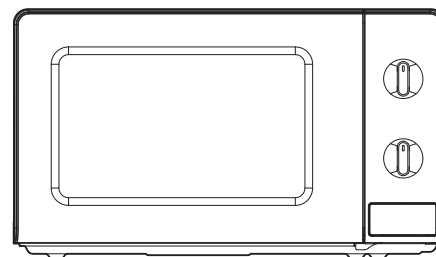




MIKROHULLÁMÚ SÜTŐ

HASZNÁLATI ÚTMUTATÓ

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



**KOR 7G87WW(G)
modell nélküli grill**

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) **FIGYELEM!** Szervizelés, illetve bármilyen javítás csak szakszervizben, szakember által végezhető! A készülék védőburkolatának eltávolítása a mikrohullámú sugárzás veszélyét jelenti!
- (e) **FIGYELEM!** Ne melegítsen folyadékokat, illetve más élelmiszereket lezárt dobozban, ha azok felrobbanhatnak.
- (f) **FIGYELEM:** A készüléket gyermekek vagy csökkent fizikai, érzékszervi vagy mentális képességekkel bíró, illetve kellő tapasztalattal és ismeretekkel nem rendelkező személyek nem használhatják, kivéve, ha biztosítják számukra a felügyeletet és az útmutatást.

TARTALOMJEGYZÉK

• HOGYAN KERÜLHETŐ EL A MIKROHULLÁMÚ SUGÁRZÁS VESZÉLYE?	1
• FONTOS BIZTONSÁGI ELŐÍRÁSOK	2
• FÖLDELÉSI ELŐÍRÁSOK	5
• ÜZEMBE HELYEZÉS	5
• A KÉSZÜLÉK RÉSZEI	6
• A KÉSZÜLÉK HASZNÁLATA	7
• A KÉSZÜLÉK KARBANTARTÁSA	8
• KÉRDÉSEK ÉS VÁLASZOK	9
• MIELŐTT A SZERVIZT HÍVNÁ	10
• GONDOZÁS ÉS TISZTÍTÁS	10
• FELESLEGESSÉ VÁLT ELEKTROMOS ÉS ELEKTRONIKUS KÉSZÜLÉKEK HULLADÉKKÉNT VALÓ ELTÁVOLÍTÁSA	10
• TECHNIKAI JELLEMZŐK	11
• FONTOS!	11
• FŐZÉSI / SÜTÉSI ISMERETEK	12
• A MIKROHULLÁMÚ SÜTŐ BIZTONSÁGOS HASZNÁLATA	13
• SZIKRÁZÁS, ÍVKISÜLÉS	13
• A MIKROHULLÁMRÓL	14
• A MIKROHULLÁM FELHASZNÁLÁSA ÉTELKÉSZÍTÉSHEZ	14
• MÉRTÉKEGYSÉG ÁTVÁLTÁS TÁBLÁZATOK	14
• FŐZÉSI / SÜTÉSI TECHNIKÁK	15
• FAGYASZTOTT ÉTELEK KIOLVASZTÁSA	16
• FŐZÉSI / SÜTÉSI ÉS MELEGÍTÉSI IDŐ TÁBLÁZATOK	17
• ZÖLDSÉGEK PÁROLÁSA	19
• RECEPTEK	20

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 tönkretelheti 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, csirkemáját) 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. 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.
12. Amennyiben műanyag, vagy papír alapanyagú tárolóeszközben melegít ételt, a művelet közben figyelje a mikrohullámú sütőt a nagyobb gyulladásveszély miatt.
13. 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!
14. 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!

15. Tojás héjában nem melegíthető mikrohullámú sütőben, mert felrobbanhat – még a melegítési folyamat befejezése után is.
16. Tartsa tisztán a sütő belsejét. Törölje át a felületeket egy puha textiliával minden használat után. Ha zsíros lerakódás marad a sütő belső felületein, az legközelebb túlhevülhet, így füstöt, esetleg tüzet okozhat.
17. Ne használjon zsírt, vagy olajat a sütéshez, mert ez túlhevülést, esetleg tüzet okozhat.
18. 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.

19. A gyermekek felügyeletét biztosítani kell, nehogy ők játszanak a készülékkel.
20. Csak arra megfelelő edényeket használjon a mikrohullámú sütőben.
21. A mikrohullámú melegítés során előfordulhat italoknál késleltetett robbanásszerű forrás, ezért óvatosan fejják meg az edényeket.
22. 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

Mindigyük 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 figyelmeztetést 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!

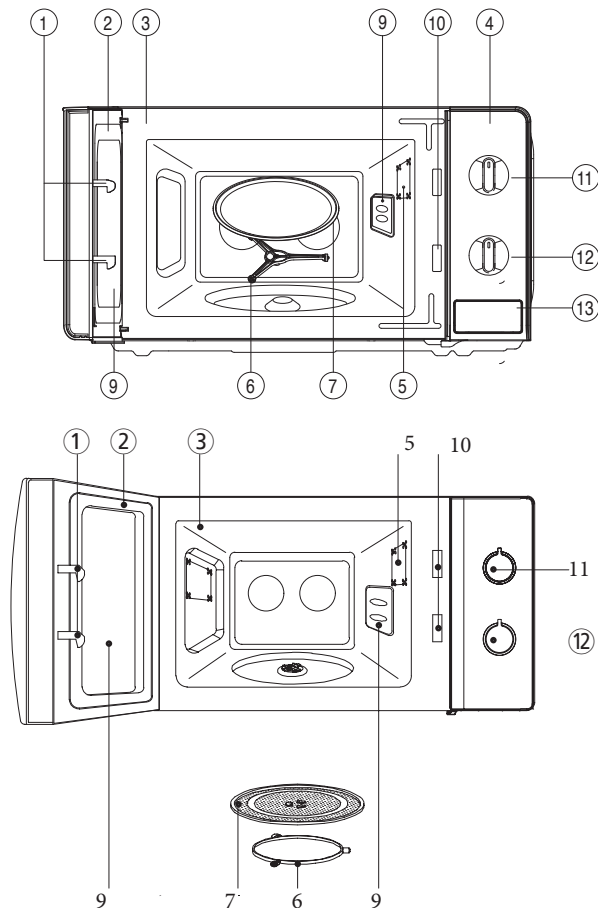
7. A mikrohullámú sütő ellenőrzése kicsomagolás után

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.

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 **Világítás** - automatikusan bekapcsolódik a sütő használata közben.
- ⑥ **Forgórész** - a készülék üzemeltetése közben az üveg forgótányérral együtt mindenképpen használni kell.
- ⑦ **Üveg forgótányér** - speciális hőálló anyagból készült tányér, melynek pontos illeszkedését mindenképpen ellenőrizni kell. Ne főzzön, illetve ne melegítsen közvetlenül a forgótányéron.
- ⑧ **Ellenőrző ablak** - az étel ellenőrzését lehetővé tevő üvegfelület. Kialakításának köszönhetően a fény átjuthat rajta, de a mikrohullám nem.
- ⑨ **Mikrohullám** - kibocsátó egység fedele - a fedél megvédi a mikrohullám-kibocsátó egységet a kifröccsenő ételektől, illetve étel-alapanyagoktól.
- ⑩ **Biztonsági zár**
- ⑪ **Teljesítmény szabályzó**
- ⑫ **Időzítő** - főzési / melegítési idő beállításához
- ⑬ **Ajtónyitó gomb** - Az ajtó kinyitásához nyomja meg az ajtót nyitó gombot.

A KÉSZÜLÉK HASZNÁLATA

E fejezetben a sütő használatáról kaphat hasznos információkat.

1. Csatlakoztassa a hálózati kábelt 230V 50Hz hálózati csatlakozóhoz.
2. Helyezze az ételt megfelelő, mikrohullámú sütőben használható tárolóeszközbe (tányérra, pohárba, stb.), nyissa ki a készülék ajtaját, majd helyezze a tárolóeszközt az üveg forgótányérra.
A forgatóegységet és az üveg forgótányért mindenképpen használni kell a sütő üzemeltetése közben.
3. Csukja be a sütő ajtaját. Ellenőrizze, hogy az ajtó megfelelően becsukódott-e. A sütő ajtaja a sütés, illetve melegítés közben bármikor kinyitható az ajtónyitó gomb megnyomásával. A készülék ekkor automatikusan kikapcsol.
4. Használja a teljesítmény szabályzót a használni kívánt funkciónak megfelelően.

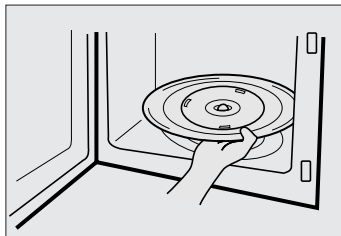
SZIMBÓLUM	TELJESÍTMÉNY	KIMENŐ TELJ.	
		700W	
	Enyhe melegítés	120W	
	Melegítés	180W	
	Felolvasztás	270W	
	Alacsony fozogat	390W	
	Közepes	500W	
	Közepesen magas	610W	
	Magas	700W	

5. Állítsa be a sütési / melegítési időt az időzítő eltekerésével. Ekkor a folyamat automatikusan indul.
- Ha két percnél kevesebb ideig szeretné üzemeltetni a sütőt, tekerje el az időzítőt a két perces beosztáson túl, majd tekerje visszafelé azt a kívánt időbeállításig.
6. A mikrohullámú sugárzás automatikusan kikapcsol, ha az időzítő eléri az "OFF" pozíciót. Ezután az étel kivethető a sütőből.
- A biztonsági zár nem engedi, hogy a készülék nyitott sütőajtóval üzemeltethető legyen.
- Ha ellenőrizni szeretné az ételkészítés állapotát, egyszerűen nyissa ki a sütőajtót a nyitógomb segítségével. Ekkor a sütési / melegítési folyamat leáll. Az ételkészítés folytatásához csukja be az ajtót.
- Ha szeretné befejezni az ételkészítést, csak tekerje el az időzítőt az "OFF" pozícióba.
- Ne üzemeltesse a sütőt üresen! Az ételkészítés művelet befejezése után, a sütőajtó becsukása előtt ellenőrizze, hogy az időzítő "OFF" pozícióban van-e.

A KÉSZÜLÉK KARBANTARTÁSA

A készüléket folyamatosan tisztán kell tartani. Távolítsa el az esetleges ételmaradványokat a készülékről, mert ezek a szennyeződések akár nagymértékben is befolyásolhatják annak működését, élettartamát, illetve helytelen működést is okozhatnak.

- 1 A tisztítási művelet előtt kapcsolja ki a sütőt.
- 2 Tartsa tisztán a sütőtér. Ha egy étel kicsöpögött, vagy nyomokat hagyott a belső felületeken, puha textiliával törölje le azt. Makacs szennyeződés esetén használjon semleges hatású tisztítószer. Erős tisztítószer, illetve más kémiai szereket ne használjon a készülék tisztítására.
- 3 A sütő külső felületeit törölje át szappanos vízzel megnedvesített puha textiliával, majd törölje szárazra. Vigyázzon, ne kerüljön nedvesség a készülék belső részeibe!
- 4 Ha a vezérlőpanel nedves lett, törölje azt szárazra. Ne használjon erős tisztítószeret a vezérlőpanel tisztításához.
- 5 Amennyiben páralecsapódás keletkezik a sütőtérben, illetve a sütő ajtaján, törölje le azt puha textiliával. Ez nagy páratartalmú környezetben normális jelenség, nem hibára utaló jel.
- 6 Rendszeresen vegye ki és tisztítsa mosogatóban az üveg forgótányért.
- 7 A forgatóegységet és a sütőtér alsó részét rendszeresen tisztítani kell a görgők halk működése érdekében. Ehhez használjon enyhén megnedvesített törölkendőt.

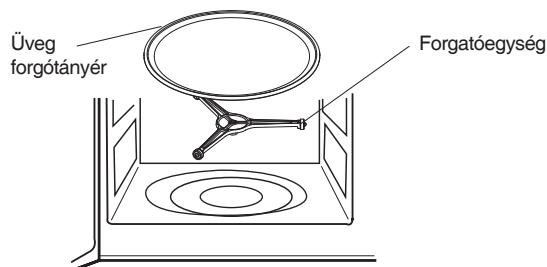


FORGATÓEGYSÉG

- 1 A forgatóegység és a sütőtér alsó részének tisztítását rendszeresen el kell végezni a görgők zajosságának elkerülése érdekében.
- 2 A forgatóegységet az üveg forgótányérral együtt a mikrohullámú sütőben minden esetben használni kell.

ÜVEG FORGÓTÁNYÉR

- 1 Ne használja a készüléket a forgótányér nélkül.
- 2 Ne használjon más sütőből származó üveg forgótányért.
- 3 Ha a forgótányér túlhevült, tisztítás, vagy öblítés előtt várja meg, míg lehül.
- 4 Ne főzzön, illetve ne melegítsen közvetlenül a forgótányéron.



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 párasodik 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 szúrja 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.

MIELŐTT A SZERVIZT HÍVNÁ...

Ellenőrizze az alábbiakat a szerviz sürgősségi 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.

GONDOZÁS ÉS TISZTÍTÁS

Amellett, hogy készüléke számtalan biztonsági funkcióval és jellemzővel rendelkezik, kiemelten fontos az alábbiak betartása:

1. Ne módosítsa, illetve ne iktassa ki a biztonsági zárendszer.
2. Ügyeljen arra, hogy ne kerüljön semmi a sütő és a sütőajtó közé. A szigetelésnek hibamentesnek és tisztának kell lennie. Tisztítsa rendszeresen a szigetelés felületét kímélő tisztítószerezrel, öblítse le, majd törölje szárazra. Ne használjon súrolóport, vagy súrolószivacsot.
3. 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 az megsérült, csak szakember által elvégzett ellenőrzés és javítás után. Kiemelten fontos, hogy a sütő ajtaja jól záródjon, ezáltal fontos, hogy az alábbi alkatrészek sérülésmentesek legyenek:

- a) ajtó (deformálódás)
- b) zsanérok, záruk (törés, kilazulás)
- c) szigetelés, szigetelő felületek

4. A sütő, illetve bármilyen része csak és kizárólag szakszerviz által javítható.
5. A sütőt rendszeresen tisztítani kell. Minden ételtől származó lerakódást meg kell szüntetni.
6. A készülék tisztán tartásának elmulasztása a felületek maradandó károsodását, így a készülék élettartamának jelentős csökkenését okozhatja, valamint veszélyhelyzet kockázatával járhat!

FELESLEGESSÉ VÁLT ELEKTROMOS ÉS ELEKTRONIKUS KÉSZÜLÉKEK HULLADÉKKÉNT VALÓ ELTÁVOLÍTÁSA



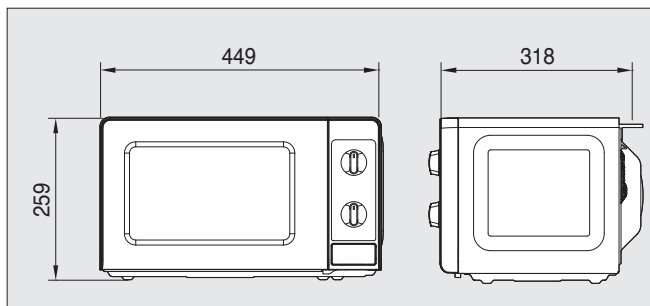
(Használható az Európai Unió és egyéb európai országok szelektív hulladékgyűjtési rendszereiben)

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.

TECHNIKAI JELLEMZŐK

ÁRAMELLÁTÁS		230V AC 50Hz földelt egyfázisú hálózat	
MIKROHULLÁM	BEMENETI TELJESÍTMÉNY	1000 W	
	LEADOTT TELJESÍTMÉNY	700 W	
	FREKVENCIA	2,450MHz	
KÜLSŐ MÉRTEK (SZÉ x MA x MÉ)		446 x 270 x 330 mm	
SÜTŐTÉR TÉRFOGATA (SZÉ x MA x MÉ)		295 x 219 x 303 mm	
SÜTŐTÉR TÉRFOGATA (L)		20 L	
TÖMEG		10,2 kg	
IDŐZÍTÓ		35 perc DUAL SPEED	
TELJESÍTMÉNYSZINTEK		7 szint	

* A technikai jellemzők bejelentés nélkül változhatnak



FONTOS!

A készülék hálózati kábele az alábbi színkódokat alkalmazza:

Zöld-sárga : földelő vezeték

Kék : 0

Barna : fázis

Amennyiben a színkódok nem egyeznek a hálózatban használt színkódokkal, 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!

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 fóliát 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 - Polisztirán tárolók	●	Melegítésre alkalmas. Túlhevülés esetén megolvadhat.
- papírzacsok, újságpapír	×	Tűzet okozhat!
- Újrahasznosított papír, illetve fém fedőfólia	×	Szikrákat, ívkisülést 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, ívkisülést okozhat!
Papír - Tányérok, poharak, szalvéták, sütőpapír - Újrahasznosított papír	● ×	Rövid sütési idő, illetve melegítés esetén használható. Szikrákat, ívkisülést 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, szűrje 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 / túlsüített 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, ívkisülést lát, azonnal kapcsolja ki a készüléket.

A szikrázást, ívkisülést az alábbiak okozhatják:

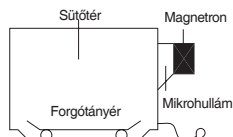
- Fém, vagy alumíniumfólia ér a sütőtér oldalához.
- Az alufólia nincs az ételre simítva (a fólia felfelé álló szélei antennaként viselkednek).
- Fém zárószalag, nyárs, vagy fémkarimával díszített tányér került a sütőbe.
- Újrahasznosított papír került a sütőbe. Az újrahasznosított papír apró fémrészeket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

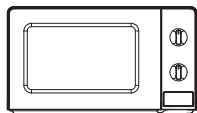
A MIKROHULLÁM FELHASZNÁLÁSA ÉTELKÉSZÍTÉSHEZ

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.



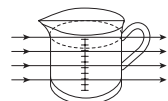
A mikrohullámot a MAGNETRON állítja elő.

▶ VISSZATÉRÍTÉS



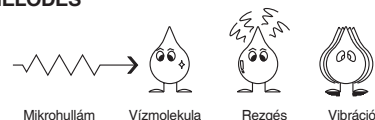
A mikrohullámok a sütő fém oldalfaláról visszapattannak.

▶ 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 szeszontól 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 melegsznek, 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 egymással!

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 tálba.
- ▶ 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 olvashatók ki.
- ▶ Az olvasztási folyamat harmadánál ellenőrizze az ételt. Amennyiben szükséges, fordítsa meg, válassza részekre, illetve helyezze át. A már kiolvasztott 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 percig. 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 húsa, csirke és tengeri halak részei, darabolt húsa
- ✦ **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 kiolvasztott részeket ki kell venni a sütőből. Ezáltal a kiolvasztási folyamata felgyorsulhat (főleg 1,5 kilogrammnál kisebb tömegű étel esetén)

KIOLVASZTÁSI IDŐ TÁBLÁZAT

Étel & súly	Kiolvasztási idő	Állási idő	Speciális technikák
MARHA Vagdalts húsa 1lb./ 450g	9-11 perc	15-20 perc	Szétszedés és a kiolvasztott részek eltávolítása egy villával
Darabolt húsa 1½ lbs./ 675g	14-18 perc	25-30 perc	Szétszedés és áthelyezés (1x)
Húspogácsa 4 (4 oz./110g)	8-10 perc	15-20 perc	Megfordítás féldőnél
BÁRÁNY Karaj 1lb./ 450g	8-10 perc	25-30 perc	Szétszedés és áthelyezés (1x)
Hússzeletek 4 (5 oz./ 125g)	9-11 perc	25-30 perc	Szétszedés és megfordítás (1x)
Vagdalts húsa 1lb./ 450g	9-11 perc	15-20 perc	Szétszedés és a kiolvasztott részek eltávolítása egy villával
BAROMFI Egész csirke 2½ lbs./1125g	21-25 perc	45-90 perc	Nyitott résszel lefelé, majd megfordítás féldőnél. Takarófólia használata szükséges.
Csirkemell 1 lb./ 450g	12-15 perc	15-30 perc	Szétszedés és áthelyezés (1x)
Sült csirke (részek) 2 lbs./900g	19-22 perc	25-30 perc	Szétszedés és áthelyezés (1x)
Csirkecomb 1½ lbs./675g	14-18 perc	15-30 perc	Szétszedés és áthelyezés (1x)
HAL ÉS TENGERI ÁLLATOK Egész hal 1lb./ 450g	7-9 perc	15-20 perc	Megfordítás féldőnél. Takarófólia használata szükséges.
Filézett hal 1½ lbs./ 675g	10-12 perc	15-20 perc	Szétszedés és áthelyezés (1x)
Garnélarák ½ lb./225g	3-4 perc	15-20 perc	Szétszedés és áthelyezés (1x)

* Az itt megadott kiolvasztási idők hozzávetőleges adatok, mely a fagyasztó hőmérsékletétől is függ.

FŐZÉSI / SÜTÉSI ÉS MELEGÍTÉSI IDŐ TÁBLÁZATOK

FŐZÉSI / SÜTÉSI IDŐ TÁBLÁZAT

Étel	Teljesítmény	Főzési / Sütési idő lb. /450g esetén	Kiegészítő információk
MARHA / DISZNÓ			
Beefsteak – angolosan	MEDIUM	8-10 perc	- A hűtött húsokat a főzés / sütés előtt legalább 30 perccel ki kell venni a hűtőből - A húskételeket mindenképpen takarja le pihentetéshez
Beefsteak – közepesen átsütve	MEDIUM	9-11 perc	
Beefsteak – jól átsütve	MEDIUM	11-13 perc	
Bárány Comb	HIGH	12-14 perc	
Sonka	HIGH	8-10 perc	
BAROMFI			
Egész csirke	HIGH	6-8 perc	
Csirke részei	MEDIUM	5-7 perc	
Csirkemell filé	MEDIUM	6-8 perc	
HAL			
Filézett hal	HIGH	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	HIGH	4-6 perc	
Egész pisztráng, tisztítva, előkészítve	HIGH	5-7 perc	
Lazacderék	HIGH	4-6 perc	
MEGJEGYZÉS: A fenti időtartamok csak hozzávetőleges adatok! Használja egyéni ízlését 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 sót, fűszereket, esetleg vajat 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	4-6 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	3-4 perc 5-7 perc	Szedje szét a brokkolit rózsákra. Helyezze a szár részt a középpont felé mutató irányba.
Kelbimbó	½ lb./250 g	4-5 perc	Adjon hozzá 60-75ml (5-6 evőkanál) vizet.
Répa	½ lb./250 g	3-4 perc	Vágja fel a répákat szeletekre.
Karfiol	½ lb./250 g 1 lb./500 g	3-4 perc 5-7 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	3-4 perc	Vágja fel a cukkinit szeletekre. Adjon hozzá 30ml (2 evőkanál) vizet, vagy egy kevés vajat. Csak addig párolja, míg az éppen megpuhul.
Padlizsán	½ lb./250 g	3-4 perc	Vágja fel a padlizsánt szeletekre és locsolja meg egy evőkanál citromlével.
Újhagyma	½ lb./250 g	3-4 perc	Vágja fel az újhagymát szeletekre.
Gomba	0,3 lb./125 g ½ lb./250 g	2-3 perc 3-5 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	3-4 perc	Vágja fel a hagymát szeletekre, vagy félbe. Csak 15ml (1ek.) vizet adjon hozzá.
Paprika	½ lb./250 g	3-5 perc	Vágja fel a paprikát szeletekre.
Burgonya	½ lb./250 g 1 lb./500 g	3-5 perc 8-10 perc	Vágja fel a burgonyát nagyjából egyforma méretű szeletekre.
Kelkáposzta	½ lb./250 g	5-7 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 15 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 16 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 4-5 percen keresztül. Közben keverje meg egyszer.
3. Adja hozzá a gombát, a babcsírat, a cukorborsót, a pirospaprikát, az újhagymát, a vízi gesztenyét, valamint a kínai kelt. Jól keverje össze.
4. Párolja tovább a legnagyobb teljesítményen kb. 4-5 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 11-12 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

FEHÉR MÁRTÁS

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

1. Szúrja át a burgonyákat több helyen. Süsse a legnagyobb teljesítményen 10-11 percig. Felezze 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. Süsse közepes teljesítményen 10 percig.

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 3-4 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 25-30 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 8l (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. Süsse azt a legnagyobb teljesítményen 3-4 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 vajat egy 10l (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 vajat 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 2 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 4 percre, majd közepes teljesítményen 8-12 percre, míg a hús meg nem sül.