



Thinking of you  
**Electrolux**



EMS17005O  
EMS17006O

<b>FI</b>	MIKROALTOUUNI	KÄYTTÖOHJE	2
<b>SV</b>	MIKROVÅGSUGN	ANVÄNDARMANUAL	29
<b>FR</b>	FOUR À MICRO-ONDES	NOTICE D'UTILISATION	56
<b>NO</b>	MIKROBØLGEOVN	BRUKERHÅNDBOK	88

QUELMICROONDES.COM

# SISÄLLYSLUETTELO

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

## WE'RE THINKING OF YOU

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

Tervetuloa Electroluxiin.

### Vieraile verkkosivullamme:



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



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



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

## ASIAKASPALVELU JA HUOLTO

Suosittellemme alkuperäisten varaosien käyttöä.

Pidä seuraavat tiedot saatavilla ottaessasi yhteyttä valtuutettuun huoltoiliikkeeseen.

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



Varoitukset/huomautukset ja turvallisuusohjeet



Yleisohjeet ja vinkit



Ympäristönsuojeluohjeita

Oikeus muutoksiin pidätetään ilman erillistä ilmoitusta.

## TÄRKEITÄ TURVAOHJEITA



### TÄRKEITÄ TURVAOHJEITA: LUE HUOLELLISESTI JA SÄILYTÄ TULEVAA TARVETTA VARTEN

#### Tulipalon välttäminen

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

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

#### ylikuumentua ja alkaa savuta tai syttyä tuleen.

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

#### Tapausten välttäminen

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

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

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

Älä koskaan säädä, korjaa  
tai muunna uunia itse.

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

Uunia ei saa käyttää luukun ollessa auki eikä  
luukun turvalukitusta saa muuttaa mitenkään.  
Älä käytä uunia, jos luukun tiivisteiden ja  
tiivisteipintojen välissä on jotain.

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

Henkilöiden, joilla on SYDÄMENTAHDISTIN, on  
noudatettava lääkäriltä tai sydämentahdistimen  
valmistajalta saamiaan mikroaaltouunien  
käyttöön liittyviä varoituksia.

### Sähköiskujen välttäminen

Laitteen kotelo ei saa koskaan irrota.

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

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

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

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

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

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

### Räjähdyksen ja äkillisen kiehumisen välttäminen



**VAARA! Nesteitä ja  
muuta ruokia ei saa  
kypsennää suljetuissa  
astioissa, koska ne  
voivat räjähtää.**

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

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

Purkausmaisesti kieuvan nesteen ja  
mahdollisten palovammojen estäminen:

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

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

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

#### **Palovammojen välttäminen**

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

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

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

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

**Pidä lapset poissa luukun luota palovammojen välttämiseksi.**

**Lasten suojeleminen**



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

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

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

## vähintään 8-vuotias ja aikuisen valvonnassa.

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

### Muita varoituksia

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

### Toimintahäiriöiden ja vahingoittumisen välttäminen

#### Uunia ei saa käyttää tyhjänä

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

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

Pyörivän alustan vahingoittumisen välttäminen:

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

Laitteen kotelon päällä ei saa olla mitään käytön aikana.

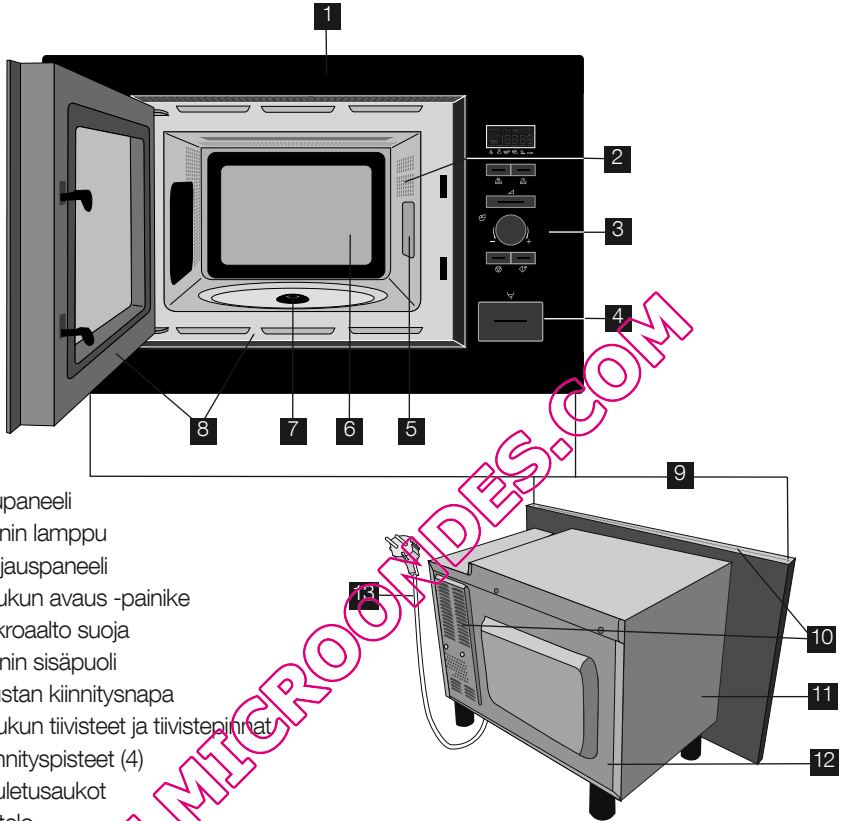


### Huomautus!

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

# TUOTEKUVAUS

## MIKROAALTOUUNI JA LISÄVARUSTEET

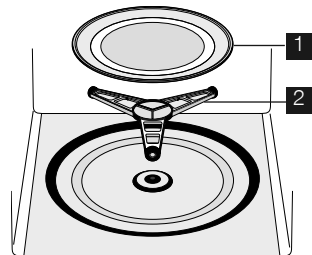


- 1 Etupaneeli
- 2 Uunin lamppu
- 3 Ohjauspaneeli
- 4 Luukun avaus -painike
- 5 Mikroaalto suoja
- 6 Uunin sisäpuoli
- 7 Alustan kiinnitysnaapa
- 8 Luukun tiivisteet ja tiivistepinnat
- 9 Kiinnityspisteet (4)
- 10 Tuuletusaukot
- 11 Kotelo
- 12 Takalokero
- 13 Virtajohto

Tarkista, että uunin mukana on toimitettu seuraavat lisävarusteet:

- 1 Pyörivä alusta
- 2 Alustan kannatin
- 3 4 kiinnitysruuvia (ei kuvassa)

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



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

## OHJAUSPANEELI

### 1 DIGITAALINÄYTTÖ merkkivalot



Mikroaalloit



Automaattisulatus leipä



Kello



Automaattisulatus



Ruuvalittovaiheet



Paino



Plus- ja miinustoiminnot

### 2 AUTOMAATTIKYSENNYS merkkivalot

### 3 AUTOMAATTIKYSENNYS painike

### 4 AUTOMAATTISULATUS painike

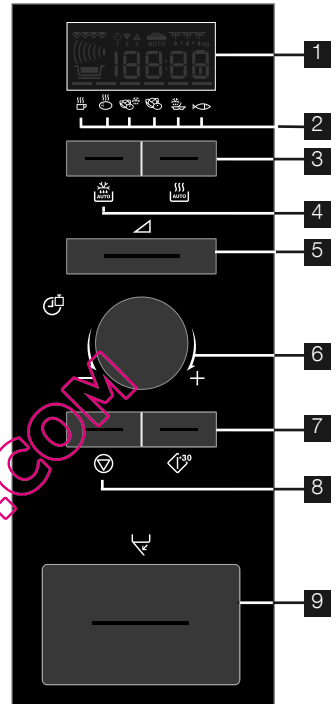
### 5 TEHOASETUS painike

### 6 AJASTIN/PAINO säädin

### 7 START/+30 painike

### 8 STOP painike

### 9 LUKUN AVAUS painike



## ENNEN KÄYTTÖÄ

### ENERGIANSÄÄSTÖTILA

Uuni on asetettu energiansäästötilaan ("Econ").

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



- Jos haluat peruuttaa energiansäästötilan, aseta kello.

### KELLON ASETUS

Uunissa on 12 ja 24 tunnin kello.

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

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

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

Näytössä lukee:






4. Aseta tunti kääntämällä AJASTIN/PAINO-nuppia.
5. Paina START/+30-painiketta kerran ja aseta sitten minuutit kääntämällä AJASTIN/PAINO-nuppia.
6. Paina START/+30-painiketta.
7. Tarkasta näyttö:



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



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



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




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

## AJAN SÄÄTÄMINEN KUN KELLO ON ASETETTU TAI UUNI

**Esimerkki:** Tunnin kellon asettaminen aikaan 11:45.

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

## VOIT PERUUTAA KELLON JA ASETTAA ECON TILASSA

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

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

## STOP-PAINIKKEEN KÄYTTÖ

STOP painikkeella voidaan:

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



## TURVALUKITUS

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

**Esimerkki:** Turvalukituksen käyttöönotto.

1. Paina STOP-painiketta 5 sekuntia.



Uuni antaa äänimerkin, ja näkyviin tulee "LOC":



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

# KÄYTTÖ

## NEUVOJA JA VINKKEJÄ


Ruoan kypsyttämiseksi/sulattamiseksi mikroouunissa mikroaaltoenergian on kuljettava kyseisen astian seinämien läpi ruokaan pääsemiseksi. Näin ollen on tärkeää valita sopiva ruoanvalmistusastia. Pyöreät/soikeat astiat ovat neliömäisiä/pitkulaisia parempia, sillä astian nurkissa olevalla ruoalla on taipumus ylikypsyä.

On tärkeää käänellä, siirrellä tai hämmentää ruokaa tasaisen lämmön varmistamiseksi. Seisonta-aika on välttämätön ruoan kypsyttämisen jälkeen, sillä sen aikana lämpö levittyy tasaisesti kautta ruoan.

### Ruokaa koskevia ominaisuuksia

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

### Kypsytysmenetelmiä

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

## MIKROAALTOUUNIN KESTÄVÄT KEITTOASTIAT

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

## MIKROAALLOT KYPSENNYS

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

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

## MANUAALISESSA SULATUKSESSA

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

## TEHOASETUKSET

Uunissa on 6 tehoasetusta.

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

W = WATT, Teho

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

1. Paina TEHOASETUS painiketta kaksi kertaa.



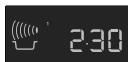
2. Aseta haluttu kypsennysaika kääntämällä AJASTIN/PAINO säädintä myötä- tai vastapäivään kunnes 2:30 tulee näytölle.



3. Paina START/+30 painiketta.



4. Tarkista näyttö:



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

### ! Tärkeää!

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

## KEITTIÖAJASTIN

**Esimerkki:** Keittiöajastimen asetus seitsemäksi minuutiksi.

1. Paina TEHOASETUS painiketta 7 kertaa.



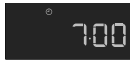
2. Aseta haluttu kypsennysaika kääntämällä AJASTIN/PAINO säädintä myötä- tai vastapäivään kunnes 7.00 tulee näytölle.



3. Paina START/+30 painiketta.



4. Tarkista näyttö:



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

## LISÄÄ 30 SEKUNTIA

START/+30 painike mahdollistaa seuraavat kaksi toimintoa.

### 1. Pikäkäynnistys

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





### 2. Kypsennysajan pidentäminen


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




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

## PLUS- & MIINUSTOIMINNOT

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

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

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

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

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



2. Kääntämällä AJASTIN/PAINO -säädintä kunnes 0,3 tulee näytölle.



3. Valitse PLUSTOIMINTO  painamalla tehopainiketta kerran.





4. Paina START/+30 painiketta.



5. Tarkista näyttö:



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

## MONIVAIHEKYPSENNYS

Enintään kolme peräkkäistä vaihetta voidaan ohjelmoida yhdistämällä MIKROAALTO.

**Esimerkki:** Jos halutaan kypsentää:

5 minuuttia 800 W:n teholla (vaihe 1)

16 minuuttia 240 W:n teholla (vaihe 2)

### Vaihe 1

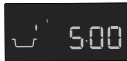
1. Paina TEHOASETUS painiketta kerran.



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



3. Tarkista näyttö:



### Vaihe 2

1. Paina TEHOASETUS painiketta 4 kertaa.



2. Aseta haluttu kypsennysaika kääntämällä AJASTIN/PAINO säädintä myötä- tai vastapäivään kunnes 16:00 tulee näytölle.



3. Paina START/+30 painiketta.



4. Tarkista näyttö:



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

## AUTOMAATTIKYPSENNYS JA AUTOMAATTISULATUS ASETUS

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

### Automaattikypsennys

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

**Esimerkki:** Perunoiden (0,3 kg) valmistus.

1. Valitse haluttu valikko painamalla kaksi kertaa AUTOMAATTIKYPSENNYS painiketta.



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



3. Paina START/+30 painiketta.



4. Tarkista näyttö:



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

## Automaattisulatus

Ruoka	Symboli
Liha/kala/linnunliha	
Leipä	

**Esimerkki:** Automaattisulatus (0,2kg) leipä.

1. Valitse haluttu valikko painamalla kaksi kertaa AUTOMAATTISULATUS painiketta.



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



3. Paina START/+30 painiketta.












4. Tarkista näyttö:



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







## OHJELMAKAAVIOT

## AUTOMAATTIKYPSENNYS &amp; AUTOMAATTISULATUS TAULUKOT



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

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



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

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

-  Automaattisulatus
- Anna pelkän ruoan paino. Älä lisää astian painoa.
  - Jos ruoka painaa enemmän tai vähemmän kuin taulukoissa on mainittu, paino tai määrä on annettava itse.
  - Valmiin ruoan lämpötila riippuu ruoan alkulämpötilasta. Varmista, että ruoka on tulli-kuumaa kypsennyksen jälkeen.
  - Kun käyttäjältä edellytetään toimenpiteitä (esim. ruoan sekoittamista), uunin toiminta pysähtyy, kuuluu äänimerkki ja jäljellä oleva kypsennysaika ja mahdolliset merkkivalot vilkkuvat näytössä. Jatka kypsennystä painamalla START/+30 painiketta.
  - Jäähdytystuuletin voi käynnistyä mikroaalto-, grilli- tai yhdistelmägrillitoiminnon käytön jälkeen.
-  Automaattisulatus
- Pihvit ja kyljykset tulee pakastaa yhtenä kerroksena.
  - Jauheliha tulee pakastaa ohuena levynä.
  - Suojaa sulaneet osat kääntämisen jälkeen alumiinifolion suikaleilla.
  - Siipikarja on käsiteltävä välittömästi sulattamisen jälkeen.

## RESEPTIÄ AUTOMAATTIKYPSENNYS

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

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

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

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

## AUTOMAATTINEN TEHON VÄHENNYS

 **Huomautus!**

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

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

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

## VALMISTUSAIKATAULUKOT

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

## Ruokien &amp; juomien kuumennus

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

\* Jääkaappilämpöinen

## Sulatus

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

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

## Sulatus & kypsennys

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

## Kypsennys liha & kala

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

## RESEPTIT

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

### Reseptien muokkaus mikroaaltouunin varten

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

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

### Sienikeitto

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

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

## Ratouuille

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

## Merianturafileet

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

## Täytetty kinkku

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

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

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

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

## Zürichin vasikkapata

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

## Lasagne

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

## Marjahyytelöä vaniljakastikkeessa

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

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

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

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

## HOITO &amp; PUHDISTUS

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

**Uunin ulkopinta**

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

**Uunin säätimet**

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

**Uunin sisäpinta**

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

## Pyörivä alusta & alustan kannatin

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

## Luukku

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

⚠ **Huomautus!** Älä käytä höyrypesuria.



## ONGELMATILANTEET

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

## TEKNISET TIEDOT

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

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

Luokan B laite on laite, joka soveltuu käytettäväksi kotitalousympäristössä.

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

Tämä uuni on direktiivien 2004/108/EC, 2006/95/EC ja direktiivin 2005/32/EC mukaisine muutoksineen vaatimusten mukainen.

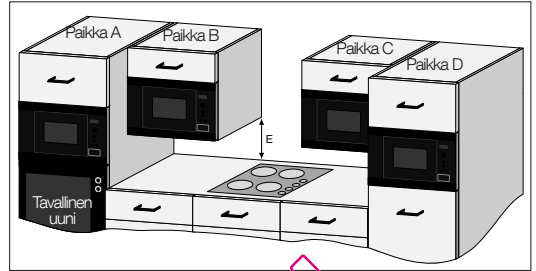
OIKEUS TEKNISTEN TIETOJEN MUUTOKSIIN PIDÄTETÄÄN OSANA JATKUVAA TUOTEKEHITYSTÄ.



## ASENNUS

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

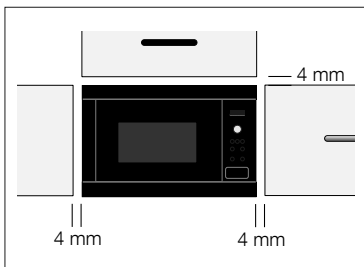
Paikka	Syvennyksen koko		
	L	S	K
A	560	550	360
B+C	462	300	350
	462	300	360
	560	300	350
	560	300	360
D	462	500	350
	462	500	360
	560	500	350
	560	500	360



Mitat millimetreinä (mm)

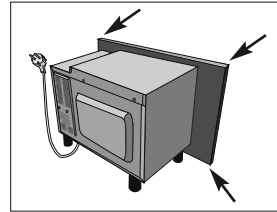
## LAITTEEN ASENTAMINEN

- Poista kaikki pakkausmateriaalit ja tarkista huolellisesti, että laitteessa ei ole vaurioita.
- Tämä uuni on suunniteltu sopimaan 360 mm:n korkuiseen hyllyyn. Jos asennat laitteen 350 mm:n korkuiseen hyllyyn, irrota uunin pohjassa olevat neljä jalkaa (kolme pitkää ja yksi lyhyt jalka). Asenna kolmen korkean jalan tilalle kolme lisävaruste-pakkauksessa olevaa jalkaa. Älä asenna mitään lyhyen jalan tilalle.
- Työnnä laitetta hyllyyn hitaasti (älä käytä liiallista voimaa), kunnes uunin etupaneeli on hyllyn etureunan kohdalla.
- Varmista, että laite on vakaa ja ettei se ole kallallaan. Varmista, että hyllyn yläreunan ja uunin etupaneelin yläreunan välissä on 4 mm:n rako (katso kuva).



## Kiinnitysvaihtoehto 1:

Kiinnitä uuni paikoilleen mukana toimitetuilla ruuveilla. Kiinnityspisteet ovat uunin ylä- ja alakulmissa.



## Kiinnitysvaihtoehto 2:

Tutustu mikroaaltouunin mukana toimitettuun mallineeseen.

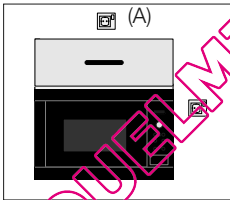
## LAITTEEN TURVALLINEN KÄYTTÖ

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

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

## LAITTEEN KYTKEMINEN SÄHKÖVERKKOON

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



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

## SÄHKÖKYTKENNÄT



**VAARA!**  
**HUOLEHDI, ETÄ KOTISI PISTORASIASTI Ovat MAADOITETTUJA.**

**Valmistaja ei vastaa seurauksista, jos tämä turvatoimenpide laiminlyödään.**

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

## YMPÄRISTÖÄ KOSKEVIA TIETOJA

### Pakkausmateriaalien ja vanhojen laitteiden hävittäminen ympäristöä kunnioittavalla tavalla

#### PAKKAUSMATERIAALIT

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

Pakkauksessa käytetään mahdollisimman vähän pakkausmateriaaleja.

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

**Tukehtumisvaara. Pidä pakkausmateriaalit poissa lasten ulottuvilta.**

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

”PE” - polyetyleeni, esim. päällysmuovi.

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

”PP” - polypropyleeni, esim. pakkaushihnat.

Pakkausmateriaalien uudelleenkäyttö säästää raaka-aineita ja vähentää jätteen määrää.

Pakkausmateriaalit tulee viedä lähimpään kierrätyspisteeseen.  
Pyydä lisätietoja paikallisilta viranomaisilta.

## VANHOJEN LAITTEIDEN HÄVITTÄMINEN

Vanhat laitteet tulee tehdä vaarattomiksi ennen hävittämistä irrottamalla pistoke ja katkaisemalla ja hävittämällä virtajohto.  
Tämän jälkeen laite tulee viedä lähimpään kierrätyspisteeseen. Tarkista paikallisilta viranomaisilta, voiko paikkakunnallasi kierrättää sähkölaitteita.

## TAKUU/HUOLTO

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

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

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

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


Lankapuhelinverkosta 0,0828€/puhelu + 0,032e/min, Matkapuhelinverkosta 0,192€/min Puhelun hinta 0,30 e alkuiseen numeroon.

Oikeus hinnan muutoksiin pidetään.  
Ajantasaisen hinnan voit halutessasi tarkistaa viestintäviraston sivuilta osoitteesta: [www.ficora.fi](http://www.ficora.fi)

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

Korvaus huollosta voidaan periä myös takuu aikana:

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

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

**EU-maat:** Laitteella on käyttömaan lainsäädännön mukainen takuu.

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

### **Euroopan Takuu:**

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

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

Nämä Euroopan takuun ehdot eivät vaikuta kuluttajan lakisääteisiin oikeuksiin.

# INNEHÅLL

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

## WE'RE THINKING OF YOU

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

Välkommen till Electrolux.

### Besök vår webbplats för att:



Få tips om användning, broschyrer, felsökare, serviceinformation:  
[www.electrolux.com](http://www.electrolux.com)



Registrera din produkt för bättre service:  
[www.electrolux.com/productregistration](http://www.electrolux.com/productregistration)



Köp tillbehör, förbrukningsvaror och originalreservdelar till din produkt:  
[www.electrolux.com/shop](http://www.electrolux.com/shop)

## KUNDTJÄNST OCH SERVICE

Vi rekommenderar att originalreservdelar används.

Ha följande uppgifter till hands när du kontaktar serviceavdelningen. Informationen finns på typskylten. Modell, PNC, serienummer.

 Varnings-/viktig säkerhetsinformation

 Allmän information och tips

 Miljöinformation

Vi förbehåller oss rätten till ändringar utan föregående meddelande.

## VIKTIGA SÄKERHETSINSTRUKTIONER



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

#### Att undvika brandrisk

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

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

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

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

**Gammalt fett kan överhettas och börja ryka eller fatta eld.**

Placera inte lättantändliga material nära ugnen eller ventilationsöppningarna. Blockera inte

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

#### Att undvika risk för kroppsskada



**VARNING! Använd inte ugnen om den är skadad eller inte fungerar som den ska. Kontrollera följande före användning:**

- a) **Dörren:** Se till så att dörren stängs ordentligt och kontrollera att den inte är feljusterad eller skev.
- b) **Gångjärnen och säkerhetslåsen:** Kontrollera att de inte är trasiga eller lösa.
- c) **Dörrtätningarna och tätningssystemen:** Kontrollera att de inte har skadats.
- d) **Inuti ugnsutrymmet eller på dörren:** Kontrollera att det inte finns några bucklor.
- e) **Strömledarna och kontakten:** Kontrollera att de inte är skadade.

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

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

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

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

**Att undvika risk för elektriska stötar**

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

**Försök inte att byta ut ugnslampan själv, och låt**

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

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

**Att undvika risk för explosion eller plötslig kokning**



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

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

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

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

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

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

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

#### **Att undvika risk för brännskador**

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

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

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

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

**Att undvika att barn använder mikrovågsgugnen felaktigt**

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

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



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

### Andra varningar

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

### Att underlätta problemfri användning av din ugn och undvika skador

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

För att förhindra att den roterande tallriken går sönder:

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

Ställ inte någonting på det yttre höljet under användning.



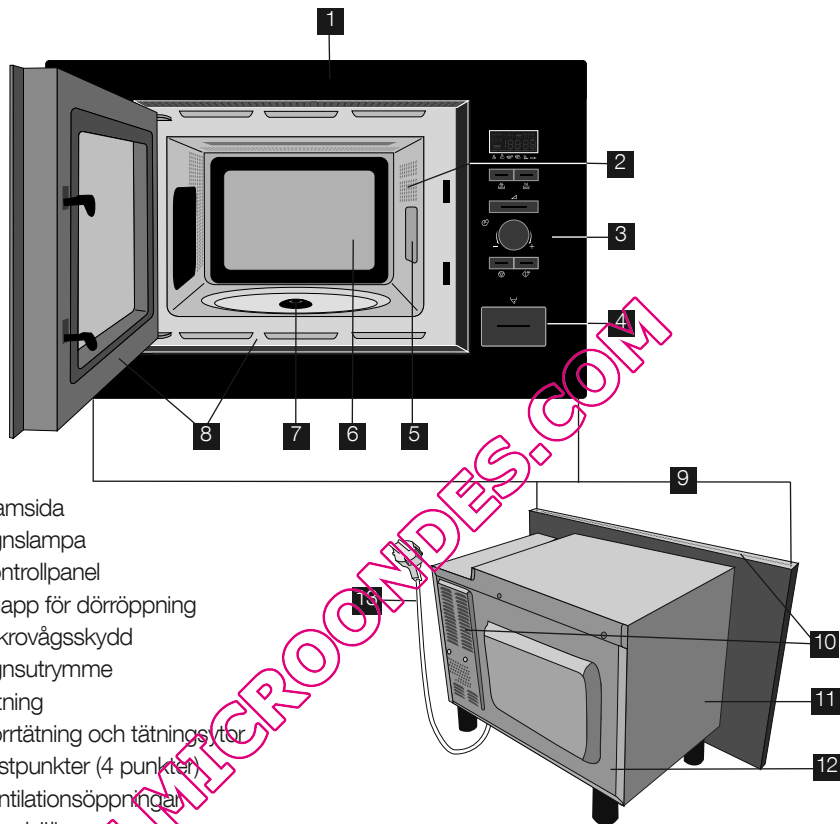
### Obs!

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

QUELMEPROONDI.COM

# PRODUKTÖVERSIKT

## MIKROVÅGSUGN OCH TILLBEHÖR

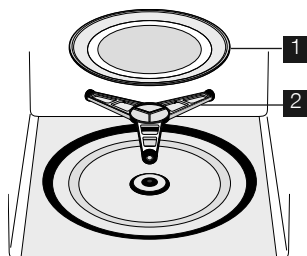


- 1 Framsida
- 2 Ugnslampa
- 3 Kontrollpanel
- 4 Knapp för dörröppning
- 5 Mikrovågsskydd
- 6 Ugnsutrymme
- 7 Tätning
- 8 Dörrtätning och tätningssytor
- 9 Fästpunkter (4 punkter)
- 10 Ventilationsöppningar
- 11 Yttre hölje
- 12 Bakre hölje
- 13 Elsladd

Kontrollera att följande tillbehör finns med:

- 1 Roterande tallrik
- 2 Tallriksstöd
- 3 4 Skruvar för fastsättning (visas ej)

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



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

## KONTROLLPANEL

### 1 DIGITAL DISPLAY indikatorer



Mikrovågor



Autoupptining bröd



Klockan



Autoupptining



Olika stadier under matlagningen



Vikt



Plus/Minus

### 2 Symboler AUTOTILLAGNING

### 3 Knappen AUTOTILLAGNING

### 4 Knappen AUTOUPPTINING

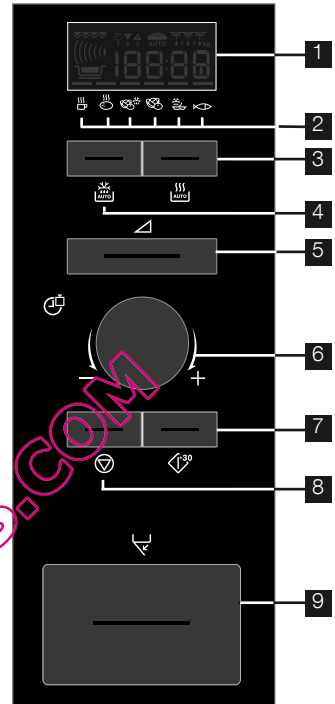
### 5 Knappen UGNENS EFFEKTIVIVÅ

### 6 Vredet TIMER/VIKT

### 7 Knappen START/+30

### 8 Knappen STOP

### 9 Knappen för DÖRRÖPPNING



## INNAN FÖRSTA ANVÄNDNING

### ECO-LÄGE

Ställa in läget "SPARA ENERGI" (Econ).

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



- Ställ in klockan för att avbryta Eco-läget.

### INSTÄLLNING AV KLOCKAN

Ugnen har en 12- och 24-timmarsklocka.

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




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

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



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

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

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




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

## JUSTERA TIDEN NÄR KLOCKAN ÄR INSTÄLLD


**Exempel:** Att ställa in klockan på 11:45.

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

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

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

## FÖR ATT AVBRYTA KLOCKA OCH STÄLL ECON-LÄGE

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

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

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

## ANVÄNDA STOP-KNAPPEN

Använd STOP-knappen för att:

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

## BARNLÅS

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

**Exempel:** Att ställa in barnlåset.

1. Håll STOP intryckt i 5 sekunder. 

Ugnen piper och "LOC" visas på displayen: 



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

# ANVÄNDA MIKROVÅGSUGNEN

## MIKROVÅGOR TILLAGNING RÅD


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

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

### Matkaraktäristika

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

### Tillagningstekniker

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

## REDSKAP SOM TÅL MIKROVÅGSUGN

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

## MIKROVÅGOR TILLAGNING

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

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

## TINA MANUELLT

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

# MIKROVÅGSUGNENS EFFEKTNIVÅ

Din ugn har 6 effektnivåer.

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

W = WATT

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

1. Tryck två gånger på UGNENS EFFEKTNIVÅ knapp.



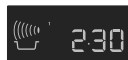
2. Välj tid genom att vrida på vredet TIMER/VIKT medsols eller motsols tills 2.30 visas i displayen.



3. Tryck på START/+30-knappen.



4. Kontrollera displayen:



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

## ! Viktigt!

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

## ÄGGKLOCKA

**Exempel:** Ställa in äggklockan på sju minuter.

1. Tryck på UGNENS EFFEKTIVÅ-knappen 7 gånger.



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



3. Tryck på START/+30-knappen.



4. Kontrollera displayen:



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

## LÄGG TILL 30 SEKUNDER

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

### 1. Direktstart

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



### 2. Utöka tillagningstiden

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



- Funktionen kan inte användas när AUTOTILLAGNING eller AUTOUPPTINING används.

## PLUS OCH MINUS

Med funktionerna PLUS  $\triangle$  och MINUS  $\nabla$  kan du öka eller minska tillagningstiden när de automatiska programmen används.

Använd MINUS  $\nabla$  om du föredrar kokta potatisar som är lite hårdare.

Använd PLUS  $\triangle$  om du föredrar kokta potatisar som är lite mjukare.

**Exempel:** Koka 0,3 kg potatis mjuka.

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



2. Vrida TIMER/VIKT vredet till 0.3 displayen.



3. Tryck en gång på UGNENS EFFEKTIVÅ-knappen för att välja PLUS  $\triangle$ .



4. Tryck på START/+30-knappen.



5. Kontrollera displayen:



- Tryck på UGNENS EFFEKTIVÅ-knappen 3 gånger för att avaktivera PLUS/MINUS.
- Om du väljer PLUS visar displayen  $\triangle$ .
- Om du väljer MINUS visar displayen  $\nabla$ .



## FLERSTEGSTILLAGNING

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

**Exempel:** För att tillaga:

- 5 minuter med effekt 800 W (steg 1)
- 16 minuter med effekt 240 W (steg 2)

### Steg 1

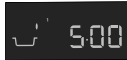
- Tryck två gånger på UGNENS EFFEKTNIVÅ knapp.



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



- Kontrollera displayen:



### Steg 2

- Tryck 4 gånger på UGNENS EFFEKTNIVÅ knappen.



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



- Tryck på START/+30-knappen.



- Kontrollera displayen:



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

## AUTOTILLAGNING OCH AUTOUPPTININGS ANVÄNDNING

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

### Autotillagning

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

**Exempel:** koka 0,3 kg potatis

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



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



- Tryck på START/+30-knappen.



- Kontrollera displayen:



När det är dags att utföra en åtgärd (t.ex. vända på maten) stannar ugnen och en ljudsignal hörs, samtidigt som återstående tillagningstid och en indikator blinkar på displayen. Tryck på knappen START/+30 för att återuppta tillagningen.

Programmet avbryts automatiskt när den AUTOMATISKA TILLAGNINGSTIDEN är slut. Klockan ljuder och kastrullsymbolen blinkar. Efter en minut ljuder en påminnelse signal, sedan återgår displayen till klockan.

## Autoupptinings

Mat	Symbol
Kött/fisk/fågel	
Bröd	

**Exempel:** Upptining av 0.2 kg bröd.

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



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



3. Tryck på START/+30-knappen.















4. Kontrollera displayen:



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

## PROGRAMTABELLER






## TABELLER FÖR AUTOTILLAGNING OCH AUTOUPPTINING

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



Kylt mat tillagas från 5 grader C, fryst mat tillagas från -18 grader C.

\* Total vikt för alla ingredienser.

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

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

- i**
- Ange endast matens vikt. Räkna inte med behållarens vikt.
  - Använd ett manuellt program om du ska tillaga mat som väger mer eller mindre än de vikter som ges i tillagningstabellerna.
  - Den slutliga temperaturen varierar beroende på matens starttemperatur. Kontrollera att maten är rykande varm efter tillagningen.
  - När det är dags att utföra en åtgärd (t.ex. vända på maten) stannar ugnen och en ljudsignal hörs, samtidigt som återstående tillagningstid och en indikator blinkar på displayen. Tryck på knappen START/+30 för att återuppta tillagningen.
  - Kylfläkten går eventuellt igång efter lägena Mikro.
- i** Autoupptining
- Biffar och kotletter bör frysas in i ett lager.
  - Köttfärs bör frysas in så platt som möjligt.
  - Täck över de tinade delarna med små remsor av aluminiumfolie efter vändningen.
  - Fågeln bör tillredas direkt efter upptiningen.

## RECEPT FÖR AUTOTILLAGNING

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

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

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

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

## MINSKAD EFFEKTNIVÅ

 **Obs!**

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

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

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

## TILLAGNINGSTABELLER

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

## Värma mat och dryck

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

\* från kyl temperatur

## Upptining

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

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

## Upptining och tillagning

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

## Tillaga kött och fisk

Mat	Mängd -g-	Effekt Nivå	Tid -Min-	Metod	Vilotid -Min-
Stekar (fläsk, kalv, lamm)	1000	800 W	19-21*	krydda efter smak; lägg i en flat	10
	1500	400 W	11-14	pajform vänd efter	
Rostbiff (medium)	1000	800 W	33-36*		10
	1500	400 W	13-17		10
Fiskfilé	1000	800 W	9-11*	krydda efter smak; lägg i en	10
	1500	400 W	5-7	pajform vänd efter	10
Fiskfilé	200	800 W	3-4	krydda efter smak; lägg på en tallrik och täck över	3

## RECEPT

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

### Anpassa recept för tillagning i mikrovågsugn

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

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

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

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

### Champignonsoppa

Redskap: Skål med lock (2 l)

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

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

## Ratatouille

Redskap: Skål med lock (2 l)

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

- Lägg olivoljan och vitlöksklyftan i skålen. Tillsätt de förberedda grönsakerna, men inte kronärtskockshjärtana, och krydda med peppar. Tillsätt kryddbuketten, täck över och tillaga. Rör om en gång.  
19-21 min. 800 W  
Tillsätt kronärtskockshjärtana då fem minuter återstår, och varm upp.
- Krydda ratatouillen med salt och peppar efter smak. Ta bort kryddbuketten före servering. Låt ratatouillen stå i cirka två minuter efter tillagningen.

## Sjötungsfiléer

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

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

- Skölj fisken och klappa den torr. Ta bort eventuella ben.
- Skär citronen och tomaterna i tunna skivor.
- Smörj ugnformen med smör. Lägg fiskfiléerna i formen och ringla över den vegetabiliska oljan.
- Strö persilja över formen, lägg tomatskivorna ovanpå och krydda. Lägg citronskivorna ovanpå tomaterna och håll vitt vin över dem.
- Lägg små smörklickar ovanpå citronen, täck över och tillaga.  
16-19 min. 800 W  
Låt maten stå i cirka 2 minuter efter tillagningen.

## Fylld skinka

Redskap: Skål med lock (2 l)  
Oval gratängform (ca 26 cm lång)

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

- Blanda spenaten med osten och färskosten, och krydda efter smak.
- Lägg en matsked med fyllning på varje skinkskiva och rulla ihop dem. Fäst skinkan med en trästicka.
- Gör en béchamelsås: häll vattnet och grädden i en skål och varm upp.  
3-4 min. 800 W  
Blanda mjölet och smöret till en redning, tillsätt redningen till vätskan och vispa tills den har lösts upp. Täck över och tillaga tills såsen har tjocknat.  
1 min. 800 W  
Rör om och smaka av.
- Häll såsen i den smorda formen, lägg de fyllda skinkrullarna på såsen och tillaga under lock.  
3-4 min. 800 W  
Låt maten stå i cirka 5 minuter efter tillagningen.



## Kalvstuvning från zürich

Redskap: Form med lock (2 l)  
 600 g kalvfilé  
 10 g smör eller margarin  
 50 g lök, finhackad  
 100 ml vitt vin  
 kryddad brunfärgare till cirka ½ l sky  
 300 ml grädde  
 1 msk persilja, hackad

## Lasagne

Redskap: Skål med lock (2 l)  
 Låg, fyrkantig gratängform med lock  
 (ca 20 x 20 x 6 cm)  
 300 g konserverade tomater  
 50 g skinka, hackad  
 50 g lök, finhackad  
 1 vitlöksklyfta, pressad  
 250 g köttfärs  
 2 msk tomatpuré  
 salt i peppar  
 150 ml crème fraîche  
 100 ml mjölk  
 50 g parmesanost, riven  
 1 tsk blandade, hackade örter  
 1 tsk olivolja  
 1 tsk vegetabilisk olja för smörjning av  
 formen  
 125 g gröna lasagneplattor  
 1 msk riven Parmesanost

## Fruktgelé med vaniljsås

Redskap: Två skålar med lock (2 l)  
 Två skålar med lock (1 l)  
 150 g röda vinbär, sköljda och med stjälkarna  
 borttagna  
 150 g jordgubbar, sköljda och snoppade  
 150 g hallon, sköljda och snoppade  
 250 ml vitt vin  
 100 g socker  
 50 ml citronsaft  
 8 gelatinblad  
 300 ml mjölk  
 ½ vaniljstång  
 30 g socker  
 15 g majs mjöl

- Skär kalvköttet i strimlor.
- Smörj formen med smöret. Lägg i köttet och löken, täck över och tillaga. Rör om en gång under tillagningen.  
7-10 min. 800 W
- Tillsätt det vita vinet, brunfärgaren och grädden. Rör om, täck över och fortsätt tillagningen. Rör om då och då.  
4-5 min. 800 W
- Rör om blandningen efter tillagningen och låt stå i cirka 5 minuter. Garnera med persilja.
- Hacka tomaterna och blanda dem med skinkan, löken, vitlöken, köttfärsen och tomatpurén. Krydda, täck över och tillaga.  
7-9 min. 800 W
- Blanda crème fraîche med mjölk, parmesanost, örter, olja och kryddor.
- Smörj formen och täck botten med cirka 1/3 av pastan. Lägg hälften av köttfärsblandningen på lasagneplattorna och håll över lite sås. Upprepa och avsluta med den pasta som är kvar. Täck till sist lasagnen med sås och strö över parmesanost. Tillaga lasagnen under lock.  
15-17 min. 560 W  
Låt maten stå i cirka 5-10 minuter efter tillagningen.
- Spara en del av frukten till dekorerung. Mosa resten av frukten tillsammans med det vita vinet. Lägg purén i en skål, täck med lock och värm upp.  
7-9 min. 800 W
- Rör ned sockret och citronsaften.
- Blöt upp gelatinet i kallt vatten i ungefär 10 minuter, och ta sedan upp det och krama det torrt. Rör ut gelatinet i den varma purén tills det har lösts upp. Ställ gelén i kylskåpet tills den har stelnat.
- Tillred vaniljsåsen: Häll i mjölken i den andra skålen. Dela vaniljstången, ta ut innehållet och rör ned det i mjölken med sockret och majs mjölet. Täck över och tillaga. Rör om under tillagningen och en gång till på slutet.  
3-4 min. 800 W
- Vänd upp gelén på en tallrik och dekorera med den frukt som är över. Häll vaniljsåsen på gelén.

## SKÖTSEL OCH RENGÖRING

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

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

### Ugnens utsida

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

### Ugnens kontrollpanel

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

### Ugnens insida

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

väggarna, eftersom detta kan medföra skador på ugnen.

3. Använd inte rengöringsmedel i sprejform till ugnens insida.

## **Roterande tallrik och tallriksstöd**

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

## **Dörren**

Rengör regelbundet dörrens båda sidor, dörrtätningarna och tätningsytorna med en mjuk, fuktig trasa, för att ta bort alla spår av smuts. Använd inte grova rengöringsmedel med slipeffekt eller vassa metallskrapor för att rengöra ugnens glasdörr eftersom de kan repa ytan och göra så att glaset splittras.

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

## VAD GÖR JAG OM

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

## SPECIFIKATIONER

Växelspänning	230 V, 50 Hz, en-fas
Distributionssäkring/-relä	Minst 10 A
Växelströmseffekt som krävs:	Mikrovågsugn 1,2 kW
Uteffekt:	Mikrovågsugn 800 W (IEC 60705)
Mikrovågsfrekvens	2450 MHz * (Grupp 2/Klass B)
Utvändigt mått:	EMS170050 494 mm (B) x 371 mm (H) x 316 mm (D) EMS170060 594 mm (B) x 371 mm (H) x 316 mm (D)
Invändigt mått	285 mm (B) x 202 mm (H) x 298 mm (D) **
Ugnskapacitet	17 liter **
Roterande tallrik	ø 272 mm, glas
Vikt	ca. 16 kg
Ugnsbelysning	25 W/240 - 250 V

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

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

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



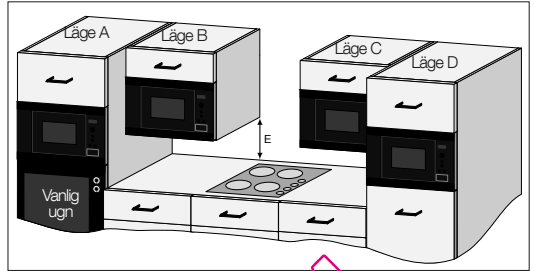
Den här ugnen överensstämmer med kraven i direktiven 2004/108/EC, 2006/95/EC och 2005/32/EC.

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

## INSTALLATION

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

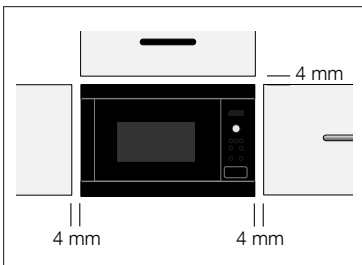
Läge	Nichmått		
	B	D	H
A	560 x 550 x 360		
B+C	462 x 300 x 350		
	462 x 300 x 360		
	560 x 300 x 350		
	560 x 300 x 360		
D	462 x 500 x 350		
	462 x 500 x 360		
	560 x 500 x 350		
	560 x 500 x 360		



Mått i (mm)

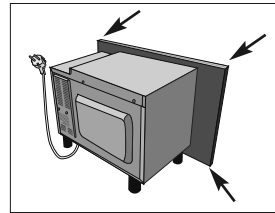
## INSTALLERA MIKROVÅGSUGNEN

1. Avlägsna allt förpackningsmaterial och undersök apparaten noggrant för tecken på skador.
2. Den här ugnen har utformats för att installeras i ett 360 mm högt skåp som standard.  
När ugnen installeras i ett 350 mm högt skåp: Skruva av och avlägsna de fyra fötterna från ugnens botten. Tre av fötterna är höga och en är låg. Byt ut de tre höga fötterna mot fötterna i tillbehörspaketet. Byt inte ut den korta foten.
3. Installera försiktigt apparaten i köksskåpet, utan att bruka våld, tills ugnens främre ram löper jämnt med skåpets främre öppning.
4. Försäkra att apparaten står stadigt och inte lutar. Upprätthåll ett avstånd på 4 mm mellan skåpsdörren ovan och ramens överdel (se figuren).



## Monteringsalternativ 1:

Fäst ugnen med skruvarna som medföljer.  
Fästpunkterna finns på ugnens övre och undre hörn.



## Monteringsalternativ 2:

Använd det medföljande informationsbladet.

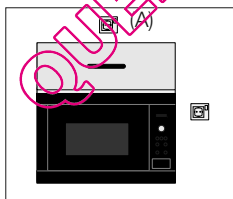
## SÄKER ANVÄNDNING AV APPARATEN

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

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

## ANSLUTA APPARATEN TILL STRÖMKÄLLAN

- **Eluttaget ska vara lättillgängligt så att enheten enkelt kan kopplas ur om en nödsituation skulle uppstå. I annat fall ska det vara möjligt att bryta strömmen till ugnen genom att en brytare monteras på det fasta kablaget i enighet med föreskrifterna för elanslutningar.**
- **Kontakten får inte sitta bakom skåpet.**
- Det bästa läget är ovanför skåpet, se (A).



- Anslut apparaten till 230 V/50 Hz växelström (en-fas) via ett korrekt installerat jordat uttag. Uttaget måste vara säkrat med en säkring på 10 A.
- **Strömsladden får endast bytas ut av en behörig elektriker.**

- Knyt ett snöre runt strömsladden, före installationen, för att underlätta anslutning till läge (A) när apparaten installeras.
- Strömsladden FÅR INTE vikas när apparaten installeras i ett skåp med höga kanter.
- Doppa inte strömsladden eller kontakten i vatten eller annan vätska.

## ELEKTRISKA ANSLUTNINGAR



### **WARNING!**

### **DEN HÄR APPARATEN MÅSTE JORDAS**

**Tillverkaren fransäger sig allt ansvar om denna säkerhetsåtgärd inte följs.**

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

# MILJÖINFORMATION



## Miljövänligt bortskaffande av förpackningsmateriel och gamla apparater

### FÖRPACKNINGSMATERIAL

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

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

**Tänk på kvävningrisken. Allt förpackningsmateriel ska förvaras på avstånd från barn.**

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

### GARANTI/KUNDTJÄNST

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

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

Adressen till din närmaste servicestation finner du på vår hemsida [www.electrolux.se](http://www.electrolux.se) eller Gula sidorna under rubrik Hushållsutrustning, vitvaror och service.

**Innan du beställer service, kontrollera först om du kan avhjälpa felet själv.**

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

Modellbeteckning .....

Serienummer .....

Produktnummer .....

Inköpsdatum .....

### SKROTNING OCH ÅTERVINNING

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

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

### Europa-Garanti:

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Attention : l'aliment cuit ou réchauffé au micro-ondes est beaucoup plus chaud que le récipient. Remuez et testez la température de l'aliment avant de le consommer pour empêcher de se brûler.

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

QUELMICROONDAS.COM



# SOMMAIRE

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

## NOUS PENSONS À VOUS

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

Bienvenue chez Electrolux.

**Visitez notre site Internet pour :**



Obtenir des conseils d'utilisation, des brochures, de l'aide, des informations :  
**[www.electrolux.com](http://www.electrolux.com)**



Enregistrer votre produit pour obtenir un meilleur service :  
**[www.electrolux.com/productregistration](http://www.electrolux.com/productregistration)**



Acheter des accessoires, consommables et pièces de rechange d'origine pour votre appareil :  
**[www.electrolux.com/shop](http://www.electrolux.com/shop)**

## SERVICE APRÈS-VENTE

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

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

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

 Avertissement/Attention : consignes de sécurité

 Informations générales et conseils

 Informations en matière de protection de l'environnement

Sous réserve de modifications.

## AVERTISSEMENTS IMPORTANTS DE SÉCURITÉ



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

### **Pour éviter tout danger d'incendie**

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

**Si les aliments que chauffe le four viennent à fumer, N'OUVREZ PAS LA PORTE. Mettez le four hors tension, débranchez la prise du cordon d'alimentation et attendez que la fumée se soit dissipée. Ouvrez le four alors que les aliments fument peut entraîner leur inflammation. N'utilisez jamais d'eau. N'utilisez que des récipients et des ustensiles conçus pour les fours à micro-ondes. Surveillez le four lorsque vous utiliser des récipients en matière plastique à jeter, des récipients en papier ou tout autre récipient pouvant s'enflammer.**

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

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

**Pour éviter toute blessure**



**AVERTISSEMENT !**

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

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

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

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

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

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

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

#### **Pour éviter toute secousse électrique**

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

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

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

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

**Pour éviter toute explosion ou ébullition soudaine**

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

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

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

Pour éviter toute ébullition soudaine et tout risque :

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

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

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

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

**Pour éviter toute brûlure**

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

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

**Pour éviter toute brûlure, contrôlez la température des aliments et remuez-les avant**

**de les servir, en particulier lorsqu'ils sont destinés à des bébés, des enfants ou des personnes âgées.**

**Réchauffez les biberons sans la tétine.**

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

**Pour éviter toute mauvaise utilisation par les enfants**

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

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

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

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

### Autres avertissement.

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

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

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

Pour éviter de casser le plateau tournant :

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

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

### ⚠ Remarques :

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

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

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

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

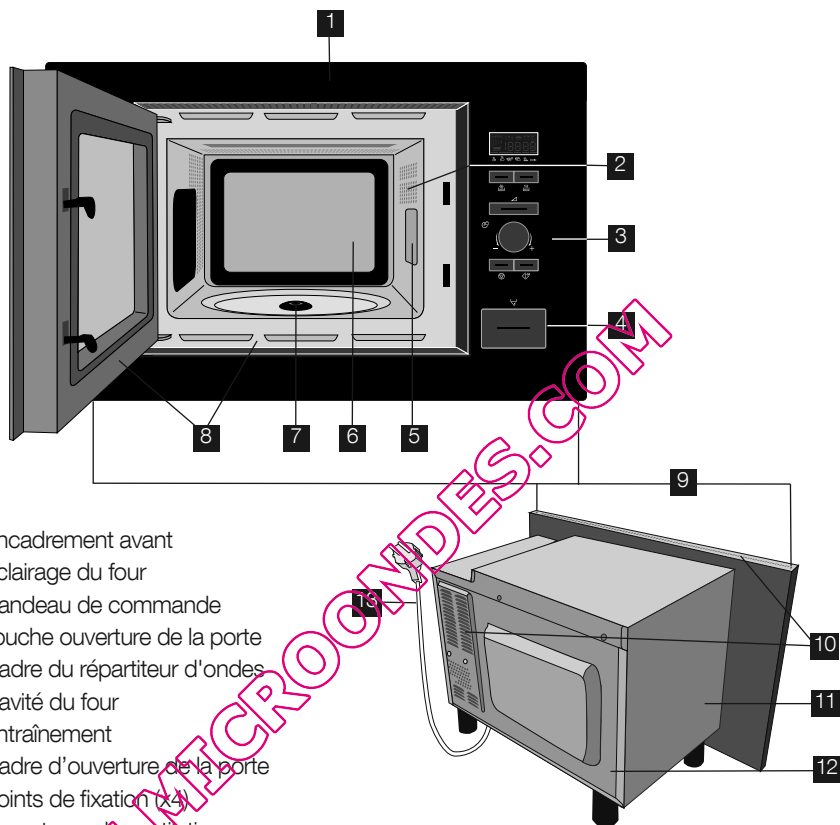
Certaines formes de récipients favorisent une pénétration plus homogènes des micro-ondes dans les aliments. Préférez les récipients peu profonds aux angles arrondis (plats ronds ou ovales), adaptez au mieux les dimensions du plat au volume des préparations, choisissez un plat de forme circulaire du genre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

### Récipients en aluminium

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

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

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

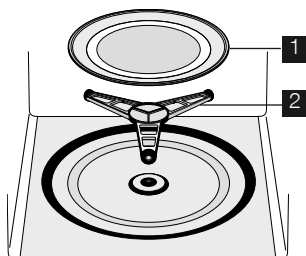


- 1 Encadrement avant
- 2 Eclairage du four
- 3 Bandeau de commande
- 4 Touche ouverture de la porte
- 5 Cadre du répartiteur d'ondes
- 6 Cavité du four
- 7 Entraînement
- 8 Cadre d'ouverture de la porte
- 9 Points de fixation (x4)
- 10 Ouvertures de ventilation
- 11 Enveloppe extérieure
- 12 Compartiment arrière
- 13 Cordon d'alimentation

Vérifiez que les accessoires suivants sont fournis :

- 1 Plateau tournant
- 2 Support d'entraînement
- 3 4 vis de fixation (non visualisées)

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



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



## BANDEAU DE COMMANDE

### 1 AFFICHAGE numérique



Micro-ondes



Décongélation automatique pain



Horloge



Décongélation automatique



Etapes de cuisson



Quantité



Plus/Moins

### 2 Symboles CUISSON AUTOMATIQUE

### 3 Touche CUISSON AUTOMATIQUE

### 4 Touche DÉCONGÉLATION AUTOMATIQUE

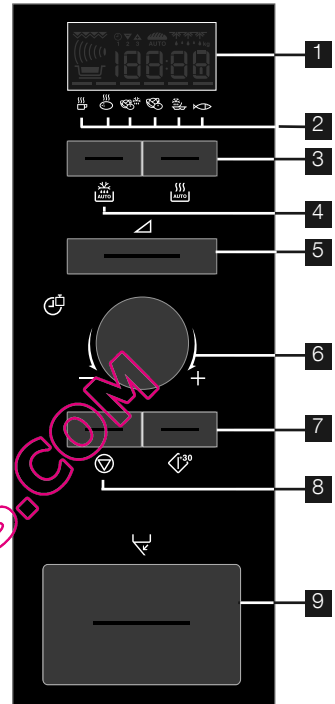
### 5 Touche NIVEAUX DE PUISSANCE

### 6 Bouton rotatif MINUTEUR/POIDS

### 7 Touche START/+30

### 8 Touche STOP

### 9 Touche OUVERTURE DE LA PORTE



## AVANT LA MISE EN SERVICE

### MODE ECONOMIE D'ÉNERGIE

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

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





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

### RÉGLER L'HORLOGE

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

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




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

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



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

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



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




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

## CHANGEMENT DE L'HEURE LORSQUE L'HORLOGE EST RÉGLÉE

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

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

## POUR ANNULER L'HORLOGE ET RÉGLER LE MODE ECON

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

## UTILISATION DE LA TOUCHE STOP

Utilisez la touche STOP pour :


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




## SÉCURITÉ ENFANT

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

**Exemple :** Réglage de la sécurité enfant.

1. Appuyez pendant 5 secondes sur la touche STOP. 



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



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

## UTILISATION

### CUISSON AUX MICRO-ONDES

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

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

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

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

#### Caractéristiques des aliments

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

#### Techniques de cuisson

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

## VAISSELLE POUR FOURS À MICRO-ONDES

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

## CUISSON AUX MICRO-ONDES

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

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

## DÉCONGÉLATION MANUELLE

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

## NIVEAUX DE PUISSANCE DU MICRO-ONDES

Vous avez le choix entre 6 niveaux de puissance.

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

W = WATT

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

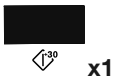
1. Appuyez deux fois sur la touche de sélection NIVEAUX DE PUISSANCE.



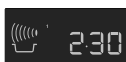
2. Entrez la durée de cuisson en tournant le bouton rotatif MINUTEUR/POIDS dans le sens des aiguilles d'une montre ou en sens inverse jusqu'à ce que 2.30 soit affiché.



3. Appuyez sur la touche START/+30.



4. Vérifiez l'affichage :



### ⚠ Important !

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



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

## MINUTERIE

**Exemple :** Réglez la minuterie pour 7 minutes.

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



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



3. Appuyez sur la touche START/+30.



4. Vérifiez l'affichage :



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

## AJOUTER 30 SECONDES

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

### 1. Démarrage direct

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





### 2. Augmentation du temps de cuisson

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




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

## FONCTION PLUS ET MOINS

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

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

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


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

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



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



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





4. Appuyez sur la touche START/+30.



5. Vérifiez l'affichage :



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

## CUISSON À SÉQUENCES MULTIPLES

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

**Exemple :** Pour cuire :

5 minutes à la puissance 800 W (Etape 1)

16 minutes à la puissance 240 W (Etape 2)

### Etape 1

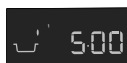
1. Appuyez une fois sur la touche NIVEAUX DE PUISSANCE



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



3. Vérifiez l'affichage :



### Etape 2

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



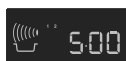
2. Entrez la durée en tournant le bouton rotatif MINUTEUR/POIDS dans le sens des aiguilles d'une montre ou en sens inverse jusqu'à ce que 16.00 soit affiché.



3. Appuyez sur la touche START/+30.



4. Vérifiez l'affichage :



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

## FONCTIONNEMENT AUTOMATIQUE

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

### Cuisson Automatique

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

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

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



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



3. Appuyez sur la touche START/+30.



4. Vérifiez l'affichage :



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

## Décongélation Automatique

Aliments	Symbole
Viande/poisson/volaille	
Pain	

**Exemple :** Pour décongélation 0,2 kg de pain.

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



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



3. Appuyez sur la touche START/+30.



4. Vérifiez l'affichage :





















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

QUELQUES FONDES.COM








# TABLEAUX DE PROGRAMMATION

## TABLEAUX DES PROGRAMMES AUTOMATIQUES

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

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

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

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

- i**
- Indiquez le poids des aliments seulement. N'incluez pas le poids du récipient.
  - Pour un aliment dont le poids est supérieur ou inférieur aux quantités données dans le tableaux de programmes automatiques, utilisez les programmes manuels.
  - La température finale varie selon la température initiale des aliments. Vérifiez que la nourriture est très chaude après cuisson.
  - Lorsqu'une action de votre part est nécessaire (par exemple retourner les aliments), le four s'arrête, les signaux sonores retentissent et le temps restant et le voyant clignotent sur l'affichage. Pour continuer la cuisson, appuyez sur la touche START/+30.
  - Le ventilateur pourra se mettre en fonctionnement après une utilisation en mode Micro.
- i** Décongélation Automatique
- Les steaks et côtelettes doivent être congelés en une couche.
  - Congelez la viande hachée en tranches fines.
  - Après avoir retourné, protégez les parties décongelées avec de petits morceaux plats de papier aluminium.
  - La volaille doit être cuite immédiatement après décongélation.

## RECETTES POUR PROGRAMMES AUTOMATIQUES

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

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

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

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

## NIVEAU DE PUISSANCE RÉDUIT

**⚠ Important !**

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

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

<b>Mode de cuisson</b>	<b>Temps standard</b>	<b>Puissance réduite</b>
Micro-ondes 800 W	20 minutes	Micro-ondes 560 W

## TABLEAUX DE CUISSON

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

## Rechauffage de boissons et de mets

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

\* température du réfrigérateur

## Décongélation d'aliments

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

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

## Décongélation et cuisson d'aliments

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

## Cuisson de viande et de poissons

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

## RECETTES

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

### Adaptation de recettes conventionnelles à la cuisson aux micro-ondes

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

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

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

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

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

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

### Soupe aux champignons de Paris

Vaiselle : Terrine à couvercle (2 litres)

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

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

## Ratatouille spéciale

Vaiselle : Terrine à couvercle (2 litres)

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

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

## Filets de sole

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

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

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

## Jambon farci

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

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

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

## Émincé de veau à la zurichoise

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

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

## Lasagne au four

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

1. Couper les tomates et les mélanger avec le jambon, l'oignon, l'ail, le bœuf haché et le concentré de tomate. Assaisonner, couvrir et cuire. 7-9 min. 800 W
2. Mélanger la crème fraîche, le lait, le parmesan, les herbes, l'huile et les épices.
3. Graisser le plat et couvrir le fond avec environ ⅓ des lasagnes. Disposer la moitié du mélange de viande hachée sur les lasagnes et verser un peu de sauce. Recommencer et terminer avec le reste des lasagnes. Couvrir les lasagnes de sauce et saupoudrer de parmesan. Cuire avec le couvercle. 15-17 min. 560 W  
Après la cuisson, laisser reposer env. 5-10 min.

## Gelée de fruits rouges à la sauce à la vanille

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

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

## ENTRETIEN ET NETTOYAGE

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

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

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

### **Extérieur du four**

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

### **Bandeau de commande**

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

### **Intérieur du four**

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



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

### **Plateau tournant et pied du plateau**

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

### **Porte**

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

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

## EN CAS D'ANOMALIE DE FONCTIONNEMENT

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

## CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES

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

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

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

Ce four est conforme aux exigences des Directives 2004/108/EC, 2006/95/EC et 2005/32/EC.

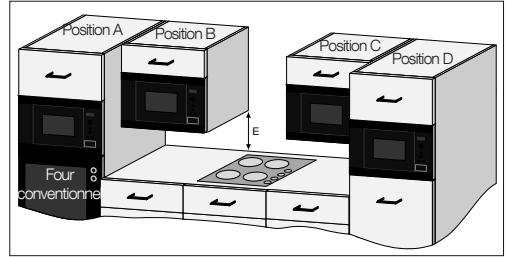
LES SPECIFICATIONS PEUVENT ETRE CHANGEES SANS PREAVIS LORS D'AMELIORATIONS APPORTEES A L'APPAREIL.



## INSTALLATION

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

Position	Taille du logement		
	L	P	H
A	560	550	360
B+C	462	300	350
	462	300	360
	560	300	350
	560	300	360
D	462	500	350
	462	500	360
	560	500	350
	560	500	360



Mesures en mm

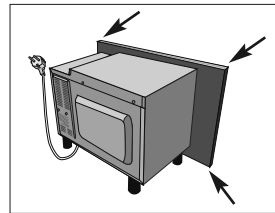
### INSTALLATION DE L'APPAREIL

- Retirez tout l'emballage et contrôlez soigneusement pour détecter les traces de détérioration possibles.
- Ce four est conçu pour s'adapter de façon standard dans un élément de cuisine de 360 mm de haut. Pour l'installation dans un élément de 350 mm de haut: - Dévissez et retirez les quatre pieds de la partie inférieure du four. Il y a 3 pieds longs et un pied court. Remplacez les 3 pieds longs par ceux qui sont fournis dans le paquet d'accessoires. Ne remplacez pas le pied court.
- Insérez l'appareil dans l'élément de cuisine lentement et sans forcer, jusqu'à ce que le cadre avant de l'appareil soit scellé contre l'ouverture avant de l'élément.
- Confirmez que l'appareil est stable et qu'il ne penche pas. Confirmez qu'il y a bien un jeu de

4 mm entre la porte de l'élément de cuisine au-dessus et le haut du cadre de l'appareil (voir illustration).

#### Option de montage 1 :

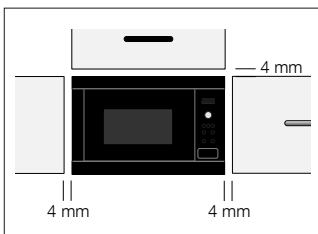
Fixez le four en position avec les vis fournies. Les points de fixation sont situés au niveau des coins supérieurs et inférieurs du four.



#### Option de montage 2 :

Veillez-vous reporter au gabarit fourni avec le four.

L'installation de ce produit doit être conforme aux instructions fournies dans cette notice et dans les instructions du fabricant du four conventionnel.



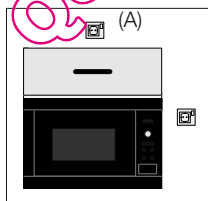
## SÉCURITÉ D'UTILISATION

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

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

## RACCORDEMENT ÉLECTRIQUE

- **La prise électrique doit être facile d'accès pour que l'appareil puisse être débranché rapidement en cas d'urgence. Sinon, il devrait être possible d'isoler le four électriquement au niveau du secteur en incorporant un sectionneur dans le câblage fixe conformément à la réglementation concernant le câblage.**
- **La prise ne doit pas se trouver derrière le meuble.**
- La meilleure position est au-dessus du meuble, comme illustré au point (A).



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

## CONEXION ELÉCTRICA

### AVERTISSEMENT !

**CET APPAREIL DOIT ÊTRE RELIÉ À LA TERRE**

**Le fabricant décline toute responsabilité si cette consigne de sécurité n'est pas respectée.**

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

## INFORMATIONS ENVIRONNEMENTALES

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

#### MATÉRIAUX D'EMBALLAGE

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

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

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

#### GARANTIE/SERVICE CLIENTÈLE

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


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

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

#### ELIMINATION DES APPAREILS USAGES

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

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

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

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

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

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

Info Conso Electrolux BP 50142 - 60307 SENLIS CEDEX

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

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

Tél. : 08 92 68 24 33 (0,34 € TTC/mn)\*, E-MAIL : ehp.consommateur@electrolux.fr

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

\* Permanence téléphonique du lundi au vendredi

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

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

d'appareils particuliers.

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

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

## BELGIQUE - GARANTIE/SERVICE-CLIENTÈLE

### DÉCLARATION DE CONDITIONS DE GARANTIE.

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

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

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

frais deviennent notre propriété.

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

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

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

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

#### **Adresse de notre service clientèle:**

##### **Belgique / België**

Electrolux Home Products Belgium  
ELECTROLUX SERVICE, Bergensesteenweg  
719 1502 Lembeek

E-mail: consumer.services@electrolux.be

Téléphone	Téléfax
02/363.04.44	02/363.04.00
	02/363.04.60

##### **Luxembourg / Luxemburg**

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

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

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

## INNHold

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

## VI TENKER PÅ DEG

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

Velkommen til Electrolux.

### Gå inn på nettstedet vårt for å:



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




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



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

## KUNDESTØTTE OG SERVICE

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

 Advarsel/Forsiktig - Sikkerhetsinformasjon

 Generell informasjon og tips

 Miljøinformasjon

Med forbehold om endringer.



## VIKTIGE SIKKERHETSINSTRUKSJONER



### VIKTIGE SIKKERHETSINSTRUKSJONER: LES NØYE OG OPPBEVAR FOR FREMTIDIG REFERANSE

#### For å unngå brannfare

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

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

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

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

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

**Rengjør bølgelederdekselet, ovnsrommet, dreieplaten og dreieplatestativet etter bruk. Disse må være tørre og frie for fett.**

**Fettavsetninger kan overoppvarmes og begynne å ryke eller ta fyr.**

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

#### For å unngå fare for skader



**ADVARSEL! Ikke bruk ovnen om den er skadet eller har feilfunksjoner. Før bruk, sjekk følgende punkter:**

- a) **Døren: Pass på at døren lukkes ordentlig og sjekk at den ikke er skjev eller vridd.**
- b) **Hengslene og sikkerhetsdørsperran: Sjekk at de ikke er brukket eller løse.**
- c) **Dørtetning og frontramme: Pass på at de ikke er skadet.**
- d) **Inne i ovnsrommet eller på døren: Pass på at det ikke finnes bulker.**
- e) **Strømledning og**

## **stikkontakt: Pass på at de ikke er skadet.**

**Du må aldri justere, reparere eller modifisere ovnen selv. Det er farlig for alle andre enn faglært personell å utføre eventuell service eller reparasjon som innebærer å fjerne dekslet som beskytter mot eksponering for mikrobølgeenergi.**

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

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

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

### **For å unngå fare for elektrisk støt**

Ikke under noen omstendigheter må du fjerne den ytre kassen. Ikke søl eller før inn gjenstander i dørlåsåpningene eller ventilasjonsåpningene. Ved slikt søl, slå av ovnen, trekk ut kontakten med en gang, og ring en autorisert ELECTROLUX servicerepresentant. Ikke senk strømledningen eller kontakten i vann eller andre

væsker. Ikke la strømledningen ligge over varme eller skarpe overflater, så som varmluftsventilasjonsåpningen bakerst på toppen av ovnen.

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

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

### **For å unngå fare for eksplosjon og plutselig koking**

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

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

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

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

1. Rør i væsken før oppvarming/gjenoppvarming.
2. Det anbefales at man plasserer en glassstang eller liknende redskap i væsken under oppvarming.

3. La væsken stå i ovnen i minst 20 sekunder etter tilberedning for å unngå forsinket, eksplisjonsartet sprut fra kokekaret.

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

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

**For å unngå fare for brannskader**

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

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

Temperaturen til beholderen er ikke nødvendigvis den samme som temperaturen på maten eller drikken; sjekk alltid temperaturen på selve matvaren. Hold litt avstand fra ovnsdøren når du åpner den, for å unngå brannskader fra damp og varme som kommer ut fra døråpningen. Del opp

fylte bakerverer etter oppvarming for å slippe ut damp og unngå brannskader. Hold barn borte fra døren for å forhindre dem i å brenne seg.

**For å unngå at barn bruker mikrobølgeovnen feil**

**⚠ ADVARSEL! Apparatet og dets tilgjengelige deler blir varme under bruk. Pass på så du ikke berører varmeelementene. Barn under åtte år må ikke komme i nærheten med mindre de holdes under konstant oppsyn.**

**Dette apparatet kan brukes av barn fra åtte år og oppover og personer med reduserte fysiske, sensoriske eller mentale evner eller mangel på erfaring og kunnskap dersom de har blitt holdt under oppsyn eller fått instruksjoner angående sikker bruk av apparatet og forstår de tilknyttede farene. Barn bør være under oppsyn for å sikre at de ikke leker med apparatet. Rengjøring og brukervedlikehold skal ikke utføres av barn, med mindre de er åtte år eller eldre og holdes under oppsyn.**

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

### Andre advarsler

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

### For å fremme problemfri bruk av ovnen og unngå skade

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

For å unngå at dreieplaten knuses:

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

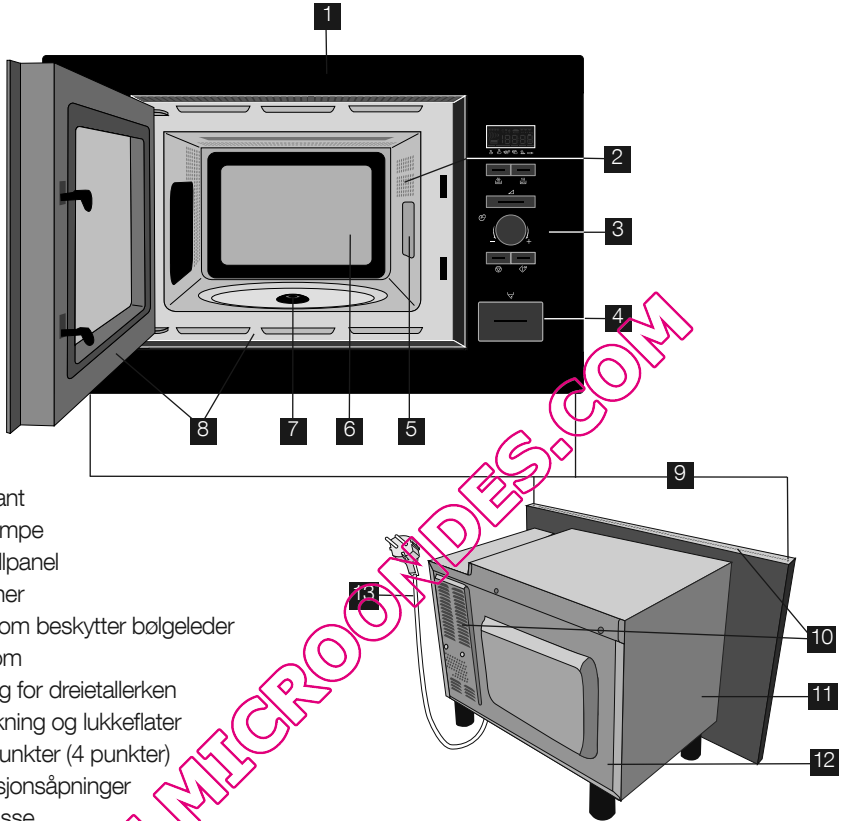
Ikke plasser noe på den ytre kassen under bruk.

### Merknad!

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

# APPARATOVERSIKT

## MIKROBØLGEOVN OG TILBEHØR

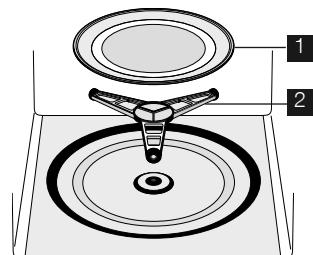


- 1** Frontkant
- 2** Ovnslampe
- 3** Kontrollpanel
- 4** Døråpner
- 5** Plate som beskytter bølgeleder
- 6** Ovnsrom
- 7** Pakning for dreietallerken
- 8** Dørpakning og lukkeflater
- 9** Festepunkter (4 punkter)
- 10** Ventilasjonsåpninger
- 11** Ytre kasse
- 12** Bakre kasse
- 13** Strømledning

Sjekk at følgende tilbehør medfølger:

- 1** Dreieplate
- 2** Dreieplatestativ
- 3** 4 festeskruer (ikke vist)

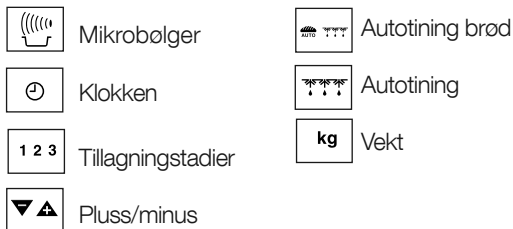
- Plasser dreieplatestativet i fordypningen i bunnen av ovnsrommet.
- Plasser så dreieplaten oppå dreieplatestativet.
- For å unngå skade på dreieplaten bør du sørge for at fat og beholdere løftes over kanten på dreieplaten når du tar dem ut av ovnen.



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

## KONTROLLPANEL

### 1 DIGITALT DISPLAY indikatorer



### 2 AUTOTILBEREDNING indikatorer

### 3 AUTOTILBEREDNING knapp

### 4 AUTOTINING knapp

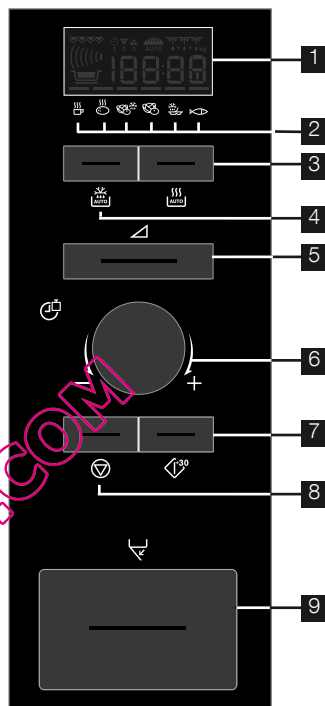
### 5 EFFEKTIVÅ knapp

### 6 TID/VEKT knappen

### 7 START/+30 knapp

### 8 STOPP knapp

### 9 DØRÅPNINGS knapp



## FØR DEN BRUKES FØRSTE GANG

### ECON. INNSTILLINGER

Ovnen er innstilt på energisparingsmodus – "Econ."

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





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

### STILLE KLOKKEN

Ovnen har 12- og 24-timersklokke.




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

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

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

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

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



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




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

## JUSTERE TIDEN NÅR KLOKKEN ER STILT INN

**Eksempel:** For å stille klokken til 11:45.

1. Åpne døren.
2. Trykk på og hold inne START/+30-knappen i 5 sekunder. Ovnens avgir en pipelyd. Displayet viser: 
- (Trykk på START/+30-knappen én gang til for å bytte til 24-timersklokke.)
3. Roter TID/VEKT-knappen for å justere timeverdien.
4. Trykk på START/+30-knappen én gang, og roter deretter TID/VEKT-knappen for å justere minuttene.
5. Trykk på START/+30-knappen.
6. Kontroller displayet: 

## HVIS DU VIL AVBRYTE KLOKKEN OG SATT ECON MODE

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

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

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

## BRUKE STOPP-KNAPPEN

Bruk STOPP-knappen for å:

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



## SIKKERHETSLÅS

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

**Eksempel:** Stille inn sikkerhetslåsen.

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



Ovnen vil pipe og "LOC" vil vises: 



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

## MIKROBØLGER BRUK

### MIKROBØLGER TINGING RÅD

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

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

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

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

#### Kjennetegn

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

#### Oppvarmingsteknikker

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



## MIKROBØLGESIKRE KOKEKAR

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

## MIKROBØLGER TILBEREDNING

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

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

## MANUELL TINING

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

## MIKROBØLGEEFFEKTNIVÅER

Mikrobølgeovnen din har 6 nivåer.

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

W = WATT

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

1. Trykk to ganger på EFFEKTNIVÅ knapp.



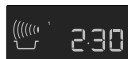
2. Angi ønsket tid ved å dreie på TID/VEKT knappen med eller mot klokken 2:30 displayet.



3. Tryk på START/+30 knappen.



4. Kontroller displayet:



### ⚠ Viktig!

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



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

## TIDSUR

**Eksempel:** For å stille inn sju minutters nedtelling.

1. Tryk på EFFEKTNIVÅ knapp 7.



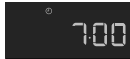
2. Angi ønsket tid ved å dreie på TID/VEKT knappen med eller mot klokken 7.00 displayet.



3. Tryk på START/+30 knappen.



4. Kontroller displayet:



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

## LEGG TIL 30 SEKUNDER

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

### 1. Direktestart

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



### 2. Forleng tilberedningstiden

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



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

## PLUSS OG MINUS

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

Hvis du foretrekker faste kokte poteter bruk MINUS  $\nabla$ .

Hvis du foretrekker myke kokte poteter, bruk PLUSS  $\Delta$ .

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

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



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



3. Trykk på EFFEKTNIVÅ én gang for å velge PLUSS  $\Delta$ -justering.



4. Tryk på START/+30 knappen.



5. Kontroller displayet:



- For å kansellere PLUSS/MINUS, trykk på EFFEKTNIVÅ tre ganger.
- Hvis du velger PLUSS, vil skjermen vise  $\Delta$ .
- Hvis du velger MINUS, vil skjermen vise  $\nabla$ .

## TILBEREDNING I FLERE TRINN

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

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

### Trinn 1

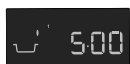
1. Velg ønsket meny ved å trykke 1 ganger på EFFEKTNIVÅ knappen.



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

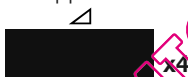


3. Kontroller displayet:



### Trinn 2

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



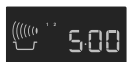
2. Angi ønsket tid ved å dreie på TID/VEKT knappen med eller mot klokken 16.00 displayet.



3. Tryk på START/+30 knappen.



4. Kontroller displayet:



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

## AUTOMATISK TILBEREDNING OG TUNING

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

### Autotilberedning

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

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

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



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



3. Tryk på START/+30 knappen.



4. Kontroller displayet:



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

## Autotining

Mat	Symbol
Kjøtt/fisk/fugl	
Brød	

**Eksempel:** For tining 0,2 kg brød.

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



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



3. Tryk på START/+30 knappen.
















4. Kontroller displayet:





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

## TABELLER PROGRAMMER

## TABELLER AUTOMATISK TILBEREDNING OG TINING

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

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

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

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

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

**i** Autotining

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

## OPPSKRIFTER FOR AUTOMATISK KOKING

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

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

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

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

## REDUSERT EFFEKTNIVÅ

**Viktig!**

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

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

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



## TILBEREDNINGSTABELL

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

## Varme opp mat og drikke

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

\* Kjøleskapstemperatur

## Tining

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

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

## Tining og Tilberedning

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

## Tilberede kjøtt og fisk

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

## OPPSKRIFTER

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

### Tilpasse oppskrifter for mikrobølgeovn

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

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

### Champignonsuppe

Redskaper: Bolle med lokk (kapasitet på 2 l)

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

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

## Ratatouille

Redskaper: Bolle med lokk (kapasitet på 2 l)

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

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

## Sjötungefilet

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

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

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

## Fylt skinke

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

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

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

## Kalvestuing fra Zürich

Redskaper: Form med lokk (kapasitet på 2 l)

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

## Lasagne

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

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

## Fruktgele med vaniljesaus

Redskaper: Form med lokk (kapasitet på 2 l)

	Bolle med lokk (kapasitet på 1 l)
150 g	rips, vasket og rensert
150 g	jordbær, vasket og uten hams
150 g	bringebær, vasket og uten
250 ml	hams
100 g	hvitvin
50 ml	sukker
8	sitronsaft
300 ml	gelatinplater
½	melk
30 g	vaniljestang
15 g	maismel

1. Skjær kalvekjøttet i avlange biter.
2. Smør formen med smør. Ha kjøtt og løk i formen, dekk til, og kok. Rør én gang under koking.  
7-10 min. 800 W
3. Ha i hvitvin, sukkerkulør og fløte, rør sammen, dekk til, og fortsett kokingen. Rør med jevne mellomrom.  
4-5 min. 800 W
4. Rør i blandingen etter koking, og la den få hvile i ca. 5 minutter. Dryss over persille før servering.

1. Hakk tomatene, og bland dem med skinke, løk, hvitløk, kjøttdeig og tomatpuré. Krydre, dekk til, og kok.  
7-9 min. 800 W
2. Bland sammen crème fraîche, melk, parmesanost, urter, olje og krydder.
3. Smør formen og dekk bunnen med cirka en tredel av pastaen. Ha over halvparten av kjøttblandingen og litt saus. Gjenta og avslutt med resten pastaen. Hell resten av sausen over pastaen og dryss over parmesanost. Legg på lokk og tilbered.  
15-17 min. 560 W  
La maten få hvile i 5-10 minutter før servering.

1. Legg til side noe frukt til pynt. Lag puré av resten av frukten sammen med hvitvin, ha i en form, dekk til og varm opp.  
7-9 min. 800 W
2. Rør inn sukker og sitronsaft.
3. Legg gelatin i bløt i kaldt vann i ca. 10 minutter før du tar den ut og klemmer den tørr. Rør gelatinen inn i den varme pureen til den er oppløst. Plasser geleen i kjøleskapet og la stå til den stivner.
4. For å lage vaniljesausen, hell melken i den andre bollen. Del vaniljestangen på langs og skrap ut frøene inni stangen. Rør disse inn i melken sammen med sukker og maismel. Dekk til og tilbered, rør om under tilberedning og igjen etter tilberedningen.  
3-4 min. 800 W
5. Vend geleen ut på et fat og dekorer med resten av frukten. Hell vaniljesausen over geleen.

## VEDLIKEHOLD OG RENGJØRING

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

### Utsiden

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

### Ovnens kontrollpanel

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

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

### Innsiden av ovnen

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

### Dreieplate og dreieplatestøtte

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

## Dør

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

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

QUELMICROONDES.COM

## HVA DU GJØR HVIS

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

## SPESIFIKASJONER

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

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

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

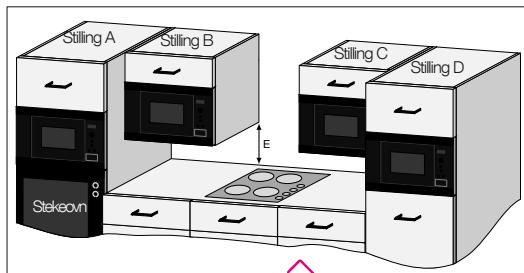


Denne ovnen er i overensstemmelse med kravene i direktiv 2004/108/EC, 2006/95/EC og 2005/32/EC.  
SPESIFIKASJONEN KAN ENDRES UTEN FORVARSEL SOM EN DEL AV VÅRT ARBEID FOR KONTINUERLIG FORBEDRING.

## INSTALLERING

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

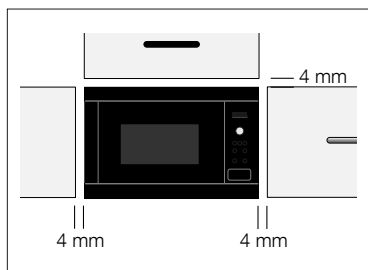
Stilling	Størrelse på åpningen		
	B	D	H
A	560 x 550 x 360		
B+C	462 x 300 x 350		
	462 x 300 x 360		
	560 x 300 x 350		
	560 x 300 x 360		
D	462 x 500 x 350		
	462 x 500 x 360		
	560 x 500 x 350		
	560 x 500 x 360		



Mål i (mm)

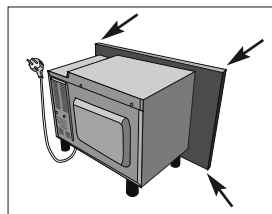
## INSTALLERE OVNE

1. Fjern all emballasje og kontroller om det er tegn på skade.
2. Denne ovnen er utformet for å passe inn i et 360 mm høyt skap som standard. Ved tilpasning i et 350 mm høyt skap. Skru løs og fjern de fire føttene fra undersiden av ovnen. Det er tre høye føtter og en lav fot. Bytt de tre høye føttene ut med de som følger med i tilbehørspakken. Ikke bytt ut den lave foten.
3. Før ovnen sakte og forsiktig inn i kjøkkenskapet, inntil ovnens fremre ramme sitter tett mot skapåpningen.
4. Sikre at enheten er stabil og ikke sitter skrått. Pass på at det er en åpning på 4 mm mellom skapdøren og toppen av rammen (se diagram.)



## Innstillingsalternativ 1:

Fest ovnen med medfølgende skruer. Festepunktene finnes i ovnens øvre og nedre hjørner.



## Innstillingsalternativ 2:

Se malene som følger med denne ovnen.



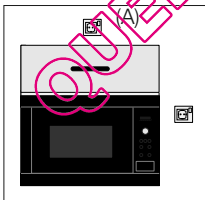
## SIKKER BRUK AV OVNEN

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

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

### TILKOBLE OVNEN TIL STRØMFORSYNING

- **Strømuttaket bør være lett tilgjengelig, slik at enheten lett kan kobles fra strømmettet i nødstilfelle. Hvis det ikke er tilfelle, skal det være mulig å bryte strømforsyningen til ovnen ved å montere en bryter på den faste ledningen i overensstemmelse med regelverk for elektriske tilkoblinger.**
- **Stikkkontakten bør ikke være plassert bak skapet.**
- Den beste plasseringen er over skapet, se (A).



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

### ELEKTRISKE TILKOBLINGER



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

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

## MILJØINFORMASJON

### Økologisk forsvarlig avhending av emballasje og gammelt utstyr

#### EMBALLASJE

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


#### **Kvelningsfare. Hold emballeringsmaterialer utilgjengelig for barn.**

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

- «PE» polyetylen, f. eks. emballeringsfilm
  - «PS» polystyren, f. eks. emballering (uten klorfluorkarbondler – CFC)
  - «PP» polypropylen, f. eks. emballeringsremmer
- Ved bruk og gjenbruk av emballasjen, sparer man råmaterialer og reduserer avfallsvolum. Emballasjen bør tas med til nærmeste resirkuleringssenter. Kontakt lokale myndigheter for mer informasjon.

#### AVHENDING AV GAMMELT UTSTYR

Gammelt utstyr bør gjøres sikkert før avhending ved å fjerne støpselet og kutte av og kaste ledningen. Den bør deretter tas med til nærmeste resirkuleringssenter. Sjekk med lokale myndigheter eller din elektrohandler om det finnes fasiliteter for resirkulering av utstyret i ditt nærområde.

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

## GARANTI/KUNDESERVICE

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

Modell betegnelse:.....

Serienummer:.....

Produktnummer:.....

Kjøpsdato:.....

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

finder frem til nærmeste reparatør.

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

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



www.aeg-electrolux.com/shop  
 www.electrolux.com/shop  
 www.zanussi.com/shop

Albania	+35 5 4 261 450	Rr. Pjeter Bogdani Nr. 7 Tirane
Belgique/België/ Belgien	++32 2 7162444	Bergensesteenweg 719, 1502 Lembeek
Ceská republika	+420 261 302 261	Budejovická 3, Praha 4, 140 21
Danmark	+45 70 11 74 00	Strevelinsvej 38-40, 7000 Fredericia
Deutschland	+49 180 32 26 622	Muggenhofer Str. 135, 90429 Nürnberg
Eesti	+37 2 66 50 030	Mustamäe tee 24, 10621 Tallinn
España	+34 902 11 63 88	Carretera M-300, Km. 29,900 Alcalá de Henares Madrid
France	08 44 62 26 53	www.electrolux.fr
Great Britain	+44 8445 616 616	Addington Way, Luton, Bedfordshire LU4 9QQ
Hellas	+30 23 10 56 19 70	4, Limnou Str., 54623 Thessaloniki
Hrvatska	+385 1 63 23 338	Slavonska avenija 3, 10000 Zagreb
Ireland	+353 1 40 90 753	Long Mile Road Dublin 12
Italia	+39 (0) 434 558500	C.so Lino Zanussi, 26 - 33080 Porcia (PN)
Latvija	+371 67313626	Kr. Barona iela 130/2, LV-1012, Riga
Lietuva	+370 5 278 06 03	Ozo 10a, LT-08200 Vilnius, Lietuva
Luxembourg	+352 42 431 301	Rue de Bitbourg, 7, L-1273 Hamm
Magyarország	+36 1 252 1773	H-1142 Budapest XIV, Erzsébet királynéúttja 87
Nederland	+31 17 24 68 300	Vennootsweg 1, 2404 CG - Alphen aan den Rijn
Norge	+47 81 5 80 222	Risløkkvn. 2, 0508 Oslo
Österreich	+43 18 66 400	Herziggasse 9, 1230 Wien
Polska	+48 22 43 47 300	ul. Kolejowa 5/7, Warszawa
Portugal	+351 21 440 39 39	Quinta da Fonte - Edifício Gonçalves Zarco - Q 35 -2774-518 Paço de Arcos
Romania	+40 21 451 2030	Str. Garii Progresului 2, S4, 040671RO
Schweiz - Suisse - Svizzera	+41 62 88 99 111	Industriestrasse 10, CH-5506 Mägenwil
Slovenija	+38 61 24 25 731	Gerbičeva ulica 110, 1000 Ljubljana
Slovensko	+421 2 32 14 13 34-5	Electrolux Slovakia s.r.o., Electrolux Domáce spotrebnice SK, Seberínho 1, 821 03 Bratislava
Suomi	030 600 5203	www.electrolux.fi
Sverige	+46 (0)771 76 76 76	Electrolux Service, S:t Göransgatan 143, S-105 45 Stockholm
Türkiye	+90 21 22 93 10 25	Tarlabası caddesi no : 35 Taksim İstanbul
Россия	8-800-200-3589	129090 Москва, Олимпийский проспект, 16, БЦ "Олимпик"
Україна	+380 44 586 20 60	04074 Київ, вул.Автозаводська, 2а, БЦ "Алкон"



QUELMICROONDES.COM