

دفترچه راهنمای فرمایکروویو

لطفاً قبل از استفاده از محصول، این دفترچه راهنما را به دقت بخوانید.

MG48**** / MG42****

(لطفاً مشخصات مدل را بررسی نمایید)



فهرست

مایکروویو چگونه کار می‌کند؟

امواج مایکروویو شکلی از انرژی و مشابه امواج رادیو و تلویزیون و نور معمولی آفتاب هستند. در حالت عادی، امواج مایکروویو هنگام عبور از جو به سمت خارج پخش و بدون بر جای گذاشتن اثری از خود، ناپدید می‌شوند. اما این فر به مگنترونی مجهز گردیده که برای بهره‌بری از انرژی موجود در امواج مایکروویو طراحی شده است. انرژی الکتریکی فراهم‌شده در لوله این مگنترون برای تولید انرژی مایکروویو به کار می‌رود. امواج مایکروویو از راه روزنه‌های داخلی فر وارد ناحیه پخت و پز می‌شوند. داخل فر، سینی‌ای قرار داده شده است. امواج مایکروویو توانایی گذر از دیواره‌های فلزی فر را ندارند، اما می‌توانند از موادی که برای ساخت ظروف مایکروویو به کار می‌روند بگذرند؛ مانند شیشه، چینی و کاغذ. امواج مایکروویو ظروف ویژه پخت و پز را گرم نمی‌کنند، اما این ظروف بالاخره بر اثر گرمای غذای داخل خود داغ می‌شوند.

وسایلهای بسیار بی‌خطر

فر شما یکی از بی‌خطرترین لوازم خانگی است. با باز کردن درب فر، تولید امواج مایکروویو به صورت خودکار متوقف می‌شود. کل انرژی موجود در امواج مایکروویو پس از ورود به غذا به گرما تبدیل می‌شود و به شکل انرژی «پس‌ماند» در غذا نمی‌ماند و بدین ترتیب هنگام صرف غذا به شما آسیبی نمی‌رسد.

۳ دستورالعمل‌های مهم ایمنی

۸ پیش از استفاده

- ۸ باز کردن بسته‌بندی و نصب فر
- ۱۰ صفحه کنترل
- ۱۰ نشانه‌های تصویری روی صفحه‌نمایش
- ۱۱ دکمه لغزنده لمسی
- ۱۱ لمس درست
- ۱۱ لمس نادرست
- ۱۲ تنظیم کردن ساعت
- ۱۲ شروع سریع
- ۱۲ بیشتر/کمتر
- ۱۲ صرفه‌جویی در انرژی

۱۳ نحوه استفاده

- ۱۳ پخت زمان‌دار
- ۱۳ سطوح توان مایکروویو
- ۱۴ پخت با گریل
- ۱۴ پخت ترکیبی با گریل
- ۱۵ قفل کودک
- ۱۵ برشته کردن
- ۱۶ دستورالعمل‌های منوی برشته کردن
- ۱۷ منوی محبوب
- ۱۷ دستورالعمل‌های منوی محبوب
- ۲۳ نرم و آب کردن
- ۲۳ دستورالعمل‌های نرم و آب کردن
- ۲۴ یخ‌زدایی و پخت
- ۲۴ راهنمای منوی یخ‌زدایی و پخت
- ۲۵ یخ‌زدایی با اینورتر
- ۲۵ دستورالعمل‌های منوی یخ‌زدایی با اینورتر
- ۲۶ ماست
- ۲۶ دستورالعمل‌های منوی ماست
- ۲۷ حفظ گرما
- ۲۸ ظروف مخصوص مایکروویو

۲۹ خصوصیات غذاها و آشپزی با فر مایکروویو

۳۱ دستورالعمل‌های نظافت فر

۳۱ استفاده از قابلیت SMART DIAGNOSIS™ (اختیاری)

۳۲ سوالات و پاسخ‌ها

۳۳ مشخصات فنی

دستورالعمل‌های مهم ایمنی

لطفاً این راهنما را به دقت بخوانید و برای استفاده‌های بعدی نگه دارید.

قبل از استفاده از فر به منظور جلوگیری از خطر آتش‌سوزی، برق‌گرفتگی، جراحت جسمی یا آسیب، همه دستورالعمل‌ها را بخوانید و انجام دهید. این راهنما همه شرایط احتمالی که ممکن است رخ دهند را پوشش نمی‌دهد. همواره برای مشکلاتی که درباره آن دانشی ندارید با سرویس‌کار یا شرکت سازنده تماس بگیرید.

هشدار

این نماد هشدار ایمنی است. این علامت خطرات احتمالی که می‌تواند باعث مرگ یا آسیب به شما و دیگران شود را هشدار می‌دهد. برای همه پیام‌های ایمنی، علامت هشدار ایمنی و نیز کلمه «هشدار» یا «احتیاط» آمده است. این کلمات یعنی:

هشدار

این علامت خطرات یا کارهای غیرایمن که می‌تواند باعث خطرات جانی جدی یا مرگ شود را به شما هشدار می‌دهد.

احتیاط

این علامت خطرات یا کارهای غیرایمن که می‌تواند باعث جراحات جسمی یا آسیب به اموال شود را به شما هشدار می‌دهد.

هشدار

۱ از دستکاری، تغییر یا تعمیر درب، قفل درها، پائل کنترل، سوییچ‌های ایمنی قفل داخلی یا هر قطعه دیگری از فر که نیازمند برداشتن پوشش‌های محافظ در برابر خروج انرژی فر مایکروویو هستند خودداری کنید. در صورتی که قفل‌های در فر مایکروویو و قسمت‌های مجاور آن دچار اختلال هستند، از آن استفاده نکنید. تعمیرات فقط باید توسط سرویس‌کار مجاز انجام شود.

- بر خلاف سایر لوازم خانگی، فر مایکروویو دستگاهی با ولتاژ بالا و جریان برق بالا می‌باشد.
- استفاده یا تعمیر نادرست می‌تواند باعث قرار گرفتن در معرض انرژی بیش از حد مایکروویو یا برق‌گرفتگی شود.
- ۲ از این فر برای رطوبت‌زدایی استفاده نکنید (مثلاً استفاده از مایکروویو برای رطوبت‌زدایی روزنامه خیس، پارچه، اسباب بازی، لوازم برقی، یا کودک یا حیوان خانگی)
- این کار می‌تواند موجب بروز صدمات جدی مانند آتش‌سوزی، سوختگی یا مرگ ناگهانی ناشی از برق‌گرفتگی شود.
- ۳ این دستگاه برای استفاده اشخاص (از جمله کودکان) دچار معلولیت جسمی، حسی یا ذهنی یا افراد فاقد تجربه و آگاهی طراحی نشده است؛ مگر این که استفاده از دستگاه برای تضمین ایمنی آنها تحت نظارت یا آموزش فرد مسئول صورت بگیرد. مراقب باشید که کودکان و خردسالان با دستگاه بازی نکنند.
- استفاده نادرست می‌تواند موجب صدماتی مانند آتش‌سوزی، برق‌گرفتگی یا سوختگی شود.
- ۴ قسمت‌های در دسترس ممکن است حین استفاده داغ شوند. کودکان کم سن و سال باید از دستگاه دور نگه داشته شوند.
- ممکن است دچار سوختگی شوند.
- ۵ مایعات و سایر غذاها را نباید در ظروف در بسته گرم کرد، زیرا ممکن است منفجر شوند. قبل از پخت و پز یا یخ‌زدایی، بسته بندی پلاستیکی آن را جدا کنید.
- گرچه توجه داشته باشید که در برخی موارد، غذا باید برای پخت یا گرم کردن در ورق پلاستیکی پیچیده شود.
- ممکن است منفجر شوند.
- ۶ حتماً برای هر حالت عملکرد، از لوازم و وسایل مناسب استفاده کنید.
- استفاده نادرست از دستگاه می‌تواند موجب آسیب به فر و لوازم جانبی آن یا باعث جرقه و آتش‌سوزی شود.
- ۷ کودکان نباید با لوازم دستگاه بازی کنند یا از دستگاه در آن آویزان شوند.
- ممکن است آسیب ببینند.
- ۸ انجام سرویس یا تعمیر که مستلزم برداشتن پوشش محافظ اشعه مایکروویو باشد، برای هر کسی به جز سرویس‌کار مجرب و واجد صلاحیت، خطر دارد.
- ۹ هنگام استفاده از دستگاه در حالت ترکیبی، به دلیل دمای بالا، کودکان فقط باید تحت نظارت بزرگسالان از فر استفاده کنند.
- ۱۰ در صورت خرابی، فر را به کار نیندازید. این مهم است که در فر را به خوبی ببندید و نیز اینکه آسیبی به قسمت‌های زیر وارد نشود: (۱) در، (خمیگی) (۲) لولا و دستگاه (شکسته یا شل نشده باشند)، (۳) لاستیک دور شیشه و سطوح درزگیری
- این کار می‌تواند باعث قرار گرفتن در معرض انرژی بیش از حد مایکروویو شود.

- ۱۱ اگر در یا سطوح درزگیر آن خراب شوند، تا زمانی که توسط شخص مجرب تعمیر شوند نباید از فر استفاده کرد.
- ۱۲ فر از طریق یک سیم رابط یا پریز برق سیار کار می‌کند، سیم رابط، پریز سیار باید به نحوی قرار بگیرد که در معرض آب یا نفوذ رطوبت نباشد.
- ۱۳ تنها در صورتی بدون نظارت به کودکان اجازه استفاده از فر را دهید که دستورالعمل‌های کافی به آن‌ها آموزش داده شده باشد تا بتوانند از آن به صورت بی‌خطر استفاده کنند و از خطرات استفاده نامناسب آگاه شوند.
- ۱۴ دستگاه و قسمت‌های در دسترس آن ممکن است حین استفاده داغ شوند. به هیچ وجه نباید المنت‌های حرارتی را لمس کنید. کودکان کمتر از ۸ سال را باید از دستگاه دور نگه داشت، مگر آنکه به طور دائم بر آن‌ها نظارت داشته باشید.
- ۱۵ دستگاه در هنگام استفاده داغ می‌شود. به هیچ وجه نباید المنت‌های حرارتی داخل فر را لمس کنید.
- ۱۶ برای تمیز کردن شیشه درب فر از پاک‌کننده‌های زبر، سیم ظرفشویی یا کاردک‌های فلزی و تیز استفاده نکنید، زیرا این موارد باعث خراش شیشه می‌شود و ممکن است منجر به شکستن و خرد شدن آن شود.

⚠ احتیاط

- ۱ شما نمی‌توانید از فر خود درحالی‌که در آن باز است استفاده کنید؛ زیرا قفل‌های داخلی ایمنی در داخل مکانیزم در تعبیه شده‌اند. مهم است که قفل‌های داخلی ایمنی را دستکاری نکنید.
- این کار می‌تواند باعث قرار گرفتن در معرض انرژی بیش از حد مایکروویو شود. (قفل‌های داخلی ایمنی همه فعالیت‌های پخت حین باز بودن درب را به طور خودکار خاموش می‌کند)
- ۲ هیچ جسمی (مانند حوله آشپزخانه، دستمال و غیره) را بین جلوی فر و درب آن قرار ندهید یا نگذارید باقیمانده غذا یا تمیزکننده روی سطح قفل جمع شود.
- این کار می‌تواند باعث قرار گرفتن در معرض انرژی بیش از حد مایکروویو شود.
- ۳ لطفاً مطمئن شوید که زمان پخت را به درستی تنظیم کرده‌اید. مواد غذایی با حجم کم نیازمند زمان کوتاتری برای پخت یا گرم کردن هستند.
- پخت بیش از حد می‌تواند موجب آتش گرفتن غذا و آسیب متعاقب به فر شما شود.
- ۴ هنگام گرم کردن مایعاتی مانند سوپ، سس و نوشیدنی‌ها در فر مایکروویو خود،
* از ظروف بلند با دهانه باریک استفاده نکنید.
* بیش از حد گرم نکنید.
* قبل از قرار دادن ظرف در فر و مجدداً در میانه زمان گرم کردن، مایع را هم بزنید.
- پس از گرم کردن، بگذارید مدت کوتاهی در فر باقی بماند؛ مجدداً با دقت آن را هم بزنید یا تکان دهید و قبل از مصرف برای جلوگیری از سوختگی، دمای آن را بررسی کنید (مخصوصاً محتویات شیشه شیر و شیشه‌های غذای کودک).
- در هنگام برداشتن ظرف دقت کنید. گرم کردن نوشیدنی‌ها در مایکروویو می‌تواند منجر به تاخیر در جوش آمدن و پاشیدن آن شود، بنابراین هنگام برداشتن ظرف باید احتیاط نمود.
- ۵ بالا، زیر یا در طرفین دستگاه، روزنه‌های خروجی تعبیه شده است. روزنه‌های خروجی را مسدود نسازید.
- این کار می‌تواند موجب آسیب به فر و نتایج پخت ضعیف شود.
- ۶ فر را وقتی که خالی است به کار نیندازید. بهترین کار این است که وقتی فر در حال استفاده نیست، یک لیوان آب داخل آن بگذارید.
- اگر فر ناگهان روشن شود، آب همه انرژی مایکروویو را به طور ایمن جذب می‌کند.

- استفاده نادرست می‌تواند موجب آسیب به فر شود.
- ۷ غذای پیچیده‌شده در حوله کاغذی را نپزید؛ مگر آنکه کتاب آشپزی شما دستورالعمل‌هایی درباره غذای مورد نظر داده باشد. و به جای حوله های کاغذی از روزنامه استفاده نکنید.
- استفاده نادرست می‌تواند باعث انفجار یا آتش‌سوزی شود.
- ۸ از ظروف چوبی یا ظروف سرامیک دارای فلز (مانند طلا یا نقره) استفاده نکنید. همیشه بست های فلزی را جدا کنید. فقط از وسایلی استفاده کنید که برای کاربرد در فر مایکروویو مناسب هستند. در طول پخت با مایکروویو، استفاده از ظروف فلزی غذا و نوشیدنی مجاز نیست.
- این ظروف ممکن است داغ شوند و بسوزند. اشیاء فلزی ممکن است داخل فر موجب جرقه زدن و باعث آسیب‌های جدی شوند.
- ۹ از محصولات کاغذی باز یافت‌شده استفاده نکنید.
- این محصولات ممکن است دارای ناخالصی‌هایی باشند که باعث جرقه و بروز آتش‌سوزی در طول پخت و پز شود.
- ۱۰ بلافاصله پس از پایان پخت، توری و سینی را زیر آب قرار ندهید. این کار ممکن است باعث شکستن یا صدمه به محصول شود.
- استفاده نادرست می‌تواند موجب آسیب به فر شود.
- ۱۱ برای جلوگیری از سقوط تصادفی دستگاه، فر را طوری قرار دهید که جلوی آن از لبه سطحی که دستگاه روی آن قرار دارد ۸ سانتی‌متر یا بیشتر فاصله داشته باشد.
- استفاده نادرست می‌تواند موجب صدمات جسمی یا آسیب به فر شود.
- ۱۲ قبل از پخت، پوست سیب‌زمینی، سیب یا سایر میوه‌ها و سبزیجات مشابه را سوراخ کنید.
- ممکن است منفجر شوند.
- ۱۳ تخم‌مرغ دارای پوست خام یا آب‌پز را نباید در فر مایکروویو گرم کرد، زیرا ممکن است حتی پس از پایان کار مایکروویو منفجر شوند.
- دلیل انفجار تخم‌مرغ افزایش فشار درون آن است.
- ۱۴ از سرخ کردن با روغن درون فر اجتناب کنید.
- این کار ممکن است باعث جوشیدن و پخش شدن مایع داغ شود.
- ۱۵ در صورت مشاهده (یا خروج) دود، دستگاه را خاموش کنید و دوشاخه را از پریز بکشید؛ درب دستگاه را بسته نگه دارید تا هرگونه شعله احتمالی خفه شود.
- این کار ممکن است موجب صدماتی مانند آتش‌سوزی یا برق‌گرفتگی شود.
- ۱۶ هنگام گرم کردن غذا در ظروف پلاستیکی و کاغذی، به دلیل خطر آتش‌سوزی، مراقب فر باشید.
- به دلیل احتمال خراب شدن ظرف، غذا ممکن است از ظرف بیرون بریزد؛ این امر ممکن است باعث آتش‌سوزی نیز بشود.
- ۱۷ در حین کار کردن دستگاه، دمای سطوح قابل دسترس زیاد است. حین استفاده از حالت گریل، کانوکشن و پخت خودکار، درب، محفظه خارجی، پشت محفظه، داخل فر، لوازم و بشقاب‌های فر را لمس نکنید. قبل از تمیز کردن نیز مطمئن شوید این قسمت‌ها داغ نیستند.
- با داغ شدن آن‌ها، خطر سوختگی وجود دارد، مگر آنکه دستکش آشپزی ضخیم پوشیده باشید.
- ۱۸ فر باید مرتباً تمیز شود و هرگونه باقیمانده غذا برداشته شود.
- عدم تمیز نگه داشتن فر می‌تواند باعث استهلاک سطح آن شود و شدیداً بر عمر مفید دستگاه تأثیر بگذارد و نیز منجر به موقعیتی خطرناک شود.

- ۱۹ فقط از پروب دمای توصیه‌شده برای این فر استفاده کنید.
- با پروب دمای نامناسب، نمی‌توانید مطمئن باشید که دما صحیح و دقیق است.
این مدل پروب دما ندارد.
- ۲۰ کاربرد این دستگاه استفاده خانگی و کاربردهای مشابه است؛ اعم از:
 - آشپزخانه کارکنان در فروشگاه‌ها، ادارات و سایر محیط‌های کاری؛
 - خانه‌های روستایی؛
 - مشتریان هتل‌ها، مثل‌ها و سایر محیط‌های اقامتی؛
 - محیط‌های مسافرخانه‌ای
- ۲۱ این دستگاه می‌تواند توسط کودکان بالای ۸ سال و اشخاص با معلولیت‌های جسمی، حسی یا ذهنی یا افراد فاقد تجربه و آگاهی در صورتی استفاده شود که نظارت و دستورالعمل‌های لازم در مورد استفاده از دستگاه به طور ایمن ارائه شود و خطرات احتمالی توضیح داده شود.
کودکان نباید با این دستگاه بازی کنند.
- تمیز کردن و نگهداری نباید توسط کودکان انجام بگیرد، مگر اینکه ۸ ساله یا بزرگتر باشند و تحت نظارت عمل کنند.
- ۲۲ این فر مایکروویو برای گرم کردن غذا و نوشیدنی است. خشک کردن غذا یا لباس و گرم کردن پدهای گرمایشی، کفش راحتی، اسفنج، پارچه مرطوب یا سایر چیزها منجر به خطر جراحت، اشتعال یا آتش‌سوزی می‌شود.
- ۲۳ این دستگاه برای استفاده با تایمر خارجی یا سیستم کنترل از راه دور جداگانه طراحی نشده است.
- ۲۴ برای تهیه ذرت بود داده به راهنمای مندرج بر روی بسته بندی آن مراجعه کنید. در حالیکه ذرت در حال بو داده شدن است، فر را به حال خود رها نکنید. اگر پس از زمان پیشنهادی، ذرت بو داده نشده، پخت را متوقف سازید. هرگز از کیسه کاغذی تیره رنگ برای ذرت بوداده استفاده نکنید. هرگز سعی نکنید که دانه‌های باقیمانده را بو دهید.
 - پخت بیش از حد می‌تواند منجر به آتش گرفتن ذرت شود.
- ۲۵ این دستگاه باید اتصال ارت (زمین) داشته باشد.
رنگ سیم‌های کابل برق اصلی مطابق با کدهای زیر است
آبی ~ نول
قهوه‌ای ~ فاز
سبز و زرد ~ ارت
از آنجا که رنگ سیم‌های اصلی این دستگاه ممکن است با نشانه‌های رنگی ترمینال‌های دوشاخه شما هماهنگ نباشد، مطابق زیر عمل نمایید:
سیم آبی رنگ باید به ترمینالی وصل شود که با حرف N یا رنگ سیاه مشخص شده است.
سیم قهوه‌ای رنگ باید به ترمینالی وصل شود که با حرف L یا رنگ قرمز مشخص شده است.
سیم سبز و زرد رنگ یا سبز رنگ باید به ترمینالی وصل شود که با حرف G یا $\oplus$ مشخص شده است.
در صورت آسیب دیدن سیم برق و جهت پیشگیری از هر خطری، این سیم باید توسط مرکز خدمات یا شخص ذیصلاح جایگزین شود.
- استفاده نادرست می‌تواند موجب آسیب جدی برق‌گرفتگی شود.
- ۲۶ فقط از وسایلی استفاده کنید که برای کاربرد در فر مایکروویو مناسب هستند.

۲۷ نباید از این فر برای اهداف آشنیزی تجاری استفاده شود.

• استفاده نادرست می‌تواند موجب آسیب به فر شود.

۲۸ فر مایکروویو نباید در کابینت گذاشته شود.

• فر مایکروویو برای استفاده مستقل طراحی شده است.

۲۹ اتصال برق دستگاه را باید از طریق پریز قابل دسترس یا استفاده از سونیچ با سیم‌کشی ثابت مطابق با قواعد سیم‌کشی انجام داد.

• استفاده از دوشاخه یا سونیچ نامناسب می‌تواند موجب برق‌گرفتگی یا آتش‌سوزی شود.

۳۰ درب دستگاه یا سطوح خارجی آن ممکن است حین کار کردن دستگاه داغ شوند.

۳۱ دستگاه و سیم آن را دور از دسترس کودکان زیر ۸ سال قرار دهید.

۳۲ محتویات شیشه شیر و غذای کودک باید هم زده شود یا تکان داده شود و برای جلوگیری از سوختگی، دمای آن باید قبل از مصرف بررسی شود.

۳۳ بدنه و داخل فر را تمیز نگه دارید. لطفاً برای آگاهی از جزئیات چگونگی تمیز کردن فر به بخش «دستورالعمل‌های نظافت فر» مراجعه کنید

۳۴ شرایط نصب را رعایت کنید، در غیر این صورت، گرما خطرناک خواهد شد.

۳۵ از بخارشوی برای نظافت دستگاه استفاده نشود.

۳۶  احتیاط کنید، سطح داغ است

استفاده از این نماد بدین معناست که حین استفاده از دستگاه، امکان داغ شدن سطوح وجود دارد.

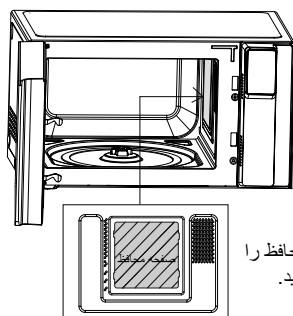
۳۷ اشیاء (کتاب، جعبه و غیره) را درون دستگاه قرار ندهید. دستگاه ممکن است بیش از حد داغ شود یا آتش بگیرد و یا ممکن است سقوط کند و باعث صدمه به افراد شود.

پیش از استفاده

باز کردن بسته‌بندی و نصب فر

با انجام مراحل ساده‌ای که در این دو صفحه توضیح داده می‌شود، می‌توانید در زمان کمی از کارکرد طبیعی فر خود مطمئن شوید. لطفاً به توضیحات داده‌شده درباره مکان نصب فر توجه ویژه‌ای داشته باشید. هنگام باز کردن بسته‌بندی فر، مطمئن شوید همه لوازم جانبی و اجزای بسته‌بندی را از داخل آن خارج می‌کنید. مطمئن شوید فر شما هنگام حمل و نقل صدمه‌ای ندیده باشد.

۱ بسته‌بندی فر خود را باز کنید و آن را روی سطح صافی قرار دهید.



* صفحه محافظ را خارج نکنید.

محور صفحه گرداننده



سینی شیشه‌ای



سه پایه بلند

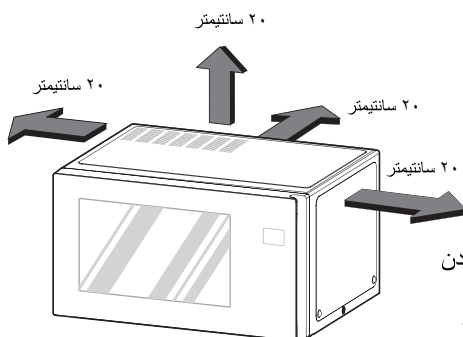


حلقه دوار



توجه !

- صفحه محافظ داخل فر (صفحه نقره‌ای) را خارج نکنید. صفحه محافظ برای محافظت از قطعات مایکروویو در برابر پاشیده شدن مواد غذایی طراحی شده است.



۲ فر را روی سطح صافی به انتخاب خود قرار دهید، به گونه‌ای که ارتفاع آن بیشتر از ۸۵ سانتی‌متر باشد، اما برای تهویه مناسب هوا، از وجود حداقل ۲۰ سانتی‌متر فضا در بالا و ۲۰ سانتی‌متر در پشت، سمت چپ و سمت راست فر اطمینان حاصل کنید. برای جلوگیری از افتادن فر، قسمت جلوی آن باید حداقل ۸ سانتی‌متر تا لبه جلویی سطح زیر آن فاصله داشته باشد.

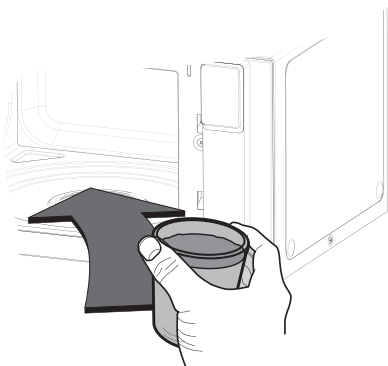
در بالا و طرفین دستگاه، دریچه خروجی هوا تعبیه شده است. مسدود کردن خروجی هوای فر ممکن است به آن آسیب برساند. از فر در فضای بسته یا کم‌د استفاده نکنید، زیرا ممکن است جریان هوای لازم برای خنک شدن دستگاه محدود شود. این موضوع ممکن است سبب کاهش قدرت و عمر مفید دستگاه و احتمالاً خرابی آن به علت گرمای بیش‌از حد شود.

نکته !

- نباید از این فر برای آشپزی تجاری استفاده کرد. از این فر در فضاهای توکار استفاده نکنید!

۳ فر را به یکی از پریزهای برق معمولی خانه وصل کنید. پریز مایکروویو باید اختصاصی و مستقل باشد. در صورت بروز اشکال در کارکرد فر، آن را از پریز برق جدا و دوباره وصل کنید.

۴ درب فر را با کشیدن دستگیره آن باز کنید. حلقه دوار را داخل فر و سینی شیشه‌ای را روی آن قرار دهید.



۵ یک ظرف مخصوص مایکروویو ۳۰۰ میلی‌لیتر (نصف پیمانه) آب بریزید. آن را روی سینی شیشه‌ای قرار دهید و درب فر را ببندید. لطفاً اگر درست نمی‌دانید چه نوع ظرفی به کار ببرید، به قسمت «ظروف مخصوص مایکروویو» مراجعه کنید.

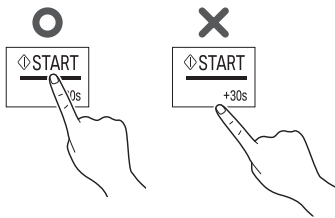


۶ ابتدا دکمه **STOP/CANCEL** و سپس دکمه **START** را یک بار فشار دهید تا عملیات پخت و پز ۳۰ ثانیه‌ای آغاز شود.



۷ روی صفحه نمایش (DISPLAY)، شمارش معکوسی ۳۰ ثانیه‌ای نشان داده خواهد شد. با رسیدن شمارش به ۰، صدای کوتاهی شنیده خواهد شد. درب فر را باز و دمای آب را بررسی کنید. اگر در کارکرد فر مشکلی وجود نداشته باشد، آب گرم خواهد بود. هنگام درآوردن ظرف مراقب باشید، زیرا ممکن است داغ شده باشد. اکنون فر شما نصب شده است!

۸ محتویات شیشه شیر و غذای کودک باید هم زده شود یا تکان داده شود و برای جلوگیری از سوختگی، دمای آن باید قبل از مصرف بررسی شود.



۹ در شرایط زیر ممکن است شناسایی دکمه توسط دستگاه با اختلال مواجه شود.

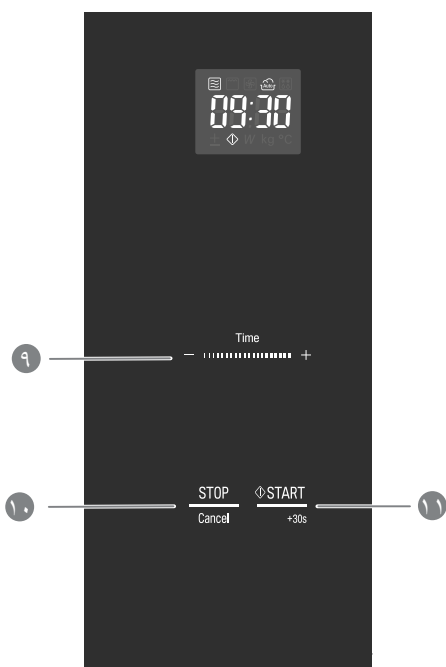
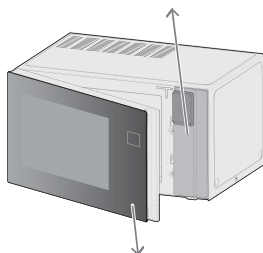
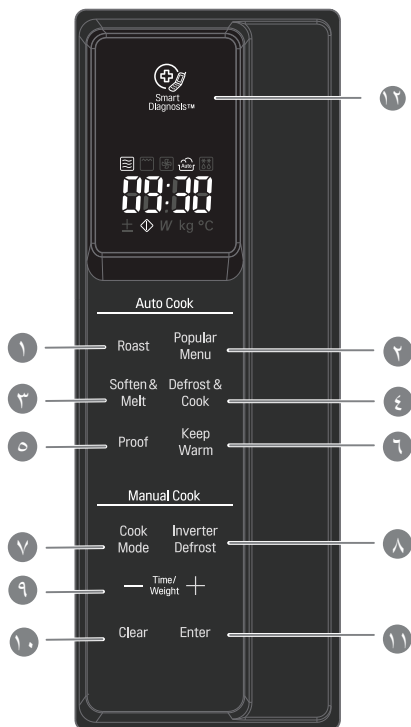
- اگر مرکز دکمه فشار داده نشود.
- اگر دکمه با نوک انگشت یا ناخن فشار داده شود.

نکته !

از دستکش‌های لاستیکی یا یکبارمصرف استفاده نکنید. در صورت تمیز کردن پانل کنترل با حوله خیس، پس از پایان کار رطوبت روی آن را خشک کنید.

۱۰ به علت قدرت خروجی نسبتاً بالاتر این دستگاه، زمان پخت و پز آن باید از فرهای میکروویو معمولی (۷۰۰ وات، ۸۰۰ وات) کوتاهتر باشد. حرارت بیش از حد غذا ممکن است سبب ایجاد رطوبت روی درب دستگاه شود. بروز این امر ایراد دستگاه نیست.

صفحه کنترل



بخش	
۱	برشته کردن به صفحه ۱۵ «برشته کردن» مراجعه کنید.
۲	منوی محبوب برای «منوی محبوب» به صفحه ۱۷ رجوع شود
۳	نرم و آب کردن (SOFTEN & MELT) برای «نرم کردن و آب کردن» به صفحه ۲۳ رجوع شود
۴	یخزدایی و پخت (DEFROST & COOK) برای «یخزدایی و پخت» به صفحه ۲۴ رجوع شود
۵	ماست به صفحه ۲۶ «ماست» مراجعه کنید.
۶	حفظ گرما برای «حفظ گرما» به صفحه ۲۷ رجوع شود
۷	حالت پخت (COOK MODE) برای «پخت زماندار» به صفحه ۱۳ و برای «پخت با گریل» به صفحه ۱۴ رجوع شود برای «پخت ترکیبی با گریل» به صفحه ۱۴ رجوع شود
۸	یخزدایی با اینورتر برای «یخزدایی با اینورتر» به صفحه ۲۵ رجوع شود
۹	بیشتر / کمتر • انتخاب منوی پخت. • انتخاب زمان پخت و وزن غذا. • هنگام پخت خودکار یا دستی، هر گاه که بخواهید (به جز حالت یخزدایی) می‌توانید زمان پخت را با فشار دادن دکمه مربوطه افزایش یا کاهش دهید.
۱۰	توقف / پاک کردن (STOP / CLEAR) • متوقف‌سازی عملیات و پاک‌سازی همه دستورات ورودی به جز ساعت.
۱۱	شروع / ورود (START / ENTER) • برای آغاز پخت گزینه انتخابی، این دکمه را یک بار فشار دهید. • قابلیت شروع سریع به شما این امکان را می‌دهد که تنها با لمس دکمه شروع سریع، ۳۰ ثانیه پخت با توان بالا را فعال کنید.
۱۲	عیب یابی هوشمند SMART DIAGNOSIS™ (اختیاری) • پس از درخواست کارکنان مرکز خدمات، میکروفرن گوشی را جلوی این آیکن نگه دارید تا شناسایی مشکلات فرمایکروویو هنگام نیاز به تعمیرات تسهیل شود.

نشانه‌های تصویری روی صفحه‌نمایش

نماد	
	نمایش علامت مایکروویو هنگام کار با آن.
	نمایش علامت گریل هنگام کار با آن.
	نمایش علامت پخت ترکیبی با گریل هنگام کار با آن.
	نمایش علامت پخت با اینورتر هنگام کار با آن.
	نمایش علامت یخزدایی با اینورتر هنگام کار با آن.
	نمایش علامت بیشتر/کمتر هنگام فعال بودن آن.
	نمایش علامت آغاز عملیات پخت هنگام فعال بودن آن.
	نمایش علامت توان خروجی هنگامی که امکان تنظیم آن باشد.
	نمایش علامت وزن هنگامی که امکان تنظیم آن باشد.

دکمه لغزنده لمسی

با استفاده از کلیدهای لغزنده لمسی می‌توانید زمان پخت یا وزن غذای منجمد را برای یخ‌زدایی تنظیم کنید.

مثال: برای افزایش زمان پخت، انگشت خود را از چپ به راست روی لغزنده بکشید.

۱. با انگشت لغزنده لمسی (+) لمس کنید. را در نزدیکی (-) لمس کنید.

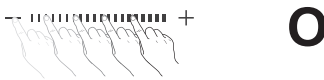
۲. با کشیدن انگشت به سمت راست می‌توان زمان پخت را افزایش داد.

لمس درست

۱. کلیدهای (-) و (+) در دو سر کلیدهای لغزنده لمسی همانند کلیدهای لمسی دیگر استفاده می‌شود. با یک بار لمس دکمه مانند شکل، می‌توانید زمان پخت یا وزن غذای منجمد را برای یخ‌زدایی تنظیم کنید.



۲. لازم است مانند شکل انگشت خود را در مرکز دکمه لغزنده لمسی قرار دهید.



لمس نادرست

لمس لغزنده به صورت‌های زیر ممکن است تشخیص داده نشود:

۱. لمس بیرون دکمه لغزنده لمسی.



۲. لمس لغزنده با ناخن یا نوک انگشت.

۳. لمس سریع لغزنده

مثال: برای کاهش زمان پخت، انگشت خود را از راست به چپ روی لغزنده لمسی بکشید.

۱. با انگشت لغزنده لمسی (-) لمس کنید. را در نزدیکی (+) لمس کنید.

۲. با کشیدن انگشت به سمت چپ می‌توان زمان پخت را کاهش داد.

توجه !

- از دستکش‌های لاستیکی یا یکبارمصرف استفاده نکنید.
- در صورت تمیز کردن پانل کنترل با حوله خیس، پس از پایان کار رطوبت روی آن را خشک کنید.
- هنگام فشار دکمه (+) یا (-) روی پانل کنترل، در صورت متوقف شدن فرایند افزایش یا کاهش عدد موردنظر، دکمه را دوباره لمس کنید.

توجه !

- تنظیمات زمان
 - ۰ تا ۳ دقیقه: افزایش یا کاهش زمان به صورت ۱۰ ثانیه ۱۰ ثانیه صورت می‌گیرد.
 - ۳ تا ۲۰ دقیقه: افزایش یا کاهش زمان به صورت ۳۰ ثانیه ۳۰ ثانیه صورت می‌گیرد.
 - ۲۰ تا ۹۰ دقیقه: افزایش یا کاهش زمان به صورت ۱ دقیقه ۱ دقیقه صورت می‌گیرد.
 - هنگام کار با میکروویو: افزایش یا کاهش زمان باقی‌مانده به صورت ۱۰ ثانیه ۱۰ ثانیه صورت می‌گیرد.
- وزن غذای منجمد نیز برای یخ‌زدایی به همین ترتیب تنظیم می‌شود. افزایش یا کاهش وزن به صورت ۱۰۰ گرم ۱۰۰ گرم صورت می‌گیرد.

تنظیم کردن ساعت

هنگام اتصال فر به برق برای بار اول یا وصل دوباره برق پس از قطعی، اعداد روی صفحه نمایش به «12H» بازنشانی می شوند.

مثال: برای تنظیم 11:11

۱. در را باز کنید.

دکمه + را یک بار فشار دهید. روی صفحه نمایش «24H» دیده خواهد شد (برای حالت ۱۲ ساعته، دکمه + را دو بار فشار دهید).

۲. دکمه ENTER را فشار دهید.

۳. + را فشار دهید تا نمایشگر «11» را نشان دهد.

۴. دکمه ENTER را فشار دهید.

۵. + را فشار دهید تا نمایشگر «11:11» را نشان دهد.

۶. دکمه ENTER را فشار دهید.

توجه!

- ساعت را با استفاده از دکمه لغزنده لمسی نیز می‌توانید تنظیم کنید. هنگام استفاده از دکمه‌ها، درب فر باید بسته باشد.
- چنانچه می‌خواهید ساعت را دوباره تنظیم کنید یا گزینه‌ها را تغییر دهید، لازم است سیم برق را از پریز بکشید و دوباره وارد آن کنید.
- در صورت عدم تمایل به استفاده از حالت ساعت، فر خود را به برق وصل کنید و دکمه STOP/CLEAR را فشار دهید.

شروع سریع

قابلیت شروع سریع به شما این امکان را می‌دهد که تنها با لمس دکمه START، سی ثانیه پخت با توان بالا را فعال کنید.

مثال: فعال‌سازی پخت با توان بالا به مدت ۲ دقیقه

۱. در را ببندید.

دکمه STOP را فشار دهید.

۲. برای فعال‌سازی پخت با توان بالا به مدت ۲ دقیقه.

چهار بار دکمه START را فشار دهید.

فر پیش از آنکه دکمه را برای بار چهارم فشار دهید، شروع به کار می‌کند.

هنگام پخت سریع می‌توانید با چند بار فشار دادن دکمه START، زمان پخت را تا ۹۹ دقیقه و ۵۹ ثانیه افزایش دهید.

بیشتر/کمتر

با استفاده از دکمه (-) یا (+) می‌توان برنامه پخت زمان‌دار را فعال و زمان لازم برای پخت غذا را افزایش یا کاهش داد. هر بار فشار دادن (+)، ۱۰ ثانیه به زمان پخت غذا می‌افزاید. هر بار فشار دادن (-)، ۱۰ ثانیه از زمان پخت غذا می‌کاهد. بیشترین زمان ممکن ۹۹ دقیقه و ۵۹ ثانیه است.

مثال: برای افزایش یا کاهش زمان پخت خودکار

(مانند مرغ بریان)

۱. در را باز کنید.

دکمه CLEAR را فشار دهید.

۲. ROAST (برشته کردن) را فشار دهید تا نمایشگر «3» را نشان دهد.

۳. + را فشار دهید تا نمایشگر «1.0 kg» را نشان دهد.

۴. در را ببندید.

دکمه START را فشار دهید.

۵. بردن لغزنده به سمت (+) یا (-) زمان باقی‌مانده را به صورت ۱۰ ثانیه ۱۰ ثانیه افزایش یا کاهش می‌دهد.

صرفه‌جویی در انرژی

حالت Energy Saving برای ذخیره انرژی به طور خودکار صفحه نمایش را خاموش می‌کند. این قابلیت تنها زمانی کار می‌کند که فر مایکروویو در حالت آماده به کار باشد که در آن صورت صفحه نمایش به صورت خودکار خاموش می‌شود.

توجه!

- اگر ساعت فر تنظیم شده باشد، حالت صرفه جویی در انرژی کار نمی‌کند.
- حالت صرفه جویی در انرژی تنها در صورتی کار می‌کند که ساعت فر تنظیم نشده باشد.

نحوه استفاده

چگونگی پخت زماندار (پخت دستی)

این قابلیت به شما این امکان را می‌دهد که غذایی را در زمان دلخواه بپزید. توان دستگاه در سطح قابل تنظیم است. مثال زیر چگونگی تنظیم میزان توان روی ۱۰۰۰ / ۸۰۰ وات به مدت ۵ دقیقه و ۳۰ ثانیه را نشان می‌دهد.

سطوح توان مایکروویو

فر مایکروویو شما دارای پنج سطح توان است که فرآیند پخت برای شما انعطاف‌پذیر و مهارپذیر باشد. جدول زیر تا حدودی برای شما روشن می‌کند که چه غذاهایی در کدام یک از سطوح توان فر آماده می‌شود.

• نمودار کنار آن نیز تنظیمات توان فر شما را نشان می‌دهد.

نمودار سطوح توان مایکروویو

سطح توان		استفاده
MG42****	MG48****	
۱۰۰۰ وات	۱۲۰۰ وات	- جوشاندن آب. - برشته کردن گوشت چرخ کرده گاو. - درست کردن شیرینی. - پخت تکه مرغ، ماهی و سبزیجات - پخت برش‌های نازک گوشت.
۸۰۰ وات	۱۰۰۰ وات	- گرم کردن برنج، پاستا و سبزیجات. - گرم کردن سریع غذای آماده. - گرم کردن ساندویچ.
۶۰۰ وات	۷۰۰ وات	- پخت غذاهای محتوای تخم‌مرغ، شیر و پنیر. - پخت کیک و نان. - آب کردن شکلات. - پخت گوشت گوساله. - پخت ماهی درسته. - پخت پودینگ و فرنی
۴۰۰ وات	۴۰۰ وات	- پخت دابی گوشت، مرغ و غذاهای دریایی. - پخت برش‌های قطورتر گوشت.
۲۰۰ وات	۲۰۰ وات	- گرفتن سرمای آزاردهنده میوه. - نرم کردن کره. - گرم نگه داشتن غذاهای گوشتی و غذاهای اصلی. - نرم کردن کره و پنیر خامه‌ای.

مثال: برای پخت غذا با توان ۸۰۰ / ۱۰۰۰ وات به مدت ۵ دقیقه و ۳۰ ثانیه

۱. در را باز کنید. دکمه **CLEAR** را فشار دهید.
۲. یک بار دکمه **COOK MODE** را فشار دهید. روی صفحه نمایش عبارت «1000 / 1200 W» (این موضوع برای این است که بدانید وات فر روی 1000 / 1200 وات تنظیم شده است، مگر اینکه تنظیمات وات متفاوت باشد).
۳. + را فشار دهید تا نمایشگر «800 / 1000 W» را نشان دهد.
۴. دکمه **ENTER** را فشار دهید.
۵. ۵ دقیقه و ۳۰ ثانیه را با فشردن «+» وارد کنید تا نمایشگر «5:30» را نشان دهد.
۶. در را ببندید. دکمه **START** را فشار دهید.

پس از پایان فرآیند پخت صدایی شنیده می‌شود. کلمه **End** نیز روی صفحه نمایش دیده می‌شود. به مدت ۵ دقیقه یا تا زمانی که درب فر باز شود و یا دکمه‌ای فشار داده شود، کلمه «End» روی صفحه نمایش می‌ماند و هر دقیقه یک بار صدایی شنیده می‌شود.

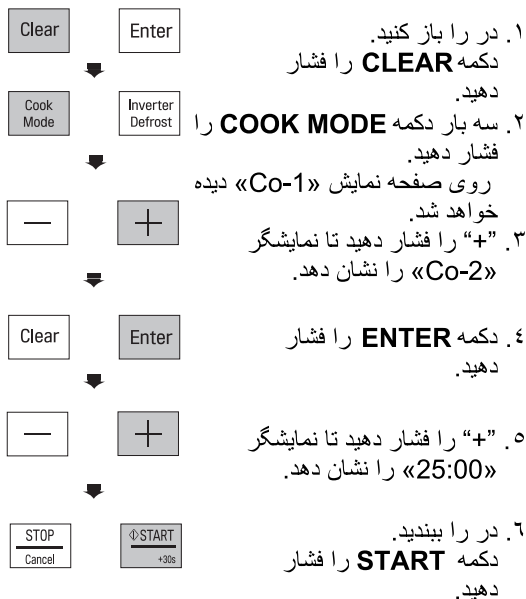
توجه !

- اگر سطح توان را خودتان تنظیم نکنید، فر با توان بالا شروع به کار خواهد کرد. برای پخت با توان بالا، از مرحله ۳ در بالا رد شوید.

پخت ترکیبی با گریل

فر شما قابلیت پخت ترکیبی دارد و این امکان را به شما می‌دهد که غذا را با استفاده از جوجه‌گردان سرخود و امواج مایکروویو بپزید.

مثال: فر خود را روی توان 300 / 330W تنظیم و برنامه پخت ترکیبی ۲۵ دقیقه‌ای را فعال کنید.



حین فرآیند پخت، می‌توانید با فشار دکمه + زمان پخت را افزایش یا کاهش دهید. هنگام درآوردن غذا مراقب باشید، زیرا ظرف آن داغ خواهد بود!

توجه !

- فر شما قابلیت پخت ترکیبی دارد و این امکان را به شما می‌دهد که غذا را با استفاده از گرم کن گریل و مایکروویو بپزید.
 - این یعنی زمانی کمتر برای پخت غذا.
 - برای پخت ترکیبی با گریل می‌توان سه سطح توان مختلف برای امواج مایکروویو تنظیم کرد. قابلیت
- MG42****:Co-1 : 200 W, Co-2 : 300 W,
Co-3 : 400 W / MG48****:Co-1 : 220 W,
(Co-2 : 330 W, Co-3 : 440 W) در حالت پخت ترکیبی.

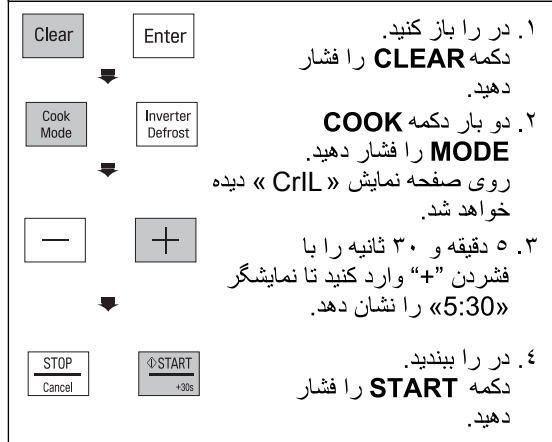


- این قابلیت امکان برشته و ترد کردن سریع غذا را به شما می‌دهد.
- برای پخت بهتر از سه پایه بلند استفاده کنید. سه پایه بلند

پخت با گریل

این قابلیت امکان برشته و مجعد کردن سریع غذا را به شما می‌دهد. نیازی به گرم کردن فر نیست. همیشه هنگام درآوردن غذا و لوازم جانبی داخل فر پس از پایان فرآیند پخت از دستکش استفاده کنید، زیرا فر و لوازم آن بسیار داغ می‌شوند.

مثال: برای پخت غذا در ۵ دقیقه و ۳۰ ثانیه، از گریل استفاده کنید.



احتیاط !

همیشه هنگام درآوردن غذا و لوازم جانبی داخل فر پس از پایان فرآیند پخت از دستکش استفاده کنید، زیرا فر و لوازم آن بسیار داغ می‌شوند.

توجه !

- این قابلیت امکان برشته و ترد کردن سریع غذا را به شما می‌دهد.
- برای پخت بهتر از سه پایه بلند استفاده کنید.



قفل کودک

در صورتی که قفل کودک فعال باشد و شما صفحه کلید را لمس کنید، عبارت LOC روی صفحه ظاهر می‌شود. قفل کودک را می‌توان با انجام مراحل زیر غیرفعال کرد:

مثال: غیرفعال‌سازی قفل کودک

دکمه **STOP** را فشار دهید و نگه دارید تا عبارت **Loc** از روی صفحه نمایش محو شود.

پس از غیرفعال‌سازی قفل کودک، کارکرد فر به حالت عادی باز خواهد گشت.

این قابلیت ایمن و منحصر به فردی است که از روشن شدن ناخواسته فر جلوگیری می‌کند. هنگامی که قفل کودک (CHILD LOCK)، فعال باشد، فرآیند پخت انجام نمی‌شود.

مثال: فعال کردن قفل کودک

- در را ببندید.
دکمه **STOP** را فشار دهید.
- دکمه **STOP** را فشار دهید و نگه دارید تا عبارت **LOC** روی صفحه نمایش ظاهر شود و صدایی شنیده شود.

در صورتی که ساعت پیش‌تر تنظیم شده باشد، پس از ۱ ثانیه روی صفحه نمایش دیده خواهد شد.

برشته کردن

منوی فر شما به صورت پیش‌فرض برای برشته کردن غذا برنامه‌ریزی شده است. گزینه مورد نظر و وزن را انتخاب کنید. سپس بگذارید مایکروویو موارد انتخابی‌تان را برشته کند.

مثال: برای سرخ کردن ۳۰۰ گرم سبزیجات (سبزیجات کبابی)، کافی است به صورت زیر عمل کنید

- در را باز کنید.
دکمه **CLEAR** را فشار دهید.
- ROAST** (برشته کردن) را فشار دهید تا نمایشگر «5» را نشان دهد.
- «+» را فشار دهید تا نمایشگر «0.3 kg» را نشان دهد.
- در را ببندید.
دکمه **START** را فشار دهید.

دستور العمل‌های منوی برشته کردن

کد	منو	محدودیت وزن	دمای اولیه	دستور العمل‌ها	ظرف
۱	سببزمینی تنوری	۰,۲ - ۱,۰ کیلوگرم (هر عدد ۱۸۰ تا ۲۲۰ گرم)	اتاق	- سببزمینی‌ها را بشوید و با دستمال کاغذی خشک کنید. - چنگالی را هشت بار در هر سببزمینی فرو کنید. - سببزمینی‌ها را روی سه پایه قرار دهید. منوی موردنظر را انتخاب و وزن غذا را وارد کنید و دکمه START/ENTER را فشار دهید. - پس از پایان فرایند پخت، ۳ دقیقه صبر کنید.	سه پایه
۲	رست بیف	۰,۵ - ۱,۵ کیلوگرم	یخچال	- روی گوشت به میزان دلخواه کره آبکرده یا روغن و ادویه بمالید. - گوشت را روی ظرفی شیشه‌ای قرار دهید. منوی موردنظر را انتخاب و وزن غذا را وارد کنید و دکمه START/ENTER را فشار دهید. - با شنیدن صدای بیپ، آب گوشت را گرفته و به سرعت گوشت را برگردانید. سپس دکمه START/ENTER را فشار دهید تا پخت ادامه یابد. - پس از پایان فرایند پخت، غذا را با ورق آلومینیومی بپوشانید و ۱۰ دقیقه صبر کنید.	ظرف شیشه‌ای مقاوم در برابر حرارت
۳	مرغ بریان	۰,۸ - ۱,۸ کیلوگرم	یخچال	- روی مرغ به میزان دلخواه کره آبکرده یا روغن و ادویه بمالید. - گوشت را روی ظرفی شیشه‌ای قرار دهید. منوی موردنظر را انتخاب و وزن غذا را وارد کنید و دکمه START/ENTER را فشار دهید. - با شنیدن صدای بیپ، آب گوشت را گرفته و به سرعت گوشت را برگردانید. سپس دکمه START/ENTER را فشار دهید تا پخت ادامه یابد. - پس از پایان فرایند پخت، غذا را با ورق آلومینیومی بپوشانید و ۱۰ دقیقه صبر کنید. نکته: پس از پایان فرایند پخت در صورت نیاز می‌توانید از پخت مایکروویو با توان ۸۰۰ وات (مدل MG42) و یا ۷۰۰ وات (مدل MG48) حداکثر به مدت ۱۵ دقیقه استفاده نمایید.	ظرف شیشه‌ای مقاوم در برابر حرارت
۴	بره بریان	۰,۵ - ۱,۵ کیلوگرم	یخچال	- روی گوشت بره به میزان دلخواه کره آبکرده یا روغن و ادویه بمالید. - گوشت را روی ظرفی شیشه‌ای قرار دهید. منوی موردنظر را انتخاب و وزن غذا را وارد کنید و دکمه START/ENTER را فشار دهید. - با شنیدن صدای بیپ، آب گوشت را خارج کنید و به سرعت گوشت را برگردانید. سپس دکمه START/ENTER را فشار دهید تا پخت ادامه یابد. - پس از پایان فرایند پخت، غذا را با ورق آلومینیومی بپوشانید و ۱۰ دقیقه صبر کنید.	ظرف شیشه‌ای مقاوم در برابر حرارت
۵	سبزیجات کبابی	۰,۲ - ۰,۳ کیلوگرم	اتاق	مواد تشکیل‌دهنده بادمجان و کدو سبز را به شکل قطعه‌هایی با قطر ۱ تا ۲ سانتی‌متر درآورید و پیاز را قاچ کنید. فلفل دلمه‌ای را در جهت طول نصف و دانه‌های آن را خارج کنید. گوجه‌فرنگی گیلانی را درسته بگذارید و قارچ را نیز نصف کنید. - روی سبزیجات به میزان دلخواه کره آبکرده یا روغن و ادویه بمالید. - آن را داخل ظرفی شیشه‌ای و روی قفسه بگذارید. منوی موردنظر را انتخاب و وزن غذا را وارد کنید و دکمه START/ENTER را فشار دهید. - با شنیدن صدای بیپ، آب سبزیجات را گرفته و به سرعت غذا را برگردانید. سپس دکمه START/ENTER را فشار دهید تا پخت ادامه یابد.	ظرف شیشه‌ای مقاوم در برابر حرارت بر روی سه پایه

نکته !

- اگر سه پایه مخصوص پخت کبابی دارید، برای کباب کردن از آن استفاده کنید.
- زمان پخت را با توجه به اندازه، ضخامت، و میزان علاقه خود به برشته بودن غذا تنظیم کنید.

منوی محبوب

منوی فر شما به صورت پیش فرض برای پخت غذا برنامه ریزی شده است. آنچه را که می خواهید به همراه وزن وارد کنید. سپس بگذارید مایکروویو موارد انتخابی تان را بپزد.



دستورالعمل های منوی محبوب

کد	منو	محدودیت وزن	دمای اولیه	دستورالعمل ها	ظرف
۱-۱	جوجه کیاب	۰,۲ - ۰,۴ کیلوگرم	اتاق	طرز تهیه سس ماریناد ۶۰۰ گرم سینه مرغ تکمک شده، ۱ عدد پیاز رنده شده نصف فنجان روغن زیتون ۱ قاشق چای خوری زعفران ۲ چند قاشق غذاخوری آبلیمو، نمک و فلفل به مقدار کافی ۱. مواد لازم برای تهیه سس ماریناد را با هم مخلوط کنید. سینه مرغ را نیز در آن قرار دهید و بگذارید ۳ تا ۴ ساعت در آن خیس بخورد. ۲. تکه های مرغ را به سیخ های چوبی بکشید. به یاد داشته باشید که سیخ ها باید از وسط تکه مرغ ها بگذرند. ۳. سیخ ها را داخل صافی و روی قفسه فر بگذارید. منوی مورد نظر را انتخاب و وزن غذا را وارد کنید و دکمه Start را فشار دهید. ۴. با شنیدن صدای بیپ، مرغ ها را برگردانید و دوباره دکمه Start را فشار دهید تا پخت ادامه یابد. پس از پایان فرآیند پخت، غذا را از داخل فر درآوردید و بگذارید بماند.	سه پایه بر روی سینی
۱-۲	کوکو سبزی	۰,۸ کیلوگرم	اتاق	مواد تشکیل دهنده ۵۰۰ گرم سبزی خوردن، ۶ عدد تخم مرغ ۱ قاشق چای خوری بکینگ پودر نصف قاشق چای خوری زردچوبه، ۲ قاشق غذاخوری روغن نمک و فلفل به مقدار کافی ۱. همه مواد را در ظرف بزرگی با هم مخلوط کنید و خوب هم بزنید. ۲. کف یک ظرف شیشه ای پیرکس کاغذ روغنی بگذارید و مخلوط سبزیجات را روی آن بریزید. ۳. درب ظرف را ببندید. ظرف را داخل فر بگذارید. منوی مورد نظر را انتخاب کنید و دکمه Start را فشار دهید. ۴. با شنیدن صدای بیپ، روی غذا روغن بمالید. ۵. آن را روی سه پایه بگذارید. دکمه Start را فشار دهید تا پخت ادامه یابد. ۶. پس از پایان فرآیند پخت، غذا را از داخل فر درآوردید و بگذارید بماند.	ظرف شیشه ای مقاوم در برابر حرارت (ارتفاع ۲,۵ سانتی متر) + ظرف شیشه ای که روی سه پایه می گذارید، باید در برابر حرارت مقاوم باشد.

کد	منو	محدودیت وزن	دمای اولیه	دستورالعمل‌ها	ظرف																									
۱-۳	برنج زعفرانی	۰,۴ - ۰,۱ کیلوگرم	اتاق	<table><tr><td>برنج</td><td>۰,۱ کیلوگرم</td><td>۰,۲ کیلوگرم</td><td>۰,۳ کیلوگرم</td><td>۰,۴ کیلوگرم</td></tr><tr><td>آب</td><td>۲۵۰ میلی‌لیتر</td><td>۵۰۰ میلی‌لیتر</td><td>۷۵۰ میلی‌لیتر</td><td>۱۰۰۰ میلی‌لیتر</td></tr><tr><td>روغن (ملیع)</td><td>۱ قاشق غذاخوری</td><td>۲ قاشق غذاخوری</td><td colspan="2">۳ قاشق غذاخوری</td></tr><tr><td>آب زعفران</td><td>۱ قاشق چای‌خوری</td><td>۲ قاشق چای‌خوری</td><td colspan="2">۳ قاشق چای‌خوری</td></tr><tr><td>نمک</td><td colspan="4">به اندازه دلخواه</td></tr></table> ۱. برنج را بشوید و آب آن را خالی کنید. برنج، آب، نمک، روغن مایع و آب زعفران را در کاسه بزرگ مناسب برای مایکروویو بریزید و هم بزنید. ۲. درب ظرف را نبندید تا آب باقی‌مانده در مخلوط بخار شود. ۳. غذا را در فر قرار دهید. منو را انتخاب کرده و دکمه start را فشار دهید. ۴. با شنیدن صدای بیپ، برنج را هم بزنید و سپس درب ظرف را ببندید. دکمه Start را فشار دهید تا پخت ادامه یابد. ۵. پس از پایان فرآیند پخت، مخلوط را هم بزنید، درب ظرف را ببندید و ۵ دقیقه صبر کنید.	برنج	۰,۱ کیلوگرم	۰,۲ کیلوگرم	۰,۳ کیلوگرم	۰,۴ کیلوگرم	آب	۲۵۰ میلی‌لیتر	۵۰۰ میلی‌لیتر	۷۵۰ میلی‌لیتر	۱۰۰۰ میلی‌لیتر	روغن (ملیع)	۱ قاشق غذاخوری	۲ قاشق غذاخوری	۳ قاشق غذاخوری		آب زعفران	۱ قاشق چای‌خوری	۲ قاشق چای‌خوری	۳ قاشق چای‌خوری		نمک	به اندازه دلخواه				کاسه مخصوص مایکروویو (ظرف شیشه‌ای عمیق).
برنج	۰,۱ کیلوگرم	۰,۲ کیلوگرم	۰,۳ کیلوگرم	۰,۴ کیلوگرم																										
آب	۲۵۰ میلی‌لیتر	۵۰۰ میلی‌لیتر	۷۵۰ میلی‌لیتر	۱۰۰۰ میلی‌لیتر																										
روغن (ملیع)	۱ قاشق غذاخوری	۲ قاشق غذاخوری	۳ قاشق غذاخوری																											
آب زعفران	۱ قاشق چای‌خوری	۲ قاشق چای‌خوری	۳ قاشق چای‌خوری																											
نمک	به اندازه دلخواه																													
۱-۴	املت گوجه فرنگی	۰,۶ - ۰,۲ کیلوگرم	اتاق	<table><tr><td>گوجه‌فرنگی (خرشده)</td><td>۰,۲ کیلوگرم</td><td>۰,۴ کیلوگرم</td><td>۰,۶ کیلوگرم</td></tr><tr><td>تخم‌مرغ</td><td>۱ عدد</td><td>۲ عدد</td><td>۳ عدد</td></tr><tr><td>روغن آب‌شده</td><td>۲ قاشق غذاخوری</td><td>۳ قاشق غذاخوری</td><td>۴ قاشق غذاخوری</td></tr><tr><td>نمک</td><td colspan="3">به اندازه دلخواه</td></tr></table> ۱. تکه‌های گوجه فرنگی، نمک و روغن را مخلوط کنید. مخلوط را در ظرف پیرکس (مقاوم در برابر حرارت) بریزید. ۲. درب ظرف را نبندید. ظرف را داخل فر بگذارید. منوی موردنظر را انتخاب و وزن غذا را وارد کنید و دکمه Start را فشار دهید. (مخلوط تخم‌مرغ را هنگام پخت آماده کنید.) ۳. با شنیدن صدای بیپ، تخم‌مرغ‌ها را نیز در ظرف بریزید. دکمه Start را فشار دهید تا پخت ادامه یابد. ۴. پس از پایان فرآیند پخت، غذا را از داخل فر درآورید. بدون آنکه درب ظرف را بردارید، ۵ تا ۱۰ دقیقه صبر کنید.	گوجه‌فرنگی (خرشده)	۰,۲ کیلوگرم	۰,۴ کیلوگرم	۰,۶ کیلوگرم	تخم‌مرغ	۱ عدد	۲ عدد	۳ عدد	روغن آب‌شده	۲ قاشق غذاخوری	۳ قاشق غذاخوری	۴ قاشق غذاخوری	نمک	به اندازه دلخواه			ظرف شیشه‌ای مقاوم در برابر حرارت (ارتفاع ۲,۵ سانتی متر)									
گوجه‌فرنگی (خرشده)	۰,۲ کیلوگرم	۰,۴ کیلوگرم	۰,۶ کیلوگرم																											
تخم‌مرغ	۱ عدد	۲ عدد	۳ عدد																											
روغن آب‌شده	۲ قاشق غذاخوری	۳ قاشق غذاخوری	۴ قاشق غذاخوری																											
نمک	به اندازه دلخواه																													
۲-۱	برگ مو	۱,۰ کیلوگرم	اتاق	مواد تشکیل‌دهنده ۱ ظرف برگ مو ۲ چند عدد پیاز بزرگ و ریز خردشده نصف فنجان روغن زیتون، ۱ عدد حبّه سیر خردشده، ۱ عدد گوجه فرنگی خردشده، ۱ فنجان آبلیمو، ۱ قاشق غذاخوری رب گوجه فرنگی، نمک پودر فلفل سیاه تازه، ۱ فنجان برنج سفید نصف فنجان آب، یک‌چهارم فنجان شوید خردشده ۱. پیاز، سیر، گوجه فرنگی، رب گوجه فرنگی و آبلیمو را در ماهیتابه‌ای با مقدار کمی روغن تفت دهید. ۲. برنج دم‌کرده، مخلوط سبزیجات، نمک و فلفل را در ظرفی بریزید و هم بزنید. ۳. برگ مو را روی سطح صافی بگذارید و ۱ قاشق و نیم از مخلوط برنج را در وسط آن بریزید. با خود برگ مو برنج داخل آن را بپوشانید. ۴. همه برگ موها را ببندید و به صورت ردیفی در ظرف عمیق و بزرگی بگذارید و در آن آب بریزید. درب ظرف را با پلاستیک ببندید. ۵. ظرف را داخل فر بگذارید. منوی موردنظر را انتخاب کنید و دکمه Start را فشار دهید. ۶. پس از پایان فرآیند پخت، غذا را با خامه ترش یا ماده دلخواه خود میل کنید.	ظرف مخصوص مایکروویو																									

کد	منو	محدودیت وزن	دمای اولیه	دستورالعمل‌ها	ظرف
۲-۲	کیسا	۲,۰ کیلوگرم	اتاق	مواد تشکیل‌دهنده یک‌چهارم فنجان کره ۱ کیلو و ۲۰۰ گرم مرغ تکه‌تکه‌شده (۸ تا ۱۰ قطعه)، ۱ عدد پیاز بزرگ تکه‌تکه‌شده ۳ حبه سیر آسیاب شده ۱ فنجان پوره گوجه فرنگی، ۱ عدد گوجه فرنگی خردشده، ۲ عدد هویج متوسط خردشده ۱ مقدار کمی جوز هندی رنده‌شده، مقدار کمی زیره سبز پودر شده، مقدار کمی گشنیز نمک و پودر فلفل سیاه تازه ۳ فنجان آب داغ، ۱ عدد عصاره مرغ ۲۰۰ گرم برنج دان‌بلند یک‌چهارم فنجان کشمش، یک‌چهارم فنجان خلال بادام بوداده ۱. مرغ، هویج، گوجه فرنگی، پوره گوجه فرنگی، سیر، پیاز و کره را در ماهیتابه‌ای با مقدار کمی روغن نفت دهید. ۲. مخلوط مرغ پخته را در ظرف عمیق و بزرگی بریزید و به آن برنج، ادویه، کشمش، بادام و آب بیفزایید. روی آن را با پلاستیک بپوشانید و برای آن منفذی بگذارید. ۳. ظرف را داخل فر بگذارید. منوی موردنظر را انتخاب کنید و دکمه Start را فشار دهید. هنگام پخت آن را حداقل دو بار هم بزنید.	ظرف مخصوص مایکروویو
۲-۳	کفتا (کیاب کوبیده لبنانی)	۰,۴ - ۰,۲ کیلوگرم	اتاق	مواد تشکیل‌دهنده ۵۰۰ گرم گوشت ریز ریزشده گاو ۱ فنجان جعفری خردشده یا رنده‌شده، ۱ عدد پیاز خردشده، ۲ عدد نان نصف‌شده نصف قاشق چای‌خوری ادویه یک‌چهارم قاشق چای‌خوری پودر پاپریکا یک‌چهارم قاشق چای‌خوری پودر دارچین، نمک و فلفل به مقدار کافی ۱. تمامی مواد را در یک کاسه بزرگ ریخته و خوب هم بزنید. ۲. مواد را بشکل سوسیس‌های کوچک درآورید (هر کدام ۱۰۰ گرم و حدود ۱/۵ سانتیمتر) ۳. غذا را داخل ظرف پیرکس ریخته و بر روی سه پایه قرار دهید. منو و وزن را انتخاب کرده و دکمه start را فشار دهید. ۴. با شنیدن صدای بیپ، غذا را برگردانده و دوباره برای ادامه پخت دکمه start را فشار دهید. ۵. پس از پخت، غذا را از فر خارج کرده و کمی صبر کنید.	ظرف پیرکس بر روی سه پایه
۲-۴	پودینگ برنج	۰,۷ کیلوگرم	اتاق	مواد تشکیل‌دهنده نصف فنجان برنج دانه‌کوتاه، ۶۰۰ گرم شیر، مقدار کمی نمک، یک‌چهارم فنجان شکر گرانول، ۲ تا ۳ قاشق چای‌خوری گلاب نصف قاشق چای‌خوری پودر هل، عسل معمولی (اختیاری) ۱. تمامی مواد را در یک کاسه بزرگ هم بزنید. روی ظرف را با پلاستیک پوشانده و روی پلاستیک چند سوراخ ایجاد کنید. ۲. غذا را داخل فر قرار دهید. منو را انتخاب و سپس دکمه start را فشار دهید. ۳. با شنیدن صدای بیپ، غذا را هم زده و سپس درب ظرف را بگذارید. دکمه start را برای ادامه پخت فشار دهید. ۴. پس از پخت، هم زده و مدت پنج دقیقه درب ظرف را گذاشته و سپس سرو کنید.	ظرف مخصوص مایکروویو

کد	منو	محدودیت وزن	دمای اولیه	دستورالعمل‌ها	ظرف
۳-۱	گراتن سیبزمینی	۱,۵ کیلوگرم	اتاق	مواد تشکیل‌دهنده ۱ کیلوگرم سیبزمینی ۱ عدد حبه سیر ۲۰ گرم کره ۳۰۰ گرم خامه ۱۰۰ گرم پنیر رنده‌شده جوز هندی، نمک و فلفل به مقدار کافی ۱. سیب زمینی‌ها را شسته و پوست بکنید و به تکه‌های ۵ میلیمتری خرد کنید. مخلوط کره و سیر را کف ظرف بمالید. ۲. نیمی از سیب زمینی‌ها را در ظرف ریخته و ادویه بزنید. بقیه سیب زمینی‌ها را ریخته و ادویه بزنید، سپس خامه و پنیر را بر روی آنها بریزید. ۳. ظرف را داخل فر بگذارید. منوی موردنظر را انتخاب کنید و دکمه Start را فشار دهید.	ظرف ۲۰×۲۰ سانتیمتری
۳-۲	راتاتویی	۱,۵ کیلوگرم	اتاق	مواد تشکیل‌دهنده ۱ عدد پیاز قاچ‌شده ۱ عدد بادمجان تکه‌تکه‌شده، ۱ عدد کدو سبز تکه‌تکه‌شده ۱ عدد فلفل دلمه رنگی تکه‌تکه‌شده، ۳ عدد گوجه فرنگی خردشده ۱ قاشق غذاخوری رب گوجه فرنگی، ۲ عدد حبه سیر خردشده ۱ قاشق غذاخوری سبزی خردشده تازه، ۲ قاشق غذاخوری سرکه ۱ قاشق چای‌خوری شکر نمک و فلفل به مقدار کافی ۱. تمامی مواد را در کاسه مخصوص مایکروویو ریخته و خوب هم بزنید. روی آن را با پلاستیک پوشانده و چند سوراخ بر روی پلاستیک ایجاد کنید. ۲. ظرف را داخل فر بگذارید. منوی موردنظر را انتخاب کنید و دکمه Start را فشار دهید. هنگام پخت آن را حداقل دو بار هم بزنید.	ظرف مخصوص مایکروویو
۳-۳	گوجه‌فرنگی شکمپر	۱,۰ کیلوگرم	اتاق	مواد تشکیل‌دهنده ۴ عدد گوجه فرنگی متوسط، نمک و فلفل به مقدار کافی، ۳۰۰ گرم گوشت چرخ‌کرده گاو نصف فنجان نان خردشده ۲ عدد حبه سیر خردشده ۱ قاشق غذاخوری خردل دژان، ۱ قاشق غذاخوری سبزی خشک ۱ قاشق غذاخوری پنیر پارمزان ۱. در ابتدا گوشت چرخ‌کرده را در ظرف شیشه‌ای (مقاوم در برابر حرارت) با کمی روغن با استفاده از پخت مایکروویو با توان ۷۰۰ وات (مدل MG48) یا ۸۰۰ وات (مدل MG42) به مدت ۴ دقیقه تفت بدهید. ۲. بالای گوجه فرنگی‌ها را به شکل کلاه برش داده و سپس تخم‌های داخل گوجه را درآورید، مراقب باشید بدنه گوجه‌ها زخمی و سوراخ نشود. سپس بر روی گوجه‌ها نمک و فلفل بپاشید. ۳. بقیه مواد را داخل کاسه ریخته و خوب هم بزنید. ۴. داخل گوجه فرنگی‌ها را با گوشت چرخ‌کرده (تفت داده شده) پر کرده و قسمت جدا شده‌ی بالای گوجه فرنگی‌ها را بر سر جایی خود قرار دهید. ۵. گوجه فرنگی‌های شکم‌پر را در ظرف شیشه‌ای قرار داده و با پلاستیک ببوشانید. ۶. ظرف را داخل فر بگذارید. منو را انتخاب کرده و دکمه start را فشار دهید.	ظرف مخصوص مایکروویو

کد	منو	محدودیت وزن	دمای اولیه	دستورالعمل‌ها	ظرف
۳-۴	کدو شکمپر	۱,۲ کیلوگرم	اتاق	مواد تشکیل‌دهنده ۴ کدو سبز گرد (هر کدام ۲۰۰ گرم) ۵۰۰ گرم گوشت گوساله چرخ کرده ۲ قاشق غذاخوری روغن زیتون نمک و فلفل به میزان لازم مقدار کمی نمک، یک‌چهارم فنجان شکر گرانول ، ۲ تا ۳ قاشق چای‌خوری گلاب نصف قاشق چای‌خوری پودر هل عسل معمولی (اختیاری) ۱. در ابتدا گوشت چرخ کرده را در ظرف شیشه ای (مقاوم در برابر حرارت) با کمی روغن با استفاده از پخت مایکروویو با توان ۷۰۰ وات (مدل MG48) یا ۸۰۰ وات (مدل MG42) به مدت ۴ دقیقه تفت بدهید. ۲. بالایی کدو سبزها را به شکل کلاه برش داده و تخم‌های داخل کدو را درآورید مراقب باشید کدوها سوراخ یا زخمی نشوند. ۳. داخل کدو سبزها را با گوشت چرخ کرده (تفت داده شده) پر کرده و قسمت بالایی برش خورده کدوها را بر سر جای خود قرار دهید. ۴. غذا را داخل ظرف پیرکس قرار داده و روی آن روغن زیتون بریزید. منو را انتخاب کرده و دکمه Start را فشار دهید.	ظرف شیشه ای مقاوم در برابر حرارت(پیرکس)
۴-۱	مرغ تیکا	۰,۴ - ۰,۲ کیلوگرم	اتاق	مواد تشکیل‌دهنده ۴ عدد سینه مرغ خرد شده ۱ فنجان ماست طبیعی/ ۱ قاشق غذاخوری پودر زیره ۱ قاشق غذاخوری پودر گرام ماسالا ۱ قاشق غذا خوری پودر گشنیز/ آب ۱ عدد لیمو ۸ حبه سیر خرد شده ۱ نوک انگشت پودر زنجبیل ۱/۴ قاشق چایخوری رنگ خوراکی قرمز/ ۱ عدد لیمو نمک و فلفل به مقدار دلخواه ۱. ادویه، رنگ‌دهنده، آبلیمو، زنجبیل و سیر را با مقداری آب داخل ظرف مخلوط کنید تا به شکل خمیر درآید. ۲. برای تهیه سس ماریناد تنوری، آن را با ماست خوب هم بزنید. ۳. مرغ را به مدت ۲ تا ۳ ساعت در سس ماریناد خیس کنید. ۴. تکه‌های مرغ را به سیخ‌های چوبی بکشید. به یاد داشته باشید که سیخ‌ها باید از وسط تکه مرغ‌ها بگذرند. ۵. سیخ‌ها را روی سه پایه و آن را بر روی سینی بگذارید. ۶. منوی موردنظر را انتخاب و وزن غذا را وارد کنید و دکمه Start را فشار دهید. ۷. با شنیدن صدای بیپ، مرغ‌ها را برگردانید و دوباره دکمه start را فشار دهید تا پخت ادامه یابد. پس از پایان فرآیند پخت، غذا را از داخل فر درآورید و بگذارید بماند.	سه پایه بر روی سینی
۴-۲	مرغ کاری	۱,۵ کیلوگرم	اتاق	مواد تشکیل‌دهنده ۴۰۰ گرم سینه مرغ را به قسمت های کوچک خرد کنید. يك چهارم فنجان روغن زیتون/ ۲ عدد پیاز خرد شده ۴ حبه سیر خرد شده/ ۱ عدد ریشه زنجبیل پوست کنده ۱ عدد چوب دارچین/ دو عدد فلفل قرمز خشک شده ۱ قاشق چای خوری پودر زردچوبه/ ۳۰۰ گرم سس گوجه فرنگی ۱/۴ فنجان آب/ نیم فنجان ماست نرم ۱ قاشق غذاخوری آب لیمو/ نمک و فلفل به مقدار دلخواه ۱. همه مواد را داخل ظرف عمیق و بزرگی مخصوص مایکروویو بریزید و خوب هم بزنید. روی آن را با پلاستیک بپوشانید و برای آن منفذی بگذارید. ۲. ظرف را داخل فر بگذارید. منوی موردنظر را انتخاب کنید و دکمه Start را فشار دهید. ۳. هنگام پخت آن را حداقل دو بار هم بزنید.	ظرف مخصوص مایکروویو

کد	منو	محدودیت وزن	دمای اولیه	دستورالعمل‌ها	ظرف																
۴-۳	کاري عدس	۰,۴ - ۰,۲ کیلوگرم	اتاق	مواد تشکیل‌دهنده <table><tr><td>دال عدس (خیسانده شده به مدت ۲ ساعت)</td><td>۰,۲ کیلوگرم</td><td>۰,۳ کیلوگرم</td><td>۰,۴ کیلوگرم</td></tr><tr><td>آب</td><td>۴۰۰ میلی‌لیتر</td><td>۶۰۰ میلی‌لیتر</td><td>۸۰۰ میلی‌لیتر</td></tr><tr><td>روغن</td><td>۲ قاشق غذاخوري</td><td>۲ و نیم قاشق غذاخوري</td><td>۳ قاشق غذاخوري</td></tr><tr><td>نمک</td><td colspan="3">به اندازه دلخواه</td></tr></table> ادویه تخم زیره ، پودر فلفل پودر زردچوبه برگ کاری ۱. همه مواد را در ظرف بزرگی مخصوص مایکروویو بریزید و به آن ادویه‌های دلخواه خود را بیفزایید. ۲. ظرف را داخل فر بگذارید. منوی موردنظر را انتخاب و وزن غذا را وارد کنید و دکمه Start را فشار دهید. هنگام پخت آن را حداقل دو بار هم بزنید.	دال عدس (خیسانده شده به مدت ۲ ساعت)	۰,۲ کیلوگرم	۰,۳ کیلوگرم	۰,۴ کیلوگرم	آب	۴۰۰ میلی‌لیتر	۶۰۰ میلی‌لیتر	۸۰۰ میلی‌لیتر	روغن	۲ قاشق غذاخوري	۲ و نیم قاشق غذاخوري	۳ قاشق غذاخوري	نمک	به اندازه دلخواه			ظرف مخصوص مایکروویو
دال عدس (خیسانده شده به مدت ۲ ساعت)	۰,۲ کیلوگرم	۰,۳ کیلوگرم	۰,۴ کیلوگرم																		
آب	۴۰۰ میلی‌لیتر	۶۰۰ میلی‌لیتر	۸۰۰ میلی‌لیتر																		
روغن	۲ قاشق غذاخوري	۲ و نیم قاشق غذاخوري	۳ قاشق غذاخوري																		
نمک	به اندازه دلخواه																				
۴-۴	بريانی سبزی	۱,۰ کیلوگرم	اتاق	مواد تشکیل‌دهنده نصف فنجان برنج باسماتی، ۴۰۰ گرم آب چند فنجان پیاز خردشده، ۱ عدد گوجه فرنگی خردشده، ۱ فنجان سبزیجات (هویج، لوبیا، نخود، سیب‌زمینی) خردشده، ۲ عدد فلفل سبز خردشده، ۱ قاشق چای‌خوری سس زنجبیل و سیر، ۱ و نیم قاشق چای‌خوری پودر فلفل قرمز، ۱ قاشق چای‌خوری پودر گشنیز، ۱ قاشق چای‌خوری زیره پودر شده ۱ قاشق غذاخوری ببریانی ماسالا ۱ شاخه دارچین خشک، ۲ دانه هل ۲ حبه سیر، ۲ عدد برگ بوی کوچک ۱ قاشق چای‌خوری رازیانه، یک دسته برگ گشنیز و نعناع خردشده، ۱ قاشق چای‌خوری روغن، ۲ قاشق غذاخوری کره آب‌کرده نمک و فلفل به مقدار کافی ۱. همه سبزیجات و ادویه‌ها را در ماهیتابه‌ای با مقدار کمی روغن تفت دهید. ۲. مخلوط سبزیجات پخته را در ظرف عمیق و بزرگ مخصوص مایکروویو بریزید و به آن برنج و آب بیفزایید. روی آن را با پلاستیک ببوشانید و برای آن منفذی بگذارید. ۳. ظرف را داخل فر بگذارید. منوی موردنظر را انتخاب کنید و دکمه Start را فشار دهید. هنگام پخت آن را حداقل دو بار هم بزنید.	ظرف مخصوص مایکروویو																

نکته !

- زمان پخت را با توجه به اندازه، ضخامت، و میزان علاقه خود به برشته بودن غذا تنظیم کنید.

نرم و آب کردن

این فر برای نرم کردن یا آب کردن خوراکی‌ها از توان پایینی استفاده می‌کند. جدول زیر را ببینید:

مثال: برای آب کردن ۲۰۰ گرم شکلات

۱. در را باز کنید.
دکمه **CLEAR** را فشار دهید.

۲. **SOFTEN & MELT**
(نرم و آب کردن) را فشار دهید تا
نمایشگر «4» را نشان دهد.

۳. + را فشار دهید تا نمایشگر «0.2 kg»
را نشان دهد.

۴. در را ببندید.
دکمه **START** را فشار دهید.

دستورالعمل‌های نرم و آب کردن

کد	منو	محدودیت وزن	دمای اولیه	دستورالعمل‌ها	ظرف
۱	نرم کردن پنیر خامه‌ای	۰٫۱ - ۰٫۳ کیلوگرم	یخچال	۱. پنیر را باز کنید و آن را در ظرفی قرار دهید. ۲. ظرف را داخل فر بگذارید. منوی موردنظر را انتخاب و وزن غذا را وارد کنید و دکمه START/ENTER را فشار دهید. ۳. دمای پنیر خامه‌ای شما به دمای اتاق خواهد رسید و آماده استفاده در پخت غذا خواهد بود.	ظرف مخصوص مایکروویو
۲	نرم کردن بستنی	۲/۴ فنجان	منجمد	۱. درب و روپوش آن را باز کنید. ۲. ظرف را داخل فر بگذارید. منوی موردنظر را انتخاب و وزن غذا را وارد کنید و دکمه START/ENTER را فشار دهید. ۳. بستنی شما به اندازه‌ای نرم خواهد شد که اسکوپ کردن آن آسان‌تر انجام خواهد شد.	-
۳	آب کردن کره	۱ تا ۳ عدد (۱۰۰ - ۱۵۰ گرم / هر عدد)	یخچال	۱. کره را در ظرفی قرار دهید. ۲. ظرف را داخل فر بگذارید. منوی موردنظر را انتخاب و وزن غذا را وارد کنید و دکمه START/ENTER را فشار دهید. ۳. پس از پایان فرایند، آن را هم بزنید تا به خوبی آب شود.	ظرف مخصوص مایکروویو
۴	آب کردن شکلات	۰٫۱ - ۰٫۳ کیلوگرم	اتاق	۱. شکلات تکه‌ای و تخته‌ای مخصوص پخت و پز را می‌توان به کار برد. ۲. شکلات را باز کنید و آن را در ظرفی قرار دهید. ۳. ظرف را داخل فر بگذارید. منوی موردنظر را انتخاب و وزن غذا را وارد کنید و دکمه START/ENTER را فشار دهید. ۴. پس از پایان فرایند، آن را هم بزنید تا به خوبی آب شود.	ظرف مخصوص مایکروویو

یخ زدایی و پخت

منوی فر شما به صورت پیش فرض برای پخت غذا به طور خودکار برنامه ریزی شده است. نوع غذا و مقدار آن را وارد کنید. سپس بگذارید موارد انتخابی‌تان را بیزد. (زمان پخت را با توجه به اندازه، ضخامت، و میزان علاقه خود به برشته بودن غذا تنظیم کنید)



راهنمای منوی یخ زدایی و پخت

کد	منو	محدودیت وزن	دمای اولیه	دستورالعمل‌ها	ظرف
۱	باگت / کروسان	۰٫۱ - ۰٫۳ کیلوگرم	منجمد	۱. بسته‌بندی نان باگت / کروسان منجمد را باز کنید. ۲. آنها را روی ظرفی شیشه‌ای قرار دهید. منوی موردنظر را انتخاب و وزن غذا را وارد کنید و دکمه START/ENTER را فشار دهید.	ظرف پیرکس
۲	پنیر سوخاری	۰٫۲ - ۰٫۴ کیلوگرم	منجمد	۱. بسته‌بندی رول پنیر (cheese sticks) را باز کنید. ۲. آنها را بر روی سه پایه قرار دهید. منوی موردنظر را انتخاب و وزن غذا را وارد کنید و دکمه START/ENTER را فشار دهید. ۳. با شنیدن صدای بیپ، به سرعت آن را برگردانید. سپس دکمه START/ENTER را فشار دهید تا پخت ادامه یابد.	سه پایه
۳	ناگت مرغ	۰٫۲ - ۰٫۳ کیلوگرم	منجمد	۱. بسته‌بندی ناگت مرغ را باز کنید. ۲. آنها را بر روی سه پایه قرار دهید. منوی موردنظر را انتخاب و وزن غذا را وارد کنید و دکمه START/ENTER را فشار دهید. ۳. با شنیدن صدای بیپ، به سرعت آن را برگردانید. سپس دکمه START/ENTER را فشار دهید تا پخت ادامه یابد.	سه پایه
۴	لازانیای یخ زده	۰٫۳ کیلوگرم	منجمد	۱. بسته‌بندی لازانیای منجمد را باز کنید. ۲. ظرف را داخل فر بگذارید. منوی موردنظر را انتخاب کنید و دکمه START/ENTER را فشار دهید.	-
۵	پیتزای یخ زده (ضخیم)	۰٫۵ کیلوگرم	منجمد	۱. بسته‌بندی پیتزای ضخیم را باز کنید. ۲. آن را روی سه پایه قرار دهید. منوی موردنظر را انتخاب کنید و دکمه START/ENTER را فشار دهید.	سه پایه
۶	پیتزای یخ زده (نازک)	۰٫۲ - ۰٫۴ کیلوگرم	منجمد	۱. بسته‌بندی پیتزای نازک را باز کنید. ۲. آن را روی سه پایه قرار دهید. منوی موردنظر را انتخاب و وزن غذا را وارد کنید و دکمه START/ENTER را فشار دهید.	سه پایه
۷	فیله سالمون	۰٫۲ - ۰٫۶ کیلوگرم (۱۸۰ - ۲۲۰ گرم، قطر ۲٫۵ سانتی‌متر / هر عدد)	منجمد	۱. روی ماهی سالمون منجمد به میزان دلخواه کره آب‌کرده یا روغن و ادویه بمالید. ۲. ماهی را روی سه پایه و آن را بر روی سینی بگذارید. منوی موردنظر را انتخاب و وزن غذا را وارد کنید و دکمه START/ENTER را فشار دهید. ۳. با شنیدن صدای بیپ، به سرعت آن را برگردانید. سپس دکمه START/ENTER را فشار دهید تا پخت ادامه یابد.	سه پایه بر روی سینی
۸	میگو	۰٫۲ - ۰٫۴ کیلوگرم	منجمد	۱. روی میگوی منجمد به میزان دلخواه کره آب‌کرده یا روغن و ادویه بمالید. ۲. میگوها را بر روی سه پایه و آن را بر روی سینی بگذارید. منوی موردنظر را انتخاب و وزن غذا را وارد کنید و دکمه START/ENTER را فشار دهید. ۳. با شنیدن صدای بیپ، به سرعت آن را برگردانید. سپس دکمه START/ENTER را فشار دهید تا پخت ادامه یابد.	سه پایه بر روی سینی

یخزدایی با اینورتر

دستورالعمل‌های منوی یخزدایی با اینورتر

این فر دارای چهار روش یخزدایی است. قابلیت INVERTER DEFROST بهترین روش یخزدایی غذاهای منجمد را در اختیار شما می‌گذارد. راهنمای پخت به شما می‌گوید که روش یخزدایی مناسب غذای موردنظر شما کدام است. برای راحتی بیشتر شما، قابلیت INVERTER DEFROST صدای بیپی نیز ایجاد می‌کند تا به شما خبر دهد که زمان بررسی، برگرداندن، جدا کردن یا مرتب کردن غذا رسیده است و بدین ترتیب به بهترین شکل غذای شما یخزدایی می‌شود. یخزدایی در چهار سطح متفاوت قابل استفاده است.

(گوشت / مرغ / ماهی / نان)

گروه	غذایی که می‌خواهید یخزدایی کنید
گوشت (dEF1) ۰,۱-۴,۰۰ کیلوگرم	گوشت گاو گوشت چرخ‌کرده گاو، استیک حلقه‌ای، تکه‌های آماده به سیخ کشیده شدن، استیک گوشت پشت ماز، کباب تابه‌ای، کباب دنده، کباب دنبه، کباب گوشت گردن، همبرگر گوسفندی تکه‌های رول کباب هات داگ، سوسیس گوشت گوساله کتلت (نیم کیلو، قطر ۲۰ میلی‌متر). با شنیدن صدای بیپی، غذا را برگردانید. پس از پایان فرآیند یخزدایی، ۵ تا ۱۵ دقیقه صبر کنید.
مرغ (dEF2) ۰,۱-۴,۰۰ کیلوگرم	مرغ درسته، برش‌داده‌شده، سینه (بدون استخوان) مرغ محلی درسته بوقلمون سینه با شنیدن صدای بیپی، غذا را برگردانید. پس از پایان فرآیند یخزدایی، ۳۰ تا ۶۰ دقیقه صبر کنید.
ماهی (dEF3) ۰,۱-۴,۰۰ کیلوگرم	ماهی فیله، استیک درسته صفداران آبی گوشت خرچنگ، دم خرچنگ دریایی، میگو، گوش ماهی با شنیدن صدای بیپی، غذا را برگردانید. پس از پایان فرآیند یخزدایی، ۵ تا ۱۰ دقیقه صبر کنید.
نان (dEF4) ۰,۱-۰۰,۰۵ کیلوگرم	نان لواش، کماج، باگت و غیره تکه‌تکه‌شده تکه‌ها جداگانه در دستمال کاغذی یا پشقاب مسطح قرار داده شوند. با شنیدن صدای بیپی، غذا را برگردانید. پس از پایان فرآیند یخزدایی، ۱ تا ۲ دقیقه صبر کنید.

مثال: برای یخزدایی ۱ کیلو و ۲۰۰ گرم گوشت

۱. در را باز کنید.
دکمه **CLEAR** را فشار دهید.

۲. دکمه **INVERTER DEFROST** فشار دهید تا عبارت «dEF1» روی صفحه نمایش داده شود.

۳. + را فشار دهید تا نمایشگر «1.2 kg» را نشان دهد.

۴. در را ببندید.
دکمه **START** را فشار دهید.

توجه

با فشار دادن دکمه **START** صفحه نمایش شمارش معکوسی تا پایان فرآیند یخزدایی آغاز می‌کند. هنگام یخزدایی، فر یک بار صدای بیپی می‌دهد.
با شنیدن صدای بیپی، درب فر را باز کنید و قسمت‌هایی را که یخزدایی شده است، درآورید و بقیه را برگردانید.
قسمت‌های منجمد را دوباره داخل فر بگذارید و دکمه **START** را فشار دهید و چرخه یخزدایی را ادامه دهید.
• بسته‌بندی ماهی، آبی‌زی صدفدار، گوشت یا مرغ را باز کنید. وگرنه پلاستیک بخار و آب گوشت را در نزدیکی غذا به خود نگه می‌دارد و این ممکن است سبب آن شود که تنها قسمت‌های خارجی غذا بپزد.
• غذا را در ظرفی کم‌عمق یا ظرف مخصوص کباب مایکروویوی بگذارید تا آب آن گرفته شود.
• احتمالاً قسمت‌های وسط غذا پس از خارج شدن از فر همچنان یخ مانده باشد.
• مدت زمان یخزدایی بسته به شدت یخزدگی غذا متغیر است.
• شکل بسته‌بندی نیز در سرعت یخزدایی موثر است. غذاهایی که در بسته‌بندی نازک هستند، سریع‌تر از آن‌هایی که در بسته‌بندی ضخیم هستند یخزدایی می‌شوند.

ماست

این قابلیت به شما این امکان را می‌دهد که با فشار دکمه Proof ماست را درست کنید.

مثال: برای تهیه ۶۰۰ گرم ماست

۱. در را باز کنید.
دکمه CLEAR را فشار دهید.

۲. PROOF (منو) را فشار دهید.
روی صفحه نمایش «1» دیده خواهد شد.

۳. در را ببندید.
دکمه START را فشار دهید.
روی صفحه نمایش «5h00» دیده خواهد شد.

Clear Enter

Proof Keep Warm

STOP Cancel START +30s

دستورالعمل‌های منوی ماست

کد	منو	محدودیت وزن	دمای اولیه	دستورالعمل‌ها	ظرف												
۱	ماست	۰٫۶ کیلوگرم	ولرم	مواد تشکیل‌دهنده ۵۰۰ میلی‌لیتر شیر پاستوریزه پرچرب، ۱۰۰ گرم ماست طبیعی صاف‌شده ۱. ظرف مخصوص مایکروویو با اندازه مناسب را انتخاب کرده و با آب داغ کامل بشویید. ۲. ۵۰۰ میلی‌لیتر شیر داخل ظرف بریزید. ۳. ظرف را به مدت ۱ دقیقه و ۳۰ ثانیه تا ۲ دقیقه و ۳۰ ثانیه با توان بالا داخل فر مایکروویو حرارت دهید تا دمای آن به ۴۰ تا ۵۰ درجه سانتیگراد برسد. ۴. ۱۰۰ میلی‌لیتر ماست به ظرف بیفزایید و خوب هم بزنید. ۵. درب ظرف را با پلاستیک پوشانده یا درب آن را بگذارید و آن را داخل فر بگذارید. منوی موردنظر را انتخاب کنید و دکمه START/ENTER را فشار دهید. ۶. پس از عایق‌بندی، ظرف را به مدت ۵ ساعت در یخچال بگذارید. ۷. با مربا، شکر یا میوه از غذای خود لذت ببرید! توجه: • انواع شیر و ماست زیر قابل استفاده است: <table><tr><th colspan="2">استفاده کنید</th><th colspan="2">استفاده نکنید</th></tr><tr><th>شیر</th><th>ماست</th><th>شیر</th><th>ماست</th></tr><tr><td>• شیر پاستوریزه پرچرب</td><td>• ماست طبیعی صاف‌شده</td><td>• شیر با چربی ۱٪، • ۲٪ یا بدون چربی • شیر پرکلسیم • شیر سو یا • شیر مانده • شیر تاریخ گذشته</td><td>• ماست مانده • ماست تاریخ گذشته</td></tr></table> • پیش از عایق‌سازی ماست، همه ظروف را با آب داغ به خوبی بشویید و خشک کنید. • پیش از عایق‌سازی، مطمئن شوید شیر ولرم (۴۰ تا ۵۰ درجه سانتیگراد) باشد. • از تکان دادن یا آمیختن ماست هنگام عایق‌سازی خودداری کنید؛ این کار بر سفتی ماست تأثیر خواهد گذاشت. • اگر مقدار مواد از میزان توصیه‌شده بیشتر است، زمان بیشتری آن را به صورت عایق نگه دارید.	استفاده کنید		استفاده نکنید		شیر	ماست	شیر	ماست	• شیر پاستوریزه پرچرب	• ماست طبیعی صاف‌شده	• شیر با چربی ۱٪، • ۲٪ یا بدون چربی • شیر پرکلسیم • شیر سو یا • شیر مانده • شیر تاریخ گذشته	• ماست مانده • ماست تاریخ گذشته	ظرف مخصوص مایکروویو
استفاده کنید		استفاده نکنید															
شیر	ماست	شیر	ماست														
• شیر پاستوریزه پرچرب	• ماست طبیعی صاف‌شده	• شیر با چربی ۱٪، • ۲٪ یا بدون چربی • شیر پرکلسیم • شیر سو یا • شیر مانده • شیر تاریخ گذشته	• ماست مانده • ماست تاریخ گذشته														

حفظ گرما

قابلیت حفظ گرما، غذای پخته‌شده و داغ را در دمای آماده صرف نگهداری می‌کند. همیشه با غذای داغ آغاز کنید. از ظروف مناسب مایکروویو استفاده کنید.

مثال: غذا را به صورت دستی گرم نگه دارید.
برای گرم کردن غذا با توان بالا در ۹۰ دقیقه

۱. در را باز کنید.
دکمه **CLEAR** را فشار دهید.

Clear

Enter

۲. یک بار دکمه **KEEP WARM** را
فشار دهید.
روی صفحه نمایش «1» دیده خواهد شد.

Proof

Keep Warm

۳. در را ببندید.
دکمه **START** را فشار دهید.
روی صفحه نمایش «1h30» دیده خواهد شد.

STOP
CancelSTART
+30s

توجه:

برای گرم نگه داشتن غذاهای ترد (مانند شیرینی، پای، کیک، و غیره)، باید روپوش روی آن‌ها برداشته شود. درب ظرف‌های محتوای غذای مرطوب باید با پلاستیک یا درب مخصوص مایکروویو بسته شود.
مقدار غذایی که می‌توان گرم نگه داشت، برای ۱ تا ۳ وعده غذا کافی است.

ظروف مخصوص مایکروویو

هرگز از ظروف فلزی یا فلزکاری‌شده برای کاربرد در فر مایکروویو استفاده نکنید

ریزموچ‌ها (امواج مایکروویو) نمی‌توانند به درون فلزات نفوذ کنند. این امواج به هر شیء فلزی درون فر برخورد می‌کند و باعث ایجاد قوس الکتریکی (جرقه) می‌شود، پدیده‌ای خطرناک می‌شود که شبیه به صاعقه است. اکثر ظروف غیرفلزی مقاوم در برابر گرما برای استفاده در فر بی‌خطر هستند. به هر حال، برخی از آن‌ها ممکن است متشکل از موادی باشد که باعث شود برای استفاده در مایکروویو مناسب نباشند. در صورتی که در خصوص یک ظرف شک دارید، برای پی بردن به مناسب بودن یا نبودن آن ظرف برای استفاده در مایکروویو راه ساده‌ای وجود دارد.

ظرف مورد نظر را کنار یک کاسه شیشه‌ای پر از آب برای کاربرد در فر مایکروویو قرار دهید. مایکروویو را برای ۱ دقیقه در حالت «HIGH» قرار دهید. اگر هنگام لمس متوجه شدید که آب گرم شده اما ظرف خنک باقی مانده است، ظرف مورد نظر برای استفاده در مایکروویو بی‌خطر است. اما، اگر آب تغییر دما ندهد ولی ظرف گرم شود، این بدین معناست که ریزموچ‌ها جذب ظرف می‌شوند و این ظرف برای کاربرد در فر مایکروویو مناسب نیست. شما احتمالاً در حال حاضر ظروف زیادی را در آشپزخانه خود در اختیار دارید که برای استفاده در مایکروویو مناسب هستند. لطفاً فهرست بازبینی زیر را به دقت مرور کنید.

ظروف غذاخوری

بسیاری از انواع ظروف غذاخوری برای استفاده در مایکروویو بی‌خطر هستند. اگر نسبت به این امر مطمئن نیستید، به بروشور تولیدکننده مراجعه کنید و یا آزمایش ایمن بودن برای مایکروویو را انجام دهید. از ظروف غذاخوری دارای تزئینات دکوری و نقاشی‌شده استفاده نکنید چرا که در صورت وجود فلزات در رنگ، به هنگام حرارت دچار جرقه می‌شوند.

ظروف شیشه‌ای

ظروف شیشه‌ای مقاوم در برابر گرما برای استفاده در مایکروویو بی‌خطر هستند. این ظروف شامل تمامی برندهای ظروف غذای شیشه‌ای آبدیده می‌شود. در هر حال، از ظروف ظرف شیشه‌ای مانند لیوان یا جام شرابخوری استفاده نکنید چرا که این ظروف شیشه‌ای ممکن است در اثر گرم شدن غذا خرد شوند.

ظروف پلاستیکی

از این ظروف می‌توان برای غذاهایی استفاده کرد که قصد دارید آن‌ها را دوباره به مدت کوتاه گرم کنیم. به هر حال، آن‌ها نباید برای غذاهایی استفاده شوند که برای گرم شدن در فر به مدت زمان قابل توجهی نیاز دارند، چرا که در آخر غذای داغ ظرف پلاستیکی را تغییر شکل می‌دهد و یا آن را ذوب می‌کند.

ظروف کاغذی

ظروف کاغذی برای کاربرد در فر مایکروویو آسان و بی‌خطر هستند، به شرطی که مدت پخت غذا کوتاه باشد و غذای مورد نظر رطوبت و چربی کمی داشته باشد. فویل‌های پخت نیز برای پیچیدن غذاها و پوشش سینی‌های فر در هنگام طبخ غذاهای پرچرب مثل بیکن بسیار مفید هستند. به طور کلی، از استفاده از محصولات کاغذی رنگی اجتناب کنید چون ممکن است رنگ آن‌ها جاری شود. برخی از محصولات کاغذی بازیافتی ممکن دارای ناخالصی‌هایی باشد که باعث جرقه و بروز آتش‌سوزی در طول پخت و پز در مایکروویو شود.

کیسه‌های پلاستیکی پخت‌وپز

این کیسه‌ها مشروط بر اینکه مخصوص پخت‌وپز ساخته شده باشند، برای استفاده در مایکروویو بی‌خطر هستند. به هر حال، حتماً روی کیسه شکافی ایجاد کنید تا بخار از آن خارج شود. هرگز از کیسه‌های معمولی برای کاربرد در فر مایکروویو استفاده نکنید، چرا که ذوب و متلاشی خواهند شد.

ظروف آشپزی پلاستیکی

انواعی از شکل‌ها و اندازه‌های ظروف آشپزی مخصوص مایکروویو موجود هستند. شما به طور کلی می‌توانید به جای صرف هزینه برای وسایل جدید آشپزخانه، از ظرفی که در حال حاضر در اختیار دارید استفاده کنید.

ظروف سفالی، سنگی و سرامیکی

ظرفی که از این مواد درست شده‌اند اغلب برای کاربرد در فر مایکروویو مناسب هستند، اما باید برای اطمینان آزمایش شوند.

⚠ احتیاط

- برخی از ظروف با درصد بالای سرب یا آهن برای استفاده به عنوان ظروف پخت‌وپز مناسب نیستند.
- باید برای کسب اطمینان از مناسب بودن ظروف برای کاربرد در فر مایکروویو، آن‌ها را مورد آزمایش قرار داد.

خصوصیات غذاها و آشپزی با فر مایکروویو

مراقب اوضاع بودن

همیشه هنگامی که غذا در حال پختن است مراقب آن باشید. فر مایکروویو مجهز به یک چراغ است که در هنگام کارکرد فر به صورت خودکار روشن می‌شود تا شما بتوانید داخل فر را ببینید و روند پختن غذا را بررسی کنید. دستورالعمل‌های داده‌شده برای بالا بردن دما، به هم زدن محتویات و موارد مشابه در دستور پخت غذاها باید به عنوان حداقل اقدامات توصیه شده در نظر گرفته شوند. اگر به نظر می‌رسد که غذا به صورت نامنظم می‌پزد، به آسانی تغییرات لازمی که برای برطرف کردن مشکل به نظر تان می‌رسد را اعمال کنید.

عوامل تاثیرگذار در مدت زمان پخت‌وپز

عوامل زیادی روی مدت زمان پخت‌وپز تاثیر می‌گذارند. دمای محتویات به‌کاربرده‌شده در دستور پخت تفاوت زیادی در زمان‌های پخت ایجاد می‌کنند. برای مثال، پختن یک کیک با کره، شیر و تخم‌مرغ سرد زمان بسیار بیشتری لازم دارد تا پختن کیک با همین محتویات اما با دمای اتاق. برخی از دستورهای پخت، خصوصاً دستورهای پخت نان، کیک و فرنی توصیه می‌کنند که غذای مورد نظر هنگامی از فر خارج شوند که هنوز اندکی نیچیز هستند.

این کار اشتباهی نیست. در صورتی که اجازه دهید این مواد، که اغلب به صورت پوشیده شده هستند، درون فر باقی بمانند، پس از خروج از فر به پختن ادامه می‌دهند، چراکه گرمای به دام افتاده در داخل لایه‌های خارجی به تدریج به سمت لایه‌های داخلی حرکت می‌کند. اگر غذا تا زمانی که به که طور کامل بپزد درون فر باقی بماند، لایه‌های خارجی بیش‌ازحد خواهند پخت و یا حتی خواهند سوخت. شما رفته‌رفته در تخمین زمان‌های لازم برای پختن و ماندن در فر برای غذاهای مختلف ماهرتر خواهید شد.

تراکم و فشردگی غذا

غذاهای سبک و منفردار مثل کیک و نان سریع‌تر از غذاها سنگین و فشرده مثل گوشت کبابی و خوراک‌های دیگی می‌پزند. باید در هنگام پختن غذاهای منفردار در فر مایکروویو مراقب باشید تا لایه‌های خارجی غذا خشک و ترد نشوند.

ارتفاع غذا

قسمت بالایی غذاهای بلند ارتفاع، مثل گوشت کبابی از قسمت پایینی سریع‌تر می‌پزد.

بنابراین، هوشمندانه است که در حین پختن چنین غذاهایی، آن‌ها را چندین بار بگردانید.

محتویات مرطوب غذا

چون گرمای ناشی از ریزموج‌ها باعث بخار شدن رطوبت می‌شود، غذاهای نسبتاً خشک مانند گوشت کبابی و برخی از سبزیجات یا باید پیش از پخت‌وپز نمدار شوند و یا باید برای حفظ رطوبت پوشانده شوند.

محتویات استخوانی و چرب غذا

استخوان حرارت را انتقال می‌دهد و چربی سریع‌تر از گوشت می‌پزد. باید هنگام پختن قطعه‌های استخوان‌دار یا چربی‌دار گوشت مراقب بود تا از پخت نامنظم و یا سوختن گوشت جلوگیری شود.

حجم غذا

تعداد ریزموج‌ها در فر مایکروویو بدون در نظر گرفتن حجم غذای پختنی ثابت باقی می‌ماند.

بنابراین، هرچه غذای بیشتری درون فر مایکروویو قرار دهید، زمان بیشتری برای پختن آن لازم است. به یاد داشته باشید که هنگام نصف کردن مقدار و محتویات در پخت‌وپز، زمان پختن را تا حداقل یک‌سوم کاهش دهید.

شکل غذا

ریزموج‌ها تنها تا حدود ۲ سانتی‌متر به درون غذا نفوذ می‌کنند و قسمت داخلی غذاهای ضخیم هنگامی می‌پزد که گرما از لایه‌های خارجی به لایه داخلی حرکت می‌کند. تنها این لایه خارجی غذا است که توسط انرژی مایکروویو می‌پزد؛ باقی آن با انتقال گرما صورت می‌گیرد. بدترین شکل ممکن برای پختن غذا در فر مایکروویو مربع ضخیم است.

قسمت‌های گوشه خیلی قبل‌تر از آنکه حتی مرکز غذا گرم شود می‌سوزند. غذاهای گرد و نازک و حلقه‌مانند به موفقیت‌آمیزترین شکل ممکن در فر مایکروویو می‌پزند.

پوشش

وجود پوشش باعث به دام انداختن گرما و بخار می‌شود که پختن سریع‌تر غذا را به دنبال دارد. از یک درپوش یا سلفون که گوشه آن به پشت تا شده است برای جلوگیری از خرد شدن غذا استفاده کنید.

خصوصیات غذاها و آشپزی با فر مایکروویو

برشته کردن

گوشت قرمز و گوشت پرندگان که برای پانزده دقیقه یا بیشتر بپزند، با چربی خود اندکی برشته می‌شوند. برای رسیدن به رنگی اشتهاآور، می‌توانید با استفاده از فرچه غذاهایی که برای مدت کمتری می‌پزید را به یک نوع سس براونینگ مانند سس ورسستر، سویا سس یا سس باربیکیو آغشته کنید. چون مقدار نسبتاً کمی از سس‌های براونینگ به غذا اضافه می‌شود، طعم اصلی غذا تغییری نمی‌کند.

پوشاندن با کاغذ روغنی

کاغذ روغنی نسبت به درپوش و سلفون گشادتر و آزادتر است و غذا ممکن است تا حدودی رطوبت خود را از دست بدهند. اما چون کاغذ روغنی نسبت به درپوش و سلفون گشادتر و آزادتر است، باعث می‌شود غذا رطوبت خود را تا حدودی از دست بدهد.

قرار دادن غذا و اعمال فاصله

غذاهای یک قسمتی مثل سیب‌زمینی پخته، کیک‌های کوچک و اردورها اگر با فاصله یکسانی از یکدیگر در فر مایکروویو قرار بگیرند، ترجیحاً به صورت دایره‌وار، به صورت یکنواخت‌تری گرم می‌شوند. هیچ‌گاه غذاها را روی یکدیگر نچینید.

به هم زدن

به هم زدن غذا یکی از مهم‌ترین تکنیک‌های پختوپز با فر مایکروویو است. غذا در پختوپز مرسوم به منظور مخلوط شدن به هم زده می‌شود. به هر حال، غذایی که با مایکروویو طبخ می‌شود به منظور توزیع و تقسیم کردن گرما به هم زده می‌شود. همیشه از بیرون به سمت مرکز به هم بزنید چون ابتدا قسمت خارجی غذا گرم می‌شود.

سر و ته کردن

غذاهای بزرگ و بلند ارتفاع مثل گوشت کبابی و مرغ درسته باید سر و ته شوند تا بخش بالایی و پایینی به صورت یکنواخت بپزند. همچنین سر و ته کردن مرغ خردشده و گوشت دنده نیز فکر خوبی است.

قرار دادن قسمت‌های ضخیم‌تر رو به سمت بیرون

چون ریزموج‌ها جذب قسمت خارجی غذا می‌شوند، منطقی است که قسمت‌های ضخیم‌تر گوشت قرمز، گوشت پرندگان و ماهی را در لبه بیرونی سینی فر قرار دهید. به این صورت، قسمت‌های ضخیم‌تر بیشترین حجم از انرژی مایکروویو را دریافت می‌کند و غذا به صورت یکنواخت می‌پزد.

قرار دادن پوشش

می‌توان قطعاتی از فویل آلومینیوم (که ریزموج‌ها مسدود می‌کنند) را روی گوشه‌ها و لبه‌های غذاهای مربع و مستطیلی‌شکل قرار داد تا از سوختن این قسمت‌ها جلوگیری شود. هرگز بیش از حد از فویل استفاده نکنید و اطمینان حاصل کنید که فویل به سینی فر بسته شده است، در غیر این صورت ممکن است باعث ایجاد جرقه در فر شود.

افزایش ارتفاع

می‌توان غذاهای ضخیم و فشرده را روی بلندی قرار داد تا ریزموج‌ها بتوانند جذب قسمت زیرین و مرکزی غذا بشوند.

سوراخ کردن

احتمال دارد غذاهایی که با لایه‌ای از صدف، پوست یا پرده پوشانده شده‌اند در فر بترکند مگر آنکه بیش از پختوپز سوراخ شده باشند. چنین غذاهایی شامل زرده و سفیده تخم‌مرغ، صدف خوراکی و اویستر و تمامی سبزیجات و میوه‌ها می‌شود.

چسبیدن غذا برای اطمینان از پختن آن

غذاها به سرعت درون فر مایکروویو می‌پزند، لازم است به صورت مرتب آن را بچسبید. برخی از غذاها تا زمانی که به صورت کامل بپزند درون مایکروویو باقی می‌مانند، اما اکثر غذاها از جمله گوشت قرمز و گوشت پرندگان هنگامی از فر خارج می‌شوند که هنوز اندکی نیم‌پز هستند و برای تکمیل فرایند پختوپز در بیرون از فر باقی می‌مانند. دمای داخلی غذاها حین مدتی که در بیرون از فر می‌شوند بین ۵ درجه فارنهایت (۳ درجه سانتی‌گراد) تا ۱۵ درجه فارنهایت (۸ درجه سانتی‌گراد) افزایش می‌یابد.

زمان ماندن بیرون از فر

غذاها اغلب برای ۳ تا دقیقه ۱۰ پس از خروج از فر، در بیرون از فر مایکروویو باقی می‌مانند. غذاها معمولاً در این زمان به صورت پوشیده‌شده قرار می‌گیرند تا گرما را حفظ کنند مگر آنکه قرار باشد از نظر ساختاری خشک شوند (برای مثال برخی از کیک‌ها و بیسکویت‌ها). باقی ماندن بیرون از فر باعث تکمیل روند پختن غذا می‌شود و همچنین به درآمیختن و تکمیل طعم غذا کمک می‌کند.

دستورالعمل های نظافت فر

۱ داخل فر را تمیز نگه دارید

ترشحات و مایعات غذاها به دیواره ها و بین درزگیر و سطوح در می چسبند. بهترین راه این است که این ترشحات را فوراً با پارچه های نمناک پاک کنید. خرده های غذا و ترشحات آن انرژی مایکروویو را جذب می کنند و باعث افزایش مدت زمان پخت و پز می شوند. از یک پارچه نمناک برای پاک کردن خرده های غذایی که بین درب و قاب دور آن می افتند استفاده کنید. این امر حائز اهمیت است که برای اطمینان از قفل شدن محکم درب، این ناحیه را تمیز نگه دارید. ترشحات چرب را با پارچه های صابوندار پاک کنید، سپس کف ها را با آب تمیز کنید و خشک کنید. از مواد شوینده قوی یا پاک کننده های زیر استفاده نکنید. میتوان توری فلزی را با دست یا درون ماشین ظرفشویی شست.

۲ بدنه فر را تمیز نگه دارید

بدنه فر مایکروویو خود را با صابون و آب و سپس با آب تنها بشویید و آن را با پارچه های نرم یا دستمال کاغذی خشک کنید. برای جلوگیری از آسیب به بخش های عمل کننده داخل فر، آب نباید به درون شکاف های تهویه نشست کند. برای تمیز کردن پانل کنترل، در را باز کنید تا از روشن شدن ناگهانی دستگاه جلوگیری کنید، سپس با پارچه های نمناک آن را تمیز کنید و بلافاصله با پارچه های خشک سطح آن را پاک کنید. پس از نظافت دکمه STOP/CLEAR را فشار دهید.

۳ در صورتی که درون و اطراف قسمت بیرونی درب فر بخار تشکیل شد، با پارچه های نرم پانل ها را خشک کنید. اگر غذا مدت زمان زیادی و با توان بالا حرارت داده شود، در داخل فر بخار یا قطرات آب تشکیل می شود. این به معنای خرابی نیست، قطرات آب در نهایت تبخیر خواهند شد. به منظور کاهش تشکیل رطوبت در داخل درب، روی غذا را بپوشانید یا زمان و توان حرارت دهی را تغییر دهید. همچنین در محیط های خیلی مرطوب ممکن است در داخل فر یا درب رطوبت حاصل شود که این نیز به معنای خرابی نیست.

۴ در و قفل ها در باید تمیز نگه داشته شوند. تنها از آب گرم، صابوندار استفاده کنید و سپس با آب تمیز کنید و به طور کامل خشک کنید. از مواد ساینده همچون پودرهای تمیز کننده یا اسکاچ های استیل یا پلاستیکی استفاده نکنید. تمیز نگه داشتن بخش های فلزی در صورتی که به صورت مرتب با پارچه های نمناک نظافت شوند، آسان تر خواهد بود.

استفاده از قابلیت SMART DIAGNOSIS™ (اختیاری)

هنگامی که محصول دچار خرابی یا نقص شد، از این قابلیت استفاده کنید تا امکان تشخیص دقیق برای مرکز خدمات مشتریان گلدریان فراهم شود. از این قابلیت فقط برای تماس با شرکت مشتریان گلدریان استفاده کنید، نه هنگام عملکرد عادی دستگاه.

۱. هنگام درخواست مرکز تماس، میکروفرن گوشی خود را روی نماد SMART DIAGNOSIS™ واقع در قسمت کنترل محصول نگه دارید.



توجه!

هیچ دکمه دیگری را لمس نکنید.

۲. هنگامی که درب دستگاه باز است، دکمه Clear را فشار دهید و برای ۳ ثانیه نگه دارید تا عبارت «Loc» روی نمایشگر ظاهر شود. دکمه Clear را ۵ ثانیه دیگر نیز نگه دارید تا عدد «۵» روی نمایشگر نمایان شود. (بنابراین، دکمه Clear را باید به صورت پیوسته به مدت ۸ ثانیه نگه داشت). از پشت نماد Smart Diagnosis صدایی پخش خواهد شد. ۳. گوشی را تا پایان پخش صدا در همان موقعیت نگه دارید. روی صفحه نمایش، شمارش معکوس نشان داده خواهد شد. ۴. پس از پایان شمارش معکوس و پخش صدا، مکالمه خود را نماینده مرکز تماس را از سر بگیرید؛ این نماینده با استفاده از اطلاعات ارسالی جهت تحلیل مشکل، به شما کمک خواهد کرد.

توجه!

• برای دستیابی به بهترین نتایج، گوشی را در حین پخش صدا تکان ندهید.
• در صورتی که نماینده مرکز تماس قادر به ضبط و ثبت دقیق داده ها نبود، ممکن است از شما بخواهد که دوباره تلاش کنید.

سوالات و پاسخ‌ها

سوالات متداول	پاسخ
هنگامی که چراغ فر روشن نمی‌شود چه مشکلی وجود دارد؟	ممکن است دلایل متعددی برای روشن نشدن چراغ فر وجود داشته باشد. یا حباب لامپ ترکیده یا مدار برق دچار مشکل شده است.
آیا انرژی مایکروویو از شیشه محافظ مایکروویو رد می‌شود؟	خیر. سوراخ‌ها یا درگاه‌ها برای عبور نور تعبیه شده‌اند؛ آن‌ها اجازه عبور انرژی مایکروویو را نمی‌دهند.
چرا هنگام لمس یک دکمه روی پانل کنترل، صدای بوق به گوش می‌رسد؟	صدای بوق برای این به صدا درمی‌آید که اطمینان دهد تنظیمات به درستی وارد شده‌اند.
آیا در صورتی که مایکروویو به صورت خالی عمل کند صدمه می‌بیند؟	بله. هرگز دستگاه را به صورت خالی راه‌اندازی نکنید.
چرا گاهی تخم‌مرغ‌ها می‌ترکند؟	هنگام پختن، سرخ کردن یا بدون پوست آبپز کردن تخم‌مرغ‌ها، زرده تخم‌مرغ ممکن است به دلیل بخاری که درون لایه پوششی آن تولید می‌شود بترکد. برای جلوگیری از این امر، به آسانی قبل از پختن زرده را سوراخ کنید. هرگز تخم‌مرغ‌ها را با پوست در مایکروویو نپزید.
چرا پس از اتمام پختن، بیرون نگه داشتن غذا از فر توصیه می‌شود؟	روند پختن غذا پس از اتمام پختن، در زمانی که بیرون از فر رها می‌شود ادامه می‌یابد. این مدت زمان بیرون ماندن از فر، روند پخت یکنواخت غذا را تکمیل می‌کند. مدت زمان لازم برای بیرون ماندن از فر به فشردگی غذا بستگی دارد.
چرا گاهی فر مایکروویو من به همان سرعتی که دستور العمل پخت می‌گوید غذا را آماده نمی‌کند؟	مجدداً دستور العمل پخت خود را مرور کنید تا مطمئن شوید دستورات لازم را به درستی دنبال کرده‌اید و اینکه ببینید چه چیزی ممکن است باعث بروز تغییرات در زمان پخت شود. زمان‌های موجود در دستور العمل‌های پخت و تنظیمات مربوط به حرارت در آن‌ها، تنها پیشنهاد هستند و برای کمک به جلوگیری از پخت بیش‌ازحد، یعنی معمول‌ترین مشکل در عادت کردن به این فر، ارائه شده‌اند. تغییرات در اندازه، شکل، وزن و ابعاد غذا به زمان پخت بیشتری نیاز دارند. علاوه بر توصیه‌های موجود دستور العمل پخت، از نظر خود برای آزمایش شرایط غذا استفاده کنید، درست به همان شکلی با یک اجاق فر دار سنتی کار می‌کنید.
عبارت «Food» روی صفحه نمایش دیده می‌شود. چرا هنگامی که عبارت «Food» روی صفحه نمایش دیده می‌شود، فر مایکروویو کار نمی‌کند؟	هنگامی که عبارت «Food» روی صفحه نمایش دیده می‌شود، فر مایکروویو کار نمی‌کند، زیرا فرض بر آن است که غذایی داخل آن نیست. همچنین، در صورتی که حین فرآیند پخت درب فر باز و بسته گردد و تا ۵ دقیقه بعد از این کار، دکمه START فشار داده نشود، عبارت «Food» روی صفحه نمایش آشکار می‌شود و زمان باقی‌مانده لغو می‌شود.
پس از پایان زمان پخت یا گرم کردن، عبارت «Cool» روی صفحه نمایش آشکار می‌شود و فن خنک‌کننده همچنان کار می‌کند.	ممکن است پس از اتمام پختن، فن برای خنک کردن فر کار کند. صفحه نمایش کلمه «Cool» را نشان می‌دهد. اگر قبل از اتمام زمان پخت، در باز کنید یا یک بار دکمه STOP را فشار دهید، زمان باقی‌مانده برای پختن بر روی صفحه نمایش ظاهر خواهد شد. بروز این امر ایراد دستگاه نیست.

در صورتی که هنگام کار با فر مایکروویو از محصولات مانند رادیو، شبکه بی سیم بلوتوث، تجهیزات پزشکی، تجهیزات و بی سیم، و محصولات مشابه استفاده می‌کنید؛ در صورتی که فرکانس مورد استفاده در این محصولات برابر با فرکانس فر مایکروویو باشد، ممکن است این محصولات در کار فر تداخل ایجاد کنند. این تداخل به معنای وجود خرابی در مایکروویو و محصول و نقص در عملکرد آن نیست. بنابراین، در این حالت، استفاده از محصول خطری ندارد. با این حال، از طرف دیگر فر نیز ممکن است در عملکرد تجهیزات پزشکی تداخل ایجاد کند؛ از این رو، هنگام استفاده از تجهیزات پزشکی در مجاورت فر، جوانب احتیاط را رعایت کنید.

مشخصات فنی

MG42 ****		
توان ورودی	۲۳۰ ولت ~ ۵۰ هرتز	
توان خروجی مایکروویو	حداکثر ۱۰۰۰ وات* (IEC60705 استاندارد رتبه‌بندی)	
فرکانس مایکروویو	۲۴۵۰ مگاهرتز	
ابعاد خارجی	۴۷۹ میلی‌متر (عرض) × ۲۷۴ میلی‌متر (ارتفاع) × ۳۷۷ میلی‌متر (عمق)	
میزان مصرف برق	مایکروویو	۱۱۵۰ وات
	گریل	۹۰۰ وات
	ترکیبی	۱۴۵۰ وات

* در حالت‌های ۱۰۰۰ وات و ۸۰۰ وات، برای پیشگیری از گرم کردن بیش از حد دستگاه، نیروی خروجی به تدریج کاهش می‌یابد.

MG48 ****		
توان ورودی	۲۳۰ ولت ~ ۵۰ هرتز	
توان خروجی مایکروویو	حداکثر ۱۲۰۰ وات* (IEC60705 استاندارد رتبه‌بندی)	
فرکانس مایکروویو	۲۴۵۰ مگاهرتز	
ابعاد خارجی	۵۴۴ میلی‌متر (عرض) × ۳۰۷ میلی‌متر (ارتفاع) × ۴۴۱ میلی‌متر (عمق)	
میزان مصرف برق	مایکروویو	۱۳۵۰ وات
	گریل	۱۰۰۰ وات
	ترکیبی	۱۵۰۰ وات

* در حالت‌های ۱۲۰۰ وات و ۱۰۰۰ وات، برای پیشگیری از گرم کردن بیش از حد دستگاه، نیروی خروجی به تدریج کاهش می‌یابد.

فرکانس مایکروویو: ۲۴۵۰ مگاهرتز +/- ۵۰ مگاهرتز (گروه ۲ / کلاس ب) **

تجهیزات گروه ۲: گروه ۲ همه تجهیزات ISMRF را در بر می‌گیرد که در آن انرژی با فرکانس رادیویی ۹ کیلوهرتز تا ۴۰۰ گیگاهرتز به صورت هدفمند به شکل تابش الکترومغناطیسی، تشعشع، القایی و/یا انتقال قدرت برای پردازش مواد و یا به مقاصد پژوهشی/تحلیلی، تولید و استفاده و یا تنها استفاده می‌گردد.

تجهیزات کلاس ب به تجهیزاتی گفته می‌شود که برای استفاده در نهادهای محلی و نهادهایی که با شبکه تولید برق ولتاژ پایین مورد استفاده برای تولید برق ساختمان‌های محلی ارتباط مستقیم دارند، مناسب هستند.

راهنمای کاربر را می‌توانید در <http://www.lg.com> دانلود کنید.

فهرست نمایندگان مایکروویو شرکت مشتریان گلديران

شهر	تلفن
انديمشك	۴۲۶۲۸۲۲۱
	۴۲۶۳۵۵۵۰
	۴۲۶۲۵۵۷۲
	۴۲۶۲۰۸۱۴
اهرم	۳۵۲۲۵۴۷۴
اهواز	۲۱۸۴۷۳۳
ايزه	۴۳۶۳۱۲۱۱
	۴۳۶۳۳۸۸۶
ايرانشهر	۳۷۲۳۰۱۳۷
ايلام	۳۳۳۳۸۴۷۳
	۳۳۳۶۴۷۳۰
	۳۳۳۴۱۲۳۴
ايوان	۳۳۳۲۹۱۶۲
آبادان	۵۳۳۳۷۸۳۶
	۵۳۳۳۴۹۴۰
	۵۳۳۲۱۲۰۵
	۵۳۳۳۳۲۱۲
آباده	۴۴۳۴۸۲۸۱
	۴۴۳۳۸۵۹۹
آبدانان	۳۳۲۳۶۷۹
آبش احمد	۴۴۴۶۳۳۲۳
آبيك	۳۲۸۳۶۸۷۵
	۳۲۸۳۴۷۰۵
آذر شهر	۳۴۲۲۳۸۸۲
آران و بیدگل	۵۴۷۳۶۶۱۵
آزادشهر	۳۵۷۳۹۳۷۰
آستارا	۴۴۸۱۲۶۲۳
آستانه اشرفيه	۴۲۱۲۴۶۰۳
	۴۲۱۲۴۳۹۱
آشخانه	۳۲۹۲۵۶۵۵
آق قلا	۳۴۵۲۷۴۳۳
	۳۴۵۲۸۷۲۰
آمل	۴۴۲۲۸۳۶۸
	۴۳۲۹۲۷۰۷
	۴۴۲۲۳۳۶۸
بابل	۲۱۸۴۷۳۳
بابلسر	۳۵۲۵۲۸۸۸
	۳۵۲۵۶۶۲۰

شهر	تلفن
ابركوه	۳۲۸۲۹۲۸۸
ابهر	۳۵۲۷۷۷۱۱
اراك	۳۲۲۴۹۰۶۶
	۳۲۲۲۱۰۱۵
	۳۲۲۳۵۸۲۴
	۳۳۶۸۸۴۴۰
اردبيل	۳۳۲۴۵۵۸۱
	۳۳۲۳۵۶۰۶
	۳۳۶۱۷۸۱۴
	۳۳۷۱۰۰۹۴
اردستان	۵۴۲۴۳۵۵۵
اردكان	۳۲۲۳۰۷۸۲
	۳۲۲۳۱۶۱۷
ارسنجان	۴۳۵۳۳۰۳۹
	۴۳۵۲۵۷۷۵
اروميه	۳۳۸۵۰۵۸۴
	۳۳۷۷۵۹۹۱
	۳۳۴۸۹۷۷۲
	۳۳۲۴۰۹۲۰
	۳۳۴۴۷۳۹۵
استهبان	۵۳۲۲۷۱۸۲
اسدآباد	۳۳۱۲۴۲۸۶
	۳۳۲۳۴۱۶۱
اسفراین	۳۷۲۲۲۶۶۹
اسلام آباد غرب	۴۵۲۲۳۱۸۲
اسلامشهر	۵۶۳۶۶۸۷۷
اشتهارد	۳۷۷۲۳۴۹۰
اصفهان	۲۱۸۴۷۳۳
	۴۴۵۲۹۱۴۴
اقلید	۴۴۵۲۲۹۵۳
	۴۲۳۲۲۹۰۶
اليگودرز	۴۳۳۳۱۳۵۵
	۴۲۷۲۴۹۹۵
املش	۴۲۷۲۴۹۹۵
اميديه	۵۴۶۵۹۸۸۷
اميركلا	۳۳۳۴۵۰۰۱
	۳۳۳۵۵۰۲۵
انار	۳۴۳۲۸۲۴۵۶
انديشه	۶۵۵۱۰۳۱۴

فهرست نمایندگان میکروویو شرکت مشتریان گلیران

شهر	تلفن
بيله سوار	۳۲۸۲۵۰۰۱
بيجار	۳۶۲۲۶۰۲۲
بيرجند	۳۲۴۴۰۶۶۰ ۳۲۴۴۵۸۳۷ ۳۲۲۳۱۱۹۰ ۳۲۴۴۲۶۵۳
بيضاء	۳۶۷۹۵۴۹۰
پارس آباد مغان	۳۲۷۸۱۶۱۹ ۳۲۷۳۰۰۰۱ ۳۲۷۸۵۶۶۲
پاکدشت	۳۶۰۲۳۱۱۹ ۳۶۰۴۴۴۵۰
پردیس	۷۶۲۹۳۴۳۲
پلدختر	۳۳۲۲۲۲۰۸ ۳۲۲۲۴۴۰۲
پیرانشهر	۴۴۲۲۹۹۱۸
تاکستان	۳۵۲۲۸۲۳۹
تالش	۴۴۲۲۰۳۰۳ ۴۴۲۳۱۶۱۷ ۴۴۲۳۹۸۸۱
تایباد	۵۴۵۳۰۷۹۶ ۵۴۵۳۰۰۵۶۹ ۵۴۵۳۲۹۰۰
تبریز	۲۱۸۴۷۳۳
تربت جام	۵۲۵۲۴۲۱۱
تربت حیدریه	۵۲۲۲۳۴۷۱ ۵۲۳۱۳۴۷۷ ۵۲۲۳۰۰۰۱
تکاب	۴۵۵۲۴۳۱۰
تنکابن	۵۴۲۸۲۹۳۳ ۵۴۲۲۵۳۸۲ ۵۴۲۳۷۳۳۲ ۵۴۲۲۹۹۷۸
تهران	۲۱۸۴۷۳۳
تویسرکان	۳۴۹۲۵۴۱۷ ۳۴۹۲۴۳۳۸
جاجرم	۳۲۲۷۵۵۵۳
چهرم	۵۴۴۴۵۷۴۷ ۵۴۲۲۷۵۷

شهر	تلفن
باغملک	۴۲۷۲۴۰۰۱ ۴۲۷۲۱۹۴۴
بافت	۴۲۴۳۴۴۴۰
بانه	۳۴۲۶۲۵۷۶
بجنورد	۳۲۲۲۰۰۶۳ ۳۲۲۲۷۰۲۲ ۳۲۲۳۳۹۵۲
برازجان	۳۴۲۲۱۸۴۴
بردسکن	۵۵۴۲۰۲۸۱
بروجرد	۴۲۶۲۵۹۴۵ ۴۲۴۶۰۹۲۲ ۴۲۶۲۳۵۷۵
بروجن	۳۴۲۲۴۱۹ ۳۴۲۳۸۹۲۴
بشرویہ	۳۲۷۷۶۶۶۰
بم	۴۲۲۱۴۷۸۴
بناب	۳۷۷۴۳۸۲۰
بندر انزلی	۴۴۵۵۳۱۳۴ ۴۴۴۶۶۱۳۵ ۴۴۵۴۳۲۰۵ ۴۴۵۴۵۰۲۶
بندر جاسک	۴۲۵۲۰۰۰۸
بندر عباس	۳۲۲۳۷۴۶۷ ۳۳۳۵۴۰۰۲
بندر کياشهر	۴۲۸۲۲۸۹۵ ۴۲۸۲۷۶۶۶
بهبهان	۵۲۸۱۵۰۱۰ ۵۲۸۷۵۲۲۷ ۵۲۷۲۴۴۳۵ ۵۲۸۷۹۰۰۸ ۵۲۷۲۴۴۳۵
بهبشهر	۳۴۵۲۴۸۵۶ ۳۴۵۲۷۸۱۷ ۳۴۵۶۳۳۸۷
بوشهر	۳۲۵۴۱۱۱۰ ۳۲۵۳۰۰۱۳ ۳۲۵۶۲۱۷۸
بوکان	۴۶۲۲۴۶۲۰
بوئين زهرا	۳۴۲۲۲۲۹۱ ۳۴۲۲۵۲۳۵

فهرست نمایندگان مایکروویو شرکت مشتریان گلیران

شهر	تلفن
خواف	۰۵۴۲۲۷۳۶۳ ۰۵۴۲۳۱۳۸۴
خوانسار	۰۵۷۷۵۰۱۰۶ ۰۵۷۲۳۳۶۶۵
خورموج	۳۵۲۲۱۲۱۳
خوی	۳۶۲۵۲۲۹۰ ۳۶۴۴۰۴۵۲ ۳۶۴۴۴۵۰۸
داراب	۰۳۵۲۸۱۶۹۱ ۰۳۵۴۴۵۶۲ ۰۳۵۴۸۲۵۹
داران	۰۵۷۲۲۳۸۱۲ ۰۵۷۲۲۸۴۲۱
دامغان	۳۵۲۳۱۰۵۵ ۳۵۲۴۳۶۱۵
دانسفهان	۳۴۵۳۳۴۶۲
درگز	۴۶۲۲۶۰۱۵
دره شهر	۳۵۲۲۳۴۸۷ ۳۵۲۲۵۵۵۸
دزفول	۴۲۲۲۷۵۵۲ ۴۲۲۳۰۱۴۵ ۴۲۲۳۹۴۰۰ ۴۲۲۳۷۳۹۹
دلیجان	۴۴۲۲۶۸۲۸ ۴۴۲۲۸۱۹۰
دهدشت	۳۲۲۶۲۴۲۰ ۳۲۲۶۳۸۳۳
دهلران	۳۳۷۲۶۹۹۰ ۳۳۷۲۹۶۶۸
دورود	۳۴۲۲۸۲۲۶ ۴۳۲۲۹۸۳۱
رامسر	۵۵۲۵۷۴۹۰ ۵۵۲۵۹۹۵۸
رامهرمز	۴۳۵۳۸۴۶۲ ۴۳۵۳۰۴۱۵ ۴۳۵۳۹۲۵۸
رباط کریم	۵۶۴۳۷۰۵۵
رستم آباد رودبار	۳۴۶۷۳۳۵۳ ۳۴۶۷۳۴۲۴
رشت	۲۱۸۴۷۳۳

شهر	تلفن
جوانرود	۴۲۲۵۸۴۴ ۴۲۲۲۵۱۲
جویبار	۴۲۵۴۵۵۴۷ ۴۲۵۴۵۴۱۱
جوین	۴۵۲۲۱۲۳۶
جیرفت	۴۲۲۶۰۸۲۵ ۴۲۲۱۲۳۱۸ ۳۲۲۱۶۶۳۱
چابکسر	۴۲۶۲۳۰۱۶
چابهار	۳۵۳۸۷۵۱۷
چالوس	۵۲۲۲۷۲۵۲ ۵۲۲۲۴۰۲۶
چمستان	۴۴۶۶۷۲۰۷ ۴۴۶۶۹۲۷۳
چناران	۴۶۱۲۷۶۹۲ ۴۶۱۲۶۴۴۶
حاجی آباد	۳۵۴۲۴۲۵۰
خدابنده (قیدار)	۳۴۲۳۰۹۰۷
خرم آباد	۳۳۳۰۷۵۶۷ ۳۳۳۳۵۶۹۰ ۳۳۳۰۲۷۵۲ ۳۳۳۳۳۶۱۳
خرم بید	۴۴۴۵۱۳۰۸
خرمدره	۳۵۳۷۰۰۰ ۳۵۵۲۳۷۳۵
خرمشهر	۵۳۵۲۵۰۰۸ ۵۳۵۴۰۳۸۲
خسروشهر	۳۲۴۴۲۷۵۰
خشکبیجار	۳۴۴۶۱۲۸۴
خلخال	۳۲۴۳۱۴۲۰
خلیل آباد	۵۷۷۲۳۲۵۲
خمام	۳۴۴۲۲۸۹۰ ۳۴۴۲۳۵۵۵
خمین	۴۶۲۲۰۲۷۰ ۴۶۲۲۴۴۱۰
خمینی شهر	۳۳۶۷۸۸۳۳
خنج	۵۲۶۲۳۴۹۵

فهرست نمایندگان میکروویو شرکت مشتریان گلديران

شهر	تلفن
سرخس	۳۴۵۲۳۵۹۲
سقز	۳۶۲۳۸۸۸۲
سلماس	۳۵۲۴۳۷۵۸
سمنان	۳۳۴۳۹۵۵۱ ۳۳۳۳۳۱۰۴ ۳۳۴۵۵۰۵۱ ۳۳۳۳۸۵۱۴
سنندج	۳۳۲۳۷۸۶۸ ۳۳۲۸۸۳۶۹ ۳۳۲۳۷۷۰۶ ۳۳۱۶۷۰۳۵ ۳۳۲۴۱۴۹۲
سوادکوه	۴۲۴۵۴۹۴۱ ۴۲۴۲۱۶۰۰
سیاهکل	۴۲۳۲۱۵۱۴
سیرجان	۴۲۲۶۳۷۳۵ ۴۲۲۵۷۷۴۷ ۴۲۰۱۶۹۸
شادگان	۵۳۷۲۱۱۲۳ ۵۳۷۲۰۰۶۸
شاهرود	۳۲۳۴۷۱۷ ۳۲۲۴۰۹۶۷
شاهین دژ	۴۶۳۲۲۱۲۳
شاهین شهر	۴۵۲۲۷۹۳۲ ۴۵۲۱۲۰۰۷
شيبستر	۴۲۴۲۰۲۰۲
شفت	۳۴۷۸۵۰۹۰ ۳۴۷۸۵۱۲۲
شهر بابک	۳۴۱۱۲۸۵۱ ۴۳۴۱۱۱۰۰
شهر قدس	۴۶۸۶۸۱۷۱ ۴۶۸۸۱۹۹۶
شهرستانک	۳۴۵۷۳۵۹۰
شهرضا	۵۳۲۲۵۱۳۳ ۵۳۵۰۴۳۸۴ ۵۳۲۲۰۶۱۹
شهرکرد	۳۲۲۲۲۵۵۵ ۳۳۳۵۱۶۶۶ ۳۳۳۳۹۰۴۲
شهریار	۶۵۲۷۶۴۵۲
شوش دانیال	۴۲۸۱۴۷۱۵ ۴۲۸۲۷۱۲۱

شهر	تلفن
رضوانشهر	۴۴۶۲۰۹۴۴ ۴۴۶۲۸۴۰۰
رفسنجان	۳۴۲۸۶۱۷۰ ۳۴۲۵۸۴۶۹ ۳۴۲۵۰۹۵۹ ۳۴۲۶۳۷۷۷
روانسر	۴۶۵۲۳۲۹۲
رودان	۶۴۲۲۵۷۹۷ ۴۲۸۸۷۰۵۲
رودبار	۳۴۶۲۲۹۹۸
رودسر	۴۲۶۲۷۸۴۴ ۴۲۶۳۲۴۵۰
رویان	۴۴۵۴۵۱۹۵
زابل	۳۳۲۲۵۹۱۹
زاهدان	۳۳۲۱۴۷۳۷ ۳۳۳۳۱۸۵۰ ۳۳۲۱۴۴۸۰
زرنند	۳۳۴۳۶۴۷۹
زرتديه	۴۵۲۲۰۵۸۹
زرین شهر	۵۲۳۳۱۸۲۱
زنجان	۳۳۵۴۵۲۵۶ ۳۳۷۷۵۹۲۲ ۳۳۴۶۷۶۰۸
زواره	۵۴۳۷۴۰۶۱
ساری	۳۳۳۶۳۴۱۰ ۳۳۲۴۹۶۷۴ ۳۳۳۶۳۵۳۵ ۳۳۲۱۳۰۴۸
ساوه	۴۲۲۲۹۷۸۶ ۴۲۳۴۶۵۴
سبزوار	۴۴۲۲۸۹۶۰ ۴۴۲۳۵۸۵۵ ۴۴۲۲۹۵۶۰
سراب	۴۳۲۲۴۴۹۹ ۴۳۲۳۲۶۷۰
سرابله	۳۴۲۳۵۵۸۳ ۳۴۲۳۳۸۰۰
سراوان	۳۷۶۵۴۱۹۸
سرپل ذهاب	۴۲۲۲۳۹۴۰ ۴۲۲۲۱۴۰۶
سرخرود	۴۴۸۸۶۲۵۲

فهرست نمایندگان مایکروویو شرکت مشتریان گلديران

شهر	تلفن
قرچک ورامين	۳۶۱۲۰۰۵۵
قره ضياء الدين	۳۶۷۲۶۸۱۶
قروه	۳۵۲۲۶۴۵۴ ۳۵۲۲۸۴۵۱
قزوین	۳۳۲۲۸۷۴۳ ۳۳۶۶۷۰۷۵ ۳۳۲۲۸۴۶ ۳۳۳۳۰۶۴۶
قشم	۳۵۲۵۹۰۴۷
قم	۳۶۶۱۹۵۹۷ ۳۶۶۰۱۴۸۰ ۳۲۹۲۶۰۰۴ ۳۷۶۰۳۴۳۴ ۳۸۱۹۳۵۶
قوچان	۴۷۲۲۱۸۷۵ ۴۷۴۳۵۱۵
قيرو کارزين	۵۴۵۳۳۹۳۶
کازرون	۴۲۲۴۱۳۵۳ ۴۲۲۲۵۲۶۳
کاشان	۵۵۳۳۱۳۱۰ ۵۵۴۷۱۱۹۰
کاشمر	۵۵۲۳۲۷۳۷ ۵۵۲۳۳۸۵۵
کامياران	۳۵۵۲۲۸۶۸
کبودر آهنگ	۳۵۲۲۶۸۰۳ ۳۵۲۲۶۹۹۶
کرج	۲۱۸۴۷۳۳
کردکوی	۳۴۴۴۶۴۷۱
کرمان	۳۲۲۳۴۶۳ ۳۲۲۳۱۱۲۶ ۳۲۵۲۱۸۴۶ ۳۲۷۲۴۹۳۹
کرمانشاه	۳۸۳۵۷۳۱۶ ۳۷۲۲۵۶۲۷ ۳۸۴۱۲۰۰۰ ۳۸۲۱۲۴۴۰
کلاچای	۴۲۶۸۵۰۶۶
کلاردشت	۵۲۶۲۳۶۱۰ ۵۲۶۲۰۰۵۵ ۵۲۶۲۹۰۸۴
کلاله	۳۵۴۴۱۱۱۴ ۳۵۴۴۸۲۱۴

شهر	تلفن
شوشتر	۳۶۲۲۰۸۱۱ ۳۶۲۲۷۴۵۹ ۳۶۲۰۵۲۰۷ ۳۳۰۷۳۱۵۵
شيراز	۲۱۸۴۷۳۳
شیروان	۳۶۲۲۷۸۵۴ ۳۶۲۲۲۷۰۰
صائين قلعه	۳۵۶۲۳۵۲۰
صحنه	۴۸۳۳۷۰۳۲
صومعه سرا	۴۴۳۲۴۲۳۱ ۴۴۳۲۷۰۷۷
طبرس	۳۲۸۲۸۵۵۱ ۳۲۸۳۴۰۴۶
عباس آباد	۵۴۶۲۵۲۵۰ ۵۴۶۲۶۶۱۵
عجبشیر	۳۷۶۲۳۸۱۵
علی آباد کتول	۳۴۲۲۱۱۵۶ ۳۵۲۳۰۰۰۴
فارسان	۳۳۲۲۰۹۵۰
فاروج	۳۶۴۳۶۲۱۷
فرشبند	۳۸۷۵۲۱۴۳
فردوس	۳۲۷۲۱۱۰۱
فردیس	۳۶۵۲۵۴۷۸
فريدونکتر	۳۵۶۶۳۷۰۷ ۳۵۶۵۱۴۵۰ ۳۵۶۵۴۳۰۹
فریمان	۳۴۶۲۲۶۷۹
فسا	۵۳۳۵۸۳۶۲ ۵۳۳۳۶۰۱۰
فولاد شهر	۵۲۶۲۳۶۱۱
فومن	۳۴۷۳۴۵۵۷ ۳۴۷۳۴۴۴۷ ۳۴۷۳۰۳۱۰ ۳۴۷۳۶۹۸۱
فیروز آباد	۳۸۷۲۸۲۸۲ ۳۸۷۳۲۱۸۳
فیروزکوه	۷۶۴۰۲۹۹۱
قائم شهر	۴۲۰۴۷۲۰۶ ۴۲۲۳۷۴۳۷ ۴۲۰۷۲۷۲۹

فهرست نمایندگان میکروویو شرکت مشتریان گلديران

شهر	تلفن
لوشان	۳۴۶۰۲۰۷۷
ماسال	۴۴۶۶۴۹۵۶
ماکو	۳۴۲۴۲۶۲۲ ۳۴۲۴۵۹۰۰
ماهشهر	۵۲۳۴۰۰۱۶ ۵۲۳۲۳۷۲۸ ۵۲۳۴۲۴۴۵
مبارکه	۵۲۴۰۲۶۸۱ ۵۲۴۱۵۰۰۰
محلات	۴۳۲۲۸۹۵۷ ۴۳۲۲۲۶۶۲
محمدیه	۳۲۵۷۷۲۳۷
محمود آباد	۴۴۷۴۲۹۸۶ ۴۴۷۴۶۰۸۳
مراغه	۳۷۲۲۴۹۹۴ ۳۷۲۲۰۰۶۶ ۳۷۲۳۹۲۴۱
مرند	۴۲۲۴۴۶۴۵ ۴۲۲۵۵۳۰۵ ۴۲۲۲۱۲۲۳
مرودشت	۴۳۳۲۱۲۹۹ ۴۳۳۰۳۵۲
مريوان	۳۴۵۲۱۹۴۸
مسجد سليمان	۴۳۲۲۹۵۶۷ ۳۲۲۲۰۰۰۶
مشكين شهر	۳۲۵۴۰۸۸۸
مشهد	۲۱۸۴۷۳۳
ملایر	۳۲۲۲۱۲۱۰ ۳۲۲۲۸۹۰۰
ملکان	۳۷۸۳۳۶۶۵
مهاباد	۴۲۲۴۰۳۸۱ ۴۲۳۳۱۱۷۸
مهديشهر	۳۳۶۲۵۹۹۶
مهریز	۳۲۵۲۲۵۳۸
مياندوآب	۴۵۳۶۷۶۰۴ ۴۵۲۴۸۰۵۰
ميانه	۵۲۲۲۱۰۰۲ ۵۲۲۲۲۰۲۲ ۵۳۳۳۸۱۵۳
میبد	۳۲۲۲۳۸۵۰ ۳۲۳۳۰۹۱۳

شهر	تلفن
کلبير	۴۴۴۴۰۴۴۷
کمالشهر	۳۴۷۱۳۷۲۳
کنکاور	۴۸۳۲۸۲۵۴ ۴۸۳۲۴۴۰۳
کهنوج	۴۳۲۰۶۵۱۱
کوهپایه	۴۶۴۲۲۱۶۶
کوهدشت	۳۲۶۴۳۰۳۷ ۳۲۶۳۸۳۱۰
کیش	۴۴۴۶۲۶۷۴
گچساران	۳۲۲۲۷۰۷۳ ۳۲۳۲۶۵۵۶
گران	۳۲۲۶۱۴۱۰ ۳۲۲۳۶۸۰۲ ۳۲۲۴۹۵۰۹ ۳۲۲۲۹۷۹۵
گرمسار	۳۴۲۲۱۸۸۸ ۳۴۲۳۵۷۶۷
گرمة	۳۳۵۰۳۹۹۰
گرمی	۳۲۶۴۱۸۶۴
گلپایگان	۵۷۴۲۸۱۸۳ ۵۳۳۲۸۹۸۹ ۵۷۴۵۰۰۰۳
گلگاه	۳۴۶۶۵۷۸۵ ۳۴۶۶۲۷۹۳
گمیشان	۳۴۴۶۳۱۲۲
گناباد	۵۷۲۲۱۶۶۲ ۵۷۳۵۱۸۶۲
گنبد کاووس	۳۲۲۳۵۶۰۰ ۳۲۳۳۹۵۱۰ ۳۵۲۳۰۰۰۴
لار	۵۲۴۴۶۰۲۲ ۵۲۳۳۶۴۶۷
لامرد	۵۲۷۲۴۰۵۴
لامیجان	۴۲۲۳۹۴۰۱ ۴۲۲۲۸۲۴۵ ۴۲۲۷۲۲۲۶ ۴۲۳۴۲۲۶۹ ۴۲۳۶۶۷۳۰
لشت نشاء	۳۴۴۰۲۶۵۱
لنگرود	۴۲۵۴۴۲۳۶ ۴۲۵۵۲۷۷۹

فهرست نمایندگان میکروویو شرکت مشتریان گلیران

شهر	تلفن
یزد	۳۵۳۵۲۸۱۰
	۳۶۲۴۸۷۱۱
	۳۸۲۸۹۰۷۵
	۳۷۲۴۹۹۱۴
	۳۵۲۱۶۲۹۵

مرکز ارتباط مشتریان (۲۴ ساعته)

خط ویژه : ۰۲۱-۸۴۷۳۳

شهر	تلفن
مینو دشت	۳۵۲۲۱۶۷۶ ۳۵۲۲۸۸۷۷
نائین	۴۶۲۵۵۷۸۸ ۴۶۲۵۱۳۲۷
نجف آباد	۴۲۶۴۵۶۵۸ ۴۲۶۲۳۵۹۲ ۴۲۶۲۷۸۳۲
نظر آباد	۴۵۳۵۶۸۴۸
نقده	۳۵۶۲۸۰۹۵ ۳۵۶۲۴۲۵۵ ۳۵۶۳۱۳۳۲
نکاء	۳۴۷۲۴۲۲۰ ۳۴۷۲۵۷۲۲
نهاوند	۳۲۲۴۶۰۶۷ ۳۳۲۲۰۷۰۴
نهبندان	۳۲۶۲۱۹۶۱ ۳۲۶۲۲۵۷۰
نور	۲۱۸۴۷۳۳
نور آباد ممسنی	۴۲۵۲۳۷۸۷
نوشهر	۵۲۳۳۲۲۲۶ ۵۲۳۳۶۲۲۱ ۵۲۳۳۷۱۱۷
نیریز	۵۳۸۴۴۶۴۸ ۵۳۸۳۱۵۸۸
نیشابور	۴۲۳۳۴۰۹۰ ۴۲۳۳۰۳۰۰ ۴۲۲۲۴۹۵۰
هرات	۳۲۵۷۲۰۰۹
هشتگرد	۴۴۲۳۹۵۰۰
همدان	۳۸۳۵۶۸۱۹ ۳۴۲۲۴۹۰۱ ۳۴۴۲۵۲۱۸ ۳۸۳۵۱۱۸۸
ورامین	۳۶۲۵۲۳۱۶ ۳۶۲۵۲۲۵۲
ولایت جم	۳۷۶۲۳۱۴۸ ۳۷۶۲۳۹۰۲
یاسوج	۳۳۳۳۹۶۹۹ ۳۳۳۳۰۶۲۱

