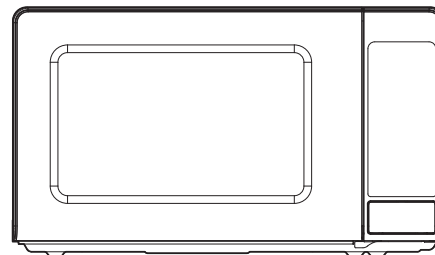




MIKROHULLÁMÚ SÜTŐ

HASZNÁLATI ÚTMUTATÓ

A mikrohullámú sütő használatba vétele előtt olvassa el figyelmesen a használati útmutatót!



KOR-6S2A*

HOGYAN KERÜLHETŐ EL A MIKROHULLÁMÚ SUGÁRZÁS VESZÉLYE?

- (a) **Ne próbálja a sütőt nyitott ajtóval üzemeltetni.** Ne erőltesse, illetve ne módosítsa a biztonsági zárat.
- (b) **Ügyeljen arra, hogy ne kerüljön szennyeződés, lerakódás a sütő ajtajának tömítésére, illetve ne kerüljön semmi a sütő és a sütő ajtó közé.**
- (c) **FIGYELEM!** Semmilyen esetben se használja a mikrohullámú sütőt, ha a sütő ajtaja, vagy annak tömítése megsérül (pl.: az ajtó deformálódik, eltörik, vagy kilazul, esetleg a tömítés, vagy a tömítés felülete károsodik).

- (d) **FIGYELMEZTETÉS:** a mikrohullámú energiának való kitettség ellen védő fedél eltávolítását is magában foglaló bármilyen szervizelési vagy javítási művelet elvégzése veszélyes minden, arra nem szakképzett személy számára..
- (e) **FIGYELMEZTETÉS:** A folyadékokat és egyéb élelmiszereket nem szabad lezárt tartályokban melegíteni, mert felrobbanhatnak..
- (f) **FIGYELMEZTETÉS:** Ezt a készüléket 8 éven felüli gyermekek, illetve csökkent fizikai, érzékelési vagy szellemi képességgel rendelkező, illetve tapasztalatlan vagy ismerethiányos személyek csak felügyelet alatt használhatják, illetve ha a készülék használatára vonatkozó utasításokat kaptak és megértették a velejáró veszélyeket. A gyermekek nem játszhatnak a készülékkel. A készülék tisztítását és felhasználói karbantartását gyermekek csak 8 éves koruk után, és felnőtt felügyelet alatt végezhetik..

TARTALOMJEGYZÉK

• HOGYAN KERÜLHETŐ EL A MIKROHULLÁMÚ SUGÁRZÁS VESZÉLYE?	1
• FONTOS BIZTONSÁGI ELŐÍRÁSOK	2
• FÖLDELÉSI ELŐÍRÁSOK	5
• ÜZEMBE HELYEZÉS	5
• TECHNIKAI JELLEMZŐK	6
• FONTOS!	6
• A KÉSZÜLÉK RÉSZEI	7
• KEZELÉSI ELJÁRÁS	9
• NULLA KÉSZENLÉTI ÁLLAPOT – HOGYAN MŰKÖDIK?	10
• KEZELŐEGYSÉGEK	11
MIKROHULLÁMÚ FŐZÉS	11
+30 sec	11
AUTOMATIKUS FŐZÉS	12
ÚJRAMELEGÍTÉS	12
KIOLVASZTÁS	13
GYORS KIOLVASZTÁS	13
GŐZTISZTÍTÁS	14
EDÉNYMELEGÍTÉS	14
A SÜTŐ LEÁLLÍTÁSA ÜZEM KÖZBEN	15
• MIELŐTT A SZERVIZT HÍVNÁ	15
• CARING FOR YOUR MICROWAVE OVEN	16
• FELESLEGESSÉ VÁLT ELEKTROMOS ÉS ELEKTRONIKUS KÉSZÜLÉKEK HULLADÉKKÉNT VALÓ ELTÁVOLÍTÁSA	16
• KÉRDÉSEK ÉS VÁLASZOK	17
• FŐZÉSI / SÜTÉSI ISMERTEK	18
• A MIKROHULLÁMÚ SÜTŐ BIZTONSÁGOS HASZNÁLATA	19
• SZIKRÁZÁS, ÍVKISÜLÉS	19
• A MIKROHULLÁMRÓL	20
• A MIKROHULLÁM FELHASZNÁLÁSA ÉTELKÉSZÍTÉSHEZ	20
• MÉRTÉKEGYSÉG ÁTVÁLTÁS TÁBLÁZATOK	20
• FŐZÉSI / SÜTÉSI TECHNIKÁK	21
• FAGYASZTOTT ÉTELEK KIOLVASZTÁSA	22
• FŐZÉSI / SÜTÉSI ÉS MELEGÍTÉSI IDŐ TÁBLÁZATOK	22
• ZÖLDSÉGEK PÁROLÁSA	24
• RECEPTEK	25

FONTOS BIZTONSÁGI ELŐÍRÁSOK

KÉRJÜK, OLVASSA EL FIGYELMESEN A HASZNÁLATI ÚTMUTATÓT ÉS ŐRIZZE MEG A KÉSŐBBIEKBEN IS!

FIGYELEM! Tűz, baleset, illetve áramütés elkerülése érdekében:

Az alábbi figyelmeztetések és óvintézkedések betartása a biztonságos üzemeltetés és az optimális teljesítmény érdekében a készülék használatának alapszabálya!

1. Ne használja a mikrohullámú sütőt ételkészítésen és – melegítésen kívül más célra: például ne használja ruhák, papír szárítására, illetve bármilyen más, nem ételként felhasználásra kerülő anyag sterilizálására, stb.
2. Ne használja a mikrohullámú sütőt üresen, mert ezzel tönkreteheti azt.
3. Ne használja a sütőt tárolásra: például ne helyezzen bele e célból papírt, szakácskönyvet, konyhai eszközöket, stb.
4. Ne használja a sütőt a hozzávaló üvegtányér nélkül. Mindig ellenőrizze, hogy az üvegtányér megfelelően, a forgórészre illeszkedve kerüljön behelyezésre.
5. Mindig távolítsa el a fedőt, illetve takaróelemet, mielőtt

- tárolóedényben helyezi be az ételt a sütőbe.
6. Ügyeljen arra, hogy a sütő és annak ajtaja közé ne kerüljön idegen tárgy, mert ebben az esetben a mikrohullámú sugárzás a készüléken kívülre juthat.
 7. Ne használjon újrahasznosított papírból készült eszközöket a sütőben történő főzéshez, illetve melegítéshez. Az újrahasznosított papírban olyan anyagok lehetnek, melyek szikrákat és tüzet okozhatnak a mikrohullámú sütőben történő használat közben.
 8. Ne készítsen pattogatott kukoricát a sütővel, csak kifejezetten mikrohullámú sütőben történő használatra tervezett kukoricapattogtató eszköz segítségével, illetve kifejezetten erre a célra tervezett csomagolás használatával. Mikrohullám használata esetén a hagyományos módszerekhez képest kisebb teljesítmény kerül alkalmazásra, így több szem maradhat, mely nem pattog ki. Ne használjon olajat, csak abban az esetben, ha ezt a gyártó kifejezetten ajánlja.
 9. A burokkal rendelkező alapanyagokat (pl. tojássárgáját, burgonyát, csirkemájat) sűtés, illetve főzés előtt villa segítségével szurkálja meg.
 10. Ne pattogtasson kukoricát hosszabb ideig, mint amit a kukorica forgalmazója megad (az általánosan megadott

- elkészítési idő kb. 3 perc). Hosszabb használati idő nem eredményez több kipattogott kukoricát, viszont odaégést, esetleg tüzet okozhat. Emellett a csomagolás túlhevülhet, mely égési sérülés kockázatával járhat.
11. Túlfőzés esetén az élelmiszer elszenesedhet. Továbbá, a főzőedény is túl forró lehet ahhoz, hogy kivegye vagy el is törhet.
 12. Ha füstöt érzékel, azonnal kapcsolja ki a készüléket, illetve húzza ki azt az elektromos hálózati csatlakozóból. Ne nyissa ki a sütő ajtaját. Így megakadályozhatja, hogy lángok csapjanak ki a sütőből.
 13. Amennyiben műanyag, vagy papír alapanyagú tárolóeszközben melegít ételt, a művelet közben figyelje a mikrohullámú sütőt a nagyobb gyulladásveszély miatt.
 14. Az étel melegítése után mindenképpen ellenőrizze annak hőmérsékletét, mielőtt felszolgálná azt. Különösen érvényes ez bébiételek, illetve gyermekeknek szánt ételek esetén. Kavarja meg az ételt melegítés után!
 15. Minden esetben ellenőrizze a különböző ételek hőmérsékletét, mielőtt felszolgálná őket, mert a különböző étel alapanyagok különböző hőmérsékletre melegednek fel a mikrohullámú sütőben. Különösen

érvényes ez bébiételek, illetve gyermekeknek szánt ételek esetén!

16. Tojás héjában nem melegíthető mikrohullámú sütőben, mert felrobbanhat – még a melegítési folyamat befejezése után is.
17. Tartsa tisztán a sütő belsejét. Törölje át a felületeket egy puha textíliával minden használat után. Ha zsíros lerakódás marad a sütő belső felületein, az legközelebb túlhevülhet, így füstöt, esetleg tüzet okozhat.
18. Ne használjon zsírt, vagy olajat a sütéshez, mert ez túlhevülést, esetleg tüzet okozhat.
19. A folyadékok (pl. víz, tea, kávé) melegítés közben – a forráspont elérése előtt – túlhevülhetnek úgy, hogy bármilyen, a forrás közeli állapotra figyelmeztető jelet adnának a sütőből történő kivétel közben. **NAGYON FORRÓ FOLYADÉK HIRTELEN FELFORRHAT PL. KANÁL, VAGY MÁS ESZKÖZ BEHELYEZÉSEKOR.**
Személyi sérülés elkerülése érdekében:
 - a) Ne hevítse túl a folyadékokat.
 - b) Keverje a folyadékokat melegítés előtt és a melegítési folyamatot félidőnél megszakítva.
 - c) Ne használjon szűk nyakkal rendelkező széles tárolóeszközöket.

d) Melegítés után hagyja a folyadékot rövid ideig a mikrohullámú sütőben, mielőtt kivenné azt.

e) Legyen nagyon elővigyázatos, ha kanalat, vagy más eszközt helyez a folyadékba.

20. A gyermekek felügyeletét biztosítani kell, nehogy ők játszanak a készülékkel.

21. Csak arra megfelelő edényeket használjon a mikrohullámú sütőben.

22. A mikrohullámú melegítés során előfordulhat italoknál késleltetett robbanásszerű forrás, ezért óvatosan fejják meg az edényeket.

23. Ez a készülék háztartásban és más hasonló területeken alkalmazható, mint például:

- üzletek személyzeti konyhájában , irodákban és más munkahelyeken;
- vendég házakban;
- szállodák, motelek és más hasonló típusú környezetekben vendégek számára
- szállás és reggeli (bed and breakfast) típusú környezetekben

ŐRIZZE MEG EZT A HASZNÁLATI ÚTMUTATÓT

FÖLDELÉSI ELŐÍRÁSOK

A hálózati kábel és csatlakozó földelt kivitelben készült és csak az MSZ 172/1 szabvány előírásainak megfelelő érintésvédelemmel ellátott védőföldeléses aljzathoz csatlakoztatható. Így testzárlat esetén sem történhet áramütés.

FIGYELEM! A nem megfelelő földelés áramütést okozhat! Amennyiben a földelési előírás nem teljesen érthető, vagy kétségei vannak az elektromos hálózat állapotával, illetve alkalmasságával kapcsolatban, mindenképpen forduljon szakemberhez. Amennyiben szükséges, kizárólag háromeres, földelt csatlakozóval rendelkező hosszabbító kábelt használjon. A hosszabbító kábel elektromos jellemzői (terhelhetőség, szigetelés) a készülék hálózati kábelével meg kell, hogy egyezzen, vagy annál jobb paraméterekkel kell, hogy rendelkezzen.

ÜZEMBE HELYEZÉS

1. Szellőzés

Ne takarja le a szellőzőnyílásokat. A szellőzés akadályozása esetén a készülék használat közben túlmelegedhet és meghibásodhat. Az akadálytalan szellőzés érdekében hagyjon szabadon 100mm széles területet a készülék oldalaitól, valamint 200mm széles területet a tetejétől.

2. Stabil, vízszintes tartóelem

Helyezze a készüléket stabil, vízszintes felületű tartóelemre. Ne helyezze zárt bútorba (pl. konyhaszekrénybe), kivéve, ha a hely kifejezetten mikrohullámú sütőhöz tervezett és méretei megfelelnek az akadálytalan szellőzéshez szükséges minimális méreteknak.

3. Távolság tartása oldalt és hátul

Mindegyik szellőzőnyílást szabadon kell hagyni. A szellőzés akadályozása esetén a készülék használat közben túlmelegedhet és meghibásodhat.

4. Távolság tartása rádiótól és TV-készüléktől

Túl közel helyezett mikrohullámú sütő problémát okozhat TV-készülék, illetve rádió jelvételeiben. Helyezze a sütőt a lehető legtávolabb TV-, illetve rádiókészülékektől, valamint ezek antennáitól.

5. Távolság tartása fűtőberendezéstől, főzőhelytől, illetve víznyerő helyektől

Tartsa távol a sütőt forró levegőtől, gőztől, illetve víztől. Vegye figyelembe ezt a figyelemztetést a sütő helyének kiválasztásakor.

6. Áramellátás

- Ellenőrizze elektromos hálózatát a mikrohullámú sütő beüzemelése előtt: a sütő üzemeltetéséhez kb. 6 Amper és 230V 50HZ feszültség szükséges.
- A hálózati kábel kb. egy méter hosszú.
- Az elektromos hálózat szükséges jellemzői a mikrohullámú sütő házán is fel vannak tüntetve. Nagyobb feszültség használata tüzet, áramütést, illetve sérüléseket és anyagi kárt okozhat. Kisebb feszültség használata gyenge teljesítményt, illetve a készülék működésképtelenségét okozhatja. A hálózatban alkalmazott biztosíték megfelelőségét ellenőriztesse szakemberrel! Sem a gyártó, sem a forgalmazó nem vállal felelősséget a helytelenül megválasztott feszültség, illetve a nem megfelelően biztosított áramerősség által okozott sérülésekért, illetve károkért.
- Amennyiben a hálózati kábel megsérül, annak cseréje csak és kizárólag szakember által történhet!

7. A mikrohullámú sütő ellenőrzése kicsomagolás után

Nem megfelelően záródó, illetve törött ajtó, valamint egyéb külső sérülés felfedezése esetén ne helyezze üzembe a készüléket és a lehető legrövidebb időn belül vegye fel a kapcsolatot a kereskedővel, ahol a készüléket vásárolta.

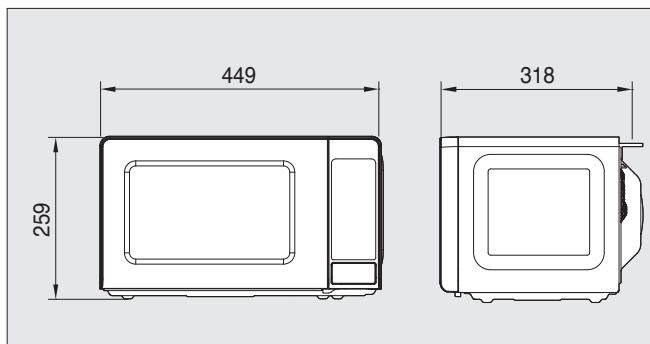
8. Ne használja a mikrohullámú sütőt, ha az szobahőmérsékletnél hidegebb

Amennyiben hidegből (például télen, autó csomagtartójából) viszi be meleg helyre a készüléket, ne csatlakoztassa azt elektromos hálózathoz mindaddig, míg annak hőmérséklete el nem éri a szoba hőmérsékletét. A hideg készülék áramkörein páralecsapódás keletkezhet, mely zárlatot okozhat. A szobahőmérsékletre melegedett készülékről a páralecsapódás eltűnik.

TECHNIKAI JELLEMZŐK

ÁRAMELLÁTÁS		230V AC 50Hz földelt egyfázisú hálózat	
MIKROHULLÁM	BEMENETI TELJESÍTMÉNY		1250 W
	LEADOTT TELJESÍTMÉNY		800 W
	FREKVENCIA	2,450MHz	
KÜLSŐ MÉRETEK (SZÉ x MA x MÉ)		449 x 259 x 318 mm	
SÜTŐTÉR TÉRFOGATA (SZÉ x MA x MÉ)		307 x 210 x 304 mm	
TÖMEG			kb. 9.8 Kg
IDŐZÍTŐ		59 perc. 90 mp.	
TELJESÍTMÉNYSZINTEK		11 szint	

* A technikai jellemzők bejelentés nélkül változhatnak



FONTOS!

A készülék hálózati kábele az alábbi színekódokat alkalmazza:

Zöld-sárga : földelő vezeték

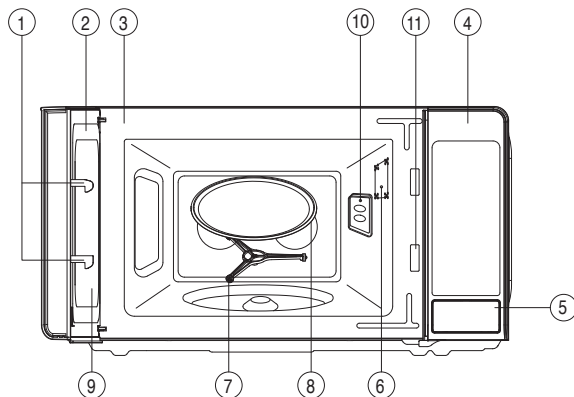
Kék : 0

Barna : fázis

Amennyiben a színekódok nem egyeznek a hálózatban használt színekódokkal, kövesse az alábbiakat: a zöld-sárga vezeték az "E", vagy földelés szimbólummal ellátott vezetékhez kell csatlakoztatni. A kék vezeték az "N", vagy fekete vezetékhez kell csatlakoztatni. A barna vezeték az "L", vagy piros vezetékhez kell csatlakoztatni. Minden esetben kérje szakember segítségét!

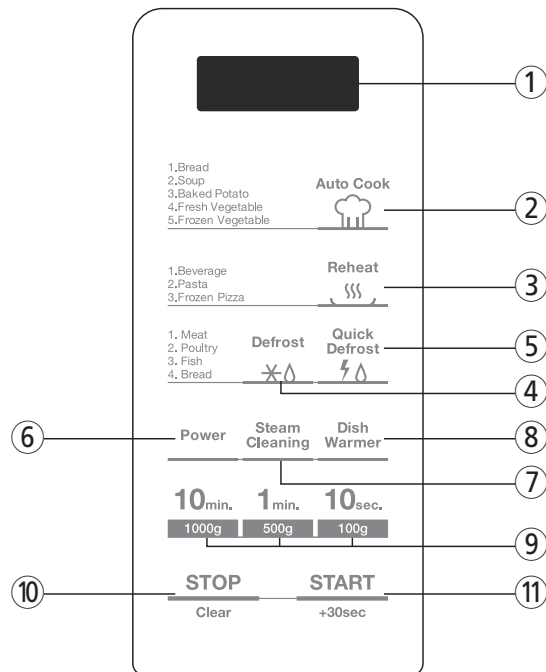
FIGYELEM! A készüléket mindenképpen földelni kell!

A KÉSZÜLÉK RÉSZEI



- ① **Biztonsági reteszek** - ha az ajtó bezáródik, ezek a biztonsági reteszek tartják azt zárt pozícióban. Amennyiben működés közben kinyitjuk a mikrohullámú sütőt, ezek a reteszek kikapcsolják a magnetront.
- ② **Ajtótömítés** - az ajtótömítés megakadályozza a mikrohullámú sugarak kijutását a sütő belsejéből.
- ③ **Sütőtér**
- ④ **Vezérlőpanel**
- ⑤ **Ajtónyitó gomb** - Az ajtó kinyitásához nyomja meg az ajtót nyitó gombot.
- ⑥ **Világítás** - automatikusan bekapcsolódik a sütő használata közben.
- ⑦ **Forgórész** - a készülék üzemeltetése közben az üveg forgótányérral együtt mindenképpen használni kell.
- ⑧ **Üveg forgótányér** - speciális hőálló anyagból készült tányér, melynek pontos illeszkedését mindenképpen ellenőrizni kell. Ne főzzön, illetve ne melegítsen közvetlenül a forgótányéron.
- ⑨ **Ellenőrző ablak** - az étel ellenőrzését lehetővé tevő üvegfelület. Kialakításának köszönhetően a fény átjuthat rajta, de a mikrohullám nem.
- ⑩ **Mikrohullám** - kibocsátó egység fedele - a fedél megvédi a mikrohullám-kibocsátó egységet a kifröccsenő ételektől, illetve étel-alapanyagoktól.
- ⑪ **Biztonsági zár**

A KÉSZÜLÉK RÉSZEI (folytatás)



- ① **Kijelző** – Olyan főzési információkat mutat, mint például a főzési idő, a teljesítményszint, az élelmiszer súlya és így tovább.
- ② **Auto Cook (Automatikus főzés)** - Nyomja meg ezt a gombot az Automatikus főzés funkció kiválasztásához.
- ③ **Reheat (Újramelegítés)** - Nyomja meg ezt a gombot az Újramelegítés funkció kiválasztásához.
- ④ **Defrost (Kiolvasztás)** - Nyomja meg ezt a gombot az élelmiszerek súly szerinti kiolvasztásához.
- ⑤ **Quick Defrost (Gyors kiolvasztás)** - Nyomja meg ezt a gombot az élelmiszerek súly szerinti gyors kiolvasztásához..
- ⑥ **Power (Teljesítmény)** - Nyomja meg ezt a gombot a teljesítményszint beállításához.
- ⑦ **Steam Cleaning (Gőztisztítás)** - Nyomja meg ezt a gombot a gőztisztítás funkció kiválasztásához.feature
- ⑧ **Dish Warmer (Edénymelegítés)** - Nyomja meg ezt a gombot az edénymelegítés funkció kiválasztásához.
- ⑨ **Számgombok** - Nyomja meg ezeket a gombokat a főzési idő vagy súly megadásához.
- ⑩ **Stop/Clear (Stop/Törlés)** - Nyomja meg ezt a gombot a sütő működésének leállításához vagy az összes bejegyzés törléséhez.
- ⑪ **Start/+30sec** - Nyomja meg ezt a nyomógombot a sütési művelet indításához, vagy 30 másodperc hozzáadásához a főzési időhöz a +30 másodperces funkcióval.

KEZELÉSI ELJÁRÁS

Ez a rész hasznos információkat tartalmaz a sütő kezeléséről.

1. Csatlakoztassa a hálózati kábelt egy 230 V-os, 50 Hz-es csatlakozóaljzatba.
2. Miután az élelmiszert megfelelő edénybe helyezte, nyissa ki a sütő ajtaját, és tegye rá az üvegtányérra.
Az üvegtányért és a forgatóegységet minden egyes esetben használni kell főzés közben.
3. Zárja be az ajtót. Győződjön meg róla, hogy megfelelően zárva van.
4. Állítsa be a kívánt programot és időt, majd nyomja meg a Start gombot.
5. Ha a főzés befejeződött, óvatosan vegye ki az edényt, mivel az forró lesz.

- 1 A sütővilágítás bekapcsol, miközben a sütő működik.
- 2 A sütő ajtaját bármikor kinyithatja működés közben. A sütő automatikusan kikapcsol.
- 3 A gomb minden egyes megnyomására egy BEEP /SÍPOLÁS/ szólal meg, amely nyugtázza a gomb megnyomását.
- 4 A sütő automatikusan a maximális teljesítményen főz, hacsak nincs alacsonyabb teljesítményszintre állítva.
- 5 A kijelző nem mutat semmit, amikor a sütő csatlakozója be van dugaszolva. Az ajtó kinyitásakor a kijelző bekapcsol és sípolás hallható.
- 6 Amikor a Stop/Clear gombot megnyomja a sütő működése közben, a sütő leállítja a főzést, és megtartja az összes információt. Az információk törléséhez nyomja meg újra a Stop/Clear gombot. Ha a sütő ajtaját kinyitja a sütő működése közben, a sütő megtartja az összes információt.
- 7 Ha megnyomja a Start gombot, de a sütő mégsem működik, akkor ellenőrizze, hogy nincs-e akadály az ajtó és az ajtó tömítése közötti részen, és ügyeljen arra, hogy az ajtó biztonságosan zárva legyen. A sütő nem kezd el főzni, amíg az ajtó nincs teljesen bezárva, vagy a programot nem állította vissza..

Make sure the oven is properly installed and plugged into the electrical outlet.

WATTAGE OUTPUT CHART

- The power-level is set by pressing the Power button. The chart shows the display, the power level and the percentage of power.

A Power gomb megnyomása	teljesítmény százalékos értéke	Leadott teljesítmény 800W	
		Kijelző	Wattos teljesítmény
egyszer	100%	800	800W
kétszer	90%	720	720W
3	80%	640	640W
4	70%	560	560W
5	60%	480	480W
6	50%	400	400W
7	40%	320	320W
8	30%	240	240W
9	20%	160	160W
10	10%	80	80W
11	0%	0	0W

NULLA KÉSZENLÉTI ÁLLAPOT – HOGYAN MŰKÖDIK?

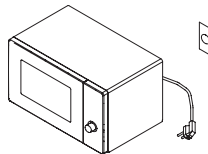
Mi a készenléti teljesítmény...

Ez a sütő egy olyan különleges funkcióval rendelkezik, amely csökkenti a készenléti teljesítményfelvételt még akkor is, ha nem húzza, vagy nem kapcsolja ki teljesen a készüléket.

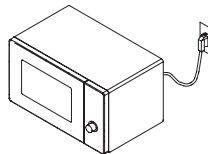
A sütő automatikusan kikapcsol, ha a működés befejezése után 2 percig nem használja. Bár a sütő csatlakoztatva marad az elektromos hálózathoz, ez a sütő egyáltalán nem fogyaszt energiát energiatakarékos üzemmódban. Amikor a felhasználó kinyitja az ajtót, a sütő felébred az energiatakarékos üzemmódból, és készen áll a munkára.

A készenléti teljesítmény az elektronikus és elektromos készülékek által kikapcsolt vagy készenléti üzemmódban fogyasztott villamos energiára vonatkozik.

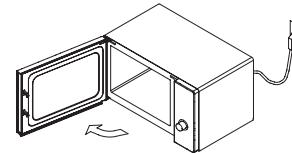
A sütő első bekapcsolása ...



1. Még nincs csatlakoztatva.

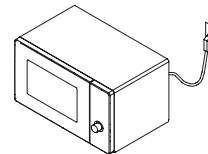


2. Csatlakoztassa a hálózati kábelt egy csatlakozóaljzathoz, de a kijelző még nem kapcsol be..

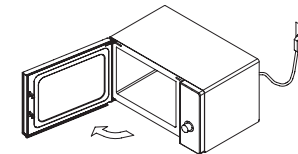


3. Nyissa ki az ajtót a sütő használatához, ekkor bekapcsol a kijelzője.

A sütő bekapcsolása használat után...



1. A sütő automatikusan kikapcsol, ha a működés befejezése után 2 percig nem használja



2. Nyissa ki az ajtót a sütő használatához, ekkor bekapcsol a kijelzője.

KEZELŐEGYSÉGEK

MIKROHULLÁMÚ FŐZÉS

Ez a funkció lehetővé teszi, hogy mikrohullámú energiával főzzön ételt. A mikrohullámú teljesítményszint 100% és 0% között szabályozható.

Teljesítmény

1. Helyezze az ételt a sütőbe és csukja be az ajtót.

2. Nyomja meg a Power gombot a kívánt teljesítményszint kiválasztásához.

MEGJEGYZÉS: Ha ezt a lépést kihagyja, akkor a sütő a maximális teljesítményszinten fog főzni.

3. A sütési idő megadásához nyomja meg a Számegombokat.

MEGJEGYZÉS: A sütési időt akár 59 perc 90 másodperc időtartamra is megadhatja a mikrohullámú sütő esetében.

Start

4. Nyomja meg Start gombot.
A főzési idő lejártá után 3 sípolás hallható.

MEGJEGYZÉS: Az alacsonyabb energiaszintek használata megnöveli például a sajt, a tej vagy a hús lassú főzéséhez ajánlott főzési időt.

+30 sec

+30 másodperc funkció segítségével 30 másodpercig újramelegítheti az ételt a maximális teljesítményszinten, ha megérinti a +30 sec gombot.

A +30 sec gomb többszöri megérintésével az újramelegítési időt 5 percre is megnövelheti 30 másodperces lépésekkel.

Start/+30sec

1. Érintse meg a +30 sec gombot.
Amikor megérinti a +30 sec gombot, akkor a „:30” jelzés jelenik meg. 1,5 másodperc elteltével a sütő elkezd az újramelegítést..

AUTOMATIKUS FŐZÉS

Az AUTOMATIKUS FŐZÉS segítségével egyszerűen elkészítheti kedvenc ételeit.

1. Helyezze az ételt a sütőbe és csukja be az ajtót.
2. Nyomja meg az Auto cook gombot a kívánt Automatikus főzés menü kiválasztásához.
3. Nyomja meg Start gombot. A sütési idő lejártá után 3 sípolás hallható.

AUTO COOK

Start

NO	Automatikus főzési menü	Kijelző	Mennyiség	Tanácsok
1	Kenyér	AC-1	4 db. (kb. 30 g / db.)	• Tegyen egy papírtörít a sütő közepére. • Helyezze a kenyeret a papírtörítő közepére.
2	Leves	AC-2	350 g	• Öntse a levest mikrohullámú sütőhöz megfelelő tálba vagy bögrébe. • Fedje le a levest egy műanyag fedővel. Helyezze az ételt a mikrohullámú sütőbe. • Tartsa a mikrohullámú sütőben a pihentetési ideig, és alaposan keverje meg. Pihentesse 1-2 percig.
3	Sült krumpli	AC-3	3 db. (180-220 g – db.)	• Válasszon közepes méretű 180-220 g súlyú burgonyát. • Mossa meg és szárítsa meg a burgonyát. Szurkálja meg a burgonyákat többször egy villával. • Helyezze a burgonyákat a mikrohullámú sütőbe. • Főzés után pihentesse 5 percig.
4	Friss zöldség	AC-4	250g	• Helyezze be (a megmosott és 1/2 coll méretűre vágott) zöldségeket egy mikrohullámú sütőben használható tálba. • Adjon hozzá 2 evőkanál vizet. • Fedje le egy műanyag fedővel és biztosítson egy szellőzőnyílást. • Főzés után 3-4 másodpercig keverje. Pihentesse lefedve 2 percig.
5	Fagyasztott zöldség	AC-5	300g	• Helyezze be a zöldséget egy mikrohullámú sütőben használható tálba. • Adjon hozzá 2 evőkanál vizet. • Fedje le egy műanyag fedővel és biztosítson egy szellőzőnyílást. • Főzés után 3-4 másodpercig keverje. Pihentesse lefedve 2 percig.

ÚJRAMELEGÍTÉS

Az ÚJRAMELEGÍTÉS segítségével újramelegítheti kedvenc ételeit.

1. Helyezze az ételt a sütőbe és csukja be az ajtót.
2. Nyomja meg a Reheat gombot a kívánt Újramelegítés menü kiválasztásához.
3. Nyomja meg Start gombot. A sütési idő lejártá után 3 sípolás hallható.

Újramelegítés

Start

Sz.	Újramelegítés menü	Kijelző	Mennyiség	Tanácsok
1	Ital	rE-1	1 csésze (200 ml)	• Öntse egy mikrohullámú sütőben használható bögrébe vagy csészébe és fedje le az újramelegítendő italt. • Helyezze a bögrét vagy a csészét a forgótányér közepére. • Tartsa a mikrohullámú sütőben a pihentetési ideig, és alaposan keverje meg. Pihentesse 1-2 percig. (Legyen óvatos! Az ital nagyon forró lesz! Néha a hengeres tartályokban melegített folyadékok kifröccsennek a csészé mozgásakor.)
2	Tészta	rE-2	1 adag	• Helyezze a száraz tésztát és a forrásban lévő vizet 1/4 - 1 teáskanál sóval egy mély és nagy méretű, mikrohullámú sütőben használható edénybe. • Ne fedje le. Keverje meg legalább kétszer a főzés során, nehogy letapadjon. * Tészta 50 g + Forrásban lévő víz 200 g *
3	Fagyasztott pizza	rE-3	200 g	• Ez a funkció a maradék fagyasztott pizza újramelegítésére szolgál. • Helyezze a fagyasztott pizzát a forgótányérra a mikrohullámú sütő közepén. - Ne fedje le.

KIOLVASZTÁS

Ez a funkció lehetővé teszi az élelmiszer kiolvasztását.

Kiolvasztás

Start

1. Helyezze az élelmiszert a sütőbe és csukja be az ajtót.
2. Nyomja meg a Defrost gombot a kívánt kiolvasztás menü kiválasztásához.
3. Nyomja meg a Számgombokat az élelmiszer súlyának megadásához.
4. Nyomja meg Start gombot.
A sütő hangjelzést ad a leolvasztási ciklus alatt, jelezve, hogy az élelmiszert meg kell fordítani vagy át kell rendezni. A kiolvasztási idő lejárta után 3 sípolás hallható.

Sz.	Kiolvasztás menü	Kijelző	Súly	Tanácsok
1	Hús	dF-1	100 g ~ 1 500 g	• Darált marhahús, filé, kockázott béiszin, hátszín, párolt hús, fartó, marha burger, bárányhús, sült hústekercsek, kolbász, szeletek (2 cm). • Fordítsa meg az élelmiszert, amikor hallja a hangjelzést. • Kiolvasztás után pihentesse 5-15 percig.
2	Baromfi	dF-2	100 g ~ 1 500 g	• Teljes csirke, comb, mell, pulykamell. • Fordítsa meg az élelmiszert, amikor hallja a hangjelzést. • Kiolvasztás után pihentesse 20-30 percig.
3	Hal	dF-3	100 g ~ 800 g	• Filé, szelet, egész hal, tenger gyümölcse. • Fordítsa meg az élelmiszert, amikor hallja a hangjelzést. • Kiolvasztás után pihentesse 10-20 percig.
4	Fagyasztott kenyér	dF-4	100 g ~ 500 g	• Szeletelt kenyér, zsemle, baguette stb. • Válassza szét a szeleteket és tegyen közéjük papírtörölt vagy lapos tányért. • Kiolvasztás után pihentesse 1-2 percig.

GYORS KIOLVASZTÁS

Ez a funkció lehetővé teszi az élelmiszer gyorsabb kiolvasztását.

Gyors
kiolvasztás

Start

1. Helyezze az élelmiszert a sütőbe és csukja be az ajtót.
2. Nyomja meg a Quick Defrost gombot.
3. Nyomja meg a Számgombokat az élelmiszer súlyának megadásához.
4. Nyomja meg Start gombot.
A sütő hangjelzést ad a leolvasztási ciklus alatt, jelezve, hogy az élelmiszert meg kell fordítani vagy át kell rendezni. A kiolvasztási idő lejárta után 3 sípolás hallható.

Sz.	Gyors kiolvasztás menü	Kijelző	Súly	Tanácsok
1	Hús	0	100 g ~ 1 000 g	• A mikrohullámú sütő olyan gyors leolvasztási funkcióval rendelkezik, mely csak HÚS kiolvasztását teszi lehetővé. • Fordítsa meg az élelmiszert, amikor hallja a hangjelzést. • Kiolvasztás után pihentesse 5-15 percig.

GŐZTISZTÍTÁS

Ez a funkció segíti a sütő belsejének tisztítását.

Gőztisztítás

Start

1. Tegyen 200 cm³ vizet egy bögrébe, csészébe vagy egy kis tálba a sütő közepére.
2. Nyomja meg a Steam cleaning gombot
3. Nyomja meg Start gombot.
A sütő azonnal működni kezd és 15 percig működik
4. A kijelzőn a „door” és az “oPEn” felirat látható felváltva, amikor a művelet befejeződött.
5. Nyissa ki az ajtót, és törölje át a sütőteret egy száraz ruhával.

FIGYELMEZTETÉS!

: A sütő nagyon forró gőztisztítás után.
Használjon vastag sütő kesztyűt, miközben élelmiszert vagy tartozékokat kezel. Ne tegyen vizet keskeny nyakú palackokba. Még nyitott palack esetén is nyomás alakulhat ki. Emiatt a palack felrobbanhat, ami esetleg sérülést okozhat. Legyen óvatos, amikor kinyitja az ajtót a sütőtér tisztításához. A forró gőz súlyos égési sérülést okozhat. Ha lehetséges, várjon egy kicsit és nyissa ki az ajtót később, a működés befejezése után.

EDÉNYMELEGÍTÉS

Edénymelegítés

Start

1. Helyezze az edényeket a sütőbe és csukja be az ajtót.
2. Nyomja meg a Dish warmer gombot a tányérok számának kiválasztásához.
3. Nyomja meg a Start gombot.
A működési idő lejáta után 3 sípolás hallható.

Sz.	Újramelegítés menü	Kijelző	Tanácsok
1	1 tányér	1	Csak meleg tányér
2	2 tányér	2	

A SÜTŐ LEÁLLÍTÁSA ÜZEM KÖZBEN

1. Nyomja meg a Stop/Clear gombot.
 - A sütőt újraindíthatja a Start gomb megnyomásával.
 - A Stop/Clear gomb ismételt megnyomásával törölheti az összes utasítást.
 - Ezután új utasításokat kell megadnia.
2. Nyissa ki az ajtót.
 - A sütőt újraindíthatja az ajtó bezárásával és a Start gomb megnyomásával.

MEGJEGYZÉS: A sütő működése az ajtó kinyitásakor leáll.

FIGYELMEZTETÉS -

Ha elektromos ívképződést lát, nyomja meg a STOP/CLEAR gombot és javítsa ki a problémát. Az elektromos ívképződés a mikrohullámú kifejezés a sütőben előforduló szikrákra. Az elektromos ívképződés oka::

- a) A sütő oldalához fém vagy fólia ér hozzá.
- b) A fólia nincs az élelmiszerre simítva (a felfelé forduló élek antennákként működnek).
- c) Fémes dolgok, mint például kötözők, baromfynyársak vagy aranyozott keretű edények vannak a mikrohullámú sütőben.
- d) Fémszálat tartalmazó, újrahasznosított papírtörölkőt használ a mikrohullámú sütőbenmicrowave.

MIELŐTT A SZERVIZT HÍVNÁ...

Ellenőrizze az alábbiakat a szerviz szükségtelen felkeresése helyett:

* Ha a sütő nem működik:

1. Ellenőrizze a hálózati kábel csatlakoztatását.
2. Ellenőrizze, hogy a sütőajtó megfelelően be van-e csukva.
3. Ellenőrizze, hogy biztosan beállított-e főzési / melegítési időt.
4. Ellenőrizze a biztosítékok, illetve védőrelék állapotát.

* Szikrázó sütőtér:

1. Ellenőrizze a sütőben használt eszközöket. Fém, vagy fém kerettel rendelkező tárolóeszközök nem használhatók a sütőben!
2. Ellenőrizze, hogy fém nyárs, illetve alufólia nem érintkezik a sütőtér falával.

Amennyiben a probléma továbbra is fennáll, vegye fel a kapcsolatot hivatalos szakszervizzel. A szervizhálózatról további információt a készülék mellé kapott dokumentációban találhat.

NE KÍSÉRELJE MEG A SÜTŐ JAVÍTÁSÁT SAJÁT MAGA!

A MIKROHULLÁMÚ SÜTŐ GONDOZÁSA

A sütőt rendszeresen tisztítani kell, és minden élelmiszer maradékot el kell távolítani. A sütő tiszta állapotban tartásának elmulasztása olyan felületromláshoz vezethet, amely hátrányosan befolyásolhatja a készülék élettartamát, és veszélyes helyzetet eredményezhet.

1. Tisztítás előtt kapcsolja ki a sütőt.
2. Tartsa tisztán a sütő belsejét. Ha a kifröccsent étel vagy a kiömlött folyadék a sütőtér falához tapad, akkor törölje le nedves ruhával. Enyhe tisztítószer használható, ha a sütőtér nagyon beszennyeződik. A durva tisztítószeresek vagy csiszolóanyagok használata nem ajánlott.

3. A sütő külső felületét szappanos vízzel tisztítsa meg, puha ruhával öblítse át és szárítsa meg.

A sütő belsejében lévő működő részek károsodásának megelőzése érdekében ne engedje, hogy a víz beszivároгjon a szellőzőnyílásokon keresztül.

Győződjön meg róla, hogy az összes élelmiszer lerakódást kitisztította, mivel az elszennyeződik, ha ott marad.

4. Ha a Kezelőpanel nedvessé válik, akkor tisztítsa meg puha, száraz ronggyal. Ne használjon durva mosószereket vagy csiszolóanyagokat a Kezelőpanelen.
5. Ha a sütő ajtajának belső részén vagy külső része körül gőz gyülemlik fel, akkor törölje le puha ruhával. Ez akkor fordulhat elő, ha a mikrohullámú sütőt magas páratartalmú körülmények között használja, de ez nem a készülék meghibásodását jelzi.
6. Időnként ki kell venni az üvegtányért a tisztításhoz. Mossa ki az üvegtányért meleg szappanos vízben vagy mosogatógépben.
7. A forgatóegységet és a sütőtér alsó felületét rendszeresen tisztítsa meg a túlzott zaj elkerülése érdekében. Egyszerűen törölje át a sütő alsó felületét enyhe tisztítószeres vízzel vagy ablaktisztítóval és szárítsa meg. A forgatóegységet enyhén szappanos vízben is megtisztíthatja

FELESLEGESSÉ VÁLT ELEKTROMOS ÉS ELEKTRONIKUS KÉSZÜLÉKEK HULLADÉKKÉNT VALÓ ELTÁVOLÍTÁSA



(Használható az Európai Unió és egyéb európai országok szelektív hulladékgyűjtési rendszereiben)

Ez a szimbólum a készüléken vagy a csomagolásán azt jelzi, hogy a terméket ne kezelje háztartási hulladékként. Kérjük, hogy a készüléket elektromos és elektronikai hulladék gyűjtésére kijelölt gyűjtőhelyen adja le. A feleslegessé vált termék helyes kezelésével segít megelőzni a környezet és az emberi egészség károsodását. Az anyagok újrahasznosítása a természeti erőforrások megőrzését segíti. A termék újrahasznosítása érdekében további információért forduljon a lakóhelyén az illetékesekhez, a helyi hulladékgyűjtő szolgáltatóhoz vagy ahhoz az üzlethez, ahol a terméket megvásárolta.

KÉRDÉSEK ÉS VÁLASZOK

*** K: Véletlenül elindítottam a mikrohullámú sütőmet üresen. Vajon károsodott?**

V: Amennyiben csak rövid ideig üzemelt így, akkor nem. Egyébként ezt minden esetben kerülni kell!

*** K: Használható a sütő a forgatóegység és az üveg forgótányér nélkül?**

V: Nem. Minden esetben használni kell mindkettőt!

*** K: Üzemeltetés közben kinyithatom a sütő ajtaját?**

V: Az ajtó bármikor kinyitható. Ekkor a mikrohullámú sugárzás megszűnik, az üzemeltetéshez szükséges adatok (pl.: hátralévő főzési idő) az ajtó zárásáig megmaradnak.

*** K: Miért párásozik a sütő üzemeltetés után?**

V: A páralecsapódás normális jelenség. A főzés, illetve melegítés közben keletkező gőz lecsapódik a hidegebb sütőtér felületeken.

*** K: Kijuthat-e mikrohullámú sugárzás a sütőajtó üveglapján keresztül?**

V: Nem. A mikrohullámok a fémrácsról visszaverődnek a sütőtér belsejébe. A rácson keresztül csak a fény juthat ki.

*** K: Miért pattog a tojás a mikrohullámú sütőben?**

V: Tojás melegítése közben a sárgája körül található burok megtartja a belül keletkező gőzt. Ez a gőz feszíti, robbantja szét a tojássárgája burkát. Ennek elkerülése érdekében szűrje át pár helyen a tojást egy fogpiszkálással. Ne melegítsen tojást úgy, hogy annak héját előtte nem távolította el.

*** K: Miért ajánlott pihentetni az ételt, mielőtt a főzés művelete után kivennénk azt a sütőből?**

V: A pihentetés nagyon fontos. Mikrohullámú főzés, illetve melegítés során csak az étel melegszik, a sütő nem. Számos étel tart magában annyi hőt, amennyi a melegítés művelete után is elég ahhoz, hogy tovább folytatódjon a főzés – még akár az étel kivétele után is. A pihentetés hússzeletek, nagyobb zöldségek, illetve sütemények elkészítése után biztosítja, hogy ne okozzanak problémát a sütőből történő kivétel után.

*** K: Mit jelent a pihentetés?**

V: A pihentetés az étel sütőből történő kivétele és letakarása után a belső főzési, illetve sütési folyamatok befejeződéséig szükséges idő. Eközben – mivel a sütő felszabadult – új sütési folyamat kezdhető.

*** K: Miért nem készül el az étel minden esetben annyi idő alatt, amennyit a mikrohullámú sütéssel foglalkozó szakácskönyvek írnak?**

V: Ellenőrizze a szakácskönyvet és azt, hogy mindent az előírásoknak megfelelően készített-e elő. A könyvekben megadott sütési és főzési idő általában csak ajánlat, ráadásul – a túlsütést, illetve túlfőzést elkerülendő – általában kevesebb, mint amennyi ténylegesen szükséges. Emellett a nagyobb, több, más alakú alapanyagok is eredményezhetnek hosszabb szükséges sütési időt. Érdemes a tapasztalatokra, illetve érzésre, valamint kóstolásra hagyatkozni, mint a hagyományos főzési módszerek esetében is.

*** K: A mikrohullámú sütő károsodhat-e, ha üresen üzemeltetjük?**

V: Igen. Ne üzemeltesse a mikrohullámú sütőt üresen.

*** K: Használható-e a sütő forgótányér nélkül, illetve behelyezhető-e olyan nagyméretű étel, mely nem tud elforogni?**

V: Nem. Ha nem használja a forgótányért, csak nagyon gyenge teljesítményt érhet el.

*** K: Normális, hogy a forgótányér nem mindig ugyanabba az irányba forog?**

V: Igen. A forgótányér mindkét irányba foroghat. A forgás iránya a sütési / melegítési folyamat elején beinduló motor forgási irányától függ.

*** K: Tudok-e kukoricát pattogtatni a mikrohullámú sütővel?**

V: Igen, kifejezetten mikrohullámú sütővel történő használatra szánt kukoricát a gyártó előírásainak figyelembevételével. Ne használjon más, nem kifejezetten mikrohullámú sütőre tervezett kukoricát! Figyelje a kukorica hangját az elégséges üzemeltetési idő megállapítására: kapcsolja ki a sütőt, ha a pattogások már csak egy-két másodpercenként hallhatók. Ne próbálja újra kipattogtatni a korábbi kukoricapattogatás során egyben maradt szemeket. Ne pattogtasson kukoricát üvegedényben.

FŐZÉSI / SÜTÉSI ISMERETEK

Eszközök használata

Csak és kizárólag mikrohullámú sütőben való alkalmazásra kifejezetten ajánlott eszközöket használjon.

Ételkészítésnél szükséges, hogy a mikrohullámok közvetlenül el tudják érni az ételt anélkül, hogy ezt a használt tárolóeszköz akadályozná, vagy meggátolná. Legyen körültekintő az eszköz kiválasztásakor. Ha az eszközön jelölve van, hogy mikrohullámú sütőben alkalmazható, akkor azt biztosan alkalmazhatja. Az alábbi táblázat számos eszköz használatának lehetőségeit ismerteti:

Eszköz	Alkalmazható?	Megjegyzés
Alumínium fólia	▲	Kis felületen alkalmazható túlsütés megakadályozására. A fólia akkor szikrázik, ha túl közel kerül a sütő falához, illetve ha túl sok főlíát használunk.
Préselt tányér	●	Ne melegítse 8 percnél tovább.
Agyagedény	●	Porcelán, illetve mázas cserépedény használható a sütőben – kivéve, ha fém karimával díszített.
Eldobható poliészter ételtároló	●	Számos fagyasztott étel rendelkezik ilyen jellegű csomagolással.
Gyorsételek dobozai - Polisztién tárolók	●	Melegítésre alkalmas. Túlhevülés esetén megolvadhat.
- papírzacskók, újságpapír	×	Tűzet okozhat!
- Újrahasznosított papír, illetve fém fedőfólia	×	Szikrákat, ivkisülést okozhat!
Üvegáru - Hőálló üvegedények	●	Alkalmazható – kivéve, ha fém karimával díszített!
- Poharak, tányérok	●	Étel, ital melegítésére alkalmasak
- Befőttes üvegek	●	Csak a fedő nélkül! Csak melegítésre!

Eszköz	Alkalmazható?	Megjegyzés
Fém - Edények - Zárószalagok	×	Tűzet, ivkisülést okozhat!
Papír - Tányérok, poharak, szalvéták, sütőpapír - Újrahasznosított papír	● ×	Rövid sütési idő, illetve melegítés esetén használható. Szikrákat, ivkisülést okozhat!
Műanyag - Tárolóedények	●	Hőálló műanyag eszközök használata ajánlott. Más műanyagokból készült eszközök nagyobb hő hatására elszíneződhetnek, illetve megolvadhatnak. Ne használjon melamin műanyagokat!
- Folpack	●	Páramentesítésre használható. Lehetőség szerint ne érintkezzen közvetlenül az étellel!
- Fagyasztó zacskó	▲	Legyen különösen elővigyázatos a fólia levételénél, mert forró gőz szabadulhat ki közben. Csak kifejezetten főzésre illetve sütésre alkalmas kivétel használható. A zacskó nem lehet légmentesen zárt! Ha szükséges, szúrja ki pár helyen egy villa segítségével.
Zsírpapír	●	Párasodás és fröccsenés elleni védelemre.

- : Ajánlott
- ▲ : korlátozottan alkalmas
- ×

× : nem alkalmas

A MIKROHULLÁMÚ SÜTŐ BIZTONSÁGOS HASZNÁLATA

Általános használat

Ne módosítsa, illetve ne iktassa ki a biztonsági zárat.

Ügyeljen arra, hogy ne kerüljön semmi a sütő és a sütőajtó közé. A szigetelésnek hibamentesnek és tisztának kell lennie. Tisztítsa rendszeresen a szigetelés felületét kimélő tisztítószerrel, öblítse le, majd törölje szárazra. Ne használjon súrolóport, vagy súrolószivacsot.

Vigyázzon a nyitott sütőajtóval: például ne engedje gyermekeknek, hogy ráakaszkodjanak, valamint ügyeljen arra, hogy ne akadjon bele. Ha így magával rántja a készüléket, az leeshet, sérülést okozhat, illetve a készülék meghibásodását okozhatja.

Ne használja a sütőt, ha annak ajtaja eldeformálódott, lóg, illetve nem záródik megfelelően. Ne használja abban az esetben sem, ha a tömítés, vagy annak felülete megsérült, vagy hiányos.

Ne üzemeltesse a sütőt üresen, mert ezzel annak meghibásodását okozhatja.

Ételek

Ne használja a mikrohullámú sütőt befőzéshez. A készülék nem felel meg a befőzéshez szükséges követelményeknek. A nem megfelelően befőzött étel megromolhat és egészségre ártalmas lehet.

Mindig az ajánlott sütemési / főzési idő minimumát alkalmazza. A túlfőzött / túlsütött ételekkel nem lehet mit kezdeni, de ha egy étel még nem főtt meg, illetve nem sült meg teljesen, akkor még visszatehető a sütőbe.

Kis mennyiségű étel, illetve szárazabb jellegű ételek melegítésénél legyen óvatos: ezek az ételek gyorsan kiszáradhatnak, illetve meggyulladhatnak.

Ne melegítsen tojást a héjában, mert az a belsejében keletkező túlnyomás miatt felrobbanhat.

A burgonya, alma, tojássárgája, illetve például a kolbász nem porózus burokkal rendelkezik, melyet több helyen át kell szúrni felrobbanásuk megakadályozása érdekében.

Ne használja a készüléket olajban, vagy zsírban sütéshez.

Mindig pihentesse az elkészült ételt a készülék kikapcsolása után legalább 20 másodpercig. Keverje meg az ételeket sütés / főzés, illetve melegítés közben és a művelet befejezése után is.

Ne hagyja a sütőt felügyelet nélkül popcorn készítése közben. Csak a gyártó által ajánlott módon végezze a popcorn készítését. Mindig használjon mikrohullámú sütőben alkalmazható edényt a kukorica pattogatásához. Ne helyezze a kukorica zacskóját közvetlenül a forgótányérra.

Ne lépje túl a kukorica gyártója által ajánlott elkészítési időt. A hosszabb elkészítési idő nem eredményez több kukoricát, viszont a kipattogott szemek megégését, illetve tűzveszélyt okozhatnak. Vigyázzon, a frissen elkészült pattogatott kukorica, illetve annak csomagolása forró lehet!

SZIKRÁZÁS, ÍVKISÜLÉS

Ha a sütőtérben szikrázást, ívkiűlést lát, azonnal kapcsolja ki a készüléket.

A szikrázást, ívkiűlést az alábbiak okozhatják:

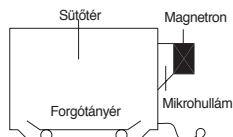
- Fém, vagy alumíniumfólia ér a sütőtér oldalához.
- Az alufólia nincs az ételre simítva (a fólia felfelé álló szélei antennaként viselkednek).
- Fém zárószalag, nyárs, vagy fémkarimával díszített tányér került a sütőbe.
- Újrahasznosított papír került a sütőbe. Az újrahasznosított papír apró fémrészeket tartalmazhat.

A MIKROHULLÁMRÓL

A mikrohullám energiáját már azóta használják főzésre, illetve ételek melegítésére, mióta a radarok először szolgálatba álltak a II. világháborúban. A mikrohullámok természetes módon és emberi kéz által is keletkeznek. Többek között radarok, rádió, televízió, autó-telefonok és mindenféle egyéb telekommunikációs eszközök használnak mikrohullámot.

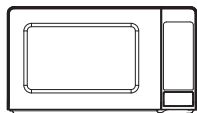
A MIKROHULLÁM FELHASZNÁLÁSA ÉTELKÉSZÍTÉSHEZ

A mikrohullámú sütő ISM II. kategóriájú, B-osztályba sorolt készülék, mely elektromágneses elven rádiófrekvenciás energiát hoz létre és használ fel és házi használatra, házi elektromos hálózatra csatlakoztatva üzemeltethető.



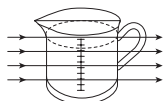
A mikrohullámot a MAGNETRON állítja elő.

► VISSZATÉRÍTÉS



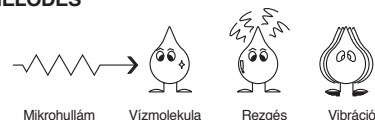
A mikrohullámok a sütő fém oldalfaláról visszapatannak.

► ÁTHALADÁS



Az ételen áthaladó mikrohullámok rezgésbe hozzák a minden ételben megtalálható vízmolekulákat.

► HŐTERMELŐDÉS



A vízmolekulák a mikrohullám hatására rezgésbe jönnek, mely a molekulák nagyfokú sűrűsödését okozzák – mely hőt termel. Ez a hő felmelegíti, illetve akár meg is főzi (süti) az ételt. A mikrohullám hatással van a zsír és cukor molekuláira is, így az ilyen anyagokat nagyobb arányban tartalmazó ételek jóval hamarabb felmelegednek. A mikrohullám csak 4-5 cm mélyen hatol be az ételbe, viszont a hővezetés miatt a keletkezett hő tovább terjed. Így az étel kintről befelé haladva melegszik fel – csakúgy, mint a hagyományos sütési módszerekkel.

MÉRTÉKEGYSÉG ÁTVÁLTÁS TÁBLÁZATOK

SÚLY MÉRTÉKEGYSÉGEK		TÉRFOGAT MÉRTÉKEGYSÉG		KANÁL MÉRTÉKEGYSÉGEK	
15 g	½ oz	30 ml	1 fl.oz	1.25 ml	¼ teáskanál
25 g	1 oz	100 ml	3 fl.oz	2.5 ml	½ teáskanál
50 g	2 oz	150 ml	5 fl.oz (¼ pt)	5 ml	1 teáskanál
100 g	4 oz	300 ml	10 fl.oz (½ pt)	15 ml	1 evőkanál
175 g	6 oz	600 ml	20 fl.oz (1pt)		
225 g	8 oz				
450 g	1 font				

FOLYADÉK MÉRTÉKEGYSÉGEK		
1 csésze	= 8 fl.oz	= 240 ml
1 pint	= 16 fl.oz (UK: 20 fl.oz)	= 480 ml (UK: 560 ml)
1 quart	= 32 fl.oz (UK: 40 fl.oz)	= 960 ml (UK: 1120 ml)
1 gallon	= 128 fl.oz (UK: 160 fl.oz)	= 3840 ml (UK: 4500 ml)

FŐZÉSI / SÜTÉSI TECHNIKÁK

PIHENTETÉS

A sűrűbb ételek – például a húsok, héjában főtt burgonya, sütemények, stb. – a sütés / főzés után pihentetést igényelnek (mely a sütőn belül, vagy akár kívül is végezhető). A pihentetés során a hő még hosszú ideig fejti ki hatását, így az étel közepe is teljesen megsülhet / megfőhet. A hússzeleteket és a héjában főtt burgonyát pihentetés közben alufóliával kell letakarni. A hússzeletek kb. 10-15 perc, míg a héjában főtt burgonya kb. 5 perc pihentetést igényelnek. Más ételek (pl. az egytálételek, zöldségek, hal, stb.) esetén kb. 2-5 perc pihentetés szükséges. Fagyasztott ételek kiolvasztása után szintén pihentetési időt kell hagyni. Amennyiben az étel nem főtt / nem sült meg teljesen a pihentetési idő alatt, helyezze vissza azt a sütőbe és főzze / süsse tovább.

VÍZTARTALOM

Számos friss étel – például a gyümölcsök és zöldségek – a szezontól függően változó víztartalommal rendelkeznek, így a főzési idejük is változhat. A száraz alapanyagok – például a rizs, tészta – tárolásuk során akár teljesen kiszáradhatnak, így főzési idejük szintén eltérő lehet.

SÚRÚSÉG

A könnyebb, könnyedebb ételek jóval gyorsabban melegszenek, mint a sűrűbb, nehezebb ételek.

FOLPACK

A Folpack segít az ételkészítés során felszabaduló pára megtartásában, így gyorsabb főzést tesz lehetővé. A túl sok gőz elkerülése érdekében szúrja ki pár helyen a fóliát még a főzés előtt. Mindig ügyeljen arra, hogy a fólia eltávolításakor felszabaduló gőz nagyon forró lehet.

FORMA

Az étel formája is befolyásolhatja a sütést / főzést. A szögletes tárolóeszköz helyett sokkal jobb egy kerek formájú – így az étel egyenletesebben melegszik.

ELHELYEZÉS

Az ételek gyorsabban elkészülnek, ha több kisebb részre osztjuk fel őket. A felosztott

részeket viszont ne helyezze egymásra!

HŐMÉRSÉKLET A FŐZÉS ELEJÉN

Minél hidegebb az étel, annál tovább tart a felmelegítése. Tehát a hűtőből kivett étel később melegszik fel, mint a szobahőmérsékletű.

FOLYADÉKOK

Keverje fel a folyadékokat a melegítés előtt és lehetőleg közben is. Különösen igaz ez víz esetében – elkerülendő annak kifutását. Ne melegítsen olyan folyadékot, melyet korábban felforralt. NE HEVÍTSE TÚL A FOLYADÉKOKAT!

MEGFORDÍTÁS ÉS KEVERÉS

Némely étel esetében szükséges a főzési / sütési idő felénél annak megfordítása (pl. húskételek esetén), vagy rendszeres keverése.

ELHELYEZÉS

Az egyedi formájú ételek (például csirke részeinek) elhelyezésekor a vastagabb részek kerüljenek kívülre.

MENNYISÉG

A kisebb és kevesebb étel gyorsabban melegszik.

KISZÚRKÁLÁS

A burokkal rendelkező alapanyagok, ételek esetén előfordulhat, hogy a keletkező gőz szétfeszíti, szétrobbantja a burkot. Szúrja át több helyen ezeket az ételeket: tojás, burgonya, alma, kolbász, stb. NE MELEGÍTSEN TOJÁST HÉJÁBAN!

LETAKARÁS

Takarja le az ételeket mikrohullámú sütőhöz ajánlott fóliával, vagy fedővel. Takarja le a halételeket, zöldségeket, serpenyőben készülő ételeket, leveseket. Ne takarja le a süteményeket, szószokat, héjában főtt burgonyát, illetve sült tésztákat.

FAGYASZTOTT ÉTELEK KIOLVASZTÁSA

- ▶ Ne olvasszon ki letakart húst. Mindig vegye ki azt a csomagolásból és helyezze mikrohullámú sütőben használható tálbába.
 - ▶ Egész csirkét a mellrészével lefelé tegyen a sütőbe kiolvasztáshoz. Hússzeleteket a zsíros résszel lefelé tegyen a sütőbe.
 - ▶ A tárolóeszköz formája befolyásolhatja a kiolvasztás időtartamát. A vékonyabb ételek hamarabb olvaszthatók ki.
 - ▶ Az olvasztási folyamat harmadánál ellenőrizze az ételt. Amennyiben szükséges, fordítsa meg, válassa részekre, illetve helyezze át. A már kiolvadt részeket vegye ki a sütőből.
 - ▶ A kiolvasztás folyamata közben nyissa ki a sütőajtót és ellenőrizze az ételt. Alkalmazza az alább ismertetett technikákat az optimális kiolvasztási eredmény eléréséhez. Ezután csukja vissza a sütőajtót és folytassa a kiolvasztást.
 - ▶ A kiolvasztás végén az étel hideg maradhat, de minden részének puhának kell lennie. Amennyiben maradtak jeges részek, egy nagyon rövid időre helyezze vissza az ételt a sütőbe, vagy hagyja állni pár percre. A kiolvasztás után akár 5-60 percig is állni hagyhatja az ételt, ha annak még mindig van jeges része. Csirkét, illetve halat folyó hideg víz alá helyezhetünk a teljes kiolvasztás érdekében.
- ⇨ **Megfordítás:** hússzeletek, egész csirke, hátszín, pulykamell, kolbász, steak, borda
- ⇨ **Áthelyezés:** szétszedés után – hússzeletek, hamburger hús, csirke és tengeri halak részei, darabolt hús
- ⇨ **Takarás:** használjon alufóliát a vékonyabb részek (pl. csirke szárny) védelmére. A szikrázás elkerülése érdekében ügyeljen arra, hogy a fólia ne kerüljön a sütő falához 3cm-nél közelebb.
- ⇨ **Eltávolítás:** A főzési / sütési folyamat elkezdésének megakadályozásához a már kiolvadt részeket ki kell venni a sütőből. Ezáltal a kiolvasztás folyamata felgyorsulhat (főleg 1,5 kilogrammnál kisebb tömegű étel esetén)

FŐZÉSI / SÜTÉSI ÉS MELEGÍTÉSI IDŐ TÁBLÁZATOK

FŐZÉSI / SÜTÉSI IDŐ TÁBLÁZAT

Étel	Teljesítmény		Főzési / Sütési idő lb. /450g esetén	Kiegészítő információk
	700W	800W		
MARHA / DISZNÓ				- A hűtött húsokat a főzés / sütés előtt legalább 30 perccel ki kell venni a hűtőből - A húseleteket mindenképpen takarja le pihentetéshez
Beefsteak – angolosan	560	640	8-10 perc	
Beefsteak – közepesen átsütve	560	640	9-11 perc	
Beefsteak – jól átsütve	560	640	11-13 perc	
Bárány Comb	700	800	12-15 perc	
Sonka	700	800	9-10 perc	
BAROMFI				
Egész csirke	700	800	7-9 perc	
Csirke részei	560	640	5-7 perc	
Csirkemell filé	560	640	6-8 perc	
HAL				
Filézett hal	700	800	4-6 perc	- Konyhai ecsettel vigyen fel egy kevés olajat, vagy olvasztott vajat a halra, esetleg adjon hozzá 15-30ml (1-2 evőkanál) citromlevet, bort, tejet, vagy vizet - Az elkészült halat mindenképpen pihentetni kell (letakarva)
Egész makrélá, tisztítva, előkészítve	700	800	4-6 perc	
Egész pisztráng, tisztítva, előkészítve	700	800	5-7 perc	
Lazacderék	700	800	5-7 perc	
MEGJEGYZÉS: A fenti időtartamok csak hozzávetőleges adatok! Használja egyéni ízlelését a megfelelő időtartamok használatához és a szerzett tapasztalatok alapján készítse el ételeit. Az ételkészítési időtartamok változhatnak az étel formájától, mennyiségétől, esetleg a használt alapanyagoktól függően. A fagyasztott húsok, baromfi és hal gondos előkészítést igényelnek!				

MELEGÍTÉS

- A gyermekeknek számára melegített ételt nagyon gondosan kell ellenőrizni, nehogy túlhevítés miatt égési sérülést okozzon.
- Minden esetben olvassa el és tartsa be az előre csomagolt, főzésre / sütésre kész ételek elkészítési instrukcióit.
- Hűtött ételek esetén mindig gondosan járjon el és készítse elő azokat főzés / sütés előtt az előírásoknak megfelelően.
- Ne felejtse el kivenni a fém nyársakat, illetve levenni a fém fóliákat melegítés előtt.
- A hűtött ételek melegítése több időt vesz igénybe, mint a szobahőmérsékletű ételeké.
- Az ételek melegítéséhez minden esetben a legnagyobb teljesítményt válassza.

Étel	Főzési / Sütési idő lb.	Kiegészítő információk
Bébiétel 128 g	30 másodperc	- Helyezze az ételt egy kis tálba - Melegítés előtt és után keverje meg jól a bébiételt - Gondosan ellenőrizze az étel hőmérsékletét, mielőtt a gyermeknek adná
Babatej 100 ml / 4 fl.oz 225 ml / 8 fl.oz	20-30 másodperc 40-50 másodperc	- Használjon sterilizált üveget - Melegítés előtt és után keverje, vagy rázza össze jól a babatejet - Gondosan ellenőrizze az étel hőmérsékletét, mielőtt a gyermeknek adná
Szendvics vagy zsemle 1db	20-30 másodperc	- Helyezze a szendvicset egy papírtörőre, majd így a forgótányérra * Megjegyzés: ne használjon újrafelhasznált papírból készült papírtörőt
Lasagna 1 adag (10 ½ oz. / 300g)	4-6 perc	- Helyezze a lasagna-t mikrohullámú sütőben használható tányérra - Takarja le az ételt egy műanyag fedővel úgy, hogy az szellőzhessen
Casserole 1 csésze 4 csésze	1 ½-3 perc 5-7 perc	- Letakart casserole edényben készítsük - Félidőnél keverje meg az ételt.
Krumplipüré 1 csésze 4 csésze	2-3 perc 6-8 perc	- Letakart casserole edényben készítsük - Félidőnél keverje meg az ételt.
Babfőzelék 1 csésze	2-3 perc	- Letakart casserole edényben készítsük - Félidőnél keverje meg az ételt.
Ravioli vagy tészta szószban 1 csésze 4 csésze	3-4 perc 7-10 perc	- Letakart casserole edényben készítsük - Félidőnél keverje meg az ételt.

ZÖLDSÉGEK PÁROLÁSA

Használjon megfelelő tűzálló, fedeles üvegtálat. Adjon a zöldségekhez 250grammonként 30-45ml (2-3 evőkanálnyi) hideg vizet – ha a táblázat mást nem mond. Párolja a zöldségeket a minimum időtartamig fedve, majd párolja tovább a kívánt állapot eléréséig. Rázza fel, vagy keverje meg a zöldségeket egyszer párolás közben, egyszer pedig utána. Adjon hozzá só, fűszereket, esetleg vaját a párolás után. Fedje le a zöldségeket kb. 3 percnyi pihentetési időre.

Tipp: vágja fel a friss zöldségeket egyforma szeletekre. Minél kisebbre vágja a szeleteket, annál gyorsabban tudja párolni őket.

A zöldségek párolásához minden esetben a legnagyobb teljesítményt válassza.

PÁROLÁSI IDŐ TÁBLÁZAT FAGYASZTOTT ZÖLDSÉGEKHEZ

Zöldség	Súly	Párolási idő	Kiegészítő információk
Spenót	0,3 lb./125g	2-3 perc	Adjon hozzá 15ml (1 evőkanál) vizet.
Brokkoli	½ lb./ 250g	3-4 perc	Adjon hozzá 30ml (2 evőkanál) vizet.
Borsó	½ lb./ 250g	3-4 perc	Adjon hozzá 15ml (1 evőkanál) vizet.
Zöldbab	½ lb./ 250g	4-5 perc	Adjon hozzá 30ml (2 evőkanál) vizet.
Vegyes zöldség (répa / borsó / stb.)	½ lb./ 250g	3-5 perc	Adjon hozzá 15ml (1 evőkanál) vizet.
Vegyes zöldség (kínai módra)	½ lb./ 250g	4-5 perc	Adjon hozzá 15ml (1 evőkanál) vizet.

PÁROLÁSI IDŐ TÁBLÁZAT FRISS ZÖLDSÉGEKHEZ

Zöldség	Súly	Párolási idő	Kiegészítő információk
Brokkoli	½ lb./250 g 1 lb./500 g	2-3 perc 4-6 perc	Szedje szét a brokkolit rózsákra. Helyezze a szár részt a középpont felé mutató irányba.
Kelbimbó	½ lb./250 g	3-4 perc	Adjon hozzá 60-75ml (5-6 evőkanál) vizet.
Répa	½ lb./250 g	2-3 perc	Vágja fel a répákat szeletekre.
Karfiol	½ lb./250 g 1 lb./500 g	2-3 perc 4-6 perc	Szedje szét a karfiolt rózsákra. A nagyméretű rózsákat vágja félbe. Helyezze a szár részt a középpont felé mutató irányba.
Cukkini	½ lb./250 g	2-3 perc	Vágja fel a cukkinit szeletekre. Adjon hozzá 30ml (2 evőkanál) vizet, vagy egy kevés vaját. Csak addig párolja, míg az éppen megpuhul.
Padlizsán	½ lb./250 g	2-3 perc	Vágja fel a padlizsánt szeletekre és locsolja meg egy evőkanál citromlével.
Újhagyma	½ lb./250 g	2-3 perc	Vágja fel az újhagymát szeletekre.
Gomba	0,3 lb./125 g ½ lb./250 g	1-2 perc 2-4 perc	Vágja fel a gombákat szeletekre. Ne adjon hozzá vizet. Locsolja meg egy kevés citromlével. Fűszerezze sóval és borssal. Tálalás előtt szárítsa ki teljesen.
Hagyma	½ lb./250 g	2-3 perc	Vágja fel a hagymát szeletekre, vagy félbe. Csak 15ml (1ek.) vizet adjon hozzá.
Paprika	½ lb./250 g	2-4 perc	Vágja fel a paprikát szeletekre.
Burgonya	½ lb./250 g 1 lb./500 g	3-5 perc 7-9 perc	Vágja fel a burgonyát nagyjából egyforma méretű szeletekre.
Kelkáposzta	½ lb./250 g	3-5 perc	Vágja fel a kelkáposztát kisméretű szeletekre.

RECEPTEK

NARANCSSOS PARADICSOMLEVES

25g vaj
1 közepes méretű hagyma aprítva
1 nagy sárgarépa, 1 nagy burgonya aprítva
800g paradicsompüré konzerv
1 kisméretű narancs leve és reszelt héja
900ml zöldségleves
só és bors ízlés szerint

1. Olvassza fel a vajat egy nagy tálban a legnagyobb teljesítményen 1 percig melegítve.
2. Helyezze a tálba a hagymát, répát és a burgonyát. Helyezze a tálat a sütőbe, majd üzemeltesse a sütőt a legnagyobb teljesítményen 6 percen keresztül. Félidőnél keverje meg az ételt.
3. Adja hozzá a paradicsomot, a narancslevet, a reszelt narancshéjat, illetve a zöldséglevest. Keverje jól össze. Ízesítse sóval és borssal tetszés szerint. Takarja le a tálat, majd üzemeltesse a sütőt a legnagyobb teljesítményen 18 percen keresztül. Közben kétszer-háromszor keverje meg az ételt, míg a zöldségek puhára nem főnek.
4. Keverje meg az elkészült levest – és máris tálalhatja.

FRANCIA HAGYMALEVES

1 nagyméretű hagyma szeletelve
1 ek (15ml) étolaj
50g finomliszt
1,2 liter húsleves, vagy zöldségleves
só és bors ízlés szerint
2 ek (30ml) aprított petrezselyem
4 vastag darabokra vágott francia kenyérszelet
50g reszelt sajt

1. Helyezze a hagymát és az olajat egy tálba, majd keverje össze. Helyezze a tálat a sütőbe, majd melegítse a legnagyobb teljesítményen 2 percen keresztül.
2. Keverje össze a finomliszttel csomómentesre, közben fokozatosan adja hozzá a húslevest (vagy zöldséglevest). Fűszerezze, majd szórja bele az aprított petrezselymet.
3. Takarja le a tálat, majd helyezze a sütőbe. Üzemeltesse a sütőt közepes teljesítményen 20 percen keresztül.
4. Tálalja a levest csészékben, helyezzen mindegyikbe kenyérdarabokat és hintse meg sajttal.
5. Melegítse tovább a levest közepes teljesítményen, míg a sajt meg nem olvad.

ZÖLDSÉGKÖRET KÍNAI MÓDRA

1 ek (15ml) étolaj
2 ek (30ml) szójaszósz
1 ek (15ml) sherry
2,5cm hámozott és apróra reszelt gyömbér
2 közepes méretű, vékony, hosszú szeletekre vágott sárgarépa
100g aprított kínai gomba
50g babcsíra
100g cukorborsó
1 pirospaprika, vékony, hosszú szeletekre vágva
4 újhagyma, aprítva
100g szeletelt vízigesztenye-konzerv
¼ fej vékonyra vágott kínai kel

1. Öntse az olajat, a szószot, a sherryt, a gyömbért és a répát egy nagy tálba, majd keverje össze.
2. Takarja le, majd helyezze a tálat a sütőbe, majd melegítse a legnagyobb teljesítményen 5-6 percen keresztül. Közben keverje meg egyszer.
3. Adja hozzá a gombát, a babcsírá, a cukorborsót, a pirospaprikát, az újhagymát, a vízi gesztenyét, valamint a kínai kelt. Jól keverje össze.
4. Párolja tovább a legnagyobb teljesítményen kb. 6-7 percig, míg a zöldségek puhára főnek. Főzés közben keverje össze a zöldségeket 2-3 alkalommal.

A kínai módra elkészített zöldség hús, vagy hal mellé nagyszerű köret

MÉZES CSIRKE

4 filézett csirkemell
2 ek (30ml) méz
1 ek (15ml) egész szemű mustár
½ tk (2,5ml) szárított tárkony
1 ek (15ml) paradicsompüré
150ml csirkehúsleves

1. Helyezze a csirkemelleket tűzálló tálba.
2. Minden hozzávalót keverjen össze, majd öntse a csirkemellekre. Ízesítse sóval, borssal.
3. Süssse a legnagyobb teljesítményen 13-14 percig. Helyezze át a csirkemelleket és vonja be újra a masszával a sütés közben két-három alkalommal.

KÉKSAJTOS & SNIDLINGES BURGONYAHÉJ

2 sütni való burgonya (kb. 250g/db)
50g vaj
100g darabolt kéksajt
1 ek (15ml) friss, aprított snidling
50g szeletelt gomba
só és bors ízlés szerint

1. Szúrja át a burgonyákat több helyen. Süssse a legnagyobb teljesítményen 12-13 percig. Felezzze el a burgonyákat, majd vája ki azokat úgy, hogy a héjuk egészben maradjon. Helyezze a burgonya darabokat egy tálba, adja hozzá a vajat, a sajtot, a snidlinget, gombát, valamint sót és borsot, végül az egészet keverje jól össze.
2. Töltse meg a burgonyahéjakat a masszával, majd helyezze egy lapos tálba.
3. Süssse közepes teljesítményen 10 percig.

FEHÉR MÁRTÁS

25g vaj
25g finomliszt
300ml tej
só és bors ízlés szerint

1. Helyezze a vajat egy tálba, melegítse a legnagyobb teljesítményen kb. 1 percig, míg az meg nem olvad.
2. Öntse a tejet a tálba, majd folyamatosan szórja bele a lisztet - közben habverővel dolgozza össze. Helyezze a tálat a sütőbe, majd üzemeltesse a sütőt a legnagyobb teljesítményen 4-5 percig. Közben percenként keverje meg a mártást, míg az csomómentes, kenhető állagú nem lesz. Ízesítse sóval, borssal.

EPERLEKVÁR

675g tisztított eper
3 ek (45ml) citromlé
675g porcukor

1. Helyezze az epret és a citromlevet egy nagyon nagy tálba, majd melegítse a legnagyobb teljesítményen kb. 5 percig, míg a gyümölcs meg nem puhul.
2. Főzze tovább közepes teljesítményen 20-25 percig, míg a lekvár a forráspontot* el nem éri. Közben keverje meg 4-5 percenként.
3. Töltse a lekvárt jól kimosott, felmelegített befőttesüvegbe. Zárja le, majd címkézzze meg a lekváros üvegeket (a címkén érdemes pl. az elkészítés dátumát feltüntetni).

** Forráspont: a forráspont elérésének megállapításához helyezzen egy evőkanálnyi lekvárt egy hűtött kistányérra. Hagyja pihenni egy percig. Érintse meg a lekvár felszínét finoman az ujjával. ha a lekvár felszíne gyűrődik, a lekvár főzése közben elérte a forráspontot.*

EGYSZERŰ TORTA

100g margarin
100g cukor
1 tojás
100g szitált, sütőporral kevert liszt
2-3 ek (30-45ml) tej

1. Takarja le egy 8" (20cm) átmérőjű, mikrohullámú sütőben való használatra ajánlott tortasütőforma alját sütőpapírral.
2. Egy tálban keverje össze teljesen a margarint és a cukrot. Üsse rá a tojást, majd felváltva öntögesse bele a szitált lisztet és a tejet.
3. Öntse a masszát az előkészített formába. Süssse azt a legnagyobb teljesítményen 4-5 percig, míg a beleszúrt nyárstű tisztán húzható ki a masszából.
4. Pihentesse a tortát 5 percig, mielőtt kifordítaná a formából.

OMLETT

15g vaj
4 tojás
6 ek (90ml) tej
só és bors

1. Verje fel együtt a tojást és a tejet, majd ízesítse azt sóval és borssal.
2. Tegye a vaját egy 10" (26cm) átmérőjű, mikrohullámú sütőben használható sütőtálat.
Melegítse a legnagyobb teljesítményen 1 percre, míg meg nem olvad.
Kenje be teljesen a sütőtálat az olvadt vajjal.
3. Öntse a tojásból és tejből álló masszát a táliba. Süssse azt a legnagyobb teljesítményen 2 percre, keverje jól össze, majd süssse tovább 1 percre.

RÁNTOTTA

15g vaj
2 tojás
2 ek (30ml) tej
só és bors

1. Tegye a vaját egy táliba, majd melegítse a legnagyobb teljesítményen 1 percre, míg meg nem olvad.
2. Adja hozzá a tojást, a tejet és ízesítse azt. Keverje jól össze a masszát.
3. Süssse a legnagyobb teljesítményen 3 percre, fél percenként megkeverve.

BORSOS TOKÁNY

1 kisebb hagyma, kockára vágva
1 gerezd fokhagyma préselve
1 tk (5ml) olaj
200g aprított konzervparadicsom
1 ek (15ml) paradicsompüré
1tk (5ml) fűszerkeverék
225g darált hús
só és bors

1. Tegye a hagymát, a fokhagymát, illetve az olajat egy tűzálló táliba, majd melegítse a legnagyobb teljesítményen 2 percre.
2. Adja hozzá a többi hozzávalót. Keverje jól össze.
3. Takarja le és süssse a legnagyobb teljesítményen 5 percre, majd közepes teljesítményen 10-15 percre, míg a hús meg nem sül.