



Living innovation

مایکروویو MW 602

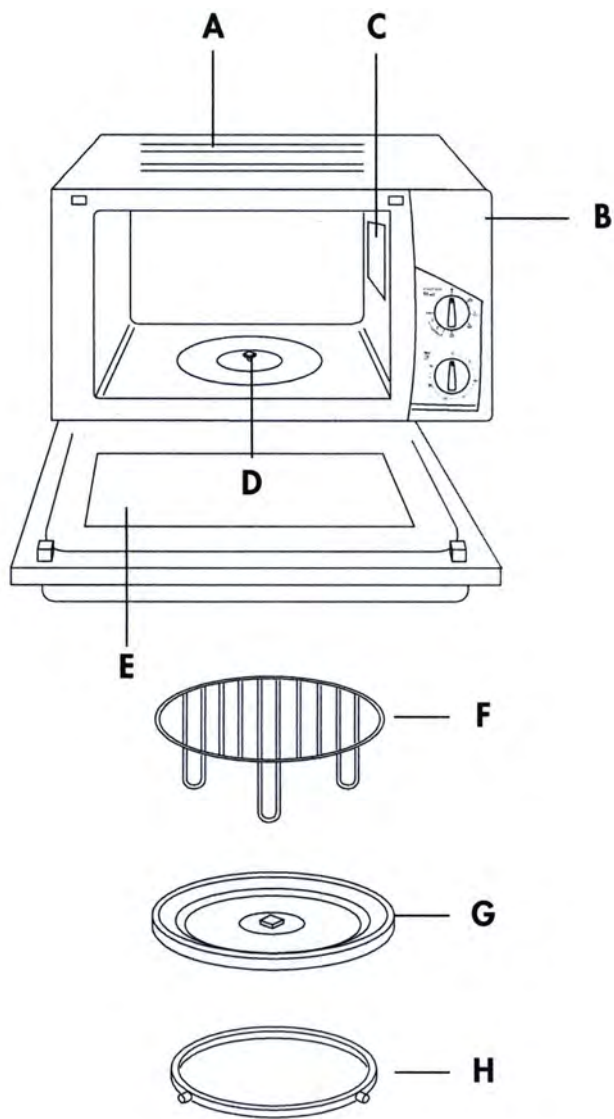
۴	توصیف
۴	چگونه بهترین نتایج را از اجاق مایکروویوتان بگیرید
۵	هشدارهای مهم ایمنی
۶	داده‌های فنی
۶	اتصالات برقی
۶	توان خروجی
۷	نصب
۸	توصیف و کاربرد کنترلگرها
۸	متعلقات ارایه شده
۹	ظروف مورد استفاده
۱۰	پیش‌نهادهایی برای استفاده درست از اجاق تان
۱۱	عملکرد فقط مایکروویو
۱۹	عملکرد ترکیبی مایکروویو + گریل
۲۱	عملکرد فقط گریل
۲۳	نگهداری و تمیزکاری

داده‌ها و دستورالعمل آزمون‌های کارکرد مطابق با IEC 60705 و EN 60705 (از ۱۹۹۹ تا ۲۰۰۴)

کارگروه بین‌المللی الکتروتکنیک SC 59H، استاندارد را برای آزمون مقایسه‌ای کارکردهای گرمایشی اجاق‌های مایکروویو پدید آورده است.

موارد زیر را برای این اجاق توصیه می‌کنیم:










شماره آزمون در استانداردنامه	یکاد	زمان (دقیقه)	عملکرد	وزن (گرم)	زمان انتظار (دقیقه)	نکته‌ها
۱۲/۳/۱	کاسترد تخم‌مرغ	۱۲-۱۴		۷۵۰	۵	سطح فوقانی را باید پس از پایان زمان انتظار ارزیابی نمود. ارزیابی درون کاسترد را باید پس از ۲ ساعت انجام داد.
۱۲/۳/۲	کیک اسفنجی	۴-۶		۴۷۵	۵	از ظرف شیشه‌ای بوروسیلیکاتی مذکور در استانداردنامه (با حداکثر قطر ۲۱۰ میلی‌لیتر) یا ظرف شیشه‌ای پیرکس با قطر ۲۱۰، بلندای ۵۰، و ضخامت دیواره ۶ میلی‌متر استفاده کنید.
۱۲/۳/۳	کوفته گوشت	۱۸-۲۰		۹۰۰	۵	ظرف را با فویل نایلونی پوشانده، فویل را سوراخ کنید. از ظرف شیشه‌ای بوروسیلیکاتی چهارگوش مذکور در استانداردنامه یا از آرکوپال با شماره مقوله Z1/B8(01)10460-1 استفاده کنید.
۱۲/۳/۴	سبب‌زمینی گراتینه	۲۰-۲۵	COMBI 3	۱۱۰۰	۵	از ظرف شیشه‌ای بوروسیلیکاتی مذکور در استانداردنامه (با حداکثر قطر ۲۱۰ میلی‌لیتر) یا ظرف شیشه‌ای پیرکس با قطر ۲۱۰، بلندای ۵۰، و ضخامت دیواره ۶ میلی‌متر استفاده کنید. ظرف را مستقیماً بر روی صفحه‌گردان بگذارید.
۱۲/۳/۶	جوجه (ماکیان)	۳۵-۴۰	COMBI 2	۱۲۰۰	۵	دستورالعمل‌های زیر را حتماً برای این نوع محتویات رعایت نمایید: پرنده یا جوجه را در ظرف پیرکس به قطر ۲۱۰، بلندای ۵۰، و ضخامت دیواره ۶ میلی‌متر قرار دهید. نصف لیوان آب در ظرف ریخته، آن را مستقیماً بر روی صفحه‌گردان قرار دهید. از هیچ گونه پایه سیمی یا سینی جمع‌آوری چکه‌ای استفاده نکنید. پس از گذشت نیمی از زمان پخت، بر گردانید.
۱۳/۳	بخزدایی گوشت چرخ‌کرده	۱۰-۱۲		۵۰۰	۱۵	قطعهٔ یخ‌زده را مستقیماً روی صفحه‌گردان (G) قرار دهید. پس از گذشت نیمی از زمان پخت، برگردانید.



توصیف

- A المنت گرمایی
- B صفحه کنترل
- C پوشش خروجی مایکروویوها
- D محور صفحه گردان
- E رویه داخلی در
- F پایه سیمی
- G صفحه گردان
- H حامل صفحه گردان

چگونه بهترین نتایج را از اجاق مایکروویوتان بگیرید

شماره صفحه جدول مقادیر و زمان ها	شماره صفحه دستور العمل	کدام عملکرد را انتخاب کنم؟	چه کار می خواهیم بکنم؟
۱۳	۱۲	 فقط مایکروویو	● یخ زدایی کردن
	۱۲	 فقط مایکروویو	● گرم نگه داشتن غذاها
۱۵	۱۱		● نرم کردن شکلات / رویه کیک
 مایکروویو	۱۱	 فقط مایکروویو	● ذوب کردن کره و پنیر
۱۸	۱۸		● پختن کیک و شیرینی
۱۳	۱۱	 فقط مایکروویو	● پختن تکه های کوچک و سینه مرغ
۱۳	۱۱		● پختن میوه و سبزیجات، برنج، سوپ و آش، ماهی
۱۷	۱۶	 فقط مایکروویو	● گرم کردن انواع غذاهای قبلاً پخته شده یخ زده
۱۵	۱۱		● درست کردن سریع انواع بریانی، کباب، ماکیان، سیب زمینی
 مایکروویو + گریل	۱۹	COMBI 1 COMBI 2 COMBI 3	● گراتینه کردن غذاها (مثلاً لازانیا، سبزیجات گراتینه، ماکارونی)
 گریل	۲۱	 فقط گریل	● کباب پز (گریل) کردن به روش سنتی (همبرگر، گوشت استخوان دار، فرانکفورتر، سوسیس و کالباس، نان برشته (تست)، و غیره

این دستورالعمل‌ها را به دقت خوانده، برای استفاده در آینده، نزد خود نگه دارید.

توجه: این اجاق برای یخ‌زدایی، گرم‌کردن، و پختن غذاها در محیط خانه طراحی شده است و نباید از آن برای مقاصد و اهداف دیگری استفاده نمود و نباید به هیچ وجه آن را دستکاری کرد.

۱) هشدار: چنانچه در یا واشرهای در آسیب دیده است، تا زمانی که به دست یک متخصص (آموزش‌دیده تولیدکننده یا خدمات پس‌ازفروش) تعمیر نشده، نباید از اجاق استفاده نمود.



۲) هشدار: هر گونه عمل تعمیر یا سرویس دستگاه که مستلزم بازکردن و برداشتن پوشش محافظ دستگاه در برابر انرژی مایکروویو است، برای هر کسی، جز یک شخص آموزش‌دیده و باتجربه، خطرناک است.

۳) هشدار: مایعات و دیگر غذاها را نباید در ظرف‌های در بسته گرم کرد؛ زیرا امکان ترکیدن آنها وجود دارد. تخم‌مرغ با پوسته و تخم‌مرغ‌های آب‌پز درسته را نمی‌باید در اجاق‌های مایکروویو گرم نمود؛ زیرا ممکن است، حتی پس از پایان گرم‌کردن در مایکروویو، بترکند.



۴) هشدار: تنها زمانی به کودکان اجازه دهید تا از مایکروویو، بدون نظارت شما، استفاده کنند که آموزش‌های کافی را برای استفاده ایمن از اجاق به آنها داده باشید و آنان نیز از خطرهای استفاده نادرست و نامناسب از دستگاه آگاه باشند.



۵) هشدار: زمانی که دستگاه را در حالت ترکیبی به کار انداخته‌اید، کودکان تنها با نظارت شما باید از دستگاه استفاده کنند؛ زیرا، در این حالت، دمای دستگاه بسیار بالاست.

۶) سعی نکنید اجاق مایکروویو را با دستکاری تمهیدات و ادوات ایمنی آن، با در باز، به کار بیندازید.

مجاز



۷) اگر هر گونه چیزی بین صفحه جلویی اجاق و در آن گیر کرده یا چسبیده است، اجاق را به کار نیندازید. همیشه رویه داخلی در (E) را پاکیزه و تمیز نگه دارید و این کار را با پارچه‌ای نمدار و شوینده‌هایی غیرسایا انجام دهید. هرگز نگذارید کثیفی یا بازمانده مواد غذایی بین صفحه جلویی اجاق و در آن جمع شود.

۸) چنانچه سیم تغذیه (سیم برق) دستگاه آسیب دیده، آن را باید تولیدکننده یا مرکز خدمات فنی مجاز یا یک شخص آموزش‌دیده مجرب برای تان تعویض کند تا جلوی هر گونه خطری، از جمله خطر برق‌گرفتگی، گرفته شود.

۹) چنانچه دستگاه دود کرد، آن را خاموش کنید یا از پریز بکشید و بگذارید در آن بسته باشد تا هر گونه شعله‌ای خفه شود.

۱۰) تنها از وسایلی استفاده کنید که برای اجاق مایکروویو مناسب هستند. برای جلوگیری از گرم‌شدن بیش‌ازحد و خطر آتش‌سوزی حاصل از آن، توصیه می‌شود که به هنگام پختن غذا در ظروف یک‌بارمصرف پلاستیکی، مقوایی، یا دیگر مواد اشتعال‌پذیر، و نیز به هنگام گرم‌کردن مقادیر اندک غذا، بر کار دستگاه نظارت کنید و از آن دور نشوید.

۱۱) اگر صفحه‌گردان برای مدتی طولانی داغ شده است، هرگز آن را در آب فرو نبرید. شوک گرمایی زیاد باعث شکستن و ترک‌خوردن صفحه‌گردان می‌شود.

۱۲) به هنگام پخت با عملکردهای «فقط مایکروویو» و «ترکیبی با مایکروویو» اصلاً نباید اجاق را (بدون مواد غذایی و به‌صورت خالی) از پیش گرم کرد و نباید آن را، هنگامی که خالی است، به کار انداخت؛ زیرا این کار باعث جرقه‌زدن درون دستگاه می‌شود.

۱۳) پیش از استفاده از این اجاق، مطمئن شوید همه وسایلی که برای استفاده در اجاق انتخاب کرده‌اید، مناسب برای مایکروویو باشند (بخش «ظروف مورد استفاده» را ببینید).

۱۴) در طول استفاده، دستگاه داغ می‌شود. به المنت‌های گرمایی درون اجاق دست نزنید.

۱۵) به هنگام گرم کردن مایعات (آب، قهوه، شیر، ...) ممکن است محتویات ناگهان شروع به جوشیدن کرده، در نتیجه جوشیدن باتأخیر، سر برونند و موجب ایجاد سوختگی شوند. برای جلوگیری از این اتفاق، می‌باید قاشق پلاستیکی ضدگرما یا میله‌ای شیشه‌ای را، پیش از آغاز به گرم کردن مایعات، درون ظرف و در این مایعات فرو ببرید. در هر حال، به هنگام کار کردن با ظروف، می‌باید نهایت دقت را مبذول داشت.

۱۶) نوشیدنی‌های با محتوای الکل بالا یا مقادیر زیاد روغن را گرم نکنید؛ زیرا ممکن است آتش بگیرند.



۱۷) محتویات شیشه‌شیر بچه و شیشه‌های مواد غذایی کودک را می‌باید، به هنگام گرم کردن، مرتباً هم زد یا تکان داد تا دمای محتویات آن یکدست شود. همچنین باید محتویات آنها را، پیش از خوردن به بچه، چک کرد تا جلوی سوختن بچه گرفته شود.

به هنگام استفاده از استریل‌کننده‌های تجاری موجود در بازار، پیش از روشن کردن اجاق، همیشه مطمئن شوید که ظرف از مقدار آب توصیه‌شده تولیدکننده پر شده باشد.

۱۸) تمیز نکردن کامل و مناسب اجاق مایکروویو باعث خراب شدن سطوح دستگاه می‌شود و، از این رو، عمر دستگاه کاهش یافته، موجب بروز خطرهایی برای کاربر می‌شود.

نکته: به هنگام استفاده از اجاق برای نخستین بار، ممکن است دستگاه برای مدتی در حدود ۱۰ دقیقه، بوی «نویی» دهد و اندکی دود تولید کند. این به دلیل وجود مواد محافظ به‌کاررفته در المنت‌های گرمایی است. در این حالت، می‌توانید اتاق را تهویه کنید.



داده‌های فنی

ابعاد بیرونی (دراز) × ژرفا × بلندا)	۴۰۰ × ۳۲۰ × ۵۲۰ میلی‌متر
ابعاد درونی (دراز) × ژرفا × بلندا)	۳۳۰ × ۲۱۲ × ۳۳۰ میلی‌متر
گنجایش مفید	۲۳ لیتر
وزن	۱۵/۵ کیلوگرم
قطر صفحه‌گردان	۳۱/۵ سانتی‌متر
چراغ داخل اجاق	۲۰ وات
توان مصرفی مایکروویو	۹۰۰ وات (IEC 705)

برای اطلاعات بیشتر، به صفحه اطلاعات پشت دستگاه مراجعه کنید.
این دستگاه با رهنمودهای اتحادیه اروپایی به شماره ۸۹/۳۳۶ و ۹۲/۳۱ مربوط به سازگاری الکترومغناطیسی و مقررات این اتحادیه به شماره ۱۹۳۵/۲۰۰۴ مورخ ۲۷/۱۰/۲۰۰۴ در مورد موادی که در تماس با مواد غذایی هستند، مطابقت دارد.

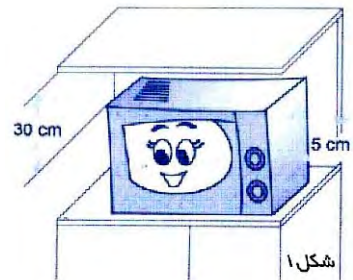
اتصالات برقی

تولیدکننده مسئولیتی در برابر زیان‌ها یا آسیب‌های ناشی از رعایت‌نکردن این هنجار ایمنی بر عهده نمی‌گیرد.

این دستگاه را تنها به پریزهایی دست‌کم ۱۰ آمپری بزنید. پیش از استفاده از این دستگاه، مطمئن شوید که شبکه برق محلی‌تان با مشخصات صفحه اطلاعات دستگاه یکی باشد و پریز برق منزل‌تان درست و به‌خوبی ارت شده باشد.

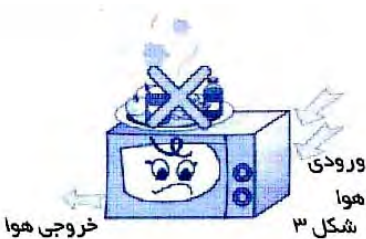
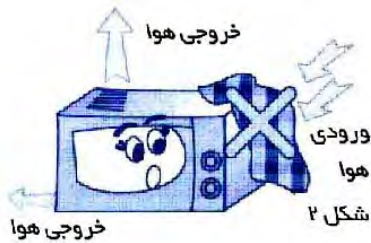
- ۱) پس از درآوردن اجاق از جعبه‌اش، پوشش محافظ حاوی صفحه‌گردان (G) و حامل آن (H) را جدا کنید. مطمئن شوید که محور صفحه‌گردان (D) درست در جای ویژه‌اش در وسط صفحه‌گردان جا افتاده باشد.
- ۲) داخل اجاق را با دستمالی نرم و نم‌دار تمیز کنید.
- ۳) ببینید که دستگاه در حین حمل و نقل آسیب ندیده باشد و به‌ویژه این که در آن درست باز و بسته شود.
- ۴) اجاق را بر روی سطحی صاف و محکم و در بلندی دست کم ۸۵ سانتی‌متری از زمین و دور از دسترس کودکان قرار دهید؛ زیرا به هنگام کار کردن دستگاه، در آن ممکن است خیلی داغ شود.

۵) پس از گذاشتن دستگاه بر روی سطح کار، ببینید که فاصله‌ای ۵ سانتی‌متری بین سطوح بیرونی اجاق و دیواره‌های کناری و پشتی آن، و فاصله‌ای دست کم ۳۰ سانتی‌متری در بالای آن وجود داشته باشد (شکل ۱ را ببینید).

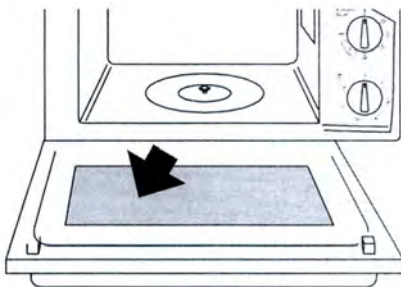


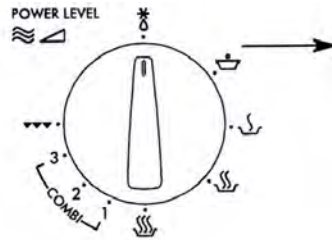
شکل ۱

۶) شبکه ورودی هوا را مسدود نکنید. به‌ویژه، هیچ چیزی در بالای اجاق قرار ندهید و مطمئن شوید که شکاف‌های خروجی هوا (در بالا، زیر، و پشت اجاق) همیشه باز و بدون گرفتگی باشند (شکل‌های ۲ و ۳ را ببینید).



- ۷) حامل صفحه‌گردان (H) را در وسط اتاقک پخت قرار دهید و صفحه‌گردان (G) را روی آن بگذارید. محور (D) باید در جایش در وسط صفحه‌گردان جا افتاده باشد.
- ۸) دستگاه را در جایی قرار دهید که دوشاخه را بتوان به راحتی، حتی پس از نصب، به پریز زد.
- ۹) پوشش پلاستیکی شفاف چسبانده‌شده بر روی سطح داخلی در اجاق را جدا نکنید.



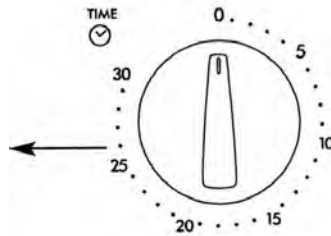


پیچ انتخاب برنامه‌ها

این پیچ را به روی توان / عملکرد موردنظر بچرخانید.

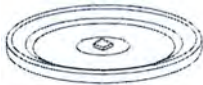
پیچ تنظیم تایمر

این پیچ آغازکننده همه عملکردها و فرایندهای پخت است.



متعلقات ارایه شده

صفحه گردان



صفحه گردان همیشه و در همه عملکردها به کار می‌رود.

پایه سیمی



عملکرد فقط گریل
برای همه انواع غذاهای گریلی (کبابی)

است نتوانند درون اتاقک پخت بچرخند، می‌توانید محور (D) را از جایش در آورد تا جلوی چرخیدن صفحه‌گردان (G) گرفته شود. فراموش نکنید که برای گرفتن بهترین نتایج به هنگام کار با این گونه ظروف، باید غذا را، در طول فرایند پخت، بارها هم بزنید و ظرف را بر گردانید. ظروف فلزی، چوبی، بازیافتی، قوطی‌های حلبی و قلعی، و نین، برای استفاده در مایکروویو مناسب نیستند. پایه فلزی آرایه‌شده به همراه دستگاه‌تان کاملاً برای استفاده ایمن در دستگاه آزمایش شده است. فراموش نکنید که چون ریزموج‌ها (امواج مایکرو) غذا را گرم می‌کنند و نه ظرف شیشه‌ای، سفالی، یا موارد مشابه حاوی آن را، می‌توانید این غذاها را در بشقابی که در آن غذا می‌خورید نیز بپزید و، بدین ترتیب، دیگر دردسر تمیز کردن چند ظرف اضافه را نداشته باشید. اگر از اجاق در عملکردهای «فقط گریل» آن استفاده می‌شود، از هیچ یک از ظروف یک‌بار مصرف پلاستیکی یا کاغذی یا قابل اشتعال نمی‌توان استفاده نمود، ولی از همهٔ دیگر انواع ظروف از جمله ظروف فلزی می‌توان استفاده کرد (جدول را ببینید).

در عملکردهای فقط مایکروویو و ترکیبی با مایکروویو، از همهٔ انواع ظروف شیشه‌ای (ترجیحاً پیرکس)، سرامیکی، چینی، و سفالی (پخته‌شده) می‌توانید استفاده کنید؛ به این شرط که دارای قسمت‌ها یا قطعات فلزی (مثلاً آرایه‌ها، لبه‌ها، دسته‌ها، یا پایه‌های فلزی یا حتی طلایی) نباشند. از ظروف پلاستیکی مقاوم در برابر گرما نیز می‌توان استفاده کرد، ولی تنها برای پخت با عملکرد «فقط مایکروویو». چنانچه هنوز تردیدی در مورد به‌کاربردن ظرفی خاص دارید، می‌توانید دست به آزمایش ساده‌ای بزنید. ظرف خالی را برای ۳۰ ثانیه با حداکثر توان (عملکرد «فقط مایکروویو») در اجاق قرار دهید. اگر ظرف همچنان سرد بود یا فقط اندکی گرم شده بود، برای پخت در حالت مایکروویو مناسب است. اگر خیلی داغ بود یا جرقه می‌زد، مناسب نیست. برای گرم‌کردن‌های کوتاه‌مدت، می‌توانید از دستمال‌های کاغذی، سینی‌های مقوایی، و بشقاب‌های پلاستیکی یک‌بار مصرف نیز استفاده کنید. تا آنجا که به شکل و اندازهٔ ظروف مربوط می‌شود، حتماً باید این ظروف به‌گونه‌ای باشند که به‌راحتی در اجاق بچرخند. برای استفاده از ظروف مستطیلی بزرگ (که ممکن

فلزی	کاغذی یا مقوایی *	پلاستیکی	فویل آلومینیومی	سفالی	سرامیکی	پیرکس	شیشه‌ای	
خیر	بله	بله	خیر	بله	بله	بله	بله	فقط مایکروویو
خیر	خیر	خیر	خیر	بله	بله	بله	خیر	ترکیبی مایکروویو + گریل
بله	خیر	خیر	بله	بله	بله	بله	خیر	فقط گریل

* اگر زمان‌های پخت زیادی طولانی شوند، امکان آتش‌گرفتنی وجود دارد.

چربی یا روغن استفاده کنید یا، در برخی از موارد، در طی فرایند پخت، از هیچ‌گونه چربی‌ای استفاده ننمایید.

از این رو، پختن در اجاق مایکروویو، سالم و مناسب برای رژیم غذایی فرد دانسته می‌شود و، در مقایسه با روش‌های سنتی، مواد غذایی کمتر آب از دست می‌دهند، ارزش غذایی‌شان بیشتر حفظ می‌شود، و عطر و طعم اولیه‌شان را بیشتر نگه می‌دارند.

ریزموج‌ها یا مایکروویوها تابشی الکترومغناطیسی هستند که در طبیعت به‌صورت امواج نور (مثلاً آفتاب) یافت می‌شوند. در درون اجاق، این امواج از هم‌سو به داخل غذا نفوذ می‌کنند و مولکول‌های آب، چربی، و قند موجود در آن را گرم می‌دهند.

گرما بسیار سریع تنها در خود غذا تولید می‌شود؛ در حالی که ظرف محتوی غذا به‌طور غیرمستقیم و با گرمایی که غذای گرم یا داغ‌شده بیرون می‌دهد، گرم می‌شود. این امر مانع از جسییدن غذا به ظرفش می‌شود و، بنا بر این، شما می‌توانید از مقدار اندکی

قواعدی بنیادین برای پختن با مایکروویو

۱) برای تنظیم درست زمان‌های پخت (در مراجعه به جدول‌های صفحه‌های بعد)، به یاد داشته باشید که وقتی مقدار ماده غذایی را افزایش می‌دهید، دمای پخت را نیز می‌باید به همان نسبت افزایش دهید و بر عکس. رعایت زمان‌های «انتظار» نیز مهم است: **زمان انتظار** مدت زمانی است که پس از پخت باید غذا را دست‌نخورده باقی گذاشت تا دما در سراسر ماده غذایی به‌طور یکدست و یکنواخت پخش شود. دمای گوشت، برای نمونه، در حدود ۵ تا ۸ درجه سانتی‌گراد، در طی مدت انتظار، افزایش خواهد یافت (تقریباً ۹ تا ۱۵ درجه فارنهایت). زمان‌های انتظار را می‌توان در درون یا در بیرون اجاق رعایت کرد.

۲) یکی از کارهای اساسی‌ای که باید انجام دهید آن است که، به هنگام پخت غذا، آن را بارها هم بزنید. این کار به پخش یکنواخت‌تر دما کمک کرده، زمان پخت را کاهش می‌دهد.

۳) همچنین توصیه می‌شود که ماده غذایی را در طول فرایند پخت بر گردانید: این کار را به‌ویژه برای گوشت، چه در تکه‌های بزرگ (بریانی‌ها، مرغ درسته، ...) و چه در تکه‌های کوچک (سینه مرغ، ...) انجام دهید.

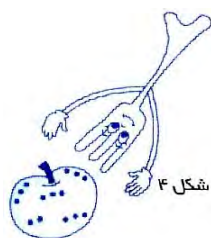
۴) غذاهای دارای پوست یا پوسته (مثل سیب، سیب‌زمینی، گوجه‌فرنگی، سوسیس، ماهی، ...) را باید در چند نقطه با چنگال سوراخ‌سوراخ کرد تا بخار پدیدآمده درون آنها بتواند از این سوراخ‌ها بیرون بزند و این غذاها نترکند (شکل ۴).

۵) چنانچه چندین وعده از یک نوع ماده غذایی (مثلاً سیب‌زمینی آب‌پز) را درست می‌کنید، این وعده‌ها را در یک ظرف پیرکس قرار دهید تا یکدست بپزند (شکل ۵).

۶) هر چه دمای غذایی را که در مایکروویو قرار می‌دهید کمتر باشد، زمان لازم برای پخت طولانی‌تر می‌شود. غذاهای هم‌دما با دمای اتاق سریع‌تر از غذاهای سرد یخچالی می‌پزند.

۷) همیشه برای پخت غذا، ظرف را در وسط صفحه‌گردان قرار دهید.

۸) **میعان‌کردن** بخار در درون اجاق و در نزدیکی خروجی هوا امری کاملاً طبیعی است. برای کاهش این گونه میعان‌ات، مواد غذایی را با فویل شفاف، کاغذ مومی، درپوش شیشه‌ای، یا تنها با یک بشقاب سروته‌شده بپوشانید. به این ترتیب، غذاهای با محتوای آب زیاد (مثل سبزیجات) نیز، هنگامی که پوشانده شده باشند، بهتر می‌پزند. پوشاندن غذا همچنین به تمیز و پاکیزه نگه‌داشتن درون اجاق نیز کمک می‌کند. از فویل‌های شفاف‌ی که مختص مایکروویو هستند استفاده کنید.

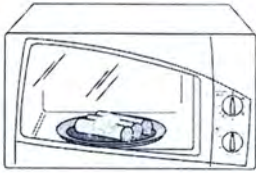


عملکرد فقط مایکروویو

این عملکرد مناسب است برای:

- گرم نگه داشتن غذاها صفحه ۱۲
- یخزدایی صفحه ۱۲
- گرم کردن صفحه ۱۴
- پختن خورشت، گوشت سفید، صفحه ۱۶
- میوه، سبزیجات، برنج، سوپ و آش، ماهی صفحه ۱۶
- پختن کیک و میوه صفحه ۱۸

به کار انداختن اجاق با عملکرد فقط مایکروویو



غذا را در ظرفی مناسب پخت در

مایکروویو گذاشته، آن را در وسط صفحه گردان قرار دهید.

نکته: نباید اجاق را از پیش گرم کنید.

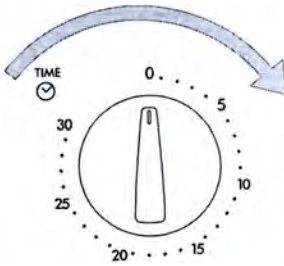
۱



توان مورد نظر را، با چرخاندن پیچ

انتخاب برنامه‌ها، برگزینید.

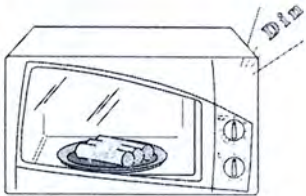
۲



مدت زمان مورد نظر برای فرایند پخت

را، با چرخاندن ساعتگرد پیچ تنظیم زمان (تایمر)، وارد کنید.

۳



پس از پایان مدت زمان تنظیمی، صدای

یک علامت صوتی شنیده می‌شود که نشان می‌دهد پخت پایان یافته است.

۴


در هر زمانی می‌توان فرایند پخت را، با چرخاندن پیچ تنظیم تایمر به روی «0»، متوقف کرد و نیز می‌توان مدت زمان پخت را (در طول فرایند پخت هم) با چرخاندن پیچ تنظیم تایمر به عقب یا جلو تغییر داد.

در طی فرایند پخت، امکان کنترل و واریسی پیشرفت پخت غذا، با بازکردن در اجاق و بازبینی غذا، وجود دارد. فرایند پخت را می‌توان، با بستن دوباره در، ادامه داد.

استفاده از عملکرد فقط میکروویو برای گرم نگه داشتن غذا

این عملکرد برای همه انواع غذاها توصیه می‌شود.

می‌توانید، با این عملکرد، غذاها را، چه از قبل پخته شده و چه گرم شده باشد، بدون خشک شدن آنها یا چسبیدنشان به ظرف، گرم نگه دارید.

با قراردادن پیچ انتخاب برنامه‌ها به روی موقعیت  و پوشاندن غذا با بشقاب یا فویل شفاف، غذایان تا لحظه خوردن، گرم می‌ماند.

در صورت تمایل، می‌توانید غذا را مستقیماً در ظرفی دلخواه گرم نگه دارید (همیشه ظرف را بپوشانید).

استفاده از عملکرد فقط میکروویو برای یخ‌زدایی

- غذاهای یخ‌زده درون بسته‌ها یا پوشش‌های پلاستیکی را حتی در بسته‌بندی خودشان می‌توان مستقیماً درون اجاق قرار داد؛ به این شرط که هیچ قسمت یا جزء فلزی‌ای (مثلاً چفت و بست‌های فلزی) نداشته باشند.
- غذاهای خاصی، همچون سبزیجات و ماهی، نیازی به یخ‌زدایی کامل، پیش از آغاز فرایند پخت، ندارند.
- غذاهای آبدار، راگو، و انواع خورش، چنانچه به‌طور مرتب و منظم هم زده، بر گردانده، و یا از هم جدا شوند، بهتر و بسیار سریع‌تر یخ‌زدایی می‌شوند.
- در طی فرایند یخ‌زدایی، گوشت، ماهی، و میوه‌جات آب می‌اندازند. از این رو، توصیه می‌شود آنها را درون یک سینی یا تشت کوچک یخ‌زدایی کنید.
- توصیه می‌شود که پیش از قراردادن گوشت در یخ‌زن (فریزر)، آنها را در بسته‌هایی با اندازه مناسب جداسازی و وعده‌بندی کنید. بدین ترتیب، به هنگام درست کردن غذا، در وقت‌تان صرفه‌جویی زیادی می‌شود.
- زمان‌های پخت قیدشده بر روی بسته‌بندی مواد غذایی را با احتیاط رعایت کنید؛ چون رهنمودهایی مفید هستند؛ هر چند همیشه درست نیستند. بهتر است از زمان‌های پخت اندکی کوتاه‌تر از زمان‌های مذکور بر روی بسته‌بندی این محصولات استفاده کنید. زمان لازم برای یخ‌زدایی، بسته به میزان یخ‌زدگی آن ماده غذایی، فرق می‌کند.

زمان‌های انتظار (دقیقه)	نکته‌ها / ملاحظات	زمان تنظیمی (دقیقه)	پیچ انتخاب برنامه‌ها	مقدار	نوع
					گوشت
۲۰		۳۵ - ۴۰	* ۵	۱ کیلوگرم	• بریانی‌ها (خوک، گاو، گوساله، ...)
۵		۹ - ۱۱	//	۲۰۰ گرم	• استیک، کنتل، تکه‌های گوشت
۱۰		۲۰ - ۲۲	//	۵۰۰ گرم	• خورش، گولاش
۱۵	(*)	۱۸ - ۲۰	//	۵۰۰ گرم	• گوشت چرخ‌کرده
۱۰		۸ - ۱۰	//	۲۵۰ گرم	• گوشت چرخ‌کرده
۱۰		۱۰ - ۱۲	//	۲۰۰ گرم	• همبرگر
۱۰		۱۲ - ۱۴	//	۳۰۰ گرم	• سوسیس و کالباس
					ماکیان
۲۰		۴۵ - ۵۰	//	۱/۵ کیلوگرم	• اردک، بوقلمون
۲۰		۴۵ - ۵۰	//	۱/۵ کیلوگرم	• مرغ درسته
۱۰		۲۰ - ۲۲	//	۵۰۰ گرم	• مرغ تکه‌تکه
۱۰		۱۹ - ۲۱	//	۳۰۰ گرم	• سینه مرغ
	پس از پایان زمان تنظیمی، زیر آب گرم بشویید تا هر گونه یخ باقی‌مانده آب شود.				سبزیجات
	سبزیجات یخ‌زده نیازی به یخ‌زدایی پیش از پخت ندارند.				آبزیان
۷		۱۲ - ۱۴	//	۳۰۰ گرم	• فیله
۷		۱۲ - ۱۵	//	۴۰۰ گرم	• تکه‌تکه
۷		۱۹ - ۲۱	//	۵۰۰ گرم	• درسته
۷		۱۳ - ۱۵	//	۴۰۰ گرم	• شاه‌میگو
					لبنیات
۱۰	از پوشش آلومینیومی یا فلزی در آورید.	۸ - ۱۰	//	۲۵۰ گرم	• کره
۱۵	کاملاً یخ‌زدایی نمی‌شود. نیاز به زمان انتظار دارد.	۹ - ۱۱	//	۲۵۰ گرم	• پنیر
۵	خامه را از ظرفش خارج کرده، در یک بشقاب بریزید.	۱۱ - ۱۳	//	۲۰۰ میلی‌لیتر	• خامه
					میوه‌جات
۱۰	۲ تا ۳ بار هم بزنید.	۱۸ - ۲۰	//	۵۰۰ گرم	• توت‌فرنگی، آلو، آلبالو و گیلاس، انگورفرنگی، زردآلو
۱۰	۲ تا ۳ بار هم بزنید.	۱۱ - ۱۳	//	۳۰۰ گرم	• تمشک
۶	۲ تا ۳ بار هم بزنید.	۹ - ۱۱	//	۲۵۰ گرم	• شاه‌توت

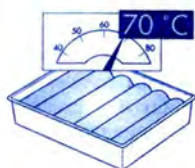
یخ‌زدایی نان

برای به‌دست‌آوردن نانی داغ و تازه، مایکروویو را روی حداکثر توان تنظیم کنید (۳۰ ثانیه برای حدود ۱۰۰ گرم نان)؛ همین که نان به اندازه کافی گرم شد، اجاق را روی عملکرد فقط گریل (برای ۳ تا ۴ دقیقه) تنظیم کنید. نان را مستقیماً بر روی صفحه‌گردان قرار دهید.

(*) این دستورالعمل‌ها برای اجرای آزمون یخ‌زدایی گوشت چرخ‌کرده مطابق با هنجار ۶۰۷۰۵-بند ۱۳/۳ مناسب هستند (صفحه ۲ را ببینید). پس از گذشت نیمی از زمان تنظیمی، گوشت را بر گردانید. توده گوشت چرخ‌کرده را باید مستقیماً بر روی صفحه‌گردان گذاشت. دستورالعمل‌های بیشتر، همچنین اطلاعات مربوط به دیگر آزمون‌های کارکرد مطابق با هنجار ۶۰۷۰۵، در جدول صفحه ۲ آمده است.

استفاده از عملکرد فقط مایکروویو برای گرم کردن غذا

گرم کردن غذا در اجاق مایکروویو بسیار سریع تر و، از نظر مصرف انرژی، باصرفه تر از روش های سنتی و رایج است.



• توصیه می کنیم که مواد غذایی را (به ویژه اگر یخ زده باشند) تا دمایی دست کم برابر با ۷۰ درجه سانتی گراد گرم کنید (باید داغ بودن آن را با چشم احساس کرد!). سپس بگذارید برای چند دقیقه ای بماند؛ زیرا بلافاصله نمی توانید غذا را بخورید؛ چون خیلی داغ است.

• این کار باعث اطمینان یافتن از این می شود که همه باکتری های ممکن موجود در غذا کشته شده اند.

• برای گرم کردن غذاهای پخته شده یا یخ زده، موارد زیر را رعایت کنید:

- غذا را از ظرف فلزی اش در آورید.

- آن را با پوشش پلاستیکی (فویل شفاف مناسب برای مایکروویو) یا کاغذ مومی بپوشانید؛ بدین ترتیب، همه عطروطعم طبیعی غذا حفظ شده، آن پاکیزه تر می ماند. همچنین می توانید غذا را با بشقابی سروته شده بپوشانید.

- در صورت امکان، غذا را به دفعات هم بزنید یا بر گردانید تا فرایند گرم کردن تسریع شود و همزمان گرما یکدست بماند.

- زمان های پختن را که فهرست شده اند با دقت فراوان رعایت کنید؛ فراموش نکنید که در شرایط معینی این زمان بندی ها را باید افزایش داد.

• غذاهای یخ زده را باید، پیش از آغاز فرایند گرم کردن، یخ زدایی نمود. هر چه دمای آغازین (اولیه) ماده غذایی کمتر باشد، زمان لازم برای گرم کردن آن بیشتر است.

• مواد غذایی و نوشیدنی ها را می توان برای مدتی کوتاه در ظروف مقوایی یا پلاستیکی گرما داد. ولی، در هر صورت، چنانچه زمان گرم کردن زیادی طولانی باشد، امکان دارد که این گونه ظروف تغییر شکل دهند.

نوع	مقدار	برنامه	مدت زمان	نکته‌ها / ملاحظات
غذاهای نرم‌شدنی				
● شکلات / رویه کیک	۱۰۰ گرم		۵ - ۶ دقیقه	در یک بشقاب بگذارید. رویه کیک را یک بار هم بزنید.
● کره	۵۰-۷۰ گرم		۱۲-۷ ثانیه	
غذای سرد یخچالی (دمای اولیه ۵ تا ۸ درجه سانتی‌گراد) تا ۳۰ - ۲۰ درجه سانتی‌گراد				
● ماست	۱۲۵ گرم	//	۱۷ - ۱۲ ثانیه	فویل فلزی را جدا کنید. شیشه‌شیر بچه را بدون پستانک گرما دهید و بلافاصله آن را تکان دهید تا دمای محتویات آن یکدست شود. پیش از استفاده نیز دمای آن را چک کنید. برای شیر همدم با اتاق، زمان گرم‌کردن کمتر است. برای جلوگیری از خطر آتش‌گرفتنی، به هنگام استفاده از شیر خشک، لطفاً به‌طور یکنواخت شیر را هم بزنید. لطفاً از شیر استریل‌شده (استریلیزه) استفاده کنید.
● شیشه‌شیر بچه	۲۴۰ گرم	//	۴۰ - ۳۵ ثانیه	
غذای یخ‌شده سرد شده (دمای اولیه ۵ تا ۸ درجه سانتی‌گراد) تا حدود ۷۰ درجه سانتی‌گراد				
● بسته لازانی یا پاستای توپر	۴۰۰ گرم	//	۸ - ۶ دقیقه	بسته‌های هر گونه ماده غذایی یخ‌شده موجود در بازار می‌باید تا ۷۰ درجه سانتی‌گراد گرما داده شوند. غذا را از هر گونه ظرف فلزی‌اش خارج کرده، مستقیماً در بشقابی بریزید که می‌خواهید در آن غذا بخورید. برای نتایج بهتر، همیشه غذا را بپوشانید.
● بسته گوشت یا برنج و/یا سبزیجات	۴۰۰ گرم	//	۸ - ۶ دقیقه	
● بسته ماهی و/یا سبزیجات	۳۰۰ گرم	//	۷ - ۵ دقیقه	
● بشقاب گوشت و/یا سبزیجات	۴۰۰ گرم	//	۸ - ۷ دقیقه	وعده‌های هر گونه ماده غذایی یخ‌شده را می‌باید تا ۷۰ درجه سانتی‌گراد گرما داد. غذا را مستقیماً در بشقابی بریزید که می‌خواهید در آن غذا بخورید و آن را یا با فویل بی‌رنگ و شفاف یا با بشقابی سروته‌شده بپوشانید.
● بشقاب ماهی و/یا برنج	۳۰۰ گرم	//	۸ - ۶ دقیقه	
غذای یخ‌زده‌ای که قرار است گرم یا یخ‌شده شوند (دمای اولیه ۱۸- تا ۲۰- درجه سانتی‌گراد) تا حدود ۷۰ درجه سانتی‌گراد				
● بسته لازانی یا پاستای توپر	۴۰۰ گرم	//	۱۰ - ۸ دقیقه	بسته‌های هر گونه ماده غذایی یخ‌شده یخ‌زده موجود در بازار را می‌باید تا ۷۰ درجه سانتی‌گراد در بسته خودش گرما داد. غذا را از هر گونه ظرف فلزی‌اش خارج کنید و آن را مستقیماً در بشقابی بریزید که می‌خواهید در آن غذا بخورید و زمان پخت را چند دقیقه‌ای افزایش دهید.
● بسته گوشت یا برنج و/یا سبزیجات	۴۰۰ گرم	//	۸ - ۷ دقیقه	
● بسته ماهی و/یا سبزیجات یخ‌شده	۳۰۰ گرم	//	۷ - ۵ دقیقه	
● بسته ماهی و/یا سبزیجات خام	۳۰۰ گرم	//	۱۲ - ۱۰ دقیقه	غذای خام را از بسته‌اش در آورده، در ظرفی مناسب میکروویو بریزید؛ سپس بپوشانید.
● وعده گوشت و/یا سبزیجات	۴۰۰ گرم	//	۱۰ - ۸ دقیقه	وعده‌های هر گونه ماده غذایی یخ‌شده یخ‌زده را می‌باید تا ۷۰ درجه سانتی‌گراد گرما داد. غذا یخ‌زده را در بشقابی بریزید که می‌خواهید در آن غذا بخورید و آن را با بشقابی سروته‌شده یا یک در پیرکس بپوشانید.
● وعده پاستا، کاندلونی، یا لازانی	۴۰۰ گرم	//	۱۱ - ۹ دقیقه	ببینید وسط غذا داغ شده باشد. در صورت امکان، غذا را هم بزنید.
● وعده ماهی و/یا برنج	۳۰۰ گرم	//	۸ - ۶ دقیقه	
نوشیدنی‌های سرد (دمای اولیه ۵ تا ۸ درجه سانتی‌گراد) تا حدود ۷۰ درجه سانتی‌گراد				
● یک فنجان آب	۱۸۰ سی‌سی	//	۲ - ۱/۵ دقیقه	همه نوشیدنی‌ها را می‌باید پس از گرم‌کردن هم زد تا دمای آنها یکدست و یکنواخت شود. در مورد آب‌گوشت، توصیه می‌شود آن را با بشقابی سروته‌شده بپوشانید.
● یک فنجان شیر	۱۵۰ سی‌سی	//	۱ - ۱/۵ دقیقه	
● یک فنجان قهوه	۱۰۰ سی‌سی	//	۱ - ۱/۵ دقیقه	
● یک بشقاب آب‌گوشت	۳۰۰ سی‌سی	//	۴ - ۳ دقیقه	
نوشیدنی‌های همدم با اتاق (دمای اولیه ۲۰ تا ۳۰ درجه سانتی‌گراد) تا حدود ۷۰ درجه سانتی‌گراد				
● یک فنجان آب	۱۸۰ سی‌سی	//	۱ - ۱/۵ دقیقه	همه نوشیدنی‌ها را می‌باید پس از گرم‌کردن هم زد تا دمای آنها یکدست و یکنواخت شود. در مورد آب‌گوشت، توصیه می‌شود آن را با بشقابی سروته‌شده بپوشانید.
● یک فنجان شیر	۱۵۰ سی‌سی	//	۱ - ۰/۵ دقیقه	
● یک فنجان قهوه	۱۰۰ سی‌سی	//	۱ - ۰/۵ دقیقه	
● یک بشقاب آب‌گوشت	۳۰۰ سی‌سی	//	۳ - ۲ دقیقه	

سوپ و آش و برنج

- سوپ، آش، یا آب‌گوشت نیاز به آب کمتری نسبت به مقدار معمول دارند؛ زیرا تبخیر در اجاق‌های مایکروویو نسبتاً کم است. از آنجا که نمک عاملی آب‌زداست، باید آن را تنها در پایان پخت یا در طی زمان انتظار اضافه نمود.
 - بد نیست بدانید که دمای لازم برای پختن برنج (همچنین پاستا) در یک اجاق مایکروویو کم‌وبیش برابر با دمای لازم برای پخت آن بر روی اجاق گاز است. مزیت درست کردن ریزوتو (برنجینه) در اجاق مایکروویو، در واقع، این است که لازم نیست برنج را به‌طور مداوم هم بزنید (دو یا سه بار کافی است).
- ترکیبات غذا را در ظرفی مناسب برای اجاق‌های مایکروویو ریخته، با پوششی پلاستیکی بپوشانید (برای حدود ۳۰۰ گرم برنج، به ۷۵۰ گرم آب‌گوشت و تنظیم مایکروویو بر روی کار با حداکثر توان برای حدود ۱۲ تا ۱۵ دقیقه نیاز دارید). به علاوه، برنج به ته ظرفش نمی‌چسبد و، از آنجا که می‌توان آن را در یک سوپ‌خوری، دیس، یا ظرفی مشابه که قرار است سر میز آورده شود پخت، مجبور نخواهید بود که برنج را در دیس یا ظرف پذیرایی دیگری بکشید.

گوشت

به هنگام استفاده از عملکرد فقط مایکروویو برای پختن گوشت، می‌باید گوشت را با پوششی پلاستیکی، که برای استفاده در آن مایکروویو ساخته شده است، بپوشانید؛ در این صورت، گرما بهتر پخش می‌شود و جلوی از دست رفتن آب و خونابه گوشت را، که غالباً منجر به خشک شدن و سفت شدن گوشت می‌شود، می‌گیرد. این عملکرد آن برای درست کردن خورش، گولاش، سینه مرغ، ... مناسب است. برای درست کردن بریانی‌ها و غذاهای گوشتی سیخی، باید از عملکرد ترکیبی استفاده کنید.

ماهی

در یک اجاق مایکروویو، ماهی را می‌توان بسیار سریع و با نتایجی عالی درست کرد. می‌توانید کمی روغن یا کره به آن بزنید (یا، در صورت تمایل، اصلاً چیزی به آن نزنید). ماهی را با فویل شفاف بپوشانید. البته پوست ماهی را می‌باید بریده‌بریده کرد و فیله‌های ماهی را به‌شکلی یکدست چید. توصیه می‌کنیم که از این اجاق برای درست کردن ماهی‌ای که به تخم‌مرغ زده‌شده آغشته گردیده استفاده نکنید.

سبزیجات

سبزیجاتی که در اجاق مایکروویو پخته می‌شوند، نسبت به پخت به روش‌های سنتی و رایج، رنگ و ارزش غذایی‌شان را بیشتر و بهتر حفظ می‌کنند. پیش از پختن سبزیجات، آنها را بشویید و تمیز کنید. سبزیجات بزرگ را می‌باید به اندازه‌های یکسان خرد نمود. برای هر ۵۰۰ گرم سبزیجات، حدود ۵ قاشق چای‌خوری آب اضافه نمایید (سبزیجات فیبری (پُرالیاف) نیاز به آب بیشتری دارند). سبزیجات را باید همیشه با پوشش پلاستیکی بپوشاند. آنها را دست‌کم، پس از گذشت نیمی از زمان پخت، هم بزنید. تنها پس از پایان یافتن فرایند پخت، نمک را، آن هم در اندازه‌های اندک، بیفزایید.

زمان انتظار (دقیقه)	نکته‌ها/پیش‌نهادها	زمان تنظیمی (دقیقه)	برنامه	مقدار (گرم)	نوع
ماهی					
۲	با پوشش پلاستیکی بپوشانید.	۴-۶		۳۰۰	● فیله
۲	با پوشش پلاستیکی بپوشانید.	۵-۷	//	۳۰۰	● تکه‌تکه
۲	با پوشش پلاستیکی بپوشانید.	۸-۱۰	//	۵۰۰	● درسته
۲	با پوشش پلاستیکی بپوشانید.	۴-۶	//	۲۵۰	● درسته
۲	با پوشش پلاستیکی بپوشانید.	۵-۷	//	۴۰۰	● خردشده
۲	با پوشش پلاستیکی بپوشانید.	۵-۷	//	۵۰۰	● شاه‌میگو
سبزیجات					
۴	به تکه‌های ۲ سانتی‌متری برش دهید.	۹-۱۱		۵۰۰	● مارچوبه
۴	بهتر است از ته کنگر استفاده کنید.	۱۰-۱۲	//	۳۰۰	● کنگر فرنگی (آرتیشو)
۴	خرد کنید.	۱۱-۱۳	//	۵۰۰	● لوبیا سبز
۴	«گل‌گل» کنید.	۷-۹	//	۵۰۰	● بروکلی (گل‌گل کلم ایتالیایی)
۴	درسته بگذارید باشد.	۷-۹	//	۵۰۰	● کلم بروکسل
۴	به‌صورت نواری ببرید.	۷-۹	//	۵۰۰	● کلم سفید
۴	به‌صورت نواری ببرید.	۷-۹	//	۵۰۰	● کلم بنفش
۴	یک‌دست و یک‌اندازه خرد کنید.	۹-۱۱	//	۵۰۰	● هویج
۴	«گل‌گل» کنید.	۱۱-۱۳	//	۵۰۰	● گل‌کلم
۴	خرد کنید.	۷-۹	//	۵۰۰	● کرفس
۴	حلقه‌حلقه کنید.	۶-۸	//	۵۰۰	● بادنجان
۴	تکه‌تکه کنید.	۶-۸	//	۵۰۰	● تره
۴	درسته بگذارید باشد. آب اضافه نکنید.	۶-۸	//	۵۰۰	● قارچ
۴	پیازها درسته و یک‌اندازه باشند. آب اضافه نکنید.	۵-۷	//	۲۵۰	● پیاز
۴	پس از شستن و آبکش کردن برگ‌ها، بپوشانید.	۶-۸	//	۳۰۰	● اسفناج
۴		۱۰-۱۲	//	۵۰۰	● نخود فرنگی
۴	به چهار قطعه برابر تقسیم کنید.	۱۲-۱۴	//	۵۰۰	● رازیانه
۴	تکه‌تکه کنید.	۹-۱۱	//	۵۰۰	● فلفل دلمه‌ای
۴	یک‌دست و یک‌اندازه خرد کنید.	۸-۱۰	//	۵۰۰	● سیب‌زمینی
۴	درسته بگذارید باشد.	۷-۹	//	۵۰۰	● کدو سبز
گوشت					
۱۰	به‌صورت روباز بپزید و ۲ تا ۳ بار هم بزنید.	۴۰-۴۴	//	۱۵۰۰	● خورش
۳	نمک را در پایان پخت باید افزود.	۱۰-۱۲		۵۰۰	● سینه مرغ
۵		۱۸-۲۰ (*)	//	۹۰۰	● کوفته

توجه‌زمان‌های پخت مذکور در جدول صرفاً به‌عنوان راهنمایی و پیش‌نهاد بوده، بستگی به وزن، دمای اولیه ماده غذایی، و در مورد سبزیجات، بستگی به یکدستی بافت و ساختار آنها دارد.

(*) این رهنمودها برای انجام آزمون پخت گوشت چرخ‌کرده مطابق با مقررات IEC به شماره ۷۰۵، آزمون C مناسب‌اند. ظرف را با فویل شفاف ویژه میکروویو، که در چندین نقطه سوراخ‌سوراخ کرده‌اید، بپوشانید. دستورالعمل‌های بیشتر، همچنین اطلاعات مربوط به دیگر آزمون‌های کارکرد مطابق با مقررات IEC 705، در جدول صفحه ۲ نشان داده شده است.

کیک و شیرینی و میوه

کیکها (با توان کمتر اجاق مایکروویو) بسیار بیشتر از پخت به روش معمولی پف می کنند و از آنجا که کیکها در مایکروویو رویه نمی بندند، بهتر است روی آنها را خامه یا رویه کیک (مثلاً شکلات) تزیین کنید؛ به علاوه، چیزی را که پختید، باید بپوشانید؛ زیرا چنین موادی سریع تر و راحت تر از زمانی خشک می شوند که به روش سنتی پخته شوند. میوه را، اگر با پوست می پزید، باید سوراخ سوراخ کنید و پوشیده نگه دارید: رعایت کردن زمان های انتظار (۳ تا ۵ دقیقه) مهم است.

زمان های پخت کیک و شیرینی و میوه

نوع / مقدار	برنامه	زمان تنظیمی (دقیقه)	زمان انتظار (دقیقه)	ملاحظات و پیش نهادها
کیک آجیلی (گردویی) (۷۰۰ گرم)		۱۵ - ۱۸	۵	می توان همراه با هر گونه خامه ای مصرف کرد.
کیک وینی (۸۵۰ گرم)	//	۱۷ - ۲۲	۵	از مربا یا مارمالاد پر کنید.
کیک آناناس (۸۰۰ گرم)	//	۱۵ - ۲۰	۵	تکه های آناناس را می توان در ته قالب کیک چید یا ریزیز کرد و با خمیر کیک مخلوط نمود.
کیک سیب (۱۰۰۰ گرم)	//	۱۷ - ۲۱	۵	سیبها را به عنوان تزیین روی کیک بچینید.
کیک قهوه (۷۵۰ گرم)	//	۱۵ - ۱۸	۵	اگر از خامه پر کنید، عالی می شود.
زبابونه (*)		۲ - ۴	۳	هر ۳۰ ثانیه یک بار با تخم مرغ زن هم بزنید.
کمپوت گلابی (۳۰۰ گرم)		۴ - ۶	۳	گلابی ها را چهار قاچ کنید.
کمپوت سیب (۳۰۰ گرم)	//	۵ - ۷	۳	سیبها را چند قاچ کنید.
کاسترد تخم مرغ (۷۵۰ گرم)	//	۱۱ - ۱۴	۵	این رهنمودها برای اجرای آزمون پخت مطابق با هنجار ۶۰۷۰۵، بند ۱۲/۳/۱ مناسب اند.
کیک اسفنجی (۴۷۵ گرم)	//	۴ - ۶	۵	این رهنمودها برای اجرای آزمون پخت مطابق با هنجار ۶۰۷۰۵، بند ۱۲/۳/۲ مناسب اند.
				اطلاعات بیشتر، همچنین اطلاعات مربوط به دیگر آزمون های کارکرد مطابق با هنجار ۶۰۷۰۵ در جدول صفحه ۲ آمده است.

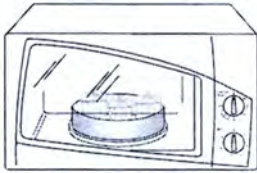
(*) Zabaione: دسری ایتالیایی که از زرده تخم مرغ، شکر و (شراب) مارسالا درست می شود.

عملکرد ترکیبی مایکروویو + گریل

این عملکرد مناسب است برای:

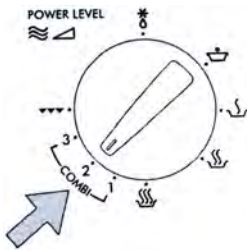
- پختن سریع همه انواع بریانی‌ها، ماکیان، کباب‌ها، سیب‌زمینی
- گراتینه کردن غذاها (مثلاً لازانیا، سبزیجات گراتینه، ماکارونی)

به کار انداختن اجاق با عملکرد ترکیبی مایکروویو + گریل



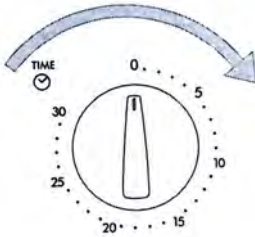
غذا را در ظرفی مناسب پخت در مایکروویو گذاشته، آن را در وسط صفحه‌گردان قرار دهید.

۱



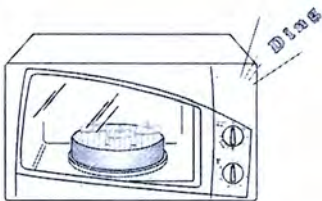
پیچ انتخاب برنامه را روی یکی از ۳ موقعیت موجود (COMBI های ۱ و ۲ و ۳) قرار دهید.

۲



مدت زمان موردنظر برای فرایند پخت را، با چرخاندن ساعتگرد پیچ تنظیم زمان (تایمر)، وارد کنید.

۳



پس از پایان مدت زمان تنظیمی، صدای یک علامت صوتی شنیده می‌شود که نشان می‌دهد پخت پایان یافته است.

۴

استفاده از عملکرد ترکیبی مایکروویو + گریل

این عملکرد برای همه انواع غذاهایی که نیاز به «گراتینه» شدن دارند یا باید به اندازه خاصی برشته شوند و تغییر رنگ دهند، ایدئال است. با وجود این، لازم است موارد زیر در نظر گرفته شوند:

- هیچ نوع چاشنی‌ای اضافه نکنید (تنها نصف لیوان آب به گوشت بیفزایید تا نرم بماند).
- پس از گذشت نیمی از زمان پخت، بریانی‌ها و تکه‌های بزرگ گوشت را برگردانید.
- چنانچه، پیش از پایان یافتن زمان پخت تنظیمی و در طی فرایند پخت، رویه ماده غذایی به اندازه کافی و دلخواه برشته و گراتینه شد، می‌توانید کلید «ایست / لغو» (۹) را فشار داده، زمان باقی‌مانده را فقط بر روی عملکرد مایکروویو تنظیم نمایید. برای اطمینان از پخته شدن غذا، در اجاق را باز کنید. بازکردن در اجاق هر دو عملکرد مایکروویو و گریل را موقتاً متوقف می‌سازد. برای بازکردن، حتماً از دستکش ویژه اجاق استفاده کنید؛ زیرا المنت گرمایی اجاق را بسیار داغ می‌کند. برای ادامه یافتن فرایند پخت، کافی است در را دوباره ببندید و کلید «آغاز» (۴) را فشار دهید.
- در پخت‌های ترکیبی با گریل، هرگز نباید اجاق را از پیش گرم کرد و نباید آن را بدون ماده غذایی (به‌صورت خالی) به کار انداخت.

زمان‌های پخت

زمان انتظار (دقیقه)	نکته‌ها / پیش‌نهادهای	زمان تنظیمی (دقیقه)	برنامه	مقدار (گرم)	نوع
۵	زمان مذکور برای پاستای خام است. چنانچه پاستا از قبل پخته شده است، آن را با عملکرد ترکیبی بپزید تا به گراتینگی (رنگ) دلخواه برسد.	۲۵ - ۳۰	COMBI 3	۱۱۰۰	• لازانیا
۵	زیاد آن را سنگین و ضخیم نکنید.	۲۰ - ۲۵	COMBI 1	۶۰۰	• نیوکی رومی
۵	ماکارونی را باید نخست نیم‌پز کرد.	۲۰ - ۲۵	COMBI 1	۱۵۰۰	• ماکارونی گراتینه
۵	زمان مذکور برای گل کلم خام است. چنانچه گل کلم از قبل پخته شده است، آن را با عملکرد ترکیبی بپزید تا به گراتینگی (رنگ) دلخواه برسد.	۲۵ - ۳۰	COMBI 1	۱۰۰۰	• گل کلم با سس بشامل
	بهرتر است هم‌اندازه باشند.	۲۵ - ۳۰	COMBI 1	۸۰۰	• گوجه‌فرنگی گراتینه
۵	بهرتر است از فلفل‌دلمه‌های کوتاه و پهن استفاده شود.	۲۵ - ۳۰	COMBI 3	۱۴۰۰	• دلمه فلفل
۵	می‌توان بادنجان‌ها را اول سوراخ کرد یا گریل نمود.	۲۰ - ۲۵	COMBI 3	۱۳۰۰	• بادنجان با پنیر پارمیزان
	۲ تا ۳ بار هم بزنید.	۴۰ - ۴۵	COMBI 2	۷۵۰	• سیب‌زمینی تنوری
	(*)	۳۰ - ۳۵	COMBI 3	۱۱۰۰	• سیب‌زمینی گراتینه
۱۰	کمی چربی اطراف گوشت باقی بگذارید تا خشک نشود.	۶۵ - ۷۵	COMBI 2	۱۰۰۰	• بریانی‌ها (خوک، گوساله)
۱۰	۵۰۰ گرم گوشت گوساله چرخ‌شده را با تخم‌مرغ، گوشت ران، خرده‌نان و ... مخلوط کنید. پس از گذشت نیمی از زمان پخت، برگردانید.	۳۰ - ۳۵	COMBI 3	۸۰۰	• کوفته گوشت (این رهنمودها مربوط به آزمون ۳/۳ در ۱۲/ هنجار ۶۰۷۰۵ مذکور در جدول صفحه ۲ هستند).
۱۰	(**)	۶۵ - ۷۵	COMBI 2	۱۲۰۰	• جوجه درسته
۱۰	پس از گذشت نیمی از زمان پخت، برگردانید.	۳۵ - ۴۰	COMBI 2	۶۰۰	• کباب سیخی
۱۰	پس از گذشت نیمی از زمان پخت، برگردانید.	۵۵ - ۶۵	COMBI 2	۱۰۰۰	• بره
۱۰	پس از گذشت نیمی از زمان پخت، برگردانید.	۶۵ - ۷۵	COMBI 2	۱۰۰۰	• بوقلمون (تکه‌تکه)
۱۰	پس از گذشت نیمی از زمان پخت، برگردانید.	۷۵ - ۸۵	COMBI 2	۱۵۰۰	• اردک / مرغابی

(*) این رهنمودها برای اجرای آزمون پخت مطابق با هنجار ۶۰۷۰۵ بند ۱۲/۳/۴ مناسب‌اند. اطلاعات بیشتر، همچنین اطلاعات مربوط به دیگر آزمون‌های

کارکرد مطابق با هنجار ۶۰۷۰۵ در جدول صفحه ۲ آمده است.

(**) این رهنمودها برای اجرای آزمون پخت مطابق با هنجار ۶۰۷۰۵ بند ۱۲/۳/۶ مناسب‌اند. اطلاعات بیشتر، همچنین اطلاعات مربوط به دیگر آزمون‌های

کارکرد مطابق با هنجار ۶۰۷۰۵ در جدول صفحه ۲ آمده است.

عملکرد فقط گریل

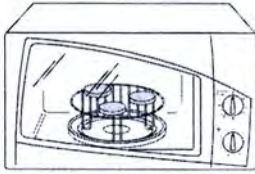
این عملکرد مناسب است برای:

هر نوع غذای کبابی سنتی، برای نمونه:

• همبرگر، گوشت‌های استخوان‌دار، فرانکفورتر، نان برشته (تُست)، و غیره

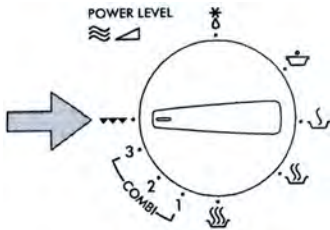
صفحه ۲۲

به کار انداختن اجاق با عملکرد فقط گریل



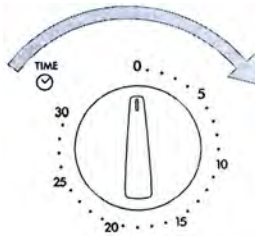
غذای کبابی را بر روی پایه سیمی بلند قرار دهید.

۱



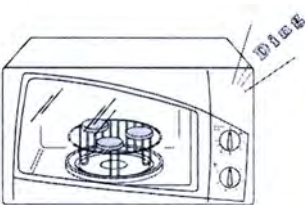
پیچ انتخاب برنامه را به روی موقعیت ▼▼▼ قرار دهید.

۲



مدت زمان موردنظر برای پخت را، با چرخاندن ساعتگرد پیچ تنظیم زمان (تایمر)، وارد کنید.

۳



پس از پایان مدت زمان تنظیمی، صدای یک علامت صوتی شنیده می‌شود که نشان می‌دهد پخت پایان یافته است.

۴

گریل (کباب‌پز) کردن با استفاده از عملکرد فقط گریل

با این عملکرد می‌توان انواع غذاهای کبابی خوشمزه را درست کرد. از آنجا که المنت گرمایی گریل فقط از قسمت بالایی اجاق گرما را می‌تاباند، همه انواع غذاها را می‌باید، پس از گذشت نیمی از فرایند پخت، بر گرداند.

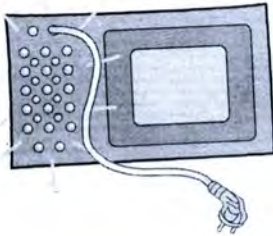
زمانی که در اجاق را برای واری واری پخت باز می‌کنید، مراقب باشید و همیشه از دستکش ویژه تنور یا اجاق (فر) استفاده کنید.

پس از پایان واری، در را همیشه باید بست.

زمان‌های پخت

نکته‌ها / پیش‌نهادها	زمان تنظیمی (دقیقه)	مقدار	نوع
پس از ۱۶ دقیقه، بر گردانید.	۲۲-۲۷	۳	• تکه‌گوشت استخوان‌دار گوساله یا خوک
باید همیشه آنها را سوراخ نمود. به‌ویژه سوسیس‌های چرب را می‌باید از وسط قاچ کرد. پس از ۱۵ دقیقه، بر گردانید.	۲۸-۳۲	۳	• سوسیس و کالباس
پس از ۱۵ دقیقه، بر گردانید.	۲۸-۳۲	۳	• همبرگر
به‌صورت نوارهایی به ضخامت ۱ سانتی‌متر برش دهید. پس از ۸ دقیقه، بر گردانید.	۱۲ - ۱۵	۶ نوار	• کدو سبز
زوائد نان را کاملاً بچینید. پس از ۴ یا ۵ دقیقه، بر گردانید.	۸-۹	۴ تکه	• نان برشته (تست)

پیش از آغاز به هر گونه تمیز کاری یا نگهداری، همیشه دستگاه را از برق بکشید و صبر کنید تا اجاق خودش خنک شود.



تمیز کاری

برای نگهداشتن دستگاه‌تان در بهترین وضع ممکن، در و درون و بیرون اجاق را باید به‌طور مرتب، با استفاده از یک پارچهٔ نرم و صابون یا مایع شوینده‌ای خنثا، تمیز نمود. همیشه پوشش خروجی [امواج] مایکروویو (ریزموج‌ها) (C) را بدون چربی و روغن پاشیده‌شده نگه دارید.

هرگز از شوینده‌های سایا، سیم ظرف‌شویی، یا وسایل فلزی تیز استفاده نکنید. به‌علاوه، به هنگام تمیز کردن بیرون اجاق، مراقب باشید که آب یا مایع شوینده به درون خروجی هوا و شکاف‌های بخار واقع در بالای دستگاه نفوذ نکند.

همچنین توصیه می‌کنیم که از الکل، شوینده‌های سایا، یا شوینده‌های آمونیاکی برای تمیز کردن سطوح درونی و بیرونی در اجاق استفاده نکنید.

برای تضمین بسته‌شدن کامل دره، همیشه درون در را تمیز نگه دارید و نگذارید که کثیفی و باقی‌ماندهٔ مواد غذایی بین در و سطح جلویی اجاق گیر کند یا جمع شود.

روزنه‌های ورودی هوای واقع در پشت دستگاه را مرتباً تمیز کنید تا هیچ گردوغبار یا کثیفی‌ای با گذشت زمان در این نواحی تشکیل نشود و این روزنه‌ها را مسدود نکند.

گاه‌به‌گاه لازم است صفحه‌گردان (G) و حامل آن (H) را بر داشته، تمیز کنید. به همین ترتیب، لازم می‌شود که کف اجاق را تمیز نمایید.

صفحه‌گردان و حامل آن را با آب گرم صابونی (با پ.هاش. خنثا) بشویید. این قطعات را می‌توان در ماشین ظرف‌شویی نیز شست.

صفحه‌گردان را، هنگامی که برای مدتی طولانی است که داغ شده، در آب سرد فرو نبرید؛ شوک گرمایی قوی می‌تواند موجب شکستن و ترک خوردن صفحه‌گردان شود.

محرك (موتور) صفحه‌گردان آب‌بندی شده است. با وجود این، زمانی که دارید کف اجاق را تمیز می‌کنید، مراقب باشید که آب به زیر محور صفحه‌گردان (D) نفوذ نکند.

در صورت بروز هر گونه مشکلی

اگر نقص یا عیبی را در دستگاه مشاهده کردید، با مرکز خدماتی که تولیدکننده تأیید کرده است، تماس بگیرید. در هر صورت، پیش از خیر کردن فن‌ورزان (تکنسین‌های) ما، وارسی‌های ساده زیر را انجام دهید:

شکل	علت / چاره
● اجاق کار نمی‌کند.	<ul style="list-style-type: none"> ● در درست بسته نشده است. ● دوشاخه درست به پریز زده نشده است. ● پریز برق ندارد (فیوز اصلی ساختمان را چک کنید). ● بیج تنظیم زمان به‌درستی تنظیم نشده است.
● میعاناتی در محل پخت و درون اجاق مشاهده می‌شود.	<ul style="list-style-type: none"> ● زمانی که غذای آبداری را می‌پزید، خروج بخار تولیدشدهٔ درون آون و میعان کردن این بخار در داخل آون و محل پخت (پایه و صفحه‌گردان) کاملاً عادی است.
● درون اجاق جرقه‌هایی زده می‌شود.	<ul style="list-style-type: none"> ● به هنگام استفاده از عملکردهای فقط مایکروویو و ترکیبی، اجاق را خالی و بدون مادهٔ غذایی روشن نکنید. ● به هنگام پخت با مایکروویو، از ظروف فلزی و کیسه‌ها و بسته‌های دارای قطعه یا قطعات فلزی استفاده نکنید.
● غذا خوب داغ نمی‌شود.	<ul style="list-style-type: none"> ● میزان توان مناسب را انتخاب کنید یا زمان پخت را افزایش دهید. ● پیش از پخت، غذا خوب یخ‌زدایی نشده است.
● غذا می‌سوزد.	<ul style="list-style-type: none"> ● روش درست پخت یا زمان پختی کمتر را انتخاب کنید.
● غذا یکنواخت و یکدست نمی‌پزد.	<ul style="list-style-type: none"> ● غذا را در طی فرایند پخت هم بزنید. به یاد داشته باشید که مواد غذایی، زمانی که به قطعات کوچک‌تری تقسیم یا برش‌داده شوند، بهتر می‌پزند. ● صفحه‌گردان متوقف شده است (ببینید که محور (D) درست در جایش قرار گرفته باشد).

چنانچه چراغ اجاق سوخت، می‌توانید همچنان از اجاق استفاده کنید. برای تعویض لامپ، با مرکز خدمات مجاز دلونگی تماس بگیرید.