

FI	Mikroaaltouuni	Käyttöohje	2
SV	Mikrovågsugn	Användarmanual	29
FR	Four À Micro-Ondes	Notice D'utilisation	56
NO	Mikrobølgeovn	Brukerhåndbok	88
ES	Horno Microondas	Manual De usuario	115
EN	Microwave Oven	User Manual	143



SISÄLLYSLUETTELO

TÄRKEITÄ TURVAOHJEITA	3
TUOTEKUVAUS	7
OHJAUSPANEELI	8
ENNEN KÄYTTÖÄ	8
KÄYTTÖ	10
OHJELMAKAAVIOT	16
RESEPTIT	20
HOITO & PUHDISTUS	23
ONGELMATILANTEET	25
TEKNISET TIEDOT	25
ASENNUS	26
YMPÄRISTÖÄ KOSKEVIA TIETOJA	27
TAKUU/HUOLTO	28

TÄYDELLISTEN TULOKSIEN SAAVUTTAMISEKSI

Kiitämme teitä Electrolux-laitteen hankinnasta. Olette valinneet tuotteen, joka perustuu vuosikymmenien aikana saatuun kokemukseen ja innovaatioon. Kekseliäs ja tyylikääs laite, joka on suunniteltu teitä ajatellen. Laitetta käyttäessänne voitte olla aina varma erinomaisista tuloksista.

Tervetuloa Electroluxiin.

Vieraile verkkosivullamme:



Saadaksesi käyttöön liittyviä neuvoja, esitteitä, vianmääritysohjeita ja huolto-ohjeita:
www.electrolux.com



Tuotteen rekisteröimiseksi parempaa huoltoa varten:
www.electrolux.com/productregistration



Ostaaksesi laitteesi lisävarusteita, kulutusosia ja alkuperäisiä varaosia:
www.electrolux.com/shop

ASIAKASPALVELU JA HUOLTO

Suosittellemme alkuperäisten varaosien käyttöä.

Pidä seuraavat tiedot saatavilla ottaessasi yhteyttä valtuutettuun huoltoliikkeeseen.

Kyseiset tiedot löytyvät laitteen arvokilvestä. Malli, tuotenumero, sarjanumero.

 Varoitukset/huomautukset ja turvallisuusohjeet

 Yleisohjeet ja vinkit

 Ympäristönsuojeluohjeita

Oikeus muutoksiin pidätetään ilman erillistä ilmoitusta.

TÄRKEITÄ TURVAOHJEITA



TÄRKEITÄ TURVAOHJEITA: LUE HUOLELLISESTI JA SÄILYÄ TULEVAA TARVETTA VARTEN

Tulipalon välttäminen

Mikroaaltouunia tulee valvoa käytön aikana. Liian suuri teho tai liian pitkä valmistusaika saattaa ylikuumentaa ruoan niin, että syttyy tulipalo. Pistorasian on oltava helposti ulottuvilla, jotta laitteen virtajohto voidaan irrottaa pistorasiasta vaaratilanteessa. Virtalähteen on oltava tyyppiä 230 V (AC), 50 Hz, jossa on vähintään 10 A:n sulake tai 10 A:n sulake. On suositeltavaa, että laite kytketään virtapiiriin, johon ei ole kytketty muita laitteita. Uunia ei saa säilyttää tai käyttää ulkona.

Jos kuumennettava ruoka alkaa savuta, ÄLÄ AVAA LUUKKUA. Katkaise virta, irrota uunin virtajohto seinäpistorasiasta ja odota, että ruoka lakkaa savuamasta. Luukun avaaminen ruoan savutessa saattaa aiheuttaa tulipalon. Käytä ainoastaan mikrouuninkestäviä astioita ja tarvikkeita. Uunia ei saa jättää ilman valvontaa, kun käytetään kertakäyttömuovisia, -paperisia tai muita palavia astioita. Puhdista aaltoputken suojus, uunin sisäpuoli, pyörivä alusta ja alustan kannatin käytön jälkeen. Näiden osien on oltava kuivat eikä niihin saa jäädä rasvaa. Rasvajäämät voivat

ylikuumentua ja alkaa savuta tai syttyä tuleen.

Uunin tai tuuletusaukkojen lähelle ei saa asettaa palavaa materiaalia. Tuuletusaukkoja ei saa peittää. Ruoasta ja ruoan kääreistä on poistettava kaikki metalliset sulkimet, langat jne. Metallipinnat voivat kipinöidä ja aiheuttaa tulipalon. Mikroaaltouunilla ei saa kuumentaa oppopaistoon käytettävää rasvaa. Lämpötilaa ei voi säädellä ja öljy voi syttyä tuleen. Popcornin valmistukseen on käytettävä erityisiä mikroaaltopopcorn-pakkauksia. Uunissa ei saa säilyttää ruokia tai muita tarvikkeita. Tarkista käynnistyksen jälkeen, että asetukset ovat oikeat ja että uuni toimii halutulla tavalla. Katso neuvoja käyttöohjeesta ja keittokirjaosasta.

Tapaturmien välttäminen



VAARA! Älä käytä uunia, jos se on vahingoittunut tai jos se ei toimi kunnolla. Tarkista seuraavat seikat ennen käyttöä:

- Luukku: varmista, että luukku sulkeutuu kunnolla ja että se ei ole vinossa tai vääntynyt.**
- Saranat ja luukun turvalukitus: tarkista, että ne eivät ole rikki tai löysällä.**
- Luukun tiivisteet ja tiivistepinnat: varmista, että ne ovat ehjät.**
- Uunin ja luukun sisäpuoli: varmista, että niissä ei ole kolhuja.**

e) Virtajohto ja pistoke: varmistaa, että ne ovat ehjät.

Älä koskaan säädä, korjaa
tai muunna uunia itse.

Muun kuin
ammattitaitoisen asentajan
on vaarallista suorittaa
mitään huolto- tai korjaus-
oimenpiteitä, joissa
joudutaan irrottamaan
mikroaalloilta suojaavia
osia.

Uunia ei saa käyttää luukun ollessa auki eikä
luukun turvalukitusta saa muuttaa mitenkään.

Älä käytä uunia, jos luukun tiivisteiden ja
tiivisteipintojen välissä on jotain.

**Pidä oven tiivisteet ja
viereiset osat puhtaana
rasvasta ja liasta. Noudata
käyttöoh-jeessa olevia
hoito- ja puhdistusohjeita.
Uunin puhtaanapidon
laiminlyönti saattaa
heikentää pinnan laatua,
mikä voi lyhentää laitteen
elinikää ja mahdollisesti
aiheuttaa vaaratilanteen.**

Henkilöiden, joilla on SYDÄMENTAHDISTIN, on
noudatettava lääkäriltä tai sydämentahdistimen
valmistajalta saamia mikroaaltouunien
käyttöön liittyviä varotoimia.

Sähköiskujen välttäminen

Laitteen kotelo ei saa koskaan irrottaa.

Luukun lukitus- ja tuuletusaukkoihin ei saa
koskaan päästää nestettä tai työntää esineitä.

Jos näihin joutuu nestettä, katkaise välittömästi
virta, irrota uunin virtajohto seinäpistorasiasta ja
ota yhteys valtuutettuun huolto-liikkeeseen.

Virtajohtoa tai pistoketta ei saa upottaa veteen tai
muuhun nesteeseen. Virtajohto ei saa koskettaa

kuumia tai teräviä pintoja, kuten kuumaa
tuuletusaukkoa ylhäällä uunin takana. Älä yritä
vaihtaa uunin lamppua itse.

**Uunin lampun saa vaihtaa
vain ELECTROLUX in
valtuuttama henkilö. Jos
uunin lamppuun tulee vika,
ota yhteys jälleenmyyjään
tai valtuutettuun
huoltoliikkeeseen.**

Jos laitteen virtajohto vaurioituu, se on vaihdettava
samanlaiseen erikoisjohtoon. Virtajohdon saa
vaihtaa vain valtuutettu ELECTROLUX huoltoliike.

Räjähdyksen ja äkillisen kiehumisen välttäminen

**⚠ VAARA! Nesteitä ja
muita ruokia ei saa
kypsentää suljetuissa
astioissa, koska ne
voivat räjähtää.**

Älä koskaan käytä suljettuja astioita. Poista
kannet ja suojukset ennen käyttöä. Suljetut astiat
voivat räjähtää paineen vaikutuksesta, vaikka
uunin virta olisi jo katkaistu. Nesteitä on
kuumennettava varoen. On suositeltavaa käyttää
leveäsuista astiaa, jotta kuplat pääsevät
poistumaan helposti.

**Juomien kuumennus
mikroaaltouunissa voi
johtaa kiehumiseen
purkausm-aisesti viiveellä,
joten astiaa on käsiteltävä
varoen.**

Purkausmaisesti kiehuvan nesteen ja
mahdollisten palovammojen estäminen:

1. Nestettä on sekoitettava ennen kuumennusta
tai lämmitystä.
2. Lämmityksen ajaksi on suositeltavaa asettaa
nesteeseen lasisauva tai vastaava väline.
3. Anna nesteen seistä uunissa vähintään 20
sekuntia kypsennysajan päätyttyä, jolloin
vältetään jälkikäteen tapahtuva roiskuva
kiehuminen.

Kananmunia ei saa kypsentää kuorineen eikä kovaksikeitettyjä kananmunia saa kuumentaa mikroaaltouunissa, sillä ne voivat räjähtää vielä mikroaaltokypsennyksen jälkeen. Kun kypsennetään tai lämmitetään kananmunia, joita ei ole vatkattu tai sekoitettu, keltuasiin ja valkuasiin on pisteltävä reikiä, etteivät ne räjähdä. Kovaksikeitetty kananmunat on kuorittava ja viipaloitava ennen kuin ne lämmitetään mikroaaltouunissa.

Esimerkiksi perunoiden, makkaroiden ja hedelmien kuoreen on pisteltävä reikiä ennen kypsennystä, etteivät ne räjähdä.

Palovammojen välttäminen

Otettaessa ruokaa uunista on käytettävä pannulappuja tai patakintaita. Valmistusastiat, popcorn-pakkaukset, paistopussit jne. on avattava kasvoista ja käsistä pois päin höyryn aiheuttamien palovammojen välttämiseksi.

Palovammojen välttämiseksi ruoan lämpötila on tarkistett-ava ja ruoka sekoitettava ennen tarjoamista, erityisesti silloin, kun ruoka tarjoillaan vauvoille, lapsille tai vanhuksille.

Astian lämpötila ei vastaa ruoan tai juoman lämpötilaa; tämän takia ruoan lämpötila on aina tarkistettava. Luukkaa avattaessa on varottava

kuumia höyryjä, jotka voivat aiheuttaa palovammoja. Täytetyt ruoat on viipaloitava kuumennuksen jälkeen, jotta höyry pääsee purkautumaan ja vältytään palovammoilta.

Pidä lapset poissa luukun luota palovammojen välttämiseksi.

Lasten suojeleminen

⚠ VAARA! Laite sekä sen osat, joihin pääsee käsiksi, kuumenevat käytön aikana.

Lämmityselementtien koskettamista on vältettävä. Alle 8-vuotiaat lapset eivät saa koskea laitteeseen, paitsi jos heitä valvotaan jatkuvasti.

Kahdeksanvuotiaat ja sitä vanhemmat lapset, fyysisesti tai henkisesti vammaiset, aistivammaiset sekä henkilöt, joilta puuttuu riittävä kokemus tai tietämys, voivat käyttää tätä laitetta valvotusti tai jos heitä on opastettu laitteen turvallisessa käytössä ja jos he ymmärtävät laitteen käyttöön liittyvät vaarat. On valvottava, että lapset eivät leiki laitteella. Lapsi ei saa puhdistaa eikä huoltaa laitetta, paitsi jos hän on

vähintään 8-vuotias ja aikuisen valvonnassa.

Uunin luukkuun ei saa nojata eikä siitä saa roikkua. Uunin kanssa ei saa leikkiä. Lapsille on neuvottava kaikki tärkeät turvaohjeet: patalappujen käyttö, ruoan päällysten poistaminen varovaisesti, itsestään kuumenevien tai vastaavien ruoan rapeutta lisäävien pakkausten, jotka voivat olla erityisen kuumia, käyttö.

Muita varoituksia

Uunia ei saa muuntaa millään tavoin. Uuni on tarkoitettu ainoastaan kotikäyttöön ja sitä saa käyttää ainoastaan ruoan valmistukseen. Se ei sovellu kaupalliseen tai laboratorikäyttöön.

Toimintahäiriöiden ja vahingoittumisen välttäminen

Uunia ei saa käyttää tyhjänä

Kun käytetään ruskistusastiaa tai itsestään kuumenevaa pakkausta, sen alle on aina asetettava lämmönkestävä eriste kuten posliinilautanen, jotta pyörivä alusta tai alustan kannatin ei vahingoitu. Alustan käyttöohjeissa mainittua esikuumennusaikaa ei saa ylittää. Älä käytä metallisia astioita, jotka heijastavat mikroaaltoja ja voivat kipinöidä. Uuniin ei saa laittaa tölkkejä.

Uunissa saa käyttää vain siihen tarkoitettua pyörivää alustaa ja alustan kannatinta. Uunia ei saa käyttää ilman pyörivää alustaa.

Pyörivän alustan vahingoittumisen välttäminen:

- Pyörivän alustan on annettava jäähtyä ennen kuin se puhdistetaan vedellä.
- Kylmälle alustalle ei saa asettaa kuumia ruokia tai astioita.
- Kuumalle alustalle ei saa asettaa kylmiä ruokia tai astioita.

Laitteen kotelon päällä ei saa olla mitään käytön aikana.



Huomautus!

Jos et osaa ottaa uunia käyttöön, ota yhteys valtuutettuun, pätevään sähköasentajaan. Valmistaja ja jälleenmyyjä eivät ota vastuuta uunin vahingoittumisesta tai henkilövahingoista, jotka seuraavat virheellisestä sähkökytkennästä. Uunin seinämiin sekä luukun tiivisteiden ja tiivistepintojen ympärille voi toisinaan tiivistyä kosteutta tai muodostua pisaroita. Tämä on normaalia eikä tarkoita, että mikroaaltoja vuotaisi laitteesta tai että se olisi epäkunnossa.

Mikroaaltouuni tarkoitettu elintarvikkeiden ja juomien lämmittämiseen.

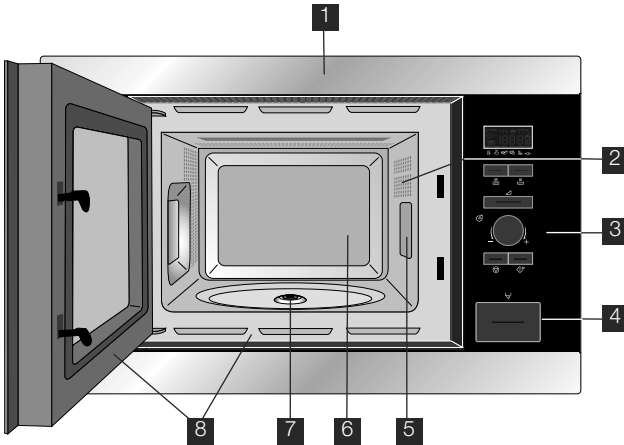
Elintarvikkeiden ja vaatteiden kuivaaminen sekä lämpötyynyjen, tohvelien, pesusienien, kosteiden liinojen ja vastaavien lämmittäminen voi aiheuttaa loukkaantumis-, sytytys- tai tulipalovaaran.

Tämä laite on tarkoitettu käytettäväksi kotitalouksissa ja vastaavissa tiloissa: myymälöiden, toimistojen ja muiden työympäristöjen työpaikkakeittiöt; maatilat; hotellien, motellien ja muiden asuinympäristöjen asiakastilat; aamiaismajoituspaikat.

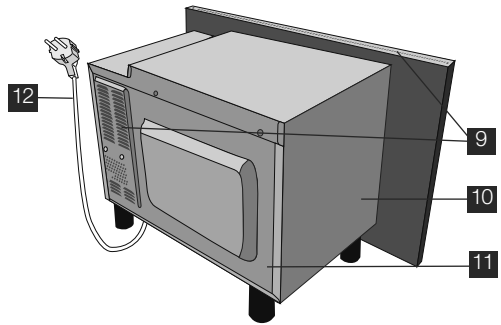
Laitetta ei ole tarkoitettu käyttöön yli 2 000 metrin korkeudella.

TUOTEKUVAUS

MIKROAALTOUUNI JA LISÄVARUSTEET



- 1 Etupaneeli
- 2 Uunin lamppu
- 3 Ohjauspaneeli
- 4 Luukun avaus -painike
- 5 Mikroaalto suoja
- 6 Uunin sisäpuoli
- 7 Alustan kiinnitysnapa
- 8 Luukun tiivisteet ja tiivistepinnat

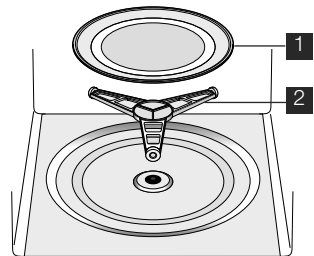


- 9 Tuuletusaukot
- 10 Kotelo
- 11 Takalokero
- 12 Virtajohto

Tarkista, että uunin mukana on toimitettu seuraavat lisävarusteet:

- 1 Pyörivä alusta
- 2 Alustan kannatin

- Aseta alustan kannatin uunin pohjassa olevaan kiinnitysnapaan.
- Aseta pyörivä alusta alustan kannattimen päälle.
- Varmista, että astiat eivät osu pyörivän alustan reunaan, kun ne otetaan pois uunista. Muuten alusta voi vahingoittua.



Kun tilaat lisävarusteita, ilmoita jälleenmyyjälle tai valtuutetulle ELECTROLUX huollolle tuotteen malli ja varaosa.

OHJAUSPANEELI

1 DIGITAALINÄYTTÖ merkkivalot



Mikroaallot



Automaattisulatus leipä



Kello



Automaattisulatus



Ruuanlaittovaiheet



Paino



Plus- ja miinustoiminnot

2 AUTOMAATTIKYPSENNYS merkkivalot

3 AUTOMAATTIKYPSENNYS painike

4 AUTOMAATTISULATUS painike

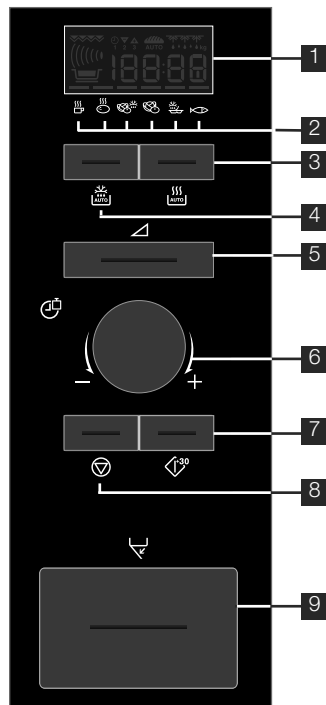
5 TEHOASETUS painike

6 AJASTIN/PAINO säädin

7 START/+30 painike

8 STOP painike

9 LUKUN AVAUS painike



ENNEN KÄYTTÖÄ

ENERGIANSÄÄSTÖTILA

Uuni on asetettu energiansäästötilaan ("Econ").

1. Kytke uunin virtajohto pistorasiaan.
2. Näytössä lukee: "Econ".
3. Näyttö laskee alaspäin luvusta 3:00 nollaan.
4. Kun laskuri saavuttaa nollan, uuni siirtyy energiansäästötilaan ja näyttö tyhjenee.



- Jos haluat peruuttaa energiansäästötilan, aseta kello.

KELLON ASETUS

Uunissa on 12 ja 24 tunnin kello.

Esimerkki: Jos haluat asettaa kellonajaksi 11:30 (12 tunnin kello).

1. Avaa ovi.
2. Näytössä lukee: "Econ".

3. Paina ja pidä alhaalla START/+30-painiketta viiden sekunnin ajan. Kuulet äänimerkin. Näytössä lukee:

4. Aseta tunti kääntämällä AJASTIN/PAINO-nuppia.

5. Paina START/+30-painiketta kerran ja aseta sitten minuutit kääntämällä AJASTIN/PAINO-nuppia.

6. Paina START/+30-painiketta.




7. Tarkasta näyttö:

8. Sulje ovi.



- Voit kiertää AJASTIN/PAINO-nuppia myötä- tai vastapäivään.
- Jos painat STOP-painiketta, aikaa ei aseteta. Näytössä lukee: "Econ".

Esimerkki: Tunnin kellon asettaminen aikaan 23:30 (24 tunnin kell).



1. Avaa ovi.
2. Näytössä lukee: "Econ".
3. Paina ja pidä alhaalla START/+30-painiketta viiden sekunnin ajan. Kuulet äänimerkin.
Näytössä lukee: 
4. Paina START/+30-painiketta.
Näytössä lukee: 
5. Aseta tunti kääntämällä AJASTIN/PAINO-nuppia.
6. Paina START/+30-painiketta kerran ja aseta sitten minuutit kääntämällä AJASTIN/PAINO-nuppia.
7. Paina START/+30-painiketta.
8. Tarkasta näyttö: 
9. Sulje ovi.




- Voit kiertää AJASTIN/PAINO-nuppia myötä- tai vastapäivään.
- Jos painat STOP-painiketta, aikaa ei aseteta.
Näytössä lukee: "Econ".

AJAN SÄÄTÄMINEN KUN KELLO ON ASETETTU TAI UUNI

Esimerkki: Tunnin kellon asettaminen aikaan 11:45.

1. Avaa ovi.
2. Paina ja pidä alhaalla START/+30-painiketta viiden sekunnin ajan. Kuulet äänimerkin.
Näytössä lukee: 
- (Jos haluat muuttaa kellon 24 tunnin kelloksi, paina uudelleen START/+30-painiketta.)
3. Aseta tunti kääntämällä AJASTIN/PAINO-nuppia.
4. Paina START/+30-painiketta kerran ja aseta sitten minuutit kääntämällä AJASTIN/PAINO-nuppia.
5. Paina START/+30-painiketta.
6. Tarkasta näyttö: 

VOIT PERUUTAA KELLON JA ASETTAA ECON TILASSA

1. Avaa ovi.
2. Paina ja pidä alhaalla START/+30-painiketta viiden sekunnin ajan. Kuulet äänimerkin.
Näytössä lukee: 

- (Jos haluat muuttaa kellon 24 tunnin kelloksi, paina uudelleen START/+30-painiketta.)
3. Paina STOP-painiketta.
 4. Näytössä lukee: "Econ".
 5. Sulje ovi.
 6. Näyttö laskee alaspäin luvusta 3:00 nolnaan.
 7. Kun laskuri saavuttaa nolnan, uuni siirtyy energiansäästötilaan ja näyttö tyhjenee.

STOP-PAINIKKEEN KÄYTTÖ

STOP painikkeella voidaan:

1. Poistaa ohjelmoinnin aikana tehty virhe.
2. Pysäyttää uuni tilapäisesti kypsennyksen aikana.
3. Peruuttaa ohjelma kypsennyksen aikana painamalla painiketta kahdesti.



TURVALUKITUS

Uunissa on turvallisuustoiminto, joka estää lapsia käyttämästä uunia vahingossa. Kun lukitus on käytössä, mitään mikroaaltouunin toimintoja ei voida käyttää ennen kuin lukitustoiminto on poistettu käytöstä.

Esimerkki: Turvalukituksen käyttöönotto.

1. Paina STOP-painiketta 5 sekuntia.



Uuni antaa äänimerkin, ja näkyviin tulee "LOC":



- Poista turvalukitus käytöstä pitämällä STOP-painiketta painettuna viiden sekunnin ajan. Uuni antaa kaksi äänimerkkiä, ja kellonaika tulee näkyviin.
- Turvalukitusta ei voida ottaa käyttöön, jos kelloa ei ole asetettu.

KÄYTTÖ

NEUVOJA JA VINKKEJÄ

Ruoan kypsyttämiseksi/sulattamiseksi mikrounissa mikroaaltoenergian on kuljettava kyseisen astian seinämien läpi ruokaan pääsemiseksi. Näin ollen on tärkeää valita sopiva ruoanvalmistusastia.

Pyöreät/soikeat astiat ovat neliömäisiä/pitkulaisia parempia, sillä astian nurkissa olevalla ruoalla on taipumus ylikypsyä.


On tärkeää käännellä, siirrellä tai hämmentää ruokaa tasaisen lämmön varmistamiseksi.

Seisonta-aika on välttämätön ruoan kypsyttämisen jälkeen, sillä sen aikana lämpö leviytyy tasaisesti kautta ruoan.

Ruokaa koskevia ominaisuuksia

Koostumus	Ruoat, joissa on paljon rasvaa tai sokeria (esim. maustekakut ja tortut) vaativat lyhyemmän kuumennusajan. On syytä noudattaa varovaisuutta, sillä ylikuumennus voi aiheuttaa syttymisen palamaan.
Tiiviyys	Ruoan tiiviyys voi vaikuttaa tarvittavan kypsytyksajan pituuteen. Kevyet, huokoiset ruoat, kuten kakut tai leipä, kypsyvät nopeammin kuin raskaat, tiiviit ruoat, kuten paistit ja vuokaruokat.
Määrä	Kypsytyksaika on pidennettävä uuniin asetetun ruoan määrää lisättäessä. Esimerkiksi neljän perunan kypsyttäminen vie pitempään kuin kahden perunan kypsyttäminen.
Koko	Pienikokoiset ruoat ja pienet palaset kypsyvät nopeammin kuin suurikokoiset, sillä mikroaallot pystyvät kulkemaan niiden kaikkien sivujen läpi kohti keskustaa. Tasaisen kypsyttämisen saamiseksi on parasta, että kaikki ruoan osat paloitellaan samankokoisiksi.
Muoto	Muodoltaan epäsäännöllisten ruokien, kuten kanan rintapalasten tai kanankoipiin, paksumpien osien kypsyttäminen vaatii pitemmän ajan. Pyöreämuotoiset ruoat kypsyvät mikrounissa tasaisemmin kuin neliömuotoiset ruoat.
Lämpötila	Ruoan alustava lämpötila vaikuttaa kyseisen ruoan vaatiman kypsyttämisaajan pituuteen. Jäähdytetyt ruoat vievät pitempään kuin huoneen lämpötilassa oleva ruoka. Halkaise ruoat, joissa on täytettä, kuten hillomunkit, niiden lämmön laskemiseksi tai höyryn vähentämiseksi.

Kypsytysmenetelmiä

Järjestele	Aseta ruoan paksuimmat osat astian ulko-osaa kohti. Esim. kanankoivet.
Peitä	Käytä ilmarei'illä varustettua mikroaaltokalvoa tai sopivaa kantta.
Lävistä	Sellaisten ruokien pinta, joissa on kuori tai kalvo, on lävistettävä useissa kohdin ennen kypsyttämistä tai uudelleenlämmittämistä, sillä muuten voi kehittyä höyryä, joka aiheuttaa ruoan äkillisen ulospurkautumisen. esim. perunat, kala, kana, makkarat.  Tärkeää! Kananmunia, esim. paistettuja ja kovaksi keitettyjä munia, ei saa kuumentaa mikroaaltoja käyttämällä, sillä ne voivat räjähtää vielä senkin jälkeen kun kypsyttäminen on suoritettu.
Hämmennä, kääntelee ja siirtele	Tasaisen kypsyttämisen aikaansaamiseksi on ehdottoman tärkeää hämmentää, käännellä ja siirrellä ruokaa kypsyttämisen aikana. Muista aina hämmentää ja siirtele ulkosivuilta keskikohtaa kohti.
Seisota	Seisonta-aika on välttämätön kypsyttämisen jälkeen niin että lämpö jakautuu tasaisesti kautta koko ruoan.
Suojele	Jotkut sulatettavan pakasteen osista voivat lämmetä. Osat, joilla on taipumus lämmetä, voidaan suojata pieniä alumiinifoliopalasia käyttämällä. Nämä osat, kuten kanankoivet ja -sivut, voidaan peittää pienin alumiinifoliopalasin, jotka heijastavat mikroaaltoja.

MIKROAALTOUUNIN KESTÄVÄT KEITTOASTIAT

Ruoanvalmistusastiat	Sopivuus mikrouunissa käytettäväksi	Kommentteja
Alumiinifolio/ folioastiat	✓ / ✗	Pientä alumiinifoliopalasta voidaan käyttää ruoan suojelemiseksi ylikuumennusta vastaan. Aseta folio vähintään 2 cm etäisyydelle uunin seinästä, muuten voi aiheutua kipinöintiä. Folioastioita saa käyttää vain niiden valmistajan erityisestä suosituksesta, noudata tarkkaan annettuja ohjeita.
Ruskistusta varten tarkoitetut astiat	✓	Noudata aina valmistajan antamia ohjeita. Älä ylitä annettuja kuumennusaikoja. Ole hyvin varovainen, sillä nämä astiat voivat tulla hyvin kuumiksi.
Porsliini ja keramiikka	✓ / ✗	Porsliiniset astiat, saviastiat, lasitetusta keramiikasta ja luoporsliinista valmistetut astiat ovat yleensä sopivia käytettäväksi, mikäli niissä ei ole metallikoristelua.
Lasiastiat, esim. Pyrex®	✓	On syytä noudattaa varovaisuutta hienosta lasista valmistettuja astioita käytettäessä, sillä ne voivat särkyä tai hajjeta ne äkillisesti kuumennettaessa.
Metalli	✗	Metallisten astioiden käyttöä ei suositella mikroaaltotehoa käytettäessä, muuten voi aiheutua kipinöintiä ja seurauksena voi olla syttyminen tuleen.
Muovi/polystyreeni esim. pikaruoka-astiat	✓	On syytä noudattaa varovaisuutta, sillä jotkut astiat voivat korkeissa lämpötiloissa käyristyä, sulaa tai haalistua väritään.
Kelmu	✓	Ei saa koskettaa ruokaa ja on lävistettävä höyryn päästämiseksi ulos.
Pakaste/ paistopussit	✓	Täytyy lävistää höyryn päästämiseksi ulos. Varmista, että pussit sopivat käytettäväksi mikrouunissa. Älä käytä muovisia tai metallisia siteitä, sillä ne voivat sulaa tai syttyä tuleen metallikipinöinnin aiheuttamana.
Paperi – lautaset, kupit ja talouspaperi	✓	Käytä vain lämmittämiseen tai kosteuden imemiseksi. On syytä noudattaa varovaisuutta, sillä ylikuumennus voi aiheuttaa syttymisen tuleen.
Olki- ja puuastiat	✓	Valvo aina uunia näitä materiaaleja käytettäessä, sillä ylikuumennus voi aiheuttaa syttymisen tuleen.
Kierrätetty paperi ja sanomalehti-paperi	✗	Voivat sisältää metalliuitteita, jotka voivat aiheuttaa 'kipinöintiä' ja syttymisen tuleen.

MIKROAALLOT KYPSENNYS

Uuni voidaan ohjelmoida toimimaan enintään 90 minuutin ajan. Annettava kypsennys- ja sulatusaika vaihtelee 15 sekunnin ja 5 minuutin välillä. Annettava aika riippuu okonaiskypsennys- tai kokonaisuulatusajasta taulukon osoittamalla tavalla.

Kypsennysaika	Väli
0-5 minuuttia	15 sekuntia
5-10 minuuttia	30 sekuntia
10-30 minuuttia	1 minuutti
30-90 minuuttia	5 minuuttia

MANUAALISESSA SULATUKSESSA

Manuaalisessa sulatuksessa (sulatus ilman automaattista sulatustoimintoa) on käytettävä 240 W:n tehoa. Näytössä näkyy sulatuksen symboli, kun tämä teho on valittu.

TEHOASETUKSET

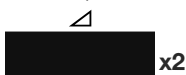
Uunissa on 6 tehoasetusta.

Tehotason asetus	Ehdotettu käyttö
800 W/ KORKEA	Käytetään pikakypsennykseen tai esim. keittojen, laatikoiden, purkkiruokien, kuumien juomien, vihannesten, kalan jne. lämmitykseen.
560 W	Käytetään tiiviiden ruokien, esim. paistien, lihamurekkeen ja valmisaterioiden pitempään kypsennykseen, sekä herkkien ruokien, kuten juustokastikkeen ja sokerikakkujen valmistukseen. Tällä asetuksella kastike ei kiehu yli ja ruoka kypsyy tasaisesti ulompien osien kypsymättä liikaa.
400 W	Tiiville ruoille, joiden kypsyminen kestää pitkään perinteisillä menetelmillä (esim. naudanliha), kannattaa käyttää tätä tehoasetusta, jotta lihasta tulisi mureaa.
240 W/ SULATUS	Valitse sulatukseen tämä asetus, jotta ruoka sulaa tasaisesti. Tämä asetus sopii myös erinomaisesti riisin, pastan ja mykyjen hiljalleen keittämiseen ja vanukkaan kypsennykseen.
80 W	Varovaiseen, esim. täytekakkujen tai leivonnaisten, sulatukseen.
0 W	Tasaantumisaika/keittiöajastin.

W = WATT, Teho

Esimerkki: Kun halutaan kuumentaa keittoa 2 minuutin ja 30 sekunnin ajan 560 W:n mikroaaltoteholla.

1. Paina TEHOASETUS painiketta kaksi kertaa.



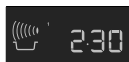
2. Aseta haluttu kypsennysaika kääntämällä AJASTIN/PAINO säädintä myötä- tai vastapäivään kunnes 2.30 tulee näytölle.



3. Paina START/+30 painiketta.



4. Tarkista näyttö:



- Jos luukku avataan kypsennyksen aikana, kypsennysaika pysähtyy automaattisesti. Kypsennysaika alkaa kulua uudelleen, kun luukku suljetaan ja painetaan START/+30 painiketta.
- Mikroaaltojen tehoasetus voidaan tarkistaa kypsennyksen aikana painamalla TEHOASETUS painiketta.
- Kypsennysaikaa voidaan lisätä tai vähentää kypsennyksen aikana kääntämällä AJASTIN/PAINO-säädintä.
- Kypsennystehoa voidaan säätää kypsennyksen aikana painamalla TEHOASETUS painiketta.
- Kypsennysohjelma voidaan peruuttaa kypsennyksen aikana painamalla STOP-painiketta kaksi kertaa.

⚠ Tärkeää!

Jos tehoasetusta ei valita, oletuksena on automaattisesti 800 W/KORKEA.

KEITTIÖAJASTIN

Esimerkki: Keittiöajastimen asetus seitsemäksi minuutiksi.

1. Paina TEHOASETUS painiketta 7 kertaa.



2. Aseta haluttu kypsennysaika kääntämällä AJASTIN/PAINO säädintä myötä- tai vastapäivään kunnes 7.00 tulee näytölle.



3. Paina START/+30 painiketta.



4. Tarkista näyttö:



- Ajastin voidaan keskeyttää tilapäisesti painamalla STOP-painiketta. Ajastin voidaan käynnistää uudelleen painamalla START/+30-painiketta. Ajastintilasta voidaan poistua kokonaan painamalla uudelleen STOP-painiketta.

LISÄÄ 30 SEKUNTIA

START/+30 painike mahdollistaa seuraavat kaksi toimintoa.

1. Pikäkäynnistys

START/+30 painikkeen painallus kypsentää 30 sekunnin ajan 800 W/KORKEA:n teholla.




2. Kypsennysajan pidentäminen

Kypsennysaika voidaan pidentää normaalikäytössä 30 sekuntia kerrallaan painamalla painiketta uunin ollessa käynnissä.




- Tätä toimintoa ei voida käyttää AUTOMAATTIKYPSENNYS- tai AUTOMAATTISULATUSTOIMINTOJEN käytön aikana.

PLUS- & MIINUSTOIMINNOT

PLUS-  ja MIINUSTOIMINTOJEN  avulla voidaan vähentää tai lisätä kypsennysaika automaatiohjelmiin käytön aikana.

Jos perunoista halutaan kypsiä mutta silti kiinteitä, voidaan käyttää MIINUSTOIMINTOA .

Jos taas halutaan, että perunat ovat hiukan pehmeämpiä, voidaan käyttää PLUSTOIMINTOA .

Esimerkki: Perunoiden (0,3 kg) valmistus hyvin kypsiksi.

1. Välj den meny som ska användas genom att trycka på AUTOTILLAGNING-knappen två gånger.



2. Kääntämällä AJASTIN/PAINO -säädintä kunnes 0.3 tulee näytölle.



3. Valitse PLUSTOIMINTO  painamalla tehopainiketta kerran.





4. Paina START/+30 painiketta.



5. Tarkista näyttö:



- Peruuta PLUS-/MIINUSTOIMINTO painamalla TEHOASETUS painiketta kolme kertaa.
- Jos valitset PLUS-, näytössä näkyy .
- Jos valitset MIINUS, näytössä näkyy .

MONIVAIHEKYSENNYS

Enintään kolme peräkkäistä vaihetta voidaan ohjelmoida yhdistämällä MIKROAALTO.

Esimerkki: Jos halutaan kypsentää:

5 minuuttia 800 W:n teholla (vaihe 1)

16 minuuttia 240 W:n teholla (vaihe 2)

Vaihe 1

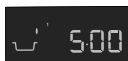
1. Paina TEHOASETUS painiketta kerran.



2. Aseta haluttu kypsennysaika kääntämällä AJASTIN/PAINO säädintä myötä- tai vastapäivään kunnes 5.00 tulee näytölle.



3. Tarkista näyttö:



Vaihe 2

1. Paina TEHOASETUS painiketta 4 kertaa.



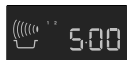
2. Aseta haluttu kypsennysaika kääntämällä AJASTIN/PAINO säädintä myötä- tai vastapäivään kunnes 16.00 tulee näytölle.



3. Paina START/+30 painiketta.



4. Tarkista näyttö:



Uuni kypsentää ensin 5 minuuttia 800 W:llä, sitten 16 minuuttia 240 W:llä.

AUTOMAATTIKYSENNYS JA AUTOMAATTISULATUS ASETUS

AUTOMAATTIKYSENNYS tai AUTO-MAATTISULATUS toiminto määrittää oikean kypsennystavan ja -ajan automaattisesti. Käytettävissä on 6 AUTOMAATTIKYSENNYS valikkoa ja 2 AUTOMAATTISULATUS valikkoa.

Automaattikypsennys

Ruoka	Symboli
Juoma	
Keitetyt Perunat/Uuniperunat	
Pakastevihannekset	
Tuoreet Vihannekset	
Pakastetut Valmisateriat	
Kalafiliee Kastikkeessa	

Esimerkki: Perunoiden (0,3 kg) valmistus.

1. Valitse haluttu valikko painamalla kaksi kertaa AUTOMAATTIKYSENNYS painiketta.



2. Kääntämällä AJASTIN/PAINO säädintä kunnes 0.3 tulee näytölle.



3. Paina START/+30 painiketta.






4. Tarkista näyttö:



Kun käyttäjältä edellytetään toimenpiteitä (esim. ruoan sekoittamista), uunin toiminta pysähtyy, kuuluu äänimerkki ja jäljellä oleva kypsennysaika ja mahdolliset merkkivalot vilkkuvat näytössä. Jatka kypsennystä painamalla START/+30 painiketta. Ohjelma päättyy automaattisesti AUTOMAATTIKYSENNYSAJAN päättymisen jälkeen. Uuni antaa äänimerkin, ja kypsennyksen symboli vilkkuu. Yhden minuutin ja muistutusäänimerkin jälkeen näkyviin tulee kellonaika.

Automaattisulatus

Ruoka	Symboli
Liha/kala/linnunliha	
Leipä	 

Esimerkki: Automaattisulatus (0,2kg) leipä.

1. Valitse haluttu valikko painamalla kaksi kertaa AUTOMAATTISULATUS painiketta.



2. Kääntämällä AJASTIN/PAINO -säädintä kunnes 0.2. tulee näytölle.



3. Paina START/+30 painiketta.















4. Tarkista näyttö:



Kun käyttäjältä edellytetään toimenpiteitä (esim. ruoan sekoittamista), uunin toiminta pysähtyy, kuuluu äänimerkki ja jäljellä oleva kypsennysaika ja mahdolliset merkkivalot vilkkuvat näytössä. Jatka kypsennystä painamalla START/+30 painiketta. Ohjelma päättyy automaattisesti AUTOMAATTISULATUSAJAN päättymisen jälkeen. Uuni antaa äänimerkin, ja kypsennyksen symboli vilkkuu. Yhden minuutin ja muistutusäänimerkin jälkeen näkyviin tulee kellonaika.









OHJELMAKAAVIOT

AUTOMAATTIKYPSENENYS & AUTOMAATTISULATUS TAULUKOT


Automaatti- kypsennys	Paino (taso)/Astiat	Painike	Valmistuskypsennys
Juoma (tee tai kahvi) 	1-4 kuppia 1 kuppi=200 ml	 x1	<ul style="list-style-type: none"> Aseta kuppi pyörivän alustan reunalle.
Keitetyt perunat ja uuniperunat 	0,1-0,8 kg (100 g) Kulho ja kansi	 x2	<p>Keitetyt perunat: Kuori perunat ja paloittele ne tasakokoisiksi palasiksi.</p> <p>Uuniperunat: Valitse tasakokoisia perunoita ja pese ne.</p> <ul style="list-style-type: none"> Aseta perunat kulhoon. Lisää tarvittava määrä vettä (per 100 g) eli noin 2 rkl ja vähän suolaa. Peitä kannella. Kun äänimerkki kuuluu, sekoita ja peitä uudelleen. Anna lämmön tasaantua kypsennyksen jälkeen noin 2 minuuttia.
Pakaste- vihannekset 	0,1-0,6 kg (100 g) Kulho ja kansi	 x3	<ul style="list-style-type: none"> Lisää 100 g:aa kohti 1 rkl vettä ja suolaa maun mukaan. (Sienille ei tarvitse lisätä vettä.) Peitä kannella. Kun äänimerkki kuuluu, sekoita ja peitä uudelleen. Anna lämmön tasaantua kypsennyksen jälkeen noin 2 minuuttia. <p>i Jos pakastevihannekset ovat jäätyneet yhteen, aseta kypsennysasetukset itse.</p>
Tuoreet vihannekset 	0,1-0,6 kg (100 g) Kulho ja kansi	 x4	<ul style="list-style-type: none"> Paloittele pieniin osiin, esim. suikaleiksi, kuutioiksi tai viipaleiksi. Lisää 100 g:aa kohti 1 rkl vettä ja suolaa maun mukaan. (Sienille ei tarvitse lisätä vettä.) Peitä kannella. Kun äänimerkki kuuluu, sekoita ja peitä uudelleen. Anna lämmön tasaantua kypsennyksen jälkeen noin 2 minuuttia.
Pakastetut valmisateriat 	0,3-1,0 kg (100 g) Kulho ja kansi	 x5	<ul style="list-style-type: none"> Siirrä ruoka sopivaan mikroaaltouunin kestäväään astiaan. Lisää tarvittaessa nestettä valmistajan ohjeiden mukaan. Peitä kannella. Kypsennä ilman kantta, jos valmistajan ohjeissa kehoitetaan näin. Kun äänimerkki kuuluu, sekoita ja peitä uudelleen. Sekoita kypsennyksen jälkeen ja anna lämmön tasaantua noin 2 minuuttia.
Kalafilee kastikkeessa 	0,4-1,2 kg* (100 g) Soikea uunivuoka ja leivinpaperia	 x6	<ul style="list-style-type: none"> Katso "Kalafilee kastikkeessa" reseptit, sivu 18. <p>* Ainesten kokonaispaino.</p>


i Kylmäsäilytettävien ruokien alkulämpötila on 5 °C, pakasteiden -18 °C.

Automaattisulatus Paino (taso)/Astiat Painike Valmistuskypsennys

Liha/kala/ linnunliha 	0,2-0,8 kg (100 g) Paistinvuoka	  x1	<ul style="list-style-type: none"> • Aseta ruoka paistinvuokaan pyörivän alustan keskelle. • Kun kuuluu äänimerkki, käännä ruoka, järjestele se uudelleen ja erottele osiin. Suojaa ohuet osat ja lämpimät osat alumiinifoliolla. • Kääri sulattamisen jälkeen alumiinifolioon 15-45 minuutiksi, kunnes ruoka on sulanut kauttaaltaan. • Jauheliha: Kun kuuluu äänimerkki, käännä ruoka. Poista sulatetut osat, jos mahdollista. <p> Ei sovellu kokonaisten lintujen kypsennykseen.</p>
Leipä  	0,1-1,0 kg (100 g) Paistinvuoka	  x2	<ul style="list-style-type: none"> • Aseta kakkuvuokaan pyörivän alustan keskelle. 1,0 kg jaotellaan suoraan kääntölevylle. • Kun kuuluu äänimerkki, käännä, asettele uudelleen ja poista sulaneet palaset. • Peitä sulattamisen jälkeen alumiinifoliolla ja anna seistä 5-15 minuuttia, kunnes ruoka on sulanut kauttaaltaan.

 Kylmäsäilytettävien ruokien alkulämpötila on 5 °C, pakasteiden –18 °C.

- 
- Anna pelkän ruoan paino. Älä lisää astian painoa.
 - Jos ruoka painaa enemmän tai vähemmän kuin taulukoissa on mainittu, paino tai määrä on annettava itse.
 - Valmiin ruoan lämpötila riippuu ruoan alkulämpötilasta. Varmista, että ruoka on tulikuuma kypsennyksen jälkeen.
 - Kun käyttäjältä edellytetään toimenpiteitä (esim. ruoan sekoittamista), uunin toiminta pysähtyy, kuuluu äänimerkki ja jäljellä oleva kypsennysaika ja mahdolliset merkkivalot vilkkuvat näytössä. Jatka kypsennystä painamalla START/+30 painiketta.
 - Jäähdytystuuletin voi käynnistyä mikroaalto-, grilli- tai yhdistelmägrillitoiminnon käytön jälkeen.

-  Automaattisulatus
- Pihvit ja kyljykset tulee pakastaa yhtenä kerroksena.
 - Jauheliha tulee pakastaa ohuena levynä.
 - Suojaa sulaneet osat kääntämisen jälkeen alumiinifolion suikaleilla.
 - Siipikarja on käsiteltävä välittömästi sulattamisen jälkeen.

RESEPTIÄ AUTOMAATTIKYSENNYS

Kalafilee mausteisessa kastikkeessa			
0,4 kg	0,8 kg	1,2 kg	
140 g	280 g	420 g	säilyketomaatteja (valutettuna)
40 g	80 g	120 g	maissia
4 g	8 g	12 g	chillikastiketta
12 g	24 g	36 g	sipulia (hienoksi silputtuna)
1 tl	1-2 tl	2-3 tl	punaviinietikkaa
			sinappia, timjamia tai cayennepippuria
200 g	400 g	600 g	kalafileetä
			suolaa

Kalafilee currykastikkeessa			
0,4 kg	0,8 kg	1,2 kg	
200 g	400 g	600 g	kalafileetä
			suolaa
40 g	80 g	120 g	bananaa (viipaleina)
160 g	320 g	480 g	valmista currykastiketta

1. Sekoita kastikkeen ainekset.
2. Aseta kalafileet pyöreään uunivuokaan siten, että pyrstöt ovat keskellä. Ripottele päälle suolaa.
3. Levitä kastike kalafileiden päälle.
4. Peitä leivinpaperilla ja kypsennä AUTOMAATTIKYSENNYS, "Kalafilee kastikkeessa".
5. Anna lämmön tasaantua kypsennyksen jälkeen noin 2 minuuttia.

1. Aseta kalafileet pyöreään uunivuokaan siten, että pyrstöt ovat keskellä. Ripottele päälle suolaa.
2. Levitä kalafileiden päälle banaaniviipaleet ja currykastike.
3. Peitä leivinpaperilla ja kypsennä AUTOMAATTIKYSENNYS, "Kalafilee kastikkeessa".
4. Anna lämmön tasaantua kypsennyksen jälkeen noin 2 minuuttia.

AUTOMAATTINEN TEHON VÄHENNYS

**Huomautus!**

Jos kypsennät ruokaa normaalin ajan vain 800 W:n teholla, uuni laskee tehoa automaattisesti ylikuumenemisen välttämiseksi.

(Mikroaalto teho lasketaan 560 wattiin.) Suurin teho (800 W) voidaan asettaa uudelleen 90 sekunnin tauon jälkeen.

Kypsennystapa	Normaali aika	Vähennetty teho
Mikroaalto 800 W	20 minuuttia	Mikroaalto 560 W

VALMISTUSAIKATAULUKOT

Käytetyt lyhenteet

rkl = ruokalusikka	kuppi = kupillinen	g = gramma	ml = millilitra	min = minuuttia
tl = teelusikka	kg = kilogramma	l = litra	cm = senttimetri	

Ruokien & juomien kuumennus

Ruoka/Juoma	Paino -g/ml-	Teho Asetus	Aika -Min-	Valmistus
Maito, 1 kuppi	150	800 W	noin. 1	älä peitä
Vesi, 1 kuppi	150	800 W	1-2	älä peitä
6 kuppia	900	800 W	10-12	älä peitä
1 kannullinen	1000	800 W	11-13	älä peitä
Tarjoilulautasia (Vihanneksia, lihaa ja lisukkeita)	400	800 W	3-6	lisää vettä kastikkeeseen, peitä, sekoita kerran lämmittämisen aikana
Lihapata/keitto	200	800 W	1-2	peitä, sekoita kuumennuksen jälkeen
Vihannekset	200 500	800 W 800 W	2-3 4-5	lisää vettä, jos tarpeen, peitä, sekoita puolivälissä lämmittämistä
Liha, 1 viipale*	200	800 W	3-4	levitä ohut kerros kastiketta päälle ja peitä
Kalafilee*	200	800 W	2-3	peitä
Kakku, 1 viipale	150	400 W	½	asetta kakkuvuokaan
Vauvan ruoka, 1 purkki	190	400 W	noin. 1	siirrä mikrouunissa käytettäväksi sopivaan astiaan, sekoita hyvin lämmityksen jälkeen ja testaa lämpötila
Margariniin tai voin sulatus*	50	800 W	½	peitä
Suklaan sulatus	100	400 W	2-3	sekoita silloin tällöin

* Jäähkaappilämpöinen

Sulatus

Ruoka	Paino -g-	Teho Asetus	Aika -Min-	Valmistus	Tasaantu- misaika -Min-
Gulassi	500	240 W	8-12	sekoita puolivälissä sulattamista	10-15
Kakku, 1 palanen	150	80 W	2-5	asetta kakkuvuokaan	5
Hedelmiä esim. kirsikoita, mansikoita, vadelmia, luumuja	250	240 W	4-5	levittele tasaisesti, käännä puolivälissä sulattamista	5

i Taulukossa annetut ajat ovat viitteellisiä ja voivat vaihdella pakasteen alkulämpötilan, rakenteen ja painon mukaan.

Sulatus & kypsennys

Ruoka	Paino -g-	Teho Asetus	Aika -Min-	Valmistus	Tasaantumis aika -Min-
Kalafilee	300	800 W	10-12	peitä	2
Tarjoilulautasia	400	800 W	9-11	peitä, sekoita 6 minuutin kuluttua	2

Kypsennys liha & kala

Ruoka	Paino -g-	Teho Asetus	Aika -Min-	Valmistus	Tasaantumis aika -Min-
Paistit (porsas, vasikka, lammas)	1000	800 W	19-21*	mausta maun mukaan, aseta piirakkavuokaan käännä jälkeen	10
		400 W	11-14		
	1500	800 W	33-36*	13-17	10
		400 W			
Paahtopaisti (keskikypsä)	1000	800 W	9-11*	mausta maun mukaan, aseta piirakkavuokaan, käännä jälkeen	10
		400 W	5-7		
Kalafilee	200	800 W	3-4	mausta maun mukaan, aseta vuokaan, peitä	3

RESEPTIT

Kaikki tämän keittokirjan reseptit on tarkoitettu neljälle hengelle, ellei toisin ole mainittu.

Reseptien muokkaus mikroaaltouunin varten

Jos haluat muokata suosikkireseptisi mikroaaltouunin varten, ota huomioon seuraavat seikat: Lyhennä kypsennysaika kolmanneksella tai puoleen. Ota mallia tämän keittokirjan resepteistä. Paljon kosteutta sisältävät ruoka-aineet, kuten liha, kala, siipikarja, vihannekset, hedelmät, padat ja keitot voidaan valmistaa mikroaaltouunissa vaivattomasti. Vähän kosteutta sisältävien ruoka-

aineiden (esim. lautaselle asetettu valmis ateria) pinta on kostutettava ennen kuumennusta tai kypsennystä. Haudutettaviin raakoihin ruoka-aineisiin lisättävän nesteiden määrää on vähennettävä noin kolmanneksella alkuperäisessä reseptissä mainitusta määrästä. Lisää nestettä tarvittaessa kypsennyksen aikana. Lisättävän rasvan määrää voidaan vähentää huomattavasti. Ruoan maustamiseen riittää pieni määrä voita, margariinia tai ruokaöljyä. Tästä syystä mikroaaltouuni sopii hyvin vähärasvaisten aterioiden valmistukseen.

Sienikeitto

Astiat: Kannellinen 2 l:n kulho
 200 g herkkusieniä, viipaleina
 50 g sipuli, hienoksi silputtuna
 300 ml lihalientä
 300 ml kermaa
 25 g vehnäjauhoa
 25 g voita tai margariinia
 suolaa ja pippuria
 1 kananmuna
 150 ml ranskankermaa

1. Aseta vihannekset ja liemi kulhoon, peitä kannella ja kypsennä.
8-9 min. 800 W
2. Sekoita kaikki ainekset tehosekoittimessa.
3. Sekoita jauhot ja voi tahnaksi ja sekoita keittoon. Mausta suolalla ja pippurilla, peitä ja kypsennä. Sekoita kypsennyksen jälkeen.
4-6 min. 800 W
4. Sekoita kananmunan keltuainen kermaan ja sekoita vähitellen keittoon. Kuumenna vähän aikaa, mutta älä anna kiehua.
1-2 min. 800 W
Seisoita kypsyttyksen jälkeen noin 5 minuuttia.

Ratatouille

Astiat: Kannellinen 2 l:n kulho
 5 rkl oliiviöljyä
 1 valkosipulinkynsi, murskattuna
 50 g sipuli, viipaleina
 250 g munakoisoa, kuutioina
 200 g kesäkurpitsaa, kuutioina
 200 g paprikaa, isoina kuutioina
 75 g fenkolia, isoina kuutioina
 1 yrttinippu
 200 g ällöttyjä artisokan sydämiä, neljään osaan lohkottuina suolaa ja pippuria

Merianturafileet

Astiat: Matala, soikea vuoka ja mikroaaltokalvo (n. 26 cm pitkä)
 400 g merianturafileitä
 1 sitruuna, kokonainen
 150 g tomaattia
 10 g voita
 1 rkl ruokaöljyä
 1 rkl persiljaa, silputtuna suolaa ja pippuria
 4 rkl valkoviiniä
 20 g voita tai margariinia

Täytetty kinkku

Astiat: Kannellinen 2 l:n kulho
 Soikea paistinvuoka n. 26 cm pitkä)
 125 g lehtipinaattia, pilkottu
 125 g tuorejuusto, rasvapitoisuus 20 %
 40 g Emmental-juustoa, raastettua pippuria ja paprikaa
 6 viipaletta keitettyä kinkkua (300 g)
 125 ml vettä
 125 ml kermaa
 20 g vehnäjuuhoa
 20 g voita tai margariinia
 10 g voita tai margariinia vuolan voiteluun

1. Aseta oliiviöljy ja valkosipulinkynsi kulhoon. Lisää valmistellut vihannekset (paitsi artisokan sydämet) ja mausta pippurilla. Lisää yrttinippu, sekoita, peitä ja kypsennä. Sekoita kerran.
 19-21 min. 800 W
 Lisää artisokan sydämet 5 minuuttia ennen kypsennysajan loppua ja kuumenna.
2. Mausta ratatouille maun mukaan suolalla ja pippurilla. Poista yrttinippu ennen tarjoilua. Anna lämmön tasaantua kypsennyksen jälkeen noin 2 minuuttia.

1. Huuhtele ja kuivaa kala. Poista ruodot.
2. Leikkaa sitruuna ja tomaatit ohuiksi viipaleiksi.
3. Voitele uunivuoka voilla. Aseta kalafileet vuokaan ja ripottele päälle kasvisöljyä.
4. Sirottele päälle parsakaalia, aseta tomaattiviipaleet päällimmäiseksi ja mausta. Aseta sitruunaviipaleet tomaattien päälle ja kaada valkoviini niiden päälle.
5. Aseta pieniä voinokareita sitruunan päälle, peitä ja kypsytä.
 16-19 min. 800 W
 Seisota kypsytysten jälkeen noin 2 minuuttia.

1. Sekoita pinaatti Emmental juustoon ja tuorejuusto, mausta sopivasti.
2. Aseta ruokalusikallinen täytettä kullekin kinkkuviipeeleelle ja pyöritä rullaksi. Kiinnitä puutikulla.
3. Valmista béchamel-kastike seuraavalla tavalla: kaada vesi ja kerma kulhoon ja kuumenna.
 3-4 min. 800 W
 Suurusta jauho ja voi, lisää suuruste nesteeseen ja vatkaa, kunnes seos on tasainen.
 Peitä ja kypsytä, kunnes seos paksuntuu.
 1 min. 800 W
 Sekoita ja mausta.
4. Kaada kastike voideltuun vuokaan, asettele kinkkurullat kastikkeeseen ja kypsennä kannen alla.
 3-4 min. 800 W
 Seisota kypsytysten jälkeen noin 5 minuuttia.

Zürichin vasikkapata

Astiat:	Kannella varustettu 2 l:n kulho
600 g	vasikanfileettä
10 g	voita tai margariinia
50 g	sipuli, hienoksi silputtuna
100 ml	valkoviiniä
	maustettu ruskituskastike, noin ½ l kastiketta
300 ml	kermaa
1 rkl	persiljaa, silputtuna

Lasagne

Astiat:	Kannellinen 2 l:n kulho
	Kannellinen matala, nelikulmainen uunivuoka (mitat noin 20 x 20 x 6 cm)
300 g	tomaattipurkki
50 g	kinkkua, pilkottuna
50 g	sipuli, hienoksi silputtuna
1	valkosipulinkynsi, murskattuna
250 g	jauhelihaa
2 rkl	tomaattisostetta
	suolaa, pippuria
150 ml	ranskankermaa
100 ml	maitoa
50 g	Parmesan-juustoa, raastettu
1 tl	hienonnettuja yrttejä
1 tl	oliiviöljyä
1 tl	ruokaöljyä vuoaan voiteluun
125 g	lasagne verde
1 rkl	Parmesan-juustoa, raastettu

Marjahyytelöä vaniljakastikkeessa

Astiat:	Kannellinen 2 l:n kulho
	Kannellinen 1 l:n kulho
150 g	punaherukoita, pestynä ja perattuina
150 g	mansikoita, pestynä ja perattuina
150 g	vadelmia, pestynä ja perattuina
250 ml	valkoviiniä
100 g	sokeria
50 ml	sitruunamehua
8	liivatelehteä
300 ml	maitoa
½	vaniljatanko
30 g	sokeria
15 g	maissijauhoa

1. Leikkaa vasikanliha viipaleiksi.
2. Voitele kulho voilla. Aseta liha ja sipuli kulhoon, peitä ja kypsytä. Sekoita kerran kypsennyksen aikana. 7-10 min. 800 W
3. Lisää valkoviini, kastikeaines ja kerma, sekoita, peitä ja jatka kypsennystä. Sekoita silloin tällöin. 4-5 min. 800 W
4. Sekoita kypsennyksen jälkeen, seisota noin 5 minuuttia. Koristele parsakaalilla.

1. Pilko tomaatit, sekoita kinkkuun ja sipuliin, valkosipuliin, jauhelihaan ja tomaattisoseeseen. Mausta, peitä ja kypsytä. 7-9 min. 800 W
2. Sekoita ranskankermaa maitoon, Parmesanjuustoon, yrtteihin, öljyyn ja mausteisiin.
3. Voitele vuoka ja asettele vuoaan pohjalle noin ⅓ pastasta. Levitä puolet jauhelihaseoksesta pastan päälle ja kaada päälle vähän juustokastiketta. Toista ja aseta päällimmäiseksi loput pastat. Peitä pasta kastikkeella ja ripottele pinnalle parmesanjuustoa. Kypsennä kannen alla. 15-17 min. 560 W
Anna seistä kypsytämisen jälkeen noin 5-10 minuuttia.

1. Säästä muutamia marjoja koristeeksi. Soseuta loput marjat valkoviinin kera. Aseta sose astiaan, peitä ja kuumenna. 7-9 min. 800 W
2. Sekoita joukkoon sokeri ja sitruunamehua.
3. Liota liivatelehtiä kylmässä vedessä noin 10 minuuttia ja purista ne sitten kuiviksi. Lisää liivate kuuman soseen joukkoon ja sekoita, kunnes se on liennut kokonaan. Pane hyytelö jääkaappiin ja anna hyytyä.
4. Valmista vaniljakastike: Kaada maito toiseen astiaan. Halkaise vaniljatanko ja poista sisus. Sekoita sisus, sokeri ja maissijauho maitoon. Peitä ja kypsennä. Sekoita kypsennyksen aikana ja vielä lopussa. 3-4 min. 800 W
5. Kumoa hyytelö tarjoiluvadille ja koristele loppuilla marjoilla. Kaada vaniljakastike hyytelön päälle.

HOITO & PUHDISTUS

VAROITUS! ÄLÄ KÄYTÄ MIKROAALTOUUNIN MINKÄÄN OSIEN PUHDISTUKSEEN KAUPALLISIA UUNINPUHDISTUSAINEITA, HÖYRYPESUAINEITA, HANKAAVIA TAI KARKEITA PUHDISTUSAINEITA, NATRIUMHYDROKSIDIA SISÄLTÄVIÄ AINEITA TAI HANKAUSSIENIÄ. PUHDISTA UUNI SÄÄNNÖLLISIN VÄLIAJOIN JA POISTA MAHDOLLISET RUOAN JÄÄMÄT. Jos uunia ei pidetä puhtaana, voi seurauksena olla pinnan vaurioituminen, joka voi mahdollisesti vaikuttaa laitteen käyttöökään ja aiheuttaa vaarallisia tilanteita.

Uunin ulkopinta

Uunin ulkopinta voidaan puhdistaa helposti miedolla saippualliuoksella. Pyyhi puhdistuksen jälkeen ensin kostealla liinalla ja kuivaa lopuksi pehmeällä pyyhkeellä.

Uunin säätimet

Avaa luukku ennen puhdistusta, jotta uunin säätimet kytkeytyvät pois toiminnasta. Ohjauspaneeli on puhdistettava varovasti. Pyyhi varovasti pelkällä vedellä kostutetulla liinalla, kunnes se on puhdas. Älä käytä liian märkää liinaa. Älä käytä mitään kemiallista puhdistusainetta tai hankausainetta.

Uunin sisäpinta

1. Pyyhi roiskeet ja läikkynyt neste kostealla, pehmeällä liinalla tai sienellä jokaisen käytön jälkeen, kun uuni on vielä lämmin. Irrota pinttynyt lika miedolla saippualliuoksella ja pyyhi useita kertoja kostealla liinalla, kunnes kaikki lika ja saippua lähtee pois. Älä irrota aaltoputken suojusta.
2. Varmista, ettei saippualliuosta tai vettä pääse seinämien pieniin tuuletusaukkoihin. Muutoin uuni voi vahingoittua.
3. Älä puhdistu uunin sisäpintaa suihkutettavilla puhdistusaineilla.

Pyörivä alusta & alustan kannatin

Poista pyörivä alusta ja alustan kannatin uunista. Pese pyörivä alusta ja alustan kannatin miedossa saippualliuoksessa. Kuivaa pehmeällä liinalla. Sekä pyörivä alusta että alustan kannatin ovat konepesun kestäviä.

Luukku

Puhdista luukun molemmat puolet, tiivisteet ja tiivistepinnat säännöllisesti kostealla, pehmeällä liinalla. Uunin ovilasin puhdistukseen ei saa käyttää voimakkaita hankausaineita tai teräviä metallisia raaputtimia. Ne voivat naarmuttaa pintaa ja aiheuttaa lasin rikkoutumisen.

⚠ Huomautus! Älä käytä höyrypesuria.

ONGELMATILANTEET

Oire	Tarkista/ohje
Laite ei toimi kunnolla?	<ul style="list-style-type: none"> Sulakerasian sulakkeet toimivat. Talossa ei ole ollut sähkökatkoa. Jos sulakkeet palavat toistuvasti, ota yhteys pätevään sähköasentajaan.
Mikroaaltouunitoiminto ei toimi?	<ul style="list-style-type: none"> Luukku on suljettu kunnolla. Luukun tiivisteet ja niiden pinnat ovat puhtaat. START/+30-painiketta on painettu.
Pyörivä alusta ei pyöri?	<ul style="list-style-type: none"> Alustan kannatin on asetettu alustan napaan oikein. Astia ei ulotu pyörivän alustan ulkopuolelle. Ruoka ei ulotu pyörivän alustan ulkopuolelle ja estä sitä pyörimistä. Pyörivän alustan alla olevassa syvennyksessä ei ole mitään.
Mikroaaltouunin virran katkaisu ei onnistu?	<ul style="list-style-type: none"> Eristä laite sulakerasiasta. Ota yhteys valtuutettuun ELECTROLUX-huoltoon.
Uunin lamppu ei toimi?	<ul style="list-style-type: none"> Ota yhteys valtuutettuun ELECTROLUX-huoltoon. Uunin lampun saa vaihtaa vain valtuutettu ELECTROLUX-huolto.
Ruoan kuumeneminen ja kypsytminen kestää aikaisempaa kauemmin?	<ul style="list-style-type: none"> Aseta pitempi kypsennysaika (kaksinkertainen määrä = melkein kaksinkertainen aika) tai, Jos ruoka on tavallista kylmempää, käännä se silloin tällöin tai, Aseta suurempi teho.

TEKNISET TIEDOT

Verkkovirta (AC)	230 V, 50 Hz, yksivaiheinen	
Sulake/suojakatkaisin	Vähintään 10 A	
Vaadittu teho (AC):	Mikroaalto	1,2 kW
Lähtöteho:	Mikroaalto	800 W (IEC 60705)
Mikroaaltotaajuus	2450 MHz * (Ryhmän 2/Luokan B)	
Ulkomitat:	EMS17005O	494 mm (L) x 371 mm (K) x 316 mm (S)
	EMS17006O	594 mm (L) x 371 mm (K) x 316 mm (S)
Sisämitat	285 mm (L) x 202 mm (K) x 298 mm (S) **	
Uunin tilavuus	17 litraa **	
Pyörivä alusta	ø 272 mm, lasia	
Paino	noin. 16 kg	
Uunin lamppu	25 W/240-250 V	

* Tämä laite täyttää eurooppalaisen standardin EN55011 vaatimukset. Tämän standardin vaatimusten mukaisesti laite on luokiteltu ryhmän 2, luokan B laitteeksi. Ryhmän 2 tarkoittaa, että laite tuottaa tarkoituksella radiotaajuusenergiaa sähkömagneettisen säteilyn muodossa ruoan kuumentamiseen.

Luokan B laite on laite, joka soveltuu käytettäväksi kotitalouksympäristössä.

** Sisätilavuus on laskettu mittaamalla enimmäisleveys, syvyys ja korkeus. Todellinen uuniin mahtuvan ruoan tilavuus on pienempi.



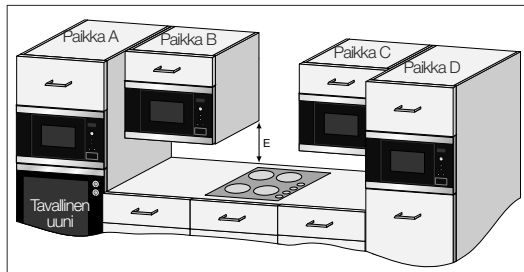
Tämä uuni on direktiivien 2004/108/EC, 2006/95/EC, 2009/125/EC ja direktiivin 2011/65/EU mukaisine muutoksineen vaatimusten mukainen.

OIKEUS TEKNISET TIETOJEN MUUTOKSIIN PIDÄTETÄÄN OSANA JATKUVAA TUOTEKEHITYSTÄ.

ASENNUS

Mikroaaltouuni voidaan asentaa paikkaan A, B, C tai D:

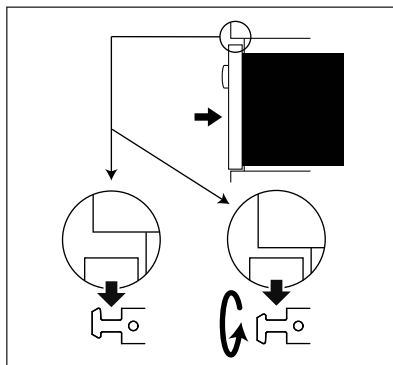
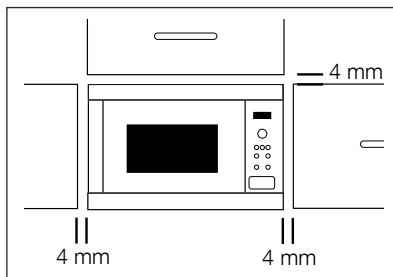
Paikka	Syvennyksen koko		
	L	S	K
A	562	550	360
B+C	462	300	350
	462	300	360
	562	300	350
	562	300	360
D	462	500	350
	462	500	360
	562	500	350
	562	500	360



Mitat millimetreinä (mm)

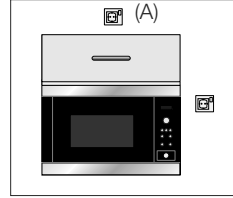
LAITTEEN ASENTAMINEN

- Poista kaikki pakkausmateriaalit ja tarkista huolellisesti, että laitteessa ei ole vaurioita.
- Tämä uuni on suunniteltu sopimaan 360 mm:n korkuiseen hyllyyn. Jos asennat laitteen 350 mm:n korkuiseen hyllyyn: Irrota uunin pohjassa olevat neljä jalkaa (kolme pitkä ja yksi lyhyt jalka). Asenna kolmen korkean jalan tilalle kolme lisävaruste-pakkauksessa olevaa jalkaa. Älä asenna mitään lyhyen jalan tilalle.
- Kiinnitä kiinnityskoukut keittiökaappiin mukana toimitetun ohjelehtisen ja kaavaimen avulla.
- Asenna laite keittiökaappiin varovasti ja pakottamatta. Laite on nostettava kiinnityskoukkuihin ja laskettava sitten paikalleen. Koukut voidaan kääntää, jos asennuspaikka on ahdas. Uunin etukehyksen on asetuttava tiivisti kaapin aukon etureunaa vasten.
- Varmista, että laite on vakaa ja ettei se ole kallellaan. Varmista, että hyllyn yläreunan ja uunin etupaneelin yläreunan välissä on 4 mm:n rako (katso kuva).



LAITTEEN KYTKEMINEN SÄHKÖVERKKOON

- **Pistorasian on oltava helposti käsillä, jotta laite voidaan kytkeä irti vaaratilanteessa. Uuni voidaan kytkeä irti verkkovirrasta myös kiinteään johdotukseen ohjeiden mukaan asennetun kytkimen avulla.**
- **Pistorasia ei saa olla hyllyn takana.**
- Paras paikka on hyllyn yläpuolella, katso (A).



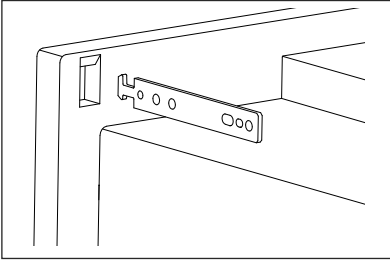
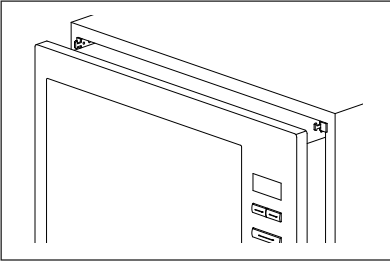
- Kytke laite maadoitettuun seinäpistorasiaan (230 V, 50 Hz). Pistorasialla on oltava vähintään 10 A:n sulake.
- **Virtajohdon saa vaihtaa vain sähköasentaja.**
- Kiinnitä virtajohtoon ennen asentamista narunpätkä, jotta se on helpompi kytkeä kohtaan (A), kun laite asennetaan.
- Kun asennat laitetta korkeareunaiseen hyllyyn, ÄLÄ anna virtajohdon liittyä.
- Virtajohtoa tai pistoketta ei saa upottaa veteen tai muuhun nesteeseen.

SÄHKÖKYTKENNÄT



VAARA!
HUOLEHDI, ETTÄ KOTISI PISTORASIA
OVAT MAADOITETTUJA.
Valmistaja ei vastaa seurauksista, jos
tämä turvatoimenpide laiminlyödään.

Jos laitteesi virtajohdossa oleva pistoke ei sovi pistorasiaan, ota yhteys ammattitaitoiseen sähköasentajaan.



LAITTEEN TURVALLINEN KÄYTTÖ

Jos mikroaaltouuni asennetaan paikkaan B tai C (katso kuva sivulla 26):

- Kalusteen on oltava vähintään 500 mm (E) työtason yläpuolella. Kaluste ei saa olla **suoraan** liedien yläpuolella.
- Tämä laite on testattu ja hyväksytty käytettäväksi vain kotitalouskäyttöön tarkoitettujen kaas-, sähkö- ja induktioliesien lähellä.
- Mikroaaltouunin on oltava riittävän etäällä liedestä, jotta mikroaaltouuni, kaluste ja lisävarusteet eivät ylikuumentu.
- Älä kuumenna tyhjiä keittolevyjä, kun mikroaaltouuni on käynnissä.
- Ole erityisen varovainen käyttäessäsi mikroaaltouunia, kun liesi on toiminnassa.

YMPÄRISTÖÄ KOSKEVIA TIETOJA



Pakkausmateriaalien ja vanhojen laitteiden hävittäminen ympäristöä kunnioittavalla tavalla

PAKKAUSMATERIAALIT

ELECTROLUX-mikroaaltouunit on pakattava huolellisesti, jotta ne eivät vahingoittuisi kuljetuksen aikana.

Pakkauksessa käytetään mahdollisimman vähän pakkausmateriaaleja.

Pakkausmateriaalit (esim. päällysmuovi tai vaahtomuovi) voivat olla vaarallisia lapsille.

Tukehtumisvaara. Pidä pakkausmateriaalit poissa lasten ulottuvilta.

Kaikki käytetyt pakkausmateriaalit ovat ympäristöystävällisiä ja voidaan kierrättää. Pahvi on valmistettu kierrätyspaperista ja puuosat ovat käsittelemättömiä. Muoviosat on merkitty seuraavasti:

”PE” - polyetyleeni, esim. päällysmuovi.

”PS” - polystyreeni, esim. pakkausmateriaalina (freoniton).

”PP” - polypropyleeni, esim. pakkaushihnat.


Pakkausmateriaalien uudelleen käyttö säästää raaka-aineita ja vähentää jätteen määrää.

Pakkausmateriaalit tulee viedä lähimpään kierrätyspisteeseen.
Pyydä lisätietoja paikallisilta viranomaisilta.

VANHOJEN LAITTEIDEN HÄVITTÄMINEN

Vanhat laitteet tulee tehdä vaarattomiksi ennen hävittämistä irrottamalla pisteke ja katkaisemalla ja hävittämällä virtajohto.

Tämän jälkeen laite tulee viedä lähimpään kierrätyspisteeseen. Tarkista paikallisilta viranomaisilta, voiko paikkakunnallasi kierrättää sähkölaitteita.

Symboli , joka on merkitty tuotteeseen tai sen pakkaukseen, osoittaa, että tätä tuotetta ei saa käsitellä talousjätteenä. Tuote on sen sijaan luovutettava sopivaan sähkö- ja elektroniikkalaitteiden kierrätyksestä huolehtivaan keräyspisteeseen. Tämän tuotteen asianmukaisen hävittämisen varmistamisella autetaan estämään sen mahdolliset ympäristöön ja terveyteen kohdistuvat haittavaikutukset, joita voi aiheutua muussa tapauksessa tämän tuotteen epäasianmukaisesta jätekäsittelystä. Tarkempia tietoja tämän tuotteen kierrättämisestä saat kuntasi jäteasioita hoitavalta viranomaiselta, talousjätehuoltopalvelusta tai liikkeestä, josta tuote on ostettu.

TAKUU/HUOLTO

Huolto ja varaosat. Huollot, varaosatilaukset ja mahdolliset korjaukset on annettava valtuutetun huoltoliikkeen tehtäväksi.

Lähimmän valtuutetun huoltoliikkeen numeron löydät soittamalla numeroon **0200-2662 (0,16 e/min +pvm)**, **1.10.2011 alkaen 030 600 5200**, tai katsomalla puhelinluettelon keltaisilta sivuilta kohdasta "kodinkoneiden huoltoa".

Varmistaaksesi laitteesi moitteettoman toiminnan, vaadi aina käytettäväksi sopivinta, siis alkuperäistä varaosaa.

Kuluttajaneuvonta. Tuotetasi tai sen käyttöä koskeviin kysymyksiin saat vastauksen kuluttajaneuvonnastamme soittamalla numeroon **0200-2662 (0,16 e/min +pvm)**, **1.10.2011 alkaen 030 600 5200**. Voit olla yhteydessä kuluttajaneuvontaan myös sähköpostitse osoitteessa **carelux.fsh@electrolux.fi**.

Lankapuhelinverkosta 0,0828€/puhelu + 0,032€/min, Matkapuhelinverkosta 0,192€/min Puhelun hinta 030 — alkuisen numeron.

Oikeus hinnan muutoksiin pidätetään.

Ajantasaisen hinnan voit halutessasi tarkistaa viestintäviraston sivuilta osoitteesta: www.ficora.fi

Takuu. Tuotteen takuu-aika voidaan ilmoittaa erikseen. Ellei takuu-aikaa ole erikseen määritelty, noudatetaan vallitsevaa lainsäädäntöä ja kansallisia määräyksiä. Takuehdot noudattavat vallitsevan lainsäädännön mukaisia yleisiä ehtoja. Ostokuitti säilytetään, koska takuun alkaminen määritetään ostopäivän mukaan.

Korvaus huollosta voidaan periä myös takuu-aikana:

- aiheuttomasta huoltokäynnistä
- ellei valmistajan laitteen asennuksesta, käytöstä ja hoidosta antamia ohjeita ole noudatettu.

EU-maat: Laitteella on käyttömaan lainsäädännön mukainen takuu.

Kuljetusvauriot: Tarkista pakkauksen purkamisen yhteydessä, ettei laite ole vaurioitunut kuljetuksessa. Mahdollisista kuljetusvaurioista on heti ilmoitettava myyjäliikkeelle.

Euroopan Takuu:

Electrolux myöntää takuun tälle tuotteelle oppaan takakannessa luetelluissa maissa tuotetakuussa määrittelyksi tai lainsäädännön mukaiseksi ajaksi. Muuttaessasi jäljessä luetellusta maasta toiseen tuotetakuu siirtyy mukanasi seuraavien ehtojen mukaisesti:

- Tuotetakuu on voimassa tuotteen ostopäivästä lukien. Tästä on osoituksena tuotteen myyjän antama ostokuitti, joka osoittaa tuotetakuun olevan voimassa.
- Tuotetakuu on voimassa ja korvaa tuotteen korjauksen ja vialliset osat uuden asuinmaan tätä tuotetta tai tuoterahmaa koskevien takuuehtojen mukaisesti.
- Tuotetakuu koskee vain tuotteen alkuperäistä ostajaa, eikä takuuta voi siirtää toiselle käyttäjälle.
- Tuote on asennettava ja sitä on käytettävä Electroluxin antamien käyttöohjeiden mukaisesti. Tuote on tarkoitettu ainoastaan kotitalouskäyttöön, ei kaupallisia tarkoituksia varten.
- Tuote asennetaan uuden asuinmaan kaikkien asiaa koskevien ja voimassa olevien sääntöjen mukaisesti.

Nämä Euroopan takuun ehdot eivät vaikuta kuluttajan lakisääteisiin oikeuksiin.

INNEHÅLL

VIKTIGA SÄKERHETSINSTRUKTIONER	30
PRODUKTÖVERSIKT	34
KONTROLLPANEL	35
INNAN FÖRSTA ANVÄNDNING	35
ANVÄNDA MIKROVÅGSUGNEN	37
PROGRAMTABELLER	43
RECEPT	47
SKÖTSEL OCH RENGÖRING	50
VAD GÖR JAG OM	52
SPECIFIKATIONER	52
INSTALLATION	53
MILJÖINFORMATION	55
GARANTI/KUNDTJÄNST	55

FÖR PERFEKT RESULTAT

Tack för att du köpt en Electrolux-produkt. Du har valt en produkt som för med sig årtionden av yrkeserfarenhet och innovation. Genial och snygg har den utformats med dig i åtanke. Så när du än använder den kan du känna dig trygg med att veta att du får fantastiska resultat varje gång.

Välkommen till Electrolux.

Besök vår webbplats för att:



Få tips om användning, broschyrer, felsökare, serviceinformation:
www.electrolux.com



Registrera din produkt för bättre service:
www.electrolux.com/productregistration



Köp tillbehör, förbrukningsvaror och originalreservdelar till din produkt:
www.electrolux.com/shop

KUNDTJÄNST OCH SERVICE

Vi rekommenderar att originalreservdelar används. Ha följande uppgifter till hands när du kontaktar serviceavdelningen. Informationen finns på typskylten. Modell, PNC, serienummer.



Varnings-/viktig säkerhetsinformation



Allmän information och tips



Miljöinformation

Vi förbehåller oss rätten till ändringar utan föregående meddelande.

VIKTIGA SÄKERHETSINSTRUKTIONER



VIKTIGA SÄKERHETSINSTRUKTIONER: LÄS DENNA TEXT NOGA OCH SPARA DEN FÖR FRAMTIDA BRUK

Att undvika brandrisk

Mikrovågsugnen bör inte lämnas utan uppsikt under användning. För höga effektnivåer eller för långa tillagningstider kan överhettas maten och orsaka eldsvåda. Det elektriska uttaget måste vara lätt åtkomligt så att enheten lätt kan kopplas ur i en nödsituation. Strömförsörjningen måste vara 230 V, 50 Hz, med minst 10 A säkring. Vi rekommenderar att en separat strömkrets som enbart hör till denna enhet används. Ugnen bör inte förvaras eller användas utomhus.

ÖPPNA INTE DÖRREN om mat som värms upp börjar ryka. Stäng av ugnen, dra ur sladden och vänta tills maten har slutat att ryka.

Om du öppnar dörren medan maten ryker kan detta orsaka eldsvåda.

Använd endast mikrovågssäkra behållare och kärl. Lämna inte ugnen utan uppsikt vid användning av engångsplast, papper eller andra lättantändliga matbehållare. Rengör mikrovågsskyddet, ugnsutrymmet, den roterande tallriken och tallriksstödet efter användning. Dessa måste vara torra och fettfria.

Gammalt fett kan överhettas och börja ryka eller fatta eld.

Placera inte lättantändliga material nära ugnen eller ventilationsöppningarna. Blockera inte

ventilationsöppningarna. Ta bort alla metallförslutningar, påsklämmor etc. från mat och matförpackningar. Svetsade metallytor kan orsaka eldsvåda. Använd inte mikrovågsugnen för att värma upp olja till fritering. Temperaturen kan inte kontrolleras och oljan kan fatta eld. Använd endast specialpopcorn för mikrovågsgugnar, om du vill poppa popcorn. Förvara inte mat eller andra föremål inuti ugnen. Kontrollera inställningarna när du har startat ugnen för att säkerställa att ugnen fungerar som du önskar. Se motsvarande tips i handboken.

Att undvika risk för kroppsskada



- ⚠ VARNING! Använd inte ugnen om den är skadad eller inte fungerar som den ska. Kontrollera följande före användning:**
- Dörren: Se till så att dörren stängs ordentligt och kontrollera att den inte är feljusterad eller skev.**
 - Gångjärnen och säkerhetslåsen: Kontrollera att de inte är trasiga eller lösa.**
 - Dörrtätningarna och tätningssystemen: Kontrollera att de inte har skadats.**
 - Inuti ugnsutrymmet eller på dörren: Kontrollera att det inte finns några bucklor.**
 - Strömssladden och kontakten: Kontrollera att de inte är skadade.**

Justera, reparera eller ändra aldrig ugnen själv. Det är riskfyllt för alla som inte har lämplig utbildning att utföra service eller reparation som innefattar avlägsnande av höljet, vilket skyddar mot exponering av mikrovågsstrålning.

Använd inte ugnen med dörren öppen och ändra inte dörrlåset på något sätt. Använd inte ugnen om det finns något föremål mellan dörrtätningen och tätningssystemen.

Låt inte fett eller smuts samlas på dörrtätningar och närliggande delar. Följ instruktionerna för "Skötsel och rengöring". Om ugnen inte hålls ren kan ytan försämrats på ett sätt som kan påverka apparatens livslängd negativt, och möjligtvis resultera i en farlig situation.

Individer med PACEMAKER bör rådfråga sin läkare eller tillverkaren av pacemakern om säkerhetsföreskrifter beträffande mikrovågsugnar.

Att undvika risk för elektriska stötar

Du får inte under några omständigheter ta bort det yttre höljet. Undvik att spilla eller stoppa in föremål i dörrlåsuppningarna eller ventilationsöppningarna. I händelse av spill, ska du stänga av och koppla ur ugnen omedelbart och ringa ELECTROLUX Service. Doppa inte strömsladden eller kontakten i vatten eller någon annan vätska. Låt inte strömsladden löpa över heta eller vassa ytor, som t.ex. området kring varmluftsventilen på den bakre delen av ugnens ovansida.

Försök inte att byta ut ugnslampan själv, och låt

inte heller någon som inte är auktoriserad av ELECTROLUX Service göra det. Om ugnslampan går sönder, ska du kontakta din återförsäljare eller ELECTROLUX Service.

Om strömsladden till denna apparat skadas måste den bytas ut mot en specialsladd. Detta utbyte måste göras av ELECTROLUX Service.

Att undvika risk för explosion eller plötslig kokning

⚠️ WARNING! Vätskor och annan mat får inte värmas upp i förslutna behållare eftersom de kan explodera.

Använd aldrig förslutna behållare. Ta bort förslutningar och lock före användning. Förslutna behållare kan explodera på grund av ett uppbyggt tryck även efter det att ugnen har stängts av. Var försiktig när du värmer upp vätskor i mikrovågsugnen. Använd en behållare med bred öppning så att bubblorna kan komma ut.

Uppvärmning av drycker i mikrovågsugn kan medföra försenad eruptiv kokning, och därför måste försiktighet iakttas vid hantering av behållaren.

För att förhindra plötslig eruption av kokande vätska och eventuell skållning:

1. Rör om vätskan före uppvärmning/återuppvärmning.
2. Det är lämpligt att sätta i en glasstav eller liknande redskap i vätskan under återuppvärmning.
3. Låt vätskan stå i ugnen minst 20 sekunder i slutet på koktiden för att förhindra fördröjd eruptiv kokning.

Koka inte ägg i sina skal. Hela hårdkokta ägg bör inte värmas i mikrovågsugn då de kan explodera även efter det att mikrovågsuppvärmningen är klar. Stick hål i äggulan och vitan då du ska tillaga eller värma upp ägg som inte är uppvispade eller rörda, annars kan äggen explodera. Skala och skiva hårdkokta ägg innan du värmer upp dem i mikrovågsugnen.

Stick hål i skalet eller skinnet på potatis, korv och frukt innan tillagning, annars kan de explodera.

Att undvika risk för brännskador

Använd grytlappar eller ugnsvantar när du tar ut mat ur ugnen för att förhindra brännskador. Håll alltid behållare som popcornpåsar, ugnspåsar etc. bortvända från ansikte och händer när du öppnar dem, för att undvika att ångan orsakar brännskador.

För att undvika brännskador bör du alltid testa mattemperaturen och röra om maten före servering. Var speciellt uppmärksam på temperaturen hos mat och drycker som ges till småbarn eller äldre.

Behållarens temperatur ger ingen tillförlitlig indikation om matens eller dryckens temperatur. Kontrollera alltid matens temperatur. Stå alltid en bit ifrån ugnsdörren när du öppnar den för att undvika att brännas av ånga och värme. Skiva fyllda bakade maträtter efter uppvärmning för att släppa ut ånga och undvika brännskador.

Håll barn borta från dörren för att förhindra att de bränner sig.

Att undvika att barn använder mikrovågsugnen felaktigt

⚠ VARNING! Den här produkten och dess åtkomstbara delar blir varma under användningen. Ingen får vidröra värmeelementen. Barn under 8 år ska hållas på behörigt avstånd eller stå under ständig uppsikt.

Den här produkten kan användas av barn från 8 år och uppåt samt av personer med nedsatt fysisk, sensorisk eller mental förmåga eller bristande erfarenhet och kunskaper om de har övervakats eller instruerats rörande säkert bruk av produkten och förstår de risker som detta bruk medför. Håll barnen under uppsyn så att de inte leker med apparaten. Rengöring och användarunderhåll får inte utföras av barn såvida de inte är minst 8 år och övervakas under aktiviteten.

Luta dig inte emot eller gunga på ugnsdörren. Lek inte med ugnen och använd den ej heller som en leksak. Barn bör få lära sig alla viktiga säkerhetsinstruktioner: hur de använder grytlorpar, försiktigt tar av lock etc., samt att vara speciellt uppmärksamma på förpackningar (t.ex. självupphettande material) som är utformade för att göra mat frasig, eftersom dessa kan vara extra varma.

Andra varningar

Ändra aldrig ugnen på något sätt. Denna ugn ska endast användas för matlagning i hemmet och får endast användas för att tillaga mat. Den är inte lämplig för kommersiell användning eller laboratorieanvändning.

Att underlätta problemfri användning av din ugn och undvika skador

Använd aldrig ugnen när den är tom. Om du använder en brunfärgande form eller ett självupphettande material bör du alltid placera en värmebeständig isolator, som t.ex. en porslins tallrik, under formen eller materialet för att undvika att skada den roterande tallriken vid värmepåfrestningen. Den uppvärmningstid som anges i instruktionerna för formen får inte överskridas. Använd inte metallredskap, eftersom de återkastar mikrovågor och kan orsaka elektrisk smältning. Ställ inte konserverburkar i ugnen. Använd endast den roterande tallrik och det tallriksstöd som är utformat för denna ugn. Använd inte ugnen utan den roterande tallriken.

För att förhindra att den roterande tallriken går sönder:

- Låt den roterande tallriken svalna innan den görs ren med vatten.
- Ställ inte het mat eller heta kärl på en kall roterande tallrik.
- Ställ inte kall mat eller kalla kärl på en het roterande tallrik.

Ställ inte någonting på det yttre höljet under användning.

⚠ Obs!

Kontakta en auktoriserad elektriker om du är osäker på hur du skall ansluta din ugn. Varken tillverkaren eller återförsäljaren påtar sig något ansvar för skador på ugnen, eller personskador, som uppstår till följd av försummelse att utföra en korrekt elektrisk anslutning. Vattenånga eller vattendroppar kan tillfälligtvis uppstå på ugnsväggarna eller runt dörrtätningarna och tätningssystemen.

Detta är normalt och inget tecken på mikrovågsläckage eller fel.

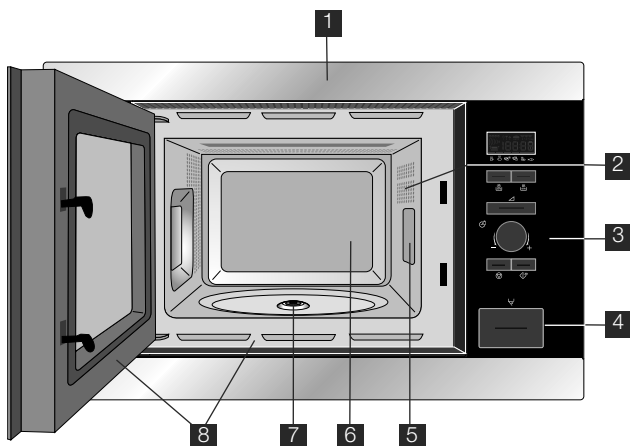
Mikrovågsugnen är avsedd för uppvärmning av mat och dryck. Torkning av mat eller kläder samt uppvärmning av värmekuddar, tofflor, tvättsvampar, fuktiga trasor eller liknande kan innebära risk för skada, antändning av material eller eldsvåda.

Den här apparaten är avsedd för användning i hemmet eller i liknande miljöer, till exempel: personalkök i affärer, kontor eller andra arbetsplatser; lantgårdar; av kunder på hotell, motell eller andra bostadsmiljöer; vandrarhem, bed and breakfast eller liknande miljöer.

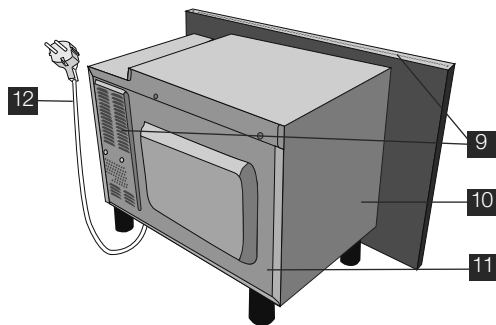
Den här apparaten är inte avsedd för bruk på orter över 2 000 m över havet.

PRODUKTÖVERSIKT

MIKROVÅGSUGN OCH TILLBEHÖR



- 1 Framsida
- 2 Ugnsampa
- 3 Kontrollpanel
- 4 Knapp för dörröppning
- 5 Mikrovågsskydd
- 6 Ugnsutrymme
- 7 Tätning
- 8 Dörrtätning och tätningsytor

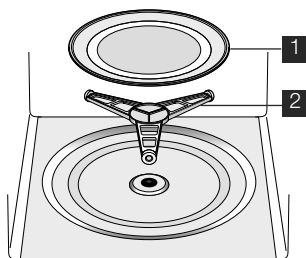


- 9 Ventilationsöppningar
- 10 Yttre hölje
- 11 Bakre hölje
- 12 Elsladd

Kontrollera att följande tillbehör finns med:

- 1 Roterande tallrik
- 2 Tallriksstöd

- Placera tallriksstödet i tätningen på botten av ugnsutrymmet.
- Placera sedan den roterande tallriken på tallriksstödet.
- För att undvika skador på den roterande tallriken, bör du se till så att tallrikar eller behållare inte kommer emot den roterande tallrikens kant när du tar ut dem ur ugnen.



När du beställer tillbehör ber vi dig att uppges två saker till din återförsäljare eller auktoriserade ELECTROLUX Services reparatör: artikelns namn, samt modellnamnet för din mikrovågsugn.

KONTROLLPANEL

1 DIGITAL DISPLAY indikatorer



Mikrovågor



Autoupptining bröd



Klockan



Autoupptining



Olika stadier under matlagningen



Vikt



Plus/Minus

2 Symboler AUTOTILLAGNING

3 Knappen AUTOTILLAGNING

4 Knappen AUTOUPPTINING

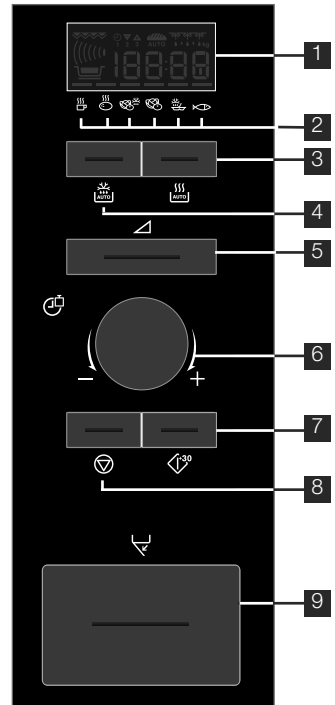
5 Knappen UGNENS EFFEKTIVNIVÅ

6 Vredet TIMER/VIKT

7 Knappen START/+30

8 Knappen STOP

9 Knappen för DÖRRÖPPNING



INNAN FÖRSTA ANVÄNDNING

ECO-LÄGE

Ställa in läget "SPARA ENERGI" (Econ).

1. Sätt i kontakten i vägguttaget.
2. På displayen visas: Econ.
3. Displayen räknar ner från 3:00 till noll.
4. När displayen når noll slår ugnen om till Eco-läget och displayen blir tom.



- Ställ in klockan för att avbryta Eco-läget.

INSTÄLLNING AV KLOCKAN

Ugnen har en 12- och 24-timmarsklocka.

Exempel: Ställa in klockan på 11:30 (12-timmarsklocka).

1. Öppna luckan.
2. På displayen visas: Econ.
3. Håll in knappen START/+30 i fem sekunder. Ugnen avger en pipsignal. På displayen visas:






4. Vrid ratten TIMER/VIKT för att ställa in timmen.
5. Tryck på knappen START/+30 en gång och vrid sedan ratten TIMER/VIKT för att ställa in minuterna.
6. Tryck på knappen START/+30.
7. Kontrollera displayen:
8. Stäng luckan.



- Du kan vrida ratten TIMER/VIKT både medurs och moturs.
- Om du trycker på knappen STOP ställs inte klockan in. På displayen visas: Econ.

Exempel: Att ställa in klockan på 23:30 (24-timmarsklocka).

1. Öppna luckan.
2. På displayen visas: Econ.
3. Håll in knappen START/+30 i fem sekunder. Ugnen avger en pipsignal. På displayen visas: 
4. Tryck på knappen START/+30. Displayen är: 
5. Vrid ratten TIMER/VIKT för att ställa in timmen.
6. Tryck på knappen START/+30 en gång och vrid sedan ratten TIMER/VIKT för att ställa in minuterna.
7. Tryck på knappen START/+30.
8. Kontrollera displayen: 
9. Stäng luckan.




- Du kan vrida ratten TIMER/VIKT både medurs och moturs.
- Om du trycker på knappen STOP ställs inte klockan in. På displayen visas: Econ.

JUSTERA TIDEN NÄR KLOCKAN ÄR INSTÄLLD

Exempel: Att ställa in klockan på 11:45.

1. Öppna luckan.
2. Håll in knappen START/+30 i fem sekunder. Ugnen avger en pipsignal. På displayen visas: 

(Om du vill ändra klockan till 24-timmarsformat ska du trycka på knappen START/+30 igen.)

3. Vrid ratten TIMER/VIKT för att ställa in timmen.
4. Tryck på knappen START/+30 en gång och vrid sedan ratten TIMER/VIKT för att ställa in minuterna.
5. Tryck på knappen START/+30.
6. Kontrollera displayen: 

FÖR ATT AVBRYTA KLOCKA OCH STÄLL ECON-LÄGE

1. Öppna luckan.
2. Håll in knappen START/+30 i fem sekunder. Ugnen avger en pipsignal. På displayen visas: 

(Om du vill ändra klockan till 24-timmarsformat ska du trycka på knappen START/+30 igen.)

3. Tryck på knappen STOP.
4. På displayen visas: Econ.
5. Stäng dörren.
6. Displayen räknar ner från 3:00 till noll.
7. När displayen når noll slår ugnen om till Eco-läget och displayen blir tom.

ANVÄNDA STOP-KNAPPEN

Använd STOP-knappen för att:

1. Radera ett fel under programmering.
2. Stoppa ugnen tillfälligt under tillagning.
3. Avbryta ett program under tillagning genom att trycka på knappen två gånger.



BARNLÅS

Ugnen har en säkerhetsfunktion som förhindrar att barn startar ugnen av misstag. När låset har aktiverats kan ugnen inte köras på något sätt innan det har avaktiverats.

Exempel: Att ställa in barnlåset.

1. Håll STOP intryckt i 5 sekunder.



Ugnen piper och "LOC" visas på displayen: 



- Avaktivera barnlåset genom att trycka och hålla in STOP-knappen i fem sekunder. Ugnen piper två gånger och visar sedan klockan på displayen.
- Barnlåset kan inte ställas in om klockan inte är inställd.

ANVÄNDA MIKROVÅGSUGNEN

MIKROVÅGOR TILLAGNING RÅD

För att koka/tina upp mat i en mikrovågsugnen måste mikrovågsenergin kunna passera behållaren för att penetrera maten. Därför är det viktigt att välja lämpligt tillagningsgods. Runda/ovala fat är att föredra framför fyrkantiga/avlånga, eftersom maten i hörnorna tenderar att bli överkokt.

Det är viktigt att vända, ordna om eller röra om maten för att säkra jämn uppvärmning. Låt alltid maten vila efter tillagning, eftersom det gör det möjligt för värmen att sprida sig jämnt genom maten.

Matkaraktäristika

Sammansättning	Mat med mycket fett och socker (exempelvis finhackade pajer) kräver kortare uppvärmningstid. Försiktighet måste iakttas eftersom överhettning kan leda till brand.
Densitet	Matdensiteten påverkar tillagningstiden. Lätt porös mat, som exempelvis kakor och bröd, tillagas snabbare än tung kompakt mat, som exempelvis stekar och grytor.
Kvantitet	Tillagningstiden måste ökas när mängden mat i ugnen ökar. Fyra potatisar tar exempelvis längre tid att koka än två.
Storlek	Små rätter och små bitar kokar fortare än stora, eftersom mikrovågor penetrerar från alla sidor mot mitten. Se till att alla bitarna har samma storlek för jämn tillagning.
Form	Mat som är oregelbunden i form, som exempelvis kycklingbröst eller fågelben, tar längre tid att tillaga när det gäller de tjockare delarna. Runda former tillagas jämnare än fyrkantiga vid tillagning med mikrovågor.
Temperatur	Matens initiala temperatur påverkar tillagningstiden. Djupfryst mat tar längre tid att tillaga än mat som är rumstempererad. Skär i mat med fyllningar, exempelvis syltmunkar, för att släppa ut värme eller ånga.

Tillagningstekniker

Ordning	Placera de tjockaste delarna av maten mot fatets yttre kant. Exempelvis kycklinglår.
Skydd	Använd ventilerad mikrovågsfilm eller passande lock.
Stick hål på	Stick några hål i mat med skal, skinn eller hinna innan tillagning eller återuppvärmning, eftersom ånga byggs upp som kan leda till att maten exploderar. exempelvis potatis, fisk, kyckling, korv. ⚠ Viktigt! Ägg ska inte värmas upp med mikrovågsenergi eftersom de kan explodera, även efter tillagningen är över, exempelvis pocherade, hårdkokta.
Rör om, vänd och ordna om	För jämn tillagning är det viktigt att röra om, vända och ordna om maten under tillagning. Rör alltid om och ordna om utifrån och in mot mitten.
Låt stå	Att låta maten vila är nödvändigt efter tillagning för att göra det möjligt för värmen att sprida sig jämnt genom maten.
Skydd	En del områden i maten som tinas upp kan bli varma. Varma områden kan skyddas med små bitar folie, som reflekterar mikrovågor, exempelvis ben och vingar på en kyckling.

REDSKAP SOM TÅL MIKROVÅGSUGN

Säkerhetskommentarer	När till gäller	Mikrovågstillagningsgods
Aluminiumfolie/ foliebehållare	✓ / ✗	Små bitar aluminiumfolie kan användas för att skydda maten mot överhettning. Håll folien minst 2 cm från ugnsväggarna eftersom ljusbågar kan uppstå. Foliebehållare rekommenderas inte om de inte är specificerade av tillverkaren, följ anvisningarna noggrant.
Browningfat	✓	Följ alltid tillverkarens anvisningar. Överskrid inte angivna uppvärmningstider. Var mycket försiktig eftersom dessa fat blir mycket heta.
Porslin och keramik	✓ / ✗	Porslin, lergods, glaserat lergods och ben är vanligtvis lämpligt, med undantag för de med metallisk dekoration.
Glasgods, exempelvis Pyrex ®	✓	Försiktighet ska iakttas vid användning av fint glasgods, eftersom det kan bräckas eller spricka om det värms upp plötsligt.
Metall	✗	Vi rekommenderar inte användning av tillagningsgods i metall, eftersom det bildar ljusbågar som kan leda till brand.
Plast/polystyren, exempelvis matbehållare	✓	Försiktighet måste iakttas eftersom en del behållare förvrids, smälter eller missfärgas vid höga temperaturer.
Plastfolie	✓	Får inte beröra maten och måste genomborras för att låta ånga komma ut.
Frys-/stekpåsar	✓	Måste genomborras för att låta ånga komma ut. Kontrollera att påsarna är lämpliga för mikrovågsugn. Använd inte plast- eller metallband eftersom de kan smälta eller fatta eld på grund av ljusbågsbildning.
Papper tallrikar, muggar och hushållspapper	✓	Använd endast för uppvärmning eller för att absorbera fukt. Försiktighet måste iakttas eftersom överhettning kan orsaka brand.
Halm- och träbehållare	✓	Var alltid uppmärksam på ugnen när du använder dessa material, eftersom överhettning kan orsaka brand.
Returpapper och tidningar	✗	Kan innehålla extrakt av färg vilket kan orsaka ljusbågsbildning och leda till brand.

MIKROVÅGOR TILLAGNING

Din ugn kan programmeras upp till 90 minuter. Den inmatade enheten för tillagnings- eller upptiningstid varierar från 15 sekunder till fem minuter. Det beror på den totala tillagnings- eller upptiningstidens längd, vilket visas i tabellen.

Tillagningstid	Ökningsenhet
0-5 minuter	15 sekunder
5-10 minuter	30 sekundee
10-30 minuter	1 minut
30-90 minuter	5 minuter

TINA MANUELLT

Använd 240 W för att tina manuellt (utan att använda den automatiska tiningfunktionen). Tiningssymbolen visas på displayen när den här effektnivån väljs.

MIKROVÅGSUGNENS EFFEKTIVÅ

Din ugn har 6 effektnivåer.

Effektinställning	Föreslagen användning
800 W/HÖGT	Används för snabb tillagning eller återuppvärmning av t.ex. soppor, grytor, burkmat, varma drycker, grönsaker, fisk etc.
560 W	Används för längre tillagning av kompakt mat som t.ex. stekar, köttfärslimpa och portionsrätter, men även för känsliga maträtter som t.ex. ostsås och sockerkaka. Vid denna lägre inställning kokar inte såsen över och maten kommer att tillagas jämnt utan att bli överkokt på sidorna.
400 W	För kompakt mat som behöver lång tillagningstid när den tillagas på vanligt sätt, t.ex. köttträtter. Vi rekommenderar att du använder denna effektinställning för att säkerställa att köttet inte blir segt.
240 W/UPPTINING	För upptining bör du välja denna effektinställning för att säkerställa att maten tinas jämnt. Denna inställning är också idealisk för att sjuda ris, pasta, dumplings och till att koka äggkräm.
80 W	För skonsam upptining, av t.ex. gräddtårter eller bakverk.
0 W	Vilotid/äggklocka.

W = WATT

Exempel: Anta att du vill värma upp soppa i 2 minuter och 30 sekunder med en mikrovågseffekt på 560 W.

- Tryck två gånger på UGNENS EFFEKTIVÅ knapp.



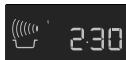
- Välj tid genom att vrida på vredet TIMER/VIKT medsols eller motsols tills 2.30 visas i displayen.



- Tryck på START/+30-knappen.



- Kontrollera displayen:



- När dörren öppnas under tillagningsprocessen, stannar tillagningstiden på den digitala displayen automatiskt. Tillagningstiden börjar åter räknas ner när dörren stängs och knappen START/+30 trycks in.
- Om du vill ta reda på EFFEKTIVÅN under tillagningen trycker du på knappen ugnens effektnivå.
- Öka eller minska tillagningstiden genom att vrida på knappen TIMER/VIKT under tillagningen.
- Ändra EFFEKTIVÅN genom att trycka på effektknappen under tillagningen.
- Tryck två gånger på STOP-knappen för att avbryta ett program under tillagningen.

Viktigt!

Om du inte väljer någon nivå ställs 800 W/HÖGT in automatiskt.

ÄGGKLOCKA

Exempel: Ställa in äggklockan på sju minuter.

1. Tryck på UGNENS EFFEKTIVÅ-knappen 7 gånger.



2. Välj tid genom att vrida på vredet TIMER/VIKT medsols eller motsols tills 7.00 visas i displayen.



3. Tryck på START/+30-knappen.



4. Kontrollera displayen:



- Tryck på STOP knappen för att pausa äggklockan. Tryck på START/+30 för att starta äggklockan igen eller tryck på STOP knappen för att avbryta.

LÄGG TILL 30 SEKUNDER

Knappen START/+30 ger dig möjlighet att använda följande två funktioner.

1. Direktstart

Tillagningen kan startas direkt på mikrovågseffekten 800 W/HÖGT i 30 sekunder genom att du trycker på knappen START/+30.



2. Utöka tillagningstiden

Du kan förlänga tillagningstiden vid manuell tillagning genom att förlänga koktiden med 30 sekunder i taget om knappen trycks in medan ugnen är på.



- Funktionen kan inte användas när AUTOTILLAGNING eller AUTOUPPTINING används.

PLUS OCH MINUS

Med funktionerna PLUS Δ och MINUS ∇ kan du öka eller minska tillagningstiden när de automatiska programmen används.

Använd MINUS ∇ om du föredrar kokta potatisar som är lite hårdare.

Använd PLUS Δ om du föredrar kokta potatisar som är lite mjukare.

Exempel: Koka 0,3 kg potatis mjuka.

1. Välj den meny som ska användas genom att trycka på AUTOTILLAGNING-knappen två gånger.



2. Vrida TIMER/VIKT vredet till 0.3 displayen.



3. Tryck en gång på UGNENS EFFEKTIVÅ-knappen för att välja PLUS Δ .



4. Tryck på START/+30-knappen.



5. Kontrollera displayen:



- Tryck på UGNENS EFFEKTIVÅ-knappen 3 gånger för att avaktivera PLUS/MINUS.
- Om du väljer PLUS visar displayen Δ .
- Om du väljer MINUS visar displayen ∇ .

FLERSTEGSTILLAGNING

En sekvens om tre steg (max) kan programmeras med olika kombinationer av MIKROVÅGOR.

Exempel: För att tillaga:

5 minuter med effekt 800 W (steg 1)

16 minuter med effekt 240 W (steg 2)

Steg 1

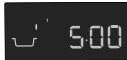
1. Tryck två gånger på UGNENS EFFEKTIVÅ knapp.



2. Välj effekt genom att vrida på vredet TIMER/VIKT medsols tills 5.00 visas i displayen.



3. Kontrollera displayen:



Steg 2

1. Tryck 4 gånger på UGNENS EFFEKTIVÅ knapp.



2. Välj effekt genom att vrida på vredet TIMER/VIKT medsols tills 16.00 visas i displayen.



3. Tryck på START/+30-knappen.



4. Kontrollera displayen:



Ugnen börjar tillaga i 5 minuter med effekten 800 W och fortsätter sedan i 16 minuter med 240 W.

AUTOTILLAGNING OCH AUTOUPPTININGS ANVÄNDNING

Med AUTOTILLAGNING och AUTOUPPTINING räknas rätt tillagningssätt och tillagningstid ut automatiskt. Du kan välja mellan 6 AUTOTILLAGNINGSMenyer och 2 AUTOUPPTININGS-menyer.

Autotillagning

Mat	Symbol
Dryck	
Kokt Potatis/ Bakad Potatis	
Frysta Grönsaker	
Färska Grönsaker	
Frusna Färdigrätter Omröringsbara Rätter	
Fiskfilé Med Sås	

Exempel: Koka 0,3 kg potatis

1. Välj den meny som ska användas genom att trycka på AUTOTILLAGNING-knappen två gånger.



2. Vrida TIMER/VIKT-vredet tills 0.3 visas i displayen.



3. Tryck på START/+30-knappen.





4. Kontrollera displayen:



När det är dags att utföra en åtgärd (t.ex. vända på maten) stannar ugnen och en ljudsignal hörs, samtidigt som återstående tillagningstid och en indikator blinkar på displayen. Tryck på knappen START/+30 för att återuppta tillagningen. Programmet avbryts automatiskt när den AUTOMATISKA TILLAGNINGSTIDEN är slut. Klockan ljuder och kastrullsymbolen blinkar. Efter en minut ljuder en påminnelse signal, sedan återgår displayen till klockan.

Autoupptinings

Mat	Symbol
Kött/fisk/fågel	
Bröd	

Exempel: Upptining av 0.2 kg bröd.

1. Välj den meny som ska användas genom att trycka på AUTOUPPTININGS-knappen två gånger.



2. Vrid TIMER/VIKT-vredet tills 0.2 visas i displayen.



3. Tryck på START/+30-knappen.















4. Kontrollera displayen:








När det är dags att utföra en åtgärd (t.ex. vända på maten) stannar ugnen och en ljudsignal hörs, samtidigt som återstående tillagningstid och en indikator blinkar på displayen. Tryck på knappen START/+30 för att återuppta tillagningen. Programmet avbryts automatiskt när den AUTOMATISKA UPTININGSTIDEN är slut. Klockan ljuder och kastrullsymbolen blinkar. Efter en minut ljuder en påminnelse-signal, sedan återgår displayen till klockan.

PROGRAMTABELLER

TABELLER FÖR AUTOTILLAGNING OCH AUTOUPPTINING

Autotillagning	Vikt (ökningsenhet)/ Kärl	Knapp	Tillvägagångssätt
Dryck (Te/kaffe) 	1-4 koppar 1 kopp=200 ml	 x1	<ul style="list-style-type: none"> Ställ koppen mot utkanten av den roterande tallriken.
Kokt och bakad potatis 	0,1-0,8 kg (100 g) Skål och lock	 x2	<p>Kokt potatis: Skala potatisen och skär den i delar som är ungefär lika stora.</p> <p>Bakad potatis: Välj ut några potatisar av ungefär samma storlek och skölj dem.</p> <ul style="list-style-type: none"> Lägg de potatisar som ska kokas eller bakas i en skål. Tillsätt den mängd vatten som krävs (per 100 g), cirka 2 msk och lite salt. Täck över med ett lock. Rör om maten och täck över den igen när ljudsignalen hörs. Låt stå i ungefär 2 minuter efter tillagningen.
Frysta grönsaker 	0,1-0,6 kg (100 g) Skål och lock	 x3	<ul style="list-style-type: none"> Tillsätt 1 msk vatten per 100 g och salt efter smak. (För svamp krävs inget extra vatten.) Täck över med ett lock. Rör om maten och täck över den igen när ljudsignalen hörs. Låt stå i ungefär 2 minuter efter tillagningen. <p>i Om frusna grönsaker har frusit ihop bör du tillaga dem manuellt.</p>
Färska grönsaker 	0,1-0,6 kg (100 g) Skål och lock	 x4	<ul style="list-style-type: none"> Skär dem i små delar, t.ex. strimlor, tärningar eller skivor. Tillsätt 1 msk vatten per 100 g och salt efter smak. (För svamp krävs inget extra vatten.) Täck över med ett lock. Rör om maten och täck över den igen när ljudsignalen hörs. Låt stå i ungefär 2 minuter efter tillagningen.
Frusna färdigrätter somröringsbara rätter (omröringsbara) 	0,3-1,0 kg (100 g) Skål och lock	 x5	<ul style="list-style-type: none"> Lägg över maträtten i en lämplig mikrovågssäker form. Tillsätt vätska om tillverkaren rekommenderar det. Täck över med ett lock. Tillaga utan lock om tillverkaren rekommenderar dig att göra det. Rör om maten och täck över den igen när ljudsignalen hörs. Rör om och låt stå i ungefär 2 minuter efter tillagningen.
Fiskfilé med sås 	0,4-1,2 kg* (100 g) Gratängform med mikrovågsfolie	 x6	<ul style="list-style-type: none"> Se recept på "Fiskfilé med sås" på sidan 45. <p>* Total vikt för alla ingredienser.</p>

i Kyld mat tillagas från 5 grader C, fryst mat tillagas från -18 grader C.

Autoupptningsnr	Vikt (ökningsenhet)/ Kär	Knapp	Tillvägagångssätt
Kött/fisk/fågel  (Hel fisk, fiskkotletter, fiskfiléer, kycklinglår, kycklingfiléer, köttfärs, filéer, kotletter, hamburgare och korvar)	0,2-0,8 kg (100 g) Pajform	 x1	<ul style="list-style-type: none"> • Lägg maten i en pajform och ställ formen mitt på den roterande tallriken. • Vänd på maten, placera om den och dela på den när ljudsignalen hörs. Täck över tunna delar och varma fläckar med aluminiumfolie. • Vira in maten i aluminiumfolie och låt vila i 15-45 minuter, efter upptining, tills den är helt upptinat. • Köttfärs Vänd på maten när ljudsignalen hörs. Ta bort de delar som tinat, om det går. <p>i Inte tillämpligt för hel fågel.</p>
Bröd   AUTO	0,1-1,0 kg (100 g) Pajform	 x2	<ul style="list-style-type: none"> • Lägg brödet i en pajform och ställ formen mitt på den roterande tallriken. 1,0 kg kan läggas direkt på den roterande tallriken. • Vänd på brödet när ljudsignalen hörs, flytta om det och ta bort skivor som har tinats upp. • Täck över brödet med aluminiumfolie efter upptining och låt stå i 5-15 minuter tills det är helt upptinat.

i Kylad mat tillagas från 5 grader C, fryst mat tillagas från -18 grader C.



- Ange endast matens vikt. Räkna inte med behållarens vikt.
- Använd ett manuellt program om du ska tillaga mat som väger mer eller mindre än de vikter som ges i tillagningstabellerna.
- Den slutliga temperaturen varierar beroende på matens starttemperatur. Kontrollera att maten är rykande varm efter tillagningen.
- När det är dags att utföra en åtgärd (t.ex. vända på maten) stannar ugnen och en ljudsignal hörs, samtidigt som återstående tillagningstid och en indikator blinkar på displayen. Tryck på knappen START/+30 för att återuppta tillagningen.
- Kylfläkten går eventuellt igång efter lägena Mikro.



- Autoupptining
- Biffar och kotletter bör frysas in i ett lager.
 - Köttfärs bör frysas in så platt som möjligt.
 - Täck över de tinade delarna med små remsor av aluminiumfolie efter vändningen.
 - Fågeln bör tillredas direkt efter upptiningen.

RECEPT FÖR AUTOTILLAGNING

Fiskfilé med pikant sås			
0,4 kg	0,8 kg	1,2 kg	
140 g	280 g	420 g	burktomater (avrunna)
40 g	80 g	120 g	majs
4 g	8 g	12 g	chilisås
12 g	24 g	36 g	lök (finhackad)
1 tsk	1-2 tsk	2-3 tsk	rödvinsvinäger
			senap, timjan i kajennpeppar
200 g	400 g	600 g	fiskfilé
			salt

1. Blanda ingredienserna till såsen.
2. Lägg fiskfilén i en rund gratängform med de tunna ändarna vända mot mitten och strö över salt.
3. Håll såsen över fiskfilén.
4. Täck över med mikrovågsfolie och tillaga med AUTOTILLAGNING "Fiskfilé med sås".
5. Låt maten stå i cirka 2 minuter efter tillagning.

Fiskfilé med currysås			
0,4 kg	0,8 kg	1,2 kg	
200 g	400 g	600 g	fiskfilé
			salt
40 g	80 g	120 g	banan (skivad)
160 g	320 g	480 g	färdig currysås

1. Lägg fiskfilén i en rund gratängform med de tunna ändarna vända mot mitten och strö över salt.
2. Sprid ut bananen och currysåsen över fiskfilén.
3. Täck över med mikrovågsfolie och tillaga med AUTOTILLAGNING, "Fiskfilé med sås".
4. Låt maten stå i cirka 2 minuter efter tillagning.

MINSKAD EFFEKTNIVÅ

 **Obs!**

Om tillagningstiden överskrider standardtiden vid 800 W, sänks ugnens effekt automatiskt för att undvika överhettning.

(Mikrovågsugnens effektnivå sänks till 560 W.) Efter en paus på 90 sekunder, kan det 800 W effektläget ställas in igen.

Tillagningsläge	Standardtid	Sänkt effektnivå
Mikrovågor 800 W	20 minuter	Mikrovågor 560 W

TILLAGNINGSTABELLER

Förkortningar

msh = matsked	Kkp = kaffekopp	g = gram	ml = milliliter	min = minuter
tsk = tesked	kg = kilogram	l = liter	cm = centimeter	

Värma mat och dryck

Mat/Dryck	Mängd -g/ml-	Effekt Nivå	Tid -Min-	Metod
Mjök, 1 kopp	150	800 W	ca. 1	täck inte över
Vatten, 1 kopp	150	800 W	1-2	täck inte över
6 koppar	900	800 W	10-12	täck inte över
1 skål	1000	800 W	11-13	täck inte över
Uppläggningsfat (grönsaker, kött och garnering)	400	800 W	3-6	stänk lite vatten över såsen över rör om efter halva tillagningstiden
Stuvning/soppa	200	800 W	1-2	täck över; rör om efter uppvärmning
Grönsaker	200	800 W	2-3	tillsätt vatten vid behov, täck över rör om efter
	500	800 W	4-5	halva uppvärmningstiden
Kött, 1 skiva*	200	800 W	3-4	stryk på ett tunt lager säs överst och täck över
Fiskfilé*	200	800 W	2-3	täck över
Kaka, 1 bit	150	400 W	½	lägg i en pajform
Barnmat, 1 burk	190	400 W	ca. 1	lägg maten i en lämplig behållare som tål mikrovågsugn, tillaga och rör sedan om ordentligt innan du kontrollerar temperaturen
Smält margarin eller smör*	50	800 W	½	täck över
Smälta choklad	100	400 W	2-3	rör om då och då

* från kyl temperatur

Upptining

Mat	Mängd -g-	Effekt Nivå	Tid -Min-	Metod	Vilotid -Min-
Gulash	500	240 W	8-12	rör om efter halva upptiningstiden	10-15
Kaka, 1 bit	150	80 W	2-5	lägg i en pajform	5
Frukt som körsbär jordgubbar, hallon och plommon	250	240 W	4-5	sprid ut dem jämnt och vänd på dem efter halva upptiningstiden	5

i Tiderna som anges i tabellen är enbart riktlinjer och kan variera beroende på starttemperaturen på det frusna livsmedlet, dess sammansättning och dess vikt.

Uptining och tillagning

Mat	Mängd -g-	Effekt Nivå	Tid -Min-	Metod	Vilotid -Min-
Fiskfilé	300	800 W	10-12	täck över	2
Portionsrätt	400	800 W	9-11	täck över och rör om efter 6 minuter	2

Tillaga kött och fisk

Mat	Mängd -g-	Effekt Nivå	Tid -Min-	Metod	Vilotid -Min-
Stekar (fläsk, kalv, lamm)	1000	800 W	19-21*	krydda efter smak; lägg i en flat	10
	1500	400 W	11-14	pajform vänd efter	
		800 W	33-36*		
Rostbiff (medium)	1000	800 W	9-11*	krydda efter smak; lägg i en	10
	1500	400 W	5-7	pajform vänd efter	10
Fiskfilé	200	800 W	3-4	krydda efter smak, lägg på en tallrik och täck över	3

RECEPT

Samtliga recept i den här kokboken är beräknade för fyra portioner, om inget annat anges.

Anpassa recept för tillagning i mikrovågsugn

Om du vill anpassa dina favoritrecept för tillagning i mikrovågsugn, bör du observera följande:

Tillagningstiderna bör minskas med mellan en tredjedel och hälften av den ursprungliga tiden.

Följ de exempel som ges i recepten i den här kokboken. Livsmedel som innehåller mycket vatten, såsom kött, fisk, fågel, grönsaker, frukt, grytor och soppor, lämpar sig väl för tillagning i mikrovågsugn. Livsmedel som innehåller lite

vatten, såsom mat på uppläggningsfat, bör fuktas på ytan före uppvärmning eller tillagning. Den mängd vätska som ska tillsättas till råa livsmedel, som ska bräseras, bör minskas till cirka två tredjedelar av mängden i originalreceptet. Tillsätt mer vätska under tillagningen vid behov. Den mängd fett som ska tillsättas kan minskas avsevärt. En liten mängd smör, margarin eller olja är tillräckligt för att smaksätta maten. Av denna anledning är din mikrovågsugn ett utmärkt hjälpmedel för att tillaga rätter med låg fetthalt, som en del av en diet.

Champignonsoppa

Redskap: Skål med lock (2 l)

200 g svamp, skivad
 50 g lök, finhackad
 300 ml köttbuljong
 300 ml grädde
 25 g mjöl
 25 g smör eller margarin
 salt i peppar
 1 ägg
 150 ml grädde

- Lägg grönsakerna och buljongen i skålen, täck över och tillaga.
8-9 min. 800 W
- Blanda alla ingredienser i mixern.
- Rör samman mjöl och smör till en smet, och rör ut smeten i soppan. Krydda med salt och peppar, täck över och tillaga. Rör om efter tillagningen.
4-6 min. 800 W
- Blanda äggulorna med grädden och rör ner blandningen i soppan, lite i taget. Värm upp soppan en kort stund, men låt den inte koka!
1-2 min. 800 W
Låt maten stå i cirka 5 minuter efter tillagningen.

Ratatouille

Redskap: Skål med lock (2 l)

5 msk	olivolja
1	vitlöksklyfta, pressad
50 g	lök, skivad
250 g	aubergine, tärnad
200 g	zucchini, tärnad
200 g	paprika, i stora tärningar
75 g	fänkål, i stora tärningar
1	kryddbukett
200 g	kronärtskockshjärtan på burk, skurna i fyra delar
	salt i peppar

Sjötungsfiléer

Redskap: Låg, oval ugnform med plastfolie som tål mikrougn (ca. 26 cm lång)

400 g	sjötungsfiléer
1	hel citron
150 g	tomater
10 g	smör
1 msk	vegetabilisk olja
1 msk	persilja, hackad
	salt i peppar
4 msk	vitt vin
20 g	smör eller margarin

Fylld skinka

Redskap: Skål med lock (2 l)

	Oval gratångform (ca 26 cm lång)
125 g	bladspenat, hackad
125 g	färskost, 20 % fetthinnehåll
40 g	Emmentalost, riven
	peppar i paprika
6 skivor	kokt skinka (300 g)
125 ml	vatten
125 ml	grädde
20 g	mjölk
20 g	smör eller margarin
10 g	smör eller margarin för att smörja formen

- Lägg olivoljan och vitlöksklyftan i skålen. Tillsätt de förberedda grönsakerna, men inte kronärtskockshjärtana, och krydda med peppar. Tillsätt kryddbuketten, täck över och tillaga. Rör om en gång.
19-21 min. 800 W
Tillsätt kronärtskockshjärtana då fem minuter återstår, och varm upp.
 - Krydda ratatouillen med salt och peppar efter smak. Ta bort kryddbuketten före servering. Låt ratatouillen stå i cirka två minuter efter tillagningen.
- Skölj fisken och klappa den torr. Ta bort eventuella ben.
 - Skär citronen och tomaterna i tunna skivor.
 - Smörj ugnformen med smör. Lägg fiskfiléerna i formen och ringla över den vegetabiliska oljan.
 - Strö persilja över formen, lägg tomatskivorna ovanpå och krydda. Lägg citronskivorna ovanpå tomaterna och håll vitt vin över dem.
 - Lägg små smörklickar ovanpå citronen, täck över och tillaga.
16-19 min. 800 W
Låt maten stå i cirka 2 minuter efter tillagningen.
- Blanda spenaten med osten och färskosten, och krydda efter smak.
 - Lägg en matsked med fyllning på varje skinkskiva och rulla ihop dem. Fäst skinkan med en trästicka.
 - Gör en béchamelsås: häll vattnet och grädden i en skål och varm upp.
3-4 min. 800 W
Blanda mjölet och smöret till en redning, tillsätt redningen till vätskan och vispa tills den har lösts upp. Täck över och tillaga tills såsen har tjocknat.
1 min. 800 W
Rör om och smaka av.
 - Häll såsen i den smorda formen, lägg de fyllda skinkrullarna på såsen och tillaga under lock.
3-4 min. 800 W
Låt maten stå i cirka 5 minuter efter tillagningen.

Kalvstuvning från zürich

Redskap: Form med lock (2 l)

600 g	kalvfilé
10 g	smör eller margarin
50 g	lök, finhackad
100 ml	vitt vin
	kryddad brunfärgare till cirka ½ l sky
300 ml	grädde
1 msk	persilja, hackad

Lasagne

Redskap: Skål med lock (2 l)
Låg, fyrkantig gratängform med lock (ca 20 x 20 x 6 cm)

300 g	konserverade tomater
50 g	skinka, hackad
50 g	lök, finhackad
1	vitlöskskyfta, pressad
250 g	köttfärs
2 msk	tomatpuré
	salt i peppar
150 ml	crème fraîche
100 ml	mjöl
50 g	parmesanost, riven
1 tsk	blandade, hackade örter
1 tsk	olivolja
1 tsk	vegetabilisk olja för smörjning av formen
125 g	gröna lasagneplattor
1 msk	riven Parmesanost

Fruktgelé med vaniljsås

Redskap: Två skålar med lock (2 l)
Två skålar med lock (1 l)

150 g	rödavinbär, sköljda och med stjälkarna borttagna
150 g	jordgubbar, sköljda och snoppade
150 g	hallon, sköljda och snoppade
250 ml	vitt vin
100 g	socker
50 ml	citronsaft
8	gelatinblad
300 ml	mjöl
½	vaniljstång
30 g	socker
15 g	majsmjöl

1. Skär kalvköttet i strimlor.
2. Smörj formen med smöret. Lägg i köttet och löken, täck över och tillaga. Rör om en gång under tillagningen.
7-10 min. 800 W
3. Tillsätt det vita vinet, brunfärgaren och grädden. Rör om, täck över och fortsätt tillagningen. Rör om då och då.
4-5 min. 800 W
4. Rör om blandningen efter tillagningen och låt stå i cirka 5 minuter. Garnera med persilja.

1. Hacka tomaterna och blanda dem med skinkan, löken, vitlöken, köttfärsen och tomatpurén. Krydda, täck över och tillaga.
7-9 min. 800 W
2. Blanda crème fraîche med mjöl, parmesanost, örter, olja och kryddor.
3. Smörj formen och täck botten med cirka 1/3 av pastan. Lägg hälften av köttfärsblandningen på lasagneplattorna och håll över lite sås. Upprepa och avsluta med den pasta som är kvar. Täck till sist lasagnen med sås och strö över parmesanost. Tillaga lasagnen under lock.
15-17 min. 560 W
Låt maten stå i cirka 5-10 minuter efter tillagningen.

1. Spara en del av frukten till dekorerings. Mosa resten av frukten tillsammans med det vita vinet. Lägg purén i en skål, täck med lock och värm upp.
7-9 min. 800 W
2. Rör ned sockret och citronsaften.
3. Blöt upp gelatinet i kallt vatten i ungefär 10 minuter, och ta sedan upp det och krama det torrt. Rör ut gelatinet i den varma purén tills det har lösts upp. Ställ gelén i kylskåpet tills den har stelnat.
4. Tillred vaniljsåsen: Häll i mjölken i den andra skålen. Dela vaniljstången, ta ut innehållet och rör ned det i mjölken med sockret och majsmjölet. Täck över och tillaga. Rör om under tillagningen och en gång till på slutet.
3-4 min. 800 W
5. Vänd upp gelén på en tallrik och dekorera med den frukt som är över. Häll vaniljsåsen på gelén.

SKÖTSEL OCH RENGÖRING

VARNING! ANVÄND INTE UGNSRENGÖRINGSMED EL FRÅN HANDELN, ÅNGTVÄTT, STRÄVA RENGÖRINGSPRODUKTER MED SLIPVERKAN, NÅGOT SOM INNEHÅLLER NATRIUMHYDROXID ELLER SKURSVAMPAR PÅ NÅGON DEL AV MIKROVÅGSUGNEN. RENGÖR UGNEN REGELBUNDET OCH TA BORT EVENTUELLA MATRESTER.

Underlåtenhet att hålla ugnen ren kan leda till förslitning av ytan som omvänt påverkar dess livslängd och även kan resultera i en riskfylld situation.

Ugnens utsida

Du kan lätt rengöra ugnens utsida med ett mildt handdiskmedel och vatten. Torka av diskmedlet med en fuktig trasa, och torka utsidan torr med en mjuk handduk.

Ugnens kontrollpanel

Öppna dörren före rengöring för att inaktivera ugnens kontrollpanel. Var försiktig då du rengör ugnens kontrollpanel. Använd en trasa som endast har fuktats med vatten, och torka försiktigt av panelen tills den är ren. Undvik att använda alltför rikliga mängder vatten. Använd inget rengöringsmedel, varken kemiskt eller med slippeffekt.

Ugnens insida

1. Använd en mjuk, fuktig trasa eller svamp till att torka ur ugnen efter varje användning, medan den fortfarande är varm. Använd ett mildt tvålmedel för grovre nedsmutsning, och torka flera gånger med en fuktig trasa tills alla rester har tagits borts. Ta inte bort mikrovågsskyddet.
2. Kontrollera så att det inte har kommit in handdiskmedel eller vatten i de små ventilerna på

väggarna, eftersom detta kan medföra skador på ugnen.

3. Använd inte rengöringsmedel i sprejform till ugnens insida.

Roterande tallrik och tallriksstöd

Ta ur den roterande tallriken och stödet ur ugnen. Rengör den roterande tallriken och tallriksstödet med mildt handdiskmedel. Torka torrt med en mjuk trasa. Både den roterande tallriken och stödet tål att diskas i diskmaskin.

Dörren

Rengör regelbundet dörrens båda sidor, dörrtätningarna och tätningsytorna med en mjuk, fuktig trasa, för att ta bort alla spår av smuts.

Använd inte grova rengöringsmedel med slipeffekt eller vassa metallskrapor för att rengöra ugnens glasdörr eftersom de kan repa ytan och göra så att glaset splittras.

⚠ **Obs!** En ångtvätt får inte användas.

VAD GÖR JAG OM

Problem	Kontrollera att/råd...
Mikrovågsugnen fungerar inte som den ska?	<ul style="list-style-type: none"> • Säkringarna i proppskåpet fungerar. • Att det inte har förekommit ett strömavbrott. • Om säkringarna har gått, kontakta du en behörig elektriker.
Mikrovågslåget fungerar inte?	<ul style="list-style-type: none"> • Dörren har stängts ordentligt. • Dörrtätningarna och tätningssystemen är rena. • START/+30-knappen har tryckts in.
Den roterande tallriken roterar inte?	<ul style="list-style-type: none"> • Tallriksstödet har anslutits korrekt till drivningen. • Den elfasta formen inte är större än den roterande tallriken. • Mat inte förekommer utanför den roterande tallrikens kant så att tallriken förhindras att rotera. • Inget blockerar rotationen i utrymmet under den roterande tallriken.
Mikrovågsugnen stängs inte av?	<ul style="list-style-type: none"> • Isolera apparaten från proppskåpet. • Kontakta en behörig ELECTROLUX-servicetekniker.
Belysningen inuti ugnen fungerar inte?	<ul style="list-style-type: none"> • Kontakta en behörig ELECTROLUX-servicetekniker. Glödlampan i ugnen får endast bytas ut av en behörig ELECTROLUX-servicetekniker.
Det tar längre tid att värma upp och laga maten jämfört med tidigare?	<ul style="list-style-type: none"> • Ställ in en längre tillagningstid (dubbel mängd = knappt dubbel koktid) eller, • Om maten är kallare än normalt, rotera eller vrid kärlet då och då eller, • Ställ in en högre effektinställning.

SPECIFIKATIONER

Växelspänning	230 V, 50 Hz, en-fas
Distributionssäkring/-relä	Minst 10 A
Växelströmseffekt som krävs:	Mikrovågsugn 1,2 kW
Uteffekt:	Mikrovågsugn 800 W (IEC 60705)
Mikrovågsfrekvens	2450 MHz * (Grupp 2/Klass B)
Utvändigt mått:	EMS17005O 494 mm (B) x 371 mm (H) x 316 mm (D) EMS17006O 594 mm (B) x 371 mm (H) x 316 mm (D)
Invändigt mått	285 mm (B) x 202 mm (H) x 298 mm (D) **
Ugnskapacitet	17 liter **
Roterande tallrik	ø 272 mm, glas
Vikt	ca. 16 kg
Ugnsbelysning	25 W/240 - 250 V

* Den här produkten uppfyller kraven i den europeiska standarden EN55011. I enlighet med denna standard har produkten klassificerats som utrustning i grupp 2, klass B. Grupp 2 innebär att utrustningen avsiktligt genererar radiofrekvensenergi i form av elektromagnetisk strålning för värmebehandling av livsmedel.

Klass B innebär att utrustningen är lämplig för bruk i hemmiljö.

** Den invändiga kapaciteten beräknas genom att maximal bredd, djup och höjd mäts. Den faktiska kapaciteten för att rymma mat är mindre.



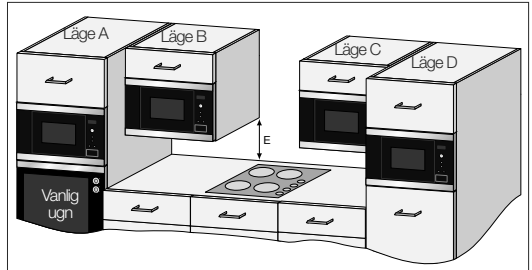
Den här ugnen överensstämmer med kraven i direktiven 2004/108/EC, 2006/95/EC, 2009/125/EC och 2011/65/EU.

FÖR ATT STÄNDIGT KUNNA FÖRBÄTTRA VÅRA PRODUKTER KAN SPECIFIKATIONERNA KOMMA ATT ÄNDRAS UTAN FÖREGÅENDE MEDDELANDE.

INSTALLATION

Om mikrovågsugnen installeras i läge A, B, C eller D:

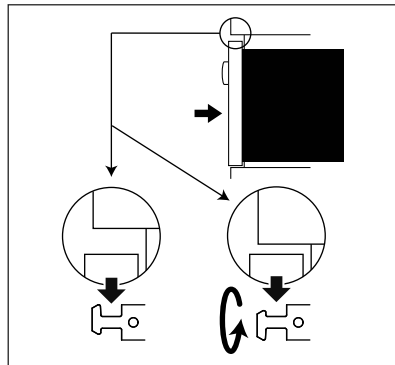
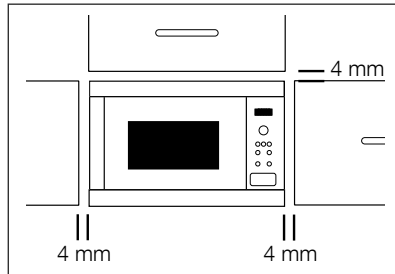
Läge	Nichmått		
	B	D	H
A	562 x 550 x 360		
B+C	462 x 300 x 350		
	462 x 300 x 360		
	562 x 300 x 350		
	562 x 300 x 360		
D	462 x 500 x 350		
	462 x 500 x 360		
	562 x 500 x 350		
	562 x 500 x 360		

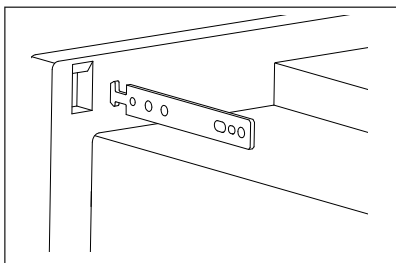
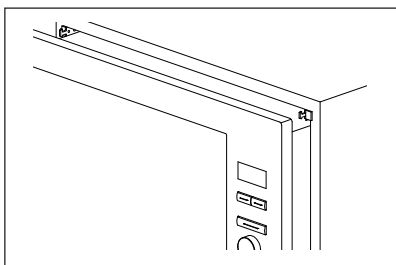


Mått i (mm)

INSTALLERA MIKROVÅGSUGNEN

1. Avlägsna allt förpackningsmaterial och undersök apparaten noggrant för tecken på skador.
2. Den här ugnen har utformats för att installeras i ett 360 mm högt skåp som standard.
När ugnen installeras i ett 350 mm högt skåp: Skruva av och avlägsna de fyra fötterna från ugnens botten. Tre av fötterna är höga och en är låg. Byt ut de tre höga fötterna mot fötterna i tillbehörspaketet. Byt inte ut den korta foten.
3. Montera fästkrokarna i köksskåpet i enlighet med det tillhandahållna anvisningsbladet och mallen.
4. Montera apparaten i köksskåpet långsamt och försiktigt. Apparaten ska lyftas upp på fästkrokarna och sedan sänkas på plats. Krokarna låser inte, så det går att göra flera försök. Framsidan av ugnen ska ligga dikt an mot skåpsöppningen.
5. Försäkra att apparaten står stadigt och inte lutar. Upprätthåll ett avstånd på 4 mm mellan skåpsdörren ovan och ramens överdel (se figuren).





SÄKER ANVÄNDNING AV APPARATEN

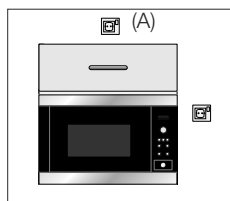
Om mikrovågsugnen installeras i läge B eller C (se bilden sidan 53):

- Skåpet måste vara minst 500 mm (E) ovanför arbetsytan och får inte installeras **direkt** ovanför en häll.
- Den här apparaten har testats och godkänts att användas i närheten av enbart gas- och elspisar för hemmabruk, samt induktionsspisar.
- Tillse tillräckligt avstånd mellan spisen och mikrovågsugnen för att undvika att mikrovågsugnen, omgivande köksskåp och tillbehör överhettas.
- Låt inte spisen vara påslagen utan att använda grytor/pannor när mikrovågsugnen är påslagen.
- Var försiktig när du använder mikrovågsugnen då spishällen är på.

ANSLUTA APPARATEN TILL STRÖMKÄLLAN

- **Eluttaget ska vara lättillgängligt så att enheten enkelt kan kopplas ur om en nödsituation skulle uppstå. I annat fall ska det vara möjligt att bryta strömmen till ugnen genom att en brytare monteras på det fasta kablaget i enlighet med föreskrifterna för elanslutningar.**

- **Kontakten får inte sitta bakom skåpet.**
- Det bästa läget är ovanför skåpet, se (A).



- Anslut apparaten till 230 V/50 Hz växelström (en-fas) via ett korrekt installerat jordat uttag. Uttaget måste vara säkrat med en säkring på 10 A.
- **Strömsladden får endast bytas ut av en behörig elektriker.**
- Knyt ett snöre runt strömsladden, före installationen, för att underlätta anslutning till läge (A) när apparaten installeras.
- Strömsladden **FÅR INTE** vikas när apparaten installeras i ett skåp med höga kanter.
- Doppa inte strömsladden eller kontakten i vatten eller annan vätska.

ELEKTRISKA ANSLUTNINGAR



VARNING!
DEN HÄR APPARATEN MÅSTE JORDAS
Tillverkaren fransäger sig allt ansvar om denna säkerhetsåtgärd inte följs.

Om kontakten som anslutits till din apparat inte passar i eluttaget, kontaktar du ELECTROLUX Service.

MILJÖINFORMATION

Miljövänligt bortskaffande av förpackningsmateriel och gamla apparater

FÖRPACKNINGSMATERIAL

Mikrovågsugnarna från ELECTROLUX erfordrar en effektiv förpackning som skyddar dem under transport. Minsta nödvändiga mängd förpackningsmateriel har använts.

Förpackningsmateriel (t.ex. plastfilm eller polystyren) kan utgöra en fara för barn.

Tänk på kvävningsrisken. Allt förpackningsmateriel ska förvaras på avstånd från barn.

Allt använt förpackningsmateriel är miljövänligt och kan återvinnas. Kartongen är tillverkad av återvunnet papper och trästyckena är obehandlade. Plastdelarna har märkts som följer: «PE» polyetylen, t.ex. förpackningsfilm «PS» polystyren, t.ex. förpackningen (fri från CFC) «PP» polypropylen, t.ex. förpackningsremmar Genom att använda och återanvända förpackningen, sparas råmateriel och avfallsvolymer begränsas. Deponera förpackningen på närmaste återvinningsstation. Kontakta de lokala myndigheterna för ytterligare information.

GARANTI/KUNDTJÄNST

Vid försäljning till konsument i Sverige gäller den svenska konsumentlagstiftningen. **Kom ihåg att spara kvittot för eventuell reklamation.** Har du frågor angående produktens funktion eller användning ber vi dig att kontakta vår konsumentkontakt på tel. **0771 - 76 76 76** eller via e-mail på vår hemsida **electroluxservice@electrolux.se**

Service och reservdelar: Vill du beställa service, installation eller reservdelar ber vi dig kontakta Electrolux Service på tel. 0771 - 76 76 76 eller via vår hemsida www.electrolux.se. Du kan även söka hjälp via din återförsäljare.


Adressen till din närmaste servicestation finner du på vår hemsida www.electrolux.se eller Gula sidorna under rubrik Hushållsutrustning, vitvaror och service. **Innan du beställer service, kontrollera först om du kan avhjälpa felet själv.**

Här i bruksanvisningen finns en tabell, som beskriver enklare fel och hur man kan åtgärda dem. Observera, elektriska fel skall alltid åtgärdas av certifierad elektriker. Innan du kontaktar service, skriv upp följande enligt dataskylten:

Modellbeteckning
Serienummer
Produktnummer
Inköpsdatum

SKROTNING OCH ÅTERVINNING

Kontakta Elkretsen AB eller återförsäljaren för att få reda på var du kan lämna produkten för skrotning och återvinning. Du kan också gå in på www.elkretsen.se för att ta reda på närmaste inlämningsställe. När det gäller kyl- och frysprodukter skall du kontakta din kommun för att få reda var du kan lämna in produkten för skrotning och återvinning.

Symbolen  på produkten eller emballaget anger att produkten inte får hanteras som hushållsavfall. Den skall i stället lämnas in på uppsamlingsplats för återvinning av el- och elektronikkomponenter. Genom att säkerställa att produkten hanteras på rätt sätt bidrar du till att förebygga eventuellt negativa miljö- och hälsoeffekter som kan uppstå om produkten kasseras som vanligt avfall. För ytterligare upplysningar om återvinning bör du kontakta lokala myndigheter eller sophämtningstjänst eller affären där du köpte varan.

Europa-Garanti:

För denna apparat gäller Electrolux garanti i alla de länder som är förtecknade i slutet av denna beskrivning, under den period som anges i garantibeviset eller enligt respektive lands lagar. Om du flyttar från något av dessa länder till ett annat av de länder som är förtecknade nedan följer garantin med apparaten under följande förutsättningar:

- Garantin för apparaten börjar gälla från det datum då den inköptes vilket bevisas av ett gällande inköpsdokument som har utfärdats av försäljaren.
- Garantin gäller för samma period och i samma omfattning för materiel och arbete som gäller för denna typ av apparat eller produktgrupp i det land du har flyttat till.
- Garantin är personlig för den som köpte apparaten och kan inte överföras till en annan användare.
- Apparaten har installerats och använts enligt Electrolux instruktioner och att den har använts för hushållsbruk, dvs den har inte använts för kommersiella ändamål.
- Apparaten har installerats enligt alla gällande bestämmelser i det nya landet.

Bestämmelserna i denna Europa-garanti påverkar inte dina rättigheter enligt gällande lagar i respektive land.

Lors de sa fabrication, cet appareil a été construit selon des normes, directives et/ou décrets pour une utilisation sur le territoire français.

Pour la sécurité des biens et des personnes ainsi que pour le respect de l'environnement, vous devez d'abord lire impérativement les préconisations suivantes avant toute utilisation de votre appareil.

Pour éviter tout risque de détérioration de l'appareil, transportez-le dans sa position d'utilisation muni de ses cales de transport (selon modèle).

Au déballage de celui-ci, et pour empêcher des risques d'asphyxie et corporel, tenez les matériaux d'emballage hors de la portée des enfants.

Pour éviter tout risque (mobilier, immobilier, corporel, ...), l'installation, les raccordements (eau, gaz, électricité, évacuation selon modèle), la mise en service et la maintenance de votre appareil doivent être effectués par un professionnel qualifié.

Votre appareil a été conçu pour être utilisé par des adultes. Il est destiné à un usage domestique normal. Ne l'utilisez pas à des fins commerciales ou industrielles ou pour d'autres buts que ceux pour lesquels il a été conçu. Vous éviterez ainsi des risques matériel et corporel.

Débranchez votre appareil avant toute opération de nettoyage manuel. N'utilisez que des produits du commerce non corrosifs ou non inflammables. Toute projection d'eau ou de vapeur est proscrite pour écarter le risque d'électrocution.

Si votre appareil est équipé d'un éclairage, débranchez l'appareil avant de procéder au changement de l'ampoule (ou du néon, etc.) pour éviter de s'électrocuter.

Afin d'empêcher des risques d'explosion et d'incendie, ne placez pas de produits inflammables ou d'éléments imbibés de produits inflammables à l'intérieur, à proximité ou sur l'appareil.

Lors de la mise au rebut de votre appareil, et pour écarter tout risque corporel, mettez hors d'usage ce qui pourrait présenter un danger : coupez le câble d'alimentation au ras de l'appareil. Informez-vous auprès des services de votre commune des endroits autorisés pour la mise au rebut de l'appareil.

Attention : l'aliment cuit ou réchauffé au micro-ondes est beaucoup plus chaud que le récipient.

Remuez et testez la température de l'aliment avant de le consommer pour empêcher de se brûler.

Veillez maintenant lire attentivement cette notice pour une utilisation optimale de votre appareil.

SOMMAIRE

AVERTISSEMENTS IMPORTANTS DE SÉCURITÉ	58
VUE D'ENSEMBLE DE L'APPAREIL	64
BANDEAU DE COMMANDE	65
AVANT LA MISE EN SERVICE	65
UTILISATION	67
TABLEAUX DE PROGRAMMATION	73
RECETTES	77
ENTRETIEN ET NETTOYAGE	80
EN CAS D'ANOMALIE DE FONCTIONNEMENT	82
CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES	82
INSTALLATION	83
INFORMATIONS ENVIRONNEMENTALES	85
GARANTIE/SERVICE-CLIENTÈLE	85
BELGIQUE - GARANTIE/SERVICE-CLIENTÈLE	86

NOUS PENSONS À VOUS

Merci d'avoir choisi ce produit Electrolux. Avec ce produit, vous bénéficiez de dizaines d'années d'expérience professionnelle et d'innovation. Ingénieux et élégant, il a été conçu sur mesure pour vous. Grâce à cet appareil, vous savez que chaque utilisation vous apportera satisfaction.

Bienvenue chez Electrolux.

Visitez notre site Internet pour :



Obtenir des conseils d'utilisation, des brochures, de l'aide, des informations :
www.electrolux.com



Enregistrer votre produit pour obtenir un meilleur service :
www.electrolux.com/productregistration



Acheter des accessoires, consommables et pièces de rechange d'origine pour votre appareil :
www.electrolux.com/shop

SERVICE APRÈS-VENTE

N'utilisez que des pièces de rechange d'origine.

Avant de contacter le service, assurez-vous de disposer des informations suivantes :

Vous trouverez ces informations sur la plaque signalétique. Modèle, PNC, numéro de série.



Avertissement/Attention : consignes de sécurité



Informations générales et conseils



Informations en matière de protection de l'environnement

Sous réserve de modifications.

AVERTISSEMENTS IMPORTANTS DE SÉCURITÉ



AVERTISSEMENTS DE SECURITE IMPORTANTES : LES LIRE ATTENTIVEMENT ET LES CONSERVER SOIGNEUSEMENT POUR CONSULTATIONS ULTERIEURES

Pour éviter tout danger d'incendie

Vous devez surveiller le four lorsqu'il est en fonctionnement. Un niveau de puissance trop élevé, ou un temps de cuisson trop long, peuvent entraîner une augmentation de la température des aliments conduisant à leur enflammation. La prise secteur doit être facilement accessible de manière à ce que la fiche du cordon d'alimentation puisse être aisément débranchée en cas d'urgence. La tension d'alimentation doit être égale à 230 V, 50 Hz avec un fusible de distribution de 10 A minimum, ou un disjoncteur de 10 A minimum. Nous conseillons d'alimenter ce four à partir d'un circuit électrique indépendant. Ne rangez pas et n'utilisez pas le four à l'extérieur.

Si les aliments que chauffe le four viennent à fumer, N'OUVREZ PAS LA PORTE.

Mettez le four hors tension, débranchez la prise du cordon d'alimentation et attendez que la fumée se soit dissipée. Ouvrez le four alors que les aliments fument peut entraîner leur enflammation.

N'utilisez jamais d'eau.

N'utilisez que des récipients et des ustensiles conçus pour les fours à micro-ondes.

Surveillez le four lorsque vous utiliser des récipients en matière plastique à jeter, des récipients en papier ou tout autre récipient pouvant s'enflammer.

Nettoyez le cadre du répartiteur d'ondes, la cavité du four, le plateau tournant et le pied du plateau après chaque utilisation du four. Ces pièces doivent être toujours sèches et dépourvues de graisse. Les accumulations de graisse peuvent s'échauffer au point de fumer ou de s'enflammer.

Ne placez pas des produits susceptibles de s'enflammer au voisinage du four ou de ses ouvertures de ventilation. N'obstruez pas les ouvertures de ventilation. Retirez toutes les étiquettes, fils, etc. métalliques qui peuvent se trouver sur l'emballage des aliments. Ces éléments métalliques peuvent entraîner la formation d'un arc électrique qui à son tour peut produire un incendie. N'utilisez pas ce four pour faire de la friture. La température de l'huile ne peut pas être contrôlée et l'huile peut s'enflammer. N'employez pas de récipients en matière plastique, papier, carton et tous matériaux qui ne supporteraient pas l'effet de la chaleur de la résistance. Ne faites rien sécher dans le four à micro-onde. Des objets peuvent s'enflammer (papier journal, vêtements,...). Pour faire des popcorns, n'utilisez que les ustensiles conçus pour les fours à micro-ondes. Ne conservez aucun aliment ou produit à l'intérieur du four. Vérifiez les réglages après mise en service du four et assurez-vous que le four fonctionne correctement. Lisez et utilisez cette notice d'utilisation.

Pour éviter toute blessure



ADVERTISSEMENT !

N'utilisez pas le four s'il est endommagé ou ne fonctionne pas

normalement. Vérifiez les points suivants avant tout emploi du four :

- a) La porte : assurez-vous qu'elle ferme correctement, qu'elle ne présente pas de défaut d'alignement et qu'elle n'est pas voilée.
- b) Les charnières et les loquets de sécurité : assurez-vous qu'ils ne sont ni endommagés ni desserrés.
- c) Le joint de porte et la surface de contact : assurez-vous qu'ils ne sont pas endommagés.
- d) L'intérieur de la cavité et la porte : assurez-vous qu'ils ne sont pas cabossés.
- e) Le cordon d'alimentation et sa prise : assurez-vous qu'ils ne sont pas endommagés.

Vous ne devez rien réparer ou remplacer vous-même dans le four. Faites appel à un personnel qualifié. N'essayez pas de démonter l'appareil ni d'enlever le dispositif de protection contre l'énergie micro-onde, vous risqueriez d'endommager le four et de vous blesser.

Ne faites pas fonctionner le four porte ouverte et ne modifiez pas les loquets de sécurité de la porte. N'utilisez pas le four si un objet est interposé entre le joint de porte et la surface de contact du joint.

Ne laissez pas les dépôts de graisse ou de saleté s'incruster sur les joints de porte et les surfaces voisines. Reportez-vous aux instructions de la section « Entretien et Nettoyage ». Le non-respect des consignes de nettoyage du four entraînera une détérioration de la surface susceptible d'affecter le bon fonctionnement de l'appareil et de présenter des risques.

Si vous avez un STIMULATEUR CARDIAQUE, consultez votre médecin ou le fabricant du stimulateur afin de connaître les précautions que vous devez prendre lors de l'utilisation du four. Dans le cas de petites quantités (une saucisse, un croissant, etc.) posez un verre d'eau à côté de l'aliment.

Pour éviter toute secousse électrique

Dans aucun cas vous ne devez déposer la carrosserie extérieure du four. N'introduisez aucun objet ou liquide dans les ouvertures des verrous de la porte ou dans les ouïes d'aération. Si un liquide pénètre dans le four, mettez-le immédiatement hors tension, débranchez la prise du cordon d'alimentation et adressez-vous à un service après vente. Ne plongez pas la prise du cordon d'alimentation dans l'eau ou tout autre liquide. Veillez à ce que le cordon d'alimentation ne pende pas à l'extérieur de la table ou du meuble sur lequel est posé le four. Veillez à ce que le cordon d'alimentation soit éloigné des surfaces chauffées, y compris l'arrière du four. Ne tentez pas de remplacer vous-même la lampe du four et ne laissez personne d'autre qu'un professionnel qualifié faire ce travail.

Si la lampe du four grille, adressez-vous au revendeur ou à un service après vente ELECTROLUX. Si le cordon d'alimentation de cet appareil est endommagé, faites-le remplacer par un professionnel qualifié.

Les interrupteurs de verrouillage de sécurité incorporés empêchent le four à micro-ondes de fonctionner lorsque la porte est ouverte.

N'installez pas et n'utilisez pas votre appareil si celui-ci présente une anomalie lors du déballage. Installez ou positionnez ce four uniquement selon les instructions d'installation contenues dans cette notice. Si l'installation électrique nécessite une modification pour le branchement de votre appareil, faites appel à un électricien qualifié.

Pour éviter toute explosion ou ébullition soudaine

⚠ ADVERTISSEMENT ! Les liquides ou autres aliments ne doivent pas être réchauffés dans des récipients fermés car ils risquent d'exploser.

N'utilisez jamais aucun récipient scellé. Retirez les rubans d'étanchéité et le couvercle avant toute utilisation d'un tel récipient. Un récipient scellé peut exploser en raison de l'augmentation de pression et ce, même après que le four a été mis hors service. Prenez des précautions lorsque vous employez les micro-ondes pour chauffer des liquides. Utilisez des récipients à large ouverture de manière que les bulles puissent s'échapper.

Le chauffage par micro-ondes des boissons peut avoir comme conséquence l'ébullition éruptive retardée, donc le soin doit être pris en manipulant le récipient.

Pour éviter toute ébullition soudaine et tout risque :

1. Remuez le liquide avant de le chauffer ou de le réchauffer.
2. Placez une tige de verre ou un objet similaire dans le récipient contenant le liquide.
3. Conservez le liquide quelque temps dans le four pendant au moins 20 secondes à la fin de la période de chauffage de manière à éviter toute ébullition soudaine différée.

N'utilisez pas de produits chimiques corrosifs dans cet appareil.

Ne pas cuire les oeufs dans leur coquille et ne pas réchauffer les oeufs durs entiers dans le four micro-ondes car ils risquent d'exploser même après que le four ait fini de chauffer. Pour cuire ou réchauffer des œufs qui n'ont pas été brouillés ou mélangés, percez le jaune et le blanc pour éviter qu'ils n'exploient. Retirer la coquille des œufs durs et coupez-les en tranches avant de les réchauffer dans un four à micro-ondes.

Percez la peau des aliments tels que les pommes de terre et les saucisses avant de les cuire, car ils peuvent exploser.

Pour éviter toute brûlure

Utilisez un porte-récipient ou des gants de protection lorsque vous retirez les aliments du four de façon à éviter toute brûlure.

Ouvrez les récipients, les plats à popcorn, les sacs de cuisson, etc. de telle manière que la vapeur qui peut s'en échapper ne puisse vous brûler les mains ou le visage.

Pour éviter toute brûlure, contrôlez la température des aliments et remuez-les avant de les servir, en particulier

lorsqu'ils sont destinés à des bébés, des enfants ou des personnes âgées. Réchauffez les biberons sans la tétine.

La température du récipient est trompeuse et ne reflète pas celle des aliments que vous devez vérifier. Tenez-vous éloigné du four au moment où vous ouvrez sa porte de manière à éviter toute brûlure due à la vapeur ou à la chaleur. Coupez en tranches les plats cuisinés farcis après chauffage afin de laisser s'échapper la vapeur et d'éviter les brûlures. Veillez à ce que les enfants ne touchent pas la porte du four pour éviter les brûlures.

Pour éviter toute mauvaise utilisation par les enfants

**⚠ ADVERTISSEMENT !
L'appareil et ses éléments accessibles deviennent très chauds en cours d'utilisation. Il est donc important d'éviter de toucher les éléments chauffants. Les enfants de moins de 8 ans doivent être tenus à l'écart sauf s'ils sont sous surveillance continue.**

Cet appareil peut être utilisé par des enfants d'au moins 8 ans et par des personnes dont les capacités physiques, sensorielles ou mentales sont réduites ou qui manquent d'expérience ou de connaissances, à condition qu'ils soient supervisés ou qu'ils aient

reçu des instructions préalables concernant l'utilisation en toute sécurité de l'appareil et qu'ils en comprennent les dangers. Les enfants ne doivent se servir du four que sous la surveillance d'un adulte. Les enfants ne doivent pas nettoyer l'appareil ni effectuer d'opérations d'entretien utilisateur, à moins qu'ils aient au moins 8 ans et qu'ils le fassent sous surveillance.

Le verre à feu, la porcelaine, la faïence, la céramique, la terre cuite non poreuse résistent aux températures élevées et peuvent satisfaire à toutes les utilisations. Les récipients de cuisson peuvent devenir brûlants par conduction de la chaleur des aliments vers le récipient. Portez des gants de protection pour les retirer du four. Il est recommandé de couvrir les aliments dans la plupart des cas; ils seront plus savoureux et votre appareil restera propre. Cependant, avant de cuire des aliments ou de réchauffer des liquides dans une bouteille ou un récipient hermétique, retirez le bouchon ou le couvercle. Faites attention en retirant les couvercles ou les films de protection des plats car une vapeur brûlante est soudainement libérée. Empêchez qu'ils ne s'appuient sur la porte du four. Ne laissez pas jouer avec le four qui n'est pas un jouet. Vous devez enseigner aux enfants les consignes de sécurité telles : l'usage d'un porte-récipient, le retrait avec précaution des produits d'emballage des aliments. Vous devez leur dire de porter une attention particulière aux emballages (par exemple, ceux qui sont destinés à griller un aliment) dont la température peut être très élevée.

Autres avertissement.

Ne modifiez pas ou n'essayez pas de modifier le four. Vous ne devez pas déplacer le four pendant son fonctionnement. Votre appareil est destiné à un usage domestique normal. Ce four a été conçu pour la préparation d'aliments et ne doit être utilisé que pour leur cuisson. Il n'a pas été étudié pour un usage commercial ou scientifique.

Pour éviter une anomalie de fonctionnement et pour éviter d'endommager le four

Ne jamais faire fonctionner le four sans plateau tournant ou à vide. Sinon vous risquez d'endommager le four. Si vous utilisez un plat brunisseur ou un plat en matière autochauffante, interposez une protection contre la chaleur (par exemple, un plat en porcelaine) de manière à ne pas endommager le plateau tournant et le pied du plateau. Le temps de préchauffage précisé dans le guide de recette ne doit pas être dépassé. Assurez-vous que la porte est bien fermée, que ses surfaces sont propres. Nettoyez-les régulièrement avec une éponge humide, pour éviter l'accumulation de toutes graisses, salissures, éclaboussures. Ces dépôts absorbent l'énergie et réduisent d'autant l'efficacité du four. N'utilisez pas la cavité du four pour stocker. Ne laissez pas de produits en papier, des ustensiles de cuisine ou des aliments dans la cavité lorsque l'appareil n'est pas utilisé. Ne faites jamais chauffer de bouillote à l'intérieur du four à micro-ondes. N'utilisez pas une sonde thermique d'un four traditionnel dans votre four à micro-ondes. Cependant, afin de connaître la température de cuisson à cœur, vous pouvez mesurer le degré de cuisson de l'aliment avec un thermomètre <spécial viande>. Ne laissez pas ce thermomètre dans le four en fonctionnement. Débranchez l'appareil s'il n'est pas utilisé pendant un certain temps (vacances, ...). N'utilisez aucun ustensile métallique car ils réfléchissent les micro-ondes et peuvent provoquer un arc électrique. N'oubliez pas d'enlever les liens et les agrafes métalliques. Ne tentez pas de cuire ou de réchauffer les aliments dans une boîte de conserve et n'utilisez pas de bouteilles capsulées. N'utilisez que le plateau tournant et le pied du plateau conçus pour ce four. N'utilisez jamais le four sans le plateau tournant.

Pour éviter de casser le plateau tournant :

- a) Avant de nettoyer le plateau tournant, laissez-le refroidir.
- b) Ne placez pas des aliments chauds ou un plat chaud sur le plateau tournant lorsqu'il est froid.
- c) Ne placez pas des aliments froids ou un plat froid sur le plateau tournant lorsqu'il est chaud.

Ne posez aucun objet sur la carrosserie du four pendant son fonctionnement.

⚠ Remarques :

Si vous avez des doutes quant à la manière de brancher le four, consulter un technicien qualifié. Ni le fabricant ni le distributeur ne peuvent être tenus pour responsable des dommages causés au four ou des blessures personnelles qui résulteraient de l'inobservation des consignes de branchement électrique. Des gouttes d'eau peuvent se former sur les parois de la cavité du four, autour des joints et des portées d'étanchéité. Cela ne traduit pas un défaut de fonctionnement ni des fuites de micro-ondes. Assurez-vous également que les décors ne sont pas à base d'éléments métalliques. Dans le doute, n'hésitez pas à procéder au test du verre d'eau.

- Test du verre d'eau. Ce test très simple vous permet de juger si un récipient est apte à la cuisson par micro-ondes. Placez dans le four le récipient à tester vide et posez à l'intérieur ou à côté de celui-ci un verre rempli d'eau qui absorbera l'énergie micro-ondes. Faites fonctionner le four pendant 1 minute à la puissance maximum. Si le récipient à tester reste froid, il convient à la cuisson par micro-ondes.
- Le papier absorbant vous rendra de grands services, vous l'utiliserez par exemple pour envelopper le pain, les brioches, les cakes... à décongeler, pour griller le bacon dont il absorbera l'excès de matières grasses. Evitez l'emploi des serviettes en papier de couleur qui pourraient déteindre. Le papier sulfurisé et le papier paraffiné conviennent parfaitement pour les cuissons en papillotes et pour couvrir les plats. Les assiettes et les gobelets en carton seront réservés pour réchauffer à faible température.
- Les matières plastiques (plats, tasses, boîtes de congélation et emballages en plastique)

de qualité alimentaire réagissent plus ou moins bien aux températures élevées et aux matières grasses chaudes. Réservez plutôt ces récipients aux utilisations à faibles températures et à la décongélation.

Respectez les instructions du fabricant en utilisant du plastique dans le four. Évitez d'utiliser des matières plastiques avec des aliments ayant une forte teneur en matières grasses ou en sucre, (ou des boissons) car ceux-ci atteignent des températures élevées et pourraient faire fondre certains plastiques.

Certaines formes de récipients favorisent une pénétration plus homogènes des micro-ondes dans les aliments. Préférez les récipients peu profonds aux angles arrondis (plats ronds ou ovales), adaptez au mieux les dimensions du plat au volume des préparations, choisissez un plat de forme circulaire du genre moule à savarin chaque fois que la nature de la préparation le permet.

Récipients en aluminium

Les barquettes en aluminium peuvent être utilisées en toute sécurité pour réchauffer des aliments dans le four à micro-ondes, dans les conditions suivantes :

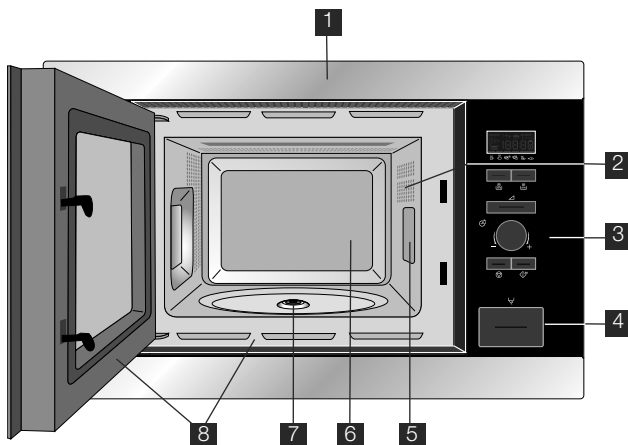
1. Les barquettes en aluminium ne doivent pas dépasser 4 cm de profondeur.
2. N'utilisez pas de couvercles en film d'aluminium.
3. Les barquettes en aluminium doivent être remplies d'aliments au moins aux deux tiers. N'utilisez jamais de récipients vides.
4. Les barquettes en aluminium ne doivent pas être en contact ou proche des parois du four (distance minimum 1 cm). La barquette en aluminium devra être placée sur un plat retourné allant au four.
5. Les barquettes en aluminium ne doivent jamais être réutilisées dans le four à micro-ondes.
6. Si le four à micro-ondes a été utilisé pendant 15 minutes ou plus, laissez-le refroidir avant de le réutiliser.
7. Le récipient et le plateau tournant peuvent devenir très chauds pendant leur utilisation. Utilisez des gants de protection.
8. Les durées de réchauffage ou de cuisson peuvent être prolongées avec un récipient en film d'aluminium. Assurez-vous que les aliments sont chauds avant de servir.

Le four micro-ondes est conçu pour réchauffer des aliments et boissons. Son utilisation pour sécher des aliments ou vêtements, ou pour chauffer des coussins chauffants, chaussons, éponges, chiffons humides et articles similaires peut provoquer des risques de blessures, d'inflammation de la matière ou d'incendie.

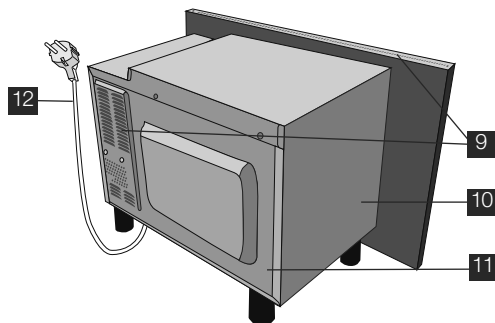
Cet appareil est conçu pour une utilisation domestique et des situations similaires telles que : dans les cuisines réservées au personnel de commerces, bureaux et autres environnements de travail ; dans les exploitations agricoles ; par les clients dans les hôtels, motels et autres environnements résidentiels ; dans les chambres d'hôtes et structures similaires.

Cet appareil n'est pas destiné à être utilisé à des altitudes de plus de 2 000 m.

VUE D'ENSEMBLE DE L'APPAREIL FOUR MICRO-ONDES ET ACCESSOIRES



- 1 Encadrement avant
- 2 Eclairage du four
- 3 Bandeau de commande
- 4 Touche ouverture de la porte
- 5 Cadre du répartiteur d'ondes
- 6 Cavité du four
- 7 Entraînement
- 8 Cadre d'ouverture de la porte

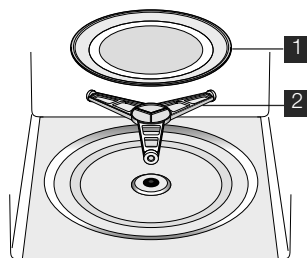


- 9 Ouvertures de ventilation
- 10 Enveloppe extérieure
- 11 Compartiment arrière
- 12 Cordon d'alimentation

Vérifiez que les accessoires suivants sont fournis :

- 1 Plateau tournant
- 2 Support d'entraînement

- Placez le pied du plateau dans l'entraînement sur la base inférieure de la cavité.
- Placez ensuite le plateau tournant sur le support de rotation.
- Pour éviter d'endommager le plateau tournant, veillez à ce que les plats ou les récipients soient levés sans toucher le bord du plateau tournant lorsque vous les enlevez du four.



Lorsque vous commandez des accessoires, veuillez mentionner deux éléments : le nom de la pièce et le nom du modèle à votre revendeur ou à votre service après vente.

BANDEAU DE COMMANDE

1 AFFICHAGE numérique



Micro-ondes

Décongélation
automatique pain

Horloge

Décongélation
automatique

Etapes de cuisson



Quantité



Plus/Moins

2 Symboles CUISSON AUTOMATIQUE

3 Touche CUISSON AUTOMATIQUE

4 Touche DÉCONGÉLATION AUTOMATIQUE

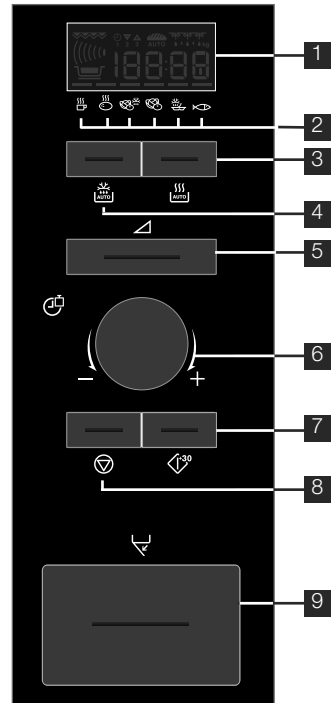
5 Touche NIVEAUX DE PUISSANCE

6 Bouton rotatif MINUTEUR/POIDS

7 Touche START/+30

8 Touche STOP

9 Touche OUVERTURE DE LA PORTE



AVANT LA MISE EN SERVICE

MODE ECONOMIE D'ÉNERGIE

Le four est réglé en mode « ECONOMIE D'ÉNERGIE » (Econ).

1. Branchez l'appareil.
2. L'écran affiche : « Econ »
3. L'affichage effectue un décompte de 3 minutes.
4. Une fois le décompte terminé, le four entre en mode « Economie d'énergie » et l'écran d'affichage devient vide.





- Pour annuler le mode « Economie d'énergie », réglez l'horloge.

RÉGLER L'HORLOGE

Le four est équipé d'une horloge réglable sur 12 et 24 heures.

Exemple : Pour régler l'horloge sur 11:30 (horloge 12 heures).




1. Ouvrez la porte.
2. L'écran affiche : « Econ »

3. Appuyez sur la touche START/+30 et maintenez-la abaissée pendant 5 secondes. Le four émet alors un signal sonore. L'écran affiche : 
4. Réglez l'heure en tournant le bouton rotatif MINUTEUR/POIDS.
5. Appuyez une fois sur la touche START/+30, puis tournez le bouton rotatif MINUTEUR/POIDS pour régler les minutes.
6. Appuyez sur la touche START/+30.
7. Vérifiez l'affichage : 
8. Fermez la porte.



- Vous pouvez tourner le bouton rotatif MINUTEUR/POIDS dans le sens des aiguilles d'une montre ou dans le sens contraire.
- Si vous appuyez sur la touche STOP, le réglage de l'heure ne s'effectuera pas et l'écran continuera d'afficher : « Econ »

Exemple : Pour régler l'horloge à 23:30 (24 heures).



1. Ouvrez la porte.
2. L'écran affiche : « Econ »
3. Appuyez sur la touche START/+30 et maintenez-la abaissée pendant 5 secondes. Le four émet alors un signal sonore. L'écran affiche : 
4. Appuyez sur la touche START/+30. L'écran d'affichage : 
5. Réglez l'heure en tournant le bouton rotatif MINUTEUR/POIDS.
6. Appuyez une fois sur la touche START/+30, puis tournez le bouton rotatif MINUTEUR/POIDS pour régler les minutes.
7. Appuyez sur la touche START/+30.
8. Vérifiez l'affichage : 
9. Fermez la porte.




- Vous pouvez tourner le bouton rotatif MINUTEUR/POIDS dans le sens des aiguilles d'une montre ou dans le sens contraire.
- Si vous appuyez sur la touche STOP, le réglage de l'heure ne s'effectuera pas et l'écran continuera d'afficher : « Econ »

CHANGEMENT DE L'HEURE LORSQUE L'HORLOGE EST RÉGLÉE

Exemple : Pour régler l'horloge à 11:45.

1. Ouvrez la porte.
2. Appuyez sur la touche START/+30 et maintenez-la abaissée pendant 5 secondes. Le four émet alors un signal sonore. L'écran affiche : 
- (Si vous souhaitez mettre l'horloge en mode 24 h, appuyez de nouveau sur la touche START/+30).
3. Réglez l'heure en tournant le bouton rotatif MINUTEUR/POIDS.
4. Appuyez une fois sur la touche START/+30, puis tournez le bouton rotatif MINUTEUR/POIDS pour régler les minutes.
5. Appuyez sur la touche START/+30.
6. Vérifiez l'affichage : 

POUR ANNULER L'HORLOGE ET RÉGLER LE MODE ECON

1. Ouvrez la porte.
2. Appuyez sur la touche START/+30 et maintenez-la abaissée pendant 5 secondes. Le four émet alors un signal sonore. L'écran affiche : 
- (Si vous souhaitez mettre l'horloge en mode 24 h, appuyez de nouveau sur la touche START/+30).
3. Appuyez sur la touche STOP.
4. L'écran affiche : « Econ »
5. Fermez la porte.
6. L'affichage effectue un décompte de 3 minutes.
7. Une fois le décompte terminé, le four entre en mode 'Economie d'énergie' et l'écran d'affichage devient vide.

UTILISATION DE LA TOUCHE STOP

Utilisez la touche STOP pour :


1. Effacer une erreur durant la programmation du four.
2. Interrompre momentanément la cuisson.
3. Arrêter un programme de cuisson (dans ce cas, appuyez deux fois sur cette touche).




SÉCURITÉ ENFANT

Votre four est équipé d'une fonction de sécurité conçue pour empêcher un enfant de le démarrer accidentellement. Une fois cette fonction de verrouillage sélectionnée, aucune des fonctions du four micro-ondes ne fonctionnera jusqu'à ce qu'elle ait été annulée.

Exemple : Réglage de la sécurité enfant.

1. Appuyez pendant 5 secondes sur la touche STOP. 



Le four émet un signal sonore et le message « LOC » s'affiche : 



- Pour annuler la sécurité enfant, appuyez pendant 5 secondes sur la touche STOP. Le four émettra un double signal sonore et l'heure s'affichera.
- Pour activer la sécurité enfants, l'horloge doit être réglée.

UTILISATION

CUISSON AUX MICRO-ONDES

L'énergie à micro-ondes doit donc pouvoir traverser le matériau du récipient pour cuire/décongeler les aliments. Il est par conséquent important de choisir des plats adaptés à la cuisson au four à micro-ondes. Choisissez de préférence des plats ronds/ovales plutôt que des récipients carrés/ou longs, car les aliments placés dans les angles tendent à être

trop cuits. Il est possible d'utiliser un vaste éventail de plats.

Il est par conséquent important de retourner, redisperser ou remuer les aliments durant la cuisson pour assurer une cuisson uniforme.

Il est nécessaire de laisser les aliments reposer après la cuisson, afin de permettre à la chaleur de se propager de manière uniforme.

Caractéristiques des aliments

Composition	Les aliments riches en graisse ou en sucre (p. ex. les plum-puddings et les pièces minces) exigent un temps de cuisson moindre. Procédez avec soin, car ils pourraient prendre feu en cas de surchauffe !
Densité	La densité des aliments affecte le temps de cuisson nécessaire. Les aliments légers et poreux, tels que les gâteaux et le pain, cuisent plus rapidement que les aliments lourds et denses, tels que les rôtis et les ragoûts.
Quantité	Le temps de cuisson s'accroît proportionnellement à la quantité des aliments placés dans le four. Il faut ainsi plus de temps pour cuire quatre pommes de terre que deux.
Taille	Les aliments/morceaux de petite taille cuisent plus rapidement dans la mesure où les micro-ondes peuvent se propager au centre des aliments de tous les côtés. La cuisson est d'autant plus régulière que les morceaux ont la même taille.
Forme	Les aliments dont la forme est irrégulière, tels que le blanc de poulet ou les pilons exigent un temps de cuisson supérieur pour leurs parties les plus épaisses. Les aliments de forme arrondie cuisent de façon plus uniforme que les aliments de forme carrée.
Température	La température initiale des aliments affecte le temps de cuisson nécessaire. Les aliments congelés cuisent moins vite que les aliments qui se trouvent à température ambiante. Faites une entaille dans les aliments fourrés (beignets à la confiture, etc.) pour laisser la chaleur ou la vapeur s'échapper.

Techniques de cuisson

Disposez les aliments	Placez les parties les plus épaisses des aliments vers l'extérieur du plat (p. ex. pilons).
Recouvrez	Utilisez un film alimentaire pour micro-ondes ou un couvercle adéquat.
Percez	Les aliments qui comportent une coquille, une peau ou une membrane doivent être percés à plusieurs reprises avant d'être cuits ou réchauffés, car l'accumulation de vapeur pourrait les faire exploser (p. ex. pommes de terre, poisson, poulet, sauces).  Important ! Il est déconseillé de cuire les oeufs au four à micro-ondes, car ceux-ci risquent d'exploser, même une fois la cuisson terminée (p. ex. oeufs pochés, durs).
Remuez, tournez et redispensez les aliments	Pour obtenir une cuisson uniforme, il est essentiel de remuer, tourner et redisperser les aliments pendant la cuisson. Remuez et redispensez toujours les aliments en partant de l'extérieur vers le centre.
Laissez reposer	Il est nécessaire de laisser les aliments reposer après la cuisson, afin de permettre à la chaleur de se propager de manière uniforme.
Protégez	Certaines parties des aliments peuvent chauffer quand on les décongèle. Protégez ces parties à l'aide de petites sections de film aluminium qui refléteront les micro-ondes (p. ex. les pattes et les ailes d'un poulet).

VAISSELLE POUR FOURS À MICRO-ONDES

Plats	Transparent aux micro-ondes	Remarques
Film aluminium/ barquettes en aluminium	✓ / ✗	Il est possible d'utiliser de petites sections de film aluminium pour prévenir la surchauffe des aliments. Le film aluminium doit être distant de 2 cm au moins des parois du four pour éviter la formation d'arcs électriques. Il est déconseillé d'utiliser des barquettes en aluminium, à moins que leur usage ne soit spécifié par le fabricant. Respectez soigneusement les consignes d'utilisation.
Plats brunisseurs	✓	Respectez toujours les consignes du fabricant. Ne dépassez jamais les temps de cuisson indiqués. Procédez avec soin car ces plats peuvent être très chauds.
Porcelaine et céramique	✓ / ✗	Les plats en porcelaine, poterie, faïence et porcelaine tendre conviennent généralement à une utilisation en micro-ondes, sauf s'ils comportent des décorations métalliques.
Plats en verre (p. ex. Pyrex®)	✓	Procédez avec soin en cas d'utilisation de plats en verre fin, car ils risquent de se casser ou de se fendre en cas de changement de température soudain.
Métal	✗	L'utilisation de plats en métal dans un four à micro-ondes est déconseillée, en raison du risque d'arc électrique et d'incendie.
Récipient en plastique/polystyrène (contenants de restauration rapide)	✓	Procédez avec soin car certains récipients peuvent se déformer, fondre ou se décolorer à température élevée.
Film alimentaire	✓	Le film ne doit pas être au contact des aliments et doit être percé pour laisser la vapeur s'échapper.
Sacs de congélation/ brunisseurs	✓	Ils doivent être percés pour laisser la vapeur s'échapper. Vérifiez que les sacs conviennent à une utilisation en micro-ondes. N'utilisez pas d'attaches en plastique ou en métal, car elles risqueraient de fondre ou de prendre feu (arc électrique).
Assiettes, gobelets essuie-tout en papier	✓	Ils ne doivent être utilisés que pour réchauffer ou absorber l'humidité. Procédez avec soin car ils peuvent prendre feu en cas de surchauffe.
Récipients en paille ou en bois	✓	Ne laissez pas le four sans surveillance lorsque vous utilisez ces matériaux car ils peuvent prendre feu en cas de surchauffe.
Papier recyclé journaux	✗	Ils peuvent contenir des fragments de métal, susceptibles et journaux de produire un arc électrique et de provoquer un incendie.

CUISSON AUX MICRO-ONDES

Vous pouvez choisir le temps de cuisson jusqu'à 90 minutes. L'augmentation du temps de cuisson varie de 15 secondes à cinq minutes. Elle dépend de la durée totale de cuisson indiquée dans le tableau.

Temps de cuisson	Palier de
0-5 minutes	15 secondes
5-10 minutes	30 secondes
10-30 minutes	1 minute
30-90 minutes	5 minutes

DÉCONGÉLATION MANUELLE

Effectuez la décongélation manuelle à 240 W (sans fonction de décongélation automatique). Le symbole de décongélation s'affiche à chaque fois que ce niveau de puissance est sélectionné.

NIVEAUX DE PUISSANCE DU MICRO-ONDES

Vous avez le choix entre 6 niveaux de puissance.

Réglage de la puissance	Suggestions d'utilisation
800 W/HAUT	Pour une cuisson rapide ou pour réchauffer un plat (par ex. soupes, ragoûts, conserves, boissons chaudes, légumes, poisson, etc).
560 W	Pour cuire plus longtemps les aliments plus denses, tels que les rôtis, les pains de viande, les plats sur assiettes et les plats délicats tels que les sauces au fromage et les gâteaux de Savoie. Ce niveau de puissance réduit évitera de faire déborder vos sauces et assurera une cuisson uniforme de vos aliments (les côtés ne seront pas trop cuits).
400 W	Convient aux aliments denses nécessitant une cuisson traditionnelle prolongée (les plats de bœuf par exemple). Ce niveau de puissance est recommandé pour obtenir une viande tendre.
240 W/DECONGÉLATION	Utilisez ce niveau de puissance pour décongeler vos plats de manière uniforme. Idéal pour faire mijoter le riz, les pâtes, les boulettes de pâte et cuire la crème renversée.
80 W	Pour décongeler délicatement les aliments tels que les gâteaux à la crème ou les pâtisseries.
0 W	Minuterie autonome/de cuisine.

W = WATT

Exemple : Vous souhaitez réchauffer une soupe pendant 2 minutes et 30 secondes à mi-puissance 560 W.

1. Appuyez deux fois sur la touche de sélection NIVEAUX DE PUISSANCE.



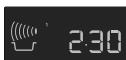
2. Entrez la durée de cuisson en tournant le bouton rotatif MINUTEUR/POIDS dans le sens des aiguilles d'une montre ou en sens inverse jusqu'à ce que 2.30 soit affiché.



3. Appuyez sur la touche START/+30.



4. Vérifiez l'affichage :



⚠ Important !

Si vous ne choisissez aucun niveau de puissance, c'est le niveau 800 W/HAUT qui est automatiquement utilisé.



- Quand la porte est ouverte pendant le processus de cuisson, le temps de cuisson de l'affichage numérique s'arrête automatiquement. Le temps de cuisson reprend le décompte quand la porte est fermée et que la touche START/+30 est appuyée.
- Si vous voulez connaître le niveau de puissance pendant la cuisson, appuyez sur la touche NIVEAUX DE PUISSANCE.
- Pour augmenter ou réduire le temps de cuisson pendant la cuisson, tournez le bouton MINUTEUR/POIDS.
- Pour modifier le niveau de puissance pendant la cuisson, appuyez sur la touche NIVEAUX DE PUISSANCE.
- Pour annuler un programme durant la cuisson, appuyez deux fois sur la touche STOP.

MINUTERIE

Exemple : Réglez la minuterie pour 7 minutes.

1. Appuyez sur la touche NIVEAUX DE PUISSANCE 7 fois.



2. Entrez la durée de cuisson en tournant le bouton rotatif MINUTEUR/ POIDS dans le sens des aiguilles d'une montre ou en sens inverse jusqu'à ce que 7.00 soit affiché.



3. Appuyez sur la touche START/+30.



4. Vérifiez l'affichage :



- Pour interrompre la minuterie, appuyez sur la touche STOP. Pour redémarrer la minuterie, appuyez sur la touche START/+30. Pour quitter le mode minuterie, appuyez à nouveau sur la touche STOP.

AJOUTER 30 SECONDES

La touche START/+30 vous permet d'utiliser les deux fonctions suivantes :

1. Démarrage direct

Vous pouvez commencer directement la cuisson micro-ondes à la puissance 800 W/ HAUT pendant 30 secondes en appuyant sur la touche START/+30.





2. Augmentation du temps de cuisson

Vous pouvez prolonger le temps de cuisson pendant la cuisson manuelle par paliers de 30 secondes en appuyant de nouveau sur la touche pendant le fonctionnement du four.



- Cette fonction ne peut être utilisée en mode CUISSON AUTOMATIQUE ou DÉCONGÉLATION AUTOMATIQUE.

FONCTION PLUS ET MOINS

La fonction PLUS  / MOINS  vous permet d'augmenter ou de réduire le temps de cuisson lors de l'utilisation des programmes automatiques.

Pour des pommes de terre à l'eau cuites, mais fermes, sélectionnez MOINS  .

Pour des pommes de terre à l'eau cuites, mais moins fermes, sélectionnez PLUS  .


Exemple : Pour faire cuire 0,3 kg de pommes de terre cuites.

1. Sélectionnez le menu nécessaire en appuyant deux fois sur la touche CUISSON AUTOMATIQUE.



2. Tournez le bouton rotatif MINUTEUR/POIDS jusqu'à ce que 0.3 soit affiché.



3. Appuyez une fois sur la touche de sélection de NIVEAUX DE PUISSANCE, puis sélectionnez PLUS  .





4. Appuyez sur la touche START/+30.



5. Vérifiez l'affichage :



- Pour annuler la fonction PLUS/MOINS, appuyez 3 fois sur la touche de sélection NIVEAUX DE PUISSANCE.
- Si vous sélectionnez PLUS, l'écran affichera  .
- Si vous sélectionnez MOINS, l'écran affichera  .

CUISSON À SÉQUENCES MULTIPLES

Une séquence de 3 étapes (maximum) peut être programmée à l'aide de combinaisons.

Exemple : Pour cuire :

5 minutes à la puissance 800 W (Etape 1)

16 minutes à la puissance 240 W (Etape 2)

Etape 1

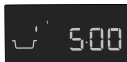
1. Appuyez une fois sur la touche NIVEAUX DE PUISSANCE



2. Entrez la durée en tournant le bouton rotatif MINUTEUR/ POIDS dans le sens des aiguilles d'une montre ou en sens inverse jusqu'à ce que 5.00 soit affiché.



3. Vérifiez l'affichage :



Etape 2

1. Appuyez sur la touche NIVEAUX DE PUISSANCE 4 fois.



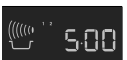
2. Entrez la durée en tournant le bouton rotatif MINUTEUR/POIDS dans le sens des aiguilles d'une montre ou en sens inverse jusqu'à ce que 16.00 soit affiché.



3. Appuyez sur la touche START/+30.



4. Vérifiez l'affichage :



Le four cuira d'abord pendant 5 minutes à puissance 800 W, puis pendant 16 minutes à 240 W.

FONCTIONNEMENT AUTOMATIQUE

Le fonction automatique calcule automatiquement le mode et le temps de cuisson corrects. Vous disposez de 6 programmes de CUISSON AUTOMATIQUE et 2 programmes de DÉCONGÉLATION AUTOMATIQUE.

Cuisson Automatique

Aliments	Symbole
Boisson	
Pommes de terre cuites/ Pommes de terre en robe des champs	
Légumes surgelés	
Légumes frais	
Plats préparés surgelés à remue	
Filet de poisson en sauce	

Exemple : Pour faire cuire 0,3 kg de pommes de terre cuites.

1. Sélectionnez le menu nécessaire en appuyant deux fois sur la touche CUISSON AUTOMATIQUE.



2. Tournez la bouton rotatif MINUTEUR/POIDS jusqu'à ce que 0.3 soit affiché.



3. Appuyez sur la touche START/+30.





4. Vérifiez l'affichage :



Lorsqu'une action de votre part est nécessaire (par exemple retourner les aliments), le four s'arrête, les signaux sonores retentissent et le temps restant et le voyant clignotent sur l'affichage. Pour continuer la cuisson, appuyez sur la touche START/+30. Le programme s'arrête automatiquement à l'issue de la durée de CUISSON AUTOMATIQUE. Un signal sonore retentit et le symbole de cuisson clignote. Après 1 minute et un rappel sonore, le four affichera l'heure.

Décongélation Automatique

Aliments	Symbole
Viande/poisson/volaille	
Pain	

Exemple : Pour décongélation 0,2 kg de pain.

1. Sélectionnez le menu nécessaire en appuyant deux fois sur la touche DÉCONGÉLATION AUTOMATIQUE.



2. Tournez le bouton rotatif MINUTEUR/POIDS jusqu'à ce que 0.2 soit affiché.



3. Appuyez sur la touche START/+30.















4. Vérifiez l'affichage :





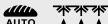

Lorsqu'une action de votre part est nécessaire (par exemple retourner les aliments), le four s'arrête, les signaux sonores retentissent et le temps restant et le voyant clignotent sur l'affichage. Pour continuer la cuisson, appuyez sur la touche START/+30. Le programme s'arrête automatiquement à l'issue de la durée de DÉCONGÉLATION AUTOMATIQUE. Le signal sonore retentit et le symbole de cuisson clignote. Après 1 minute et un rappel sonore, le four affichera l'heure.

TABLEAUX DE PROGRAMMATION

TABLEAUX DES PROGRAMMES AUTOMATIQUES

Cuisson automatique	Quantité (Incrément)/ Utensiles	Touche	Procédure
Boisson (Thé/Café) 	1-4 tasses 1 tasse = 200 ml	 x1	<ul style="list-style-type: none"> Placez la tasse au centre du plateau tournant.
Pommes de terre cuites et Pommes de terre en robe des champs 	0,1-0,8 kg (100 g) Bol et couvercle	 x2	<p>Pommes de terre cuites : Pelez les pommes de terre et coupez-les en morceaux de taille similaire.</p> <p>Pommes de terre en robe des champs : Choisissez des pommes de terre de taille similaire et lavez-les.</p> <ul style="list-style-type: none"> Placez les pommes de terre en robe des champs dans un bol. Ajoutez la 2 CS d'eau par 100 g et un peu de sel. Recouvrez d'un couvercle. Quand que le signal sonore retentit, remuez et couvrez à nouveau. Après cuisson, laissez reposer les pommes de terre pendant 2 min.
Légumes surgelés 	0,1-0,6 kg (100 g) Bol et couvercle	 x3	<ul style="list-style-type: none"> Ajoutez 1 cuillère à soupe d'eau par 100 g (pour les champignons, il n'est pas nécessaire d'ajouter de l'eau). Mettez un couvercle. Quand que le signal sonore retentit, remuez et couvrez à nouveau. Après cuisson, laissez reposer pendant env. 2 min. <p>i Si les légumes surgelés sont compactés, cuisez-les manuellement.</p>
Légumes frais 	0,1-0,6 kg (100 g) Bol et couvercle	 x4	<ul style="list-style-type: none"> Coupez les légumes en morceaux (cubes, tranches, rondelles). Ajoutez 1 cuillère à soupe d'eau par 100 g (pour les champignons, il n'est pas nécessaire d'ajouter de l'eau). Mettez un couvercle. Quand que le signal sonore retentit, remuez et couvrez à nouveau. Après cuisson, laissez reposer pendant env. 2 min.
Plats préparés surgelés à remue 	0,3-1,0 kg (100 g) Bol et couvercle	 x5	<ul style="list-style-type: none"> Versez le contenu dans un plat conçu pour la cuisson micro-ondes. Ajoutez du liquide si le constructeur le recommande. Mettez un couvercle. Faites cuire à découvert si le constructeur le recommande. Quand le signal sonore retentit, remuez et couvrez à nouveau. Après cuisson, laissez reposer pendant env. 2 min.
Filet de poisson en sauce 	0,4-1,2 kg* (100 g) Plat à gratin et plastique micro-ondes	 x6	<ul style="list-style-type: none"> Voir recettes pour le "Filet de Poisson en Sauce" à la pages 75. <p>* Poids total de tous les ingrédients.</p>

i La température initiale des aliments réfrigérés est de 5 °C. Celle des aliments congelés est de -18 °C.

Décongélation automatique	Quantité (Incrément)/ Utensiles	Touche	Procédure
Viande/poisson/ volaille 	0,2-0,8 kg (100 g) Plat à gratin	 x1	<ul style="list-style-type: none"> Placer les aliments dans un plat à gratin au centre du plateau tournant. Quand que le signal sonore retentit, retourner les aliments, redsposer et séparer. Protéger les parties minces et les parties déjà chaudes avec du papier aluminium. Après décongélation, emballer dans du papier aluminium pendant 15-45 min, jusqu'à complète décongélation. Viande hachée : Quand le signal sonore retentit, retourner la viande. Retirer les parties décongelées si possible. <p>i Ne convient pas à une volaille entière.</p>
Pain 	0,1-1,0 kg (100 g) Plat à gratin	 x2	<ul style="list-style-type: none"> Répartir sur un plat à gratin, au centre du plateau tournant. Pour un pain de 1,0 kg, disposer directement sur le plateau tournant. Quand le signal sonore retentit, retourner, redsposer et enlever les tranches décongelées. Après décongélation, couvrir de papier aluminium et laisser reposer pendant 5-15 min, jusqu'à complète décongélation.

i La température initiale des aliments réfrigérés est de 5 °C. Celle des aliments congelés est de -18 °C.



- Indiquez le poids des aliments seulement. N'incluez pas le poids du récipient.
- Pour un aliment dont le poids est supérieur ou inférieur aux quantités données dans le tableaux de programmes automatiques, utilisez les programmes manuels.
- La température finale varie selon la température initiale des aliments. Vérifiez que la nourriture est très chaude après cuisson.
- Lorsqu'une action de votre part est nécessaire (par exemple retourner les aliments), le four s'arrête, les signaux sonores retentissent et le temps restant et le voyant clignotent sur l'affichage. Pour continuer la cuisson, appuyez sur la touche START/+30.
- Le ventilateur pourra se mettre en fonctionnement après une utilisation en mode Micro.



- Décongélation Automatique
- Les steaks et côtelettes doivent être congelés en une couche.
 - Congelez la viande hachée en tranches fines.
 - Après avoir retourné, protégez les parties décongelées avec de petits morceaux plats de papier aluminium.
 - La volaille doit être cuite immédiatement après décongélation.

RECETTES POUR PROGRAMMES AUTOMATIQUES

Filet de poisson avec sauce piquante			
0,4 kg	0,8 kg	1,2 kg	
140 g	280 g	420 g	tomates en boîte (égouttées)
40 g	80 g	120 g	mais
4 g	8 g	12 g	sauce au Piment
12 g	24 g	36 g	oignon (haché menu)
1 CC	1-2 CC	2-3 CC	vinaigre de vin rouge
			moutarde, thym et poivre de cayenne
200 g	400 g	600 g	filet de poisson (réfrigérer)
			sel

1. Mélangez les ingrédients pour la sauce.
2. Mettez le filet de poisson dans le plat avec les extrémités fines vers le centre et saupoudrez avec du sel.
3. Etalez la sauce préparée sur le filet de poisson.
4. Couvrez avec du plastique micro-ondes et faites cuire en CUISSON AUTOMATIQUE « Filet de Poisson en Sauce ».
5. Après la cuisson, laissez reposer env. 2 min.

Filet de poisson au curry			
0,4 kg	0,8 kg	1,2 kg	
200 g	400 g	600 g	filet de poisson
			sel
40 g	80 g	120 g	banane (en tranche)
160 g	320 g	480 g	sauce curry (prêt à servir)

1. Mettez le filet de poisson dans le plat avec les extrémités fines vers le centre et saupoudrez avec du sel.
2. Etalez la sauce prêt à servir et la banane sur le filet de poisson.
3. Couvrez avec du plastique micro-ondes et faites cuire en CUISSON AUTOMATIQUE « Filet de Poisson en Sauce ».
4. Après la cuisson, laissez reposer env. 2 min.

NIVEAU DE PUISSANCE RÉDUIT

⚠ Important !

Si vous cuisez les aliments pendant la durée standard avec seulement 800 W, la puissance du four sera réduite automatiquement pour éviter

la surchauffe. (La puissance des micro-ondes sera réduite à 560 W.) Après une pause de 90 secondes, la puissance de 800 W peut être rétablie.

Mode de cuisson	Temps standard	Puissance réduite
Micro-ondes 800 W	20 minutes	Micro-ondes 560 W

TABLEAUX DE CUISSON

Abréviations utilisées				
CS = cuillerée à soupe	MG = matière grasse	g = gramme	ml = millilitre	min = minute
CC = cuillerée à café	kg = kilogramme	l = litre	cm = centimètre	

Rechauffage de boissons et de mets

Boissons/mets	Quant -g/ml-	Puissance Niveau	Temps -Min-	Conseils de préparation
Lait, 1 tasse	150	800 W	aprox. 1	ne pas couvrir
Eau, 1 tasse	150	800 W	1-2	ne pas couvrir
6 tasses	900	800 W	10-12	ne pas couvrir
1 terrine	1000	800 W	11-13	ne pas couvrir
Une assiette-repas (légumes, viande et garnitures)	400	800 W	3-6	asperger la sauce d'eau, couvrir, mélanger à mi-réchauffage
Potée/Consommé	200	800 W	1-2	couvrir, remuer après le réchauffage
Légumes	200	800 W	2-3	au besoin, ajouter de l'eau, couvrir et mélanger à mi-réchauffage
	500	800 W	4-5	
Viande, 1 Tranche*	200	800 W	3-4	tartinier d'un peu de sauce, couvrir
Filet de Poisson*	200	800 W	2-3	couvrir
Gâteau, 1 portion	150	400 W	½	poser dans un plat à gratin
Aliments pour bébés 1 pot	190	400 W	aprox. 1	transférer dans un récipient convenant aux micro-ondes, bien mélanger après le réchauffage et vérifier la température
Faire fondre de la margarine ou du beurre*	50	800 W	½	couvrir
Chocolat à fondre	100	400 W	2-3	mélanger de temps en temps

* température du réfrigérateur

Décongélation d'aliments

Aliments	Quant -g-	Puissance Niveau	Temps -Min-	Conseils de préparation	Repos -Min-
Goulasch	500	240 W	8-12	mélanger à mi-décongélation	10-15
Gâteau, 1 portion	150	80 W	2-5	poser dans un plat à gratin	5
Fruit : par ex. cerises, fraises, framboises, prunes	250	240 W	4-5	répartir uniformément, retourner à mi-décongélation	5

i Les temps indiqués dans ce tableau sont des valeurs approximatives qui peuvent varier en fonction de la température des aliments surgelés, de la nature et du poids des aliments.

Décongélation et cuisson d'aliments

Aliments	Quant -g-	Puissance Niveau	Temps -Min-	Conseils de préparation	Repos -Min-
Filet de poisson	300	800 W	10-12	couvrir	2
Une assiette-repas	400	800 W	9-11	couvrir, mélanger au bout de 6 minutes	2

Cuisson de viande et de poissons

Aliments	Quant -g-	Puissance Niveau	Temps -Min-	Conseils de préparation	Repos -Min-
Rôtis (porc, veau, agneau)	1000	800 W	19-21*	assaisonner, placer dans un plat à gratin peu profond, retourner à mi-cuisson*	10
	1500	400 W	11-14		10
		800 W	33-36*		10
		400 W	13-17		
Rôti de bœuf (à point)	1000	800 W	9-11*	assaisonner, placer dans un plat à gratin peu profond, retourner à mi-cuisson*	10
		400 W	5-7		
Filet de poisson	200	800 W	3-4	assaisonner, placer dans un plat à gratin, couvrir	3

RECETTES

Toutes les recettes de cette notice sont, à défaut d'indication contraire, prévues pour quatre personnes.

Adaptation de recettes conventionnelles à la cuisson aux micro-ondes

Si vous voulez préparer vos recettes favorites avec le micro-ondes, vous devez respecter les conseils suivants.

Réduisez les temps de cuisson d'un tiers à la moitié. Suivez les indications des recettes de cette notice.

les aliments à forte teneur en liquide comme la viande, le poisson, les volailles, les Légumes, les fruits, les potées et les soupes peuvent être cuits

facilement au micro-ondes. Il faut humecter la surface des aliments à faible teneur en humidité comme par exemple les plats cuisinés.

Pour les aliments crus qui doivent être cuits à l'étuvée, réduisez l'addition de liquide aux deux tiers de la quantité indiquée dans la recette originale. Le cas échéant, rajoutez du liquide pendant la cuisson.

On peut considérablement réduire l'addition de graisse. Une faible quantité de beurre, de margarine ou d'huile suffit à donner du goût aux mets. Le micro-ondes est donc idéal pour cuire des plats à faible teneur en matières grasses, par exemple dans le cadre d'un régime.

Soupe aux champignons de Paris

Vaisselle : Terrine à couvercle (2 litres)

- 200 g de champignons de Paris en tranches
- 50 g oignon, haché menu
- 300 ml de bouillon de viande
- 300 ml de crème
- 25 g de farine
- 25 g de beurre ou de margarine
- sel et poivre
- 1 jaune d'œuf
- 150 ml de crème fraîche

1. Mettez les légumes et le bouillon de viande dans la terrine, couvrez et faites cuire. 8-9 min. 800 W
2. Réduisez tous les ingrédients en purée au mixer. Ajoutez la crème.
3. Pétrissez la farine et le beurre et mélangez bien à la soupe la pâte ainsi obtenue. Salez, poivez, couvrez et faites cuire. Remuez à la fin du temps de cuisson. 4-6 min. 800 W
4. Mélangez le jaune d'œuf et la crème fraîche, puis mélangez-les peu à peu à la soupe. Réchauffez sans faire bouillir. 1-2 min. 800 W
Après la cuisson, laissez reposer la soupe environ 5 minutes.

Ratatouille spéciale

Vaisselle : Terrine à couvercle (2 litres)

- 5 CS d'huile d'olive
- 1 gousse d'ail broyée
- 50 g oignon, coupé en rondelles
- 250 g petite aubergine, coupée en gros dés
- 200 g courgette, coupée en gros dés
- 200 g poivron, coupés en gros dés
- 75 g tubercule de fenouil, coupés en gros dés poivre
- 1 bouquet garni
- 200 g boîte de cœurs d'artichaut sel et poivre

1. Mettez l'huile d'olive et la gousse d'ail dans la terrine. Ajoutez les légumes à l'exception des cœurs d'artichaut, poivrez. Ajoutez le bouquet garni, couvrez et faites cuire en remuant de temps en temps.
19-21 min. 800 W
Cinq minutes avant la fin de la cuisson, ajoutez les cœurs d'artichaut et réchauffez.
2. Salez et poivrez. Retirez le bouquet garni avant de servir. Après la cuisson laissez la ratatouille reposer approximativement 2 min.

Filets de sole

Vaisselle : Plat à four ovale peu profond et film alimentaire pour microondes (env. 26 cm de long)

- 400 g de filets de sole
- 1 citron entier
- 150 g tomates
- 10 g de beurre
- 1 CS d'huile végétale
- 1 CS de persil haché sel et poivre
- 4 CS de vin blanc
- 20 g de beurre ou de margarine

1. Lavez et séchez les filets de sole. Enlevez les arêtes.
2. Coupez le citron et les tomates en tranches fines.
3. Beurrez le plat. Disposez les filets de poisson dans le plat et aspergez d'huile végétale.
4. Saupoudrez le poisson de persil, recouvrezle des tranches de tomates et assaisonnez. Placez les tranches de citron sur les tomates et arrosez de vin blanc.
5. Parsemez le citron de noisettes de beurre, couvrez et cuisez.
16-19 min. 800 W
Après la cuisson, laissez reposer env. 2 min.

Jambon farci

Vaisselle : Terrine à couvercle (2 litres)
Plat à gratin ovale (env. 26 cm de long)

- 125 g d'épinards en branches, coupés
- 125 g de fromage blanc à 20 % MG
- 40 g d'emmental râpé poivre moulu et paprika
- 6 tranches, de jambon cuit (300 g)
- 125 ml d'eau
- 125 ml de crème
- 20 g de farine
- 20 g de beurre ou de margarine
- 10 g de beurre ou de margarine pour graisser le plat

1. Mélanger les épinards avec le fromage râpé et le fromage frais, assaisonner.
2. Garnir chaque tranche de jambon avec une cuillerée à soupe de farce, la rouler et y enfoncer un pique.
3. Faire une sauce béchamel: verser l'eau et la crème dans un bol et réchauffer.
3-4 min. 800 W
Mélanger la farine et le beurre pour faire un roux, ajouter le liquide et battre au fouet jusqu'à obtention d'un mélange homogène. Couvrir et cuire jusqu'à ce que la sauce épaississe.
1 min. 800 W
Mélanger et vérifier l'assaisonnement.
4. Verser la sauce dans le plat graissé. Y disposer les roulades de jambon farcies et cuire avec le couvercle.
3-4 min. 800 W
Après la cuisson, laisser reposer env. 5 min.

Émincé de veau à la zurichoise

Vaiselle : Terrine à couvercle (2 litres)
 600 g de filet de veau
 10 g de beurre ou de margarine
 50 g oignon, haché menu
 100 ml de vin blanc
 fond de sauce rôti, pour environ ½ l de sauce
 300 ml de crème
 1 CS de persil haché

1. Couper le veau en bandes.
2. Beurrer le plat. Disposer la viande et l'oignon dans le plat, couvrir et cuire. Remuer une fois en cours de cuisson. 7-10 min. 800 W
3. Ajouter le vin blanc, le fond de sauce et la crème. Mélanger, couvrir et continuer la cuisson. Mélanger de temps en temps. 4-5 min. 800 W
4. Une fois la cuisson terminée, mélanger et laisser reposer env. 5 min. Saupoudrer de persil.

Lasagne au four

Vaiselle : Terrine à couvercle (2 l)
 Plat carré peu profond avec couvercle (environ 20 x 20 x 6 cm)
 300 g de tomates en boîte
 50 g de jambon, coupé
 50 g oignon, haché menu
 1 gousse d'ail broyée
 250 g de bœuf haché
 2 CS de concentré de tomate
 sel et poivre
 150 ml de crème fraîche
 100 ml de lait
 50 g de parmesan râpé
 1 CC d'herbes variées hachées
 1 CC d'huile d'olive
 1 CC d'huile végétale pour graisser le plat
 125 g de lasagnes vertes
 1 CS de parmesan râpé

1. Couper les tomates et les mélanger avec le jambon, l'oignon, l'ail, le bœuf haché et le concentré de tomate. Assaisonner, couvrir et cuire. 7-9 min. 800 W
2. Mélanger la crème fraîche, le lait, le parmesan, les herbes, l'huile et les épices.
3. Graisser le plat et couvrir le fond avec environ 1/3 des lasagnes. Disposer la moitié du mélange de viande hachée sur les lasagnes et verser un peu de sauce. Recommencer et terminer avec le reste des lasagnes. Couvrir les lasagnes de sauce et saupoudrer de parmesan. Cuire avec le couvercle. 15-17 min. 560 W
Après la cuisson, laisser reposer env. 5-10 min.

Gelée de fruits rouges à la sauce à la vanille

Vaiselle : Terrine à couvercle (2 litres)
 Terrine à couvercle (1 litres)
 150 g de groseilles
 150 g de fraises
 150 g de framboises
 250 ml de vin blanc
 100 g de sucre
 50 ml de jus de citron
 8 feuilles de gélatine
 300 ml de lait
 pulpe d'une ½ gousse de vanille
 30 g de sucre
 15 g de féculé

1. Lavez les fruits, équeutez-les et séchez-les. Gardez-en quelques-uns pour la décoration. Réduire le reste des fruits en purée avec le vin blanc, versez-les dans la terrine, couvrez et réchauffez. 7-9 min. 800 W
2. Incorporez le sucre et le jus de citron.
3. Faites tremper la gélatine approximativement 10 minutes dans l'eau puis retirez-la et extrayez l'eau. Mélangez la gélatine à la purée de fruits chaude jusqu'à ce qu'elle soit dissoute. Mettez la gelée au réfrigérateur jusqu'à ce qu'elle soit ferme.
4. Versez le lait dans une terrine. Ouvrez la gousse de vanille et grattez-en la pulpe. Mélangez la pulpe de la vanille, le sucre et la féculé au lait, couvrez et faites cuire. Remuez de temps en temps et après la cuisson. 3-4 min. 800 W
5. Démoulez la gelée sur un plat et garnissez-la avec les fruits entiers. Servez-la avec la sauce à la vanille.

ENTRETIEN ET NETTOYAGE

ATTENTION ! N'UTILISEZ PAS DE DÉCAPE FOURS VENDUS DANS LE COMMERCE OU DE PRODUITS ABRASIFS OU AGRESSIFS, OU DE PRODUITS QUI CONTIENNENT DE LA SOUDE CAUSTIQUE, OU DE TAMPONS ABRASIFS SUR UNE PARTIE QUELCONQUE DE VOTRE FOUR À MICRO-ONDES.

VEILLEZ À CE QUE LE COUVERCLE DE GUIDE D'ONDES ET LES ACCESSOIRES SOIENT CONSTAMMENT PROPRES.

Si vous laissez de la graisse s'accumuler dans la cavité ou sur les accessoires, celle-ci risquera de chauffer et de provoquer la formation d'un arc et de fumée, voire même de prendre feu lors de l'utilisation suivante du four.

Extérieur du four

Nettoyez l'extérieur du four au savon doux et à l'eau. Rincez pour éliminer l'eau savonneuse et séchez avec un chiffon doux.

Bandeau de commande

Ouvrez la porte avant de le nettoyer pour rendre inopérants le minuteur et le bandeau de commande. Evitez de mouiller abondamment le bandeau. N'utilisez pas de produit chimique ou abrasif.

Intérieur du four

1. Pour un nettoyage facile, essuyez les éclaboussures et les dépôts à l'aide d'un chiffon doux et mouillé ou une éponge après chaque utilisation et pendant que le four est encore tiède. Si les tâches résistent à un simple nettoyage, utilisez de l'eau savonneuse puis essuyez à plusieurs reprises à l'aide d'un chiffon mouillé jusqu'à ce que tous les résidus soient éliminés. Les éclaboussures accumulées peuvent chauffer, commencer à fumer, prendre feu et provoquer la formation d'un arc.
2. Assurez-vous que l'eau savonneuse ou l'eau ne pénètrent pas dans les petits trous des parois. Sinon, elle risque de causer des dommages au four.

3. N'utilisez pas un vaporisateur pour nettoyer l'intérieur du four.

Plateau tournant et pied du plateau

Enlevez tout d'abord le plateau tournant et le pied du plateau. Puis, lavez le plateau tournant et le pied du plateau au moyen d'eau savonneuse. Enfin, essuyez le plateau tournant et le pied du plateau avec un chiffon doux et mettez-les tous deux sur l'égouttoir à vaisselle avant de les remettre en place.

Porte

Pour enlever toutes les impuretés, nettoyez fréquemment la porte des deux côtes, le joint de la porte ainsi que la surface des joints à l'aide d'un chiffon humide. Il est déconseillé d'utiliser des produits de nettoyage abrasifs ou des grattoirs en métal pointus pour nettoyer la vitre de la porte du four afin de ne pas rayer sa surface ni affaiblir le verre.

⚠ Important ! Veillez à ne pas utiliser de décape four.

EN CAS D'ANOMALIE DE FONCTIONNEMENT

Symptôme	Vérifiez/conseil
Le four micro-ondes ne fonctionne pas correctement ?	<ul style="list-style-type: none"> • Que les fusibles de la boîte à fusibles n'ont pas disjoncté. • Qu'il n'y a pas de coupure de courant. • Si les fusibles continuent de disjoncter faites appel à un électricien qualifié.
Le mode micro-ondes ne fonctionne pas ?	<ul style="list-style-type: none"> • Que la porte est bien fermée. • Que les joints de la porte et leurs surfaces sont propres. • Que la touche START/+30 a été enfoncée.
Le plateau tournant ne fonctionne pas ?	<ul style="list-style-type: none"> • Que le support du plateau tournant est raccordé correctement à l'entraînement. • Que le plat de cuisson ne dépasse pas du plateau tournant. • Que les aliments ne dépassent pas du plateau tournant l'empêchant de tourner. • Qu'il n'y a rien dans la cavité située sous le plateau tournant.
Le four à micro-ondes ne se met pas à l'arrêt ?	<ul style="list-style-type: none"> • Isolez l'appareil de la boîte à fusibles. • Contactez votre revendeur ou un service après vente ELECTROLUX agréé.
L'éclairage intérieur ne fonctionne pas ?	<ul style="list-style-type: none"> • Contactez votre revendeur ou un service après vente ELECTROLUX agréé. L'ampoule de l'éclairage intérieur peut seulement être remplacée par votre revendeur ou un service après vente ELECTROLUX agréé.
Les aliments mettent plus longtemps à chauffer et à cuire qu'auparavant ?	<ul style="list-style-type: none"> • Réglez un temps de cuisson plus long (pour quantité double = temps presque double) ou • Si l'aliment est plus froid que d'habitude, tournez-le ou retournez-le de temps en temps ou • Réglez à une puissance de cuisson supérieure.

CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES

Tension d'alimentation	230 V, 50 Hz, monophasé
Fusible/disjoncteur de protection	Minimum 10 A
Consommation électrique :	Micro-ondes 1,2 kW
Puissance :	Micro-ondes 800 W (IEC 60705)
Fréquence des micro-ondes	2450 MHz * (Groupe 2/Classe B)
Dimensions extérieures :	EMS17005O 494 mm (L) x 371 mm (H) x 316 mm (P) EMS17006O 594 mm (L) x 371 mm (H) x 316 mm (P)
Dimensions intérieures	285 mm (L) x 202 mm (H) x 298 mm (P) **
Capacité	17 litres **
Plateau tournant	ø 272 mm, verre
Poids	env. 16 kg
Eclairage de four	25 W/240-250 V

* Ce produit répond aux exigences de la norme européenne EN55011. Conformément à cette norme, ce produit est un équipement de groupe 2, classe B. Groupe 2 signifie que cet équipement génère volontairement de l'énergie RF sous forme de rayonnement électromagnétique pour le traitement thermique d'aliments.

Classe B signifie que l'équipement est adapté à une utilisation domestique.
** La capacité intérieure est calculée en multipliant la largeur, la profondeur et la hauteur maximales. La contenance réelle pour les aliments est inférieure à celle-ci.



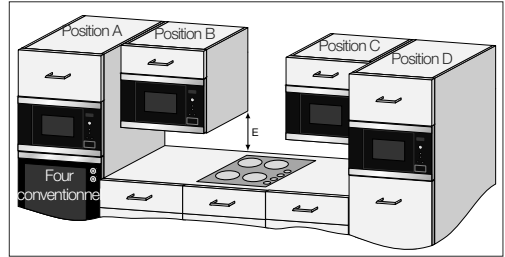
Ce four est conforme aux exigences des Directives 2004/108/EC, 2006/95/EC, 2009/125/EC et 2011/65/EU.

LES SPECIFICATIONS PEUVENT ETRE CHANGEES SANS PREAVIS LORS D'AMELIORATIONS APORTEES A L'APPAREIL

INSTALLATION

Si vous installez le four à micro-ondes en position A, B, C ou D :

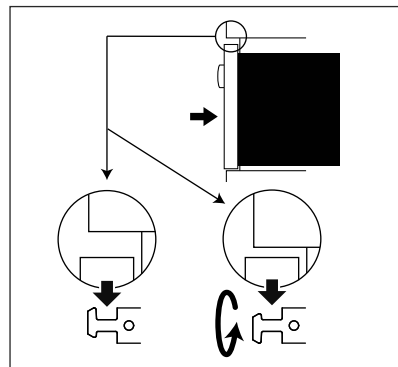
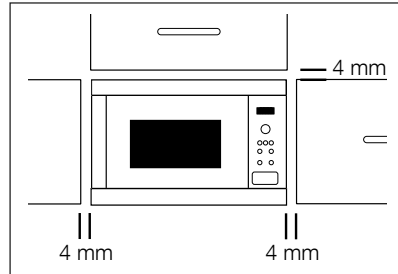
Position	Taille du logement		
	L	P	H
A	562 x 550 x 360		
B+C	462 x 300 x 350		
	462 x 300 x 360		
	562 x 300 x 350		
	562 x 300 x 360		
D	462 x 500 x 350		
	462 x 500 x 360		
	562 x 500 x 350		
	562 x 500 x 360		

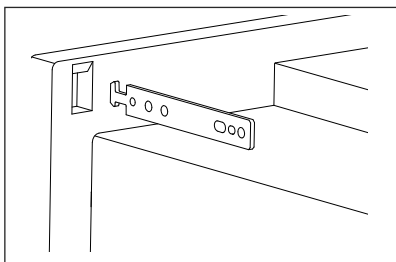
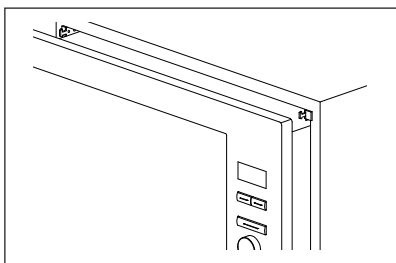


Mesures en mm

INSTALLATION DE L'APPAREIL

- Retirez tout l'emballage et contrôlez soigneusement pour détecter les traces de détérioration possibles.
- Ce four est conçu pour s'adapter de façon standard dans un élément de cuisine de 360 mm de haut. Pour l'installation dans un élément de 350 mm de haut: -
Dévissez et retirez les quatre pieds de la partie inférieure du four. Il y a 3 pieds longs et un pied court. Remplacez les 3 pieds longs par ceux qui sont fournis dans le paquet d'accessoires. Ne remplacez pas le pied court.
- Fixer les crochets de fixation au placard de cuisine en suivant la feuille d'instructions et le modèle fournis.
- Installer l'appareil dans le placard de cuisine lentement et sans forcer. L'appareil doit être soulevé pour être installé sur les crochets de fixation, puis il doit être abaissé pour être mis en place. En cas de problème pendant l'installation, ce crochet est réversible. La porte avant du four doit être à hauteur du devant de l'ouverture du placard.
- Confirmez que l'appareil est stable et qu'il ne penche pas. Confirmez qu'il y a bien un jeu de 4 mm entre la porte de l'élément de cuisine au-dessus et le haut du cadre de l'appareil (voir illustration).





SÉCURITÉ D'UTILISATION

Si vous installez le four à micro-ondes en position B ou C (voir illustration à la page 83) :

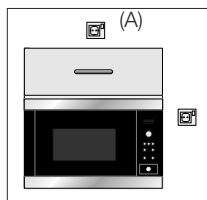
- L'élément de cuisine doit être au minimum à 500 mm (E) au-dessus du plan de travail et il ne doit pas être installé **directement** au-dessus d'une cuisinière ou plaque de cuisson.
- Cet appareil a été testé et homologué pour l'utilisation à proximité de cuisinières à gaz, électrique et à induction uniquement.
- Un espace suffisant doit être prévu entre la cuisinière et le four à micro-ondes pour éviter la surchauffe du four à micro-ondes, des éléments de cuisine et des accessoires environnants.
- Ne laissez pas la cuisinière allumée sans casserole pendant l'utilisation du four à micro-ondes.
- Procédez avec soin quand vous utilisez le four à micro-ondes avec la cuisinière allumée.

RACCORDEMENT ÉLECTRIQUE

- **La prise électrique doit être facile d'accès pour que l'appareil puisse être débranché rapidement en cas d'urgence. Sinon, il devrait être possible d'isoler le four électriquement au niveau du secteur en incorporant un sectionneur dans le câblage fixe conformément à la**

réglementation concernant le câblage.

- **La prise ne doit pas se trouver derrière le meuble.**
- La meilleure position est au-dessus du meuble, comme illustré au point (A).



- Branchez l'appareil à une prise de terre et de courant alternatif 230 V/50 Hz correctement installée. Cette prise doit contenir un fusible de 10 ampères.
- **Le cordon d'alimentation ne peut être remplacé que par un électricien.**
- Avant installation, nouez un morceau de ficelle autour du cordon d'alimentation pour faciliter le branchement au point (A).
- Si l'appareil est encastré dans un meuble haut, n'écrasez pas le cordon d'alimentation.
- N'immergez pas le cordon ni la prise dans de l'eau ou tout autre liquide.
- L'appareil ne doit pas être raccordé à l'aide d'un prolongateur, d'une prise multiple ou d'un raccordement multiple (risque d'incendie).
- Vérifiez que la prise de terre est conforme aux règlements en vigueur.

CONEXIÓN ELÉCTRICA



**AVERTISSEMENT !
CET APPAREIL DOIT ÊTRE RELIÉ
À LA TERRE**
Le fabricant décline toute
responsabilité si cette consigne
de sécurité n'est pas respectée.

Si la prise dont est doté votre appareil ne convient pas à votre prise murale, vous devez contacter votre revendeur ou service après vente ELECTROLUX agréé.

INFORMATIONS ENVIRONNEMENTALES

Elimination des matériaux d'emballages et des appareils usagés de façon écologique

MATÉRIAUX D'EMBALLAGE

Les fours à micro-ondes ELECTROLUX dépendent d'un emballage efficace pour leur protection pendant le transport. Seul l'emballage minimum nécessaire est utilisé. Les matériaux d'emballage (p. ex. film plastique ou polystyrène expansé) sont un danger pour les enfants.


Risque d'asphyxie. Gardez les matériaux d'emballage hors de la portée des enfants.

Tous les matériaux d'emballages utilisés respectent l'environnement et sont recyclables. Le carton est fabriqué en papier recyclé et les pièces en bois ne sont pas traitées. Les articles en plastiques sont repérés de la façon suivante : «PE» polyéthylène p. ex. film d'emballage «PS» polystyrène p. ex. emballage (sans CFC) «PP» polypropylène p. ex. sangles d'emballage La réutilisation des emballages économise les matières premières et réduit le volume des déchets. Apportez l'emballage à la déchetterie la plus proche. Renseignez-vous auprès de votre municipalité pour en savoir plus.

ELIMINATION DES APPAREILS USAGES

Les appareils usagés doivent être sécurisés avant leur mise au rebut en enlevant la prise, en coupant, et en jetant le câble d'alimentation électrique.

L'appareil doit ensuite être apporté à la déchetterie la plus proche.

Le symbole  sur le produit ou son emballage indique que ce produit ne peut être traité comme déchet ménager. Il doit être remis au point de collecte dédié à cet effet (collecte et recyclage du matériel électrique et électronique).

En procédant à la mise au rebut de l'appareil dans les règles de l'art, nous préservons l'environnement et notre sécurité, s'assurant ainsi que les déchets seront traités dans des conditions optimum.

Pour obtenir plus de détails sur le recyclage de ce produit, veuillez prendre contact avec les services de votre commune ou le magasin où vous avez effectué l'achat.

GARANTIE/SERVICE-CLIENTÈLE

Garantie: Conformément à la Législation en vigueur, votre Vendeur est tenu, lors de l'acte d'achat de votre appareil, de vous communiquer par écrit les conditions de garantie et sa mise en oeuvre appliquées sur celui-ci. Sous son entière initiative et responsabilité, votre Vendeur répondra à toutes vos questions concernant l'achat de votre appareil et les garanties qui y sont attachées. N'hésitez pas à le contacter.

Si vous devez nous contacter. Pour tenir nos engagements, nous écoutons les Consommateurs Info Conso Electrolux est le lien privilégié entre la marque et ses Consommateurs. Il assure en permanence une double mission : satisfaire au mieux vos exigences et tirer parti de cette proximité pour améliorer sans cesse les produits que nous vous proposons.

AVANT L'ACHAT. Toute une équipe répond avec clarté et précision à vos sollicitations concernant l'éventail de nos gammes de produits et vous apporte des infos pour vous aider dans votre choix en fonction de vos propres besoins.

APRÈS L'ACHAT. Exprimez-vous sur la perception que vous avez de nos produits et votre satisfaction à l'usage. Mais interrogez aussi nos spécialistes sur l'utilisation et l'entretien de vos appareils. C'est alors que notre mission prend tout son sens. Ecouter, comprendre, agir : trois temps essentiels pour tenir l'engagement de la marque dans le plus grand respect du Consommateur.

Info Conso Electrolux BP 50142 - 60307 SENLIS CEDEX

Tél. : 08 90 71 03 44 (0,15 € TTC/mn)*, Fax : 03 44 62 21 54, E-MAIL : info.conso@electrolux.fr

Pour toute autre question : Centre Contact Consommateurs, BP 20139 - 60307 SENLIS CEDEX

Tél. : 08 92 68 24 33 (0,34 € TTC/mn)*,

E-MAIL : ehp.consommateur@electrolux.fr

Electrolux Home Products France S.A.S. au capital de 67 500 000 € - 562 076 125 RCS COMPIEGNE Dans le souci d'une amélioration constante de nos produits, nous nous réservons le droit d'apporter à leurs caractéristiques toutes modifications liées à l'évolution technique (décret du 24.03.78).

* Permanence téléphonique du lundi au vendredi
Garantie Européenne: Cet appareil est garanti par Electrolux dans chacun des pays énumérés au dos de cette notice et pour la période spécifiée par la garantie ou, à défaut, par la législation en vigueur. Si vous déménagez d'un pays dans un autre pays repris dans la liste, la garantie déménagera avec vous dans les conditions suivantes:

- La garantie commence à la date à laquelle l'appareil a effectivement été acheté à l'origine telle qu'elle apparaîtra sur production d'un document d'achat valable délivré par le vendeur de l'appareil.
- La garantie est valable pour la même période et couvre le remplacement de pièces détachées et la main-d'oeuvre dans les mêmes conditions que celles prévues pour votre nouveau pays de résidence pour le type de modèle ou la gamme

d'appareils particuliers.

- La garantie de l'appareil est exclusivement reconnue à l'acheteur d'origine et ne peut être cédée à un autre utilisateur de l'appareil.
- L'appareil devra être installé et utilisé conformément aux instructions fournies par Electrolux, l'usage étant limité à des applications ménagères et à des fins non commerciales.
- L'appareil sera installé conformément à toutes les prescriptions et législations en vigueur dans votre nouveau pays de résidence.

Les dispositions de cette garantie européenne n'affecte en aucune manière les droits qui vous sont reconnus par la loi.

BELGIQUE - GARANTIE/SERVICE-CLIENTÈLE

DÉCLARATION DE CONDITIONS DE GARANTIE.

Nos appareils sont produits avec le plus grand soin. Malgré cela, un défaut peut toujours se présenter. Notre service clientèle se chargera de réparer ceci sur demande, pendant ou après la période de garantie. La durée de vie de l'appareil n'en sera pas pour autant amputée. La présente déclaration de conditions de garantie est basée sur la Directive de l'Union Européenne 99/44/CE et les dispositions du Code Civil. Les droits légaux dont le consommateur dispose au titre de cette législation ne peuvent être altérés par la présente déclaration de conditions de garantie.

Cette déclaration ne porte pas atteinte aux obligations de garantie du vendeur envers l'utilisateur final. L'appareil est garanti dans le cadre et dans le respect des conditions suivantes:

1. Compte tenu des dispositions stipulées aux paragraphes 2 à 15, nous remédierons sans frais à toute défectuosité qui se manifeste au cours de la période de 24 mois à compter de la date de livraison de l'appareil au premier consommateur final. Ces conditions de garantie ne sont pas d'application en cas d'utilisation à des fins professionnelles ou de façon équivalente.
2. La prestation sous garantie implique que l'appareil est remis dans l'état qu'il avait avant que la défectuosité ne survienne. Les composants défectueux sont remplacés ou

réparés. Les composants remplacés sans frais deviennent notre propriété.

3. Afin d'éviter des dommages plus sévères, la défectuosité doit immédiatement être portée à notre connaissance.
4. L'application de la garantie est soumise à la production par le consommateur des preuves d'achat avec la date d'achat et/ou la date de livraison.
5. La garantie n'interviendra pas si des dommages causés à des pièces délicates, telles que le verre (vitre-céramique), les matières synthétiques et le caoutchouc, résultent d'une mauvaise utilisation.
6. Il ne peut pas être fait appel à la garantie pour des anomalies bénignes qui n'affectent pas la valeur et la solidité générales de l'appareil.
7. L'obligation de garantie perd ses effets lorsque les défectuosités sont causées par:
 - une réaction chimique ou électrochimique provoquée par l'eau,
 - des conditions environnementales anormales en général,
 - des conditions de fonctionnement inadaptées,
 - un contact avec des produits agressifs.
8. La garantie ne s'applique pas pour les défectuosités, dues au transport, survenues en dehors de notre responsabilité. Celles causées par une installation ou un montage inadéquat, par un manque d'entretien, ou par le non-respect des indications de montage et d'utilisation, ne seront pas davantage couvertes par la garantie.

9. Ne sont pas couvertes par la garantie, les défauts qui proviennent de réparations ou d'interventions pratiquées par des personnes non qualifiées ou incompetentes, ou qui ont pour cause l'adjonction d'accessoires ou de pièces de rechange non d'origine.
10. Les appareils aisément transportables doivent être délivrés ou envoyés au service clientèle. Les interventions à domicile ne peuvent s'entrevoir que pour des appareils volumineux ou pour des appareils encastrables.
11. Si des appareils sont encastrés, sous-encastés, fixés ou suspendus de telle sorte que le retrait et la remise en place de ceux-ci dans leur niche d'encastrement prennent plus d'une demi-heure, les frais de prestation qui en découlent seront portés en compte. Les dommages connexes causés par ces opérations de retrait et de remise en place sont à charge de l'utilisateur.
12. Si au cours de la période de garantie, la réparation répétée d'une même défectuosité n'est pas concluante, ou si les frais de réparations sont jugés disproportionnés, le remplacement de l'appareil défectueux par un autre de même valeur peut être accompli en concertation avec le consommateur. Dans ce cas nous nous réservons le droit de réclamer une participation financière calculée au prorata de la période d'utilisation écoulée.
13. La réparation sous garantie n'entraîne pas de prolongation de la période normale de garantie, ni le départ d'un nouveau cycle de garantie.
14. Nous octroyons une garantie de douze mois sur les réparations, limitée à la même défectuosité.
15. Hormis les cas où une responsabilité est imposée légalement, cette déclaration de conditions de garantie exclut toute indemnisation de dommages extérieurs à l'appareil dont le consommateur voudrait faire prévaloir les droits. Dans le cas d'une responsabilité reconnue légalement, la compensation n'excèdera pas la valeur d'achat de l'appareil.

Ces conditions de garantie sont valables uniquement pour des appareils achetés et utilisés en Belgique. Pour les appareils exportés, l'utilisateur doit d'abord s'assurer qu'ils satisfont aux conditions techniques (p. ex. : la tension, la fréquence, les prescriptions d'installation, le type de gaz, etc.) pour le pays concerné, et qu'ils supportent les conditions climatiques et environnementales locales. Pour les appareils achetés à l'étranger, l'utilisateur doit d'abord s'assurer qu'ils répondent bien aux qualifications requises en Belgique. Des adaptations indispensables ou souhaitées ne sont pas couvertes par la garantie et ne sont pas possibles dans tous les cas.

Le service clientèle se tient à votre disposition, également après expiration de la période de garantie.

Adresse de notre service clientèle:

Belgique / België

Electrolux Home Products Belgium
ELECTROLUX SERVICE, Bergensesteenweg
719 1502 Lembeek

E-mail: consumer.services@electrolux.be

Téléphone	Téléfax
02/363.04.44	02/363.04.00
	02/363.04.60

Luxembourg / Luxemburg

Grand-Duché de Luxembourg
ELECTROLUX HOME PRODUCTS
Rue de Bitbourg, 7 L-1273 Luxembourg-Hamm

E-mail: consumer-service.luxembourg@electrolux.lu

Téléphone	Téléfax
00 352 42 431-1	00 352 42 431-360

INNHold

VIKTIGE SIKKERHETSINSTRUKSJONER	89
APPARATOVERSIKT	93
KONTROLLPANEL	94
FØR DEN BRUKES FØRSTE GANG	94
MIKROBØLGER BRUK	96
TABELLER PROGRAMMER	102
OPPSKRIFTER	106
VEDLIKEHOLD OG RENGJØRING	109
HVA DU GJØR HVIS	111
SPESIFIKASJONER	111
INSTALLERING	112
MILJØINFORMASJON	114
GARANTI/KUNDESERVICE	114

VI TENKER PÅ DEG

Takk for at du har kjøpt et produkt fra Electrolux. Du har valgt et produkt som bringer fler tiår med erfaring og innovasjon med seg. Genial og stilig, og den er designet med tanke på deg. Du kan være trygg på at du får gode resultater hver gang du bruker den.

Velkommen til Electrolux.

Gå inn på nettstedet vårt for å:



Få råd om bruk, finne brosjyrer, feilsøking, serviceinformasjon:
www.electrolux.com



Registrere produktet ditt for å få bedre service:
www.electrolux.com/productregistration



Kjøre tilbehør, forbruksvarer og originale reservedeler til produktet ditt:
www.electrolux.com/shop

KUNDESTØTTE OG SERVICE

Vi anbefaler at du bruker originale reservedeler. Når du kontakter serviceavdelingen, må du sørge for å ha følgende data for hånden. Informasjonen finner du på typeskiltet. Modell, PNC (produktnummer), serienummer.



Advarsel/Forsiktig - Sikkerhetsinformasjon



Generell informasjon og tips



Miljøinformasjon

Med forbehold om endringer.

VIKTIGE SIKKERHETSINSTRUKSJONER



VIKTIGE SIKKERHETSINSTRUKSJONER: LES NØYE OG OPPBEVAR FOR FREMTIDIG REFERANSE

For å unngå brannfare

Mikrobølgeovnen bør holdes under oppsyn mens den er i bruk. For høye effektnivåer eller for lange tilberedningstider kan føre til overoppheting av matvarer og resultere i brann. Strømuttaket må være lett tilgjengelig, slik at enheten lett kan kobles fra strømmettet i nødstilfeller.

Vekselstrømsuttaket må være på 230 V, 50 Hz, med minimum 10 A fordelingssikring, eller minimum 10 A fordelingskretsbytter. Det anbefales at man benytter en separat strømkrets for kun dette apparatet. Ovnens må ikke oppbevares eller brukes utendørs.

Hvis det begynner å ryke av maten som varmes, MÅ MAN IKKE ÅPNE DØREN.

Slå av ovnen, trekk ut kontakten og vent til maten ikke ryker lenger. Å åpne døren mens det ryker av maten, kan føre til brann.

Bruk kun beholdere og utstyr som er beregnet på bruk i mikrobølgeovn. Ikke la ovnen stå uten tilsyn ved bruk av engangsbeholdere i plast, papir eller andre brennbare matbeholdere.

Rengjør bølgelederdekselet, ovnsrommet, dreieplaten og dreieplatestativet etter bruk. Disse må være tørre og frie for fett. Fettavsetninger kan overoppvarmes og begynne å ryke eller ta fyr.

Ikke plasser antennelige materialer nær ovnen eller ventilasjonsåpninger. Ikke blokker ventilasjonsåpningene. Fjern alle metallforseglinger, metalltråder osv. fra mat og matemballasje. Gnistoverslag på metalliske overflater kan forårsake brann. Mikrobølgeovnen må ikke brukes til å varme opp olje for fritering. Temperaturen kan ikke kontrolleres og oljen kan ta fyr. Ved tilberedning av popkorn må man kun bruke popkornbeholdere beregnet på bruk i mikrobølgeovn. Man må ikke oppbevare mat eller andre gjenstander inne i ovnen. Kontroller innstillingene etter at du starter ovnen for å sikre at den fungerer som ønsket. Se tipsene og rådene i denne brukerhåndboken og i kokebokdelen.

For å unngå fare for skader

- ⚠ ADVARSEL! Ikke bruk ovnen om den er skadet eller har feilfunksjoner. Før bruk, sjekk følgende punkter:**
- a) Døren: Pass på at døren lukkes ordentlig og sjekk at den ikke er skjev eller vridd.
 - b) Hengslene og sikkerhetsdørsperran: Sjekk at de ikke er brukket eller løse.
 - c) Dørtetning og frontramme: Pass på at de ikke er skadet.
 - d) Inne i ovnsrommet eller på døren: Pass på at det ikke finnes bulker.
 - e) Strømledning og

stikkontakt: Pass på at de ikke er skadet. Du må aldri justere, reparere eller modifisere ovnen selv. Det er farlig for alle andre enn faglært personell å utføre eventuell service eller reparasjon som innebærer å fjerne dekslet som beskytter mot eksponering for mikrobølgeenergi.

Ikke bruk ovnen med døren åpen, eller endre dørens sikkerhetssperrer på noen måte. Ikke bruk ovnen hvis det finnes en gjenstand mellom dørforseglingene og lukkeflatene.

Ikke la det bygge seg opp fett eller smuss på dørtetningen eller tilstøtende deler. Følg instruksjonene for "Vedlikehold og rengjøring". Hvis man ikke holder ovnen ren kan dette føre til forringelse av overflaten, noe som videre kan redusere apparatets levetid. Det kan også føre til en farlig situasjon.

Personer med PACEMAKER bør sjekke med lege eller produsenten av pacemaker for forholdsregler vedrørende mikrobølgeovner.

For å unngå fare for elektrisk støt

Ikke under noen omstendigheter må du fjerne den ytre kassen. Ikke søl eller før inn gjenstander i dørlåpningene eller ventilasjonsåpningene. Ved slikt søl, slå av ovnen, trekk ut kontakten med en gang, og ring en autorisert ELECTROLUX servicerepresentant. Ikke senk strømledningen eller kontakten i vann eller andre væsker. Ikke la strømledningen ligge over varme eller skarpe overflater, så som varmluftsventilasjonsåpningen bakerst på toppen av ovnen.

Ikke prøv å skifte ut ovnslampen selv, eller la noen som ikke er autorisert av ELECTROLUX gjøre dette. Hvis ovnslampen slutter å lyse, ta kontakt med din forhandler eller en autorisert ELECTROLUX servicerepresentant.

Hvis strømledningen til denne ovnen skades, må den erstattes med en spesiell ledning. Dette må utføres av en autorisert ELECTROLUX servicerepresentant.

For å unngå fare for eksplosjon og plutselig koking

⚠ ADVARSEL! Væsker og andre matvarer må ikke varmes opp i forseglede beholdere, da de kan eksplodere.

Bruk aldri forseglede beholdere. Fjern forseglinger og lokk før bruk. Forseglede beholdere kan eksplodere pga. oppbygging av trykk selv etter at man har slått av ovnen. Utvis forsiktighet ved oppvarming av væsker i mikrobølgeovn. Bruk en beholder med vid åpning, slik at bobler kan slippe ut.

Oppvarming av væsker i mikrobølgeovn kan føre til forsinket eksplosjonsartet koking, derfor må man utvise forsiktighet ved håndtering av beholderen.

For å forhindre plutselig erupsjon av kokende væske og mulig skålding:

1. Rør i væsken før oppvarming/gjenoppvarming.
2. Det anbefales at man plasserer en glassstang eller liknende redskap i væsken under oppvarming.
3. La væsken stå i ovnen i minst 20 sekunder etter tilberedning for å unngå forsinket, eksplosjonsartet sprut fra kokekaret.

Kok ikke egg i skallene, og hele, hardkokte egg bør ikke varmes opp i mikrobølgeovn fordi de kan eksplodere selv etter at mikrobølgeovnstilberedning en er avsluttet. For å koke eller varme opp egg som ikke har blitt rørt eller blandet, stikk hull på plommer og hviter, hvis ikke kan eggene eksplodere. Ta av skallet og del opp hardkokte egg før de varmes i mikrobølgeovn.

Stikk hull på skall/skinn på matvarer som poteter, pølser og frukt før tilberedning i mikrobølgeovn, hvis ikke kan de eksplodere.

For å unngå fare for brannskader

Bruk grytelapper eller -hansker når du tar mat ut av ovnen, for å unngå brannså. Åpne alltid beholdere, popkornposer, stekeposer osv. vendt fra ansikt og hender for å unngå brannså fra damp.

For å unngå brannså bør du alltid teste matens temperatur og røre i den før den serveres. Vær spesielt oppmerksom på temperaturen i mat og drikke som gis til spedbarn, barn eller eldre.

Temperaturen til beholderen er ikke nødvendigvis den samme som temperaturen på maten eller drikken; sjekk alltid temperaturen på selve matvaren. Hold litt avstand fra ovnsdøren når du åpner den, for å unngå brannså fra damp og varme som kommer ut fra døråpningen. Del opp fylte bakerverer etter oppvarming for å slippe ut damp og unngå brannså. Hold barn borte fra døren for å forhindre dem i å brenne seg.

For å unngå at barn bruker mikrobølgeovnen feil
 ⚠ **ADVARSEL!** Apparatet og dets tilgjengelige deler blir varme under bruk. Pass på så du ikke berører varmeelementene. Barn under åtte år må ikke komme i nærheten med mindre de holdes under konstant oppsyn. Dette apparatet kan brukes av barn fra åtte år og oppover og personer med reduserte fysiske, sensoriske eller mentale evner eller mangel på erfaring og kunnskap dersom de har blitt holdt under oppsyn eller fått instruksjoner angående sikker bruk av apparatet og forstår de tilknyttede farene. Barn bør være under oppsyn for å sikre at de ikke leker med apparatet. Rengjøring og brukervedlikehold skal ikke utføres av barn, med mindre de er åtte år eller eldre og holdes under oppsyn.

Ikke len deg eller sving på ovnsdøren. Ikke lek med ovnen eller bruk den som et leketøy. Barn bør lære alle viktige sikkerhetsinstruksjoner: bruk av grytelapper, forsiktig fjerning av lokk over mat og å være spesielt forsiktig med emballasje (f. eks. selvoppvarmende materialer) som er utformet for å lage sprø mat, da disse kan være ekstra varme.

Andre advarsler

Ovnen må ikke modifiseres på noen måte. Denne ovnen er kun beregnet på mattilberedning i private hjem, og skal kun brukes for tilberedning av mat. Den er ikke egnet for profesjonell bruk eller bruk i laboratorier.

For å fremme problemfri bruk av ovnen og unngå skade

Ikke bruk ovnen når den er tom. Ved bruk av bruningsfat eller selvoppvarmende materialer, må du alltid plassere en varmemotstandig isolering, som en porselens tallerken, under for å unngå skade på dreieplaten og dreieplatestativet pga. termospennning. Oppvarmingstidene som er spesifisert i oppskrifter/instruksjoner må ikke overstiges. Ikke bruk metallredskaper som reflekterer mikrobølger og kan føre til elektrisk gnistoverslag. Ikke plasser hermetikkbokser i ovnen. Bruk kun dreieplaten og dreieplatestativet som er beregnet for denne ovnen. Ikke bruk ovnen uten dreieplaten.

For å unngå at dreieplaten knuses:

- a) La dreieplaten avkjøles før du rengjør den med vann.
- b) Ikke plasser varm mat eller varme redskaper på en kald dreieplate.
- c) Ikke plasser kald mat eller kalde redskaper på en varm dreieplate.

Ikke plasser noe på den ytre kassen under bruk.

Merknad!

Hvis du ikke er sikker på hvordan du kan koble til ovnen, kontakt en autorisert, kvalifisert elektriker. Verken produsent eller forhandler kan påta seg ansvar for skade på ovnen eller personskader som oppstår fordi man ikke har koblet ovnen til elektrisk strømkilde på korrekt måte. Vanndamp eller -dråper kan fra tid til annen dannes på ovnsveggene eller rundt dørtetningen og frontrammen. Dette er normalt, og er ikke tegn på mikrobølgelekkasje eller feilfunksjon.

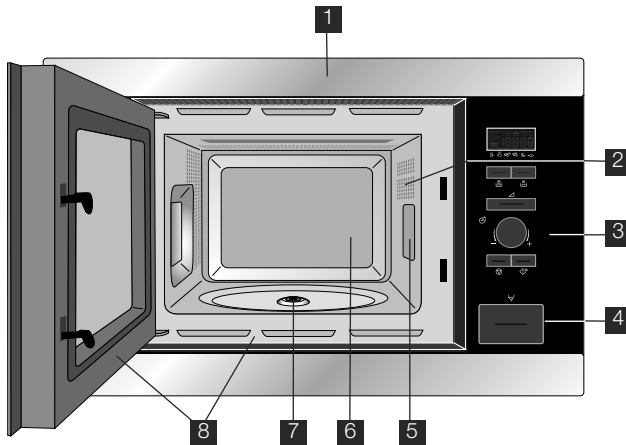
Mikrobølgeovnen er beregnet på oppvarming av mat og drikke. Tørking av mat eller klesplagg og oppvarming av varmeputer, tøfler, svamper, fuktige kluter o.l. kan medføre fare for personskade, antenning eller brann.

Dette apparatet er beregnet på bruk i privathusholdninger og tilsvarende bruksområder som: kjøkkenområder for ansatte i butikker, på kontorer og i andre arbeidsmiljøer; gårdshus; av gjester ved hoteller, moteller og liknende overnattingssteder; private overnattingssteder (f.eks. bed and breakfast).

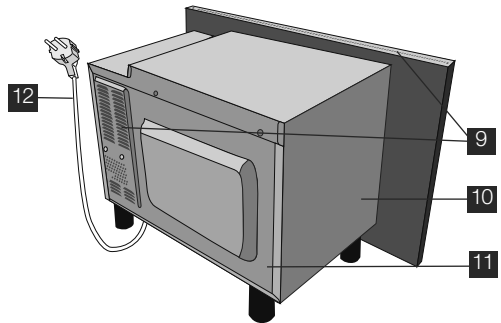
Apparatet er ikke beregnet for bruk over 2000 meter over havet.

APPARATOVERSIKT

MIKROBØLGEOVN OG TILBEHØR



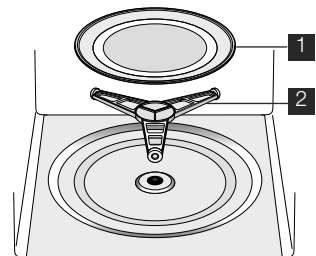
- 1** Frontkant
- 2** Ovnslampe
- 3** Kontrollpanel
- 4** Døråpner
- 5** Plate som beskytter bølgeleder
- 6** Ovnsrom
- 7** Pakning for dreietallerken
- 8** Dørpakning og lukkeflater



Sjekk at følgende tilbehør medfølger:

- 1** Dreieplate
- 2** Dreieplatestativ

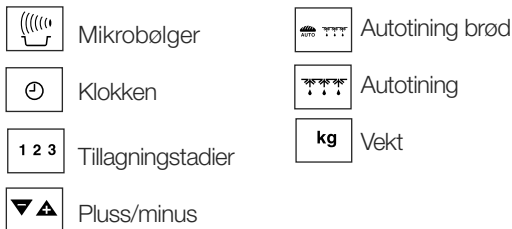
- Plasser dreieplatestativet i fordypningen i bunnen av ovnsrommet.
- Plasser så dreieplaten oppå dreieplatestativet.
- For å unngå skade på dreieplaten bør du sørge for at fat og beholdere løftes over kanten på dreieplaten når du tar dem ut av ovnen.



Når du bestiller tilbehør, gir du to referanser til forhandler eller autorisert ELECTROLUX serviceagent: produktnummer og modellnavn.

KONTROLLPANEL

1 DIGITALT DISPLAY indikatorer



2 AUTOTILBEREDNING indikatorer

3 AUTOTILBEREDNING knapp

4 AUTOTINING knapp

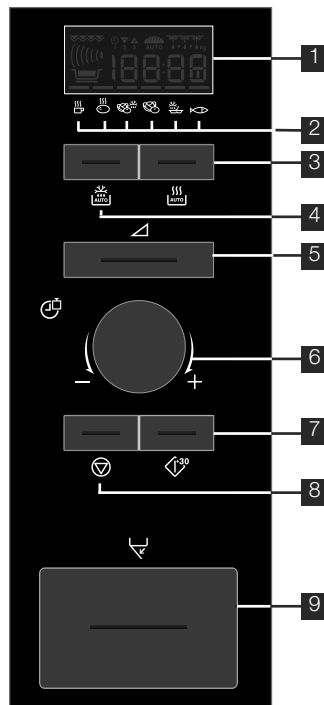
5 EFFEKTIVÅ knapp

6 TID/VEKT knappen

7 START/+30 knapp

8 STOPP knapp

9 DØRÅPNINGS knapp



FØR DEN BRUKES FØRSTE GANG



ECON. INNSTILLINGER

Ovnen er innstilt på energisparingsmodus – "Econ."

1. Sett ovnens støpsel i stikkontakten.
2. På displayet vises: "Econ".
3. Displayet vil telle ned fra 3:00 til null.
4. Når nedtellingen er fullført, vil ovnen gå over i "Econ."-modus og skjermen blir blank igjen.



- For å kansellere "Econ."-modus, still inn klokken.

5. Trykk på og hold inne START/+30-knappen i 5 sekunder. Ovnen avgir en pipelyd. Displayet viser: 
4. Roter TID/VEKT-knappen for å justere timeverdien.
5. Trykk på START/+30-knappen én gang, og roter deretter TID/VEKT-knappen for å justere minuttene.
6. Trykk på START/+30-knappen.
7. Kontroller displayet: 
8. Lukk døren.

STILLE KLOKKEN




Ovnen har 12- og 24-timersklokke.

Eksempel: Slik stiller du klokken til 11:30 (12-timersklokke).

1. Åpne døren.
2. På displayet vises: "Econ".

- Du kan rotere TID/VEKT-knappen med eller mot klokken.
- Klokken stilles ikke inn hvis du trykker på STOPP-knappen. På displayet vises: "Econ".

Eksempel: For å stille klokken til 23:30 (24 timers klokke).


1. Åpne døren.
2. På displayet vises: "Econ".
3. Trykk på og hold inne START/+30-knappen i 5 sekunder. Ovnens avgir en pipelyd. Displayet viser: 
4. Trykk på START/+30-knappen. Displayet viser: 
5. Roter TID/VEKT-knappen for å justere timeverdien.
6. Trykk på START/+30-knappen én gang, og roter deretter TID/VEKT-knappen for å justere minuttene.
7. Trykk på START/+30-knappen.
8. Kontroller displayet: 
9. Lukk døren.




- Du kan rotere TID/VEKT-knappen med eller mot klokken.
- Klokken stilles ikke inn hvis du trykker på STOPP-knappen. På displayet vises: "Econ".

JUSTERE TIDEN NÅR KLOKKEN ER STILT INN


Eksempel: For å stille klokken til 11:45.

1. Åpne døren.
2. Trykk på og hold inne START/+30-knappen i 5 sekunder. Ovnens avgir en pipelyd. Displayet viser: 

(Trykk på START/+30-knappen én gang til for å bytte til 24-timersklokke.)

3. Roter TID/VEKT-knappen for å justere timeverdien.
4. Trykk på START/+30-knappen én gang, og roter deretter TID/VEKT-knappen for å justere minuttene.
5. Trykk på START/+30-knappen.
6. Kontroller displayet: 

HVIS DU VIL AVBRYTE KLOKKEN OG SATT ECON MODE

1. Åpne døren.
2. Trykk på og hold inne START/+30-knappen i 5 sekunder. Ovnens avgir en pipelyd. Displayet viser: 

(Trykk på START/+30-knappen én gang til for å bytte til 24-timersklokke.)

3. Trykk på STOPP-knappen.
4. På displayet vises: "Econ".
5. Lukk døren.
6. Displayet vil telle ned fra 3:00 til null.
7. Når nedtellingen er fullført, vil ovnen gå over i "Econ."-modus og skjermen blir blank igjen.

BRUKE STOPP-KNAPPEN

Bruk STOPP-knappen for å:

1. Slette en feil under programmering.
2. Stanse ovnen midlertidig under tilberedning.
3. Annullere et program under tilberedning, trykk to ganger.



SIKKERHETSLÅS

Ovnen har en sikkerhetsfunksjon som forhindrer at ovnen kan startes utilsiktet av et barn. Når låsen er innstilt, vil ingen del av mikrobølgeovnen fungere før sikkerhetsfunksjonen har blitt kansellert.

Eksempel: Stille inn sikkerhetslåsen.

1. Trykk og hold inne STOPP-knappen i 5 sekunder.



Ovnen vil pipe og "LOC" vil vises: 



- For å kansellere sikkerhetslåsen, trykk på STOPP-knappen i fem sekunder, ovnen vil pipe to ganger og klokkeslett vil vises.
- Sikkerhetslåsen kan ikke stilles inn hvis klokken ikke er innstilt.

MIKROBØLGER BRUK

MIKROBØLGER TING RÅD

For å lage/tine mat i en mikrobølgeovn må mikrobølgeenergien kunne gå gjennom beholderen for å trenge inn i maten. Derfor er det viktig å velge passende kokekar.


Runde/ovale skåler er å foretrekke fremfor firkantede eller avlange, siden maten i hjørnene har en tendens til å bli varmet for mye.

Det er viktig å snu, flytte på eller røre i maten for å sikre jevn oppvarming.

Maten må stå litt etter oppvarming, slik at varmen fordeles jevnt i maten.

Kjennetegn	
Ingredienser	Matvarer med mye fett eller sukker (f.eks. fete sauser eller eplepai) trenger kortere oppvarming. Man bør være forsiktig da overoppheting kan forårsake brann.
Kompakthet	Hvor kompakt maten er vil påvirke oppvarmingstiden. Lette, porøse matvarer som kaker og brød varmes raskere opp enn tunge, kompakte matvarer som f.eks. en stek eller gryterett.
Mengde	Oppvarmingstiden økes med mengden mat som plasseres i ovnen. Det tar lenger tid å koke fire poteter enn to.
Størrelse	Små matvarer og små biter varmes raskere enn store, siden mikrobølgene kan trenge inn fra alle sider og mot midten. For jevn oppvarming bør alle bitene være like store.
Fasong	Matvarer med ujevn fasong, som for eksempel kyllingbryst eller lårstykker bruker lenger tid på de tykkeste partiene. Runde fasonger varmes jevnere enn firkantede fasonger.
Temperatur	Starttemperaturen på maten vil påvirke oppvarmingstiden. Avkjølte matvarer trenger lenger tid enn matvarer med romtemperatur. Skjær i mat med fyll, for eksempel berlinerboller, for å slippe ut varme eller damp.

Oppvarmingsteknikker

Anrette	Plasser de tykkeste bitene av maten mot kantene på skålen. f.eks. lårstykker av kylling.
Dekke til	Bruk plastfolie med luftehull for mikrobølgeovn eller et passende lokk.
Stikke hull	Matvarer med skall, skinn eller hinne må stikkes hull i flere steder før oppvarming, siden dampen som danner seg kan få maten til å eksplodere, f.eks. poteter, fisk, kylling, pølser.  Viktig! Egg bør ikke kokes i mikrobølgeovn, siden de kan eksplodere selv etter at oppvarmingen er ferdig, for eksempel posjerte egg, speilegg eller kokte egg.
Rør, vend og flytt på	For å få jevn oppvarming er det viktig å røre, vende og flytte på maten under oppvarmingen. Røring og flytting skal alltid skje fra kanten mot midten.
Hvile	Hviletid er nødvendig etter oppvarming, slik at varmen fordeles jevnt i maten.
Dekke	Noen områder på matvarer som tines kan bli varme. Varme områder f.eks. på lårstykker og kyllingvinger kan dekkes med foliebitar som reflekterer mikrobølgene.

MIKROBØLGESIKRE KOKEKAR

Kokekar	Mikrobølge- esikker	Kommentarer
Aluminiumsfolie/ foliebeholdere	✓ / ✗	Små stykker med aluminiumsfolie kan brukes til å beskytte matvarer mot overoppheting. Folien må plasseres minst 2 cm fra veggene på ovnen, siden overslag kan forekomme. Foliebeholdere anbefales ikke hvis ikke det er spesielt oppgitt fra produsenten. Følg veiledningen nøye.
Bruningspanner	✓	Følg alltid produsentens veiledning. Oppvarmingstidene som oppgis må ikke overstiges. Vær svært forsiktig, disse pannene blir svært varme.
Porselen og keramikk	✓ / ✗	Porselen, keramikk, glaserte leivarer og benporselen kan vanligvis brukes, bortsett fra de som har metalldekor.
Glasstøy, f.eks. Pyrex ®	✓	Man bør være forsiktig med bruk av glasstøy, siden det kan knuse eller sprekke dersom det varmes opp raskt.
Metall	✗	Man anbefaler ikke bruk av metallkokekar i kombinasjon med mikrobølgeenergi. Overslag kan oppstå, og det kan forårsake brann.
Plast/styrenplast, f.eks. hurtigmat- beholdere	✓	Man bør være forsiktig med bruk av disse, siden noen beholdere deformeres, smelter eller misfarges ved høye temperaturer.
Plastfolie	✓	Den bør ikke berøre maten, og må stikkes hull i for å slippe ut damp.
Fryse-/stekeposer	✓	De må stikkes hull i for å slippe ut damp. Pass på at posene er egnet for bruk i mikrobølgeovn. Bruk ikke plast- eller metallklips, disse kan smelte eller ta fyr på grunn av overslag.
Papir - tallerkener, kopper og tørkerull	✓	Brukes kun til forsiktig oppvarming eller for å absorbere fuktighet. Man bør være forsiktig, overoppheting kan forårsake brann.
Halm- og trebeholdere	✓	Pass alltid på når disse materialene brukes, overoppheting kan forårsake brann.
Resirkulert papir og avispapir	✗	Disse kan inneholde rester av metall, noe som kan forårsake overslag og brann.

MIKROBØLGER TILBEREDNING

Ovnen din kan programmeres for inntil 90 minutter. Økningsenhetene man kan bruke for matlaging varierer fra 15 sekunder til fem minutter. Det avhenger av den totale tilberedningstid, som vist i tabellen.

Tilberedningstid	Økningsenhet
0-5 minutter	15 sekunder
5-10 minutter	30 sekunder
10-30 minutter	1 minutt
30-90 minutter	5 minutter

MANUELL TINING

For manuell tining (uten bruk av autotiningfunksjonen), bruk 240 W. Etter at effektnivået er valgt vises symbolet for tining på skjermen.

MIKROBØLGEEFFEKTNIVÅER

Mikrobølgeovnen din har 6 nivåer.

Effektinnstilling	Forslag til bruk
800 W/HØY	Brukes til hurtig matlaging eller oppvarming, f.eks. supper, gryteretter, hermetiske matvarer, varme drikker, grønnsaker, fisk og lignende.
560 W	Brukes til lengre matlaging av tettere matvarer som stek, kjøttpudding, og ferdigmåltider, også for ømtålige retter som ostesaus og sukkerbrød. Ved denne lavere innstillingen vil ikke sausen koke over og mat vil tilberedes jevnt uten å overkoke på sidene.
400 W	For tette matvarer som krever lang tilberedningstid når det tilberedes på tradisjonell måte, f.eks. retter med storfe kjøtt, anbefales det å bruke denne innstillingen for å sikre at kjøttet blir mørt.
240 W/TINING	For å tine, velg denne effektinnstillingen for å sikre at retten tines jevnt. Denne innstillingen er også ideell for å tilberede ris, pasta, melboller og lage eggekrem.
80 W	For forsiktig tining, for eksempel kremkaker eller smørdeig.
0 W	For nedtellingsinnstilling.

W = WATT

Eksempel: Varme opp suppe i to minutter og 30 sekunder på 560 W mikrobølgeeffektnivå.

1. Trykk to ganger på EFFEKTNIVÅ knapp.



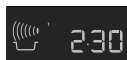
2. Angi ønsket tid ved å dreie på TID/VEKT knappen med eller mot klokken 2.30 displayet.



3. Tryk på START/+30 knappen.



4. Kontroller displayet:



- Tilberedningstiden på det digitale displayet stopper automatisk hvis døren åpnes under tilberedningsprosessen. Tilberedningstiden telles ned igjen når døren lukkes og man trykker på START/+30 knappen.
- Hvis du vil se effektnivået under tilberedningen, trykk på EFFEKTNIVÅ knappen.
- Du kan øke eller redusere tilberedningstiden under tilberedning ved å rotere TID/VEKT-knotten.
- Du kan endre effektnivået under tilberedning ved å trykke på EFFEKTNIVÅ knappen.
- For å kansellere et program under tilberedning, berør STOPP-knappen to ganger.

Viktig!

Hvis du ikke stiller inn effektnivå, stilles det automatisk til 800 W/HØY.

TIDSUR

Eksempel: For å stille inn sju minutters nedtelling.

1. Tryk på EFFEKTIVNIVÅ knapp 7.



2. Angi ønsket tid ved å dreie på TID/VEKT knappen med eller mot klokken 7.00 displayet.



3. Tryk på START/+30 knappen.



4. Kontroller displayet:



- For å stoppe nedtellingen, trykk på STOPP-knappen. For å fortsette nedtellingen, trykk på START/+30, for å avslutte, trykk på STOPP-knappen igjen.

LEGG TIL 30 SEKUNDER

START/+30 knappen gjør det mulig å bruke de følgende to funksjonene.

1. Direktestart

Du kan starte tilberedningen på 800 W/HØY mikrobølgeeffektnivå i 30 sekunder ved å trykke på START/+30 knappen.



2. Forleng tilberedningstiden


Du kan forleng tilberedningstiden under manuell tilberedning for flere sekvenser à 30 sekunder hvis du trykker på knappen mens ovnen er i gang.




- Du kan ikke bruke denne funksjonen ved AUTOTILBEREDNING eller AUTOTINING.

PLUSS OG MINUS

PLUSS-  og MINUS  -funksjonen gir deg muligheten til å øke eller redusere tilberedningstiden ved bruk av automatiske programmer.

Hvis du foretrekker faste kokte poteter bruk MINUS .

Hvis du foretrekker myke kokte poteter, bruk PLUSS .


Eksempel: For godt kokte poteter, 0,3 kg:

1. Velg ønsket meny ved å trykke 2 ganger på AUTOTILBEREDNING knappen.



2. Ved å dreie på TID/VEKT knappen 0.3 displayet.



3. Trykk på EFFEKTIVNIVÅ én gang for å velge PLUSS -justering.





4. Tryk på START/+30 knappen.



5. Kontroller displayet:



- For å kansellere PLUSS/MINUS, trykk på EFFEKTIVNIVÅ tre ganger.
- Hvis du velger PLUSS, vil skjermen vise .
- Hvis du velger MINUS, vil skjermen vise .

TILBEREDNING I FLERE TRINN

Det kan programmeres en sekvens på tre stadier (maks.) med kombinasjon av MIKROBØLGE.

Eksempel: For å tilberede:
5 minutter på 800 W effekt (trinn 1)
16 minutter på 240 W effekt (trinn 2)

Trinn 1

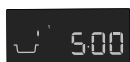
1. Velg ønsket meny ved å trykke 1 gang på EFFEKTNIVÅ knappen.



2. Angi ønsket tid ved å dreie på TID/VEKT knappen med eller mot klokken 5.00 displayet.



3. Kontroller displayet:



Trinn 2

1. Velg ønsket meny ved å trykke 4 ganger på EFFEKTNIVÅ knappen.



2. Angi ønsket tid ved å dreie på TID/VEKT knappen med eller mot klokken 16.00 displayet.



3. Tryk på START/+30 knappen.



4. Kontroller displayet:



Oven vil begynne tilberedningen for 5 minutter på 800 W, og deretter fortsette med 16 minutter på 240 W.

AUTOMATISK TILBEREDNING OG TING

Funksjonen Autotilberedning og autotining regner automatisk ut den korrekte tilberedningsmodus og tilberedningstid. Du kan velge mellom syv AUTOTILBEREDNING menyer og fem AUTOTINING menyer.

Autotilberedning

Mat	Symbol
Drikke	
Kokte poteter og bakte poteter	
Frosne Grønnsaker	
Friske Grønnsaker	
Frosne Ferdigmåltider	
Fiskefilet med saus	

Eksempel: For kokte poteter, 0,3 kg:

1. Velg ønsket meny ved å trykke 2 ganger på AUTOTILBEREDNING knappen.



2. Ved å dreie på TID/VEKT knappen 0.3 displayet.



3. Tryk på START/+30 knappen.



4. Kontroller displayet:



Når det kreves handling (f. eks. å snu maten), stopper ovnen, man hører en signallyd, resterende tilberedningstid og eventuell indikator vil blinke i displayet. For å fortsette tilberedningsprosessen, trykk på START/+30 knappen. Ved slutten av tilberedningstiden vil programmet stoppe automatisk. Et signal lyder, og tilberedningssymbolet vil blinke. Etter ett minutt og et påminnelsespip, vil klokkeslettet vises.

Autotining

Mat	Symbol
Kjøtt/fisk/fugl	
Brød	

Eksempel: For tining 0,2 kg brød.

1. Velg ønsket meny ved å trykke 2 ganger på AUTOTINING knappen.



2. Ved å dreie på TID/VEKT knappen 0.2 displayet.



3. Tryk på START/+30 knappen.















4. Kontroller displayet:











Når det kreves handling (f. eks. å snu maten), stopper ovnen, man hører en signallyd, resterende tilberedningstid og eventuell indikator vil blinke i displayet. For å fortsette tilberedningsprosessen, trykk på START/+30 knappen. Ved slutten av den automatiske tiningstiden vil programmet stoppe automatisk. Et signal lyder, og tilberedningssymbolet vil blinke. Etter ett minutt og et påminnelsespip, vil klokkeslettet vises.

TABELLER PROGRAMMER

TABELLER AUTOMATISK TILBEREDNING OG TINING

Autotilberedning nr.	Vekt (Painallus vastaa)/Utstyr	Knapp	Fremgangsmåte
Drikke (Kaffe/te) 	1-4 kopper 1 kopp = 200 ml	 x1	<ul style="list-style-type: none"> • Plasser koppen nær kanten av det roterende fatet.
Kokte poteter og bakte poteter 	0,1-0,8 kg (100 g) Bolle og lokk	 x2	<p>Kokte poteter: Skrell potetene og del dem opp i mindre biter.</p> <p>Bakepotet: Velg poteter på omtrent samme størrelse og vask dem.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Legg potetene som skal kokes eller bakes i en bolle. • Tilsett nødvendig mengde vann (pr. 100 g), ca. 2 ss og litt salt. • Dekk til med et lokk. • Når du hører et lydsignal, rør om og dekk til igjen. • La retten hvile i ca. 2 minutter etter at den er ferdig.
Frosne Grønnsaker 	0,1-0,6 kg (100 g) Bolle og lokk	 x3	<ul style="list-style-type: none"> • Tilsett en ss vann pr. 100 g, og salt etter ønske. (Det er ikke nødvendig å tilsette vann til sopp.) • Dekk til med et lokk. • Når du hører et lydsignal, rør om og dekk til igjen. • La retten hvile i ca. 2 minutter etter at den er ferdig. <p>i Hvis frosne grønnsaker er sammenfrosset, tilbered dem manuelt.</p>
Friske Grønnsaker 	0,1-0,6 kg (100 g) Bolle og lokk	 x4	<ul style="list-style-type: none"> • Del opp i små biter, f. eks. strimler, terninger eller skiver. • Tilsett en ss vann pr. 100 g, og salt etter ønske. (Det er ikke nødvendig å tilsette vann til sopp.) • Dekk til med et lokk. • Når du hører et lydsignal, rør om og dekk til igjen. • La retten hvile i ca. 2 minutter etter at den er ferdig.
Frosne Ferdigmåltider (som kan røres om i) 	0,3-1,0 kg (100 g) Bolle og lokk	 x5	<ul style="list-style-type: none"> • Flytt måltidet til en beholder som er egnet for bruk i mikrobølgeovn. • Tilsett noe væske om det anbefales av produsenten. • Dekk til med et lokk. • Tilbered uten tildekning om dette er produsentens instruksjoner. • Når man hører lydsignalet, rør og dekk til på nytt. • La retten hvile i ca. 2 minutter etter at den er ferdig.
Fiskefilet med saus 	0,4-1,2 kg* (100 g) Gratineringsform og mikrobølgefolie	 x6	<ul style="list-style-type: none"> • Se oppskrift for "fiskefilet med saus" på side 104. <p>* Samlet vekt for alle ingrediensene.</p>

i Avkjølt mat tilberedes fra 5 °C, frosen mat tilberedes fra -18 °C.

Autotining nr.	Vekt (Painallus vastaa)/Utstyr	Knapp	Fremgangsmåte
Kjøtt/fisk/fugl  (Hel fisk, fiskeskiver, fiskefilet, kyllinglår, kyllingbryst, kjøttdeig, biff, koteletter, burgere, pølser)	0,2-0,8 kg (100 g) Ildfast form	  x1	<ul style="list-style-type: none"> • Legg maten i en ildfast form, og sett denne på det roterende fatet i ovnen. • Vend maten når du hører lydsignalet, og pass på at alle stykkene ligger hver for seg. Beskytt tynnere deler og spesielt varme deler med aluminiumsfolie. • Når tineprogrammet er fullført, pakker du maten inn i aluminiumsfolie i 15-45 minutter til den er ferdigtint. • Kjøttdeig: Vend kjøttdeigen når du hører lydsignalet. Fjern også eventuell ferdigtint kjøttdeig. <p> Passer ikke for hel fugl.</p>
Brød   AUTO	0,1-1,0 kg (100 g) Ildfast form	  x2	<ul style="list-style-type: none"> • Legg brødskivene i en ildfast form, og sett denne på det roterende fatet i ovnen. Hvis det er snakk om mengder på over 1,0 kg, legges brødet direkte på det roterende fatet i ovnen. roterende fatet i ovnen. • Vend brødskivene når du hører lydsignalet, og pass på at alle stykkene ligger hver for seg. • Når tineprogrammet er fullført, pakker du brødet inn i aluminiumsfolie i 5-15 minutter til det er ferdigtint.

 Avkjølt mat tilberedes fra 5 °C, frossen mat tilberedes fra -18 °C.



- Legg kun inn matens vekt. Ikke inkluder beholderens vekt.
- For mat som veier mer eller mindre enn det som oppgis i tilberedningstabellene, bruk manuelle programmer.
- Sluttemperaturen varierer avhengig av starttemperaturen.
- Når det kreves handling (f. eks. å snu maten), stopper ovnen, man hører en signallyd, resterende tilberedningstid og eventuell indikator vil blinke i displayet. For å fortsette tilberedningsprosessen, trykk på START/+30 knappen.
- Etter modusene micro kan kjøleviften bli aktivert.



Autotining

- Biffer og koteletter bør fryses ned flatpakket.
- Kjøttdeig bør presses flat før den fryses ned.
- Etter å ha snudd maten, beskytt tinte deler med små biter aluminiumsfolie.
- Fjærfe bør brukes umiddelbart etter at det er tint.

OPPSKRIFTER FOR AUTOMATISK KOKING

Fiskefilet med pikant saus			
0,4 kg	0,8 kg	1,2 kg	
140 g	280 g	420 g	hermetiske tomater (uten saft)
40 g	80 g	120 g	majs
4 g	8 g	12 g	chillisauce
12 g	24 g	36 g	løg (finthakket)
1 ts	1-2 ts	2-3 ts	rødvinseddike
			sennep, timian og kajennepepper
200 g	400 g	600 g	fiskefilet
			salt

1. Bland ingrediensene til sausen.
2. Plasser fiskefileten i en gratinerings-form med de tynne endene mot sentrum, og dryss salt over.
3. Fordel sausen over fiskefileten.
4. Dekk til med mikrobølgefolie og tilbered på AUTOTILBEREDNING "Fiskefilet med saus".
5. Når maten er kokt, tas den ut av ovnen. La den få hvile i 2 minutter før servering.

Fiskefilet med karrysaus			
0,4 kg	0,8 kg	1,2 kg	
200 g	400 g	600 g	fiskefilet
			salt
40 g	80 g	120 g	banan (i skiver)
160 g	320 g	480 g	ferdiglaget karrysaus

1. Plasser fiskefileten i en rund gratineringsform med de tynne endene mot sentrum, og dryss salt over.
2. Fordel bananen og den ferdiglagde karrysaus over fiskefileten.
3. Dekk til med mikrobølgefolie og tilbered på AUTOTILBEREDNING, "Fiskefilet med saus".
4. Når maten er kokt, tas den ut av ovnen. La den få hvile i 2 minutter før servering.

REDUSERT EFFEKTNIVÅ

 **Viktig!**

Hvis du tilbereder mat lenger enn standardtid med bare 800 W, vil ovnen automatisk senke effektnivået for å unngå

overoppvarming. (Effektnivået for mikrobølgene vil bli redusert til 560 W.) Etter en pause på 90 sekunder, kan du stille tilbake til høyt effektnivå 800 W.

Tilberedningsmodus	Standardtid	Redusert effektnivå
Mikrobølge 800 W	20 minutter	Mikrobølge 560 W

TILBEREDNINGSTABELL

Forkortelser som brukes					
ss = spiseskje	kopp = en full kopp	g = gram	ml = milliliter	min = minutter	
ts = teskje	kg = kilogram	l = liter	cm = centimeter		

Varme opp mat og drikke

Mat/drikke	Mengde -g/ml-	Effektnivå Innstilling	Tid -Min-	Tips
Melk, 1 kopp	150	800 W	ca. 1	skal ikke dekket til
Vann, 1 kopp	150	800 W	1-2	skal ikke dekket til
6 kopper	900	800 W	10-12	skal ikke dekket til
1 bolle	1000	800 W	11-13	skal ikke dekket til
Tallerkenretter (Grønnsaker, kjøtt og tilbehør)	400	800 W	3-6	skvett litt vann over sausen og dekk til; rør etter halvgått program
Stuing/suppe	200	800 W	1-2	til, rør etter oppvarming
Grønnsaker	200	800 W	2-3	ha i litt vann, om nødvendig og dekk til; rør etter halvgått program
	500	800 W	4-5	
Kjøtt, 1 stykke*	200	800 W	3-4	dekk med et tynt lag saus, og dekk til
Fiskefilet*	200	800 W	2-3	dekk til
Kake, 1 stykke	150	400 W	½	legg i en ildfast form
Babymat, 1 glass	190	400 W	ca. 1	ha i en beholder beregnet på mikrobølgeovner, og rør godt etter oppvarming; sjekk at maten ikke er for varm
Smelte margarin eller smør*	50	800 W	½	dekk til
Smelte sjokolade	100	400 W	2-3	rør med jevne mellom rom

* Kjøleskapstemperatur

Tining

Mat	Mengde -g-	Effektnivå Innstilling	Tid -Min-	Tips	Hviletid -Min-
Gulasj	500	240 W	8-12	rør etter halvgått program	10-15
Kaker, pr. stykke	150	80 W	2-5	legg i en ildfast form	5
Frukt f. eks. jordbær, bringebær, plommer	250	240 W	4-5	fordel frukten jevnt, og vend den 5 etter halvgått program	

i Tidene som oppgis i denne tabellen er kun retningslinjer og kan variere avhengig av starttemperatur, sammensetning og vekt.

Tining og Tilberedning

Mat	Mengde -g-	Effektnivå Innstilling	Tid -Min-	Tips	Hviletid -Min-
Fiskefilet	300	800 W	10-12	dekk til	2
Tallerkenretter	400	800 W	9-11	dekk til, rør etter 6 minutter	2

Tilberede kjøtt og fisk

Mat	Mengde -g-	Effektnivå Innstilling	Tid -Min-	Tips	Hviletid -Min-
Stek (svin, kalv, lam)	1000	800 W	19-21*	krydre etter smak, plasser i en grunn terteform snu etter*	10
		400 W	11-14		
	1500	800 W	33-36*	10	
		400 W	13-17		
Oksestek (medium)	1000	800 W	9-11*	krydre etter smak, plasser i en grunn terteform snu etter*	10
		400 W	5-7		
Fiskefilet	200	800 W	3-4	krydre etter smak, legg i en lav, ildfast form, dekk til	3

OPPSKRIFTER

Alle oppskriftene i denne kokeboken er for 4 porsjoner – hvis ikke annet er oppgitt.

Tilpasse oppskrifter for mikrobølgeovn

Hvis du vil tilpasse din favorittoppskrift for mikrobølgeovn, bør du legge merke til følgende: Kort ned tilberedningstiden med en tredjedel til halvparten. Følg eksemplene til oppskriftene i denne kokeboken. Matvarer som har høyt væskeinnhold, slik som kjøtt, fisk, fjærkre, grønnsaker, frukt, stuinger og supper kan tilberedes i mikrobølgeovnen uten noen problemer. Overflaten på matvarer som

inneholder lite fuktighet, slik som fat med mat, bør fuktet før oppvarming eller tilberedning. Mengden væske som tilsettes rå matvarer som breseres, bør reduseres til ca. to tredjedeler av den mengden som oppgis i originaloppskriften. Tilsett mer væske under tilberedning om det er nødvendig. Mengden fett som skal tilsettes kan reduseres vesentlig. En liten mengde smør, margarin eller olje er nok til å sette smak på maten. Derfor er mikrobølgeovnen perfekt for å tilberede mat med lite fett som en del av en slankekur.

Champignonsuppe

Redskaper: Bolle med lokk (kapasitet på 2 l)

200 g	sopp, i skiver
50 g	løk, finhakket
300 ml	kjøttkraft
300 ml	fløte
25 g	mel
25 g	smør eller margarin
	salt og pepper
1	æg
150 ml	fløte

1. Ha grønnsakene og kjøttkraften i bollen, dekk til og tilbered.
8-9 min. 800 W
2. Bland alle ingrediensene i mikseren.
3. Bland mel og smør til en deig og bland inn i suppen. Krydre med salt og pepper, dekk til og tilbered. Rør etter tilberedning.
4-6 min. 800 W
4. Bland eggeplommen med fløten, rør inn i suppen litt etter litt. Varm opp en kort stund, men ikke la det koke!
1-2 min. 800 W
La maten få hvile i ca. 5 minutter før servering.

Ratatouille

Redskaper: Bolle med lokk (kapasitet på 2 l)

5 ss	olivenolje
1 fedd	hvitløk, presset
50 g	løk, oppskåret
250 g	aubergine i terninger
200 g	squash i terninger
200 g	paprika i store terninger
75 g	fennikel i store terninger
1	suppekvast
200 g	hermetiske artisjokkhjarter, delt i fire salt og pepper

1. Ha olivenoljen og hvitløken i bollen Tilsett de forberedte grønnsakene, bortsett fra artisjokkhjertene, og krydre med pepper. Tilsett suppekvasten, dekk til og start ovnen. Rør om en gang.
19-21 min. 800 W
Sett til artisjokkhjertene når det er fem minutter igjen og varm opp.
2. Smak til ratatouillen med salt og pepper. Fjern suppekvasten før servering. La ratatouillen hvile i ca. to minutter etter tilberedning.

Sjøtungefilet

Redskaper: Lav ildfast form og plastfolie beregnet på mikrobølgeovn (ca. 26 cm lang)

400 g	filet av sjøtunge
1	sitron
150 g	tomater
10 g	smør
1 ss	vegetabilsk olje
1 ss	persille, finhakket salt og pepper
4 ss	hvitvin
20 g	smør eller margarin

1. Vask fisken og tørk av den. Fjern evt. bein.
2. Skjær sitron og tomater i tynne skiver.
3. Smør formen med smør. Legg filetene i formen, og hell over vegetabilsk olje.
4. Dryss over persille, legg på tomat-skiver, og krydre. Legg sitronskivene på toppen, og hell hvitvin over dem.
5. Legg små smørkatter over sitronskivene, dekk til, og kok.
16-19 min. 800 W
La maten få hvile i ca. 2 minutter før servering.

Fylt skinke

Redskaper: Bolle med lokk (kapasitet på 2 l)
Oval gratengform (ca. 26 cm lang)

125 g	hakkede spinatblader
125 g	fromage frais med et fettinnhold på 20 %
40 g	revet emmentalost pepper og paprika
6 skiver	kokt skinke (300 g)
125 ml	vann
125 ml	fløte
20 g	mel
20 g	smør eller margarin
10 g	smør eller margarin for å smøre formen

1. Bland sammen spinat, ost og fromage frais, og krydre etter smak.
2. Legg en spiseskje med fyll på hver skinkeskive og rull sammen. Fest skinkerullen med en cocktailpinne e.l.
3. Lag hvit saus: Hell vann og fløte i en bolle, og varm opp.
3-4 min. 800 W
Smuldre smøret i melet, ha i væsken, og rør til du får en jevn saus. Dekk til, og kok til sausen tykner.
1 min. 800 W
Rør, og smak til med krydder.
4. Ha sausen i den smurte formen, legg skinkerullene på sausen, ha på lokk og tilbered.
3-4 min. 800 W
La maten få hvile i ca. 5 minutter før servering.

Kalvestuing fra Zürich

Redskaper: Form med lokk (kapasitet på 2 l)

600 g	kalvefilet
10 g	smør eller margarin
50 g	løk, finhakket
100 ml	hvitvin sukkerkulør til ca. ½ liter saus
300 ml	fløte
1 ss	hakket persille

Lasagne

Redskaper: Bolle med lokk (kapasitet på 2 l)
Grunn, firkantet gratineringsform med lokk (ca. 20 x 20 x 6 cm)

300 g	hermetiske tomater
50 g	opphakket skinke
50 g	løk, finhakket
1	fedd hvitløk, presset
250 g	kjøttdeig
2 ss	tomatpuré salt og pepper
150 ml	crème fraîche
100 ml	melk
50 g	revet parmesanost
1 ts	blandet opphakkede urter
1 ts	olivenolje
1 ts	vegetabilsk olje til å smøre formen
125 g	grønne lasagneplater
1 ss	revet parmesan

Fruktgele med vaniljesaus

Redskaper: Form med lokk (kapasitet på 2 l)
Bolle med lokk (kapasitet på 1 l)

150 g	rips, vasket og rensset
150 g	jordbær, vasket og uten hams
150 g	bringebær, vasket og uten
250 ml	hams
100 g	hvitvin
50 ml	sukker
8	sitronsaft
300 ml	gelatinplater
½	melk
30 g	vaniljestang
15 g	maismel

- Skjær kalvekjøttet i avlange biter.
 - Smør formen med smør. Ha kjøtt og løk i formen, dekk til, og kok. Rør én gang under koking.
7-10 min. 800 W
 - Ha i hvitvin, sukkerkulør og fløte, rør sammen, dekk til, og fortsett kokingen. Rør med jevne mellomrom.
4-5 min. 800 W
 - Rør i blandingen etter koking, og la den få hvile i ca. 5 minutter. Dryss over persille før servering.
- Hakk tomatene, og bland dem med skinke, løk, hvitløk, kjøttdeig og tomatpuré. Krydre, dekk til, og kok.
7-9 min. 800 W
 - Bland sammen crème fraîche, melk, parmesanost, urter, olje og krydder.
 - Smør formen og dekk bunnen med cirka en tredel av pastaen. Ha over halvparten av kjøttblandingen og litt saus. Gjenta og avslutt med resten pastaen. Hell resten av sausen over pastaen og dryss over parmesanost. Legg på lokk og tilbered.
15-17 min. 560 W
La maten få hvile i 5-10 minutter før servering.
- Legg til side noe frukt til pynt. Lag puré av resten av frukten sammen med hvitvin, ha i en form, dekk til og varm opp.
7-9 min. 800 W
 - Rør inn sukker og sitronsaft.
 - Legg gelatin i bløt i kaldt vann i ca. 10 minutter før du tar den ut og klemmer den tørr. Rør gelatinen inn i den varme pureen til den er oppløst. Plasser geleen i kjøleskapet og la stå til den stivner.
 - For å lage vaniljesausen, hell melken i den andre bollen. Del vaniljestangen på langs og skrap ut frøene inni stangen. Rør disse inn i melken sammen med sukker og maismel. Dekk til og tilbered, rør om under tilberedning og igjen etter tilberedningen.
3-4 min. 800 W
 - Vend geleen ut på et fat og dekorer med resten av frukten. Hell vaniljesausen over geleen.

VEDLIKEHOLD OG RENGJØRING

ADVARSEL! IKKE BRUK KOMMERSIELLE OVNRENSERE, DAMPRENGJØRING, SLIPENDE, GROVE VASKEMIDLER, MIDLER SOM INNEHOLDER KAUSTISK SODA ELLER SKUREPUTER PÅ NOEN DELER AV MIKROOVNEN. RENGJØR OVNEN MED JEVNE MELLOMROM OG FJERN EVENTUELLE MATRESTER. Hvis ovnen ikke holdes ren kan dette føre til at overflaten skades, noe som igjen kan redusere apparatets levetid og muligvis forårsake en farlig situasjon.

Utsiden

Du kan enkelt gjøre ren utsiden av ovnen med mild såpe og vann. Tørk av såpen med en fuktig klut, og tørk av utsiden med et mykt håndkle.

Ovnens kontrollpanel

Åpne døren før du gjør rent kontrollpanelet, slik at det deaktiveres. Vær forsiktig ved rengjøring av kontrollpanelet.

Bruk en klut som bare er lett fuktet med vann, tørk forsiktig av panelet inntil det er rent. Ikke bruk for mye vann. Ikke bruk noen form for kjemisk eller slipende rengjøringsmiddel.

Innsiden av ovnen

1. For rengjøring: Tørk bort sprut eller søl med en myk, fuktig klut eller svamp etter hver bruk, mens ovnen fortsatt er varm. Ved større søl: Bruk mild såpe og tørk over flere ganger med en fuktig klut inntil alle matrester er borte. Ikke fjern bølgelederdekselet.
2. Pass på at det ikke kommer inn såpe eller vann gjennom de små ventilåpningene i veggen, da dette kan føre til skade på ovnen.
3. Ikke bruk rengjøringsmidler i sprayform inne i ovnen.

Dreieplate og dreieplatestøtte

Ta dreieplaten og dennes støtte ut av ovnen. Vask dreieplaten og støtten i mildt såpevann. Tørk med en tørr klut. Både dreieplaten og støtten kan vaskes i oppvaskmaskin.

Dør

For å fjerne alle spor av smuss, rengjør både ut- og innsiden av døren, dørforsegling og lukkeflater regelmessig med en myk, fuktig klut. Ikke bruk sterke rengjøringsmidler med slipende effekt eller skarpe metallskrapere til å rengjøre glasset i ovnsdøren, da disse kan lage riper overflaten og føre til at glasset knuses.

 **Merk!** Man bør ikke bruke damprengjørere.

HVA DU GJØR HVIS

Hvis	Kontroll/råd
Mikrobølgeovnen ikke virker som den skal?	<ul style="list-style-type: none"> • Sjekk sikringene i sikringskapet. • Ikke strømmen har gått. • Hvis sikringene fortsetter å gå, kontakt en kvalifisert elektriker.
Mikrobølgemodus ikke virker som den skal?	<ul style="list-style-type: none"> • Døren er lukket godt igjen. • Dørtetningen og frontrammen er rene. • Det er trykket på START/+30-knappen.
Dreieplaten ikke dreier?	<ul style="list-style-type: none"> • Dreieplatestativet er korrekt koblet til drevet. • Formene ikke går utover kanten av dreieplaten. • Maten ikke går utover kanten av dreieplaten slik at den ikke kan rotere. • Det ikke er noe i fordypningen under dreieplaten.
Mikrobølgene ikke kan slå av?	<ul style="list-style-type: none"> • Koble ovnen fra sikringsboksen. • Kontakt en autorisert ELECTROLUX-serviceagent.
Lyset inne i ovnen ikke lyser som det skal?	<ul style="list-style-type: none"> • Ring en autorisert ELECTROLUX-serviceagent. Lyspæren inne i ovnen må kun skiftes av en autorisert ELECTROLUX-serviceagent.
Det tar lengre tid å varme opp og tilberede mat enn før?	<ul style="list-style-type: none"> • Still inn en lengre tilberedningstid (dobbel mengde mat = nesten dobbel tilberedningstid) eller, • Hvis maten er kaldere enn normalt, roter eller snu fra tid til annen eller, • Still inn et høyere effektnivå.

SPESIFIKASJONER

Nettspenning med vekselstrøm	230 V, 50 Hz, enfaset
Sikring/kretsbyter for fordelingsledning	Minimum 10 A
Nødvendig vekselstrømsspenning: Mikrobølge	1,2 kW
Utgangseffekt: Mikrobølge	800 W (IEC 60705)
Mikrobølgefrekvens	2450 MHz * (Gruppe 2/Klasse B)
Utvendige dimensjoner:	EMS17005O 494 mm (B) x 371 mm (H) x 316 mm (D) EMS17006O 594 mm (B) x 371 mm (H) x 316 mm (D)
Innvendige dimensjoner	285 mm (B) x 202 mm (H) x 298 mm (D) **
Ovnskapasitet	17 litres **
Dreieplate	ø 272 mm, glass
Vekt	ca. 16 kg
Ovnslampe	25 W/240-250 V

* Dette produktet oppfyller kravene i den europeiske standarden EN55011. I tråd med standarden er produktet klassifisert som utstyr i gruppe 2, klasse B. Gruppe 2 betyr at utstyret med overlegg genererer radiofrekvent energi i form av elektromagnetisk stråling for varmebehandling av mat.

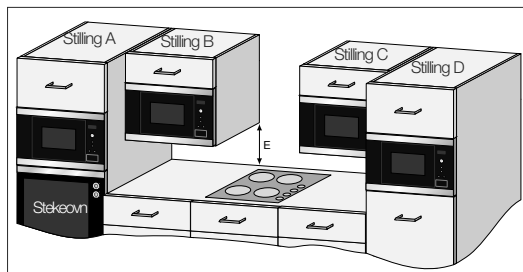
Klasse B betyr at utstyret er egnet for bruk i private husholdninger.
** Innvendig kapasitet er beregnet ved å måle maksimal bredde, dybde og høyde. Faktisk kapasitet for mat er mindre enn dette.



INSTALLERING

Eksempler på tillatt installasjon A, B, C eller D:

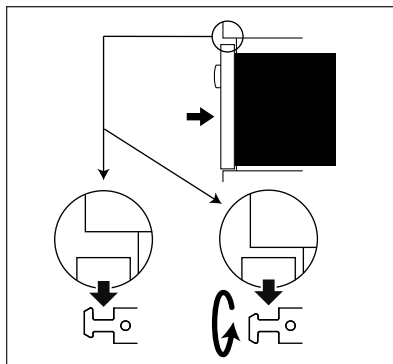
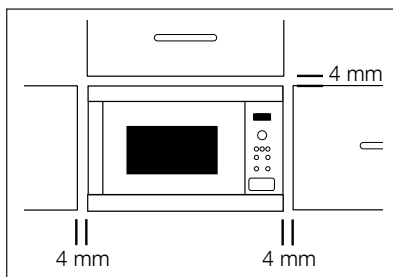
Stilling	Størrelse på åpningen		
	B	D	H
A	562 x 550 x 360		
B+C	462 x 300 x 350		
	462 x 300 x 360		
	562 x 300 x 350		
	562 x 300 x 360		
D	462 x 500 x 350		
	462 x 500 x 360		
	562 x 500 x 350		
	562 x 500 x 360		

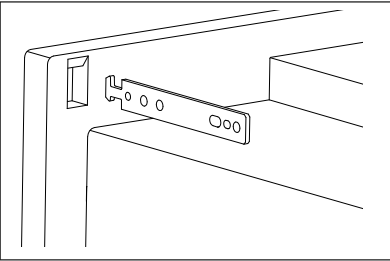
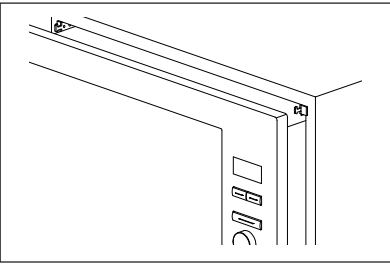


Mål i (mm)

INSTALLERE OVNE

1. Fjern all emballasje og kontroller om det er tegn på skade.
2. Denne ovnen er utformet for å passe inn i et 360 mm høyt skap som standard. Ved tilpasning i et 350 mm høyt skap Skru løs og fjern de fire føttene fra undersiden av ovnen. Det er tre høye føtter og en lav fot. Bytt de tre høye føttene ut med de som følger med i tilbehørspakken. Ikke bytt ut den lave foten.
3. Fest krokene til kjøkkenskapet ved å følge det vedlagte instruksjonsarket og malen.
4. Fest apparatet sakte inn i kjøkkenskapet, uten å bruke kraft. Apparatet må løftes opp på festekrokene og deretter senkes på plass. I tilfelle konflikt i løpet av installasjonen er denne kroken vendbar. Den fremre rammen på ovnen skal ligge tett i tett mot den fremre åpningen på skapet.
5. Sikre at enheten er stabil og ikke sitter skrått. Pass på at det er en åpning på 4 mm mellom skapdøren og toppen av rammen (se diagram.)





SIKKER BRUK AV OVNEN

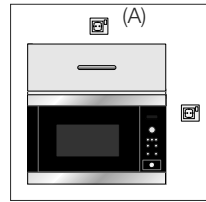
Hvis mikrobølge ovnen er tilpasset i stilling B eller C (se diagram på side 112):

- Skapet må være minst 500 mm (E) over benkeflaten og må ikke installeres direkte over komfyrplater.
- Denne ovnen er kun testet og godkjent for bruk i nærheten av gass-, elektriske og induksjonskomfyrplater for privathusholdninger.
- Man må sørge for nok rom mellom komfyrplater og mikrobølgeovn til å forhindre overoppheting av mikrobølgeovnen, skap og tilbehør.
- Ikke bruk komfyrplatene uten gryter på når mikrobølgeovnen er i bruk.
- Utvis forsiktighet ved bruk av mikrobølgeovnen mens komfyrplatene er på.

TILKOBLE OVNEN TIL STRØMFORSYNING

- Strømuttaket bør være lett tilgjengelig, slik at enheten lett kan kobles fra strømmettet i nødstilfelle. Hvis det ikke er tilfelle, skal det være mulig å bryte strømforsyningen til ovnen ved å montere en bryter på den faste ledningen i overensstemmelse med regelverk for elektriske tilkoblinger.

- Stikkkontakten bør ikke være plassert bak skapet.
- Den beste plasseringen er over skapet, se (A).



- Koble ovnen til enfaset vekselstrøm på 230 V/50 Hz via et korrekt installert og jordet uttak. Uttaket må være utstyrt med sikring på 10 A.
- Strømledningen kan bare skiftes ut av en autorisert elektriker.
- Før installering binder man en hyssing til strømledningen for å gjøre det lettere å koble til punkt (A) når ovnen er installert.
- Pass på at strømledningen IKKE kommer i klem når ovnen settes inn i skapet.
- Ikke senk strømledningen eller kontakten i vann eller andre væsker.

ELEKTRISKE TILKOBLINGER



ADVARSEL!
DENNE OVNEN MÅ JORDES
Produsenten fraskriver seg
erstatningsansvar dersom denne
forholdsregelen ikke følges.

Hvis støpselet som finnes på ovnens strømledning ikke passer til strømuttaket, kontakt din lokale, autoriserte ELECTROLUX-serviceagent.

MILJØINFORMASJON



Økologisk forsvarlig avhending av emballasje og gammelt utstyr

EMBALLASJE

ELECTROLUX mikrobølgeovner krever effektiv emballasje som beskyttelse under transport. Kun minimalt med emballasje er brukt. Emballeringsmaterialer (f. eks. folie eller polystyren) kan utgjøre en fare for barn.

Kvelningsfare. Hold emballeringsmaterialer utilgjengelig for barn.

Det er kun brukt miljøvennlig emballeringsmateriale som kan resirkuleres. Pappen er laget av resirkulert papir, og deler av tre er ubehandlet. Plastartikler er merket som følger:

«PE» polyetylen, f. eks. emballeringsfilm

«PS» polystyren, f. eks. emballering (uten klorflurkarboner – CFC)

«PP» polypropylen, f. eks. emballeringsremmer

Ved bruk og gjenbruk av emballasjen, sparer man råmaterialer og reduserer avfallsvolum.


Emballasjen bør tas med til nærmeste resirkuleringssenter.

Kontakt lokale myndigheter for mer informasjon.

AVHENDING AV GAMMELT UTSTYR

Gammelt utstyr bør gjøres sikkert før avhending ved å fjerne støpselet og kutte av og kaste ledningen.

Den bør deretter tas med til nærmeste resirkuleringssenter. Sjekk med lokale myndigheter eller din elektrohandler om det finnes fasiliteter for resirkulering av utstyret i ditt nærområde.

Symbolet  på produktet eller på emballasjen viser at dette produktet ikke må behandles som husholdningsavfall. Det skal derimot bringes til et mottak for resirkulering av elektrisk og elektronisk utstyr. Ved å sørge for korrekt avhending av apparatet, vil du bidra til å forebygge de negative konsekvenser for miljø og helse som gal håndtering kan medføre. For nærmere informasjon om resirkulering av dette produktet, vennligst kontakt kommunen, renovasjonsselskapet eller forretningen der du anskaffet det.

GARANTI/KUNDESERVICE

Service og reservedeler. Se først i kapittelet som omhandler funksjonsfeil og årsaker for å konstatere om det er en teknisk feil med produktet. Husk alltid å oppgi produktnummer, modellbetegnelse, serienummer og kjøpsdato ved bestilling av service eller reservedeler. Dette finner du på dataskiltet på undersiden av produktet. Ta vare på kvitteringen, den gjelder som dokumentasjon på kjøpsdato. Notér følgende nummer:

Modell betegnelse:.....

Serienummer:.....

Produktnummer:.....

Kjøpsdato:.....

Service. Ved behov for service på ditt produkt, bør du kontakte din lokale elektrohandler for å få opplysninger om vår lokale reparatør. Du kan også ringe 81530222, eller besøke vår internettadresse www.electrolux.no der du

finner frem til nærmeste reparatør.

Reservedeler. Kan bestilles på: Telefon: 22635850, Fax: 22725880, Internett post@e-serviceoslo.no

Leveringsbetingelser. Produkter solgt til forbruker i Norge, er underlagt Lov om forbrukerkjøp. Der det inntreffer feil eller mangler som omfattes av loven innen lovens frister, utbedres dette uten omkostninger for deg. Feil eller skader som oppstår, som er brukerbettinget eller ligger utenfor leverandørens kontroll, omfattes ikke av loven. En reparasjon vil da normalt belastes bruker. All service/reparasjon skal utføres av serviceverksteder godkjent av leverandør. Inngrep/reparasjoner skal kun utføres av fagperson og i henhold til gjeldende forskrifter. For ytterligere informasjon om leveringsbetingelser, be om forhandlers kjøpsinformasjon. Ved næringskjøp mellom to profesjonelle parter gjelder egne bestemmelser.

INDICE

MEDIDAS IMPORTANTES DE SEGURIDAD	116
DESCRIPCIÓN DEL PRODUCTO	120
PANEL DE MANDOS	121
ANTES DE USARLO POR PRIMERA VEZ	121
FUNCIONAMIENTO	123
TABLA DE PROGRAMAS	129
RECETAS	133
LIMPIEZA & MATENIMIENTO	137
¿QUÉ HACER SI	139
ESPECIFICACIONES	139
INSTALACIÓN	140
INFORMACIÓN MEDIOAMBIENTAL	142
CUSTOMER CARE AND SOPORTE	142

PENSAMOS EN USTED

Gracias por adquirir un aparato Electrolux. Ha escogido un producto que contiene décadas de experiencia e innovación profesionales. Ingenioso y elegante, se ha diseñado pensando en usted. Así pues, siempre que lo utilice, puede tener la seguridad de que conseguirá excelentes resultados.

Bienvenido a Electrolux.

Visite nuestro sitio web para:



Obtener consejos, folletos, soluciones a problemas e información de servicio:
www.electrolux.com



Registrar su producto para recibir un mejor servicio:
www.electrolux.com/productregistration



Adquirir accesorios, artículos de consumo y recambios originales para su aparato:
www.electrolux.com/shop

ATENCIÓN Y SERVICIO AL CLIENTE

Le recomendamos que utilice recambios originales.

Al contactar con el Servicio, cerciórese de tener la siguiente información a mano.

La información se puede encontrar en la placa de características. Modelo, PNC, Número de serie.



Advertencia - Precaución- Información sobre seguridad



Información general y consejos



Información medioambiental

Sujeto a cambios sin previo aviso.

MEDIDAS IMPORTANTES DE SEGURIDAD



INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD IMPORTANTES: LEALAS ATENTAMENTE Y CONSERVELAS PARA CONSULTAS FUTURAS

Para evitar incendios

Los hornos de microondas no deben dejarse funcionando sin que haya alguien controlando su cocción. Los niveles de potencia que sean demasiado altos o los tiempos de cocción demasiado largos pueden calentar excesivamente los alimentos y originar incendios. La toma de corriente eléctrica debe estar fácilmente accesible de forma que la unidad pueda desenchufarse sin dificultades en caso de emergencia. El suministro de C.A. debe ser de 230 V, 50 Hz, con un fusible en la línea de distribución de 10 A como mínimo, o un interruptor en el circuito de distribución de 10 A como mínimo. Se recomienda utilizar un solo circuito separado para alimentar a este aparato. No guarde ni use el horno en exteriores.

Si ve que sale humo de la comida que se está calentando en el horno, NO ABRA LA PUERTA. Apague y desenchufe el horno y espere hasta que deje de salir humo. Si abre la puerta mientras sale humo de la comida podría causar un incendio. Utilice sólo recipientes, envases y utensilios adecuados para cocinar con microondas. No deje el horno funcionando sin que haya alguien controlando su cocción cuando emplee envases desechables de plástico, papel u otros materiales combustibles para calentar o cocinar la comida. Limpie la tapa de la guía de ondas, la cavidad del horno, el plato giratorio y el soporte del

rodillo después de utilizarlos. Quíteles siempre la grasa dado que ésta podría sobrecalentarse la próxima vez que use el horno y empezar a echar humo o prenderse fuego.

No coloque materiales inflamables cerca del horno o de los orificios de ventilación. No bloquee la entrada de los orificios de ventilación. Quite todos los precintos metálicos, envolturas de alambre, etc. que tenga la comida dado que podrían formarse arcos o chispas eléctricas en las superficies metálicas y ocasionar incendios. No utilice el horno de microondas para freír con aceite o para calentar aceite con el que va a freír después. No se puede controlar la temperatura y podría prenderse fuego. Para hacer palomitas de maíz (popcorn) utilice sólo un horno de microondas especial para ello. No guarde comida ni ningún otro alimento dentro del horno. Compruebe las posiciones programadas después de poner el horno en funcionamiento para asegurarse de que su operación va a ser la correcta. Utilice este manual de instrucciones.

Para evitar estropear el horno



¡ADVERTENCIA! No haga funcionar el horno si está estropeado o funciona mal. Compruebe los puntos siguientes antes de utilizarlo:

- a) La puerta; asegúrese de que la puerta cierra bien y compruebe que no está ni deformada ni combada.
- b) Las bisagras y pestillos de seguridad de la puerta; compruebe que no están ni rotos ni flojos.
- c) Los sellos de la puerta y las superficies de sellado;

asegúrese de que no han sufrido daños y están en perfectas condiciones.

- d) Dentro del horno o en la puerta; asegúrese de que no hay abolladuras.**
- e) El cable y el enchufe de alimentación de la corriente; asegúrese de que no están estropeados.**

En ningún caso ajuste, repare ni modifique el horno personalmente. Hacerlo es peligroso para cualquier persona que carezca de los conocimientos necesarios para llevar a cabo tareas de servicio o reparación que requieran la extracción de una cubierta que impida la exposición a la energía de microondas.

No ponga el horno a funcionar con la puerta abierta ni altere de ninguna forma los pestillos (cierres) de la puerta de seguridad. No haga funcionar el horno si hay algún objeto atrapado entre los el marco de la puerta y las superficies de cierre.

No permita que se acumule grasa o suciedad en las juntas herméticas de la puerta ni en las superficies de alrededor. Siga las instrucciones de “Limpieza & mantenimiento”. Si el horno no se mantiene limpio podría deteriorarse su superficie, lo que podría perjudicar a la vida útil del aparato así como provocar una situación peligrosa.

Las personas que llevan un MARCAPASOS deben comprobar con su médico o el fabricante del marcapasos las precauciones que deben tomar con respecto a los hornos de microondas.

Para evitar sacudidas eléctricas

Bajo ningún concepto se deberá desmontar la caja exterior. No derrame nada ni introduzca ningún objeto en los orificios de los cierres de la puerta o en los orificios de ventilación. En caso de que cayera algo, apague el horno, desenchúfelo inmediatamente y llame al técnico de servicio ELECTROLUX autorizado. No sumerja en agua ni en ningún otro líquido el cable de alimentación ni el enchufe. No deje que el cable de alimentación cuelgue del borde de la mesa o de la superficie en la que esté situado el horno. No permita que el cable de corriente entre en contacto con superficies calientes o afiladas, como por ejemplo el aire caliente de la parte superior trasera del microondas.

No procure substituir la lámpara usted mismo del horno o permitir a cualquier persona que no sea autorizada por ELECTROLUX a hacerlo tan. Si la lámpara se estropea, consúltelo con su distribuidor o con un técnico de servicio ELECTROLUX autorizado.

Si se estropea el cable de alimentación de este aparato, deberá cambiarlo por un cable especial. El cambio debe efectuarlo un técnico de servicio ELECTROLUX autorizado.

Para evitar el riesgo de explosión y ebullición repentina



¡ADVERTENCIA! No caliente líquidos ni otros alimentos en recipientes cerrados ya que podrían explotar.

No use nunca recipientes o envases sellados. Quite los cierres y tapas antes de utilizarlos. Los recipientes sellados pueden explotar al acumularse la presión incluso después de haber apagado el horno. Tenga cuidado cuando caliente líquidos en el horno de microondas. Utilice un recipiente de boca ancha para que puedan escapar las burbujas.

El calentamiento de bebidas en el microondas puede dar

lugar a un retraso en la ebullición, por lo tanto el cuidado tiene que ser tomado al manejar el envase.

Para evitar la salida repentina de líquido hirviendo y las posibles quemaduras:

1. Agite el líquido antes de calentarlo/re calentarlo.
2. Es aconsejable introducir una varilla de vidrio o utensilio similar en el líquido mientras calienta.
3. Deje el líquido en reposo al final del tiempo de cocción por 20 segundos, para evitar que hierva y salpique después.

No cocine huevos con la cáscara ni caliente huevos cocidos duros enteros en hornos microondas ya que podrían explotar incluso después de haber terminado de calentarlos el microondas. Para cocinar o volver a calentar huevos que no estén mezclados o revueltos, pinche las yemas y las claras para que no exploten. Corte también los huevos duros con cáscara antes de calentarlos en el horno de microondas.

Agujeree la piel o cáscara de alimentos como las patatas, salchichas y fruta antes de cocinarlos porque si no podrían explotar.

Para evitar quemaduras

No toque o mueva nunca el grill inferior mientras está caliente. Utilice agarradores o manoplas especiales para horno al sacar la comida para evitar quemarse. Abra siempre los recipientes, paquetes de palomitas de maíz, bolsas para cocinar en horno, etc., lejos de la cara y manos para evitar quemarse con el vapor.

Para evitar quemaduras, compruebe siempre la temperatura de los alimentos y remuévalos antes de servirlos,

prestando especial atención a la temperatura de comidas y bebidas para bebés, niños o ancianos.

La temperatura del recipiente no es una buena indicación de la temperatura de la comida o bebida; compruebe siempre la temperatura de la comida. Conviene siempre apartarse de la puerta del horno al abrirlo para evitar quemarse al salir el vapor y el calor. Los alimentos rellenos cocidos al horno deben cortarse en rodajas después de calentarlos para que salga el vapor y evitar quemaduras.

Mantenga a los niños lejos de la puerta para evitar que sufran quemaduras.

Para evitar que los niños lo utilicen de forma inadecuada

⚠ ¡ADVERTENCIA! El aparato y sus piezas accesibles se calientan durante el uso. Es recomendable tener cuidado para evitar tocar los elementos calientes. Los niños menores de 8 años de edad deberán mantenerse alejados a no ser que estén bajo supervisión continua.

Este aparato puede ser usado por niños de 8 años o mayores y personas con las capacidades físicas, sensoriales o mentales reducidas, o falta de experiencia y conocimientos, si han recibido supervisión o instrucciones referentes al uso del aparato de forma segura y si comprenden los

riesgos que conlleva. Los niños no deben jugar con el aparato. La limpieza y el mantenimiento de usuario no deberían ser realizados por niños menores de 8 años y sin supervisión.

Es preciso controlar a los niños para cerciorarse de que no jueguen con el aparato. Los niños pueden utilizar los hornos de microondas sólo cuando estén bajo supervisión de las personas mayores. No apoyarse ni agarrarse de la puerta del horno. No juegue con el horno ni lo utilice como un juguete. A los niños se les debe enseñar todas las medidas de seguridad importantes tales como la utilización de guantes o manoplas para no quemarse, retirar con cuidado las envolturas de las comidas y tener un cuidado especial con los alimentos (por ej., los envueltos en materiales autocalentables) diseñados para tostar la comida porque puede que estén demasiado calientes.

Otras Notas

No intente nunca hacer ninguna modificación en el horno. Este horno es para preparar solamente comidas en el hogar y debe utilizarse sólo para cocinar alimentos. No es adecuado para utilizarlo con fines comerciales o de laboratorio.

Para prevenir averías en el horno y para no estropearlo, tenga en cuenta lo siguiente

No haga funcionar el horno cuando esté vacío. Si utiliza algún plato para dorar o materiales autocalentables, coloque siempre debajo un aislador termorresistente como, por ejemplo, un plato de porcelana para evitar que se estropee el plato giratorio y el soporte del rodillo debido al esfuerzo calorífico. No debe sobrepasar el tiempo de precalentamiento especificado en las instrucciones del plato. No utilice utensilios de metal que reflejan las microondas y pueden ocasionar arcos o chispas eléctricas. No ponga nunca latas en el horno. Utilice sólo el plato giratorio y el soporte del rodillo diseñados para este horno. No hacer funcionar el horno sin el plato giratorio.

Para evitar que se rompa el plato giratorio:

- a) Antes de limpiar el plato giratorio con agua, déjelo enfriar.
- b) No ponga comidas ni utensilios calientes sobre un plato giratorio frío.
- c) No ponga comidas ni utensilios fríos sobre un plato giratorio caliente.

No coloque nada en la partes exteriores del horno mientras está funcionando.



¡Notas!

Si no está seguro de cómo conectar el horno, sírvase consultar a un electricista homologado. Ni el fabricante ni el proveedor aceptan responsabilidad alguna por

cualquier avería del horno o heridas personales sufridas por dejar de observar el procedimiento correcto de conexión eléctrica. Puede que se forme vapor o gotas de agua algunas veces en las paredes del horno o cerca del perímetro de la puerta y de las superficies del marco. Esto es bastante normal y no indica que haya ninguna fuga de microondas ni ninguna avería.

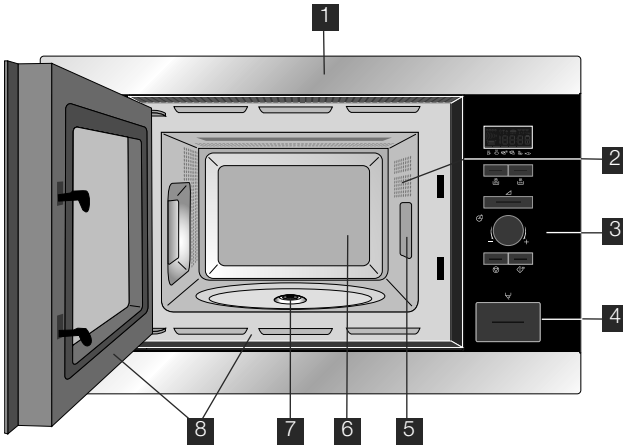
El horno microondas ha sido diseñado para calentar alimentos y bebidas. Secar alimentos o prendas de vestir y calentar almohadillas térmicas, zapatillas de baño, esponjas, trapos húmedos o artículos similares puede generar riesgo de lesiones, ignición o incendio.

Este dispositivo ha sido diseñado para ser utilizado en el hogar o ámbitos similares, tales como: áreas de cocina para el personal en tiendas, oficinas y otros entornos laborales; casas de campo; para clientes en hoteles, moteles y otros entornos residenciales; entornos de posadas y hostales.

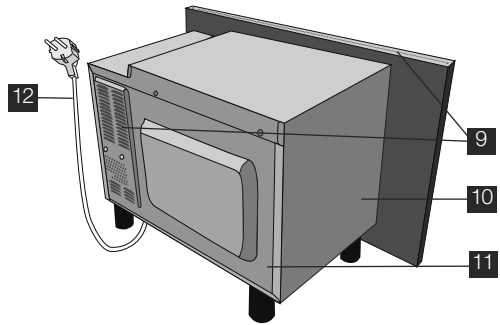
Este aparato no está diseñado para uso en altitudes superiores a 2.000 metros.

DESCRIPCIÓN DEL PRODUCTO

EL HORNO MICROONDAS Y SUS ACCESORIOS



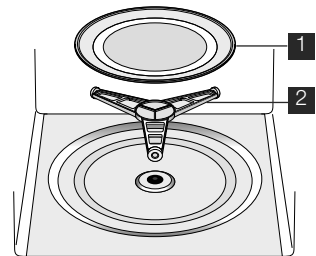
- 1 Marco frontal
- 2 Lámpara del horno
- 3 Panel de mandos
- 4 Tecla apertura de puerta
- 5 Tapa de la guía de ondas
- 6 Cavity del horno
- 7 Guarnición estanca
- 8 Cierre de la puerta y marco de cierre



Compruebe que están presentes los siguientes accesorios:

- 1 El plato giratorio
- 2 El soporte de rodillos

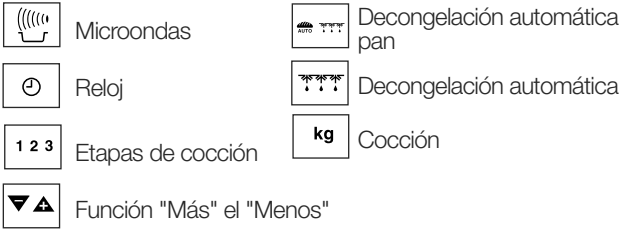
- Coloque el soporte de rodillos en la guarnición en el fondo del interior.
- Ponga seguidamente el plato giratorio en el soporte de rodillos.
- Para evitar daños al plato giratorio, al sacar del horno platos o recipientes conviene levantarlos apartándolos del borde del plato giratorio.



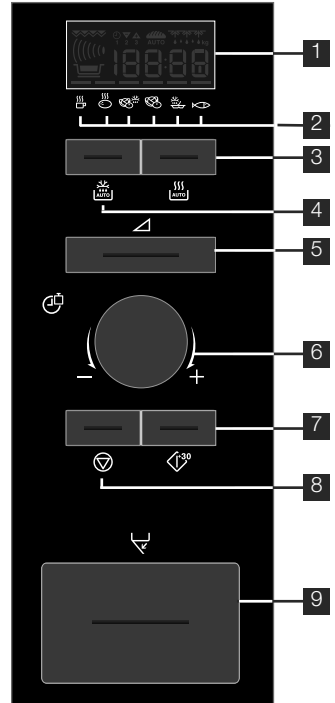
Cuando encargue accesorios al comercio o técnico de servicio ELECTROLUX autorizado, sírvase mencionar dos cosas, el nombre de la pieza y la denominación del modelo.

PANEL DE MANDOS

1 VISUALIZADOR DIGITAL indicadores



- 2 Indicadores COCCIÓN AUTOMÁTICA
- 3 Tecla COCCIÓN AUTOMÁTICA
- 4 Tecla DESCONGELACIÓN AUTOMÁTICA
- 5 Tecla de NIVEL DE POTENCIA
- 6 Botón TEMPORIZADOR/PESO
- 7 Tecla START/+30
- 8 Tecla STOP
- 9 Tecla APERTURA DE PUERTA



ANTES DE USARLO POR PRIMERA VEZ

MODO "ECON"

El horno está en modo "AHORRO DE ENERGÍA" ("Econ").

1. Enchufe el horno.
2. En la pantalla aparecerá: "Econ".
3. A continuación podrá verse en pantalla la cuenta atrás de 3:00 a cero.
4. Al llegar a cero, el horno pasará a modo "Econ" y la pantalla quedará en blanco.





- Para cancelar el modo "Econ", ponga el reloj en hora.

PUESTA EN HORA DEL RELOJ

El reloj del horno es de 12 e 24 horas.

Ejemplo: Para ajustar la hora del reloj a las 11:30 (en el reloj de 12 horas).




1. Abra la puerta.
2. En la pantalla aparecerá: "Econ".

3. Pulse y mantenga pulsada la tecla START/+30 durante 5 segundos. El horno emitirá una señal sonora. En la pantalla aparecerá: 
4. Gire el mando TEMPORIZADOR/PESO para configurar la hora.
5. Pulse una vez la tecla START/+30 y, a continuación, gire el mando TEMPORIZADOR/PESO para configurar los minutos.
6. Pulse el botón START/+30.
7. Compruebe la pantalla: 
8. Cierre la puerta.



- Puede girar el mando TEMPORIZADOR/PESO en sentido horario o antihorario.
- Si selecciona el botón STOP no se llevará a cabo el ajuste de la hora. En la pantalla aparecerá: "Econ".

Ejemplo: Poner el reloj a las 23:30 (24 horas).



1. Abra la puerta.
2. En la pantalla aparecerá: "Econ".
3. Pulse y mantenga pulsada la tecla START/+30 durante 5 segundos. El horno emitirá una señal sonora. En la pantalla aparecerá: 
4. Se pulsa la tecla de START/+30. En la pantalla aparecerá: 
5. Gire el mando TEMPORIZADOR/PESO para configurar la hora.
6. Pulse una vez la tecla START/+30 y, a continuación, gire el mando TEMPORIZADOR/PESO para configurar los minutos.
7. Pulse el botón START/+30.
8. Compruebe la pantalla: 
9. Cierre la puerta.



- Puede girar el mando TEMPORIZADOR/PESO en sentido horario o antihorario.
- Si selecciona el botón STOP no se llevará a cabo el ajuste de la hora. En la pantalla aparecerá: "Econ".

CONFIGURACIÓN DEL TIEMPO CON EL RELOJ PUESTO EN HORA

Ejemplo: Poner el reloj a las 11:45.

1. Abra la puerta.
2. Pulse y mantenga pulsada la tecla START/+30 durante 5 segundos. El horno emitirá una señal sonora. En la pantalla aparecerá: 
- (Si desea cambiar el reloj al de 24 h, pulse de nuevo el botón START/+30.)
3. Gire el mando TEMPORIZADOR/PESO para configurar la hora.
4. Pulse una vez la tecla START/+30 y, a continuación, gire el mando TEMPORIZADOR/PESO para configurar los minutos.
5. Pulse el botón START/+30.
6. Compruebe la pantalla: 

PARA CANCELAR EL RELOJ Y CONFIGURAR EL MODO ECON

1. Abra la puerta.
2. Pulse y mantenga pulsada la tecla START/+30 durante 5 segundos. El horno

emitirá una señal sonora. En la pantalla aparecerá: 

(Si desea cambiar el reloj al de 24 h, pulse de nuevo el botón START/+30.)

3. Pulse el botón STOP.
4. En la pantalla aparecerá: "Econ".
5. Cierre la puerta.
6. A continuación podrá verse en pantalla la cuenta atrás de 3:00 a cero.
7. Al llegar a cero, el horno pasará a modo "Econ" y la pantalla quedará en blanco.

UTILIZACIÓN DE LA TECLA DE STOP

Utilice la tecla de STOP para:

1. Borrar los errores que haya cometido durante la programación.
2. Parar el horno temporalmente durante la cocción.
3. Cancelar un programa durante la cocción, pulsándola dos veces.



BLOQUEO DE SEGURIDAD INFANTIL

El horno cuenta con un sistema de seguridad para evitar que los niños puedan encenderlo accidentalmente. Una vez activado el sistema de bloqueo, no podrá encenderse ninguna parte del microondas hasta que se haya desactivado el bloqueo.

Ejemplo: Para activar el bloqueo de seguridad infantil.

1. Pulse y mantenga pulsada la tecla STOP durante 5 segundos.



El horno emitirá una señal acústica y "LOC" aparecerá en pantalla: 



- Para cancelar el bloqueo de seguridad infantil, pulse y mantenga pulsada la tecla STOP durante 5 segundos. El horno emitirá dos señales acústica y podrá verse en pantalla la hora del día.
- El sistema de seguridad infantil no puede activarse si el reloj no está en hora.

FUNCIONAMIENTO

COCCIÓN TECNICAS MICROONDAS


Para cocinar o descongelar alimentos en un horno microondas, la energía microondas debe ser capaz de atravesar el recipiente para penetrar en los alimentos. Por lo tanto es importante elegir recipientes adecuados. Los platos redondos u ovalados son mejores que los cuadrados o alargados, ya que los alimentos situados en las esquinas suelen

quedar demasiado hechos. Es importante dar la vuelta, volver a colocar o remover los alimentos para asegurar que se calientan uniformemente. Es necesario dejar reposar los alimentos después de la cocción para que el calor se distribuya en ellos por igual.

Características de los alimentos

Composición	Los alimentos con mayor contenido en grasa o azúcar (p. ej.: pudding de Navidad o pastel de frutas) necesitan menos tiempo para calentarse. Debería tenerse cuidado, ya que el sobrecalentamiento puede causar un incendio.
Densidad	La densidad de los alimentos afectará al tiempo de cocción necesario. Los alimentos ligeros y porosos, como los bizcochos o el pan, se cocinan más rápidamente que los alimentos más pesados y densos, como los asados y los guisos.
Cantidad	El tiempo de cocción debe aumentarse cuanto mayor sea la cantidad de alimentos colocados en el horno. P. ej.: cuatro patatas tardarán más en cocinarse que dos.
Tamaño	Los alimentos y trozos pequeños se cocinan más rápidamente que los más grandes, ya que las microondas pueden entrar hasta el centro desde todos los lados. Para una cocción uniforme, haga trozos del mismo tamaño.
Forma	Los alimentos con formas irregulares, como las pechugas o los muslos de pollo, tardan más en cocinarse en las partes más gruesas. Las formas redondeadas se cocinan más uniformemente que las formas cuadradas cuando se cocinan con microondas.
Temperatura	La temperatura inicial de los alimentos afecta al tiempo de cocción necesario. Los alimentos refrigerados tardarán más en cocinarse que los alimentos a temperatura ambiente. Haga un corte a los alimentos con relleno, por ejemplo bollos rellenos de mermelada, para liberar el calor o el vapor.

Técnicas de cocción

Colocar	Ponga las partes más gruesas de los alimentos hacia el exterior del plato. P. ej.: muslos de pollo.
Tapar	Utilice film transparente para microondas dejando una abertura o bien una tapa adecuada.
Perforar	Los alimentos con cáscara, piel o membrana deben perforarse en varios sitios antes de cocinarlos o calentarlos, ya que se acumulará el vapor y puede hacer que exploten los alimentos. P. ej.: patatas, pescado, pollo, salchichas.  ¡Importante! Los huevos no deberían calentarse con energía microondas, ya que pueden explotar, incluso después de haber terminado su cocción. P. ej.: escalfados, fritos, cocidos.
Remover, dar la vuelta y volver colocar	Para conseguir una cocción uniforme, es imprescindible remover, dar la vuelta y volver a colocar los alimentos durante la cocción. Remueva y vuelva a colocar los alimentos siempre desde fuera hacia dentro.
Reposar	Es necesario dejar reposar los alimentos después de la cocción para que el calor pueda distribuirse por ellos por igual.
Proteger	Algunas zonas de los alimentos que se estén descongelando pueden calentarse. Las zonas calientes pueden protegerse con pequeños trozos de papel de aluminio, que reflejan las microondas. P. ej.: muslos y alitas de un pollo.

UTENSILIOS DE COCINA APTOS PARA MICROONDAS

Recipientes	Adecuados para microondas	Comentarios
Papel de aluminio y recipientes de papel de aluminio	✓ / ✗	Pueden utilizarse trozos pequeños de papel de aluminio para proteger los alimentos y evitar que se sobrecalienten. Mantenga el papel de aluminio a al menos 2 cm de las paredes del horno, ya que pueden formarse arcos eléctricos. No se recomiendan los recipientes de papel de aluminio a menos que lo especifique el fabricante, siga las instrucciones atentamente.
Fuentes refractarias	✓	Siga siempre las instrucciones del fabricante. No supere los tiempos de calentamiento facilitados. Tenga mucho cuidado, ya que estas fuentes se calientan mucho.
Loza y cerámica	✓ / ✗	La porcelana, la cerámica, la cerámica vitrificada y la porcelana, suelen ser adecuados excepto cuando tienen adornos metálicos.
Cristalería (p. ej. Pyrex®)	✓	Debería tenerse cuidado al utilizar cristalería delicada, ya que puede romperse o rajarse si se calienta repentinamente.
Metal	✗	No se recomienda utilizar recipientes metálicos con energía microondas, ya que formará arcos eléctricos que pueden causar un incendio.
Plásticos y poliestireno (p. ej.: recipientes de comida rápida)	✓	Debe tenerse cuidado, ya que algunos recipientes se deforman, funden o decoloran a temperaturas altas.
Film transparente	✓	No debería estar en contacto con los alimentos y debe perforarse para dejar escapar el vapor.
Bolsas para congelar y asar	✓	Deben perforarse para dejar escapar el vapor. Asegúrese de que las bolsas son adecuadas para su uso en microondas. No utilice cierres de plástico o metal, ya que pueden fundirse o prenderse debido a la formación de arcos eléctricos del metal.
Papel: platos, vasos y papel de cocina	✓	Utilícelos sólo para calentar o para absorber la humedad. Debe tenerse cuidado, ya que el sobrecalentamiento puede causar un incendio.
Recipientes de paja y madera	✓	Esté siempre atento al horno cuando utilice estos materiales, ya que el sobrecalentamiento puede causar un incendio.
Papel reciclado y de periódico	✗	Puede contener extractos de metal que formarán arcos eléctricos y pueden causar un incendio.

COCCIÓN MICROONDAS

Con las operaciones manuales podrá programar el horno para un máximo de 90 minutos. La unidad de ingreso de tiempo de cocción puede variar entre 15 segundos y cinco minutos. Depende del tiempo total de cocción, tal como se enseña en la tabla.

Tiempo de cocción	Unidad
0-5 minutos	15 segundos
5-10 minutos	30 segundos
10-30 minutos	1 minuto
30-90 minutos	5 minutos

DESCONGELACIÓN MANUAL

Utilice 240 W para la descongelación manual (sin accionar la función de Descongelación automática). Aparecerá el símbolo de descongelación en pantalla al seleccionar el nivel de potencia.

NIVEL DE POTENCIA DEL MICROONDAS

Hay 6 niveles diferentes de potencia de microondas preajustables para su horno.

Nivel de potencia	Uso aconsejado
800 W/ALTA	Utilizado para cocción rápida o para recalentar, p.ej. sopas, guisos, alimentos enlatados, bebidas calientes, verduras, pescado, etc.
560 W	Utilizado para la cocción más prolongada de alimentos densos, como carne asada, pasteles de carne y comidas al plato y también para platos sensibles como salsa de queso y pasteles de bizcocho. En este punto de ajuste, más reducido, la salsa no hervirá y los alimentos se cocerán uniformemente sin quemarse en los bordes.
400 W	Para alimentos densos que requieren un tiempo de cocción largo en la cocina convencional, por ejemplo platos de buey. Se recomienda utilizar este ajuste de la potencia para asegurar que la carne quede tierna.
240 W/DESCONG-ELACIÓN	Seleccione este ajuste para descongelar asegurando que el plato se descongela uniformemente. Este ajuste es también ideal para cocer a fuego lento arroz, pasta, etc.y para cocer flanes de huevo.
80 W	Para descongelación cuidadosa, por ejemplo de dulces o pasteles de crema.
0 W	Para el avisador de reposo/cocina.

W = WATT

Ejemplo: Desea calentar sopa durante 2 minutos y 30 segundos empleando una potencia de microondas de 560 W.

1. Pulse la NIVEL DE POTENCIA dos veces.



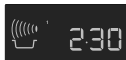
2. Se pone el tiempo deseado sentido horario o antihorario el botón de TEMPORIZADOR/PESO hasta 2.30 visualizador.



3. Se pulsa la tecla de START/+30.



4. Comprobar el visualizador:



- Cuando se abre la puerta durante el proceso de cocción se para automáticamente el tiempo contado en el visualizador digital. El tiempo de cocción empieza a contarse de nuevo cuando se cierra la puerta y se pulsa la tecla de START/+30.
- Si se desea saber el nivel de potencia que se está usando durante la cocción se pulsa la tecla de NIVEL DE POTENCIA del microondas.
- El tiempo de cocción puede aumentarse o disminuirse girando el mando de TEMPORIZADOR/PESO.
- El nivel de potencia puede cambiarse durante la cocción pulsando la tecla NIVEL DE POTENCIA.
- Para cancelar un programa durante la cocción, pulse dos veces la tecla STOP.

¡Importante!

Si no pone ningún nivel, se seleccionará automáticamente el nivel del 800 W/ALTA.

AVISADOR DE COCINA

Ejemplo: Para programar el avisador de cocina a 7 minutos.

1. Se pulsa la tecla de NIVEL DE POTENCIA 7 veces.



2. Se pone el tiempo deseado sentido horario o antihorario el botón de TEMPORIZADOR/PESO hasta 7.00 visualizador.



3. Se pulsa la tecla de START/+30.



4. Comprobar el visualizador:



- Para detener el avisador, pulse la tecla STOP. Pulse la tecla START/+30 para reanudar la cuenta atrás y, para salir, pulse de nuevo STOP.

AGREGAR 30 SEGUNDOS

La tecla de START/+30 permite utilizar las dos funciones siguientes.

1. Inicio directo de cocción

Puede empezar la cocción directamente al nivel de potencia de microondas de 800 W/ ALTA durante 30 segundos pulsando la tecla START/+30.





2. Prolongación del tiempo de cocción



Durante la cocción manual, puede prolongar el tiempo de cocción en múltiplos de 30 segundos pulsando la tecla mientras el horno está funcionando.



- Esta función no puede utilizarse durante COCCIÓN AUTOMÁTICA o DESCONGELACIÓN AUTOMÁTICA.

FUNCIÓN "MÁS" & "MENOS"

La función MÁS  & MENOS  le permite aumentar o disminuir el tiempo de cocción al utilizar los programas automáticos.

Si prefiere que las patatas cocidas queden hechas, pero enteras, emplee MENOS . Si, de lo contrario, prefiere que las patatas cocidas queden más tiernas, emplee MÁS .

Ejemplo: Para cocinar 0,3 kg de patatas bien cocidas.

1. Se selecciona el menú requerido pulsando dos veces la tecla de COCCIÓN AUTOMÁTICA.



2. Se pone el tiempo deseado TEMPORIZADOR/PESO hasta 0.3 visualizador.



3. Pulse una vez la tecla NIVEL DE POTENCIA para seleccionar la función MÁS .





4. Se pulsa la tecla de START/+30.



5. Comprobar el visualizador:



- Para cancelar la función MÁS/MENOS, pulse 3 veces la tecla del NIVEL DE POTENCIA.
- Si selecciona MÁS, aparecerá en pantalla .
- Si selecciona MENOS, aparecerá en pantalla .

COCCIÓN EN VARIAS SECUENCIAS

Puede programarse una secuencia de 3 escalones (máximo) empleando combinaciones de MICROONDAS.

Ejemplo: Para cocinar arroz:
5 minutos en la potencia de 800 W (Etapa 1)
16 minutos en la potencia de 240 W (Etapa 2)

Etapa 1

1. Pulse la tecla NIVEL DE POTENCIA una vez.



2. Se pone el tiempo deseado sentido horario o antihorario el botón de TEMPORIZADOR/ PESO hasta 5.00 visualizador.



3. Comprobar el visualizador: 

Etapa 2

1. Se pulsa la tecla de NIVEL DE POTENCIA 4 veces.



2. Se pone el tiempo deseado sentido horario o antihorario el botón de TEMPORIZADOR/ PESO hasta 16.00 visualizador.



3. Se pulsa la tecla de START/+30.









4. Comprobar el visualizador: 

El horno empezará a cocinar durante 5 minutos a 800 W y luego durante 16 minutos con 240 W.

OPERACIÓN COCCIÓN AUTOMÁTICA & DESCONGELACIÓN AUTOMÁTICA

La operación COCCIÓN AUTOMÁTICA de DESCONGELACIÓN AUTOMÁTICA se calcula automáticamente el modo y el tiempo de cocción correctos. Se puede elegir de entre 6 menús de COCCIÓN AUTOMÁTICA y 2 menús de DESCONGELACIÓN AUTOMÁTICA.

Cocción Automática

Alimento	Símbolo
Bebida	
Patatas cocidas/ Patatas asadas con piel	
Verduras congeladas	
Verduras frescas	
Comidas congeladas preparadas	
Filetes de pescado con salsa	

Ejemplo: Para cocinar 0,3 kg de patatas.

1. Se selecciona el menú requerido pulsando dos veces la tecla de COCCIÓN AUTOMÁTICA.



2. Se pone el tiempo deseado TEMPORIZADOR/PESO hasta 0.3 visualizador.



3. Se pulsa la tecla de START/+30.



4. Comprobar el visualizador: 

Cuando se necesita alguna acción (p.ej. dar vuelta al alimento) el horno se para y suenan las señales, y en el visualizador se verá intermitentemente el tiempo de cocción que queda y cualquier indicador. Para continuar cocinando hay que pulsar la tecla de START/+30. Una vez transcurrido el tiempo de COCCIÓN AUTOMÁTICA, el programa se detendrá automáticamente.

Sonará el timbre y comenzará a parpadear el símbolo de cocción. Tras 1 minuto y otra señal sonora de aviso, aparecerá en pantalla la hora del día.

Descongelación Automática

Alimento	Simbolo
Carne/pescado/aves	
Pan	

Ejemplo: Para descongelación 0,2 kg pan.

1. Se selecciona el menú requerido pulsando dos veces la tecla de DESCONGELACIÓN AUTOMÁTICA.



2. Se pone el tiempo deseado TEMPORIZADOR/PESO hasta 0.2 visualizador.



3. Se pulsa la tecla de START/+30.















4. Comprobar el visualizador:










Cuando se necesita alguna acción (p.ej. dar vuelta al alimento) el horno se para y suenan las señales, y en el visualizador se verá intermitentemente el tiempo de cocción que queda y cualquier indicador. Para continuar cocinando hay que pulsar la tecla de START/+30. Una vez transcurrido el tiempo de DESCONGELACIÓN AUTOMÁTICA, el programa se detendrá automáticamente. Sonará el timbre y comenzará a parpadear el símbolo de cocción. Tras 1 minuto y otra señal sonora de aviso, aparecerá en pantalla la hora del día.

TABLA DE PROGRAMAS

CUADROS DE COCCIÓN AUTOMÁTICA & DESCONGELACIÓN AUTOMÁTICA

Cocción automática	Cantidad (Unidad de incremento)/ Utensilios	Tecla	Procedimiento
Bebida (Té/Café) 	1-4 tazas 1 taza = 200 ml	 x1	<ul style="list-style-type: none"> Coloque la taza cerca del borde del plato giratorio.
Patatas cocidas y asadas con piel 	0,1-0,8 kg (100 g) Fuente con tapa	 x2	<p>Patatas hervidas: pelar las patatas y cortarlas en trozos de tamaños similares.</p> <p>Patatas con piel: elegir patatas del mismo tamaño y lavarlas.</p> <ul style="list-style-type: none"> Poner las patatas cocidas o en su monda en una fuente. Agregue la cantidad de agua requerida (por 100 g) aprox. 2 CuSop y un poco de sal. Cubrir con una tapa. Cuando suene la señal acústica, remover y volver a tapar. Después de la cocción, dejar en reposo el alimento durante unos. 2 min.
Verduras congeladas 	0,1-0,6 kg (100 g) Fuente con tapa	 x3	<ul style="list-style-type: none"> Agregue 1 CuSop de agua por 100 g y un poco de sal (tratándose de setas no se necesita agua adicional). Cubrir con una tapa. Cuando suene la señal acústica, remover y volver a tapar. Después de la cocción, dejar en reposo el alimento durante unos. 2 min. <p>i Si se compactan juntas las verduras congeladas, cocerlas empleando el modo manual.</p>
Verduras frescas 	0,1-0,6 kg (100 g) Fuente con tapa	 x4	<ul style="list-style-type: none"> Corte en trozos pequeños, ya sea en juliana, dados o rodajas. Agregue 1 CuSop de agua por 100 g y un poco de sal (tratándose de setas no se necesita agua adicional). Cubrir con una tapa. Cuando suene la señal acústica, remover y volver a tapar. Después de la cocción, dejar en reposo el alimento durante unos. 2 min.
Comidas congeladas preparadas 	0,3-1,0 kg (100 g) Fuente con tapa	 x5	<ul style="list-style-type: none"> Transferir el alimento a un plato adecuado para microondas. Añada el líquido necesario, recomendado por el fabricante. Cubrir con una tapa. Cocinar sin tapar si lo aconseja el fabricante. Cuando suene la señal acústica, remover y volver a tapar. Después de la cocción, dejar en reposo el alimento durante unos. 2 min.
Filetes de Pescado con Salsa 	0,4-1,2 kg* (100 g) Fuente para gratén y film de plástico para microondas	 x6	<ul style="list-style-type: none"> Ver las recetas para "Filetes de Pescado con Salsa" en la página's 46. <p>* Peso total de ingredientes.</p>

i Los alimentos refrigerados se cocinan a partir de 5 °C, y los congelados a partir de -18 °C.

Descongelación automática	Cantidad (Unidad de incremento)/ Utensilios	Tecla	Procedimiento
Carne/pescado/aves  (Pescado entero, lomos de pescado, filetes de pescado, muslos de pollo, pechuga de pollo, carne picada, bistecs, chuletas, hamburguesas, salchichas)	0,2-0,8 kg (100 g) Plato cacerola	  x1	<ul style="list-style-type: none"> Colocar la comida en una fuente en el centro del Flan dish plato giratorio. Cuando suene la señal acústica, dar la vuelta la comida, recolocar y separar. Proteger las partes más finas y puntos calientes con papel de aluminio. Tras la descongelación, envolver en papel de aluminio durante 15-45 min. hasta quedar totalmente descongelada. Carne picada: Cuando suene la señal acústica, dar la vuelta a la comida. Retirar las partes descongelada si es posible.
Pan  AUTO 	0,1-1,0 kg (100 g) Plato cacerola	  x2	<ul style="list-style-type: none"> Distribuir en una fuente y colocar en el centro del plato giratorio. Para 1,0 kg distribuir directamente en el plato giratorio. Cuando suene la señal acústica, dar la vuelta, recolocar y retirar las rebanadas descongeladas. Tras la descongelación, cubrir con papel de aluminio durante 5-15 min. hasta quedar totalmente descongelado.

i Los alimentos refrigerados se cocinan a partir de 5 °C, y los congelados a partir de -18 °C.



- Introducir sólo el peso del alimento. No incluir el peso del envase.
- Tratándose de productos que pesen más o menos que los pesos/cantidades que se indican en la tablas, usar los programas manuales.
- La temperatura final variará dependiendo de la temperatura de partida. Comprobar que el alimento está muy caliente después de la cocción.
- Cuando se necesita alguna acción (p.ej. dar vuelta al alimento) el horno se para y suenan las señales, y en el visualizador se verá intermitentemente e tiempo de cocción que queda y cualquier indicador. Para continuar cocinando hay que pulsar la tecla de START/+30.
- Es posible que se active el ventilador de refrigeración tras utilizar los modos de Micro combinado.



Descongelación automática

- Los bistec y chuletas deben congelarse en una sola capa.
- La carne picado se debe congelar en pequeñas porciones.
- Después de voltearlas, proteja las partes descongeladas con trozos pequeños y laminas de papel de aluminio.
- El pollo debe cocinarse inmediatamente después de la descongelación.

RECETAS PARA COCCIÓN AUTOMÁTICA

Filete de pescado con salsa picante			
0,4 kg	0,8 kg	1,2 kg	
140 g	280 g	420 g	tomates en conserva (escurrir)
40 g	80 g	120 g	caiz
4 g	8 g	12 g	de salsa picante
12 g	24 g	36 g	cebolla (bien picado)
1 Cda.	1-2 Cda.	2-3 Cda.	vinagre de vino tinto
			mostaza, tomillo, pimienta de cayenas
200 g	400 g	600 g	filete de pescado (frío)
			sal

1. Mezclar los ingredientes para la salsa.
2. Poner el filete de pescado en una cazuela plana con los extremos delgados hacia el centro.
3. Esparcir la salsa preparada sobre el filete de pescado.
4. Cubrir con de plástico para microondas y cocer COCCIÓN AUTOMÁTICA, "Filete de Pescado con salsa".
5. Después de cocinar, dejar reposar durante 2 min.

Filete de pescado con salsa curry			
0,4 kg	0,8 kg	1,2 kg	
200 g	400 g	600 g	filete de pescado (frío)
			sal
40 g	80 g	120 g	banana (en rodajas)
160 g	320 g	480 g	salsa curry (confeccionado)

1. Poner el filete de pescado en una cazuela plana con los extremos delgados hacia el centro.
2. Esparcir banana y la salsa confeccionada sobre el filete de pescado.
3. Cubrir con de plástico para microondas y cocer en COCCIÓN AUTOMÁTICA, "Filete de Pescado con salsa".
4. Después de cocinar, dejar reposar durante 2 min.

NIVEL DE POTENCIA REDUCIDA



¡Importante!

Si cocina los alimentos durante más tiempo del normal a solo 800 W, la potencia del horno disminuirá automáticamente para evitar un sobrecalentamiento. (El nivel de potencia de

microondas se reducirá a 560 W.) Tras una pausa de 90 segundos, puede volver a seleccionarse el nivel alto de potencia (800 W).

Modo de cocción	Tiempo normal	Potencia reducida
800 W de microondas	20 minutos	560 W de microondas

TABLAS DE COCCIÓN

Abreviaturas empleadas

CuSop = cucharada sopera	Tz = taza	g = gramo	ml = mililitro	min = minutos
Cda. = cucharadita	kg = kilogramo	l = litro	cm = centimetro	

Calentamiento de bebidas y alimentos

Alimento/Bebida	Cantidad -g/ml-	Potencia Ajuste	Tiempo -Min-	Procedimiento
Leche, 1 taza	150	800 W	un. 1	sin tapar
Agua, 1 taza	150	800 W	1-2	sin tapar
6 tazas	900	800 W	10-12	sin tapar
1 tazón	1000	800 W	11-13	sin tapar
Platos únicos (verduras, carnes y guarniciones)	400	800 W	3-6	agregar un poco de agua a la salsa, cubrir, remover transcurrida la mitad del tiempo de calentamiento
Guisados/sopa	200	800 W	1-2	tapar, remover después de calentar
Verduras	200	800 W	2-3	si es necesario, añadir algo de agua, cubrir, remover transcurrida la mitad del tiempo de calentamiento
	500	800 W	4-5	
Carne, 1 tajada*	200	800 W	3-4	esparcir un poco de salsa por encima, tapar
Filete de pescado*	200	800 W	2-3	tapar
Tarta, 1 porción	150	400 W	½	colocar en un molde de tarta
Comido para bebés, 1 tarro	190	400 W	un. 1	pasar a un recipiente apto para microondas; después de calentar, remover bien y probar la temperatura
Derretir margarina o mantequilla*	50	800 W	½	tapar
Chocolate fundido	100	400 W	2-3	remover de vez en cuando

* temperatura refrigerada

Descongelación

Alimento	Cantidad -g-	Potencia Ajuste	Tiempo -Min-	Procedimiento	Tiempo de reposo -En minutos-
Goulash	500	240 W	8-12	remover transcurrida la mitad del tiempo de descongelación	10-15
Tarta, 1 porción	150	80 W	2-5	colocar en un molde de tarta	5
Fruta: p.ej. cerezas, fresas, frambuesas, ciruelas	250	240 W	4-5	esparcirlas uniformemente, dar la vuelta transcurrida la mitad del tiempo de descongelación	5

i Los tiempos indicados en esta tabla representan valores orientativos que pueden variar de acuerdo con la temperatura de congelación, la naturaleza del alimento y su peso.

Descongelación y cocción

Alimento	Cantidad -g-	Potencia Ajuste	Tiempo -Min-	Procedimiento	Tiempo de reposo -En minutos-
Filete de pescado	300	800 W	10-12	cubrir	2
Comida preparada	400	800 W	9-11	cubrir, remover transcurridos 6 minutos	2

Cocción de caren y pescado

Alimento	Cantidad -g-	Potencia Ajuste	Tiempo -Min-	Procedimiento	Tiempo de reposo -En minutos-
Asados (cerdo, ternera, cordero)	1000	800 W	19-21*	condimento a gusto, poner en un recipiente llano, darle vuelta transcurrida la mitad del tiempo de cocción*	10
		400 W	11-14		
	1500	800 W	33-36*		10
Rosbif (medio)	1000	800 W	9-11*	Condimentar a gusto, poner en un recipiente llano, darle vuelta transcurrida la mitad del tiempo de cocción*	10
		400 W	5-7		
Filete de pescado	200	800 W	3-4	sazonar al gusto, colocar en una fuente, cubrir	3

RECETAS

Todas las recetas contenidas en el presente libro se entienden - si no se indica lo contrario - para 4 porciones.

Adaptacion de recetas convecionales para el microondas

Si Ud. quiere modificar recetas probadas para adaptarlas al microondas, entonces debe observar lo siguiente: Reduzca los tiempos de cocción en un tercio hasta la mitad. Oriéntese por las recetas indicadas en el presente libro. Alimentos con altos contenidos de líquido, como carne, pescado, aves, verduras, frutas, guisados/ estofados y sopas, se pueden preparar sin problema alguno en el horno de

microondas. En el caso de alimentos con bajo contenido de líquido, como platos ya preparados, se debe mojar la superficie antes de calentar o cocerlos. La adición de líquido a alimentos crudos a brasear se debe reducir aproximadamente a dos tercios de la cantidad de la receta original. Si es necesario se puede agregar líquido durante la cocción. La adición de materia grasa se puede reducir notablemente. Una pequeña cantidad de mantequilla, margarina o aceite es suficiente para darles sabor a los platos. Por lo tanto, el horno de microondas es excelente para preparar alimentos con poco contenido de grasa dentro de un plan dietético.

Sopa de champiñones

Utensilios: Fuente con tapa (volumen 2 l)

200 g	de champiñones, en rodajas
50 g	cebolla, bien picada
300 ml	de caldo de carne
300 ml	de nata
25 g	de harina
25 g	de mantequilla o margarina sal, pimienta
1	yema de huevo
150 ml	crème fraîche

1. Poner la verdura con el caldo en la fuente, taparla y cocer.
8-9 min. 800 W
2. Preparar un puré con todos los ingredientes en la batidora.
3. Mezclar la harina y la mantequilla formando una pasta y mezclar con la sopa. Sazonar con sal y pimienta, tapar y cocinar. Remover una vez cocinada.
4-6 min. 800 W
4. Mezclar bien la yema con la crème fraîche y agregar revolviendo paulatinamente a la sopa. Calentar otra vez la sopa un poco, pero sin que hierva!
1-2 min. 800 W

Después de cocinar, dejar reposar durante 5 min. aprox.

Plato de verduras

Utensilios: Fuente con tapa (volumen 2 l)

5 CuSop	de aceite de oliva
1	de ajo, machacado
50 g	cebolla, en rodajas
250 g	de berenjena en dados
200 g	de calabacín en dados
200 g	de pimienta en trozos grandes
75 g	de hinojo en trozos grandes
1	Bouquet garni
200 g	lata de cogollos de alcachofa sal, pimienta

1. Poner el aceite de oliva y el diente de ajo en la fuente. Agregar la verdura ya preparada, con excepción de las alcachofas, y condimentar con pimienta. Añadir el 'bouquet garni', tapar y cocer. Remover en ciertos intervalos.
19-21 min. 800 W
5 minutos antes de terminar la cocción agregar las alcachofas y calentar bien.
2. Condimentar el plato de verduras con sal y pimienta. Sacar el bouquet garni antes de servir. Después de cocinar, dejar reposar durante 2 min. aprox.

Filetes de lenguado

Utensilios: Fuente ovalada poco profunda con film adherente apto para microondas (aprox. 26 cm de largo)

400 g	de filetes de lenguado
1	limón entero
150 g	tomates
10 g	de mantequilla o margarina para untar el molde
1 CuSop	de aceite vegetal
1 CuSop	de perejil, picado sal, pimienta
4 CuSop	de vino blanco
20 g	de mantequilla

1. Lavar y secar cuidadosamente los filetes de lenguado. Quitar las espinas.
2. Cortar el limón y los tomates en rodajas finas.
3. Engrasar la fuente con mantequilla. Colocar los filetes de pescado en la fuente y rociarlos con aceite vegetal.
4. Espolvorear perejil sobre el pescado, colocar las rodajas de tomate por encima y sazonar. Colocar las rodajas de limón sobre los tomates y verter el vino blanco por encima.
5. Poner pequeñas porciones de mantequilla sobre el limón, cubrir y cocinar.
16-19 min. 800 W
Después de cocinar, dejar reposar durante 2 min. aprox.

Jamón relleno

Utensilios: Fuente con tapa (volumen 2 l)
Fuente ovalada para gratinar (aprox. 26 cm de largo)

125 g de hojas de espinaca picadas
125 g de requesón, 20 % de mat. grasa
40 g de queso Emmental
pimienta molida, pimentón
6 lonchas de jamón cocido (300 g)
125 ml de agua
125 ml de nata
20 g de harina
20 g mantequilla o margarina
10 g de mantequilla o margarina para untar el molde

1. Mezclar las espinacas con el queso fresco y el fromage frais, sazonar al gusto.
2. Poner una cucharada del relleno sobre cada loncha de jamón cocido y enrollar. Atravesar el jamón con un pincho de madera.
3. Hacer una salsa bechamel. Para ello, echar el agua y la nata en un recipiente y calentar.
3-4 min. 800 W
Mezclar la harina y la mantequilla para hacer una salsa, añadir al líquido y batir hasta disolver. Tapar y cocinar hasta que espese.
1 min. 800 W
Remover y probar.
4. Colocar la salsa en el recipiente engrasado, poner los rollitos de jamón rellenos sobre la salsa y cocinar con la tapadera.
3-4 min. 800 W
Después de cocinar, dejar reposar durante 5 min. aprox.

Lonchas de Ternera a la Zürich

Utensilios: Fuente con tapa (volumen 2 l)

600 g de filete de ternera
10 g de mantequilla o margarina
50 g cebolla, bien picada
100 ml de vino blanco
espesante para salsas para aprox. ½ l de salsa
300 ml de nata
1 CuSop de perejil, picado

1. Cortar la ternera en tiras.
2. Engrasar el recipiente con la mantequilla. Poner la carne y la cebolla en el recipiente, tapar y cocinar. Remover una vez durante la cocción.
7-10 min. 800 W
3. Añadir el vino blanco, el espesante para salsas y la nata, remover, tapar y seguir cocinando. Remover de vez en cuando.
4-5 min. 800 W
4. Remover la mezcla después de cocinar, dejar reposar durante 5 min. aprox. Adornar con perejil.

Lasaña al Horno

Utensilios: Fuente con tapa (volumen 2 l)
Fuente cuadrada poco profunda con tapadera (aprox. 20 x 20 x 6 cm)

300 g	de tomates de lata
50 g	de jamón picado
50 g	cebolla, bien picada
1	diente de ajo, machacado
250 g	de carne ternera de vaca
2 CuSop	de pulpa de tomate
	sal, pimienta
150 ml	crème fraîche
100 ml	de leche
50 g	de queso Parmesano rallado
1 Cdto.	de hierbas mixtas picadas
1 Cdto.	de aceite de oliva nuez moscada
1 Cdto.	de aceite vegetal para engrasar la fuente
125 g	de lasaña verde
1 CuSop	de queso parmesano rallado

Jalea de bayas con salsa de vainilla

Utensilios: Fuente con tapa (volumen 2 l)
Fuente con tapa (volumen 1 l)

150 g	de grosellas, limpias y sin tallo
150 g	de fresas, lavadas y sin tallo
150 g	de frambuesas, lavadas y sin tallo
250 ml	de vino blanco
100 g	de azúcar
50 ml	de zumo de limón
8	hojas de gelatina
300 ml	de leche
½	palo de vainilla
30 g	de azúcar
15 g	de harina de maíz

1. Picar los tomates, mezclar con el jamón y la cebolla, el ajo, la ternera picada y el puré de tomate. Sazonar, tapar y cocinar.
7-9 min. 800 W
2. Mezclar la crème fraîche con la leche, el queso Parmesano, las hierbas, el aceite y las especias.
3. Engrasar la fuente y cubrir el fondo con $\frac{1}{3}$ de la pasta aproximadamente. Poner la mitad de la mezcla de carne picada sobre la pasta y verter por encima parte de la salsa. Repetir y terminar con la pasta restante. Cubrir la pasta con salsa y espolvorear con queso Parmesano. Cocinar con la tapadera puesta.
15-17 min. 560 W
Después de cocinar, dejar reposar durante 5-10 min. aprox.

1. Lavar las frutas, quitar los tallos y secarlas cuidadosamente. Retener algunas frutas para usarlas de guarnición. Hacer un puré con las frutas restantes junto con el vino blanco; poner el puré en la fuente, tapar y calentar.
7-9 min. 800 W
2. Añadir removiendo el azúcar y el zumo de limón.
3. Sumergir la gelatina en agua fría durante 10 min. aprox. y, después, sacarla y escurrirla. Añadir la gelatina al puré caliente removiendo hasta que se disuelva. Colocar en el frigorífico y dejar que cuaje.
4. Para hacer la salsa de vainilla: poner la leche en el otro recipiente. Abrir el palo de vainilla y extraer el interior; añadirlo a la leche, junto con el azúcar y la harina de maíz, y remover. Tapar y cocinar removiendo durante la cocción y de nuevo al final.
3-4 min. 800 W
5. Pasar a un plato y decorar con la fruta restante. Verter la salsa de vainilla sobre la gelatina.

LIMPIEZA & MATENIMIENTO

¡PRECAUCIÓN! NO UTILICE PRODUCTOS COMERCIALES PARA LA LIMPIEZA DE HORNOS, APARATOS DE LIMPIEZA A VAPOR, PRODUCTOS ABRASIVOS, PRODUCTOS FUERTES, NINGÚN PRODUCTO QUE CONTENGA HIDRÓXIDO DE SODIO NI ESTROPAJOS PARA LIMPIAR NINGUNA PARTE DEL HORNO.

LIMPIE EL HORNO EN LOS INTERVALOS REGULARES Y QUITÉ CUALQUIER DEPÓSITO DEL ALIMENTO. Si el horno no se mantiene limpio podría deteriorarse su superficie, lo que podría perjudicar a la vida útil del aparato así como provocar una situación peligrosa.

Exterior del horno

El exterior de su horno puede limpiarse fácilmente con jabón suave y agua. No se olvide de eliminar el jabón con un paño y de secar el exterior del horno con una toalla suave.

Panel de control

Antes de limpiar el panel, abra la puerta para desactivar las teclas del panel de control. Tenga cuidado al limpiar el panel de control. Utilizando un paño humedecido solamente en agua, páselo suavemente por el panel hasta que éste quede limpio. No utilice mucha agua. No emplee ningún producto de limpieza químico o abrasivo.

Interior del horno

1. Para limpiar el horno, quite las partes de comida derramada y las salpicaduras con un paño humedecido o con una esponja, después de usarlo y mientras está todavía caliente. Para limpiar las salpicaduras o manchas más grandes, utilice jabón suave y quítelas frotando varias veces con un paño humedecido hasta que desaparezcan por completo. No desmontar la tapa del conducto guía onadas.
2. Tenga cuidado de que el jabón o el agua no se introduzca por los

pequeños orificios de las paredes porque el horno podría sufrir daños.

3. No utilice productos pulverizadores de limpieza en el interior del horno.

Plato giratorio y soporte del rodillo

Retire primero el plato giratorio y el soporte del rodillo del horno. Lave después tanto el plato giratorio como el soporte del rodillo en agua jabonosa y séquelos con un paño seco. Tanto el plato giratorio como el soporte del rodillo pueden lavarse también en un lavaplatos.

Puerta

Para retirar cualquier suciedad, limpiar a menudo con un paño húmedo la puerta por ambos lados, la junta de la puerta, y las superficies de contacto. No utilice productos de limpieza agresivos ni abrasivos o rascadores metálicos para limpiar la puerta de cristal del horno, ya que puede rayar la superficie y esto puede provocar la rotura del cristal.

 **¡Importante!** No deben utilizarse aparatos de limpieza a vapor.

¿QUÉ HACER SI

Síntoma	Comprobaciones/consejos
El aparato microondas no funciona correctamente?	<ul style="list-style-type: none"> • Funcionen los fusibles de la caja de fusibles. • No haya habido algún corte de energía. • Si se siguen fundiendo los fusibles, póngase en contacto con un electricista homologado.
El modo microondas no funciona?	<ul style="list-style-type: none"> • La puerta esté bien cerrada. • El cierre hermético de la puerta y sus superficies estén limpios. • Se haya pulsado el botón START/+30.
El plato giratorio no gira?	<ul style="list-style-type: none"> • El soporte del plato giratorio esté correctamente enganchado al mecanismo impulsor. • El recipiente colocado en el interior no sobresalga del plato giratorio. • Los alimentos no sobresalgan del borde del plato giratorio impidiendo que gire. • No haya ningún objeto en el hueco bajo el plato giratorio.
El microondas no se apaga?	<ul style="list-style-type: none"> • Aísle el aparato de la caja de fusibles. • Póngase en contacto con un agente autorizado de servicio de ELECTROLUX.
La iluminación interior no funciona?	<ul style="list-style-type: none"> • Llame a un agente autorizado de servicio de ELECTROLUX. La bombilla interior solo puede ser sustituida por un agente autorizado de servicio de ELECTROLUX.
Los alimentos tardan más de lo normal en calentarse por completo y cocinarse?	<ul style="list-style-type: none"> • Aumente el tiempo de cocción (a cantidad doble, casi el doble de tiempo) o • Si los alimentos están más fríos que de costumbre, gírelos o deles la vuelta de vez en cuando o • Aumente el nivel de potencia.

ESPECIFICACIONES

Tensión de CA	230 V, 50 Hz, monofásico	
Fusible/disyuntor de fase	10 A como mínimo	
Requisitos potencia de CA:	Microondas	1,2 kW
Potencia de salida:	Microondas	800 W (IEC 60705)
Frecuencia microondas	2450 MHz * (Grupo 2/Clase B)	
Dimensiones exteriores:	EMS170050	494 mm (An.) x 371 mm (Al.) x 316 mm (P)
	EMS170060	594 mm (An.) x 371 mm (Al.) x 316 mm (P)
Dimensiones interiores	285 mm (An.) x 202 mm (Al.) x 298 mm (P) **	
Capacidad del horno	17 litros **	
Plato giratorio	ø 272 mm, vidrio	
Peso	aprox. 16 kg	
Lámpara del horno	25 W/240 - 250 V	

* Este Producto cumple el requisito de la norma europea EN55011. De acuerdo con dicha norma, este producto está clasificado como equipamiento del grupo 2, clase B. El grupo 2 significa que el equipamiento genera intencionadamente energía por radiofrecuencia en forma de radiación electromagnética para el tratamiento por calentamiento de alimentos.

La clase B significa que el equipamiento resulta adecuado para su uso en establecimientos domésticos. ** La capacidad interna calculada mejorando el largo, la profundidad y la altura máxima. La capacidad efectiva de los recipientes para los alimentos es menor.



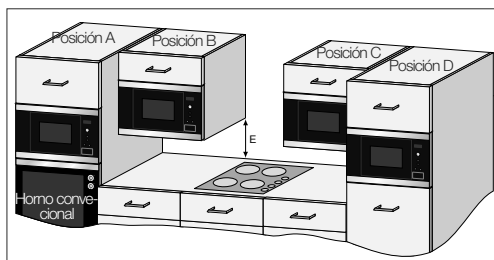
Este horno cumple con las exigencias de las directivas 2004/108/EC, 2006/95/EC, 2009/125/EC y 2011/65/EU.

LAS CARACTERÍSTICAS TÉCNICAS PUEDEN CAMBIAR SIN PREVIO AVISO AL IR INTRODUCIÉNDOSE MEJORAS EN EL APARATO

INSTALACIÓN

La microonda se puede ubicar en las posiciones A, B, C o D:

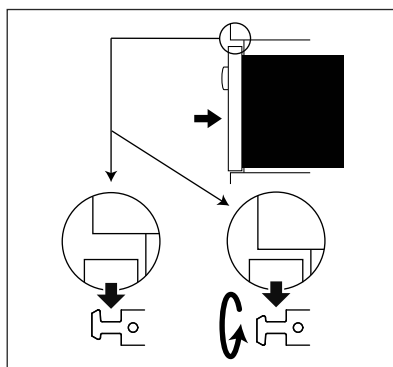
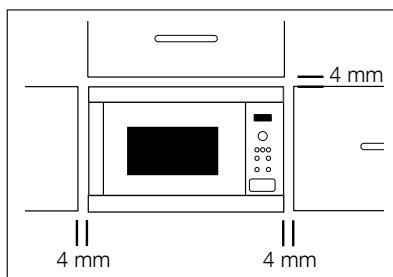
Posición	Tamaño del habitáculo	
	An.	P. Al.
A	562 x 550 x 360	
B+C	462 x 300 x 350	
	462 x 300 x 360	
	562 x 300 x 350	
	562 x 300 x 360	
D	462 x 500 x 350	
	462 x 500 x 360	
	562 x 500 x 350	
	562 x 500 x 360	

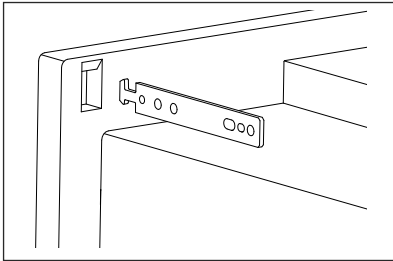
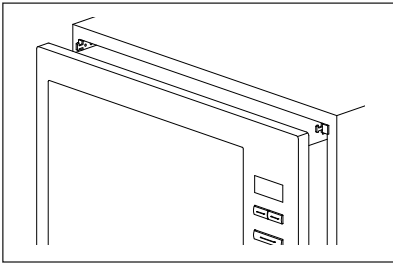


Medidas expresadas en (mm)

INSTALACIÓN DEL APARATO

1. Retire todo el embalaje y compruebe con cuidado si hay alguna señal de desperfectos.
2. Este horno está diseñado para instalarlo normalmente en un armario de 360 mm de altura. Si desea instalarlo en un armario de 350 mm de altura:-
Desatornille y extraiga las 4 patas de la parte inferior del horno. Hay 3 patas altas y 1 baja. Sustituya las 3 patas altas por las que se proporcionan en el paquete de accesorios. No sustituya la tapa baja.
3. Coloque los ganchos de fijación en el armario de la cocina siguiendo la ficha de instrucciones y la plantilla suministrada.
4. Coloque el aparato en el armario de la cocina lentamente, y sin presión. El aparato debe levantarse hasta la altura de los ganchos de fijación y luego bajarse para encajar en su lugar. En caso de interferencia durante el montaje, este gancho es reversible. El marco frontal del horno debe sellar contra la abertura frontal del armario.
5. Cerciórese de que el aparato esté estable y no se incline. Cerciórese de que haya un hueco de 4 mm entre la puerta del armario superior y la parte de arriba del marco (consulte el diagrama).





UTILIZACIÓN SEGURA DEL APARATO

Si desea instalar el horno en las posiciones **B o C (consulte el diagrama en la página 140):**

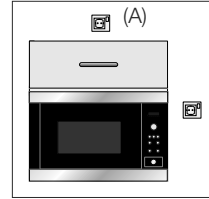
- El armario debe quedar a un mínimo de 500 mm (E) por encima de la encimera y no debe instalarse **directamente** sobre el quemador.
- Este aparato únicamente ha sido comprobado y aprobado para su utilización cerca de quemadores de gas, eléctricos y de inducción.
- Debe dejarse suficiente distancia entre el quemador y el microondas para evitar que se produzca un sobrecalentamiento del horno microondas, los accesorios y los armarios adyacentes.
- No encienda el quemador sin cazuelas mientras esté funcionando el horno microondas.
- Debe tenerse cuidado al prestar atención al horno mientras el quemador esté encendido.

CONEXIÓN DEL APARATO A LA ALIMENTACIÓN ELÉCTRICA

- **La salida eléctrica debería ser fácilmente accesible de forma que la unidad pueda desenchufarse fácilmente en caso de emergencia.**

O bien, debe ser posible aislar el horno de la alimentación eléctrica incorporando un interruptor en el cableado fijo, con arreglo a las normas de cableado.

- **La toma no debería estar situada detrás del armario.**
- La mejor posición es encima del armario, véase (A).



- Conecte el aparato a una corriente alterna de 230 V/50 Hz. de fase única mediante una toma de tierra correctamente instalada. La toma debe estar provista de un fusible de 10 A.
- **El cable de suministro de energía sólo puede ser reemplazado por un electricista homologado.**
- Antes de la instalación, ate un trozo de cuerda en el cable de suministro de energía para facilitar la conexión en el punto (A) cuando se esté instalando el aparato.
- Al insertar el aparato en un armario de lados altos, **NO aplaste el cable de suministro de energía.**
- No sumerja el cable de suministro de energía en agua ni en ningún otro líquido.

CONEXIÓN ELÉCTRICA



**¡ADVERTENCIA!
DEBE CONECTARSE ESTE APARATO A TIERRA
El fabricante rechaza
responsabilidad alguna en caso de
incumplimiento de esta medida de
seguridad.**

Si el enchufe instalado en su aparato no es adecuado para la toma de corriente de que dispone, debe llamar a su agente local autorizado de servicio de ELECTROLUX.

INFORMACIÓN MEDIOAMBIENTAL

Desechar los materiales de embalaje y los aparatos viejos de un modo responsable con el medio ambiente

MATERIAL DE EMBALAJE

Los hornos microondas ELECTROLUX vienen eficazmente embalados para protegerlos durante el transporte. Solo se utiliza el embalaje imprescindible.

Los materiales de embalaje (p. ej. papel metalizado o espuma de estireno) pueden suponer un riesgo para los niños.

Peligro de asfixia. Mantenga el material de embalaje fuera del alcance de los niños.

Todos los materiales de embalaje que se utilizan respetan el medio ambiente y pueden reciclarse. El cartón se fabrica con papel reciclado y las piezas de madera están sin tratar. Los elementos de plástico están señalados del modo siguiente: «PE» polietileno, p.ej. cinta de embalaje «PS» poliestireno, p.ej. embalaje (sin CFC) «PP» polipropileno, p.ej. correas de embalaje. Al utilizar y reutilizar el embalaje, se ahorra materia prima y se reduce el volumen de desechos.


Debe llevar el embalaje al centro de reciclaje más cercano.

Póngase en contacto con su ayuntamiento para obtener información.

DESECHAR APARATOS VIEJOS

Antes de desechar aparatos viejos, debe cerciorarse de que quedan seguros quitando el enchufe, cortando y tirando el cable de alimentación.

A continuación, debe llevarse al centro de reciclaje más cercano. Consulte a su ayuntamiento o a su Oficina del Medio Ambiente para comprobar si en su localidad hay un servicio para reciclar el aparato.

El símbolo  en el producto o en su empaque indica que este producto no se puede tratar como desperdicios normales del hogar. Este producto se debe entregar al punto de recolección de equipos eléctricos y electrónicos para reciclaje. Al asegurarse de que este producto se desecha correctamente, usted ayudará a evitar posibles consecuencias negativas para el ambiente y la salud pública, lo cual podría ocurrir si este producto no se manipula de forma adecuada. Para obtener información más detallada sobre el reciclaje de este producto, póngase en contacto con la administración de su ciudad, con su servicio de desechos del hogar o con la tienda donde compró el producto.

CUSTOMER CARE AND SOPORTE

En el manual del usuario y en www.electrolux.es hay información sobre cómo manejar los fallos de menor importancia y cómo cuidar de su producto.

El servicio y / o instalación de componentes eléctricos y / o conexiones de agua se deberá llevar a cabo por un técnico cualificado. Cuando contacte con el servicio técnico, asegúrese de que tiene la factura o recibo de compra y dispone de los siguientes datos de su electrodoméstico:

Modelo:.....

Número Serie:.....

Número de Producto (PNC):.....

Fecha de Compra:.....

Las coberturas y condiciones de la garantía, están disponibles en la tarjeta que se adjunta con el producto.

CONTENTS

1. SAFETY INFORMATION	144
2. PRODUCT DESCRIPTION	149
3. CONTROL PANEL	150
4. BEFORE FIRST USE	150
5. OPERATION	152
6. PROGRAMME CHARTS	156
7. CARE AND CLEANING	161
8. TROUBLESHOOTING	162
9. INSTALLATION	163
10. TECHNICAL INFORMATION	165
11. ENVIRONMENT CONCERNS	165

WE'RE THINKING OF YOU

Thank you for purchasing an Electrolux appliance. You've chosen a product that brings with it decades of professional experience and innovation. Ingenious and stylish, it has been designed with you in mind. So whenever you use it, you can be safe in the knowledge that you'll get great results every time. Welcome to Electrolux.

Visit our website for:



Get usage advice, brochures, trouble shooter, service information:
www.electrolux.com



Register your product for better service:
www.electrolux.com/productregistration



Buy Accessories, Consumables and Original spare parts for your appliance:
www.electrolux.com/shop

CUSTOMER CARE AND SERVICE

We recommend the use of original spare parts.

When contacting Service, ensure that you have the following data available.

The information can be found on the rating plate. Model, PNC, Serial Number.



Warning/Caution-Safety information



General information and tips



Environmental information

Subject to change without notice.

1. SAFETY INFORMATION



IMPORTANT!

**IMPORTANT SAFETY INSTRUCTIONS:
READ CAREFULLY AND KEEP FOR
FUTURE REFERENCE.**

If food being heated begins to smoke, **DO NOT OPEN THE DOOR**. Turn off and unplug the oven and wait until the food has stopped smoking. Opening the door while food is smoking may cause a fire. Only use microwave-safe containers and utensils. Do not leave the oven unattended when using disposable plastic, paper or other combustible food containers. Clean the waveguide cover, the oven cavity, the turntable and turntable support after use. These must be dry and free from grease. Built-up grease may overheat and begin to smoke or catch fire. The microwave oven is intended for heating food and beverages. Drying of food or clothing and heating of warming pads, slippers, sponges, damp cloth and similar may lead to risk of injury, ignition or fire.

1.1 To avoid the possibility of injury



WARNING!

Do not operate the oven if it is damaged or malfunctioning.

Check the following before use:

- a) The door; make sure the door closes properly and ensure it is not misaligned or warped.
- b) The hinges and door safety latches; check to make sure they are not broken or loose.

- c) The door seals and sealing surfaces; ensure that they have not been damaged.
- d) Inside the oven cavity or on the door; make sure there are no dents.
- e) The power supply cord and plug; ensure that they are not damaged.

Never adjust, repair or modify the oven yourself. It is hazardous for anyone other than a competent person to carry out any service or repair operation which involves the removal of a cover which gives protection against exposure to microwave energy. Do not allow grease or dirt to build up on the door seals and adjacent parts. Follow the instructions for "Care and cleaning". Clean the oven at regular intervals and remove any food deposits. Failure to maintain the oven in a clean condition could lead to a deterioration of the surface that could adversely affect the life of the appliance and possibly result in a hazardous situation.

Do not attempt to replace the oven lamp yourself or allow anyone who is not authorised by ELECTROLUX to do so. If the oven lamp fails, please consult your dealer or call an authorised ELECTROLUX service agent.

1.2 To avoid the possibility of explosion and sudden boiling



WARNING!

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

Microwave heating of beverages can result in delayed eruptive boiling, therefore care has to be

taken when handling the container.

Do not cook eggs in their shells and whole hard boiled eggs should not be heated in microwave ovens since they may explode even after microwave cooking has ended. To cook or reheat eggs which have not been scrambled or mixed, pierce the yolks and the whites, or the eggs may explode. Shell and slice hard boiled eggs before reheating them in the microwave oven.

To avoid burns, always test food temperature and stir before serving and pay special attention to the temperature of food and drink given to babies, children or the elderly.

Keep children away from the door to prevent them from burning themselves.

1.3 To avoid the misuse by children



WARNING!

The appliance and its accessible parts become hot during use. Children less than 8 years of age shall be kept away unless continuously supervised.

This appliance can be used by children aged from 8 years and above and persons with reduced physical, sensory or mental capabilities or lack of experience and knowledge if they have been given supervision or instruction concerning use of the appliance in a safe way and understand the hazards involved. Children should be supervised to ensure that they do not play with the appliance. Cleaning and user maintenance shall not be made by children unless they are aged from 8 years and above and supervised.

This appliance is intended to be used in household and similar applications such as: staff kitchen areas in shops, offices and other working environments; farm houses; by clients in hotels, motels and other residential environments; bed and breakfast type environments.

This appliance is not intended for use at altitudes above 2000m.

1.4 To avoid the danger of fire

The microwave oven should not be left unattended during operation. Power levels that are too high or cooking times that are too long may overheat foods resulting in a fire. The electrical outlet must be readily accessible so that the unit can be unplugged easily in an emergency. The AC power supply must be 230 V, 50 Hz, with a minimum 10 A distribution line fuse, or a minimum 10 A distribution circuit breaker. It is recommended that a separate circuit serving only this appliance be provided. Do not store or use the oven outdoors.

Do not place flammable materials near the oven or ventilation openings. Do not block the ventilation openings. Remove all metallic seals, wire twists, etc., from food and food packages. Arcing on metallic surfaces may cause a fire. Do not use the microwave oven to heat oil for deep frying. The temperature cannot be controlled and the oil may catch fire. To make popcorn, only use special microwave popcorn makers. Do not store food or any other items inside the oven. Check the settings after you start the oven to ensure the oven is operating as desired. Do not operate the oven with the door open or alter the door safety latches in any way. Do not operate the oven if there is an object between the door seals and sealing surfaces.

Individuals with PACEMAKERS should check with their doctor or the manufacturer of the pacemaker for precautions regarding microwave ovens.

1.5 To avoid the possibility of electric shock

Under no circumstances should you remove the outer cabinet. Never spill or insert any objects into the door lock openings or ventilation openings. In the event of a spill, turn off and unplug the oven immediately and call an authorised ELECTROLUX service agent. Do not immerse the power supply cord or plug in water or any other liquid. Do not allow the power supply cord to run over any hot or sharp surfaces, such as the hot air vent area at the top rear of the oven.

If the power supply cord of this appliance is damaged, it must be replaced with a special cord. The exchange must be made by an authorised ELECTROLUX service agent.

1.6 To avoid the possibility of explosion and sudden boiling

Never use sealed containers. Remove seals and lids before use. Sealed containers can explode due to a build up of pressure even after the oven has been turned off. Take care when microwaving liquids. Use a wide-mouthed container to allow bubbles to escape.

To prevent sudden eruption of boiling liquid and possible scalding:

- Stir liquid prior to heating/reheating.
- It is advisable to insert a glass rod or similar utensil into the liquid whilst reheating.

- Let liquid stand for at least 20 seconds in the oven at the end of cooking time to prevent delayed eruptive boiling.

Pierce the skin of such foods as potatoes, sausages and fruit before cooking, or they may explode.

1.7 To avoid the possibility of burns

Use pot holders or oven gloves when removing food from the oven to prevent burns. Always open containers, popcorn makers, oven cooking bags, etc., away from the face and hands to avoid steam burns.

Temperature of the container is not a true indication of the temperature of the food or drink; always check the food temperature. Always stand back from the oven door when opening to avoid burns from escaping steam and heat. Slice stuffed baked foods after heating to release steam and avoid burns.

Do not lean or swing on the oven door. Do not play with the oven or use it as a toy. Children should be taught all important safety instructions: use of pot holders, careful removal of food coverings; paying special attention to packaging (e.g. self-heating materials) designed to make food crisp, as they may be extra hot.

1.8 Other warnings

Never modify the oven in any way. This oven is for home food preparation only and may only be used for cooking food. It is not suitable for commercial or laboratory use.

1.9 To promote trouble-free use of your oven and avoid damage

Never operate the oven when it is empty. Doing so may damage the oven. When using a browning dish or self-heating material, always place a heat-resistant insulator such as a porcelain plate under it to prevent damage to the turntable and

turntable support due to heat stress. The preheating time specified in the dish's instructions must not be exceeded. Do not use metal utensils, which reflect microwaves and may cause electrical arcing. Do not put cans in the oven. Only use the turntable and the turntable support designed for this oven. Do not operate the oven without the turntable.

To prevent the turntable from breaking:

- Before cleaning the turntable with water, leave the turntable to cool.
- Do not put hot foods or hot utensils on a cold turntable.
- Do not put cold foods or cold utensils on a hot turntable.

Do not place anything on the outer cabinet during operation.



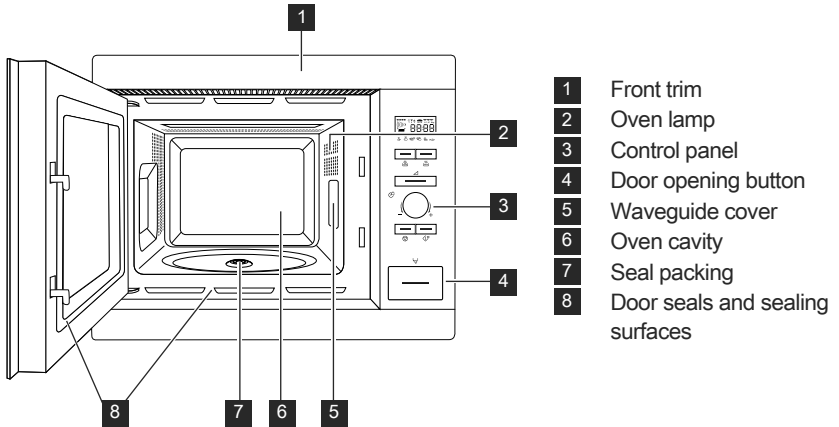
IMPORTANT!

If you are unsure how to connect your oven, please consult an authorised, qualified electrician.

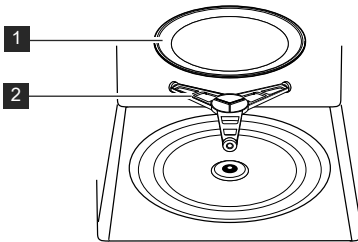
Neither the manufacturer nor the dealer can accept any liability for damage to the oven or personal injury resulting from failure to observe the correct electrical connection procedure. Water vapour or drops may occasionally form on the oven walls or around the door seals and sealing surfaces. This is a normal occurrence and is not an indication of microwave leakage or a malfunction.

2. PRODUCT DESCRIPTION

2.1 Microwave Oven



2.2 Accessories



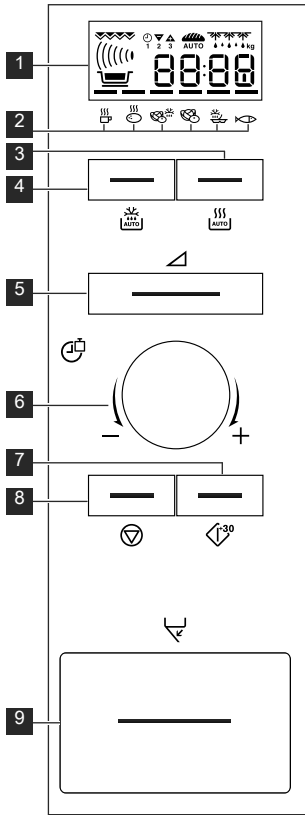
Check to make sure the following accessories are provided:

- 1** Turntable
- 2** Turntable support

- Place the turntable support in the seal packing on the floor of the cavity.
- Then place the turntable on the turntable support.
- To avoid turntable damage, ensure dishes or containers are lifted clear of the turntable rim when removing them from the oven.

i When you order accessories, please mention two items: part name and model name to your dealer or an authorised ELECTROLUX service agent.

3. CONTROL PANEL



- | | |
|---|--|
| <p>1 Digital display indicators</p> <p> Microwave</p> <p> Clock</p> <p> Cooking stages</p> <p> Plus/Minus</p> <p> Auto defrost bread</p> <p> Auto defrost</p> <p> Weight</p> | <p>2 Auto cook indicators</p> <p>3 Auto cook button</p> <p>4 Auto defrost button</p> <p>5 Power level button</p> <p>6 Timer/Weight knob</p> <p>7 Start/+30 button</p> <p>8 Stop button</p> <p>9 Door open button</p> |
|---|--|

4. BEFORE FIRST USE

4.1 Econ mode

The oven is set in energy save mode (Econ).

1. Plug in the oven.
2. The display will show: Econ.
3. The display will count down from 3:00 to zero.
4. When zero is reached, the oven goes into Econ mode and the display goes blank.


To cancel Econ mode, set the clock.

4.2 Setting the clock

The oven has a 12 and 24 hour clock.




Example: To set the clock to 11:30 (12 hour clock).

1. Open the door.
2. The display will show: Econ.
3. Press and hold the **START/+30** button for 5 seconds. The oven will beep. The display will show:
4. Rotate the **TIMER/WEIGHT** knob to adjust the hour.

5. Press the **START/+30** button once then rotate the **TIMER/WEIGHT** knob to adjust the minutes.
6. Press the **START/+30** button.
7. Check the display: 
8. Close the door.

i You can rotate the **TIMER/WEIGHT** knob clockwise or anti-clockwise. If you press the **STOP** button the clock will not be set. The display will show: Econ.


Example: To set the clock to 23:30 (24 hour clock).


1. Open the door.
2. The display will show: Econ.
3. Press and hold the **START/+30** button for 5 seconds. The oven will beep. The display will show: 
4. Press the **START/+30** button. The display will show: 
5. Rotate the **TIMER/WEIGHT** knob to adjust the hour.
6. Press the **START/+30** button once then rotate the **TIMER/WEIGHT** knob to adjust the minutes.
7. Press the **START/+30** button.
8. Check the display: 
9. Close the door.

i You can rotate the **TIMER/WEIGHT** knob clockwise or anti-clockwise. If you press the **STOP** button the clock will not be set. The display will show: Econ.


4.3 Adjusting the time when the clock is set

Example: To set the clock to 11:45.

1. Open the door.
2. Press and hold the **START/+30** button for 5 seconds. The oven will beep. The display will show: 
(If you want to change the clock to 24 H, press the **START/+30** button again.)
3. Rotate the **TIMER/WEIGHT** knob to adjust the hour.

4. Press the **START/+30** button once then rotate the **TIMER/WEIGHT** knob to adjust the minutes.
5. Press the **START/+30** button.
6. Check the display: 

4.4 To cancel the clock and set Econ mode

1. Open the door.
2. Press and hold the **START/+30** button for 5 seconds. The oven will beep. The display will show: 
(If you want to change the clock to 24 H, press the **START/+30** button again.)
3. Press the **STOP** button.
4. The display will show: Econ.
5. Close the door.
6. The oven will count down from 3:00 to zero.
7. When zero is reached, the oven goes into Econ mode and the display goes blank.

4.5 Child safety lock

The oven has a safety feature which prevents the accidental running of the oven by a child. When the lock has been set, no part of the microwave will operate until the lock feature has been cancelled.

Example: To set the child safety lock.

1. Press and hold the **STOP** button for 5 seconds.
2. The oven will beep twice and 'LOC' will be displayed.


i To cancel the child safety lock, press and hold the **STOP** button for 5 seconds, the oven will beep twice and the time of day will be displayed. Child safety lock cannot be set if the clock is not set.

5. OPERATION

5.1 Microwave safe cookware

Cookware	Microwave safe	Comments
Aluminium foil/containers	✓ / ✗	Small pieces of aluminium foil can be used to shield food from overheating. Keep foil at least 2 cm from the oven walls, as arcing may occur. Foil containers are not recommended unless specified by the manufacturer. Follow instructions carefully.
China and ceramics	✓ / ✗	Porcelain, pottery, glazed earthenware and bone china are usually suitable, except for those with metallic decoration.
Glassware e.g. Pyrex®	✓	Care should be taken if using fine glassware as it can break or crack if heated suddenly.
Metal	✗	It is not recommended to use metal cookware when using microwave power as it will arc, which can lead to fire.
Plastic/polystyrene e.g. fast food containers	✓	Care must be taken as some containers warp, melt or discolour at high temperatures.
Freezer/roasting bags	✓	Must be pierced to let steam escape. Ensure bags are suitable for microwave use. Do not use plastic or metal ties, as they may melt or catch fire due to the metal arcing.
Paper - plates, cups and kitchen paper	✓	Only use for warming or to absorb moisture. Care must be taken as overheating may cause fire.
Straw and wooden containers	✓	Always attend the oven when using these materials as overheating may cause fire.
Recycled paper and newspaper	✗	May contain extracts of metal which will cause arcing and may lead to fire.

5.2 Microwave cooking advice

Microwave cooking advice	
Composition	Foods high in fat or sugar (e.g. Christmas pudding, mince pies) require less heating time. Care should be taken as overheating can lead to fire.
Size	For even cooking make all the pieces the same size.
Temperature of food	The initial temperature of food affects the amount of cooking time needed. Cut into foods with fillings (e.g. jam doughnuts) to release heat or steam.
Arrange	Place the thickest parts of food towards the outside of the dish (e.g. chicken drumsticks).
Cover	Use vented microwave cling film or a suitable lid.
Pierce	Foods with a shell, skin or membrane must be pierced in several places before cooking or reheating as steam will build up and may cause food to explode (e.g. potatoes, fish, chicken, sausages).  IMPORTANT! Eggs should not be heated using microwave power as they may explode, even after cooking has ended (e.g. poached, hard boiled).
Stir, turn and rearrange	For even cooking it is essential to stir, turn and rearrange food during cooking. Always stir and rearrange from the outside towards the centre.
Stand	Standing time is necessary after cooking to enable the heat to disperse equally throughout the food.
Shield	Warm areas can be shielded with small pieces of foil, which reflect microwaves (e.g. legs and wings on a chicken).

5.3 Microwave cooking

Your oven has 6 power levels.

Power setting	Suggested use
800 W/ HIGH	Used for fast cooking or reheating (e.g. soup, casseroles, canned food, hot beverages, vegetables, fish).
560 W	Used for longer cooking of dense foods such as roast joints, meat loaf and plated meals, also for sensitive dishes such as cheese sauce and sponge cakes. At this reduced setting, the sauce will not boil over and food will cook evenly without over cooking at the sides.
400 W	For dense foods which require a long cooking time when cooked conventionally (e.g. beef dishes) it is advisable to use this power setting to ensure the meat will be tender.
240 W/ DEFROST	To defrost, select this power setting, to ensure that the dish defrosts evenly. This setting is also ideal for simmering rice, pasta, dumplings and cooking egg custard.
80 W	For gentle defrosting (e.g. cream gateaux or pastry).
0 W	For standing/kitchen timer.

W = WATT

Cooking time	Increasing unit
0-5 minutes	15 seconds
5-10 minutes	30 seconds
10-30 minutes	1 minute
30-90 minutes	5 minutes

Example: To heat soup for 2 minutes and 30 seconds on 560 W microwave power.

1. Press the **POWER LEVEL** button twice.
2. Enter the time by rotating the **TIMER/WEIGHT** knob clockwise/anti-clockwise until 2.30 is displayed.
3. Press the **START/+30** button.



IMPORTANT!

If the power level is not selected, 800 W/HIGH is automatically set.

5.4 Reduced power level

Cooking mode	Standard time	Reduced power level
Microwave 800 W	20 minutes	Microwave 560 W

5.5 Kitchen timer

Example: To set the kitchen timer for 7 minutes.

1. Press the **POWER LEVEL** button 7 times.
2. Enter the time by rotating the **TIMER/WEIGHT** knob clockwise/anti-clockwise until 7.00 is displayed.
3. Press the **START/+30** button.



To pause the timer, press the **STOP** button. To resume the timer press **START/+30**, to exit press **STOP** again.

5.6 Add 30 seconds

Direct Start

You can directly start cooking on 800 W/HIGH microwave power level for 30 seconds by pressing the **START/+30** button.

Extend the cooking time



You can extend the cooking time for multiples of 30 seconds if the button is pressed while the oven is in operation.

- When the door is opened during the cooking process, the cooking time on the digital display stops automatically. The cooking time starts to count down again when the door is closed and the **START/+30** button is pressed.
- If you wish to know the power level during cooking, press the **POWER LEVEL** button once.
- You can increase or decrease the cooking time during cooking by rotating the **TIMER/WEIGHT** knob.
- You can change the power level during cooking by pressing the **POWER LEVEL** button.
- To cancel a programme during cooking, press the **STOP** button twice.




You cannot use this function during auto cook or auto defrost.

5.7 Plus and minus


The **PLUS**  and **MINUS**  function enables you to decrease or increase the cooking time when using the automatic programmes.


Example: To cook 0.3 kg of boiled potatoes, well done.

1. Select the menu required by pressing the **AUTO COOK** button twice.
2. Turn the **TIMER/WEIGHT** knob until 0.3 is displayed.
3. Press the **POWER LEVEL** button once to select the **PLUS**  adjustment.
4. Press the **START/+30** button.



To cancel **PLUS/MINUS**, press the **POWER LEVEL** button 3 times.

If you select **PLUS**, the display will show .

If you select **MINUS**, the display will show .

5.8 Multiple sequence cooking

A sequence of 3 stages (maximum) can be programmed.

Example: To cook:

Stage 1: 5 minutes 800 W









Stage 2: 16 minutes 240 W

1. Press the **POWER LEVEL** button once.
2. Enter the desired time by rotating the **TIMER/WEIGHT** knob clockwise until 5.00 is displayed.
3. Check the display:
4. Press the **POWER LEVEL** button 4 times.
5. Enter the desired time by rotating the **TIMER/WEIGHT** knob clockwise until 16.00 is displayed.
6. Press the **START/+30** button.

The oven will begin to cook for 5 minutes at 800 W and then for 16 minutes on 240 W.

5.9 Auto cook and auto defrost

Auto cook and auto defrost automatically works out the correct cooking mode and cooking time. You can choose from 6 auto cook and 2 auto defrost menus.














Food	Symbol
Beverage	
Boiled potatoes/ jacket potatoes	
Frozen vegetables	
Fresh vegetables	
Frozen ready meals	
Fish fillet with sauce	
Meat/fish/poultry	
Bread	







Example: To cook 0.3 kg of boiled potatoes.

1. Select the menu required by pressing the **AUTO COOK** button twice.
2. Turn the **TIMER/WEIGHT** knob until 0.3 is displayed.
3. Press the **START/+30** button.

i When action is required (e.g. to turn food over) the oven stops and the audible bell sounds, remaining cooking time and the indicator will flash on the display. To continue cooking, press the **START/+30** button. At the end of the auto cook/auto defrost time, the programme will automatically stop. The audible bell sounds and the cooking symbol will flash. After 1 minute and a reminder beep, the time of day will be displayed.

6. PROGRAMME CHARTS

Auto cook	Weight (increasing unit)/Utensils	Button	Procedure
Beverage (Tea/Coffee) 	1-4 cups 1 cup = 200 ml	 x1	<ul style="list-style-type: none"> Place cup towards edge of turntable.
Boiled and jacket potatoes 	0.1-0.8 kg (100 g) Bowl and lid	 x2	<ul style="list-style-type: none"> Put the boiled or jacket potatoes into a bowl. Add the required amount of water, approx. 2 tbsp per 100 g and a little salt. Cover with lid. When the audible bell sounds, stir and re-cover. After cooking, stand for approx. 2 min.
Frozen vegetables 	0.1-0.6 kg (100 g) Bowl and lid	 x3	<ul style="list-style-type: none"> Add 1 tbsp water per 100 g and salt as desired (for mushrooms no additional water is necessary). Cover with lid. When the audible bell sounds, stir and re-cover. After cooking, stand for approx. 2 min. <p> If frozen vegetables are compacted together, cook manually.</p>
Fresh vegetables 	0.1-0.6 kg (100 g) Bowl and lid	 x4	<ul style="list-style-type: none"> Cut into small pieces, e.g. strips, cubes or slices. Add 1 tbsp water per 100 g and salt as desired (for mushrooms no additional water is necessary). Cover with lid. When the audible bell sounds, stir and re-cover. After cooking, stand for approx. 2 min.
Frozen ready meals (stirrable) 	0.3-1.0 kg (100 g) Bowl and lid	 x5	<ul style="list-style-type: none"> Transfer meal to suitable microwave-proof dish. Add some liquid if recommended by the manufacturer. Cover with lid. Cook without cover if the manufacturer instructs. When the audible bell sounds, stir and re-cover. After cooking, stir and stand for approx. 2 min.
Fish fillet with sauce 	0.4-1.2 kg ¹⁾ (100 g) Gratin dish and microwave cling film	 x6	<ul style="list-style-type: none"> See recipes for 'Fish fillet with sauce'. <p>¹⁾ Total weight of all ingredients.</p>

Auto defrost	Weight (increasing unit)/Utensils	Button	Procedure
Meat/fish/poultry 	0.2-0.8 kg (100 g) Flan dish	 x1	<ul style="list-style-type: none"> Place the food in a flan dish in the centre of the turntable. When the audible bell sounds, turn the food over, rearrange and separate. Shield thin parts and warm spots with aluminium foil. After defrosting, wrap in aluminium foil for 15-45 min, until thoroughly defrosted. Minced meat: When the audible bell sounds, turn the food over. Remove the defrosted parts if possible. <p> Not suitable for whole poultry.</p>
Bread  	0.1-1.0 kg (100 g) Flan dish	 x2	<ul style="list-style-type: none"> Distribute in a flan dish in the centre of the turntable. For 1.0 kg, distribute directly on the turntable. When the audible bell sounds, turn over, rearrange and remove defrosted slices. After defrosting cover in aluminium foil and stand for 5-15 min until thoroughly defrosted.

- Chilled foods are cooked from 5 °C, frozen foods are cooked from -18 °C.
- Enter the weight of the food only. Do not include the weight of the container.
- For food weighing more or less than weights/quantities given in the Auto cook and defrost charts, use manual operation.
- The final temperature will vary according to the initial temperature. Check food is piping hot after cooking.
- After Microwave mode the cooling fan may come on.
- Steaks and chops should be frozen in one layer.
- Minced meat should be frozen in a thin shape.

Recipes for auto cook

Fish fillet with piquant sauce			
0.4 kg	0.8 kg	1.2 kg	
140 g	280 g	420 g	canned tomatoes, drained
40 g	80 g	120 g	corn
4 g	8 g	12 g	chilli sauce
12 g	24 g	36 g	onion, finely chopped
1 tsp	1-2 tsp	2 tsp	red wine vinegar
			mustard, thyme and cayenne pepper
200 g	400 g	600 g	fish fillet
			salt

1. Mix ingredients for the sauce.
2. Place the fish fillet in a round gratin dish with the thin ends toward the centre and sprinkle with salt.
3. Spread the sauce on the fish fillet.
4. Cover with microwave cling film and cook on auto cook, "Fish fillet with sauce".
5. After cooking, stand for approx. 2 min.

Fish fillet with curry sauce			
0.4 kg	0.8 kg	1.2 kg	
200 g	400 g	600 g	fish fillet
			salt
40 g	80 g	120 g	banana, sliced
160 g	320 g	480 g	ready-made curry sauce

1. Place the fish fillet in a round gratin dish with the thin ends toward the centre and sprinkle with salt.
2. Spread the banana and the ready-made curry sauce on the fish fillet.
3. Cover with microwave cling film and cook on auto cook, "Fish fillet with sauce".
4. After cooking, stand for approx. 2 min.

Cooking charts

Heating food and drink	Quantity -g/ml-	Power Level	Time -Min-	Method	
Milk,	1 cup	150	800 W	1	do not cover
Water,	1 cup	150	800 W	1-2	do not cover
	6 cups	900	800 W	10-12	do not cover
	1 bowl	1000	800 W	11-13	do not cover
One plate meal (vegetables, meat and trimmings)	400	800 W	3-6	sprinkle some water onto the sauce, cover, stir halfway through heating	
Soup/stew	200	800 W	1-2	cover, stir after heating	
Vegetables	200	800 W	2-3	if necessary add some water, cover, stir halfway through heating	
	500	800 W	4-5		
Meat, 1 slice ¹⁾	200	800 W	3-4	thinly spread sauce over the top, cover	
Fish fillet ¹⁾	200	800 W	2-3	cover	
Cake, 1 slice	150	400 W	½	place in a flan dish	
Baby food, 1 jar	190	400 W	1	transfer into a suitable microwaveable container, after heating stir well and test the temperature	
Melting margarine or butter ¹⁾	50	800 W	½	cover	
Melting chocolate	100	400 W	2-3	stir occasionally	

¹⁾from chilled

Defrosting	Quantity -g-	Power Level	Time -Min-	Method	Standing time -Min-
Goulash	500	240 W	8-12	stir halfway through defrosting	10-15
Cake, 1 slice	150	80 W	2-5	place in a flan dish	5
Fruit (e.g. cherries, strawberries, raspberries, plums)	250	240 W	4-5	spread out evenly, turn over halfway through defrosting	5

Defrosting and cooking	Quantity -g-	Power Level	Time -Min-	Method	Standing time -Min-
Fish fillet	300	800 W	10-12	cover	2
One plate meal	400	800 W	9-11	cover, stir after 6 minutes	2

Cooking meat and fish	Quantity -g-	Power Level	Time -Min-	Method	Standing time -Min-
Roasts (pork, veal, lamb)	1000	800 W 400 W	19-21 ¹⁾ 11-14	season to taste, place in a shallow flan dish, turn over after ¹⁾	10
Roast beef (medium)	1000	800 W 400 W	9-11 ¹⁾ 5-7	season to taste, place in a flan dish, turn over after ¹⁾	10
Fish fillet	200	800 W	3-4	season to taste, place in a flan dish, cover	3

i The times shown in the table are guidelines which may vary according to freezing temperature, quality and weight of the foodstuffs.

7. CARE AND CLEANING

CAUTION!

DO NOT USE COMMERCIAL OVEN CLEANERS, STEAM CLEANERS, ABRASIVE, HARSH CLEANERS, ANY THAT CONTAIN SODIUM HYDROXIDE OR SCOURING PADS ON ANY PART OF YOUR MICROWAVE OVEN.

CLEAN THE OVEN AT REGULAR INTERVALS AND REMOVE ANY FOOD DEPOSITS. Failure to maintain the oven in a clean condition could lead to a deterioration of the surface that could adversely affect the life of the appliance and possibly result in a hazardous situation.

Oven exterior

The outside of your oven can be cleaned easily with mild soap and water. Make sure the soap is wiped off with a moist cloth, and dry the exterior with a soft towel.

Control panel

Open the door before cleaning to deactivate the control panel. Care should be taken when cleaning the control panel. Using a cloth dampened with water only, gently wipe the panel until it becomes clean. Avoid using excessive amounts of water. Do not use any sort of chemical or abrasive cleaner.

Oven interior

For cleaning, wipe any splatters or spills with a soft damp cloth or sponge after each use while the oven is still warm. For heavier spills, use a mild soap and wipe

several times with a damp cloth until all residues are removed. Do not remove the waveguide cover.

Make sure that mild soap or water does not penetrate the small vents in the walls which may cause damage to the oven.

Do not use spray type cleaners on the oven interior.

Turntable and turntable support

Remove the turntable and turntable support from the oven. Wash the turntable and turntable support in mild soapy water. Dry with a soft cloth. Both the turntable and the turntable support are dishwasher safe.

Door

To remove all trace of dirt, regularly clean both sides of the door, the door seals and sealing surfaces with a soft, damp cloth. Do not use harsh abrasive cleaners or sharp metal scrapers to clean the oven door glass since they can scratch the surface, which may result in shattering of the glass.



IMPORTANT!

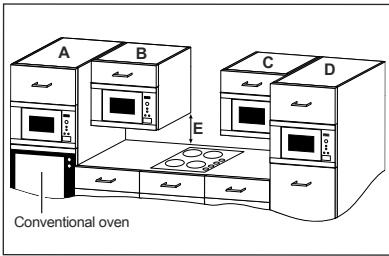
A steam cleaner should not be used.

8. TROUBLESHOOTING

Problem	Check if . . .
The microwave appliance is not working properly?	<ul style="list-style-type: none"> • The fuses in the fuse box are working. • There has not been a power outage. • If the fuses continue to blow, please contact a qualified electrician.
The microwave mode is not working?	<ul style="list-style-type: none"> • The door is properly closed. • The door seals and their surfaces are clean. • The START/+30 button has been pressed.
The turntable is not turning?	<ul style="list-style-type: none"> • The turntable support is correctly connected to the drive. • The ovenware does not extend beyond the turntable. • Food does not extend beyond the edge of the turntable preventing it from rotating. • There is nothing in the well beneath the turntable.
The microwave will not switch off?	<ul style="list-style-type: none"> • Isolate the appliance from the fuse box. • Call an authorised ELECTROLUX service agent.
The interior light is not working?	<ul style="list-style-type: none"> • Call your local ELECTROLUX service agent. The interior light bulb can be exchanged only by a trained ELECTROLUX service agent.
The food is taking longer to heat through and cook than before?	<ul style="list-style-type: none"> • Set a longer cooking time (double quantity = nearly double time) or • If the food is colder than usual, rotate or turn from time to time or • Set a higher power setting.

9. INSTALLATION

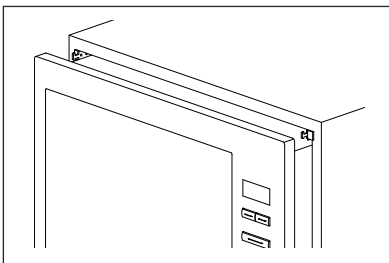
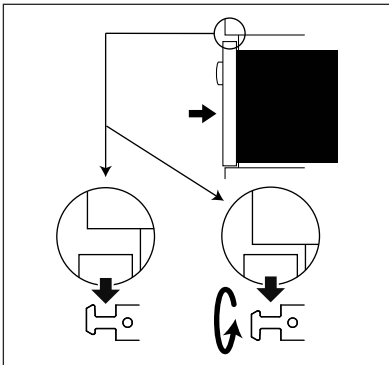
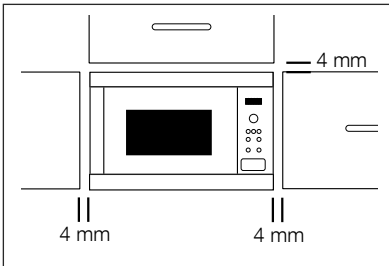
The microwave can be fitted in position A, B, C or D:



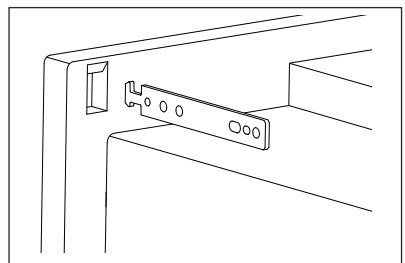
Position	Niche size		
	W	D	H
A	562	550	360
B+C	462	300	350
	462	300	360
	562	300	350
	562	300	360
D	462	500	350
	462	500	360
	562	500	350
	562	500	360

Measurements in (mm)

9.1 Installing the appliance



1. Remove all packaging and check carefully for any signs of damage.
2. This oven is designed to fit into a 360 mm high cupboard as standard. When fitting into a 350 mm high cupboard:-
Unscrew and remove the 4 feet from the bottom of the oven. There are 3 tall feet and 1 short foot. Replace the 3 tall feet with those provided in the accessory pack. Do not replace the short foot.
3. Fit the fixing hooks to the kitchen cupboard using the instruction sheet and template supplied.
4. Fit the appliance into the kitchen cupboard slowly, and without force. The appliance should be lifted onto the fixing hooks and then lowered into place. In the case of interference during fitting, this hook is reversible. The front frame of the oven should seal against the front opening of the cupboard.
5. Ensure the appliance is stable and not leaning. Ensure that a 4 mm gap is kept between the cupboard door above and the top of the frame (see diagram).

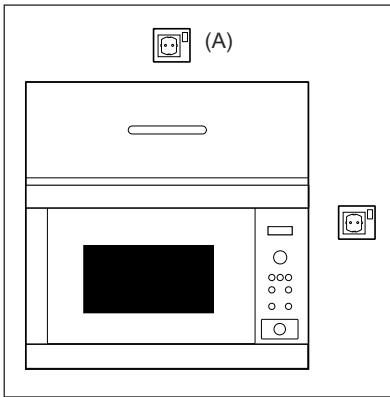


9.2 Safe use of the appliance

If fitting the microwave in position B or C:

- The cupboard must be a minimum of 500 mm (E) above the worktop and must not be installed directly above a hob.
- This appliance has been tested and approved for use near domestic gas, electric and induction hobs only.
- Sufficient space between hob and microwave should be allowed to prevent overheating of microwave oven, surrounding cupboard and accessories.
- Do not operate the hob without pans when the microwave oven is operating.
- Care should be taken when attending to the microwave oven while the hob is on.

9.3 Connecting the appliance to the power supply



- The electrical outlet should be readily accessible so that the unit can be unplugged easily in an emergency. Or it should be possible to isolate the oven from the supply by incorporating a switch in the fixed wiring in accordance with the wiring rules.
- The socket should not be positioned behind the cupboard.
- The best position is above the cupboard, see (A).
- Connect the appliance to a single phase 230 V/50 Hz alternating current via a correctly installed earth socket. The socket must be fused with a 10 A fuse.
- The power supply cord may only be replaced by an electrician.
- Before installing, tie a piece of string to the power supply cord to facilitate connection to point (A) when the appliance is being installed.
- When inserting the appliance into the high-sided cupboard, DO NOT crush the power supply cord.
- Do not immerse the power supply cord or plug in water or any other liquid.

9.4 Electrical connections



WARNING!
THIS APPLIANCE MUST BE
EARTHED

If the plug that is fitted to your appliance is not suitable for your socket outlet, you must call your local service agent.

The manufacturer declines any liability should this safety measure not be observed.

10. TECHNICAL INFORMATION


AC Line Voltage	230 V, 50 Hz, single phase	
Distribution line fuse/circuit breaker	Minimum 10 A	
AC Power required:	Microwave	1.2 kW
Output power:	Microwave	800 W (IEC 60705)
Microwave Frequency	2450 MHz ¹⁾ (Group 2/Class B)	
Outside Dimensions:	EMS17005O	494 mm (W) x 371 mm (H) x 316 mm (D)
	EMS17006O	594 mm (W) x 371 mm (H) x 316 mm (D)
Cavity Dimensions	285 mm (W) x 202 mm (H) x 298 mm (D) ²⁾	
Oven Capacity	17 litres ²⁾	
Turntable	ø 272 mm, glass	
Weight	approx. 16 kg	
Oven lamp	25 W/240-250 V	

- ¹⁾ This Product fulfils the requirement of the European standard EN55011. In conformity with this standard, this product is classified as group 2 class B equipment. Group 2 means that the equipment intentionally generates radio-frequency energy in the form of electromagnetic radiation for the heat treatment of food. Class B equipment means that the equipment is suitable to be used in domestic establishments.
- ²⁾ Internal capacity is calculated by measuring maximum width, depth and height. Actual capacity for holding food is less.


This oven complies with the requirements of Directives 2004/108/EC, 2006/95/EC, 2009/125/EC and 2011/65/EU.

SPECIFICATIONS ARE SUBJECT TO CHANGE WITHOUT NOTICE AS PART OF CONTINUOUS IMPROVEMENT

11. ENVIRONMENT CONCERNS

Recycle materials with the symbol . Put the packaging in applicable containers to recycle it.

Help protect the environment and human health and recycle waste electrical and electronic appliances.

Do not dispose of appliances marked with the symbol  with household waste. Return the product to your local recycling facility or contact your municipal office.

A series of horizontal dotted lines for writing.

electrolux.com/shop



TINS-B125URR0 

