पर रखें और फिर इसे माइक्रोवेव के अन्दर रख दें। स्टार्ट दबाएं।<br>4. पकने के बाद बाहर निकाल लें और कमरे के तापमान तक आने दें। फिर १ घंटे के लिए रेफ्रिजरेटर में रख दें।<br>नोट : यदि आप स्ट्रॉबेरी सत इस्तेमाल कर रहें हैं तो योगर्ट को रंगीन बनाने के लिए एक चुटकी गुलाबी खाद्य रंग डालें। अनन्नास योगर्ट के लिए परोसते समय उसमें अनन्नास की स्लाइसें डालें।
</td></tr>
</table>

*Do not put anything in the oven during the Preheat mode / प्रीहीट मोड के दौरान कोई भी वस्तु ओवन के अन्दर न रखें।
**Refer Pg. 89 Fig.1
@Refer Pg. 89 Fig.3

<table>
<tr><th colspan="2">Menu</th><th>Weight Limit</th><th>Utensil</th><th>Instructions</th></tr>
<tr><td>FE3</td><td>Masala Paneer</td><td>0.5 kg</td><td>Microwave safe (MWS) glass bowl</td><td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.5 kg</td></tr>
<tr><td>Milk</td><td>500 mL</td></tr>
<tr><td>Curd</td><td>2 tbsp</td></tr>
<tr><td>Coriander</td><td>1 tbsp</td></tr>
<tr><td>Jeera</td><td>1 tsp</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. In MWS glass bowl add milk. Select menu and press start.<br>2. When it gives a beep, remove and add curd, coriander and jeera. Press start.<br>3. When beeps, remove and strain and press in a muslin cloth.<br><br><u>विधि :</u><br>1. माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में दूध लें। मेन्यू चुनकर स्टार्ट दबाएं।<br>2. बीप सुनाई देने पर बाहर निकालें और दही, धनिया और जीरा डालकर स्टार्ट दबाएं।<br>3. बीप सुनाई देने पर बाहर निकालें और निचोड़कर मस्लिन के कपड़े में दबाएं।
</td></tr>
<tr><td>FE4</td><td>Yeast dough</td><td>0.25 kg</td><td>Microwave safe (MWS) glass bowl</td><td>
<table>
<tr><td>For</td><td>0.25 kg</td></tr>
<tr><td>Maida</td><td>250 g</td></tr>
<tr><td>Yeast</td><td>1 tbsp</td></tr>
<tr><td>Salt</td><td>½ tsp</td></tr>
<tr><td>Sugar</td><td>1 tsp</td></tr>
<tr><td>Water</td><td>As required</td></tr>
</table>
<u>Method :</u><br>1. In MWS glass bowl add maida, yeast, salt and sugar. Mix well, add water and make a soft dough.<br>2. Select menu and press start. When beeps, rest for 3 minutes. Now remove.<br><br><u>विधि :</u><br>1. माइक्रोवेव सेफ ग्लास बाउल में मैदा, ईस्ट, नमक और चीनी डालकर अच्छी तरह मिलाएं तथा पानी मिलाकर मुलायम आटा गूँथ लें।<br>2. मेन्यू चुनकर स्टार्ट दबाएं। बीप सुनाई देने पर ३ मिनट तक रुकने के बाद बाहर निकाल दें।
</td></tr>
</table>

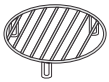
# USAGE OF ACCESSORIES/UTENSILS

1)  + 

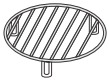
Low rack — Multi cook tawa

2)  + 

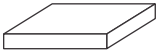
High rack — Multi cook tawa

3)  + 

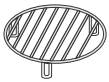
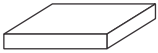
Low rack — Microwave safe glass bowl (Not provided with LG Kit)

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)

# List of Ingredients/सामग्री की लिस्ट

## Spices

| English Name | Hindi Name | |
|---|---|---|
| Ajinomoto | Ajinomoto | अजीनोमोटो |
| Asafoetida | Hing | हींग |
| Basil | Tulsi | तुलसी |
| Bay Leaf | Tej Patta | तेजपत्ता |
| Cardamom, black | Moti Elaichi | मोटी ईलाइची |
| Cardamom, green | Choti Elaichi | छोटी ईलाइची |
| Carom seeds | Ajwain | अजवाईन |
| Cinnamon | Dalchini | दालचीनी |
| Cloves | Laung | लौंग |
| Coriander Seeds | Sabut Dhania | साबुत धनिया |
| Cumin seeds | Jeera | जीरा |
| Dry Mango Powder | Amchur | अमचूर |
| Dry red chilli | Sukhi Sabut Lal Mirch | सूखी साबुत लाल मिर्च |
| Fennel | Saunf | सौंफ |
| Fenugreek leaves, dried | Kasuri Methi | कसूरी मेथी |
| Fenugreek seeds | Methidana | मेथी दाना |
| Mustard seeds | Sarson , Rai | सरसों, राई |
| Nutmeg | Jaiphal | जायफल |
| Oregano | Oregano | ऑरीगैनो |
| Pepper | Kali Mirch | काली मिर्च |
| Pomegranate seeds, dried | Anardana | अनारदाना |
| Poppy seeds | Khus Khus | खस खस |
| Red Chilli | Lal Mirch | लाल मिर्च |
| Salt | Namak | नमक |
| Turmeric | Haldi | हल्दी |

## Vegetables

| English Name | Hindi Name | |
|---|---|---|
| Amaranth | Chavli | चावली |
| Baby corn | Baby corn | बेबीकॉर्न |
| Bittergourd | Karela | करेला |
| Bottlegourd | Ghiya | घीया |
| Brinjal/Eggplant | Baigan | बैंगन |
| Broccoli | Hari Phool Gobhi | हरी फूलगोभी |
| Cabbage | Pata Gobhi/Bandh Gobhi | पत्ता गोभी/बन्द गोभी |
| Capsicum | Shimla Mirch | शिमला मिर्च |

# List of Ingredients/सामग्री की लिस्ट

| | | |
|---|---|---|
| Cauliflower | Phool Gobhi | फूल गोभी |
| Carrot | Gajar | गाजर |
| Celery | Ajmod | अजमोद |
| Cluster Beans | Gavar Ki Fali | गवार की फली |
| Coriander leaves | Hara Dhania | हरा धनिया |
| Cucumber | Kheera | खीरा |
| Curry leaves | Curry Patta | करी पत्ता |
| Drumsticks | Drumsticks | ड्रमस्टिक |
| Elephant Foot Yam | Jimikand | जिमीकन्द |
| French beans | France beans | फ्रान्स बिन्स |
| Garlic | Lehsun | लहसुन |
| Ginger | Adrak | अदरक |
| Lady Finger | Bhindi | भिन्डी |
| Lemon | Nimbu | नींबू |
| Lemon Grass | Lemon Grass | लेमन ग्रास |
| Lime | Nimbu | नींबू |
| Mint | Pudina | पुदीना |
| Mushroom | Kukurmutta | कुकुरमुत्ता |
| Olives | Jaitun | जैतून |
| Onion | Pyaz | प्याज |
| Parsley | Ajmoda | अजमोदा |
| Potato | Aloo | आलू |
| Peas | Hari Matar | हरी मटर |
| Radish | Mooli | मूली |
| Red Pumpkin | Lal Kaddu | लाल कद्दू |
| Spinach | Palak | पालक |
| Spring Onion | Hari Pyaz | हरी प्याज |
| Tomato | Tamatar | टमाटर |
| Turnip | Shalgam | शलगम |
| Chenopodium leaves | Bathua | बथुआ |
| Zucchini | Torai | तोरी |

# List of Ingredients/सामग्री की लिस्ट

**Fruits**

| English Name | Hindi Name | |
|---|---|---|
| Apple | Seb | सेब |
| Coconut | Nariyal | नारियल |
| Grapes | Angoor | अंगूर |
| Mango | Aam | आम |
| Pineapple | Anannas | अनन्नास |
| Pomegranate | Anaar | अनार |
| Raw Banana | Kacha Kela | कच्चा केला |

**Cereals**

| English Name | Hindi Name | |
|---|---|---|
| Flattened Rice | Poha | पोहा |
| Oats | Jaei | जेई |
| Puffed Rice | Murmura | मुरमुरा |
| Refined wheat Flour | Maida | मैदा |
| Rice | Chawal | चावल |
| Sago | Sabudana | साबूदाना |
| Semolina | Suji | सूजी |
| Whole wheat broken | Daliya | दलिया |
| Wheat Four (whole) | Gehun ka Atta | गेहूँ का आटा |

**Pulses**

| English Name | Hindi Name | |
|---|---|---|
| Bengal Gram Dal | Chana Dal | चना दाल |
| Bengal Gram flour | Besan | बेसन |
| Black Gram Dal | Urad Dal | उड़द दाल |
| Green Gram Dal(Dehusked) | Moong Dal (Dhuli) | मूँग दाल (धुली) |
| Kidney Beans | Rajma | राजमा |
| Lentils,(Dehusked) | Masoor Dal (Dhuli) | मसूर दाल (धुली) |
| Red Gram Dal | Arhar/Tuvar Dal | अरहर/ तूवर दाल |
| Soyabean | Soyabean | सोयाबीन |

**Dry Fruits**

| English Name | Hindi Name | |
|---|---|---|
| Almonds | Badam | बादाम |
| Cashewnuts | Kaju | काजू |
| Pistachio | Pista | पिस्ता |
| Raisins | Kishmish | किशमिश |
| Walnuts | Akhrot | अखरोट |
| Peanuts | Mungfali | मूँगफली |

**Fats & oils**

| English Name | Hindi Name | |
|---|---|---|
| Butter | Makhan | मक्खन |
| Ghee | Ghee | घी |
| Oil | Tel | तेल |
| Olive Oil | Jaitun Ka Tel | जैतून का तेल |
| Mustard Oil | Sarson Ka Tel | सरसों का तेल |

**Miscellaneous**

| English Name | Hindi Name | |
|---|---|---|
| Bread crumbs | Bread crumbs | ब्रेड क्रम्बस |
| Cornflour | Cornflour | कॉर्नफ्लोर |
| Coffee | Coffee | कॉफी |
| Cottage cheese | Paneer | पनीर |
| Curd | Dahi | दही |
| Eggs | Ande | अण्डें |
| Honey | Shahed | शहद |
| Jaggery | Gud | गुड़ |
| Khoa | Khoa | खोआ |
| Milk | Doodh | दूध |
| Powdered Sugar | Bura | बूरा |
| Sugar | Cheeni | चीनी |
| Tamarind | Imli | इमली |
| Tea | Chai | चाय |
| Saffron | Kesar | केसर |
| Sprouts | Ankur | अंकुर |
| Vinegar | Sirka | सिरका |

# 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 multicook tawa can be washed by hand or in the dishasher.

**ओवन के भीतरी हिस्से को साफ़ 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 साफ़ 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। दरवाज़े और खांचों के बीच गिरे हुए इन खाने के टुकड़ों को गीले कपड़े से साफ़ करें। टाईट सील के लिए यह सफाई रखनी बहुत जरुरी 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।
मल्टीकूक तवा को हांथों 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 साफ़ रखें**

साबुन और साफ़ पानी से इसके बाहरी हिस्सों को साफ़ 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 साफ़ करने के लिए दरवाज़ा खुला ही रखें ताकि कहीं गलती से ओवन चालू न हो जाए। फिर इसे एक गीले कपड़े से साफ़ करके सूखे कपड़े से पोंछ दें। सफाई के बाद STOP/CLEAR 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 humid conditions and in no way indicates a malfunction of the unit.

अगर दरवाज़ें के बाहर या भीतर भाप इकट्ठी 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 POWDER OR STEEL AND PLASTIC PADS.
Metal parts will be easier to maintain if wiped frequently with a damp cloth.

दरवाज़े और उनकी सील साफ़ रखी जानी चाहिए। गर्म साबुन वाला पानी लेकर पूरी तरह से धोएं और फिर सुखाएं। स्टील और प्लास्टिक के नुकीले पैड्स और क्लीनिंग पाउडर का इस्तेमालं 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 START/Add 30 secs 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 START/Add 30 secs 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. |

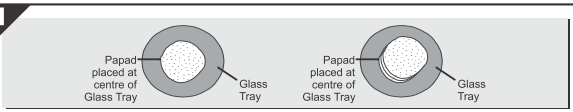
| आमतौर पर पूछे जाने वाले सवाल | जवाब |
|---|---|
| तब क्या करें जब ओवन की बत्ती न जले? | ओवन की बत्ती के न जलने के कई कारण हो सकते हैं–जैसे कि या तो बल्ब खराब हो गया है या कनेक्शन में कोई गड़बड़ी आ गई है। |
| क्या दरवाज़े के पारदर्शी स्क्रीन से माइक्रोवेव ऊर्जा बाहर आ सकती है? | नहीं। उनसे प्रकाश तो 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 शैल के साथ न रखें। |
| माइक्रोवेव कुकिंग हो जाने के बाद कुछ रुकने को क्यों कहा जाता है? | माइक्रोवेव कुकिंग के ख़त्म 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 तेज़ी 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 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 menu**

**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।

**1**




**1. ROASTED PAPAD**

**Procedure :**

**Papad:**

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

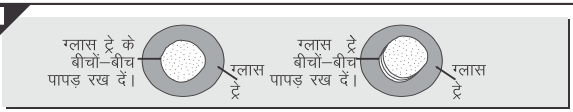
**Crispy Papad :**

1. **Press START/Add 30 secs once without papad.**
2. **Sprinkle little water or oil over the papad.**
3. **After beep, place the papad at the centre and press START/Add 30 secs**

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

a. **As per the composition of the papad material.**
b. **As per the Quantity of papad used.**

**1**




**1.भुने हुए पापड़**

**निर्माण करने की विधिः**

**पापड़ः**

1. ऊपर दिखाए गए चित्र के अनुसार ग्लास ट्रे के बीच में कच्चा पापड़ रख दें।
2. 100 प्रतिशत पावर लिमिट और कुकिंग का टाइम सेट करें।
3. पापड़ को पकने के बाद 30–45 सेकेंड तक ओवन में ही रखा रहने दें।

**एक से ज्यादा पापड़ों का निर्माण करने के लिएः**

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

**कुरकुरे पापड़ः**

1. बिना पापड़ के START/Add 30 secs एक बार दबाएँ।
2. पापड़ पर थोड़े पानी या तेल के छींटें मारें।
3. बीप के बाद पापड़ अन्दर बीच में रख कर **START/Add 30 secs** दबाएँ।

***ध्यान रहेः** पापड़ के भूनने का समय बदल भी सकता हैः

अ. पापड़ के निर्माण में लगने वाले तत्वों के संयोजन पर यह निर्भर करेगा।
ब. 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 secs to START/Add 30 secs set 3~4 minutes or set time as instructed on the packed. Remove the bag after poping sound has stopped. Take care that bag corners do not touch sides while rotating.**

**Note : Attend poping process carefully. Do not overheat as it may cause fire.**

2




2. **पॉपकॉर्न्सः** ग्लास ट्रे पर पॉपकॉर्न्स का बैग सही तरह से रख दें. पैकेट के निर्देशन अनुसार। START/Add 30 secs दबा कर तीन से चार मिनट का टाइम सेटकर दें या फिर पैकेट के निर्देशन अनुसार । बीप की आवाज़ के बंद हो जाने पर आप पॉपकॉर्न्स का बैग बाहर निकाल लें। ध्यान रखें कि बैग के कोने दीवारों से न टकराएँ।

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

# Plug wiring information / प्लग वायरिंग इन्फोरमेशन

## 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 ⏚ .**

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

## चेतावनी

**इस उपकरण को अर्थिंग से अवश्य जोड़ें**

मुख्य पावर कोर्ड के तार के रंग इस तरह के होने चाहिए:
काला – न्यूट्रल
लाल – लाइव
हरा और पीला – अर्थिंग

ओवन के मुख्य पावर कोर्ड 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 ⏚ चिन्ह लिखा है से जोड़ना चाहिए।

अगर सप्लाई 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;






MFL67722101 (04)

LG 24 x 7 CUSTOMER CARE

1800-180-9999 (Toll Free) CALL

5757554 (Send SMS) SMS

www.lg.com/in/support CLICK

www.facebook.com/lghomeappliances
www.twitter.com/LGIndiaTweets

To know more about LG, visit www.lg.com/in
For Corporate/Institutional enquiries, please write to corp.enquiries@lge.com

**Regd. Office: LG Electronics India Pvt. Ltd.,** A Wing (3rd Floor), D-3, District Center, Saket, New Delhi-110017 CIN No. U32107DL1997PTC220109