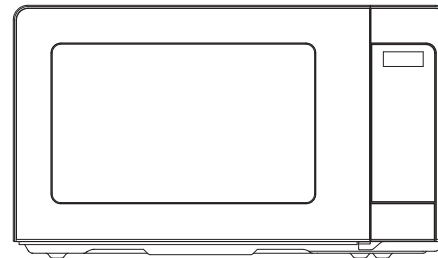




# ΦΟΥΡΝΟΣ ΜΙΚΡΟΚΥΜΑΤΩΝ

ΟΔΗΓΙΕΣ ΧΡΗΣΗΣ & ΒΙΒΛΙΟ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗΣ

Πριν από τη χρήση του φούρνου, διαβάστε προσεκτικά το παρόν εγχειρίδιο χρήσης.



**K93210MW**

## ΠΡΟΦΥΛΑΞΕΙΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΠΟΦΥΓΗ ΠΙΘΑΝΗΣ ΕΚΘΕΣΗΣ ΣΕ ΥΠΕΡΒΟΛΙΚΗ ΜΙΚΡΟΚΥΜΑΤΙΚΗ ΑΚΤΙΝΟΒΟΛΙΑ

- (α) Μην επιχειρήσετε να λειτουργήσετε τη συσκευή με την πόρτα της ανοιχτή, γιατί αυτό θα οδηγήσει σε βλαβερή έκθεση σε ακτινοβολία μικροκυμάτων. Είναι σημαντικό να μην πειράζετε και να μην σπάσετε τους μηχανισμούς ασφάλισης.
- (β) Μην τοποθετείτε αντικείμενα μεταξύ της μπροστινής όψης της συσκευής και της πόρτας, και μην αφήνετε να συσσωρεύονται υπολείμματα καθαριστικού ή ρύποι στις επιφάνειες των στεγανωτικών παρεμβυσμάτων.
- (γ) **ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ:** Εάν η πόρτα ή τα στεγανωτικά παρεμβύσματα είναι φθαρμένα,

μην λειτουργείτε τη συσκευή μέχρι να επισκευαστεί από αρμόδιο τεχνικό: (1) πόρτα (λυγισμένη), (2) μεντεσέδες και μάνδαλα (σπασμένα ή χαλαρωμένα), (3) στεγανωτικά πόρτας και παρεμβύσματα.

- (δ) **ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ:** Η διεξαγωγή οποιασδήποτε επισκευής που περιλαμβάνει την αφαίρεση καλύμματος που προστατεύει από την έκθεση σε μικροκυματική ακτινοβολία είναι επικίνδυνη αν γίνεται από μη ειδικευμένο τεχνικό.
- (ε) **ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ:** Τα υγρά και τα άλλα τρόφιμα δεν πρέπει να θερμαίνονται σε σφραγισμένα δοχεία, γιατί υπάρχει κίνδυνος έκρηξης.
- (στ) **ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ:** Τα παιδιά μπορούν να χρησιμοποιούν τη συσκευή πάντα με επίβλεψη ενηλίκου μόνο αν τους έχουν δοθεί επαρκείς οδηγίες ούτως ώστε να χρησιμοποιούν το φούρνο με ασφάλεια και να κατανοούν τους κινδύνους από εσφαλμένη χρήση.

# ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ

• ΠΡΟΦΥΛΑΞΕΙΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΠΟΦΥΓΗ ΠΙΘΑΝΗΣ ΕΚΘΕΣΗΣ ΣΕ ΥΠΕΡΒΟΛΙΚΗ ΜΙΚΡΟΚΥΜΑΤΙΚΗ ΑΚΤΙΝΟΒΟΛΙΑ .....	1
• ΣΗΜΑΝΤΙΚΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ .....	2
• ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΕΙΩΣΗΣ .....	5
• ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΗ .....	5
• ΤΕΧΝΙΚΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ .....	6
• ΣΗΜΑΝΤΙΚΟ .....	6
• ΔΙΑΓΡΑΜΜΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΩΝ .....	7
• ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ .....	9
• ΜΗΔΕΝΙΚΗ ΚΑΤΑΝΑΛΩΣΗ ΣΕ ΑΝΑΜΟΝΗ - ΠΩΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΕΙ .....	10
• ΕΠΙΛΟΓΕΣ .....	12
• ΜΑΓΕΙΡΕΜΑ ΜΕ ΤΑ ΜΙΚΡΟΚΥΜΑΤΑ .....	12
• +30 δευτερόλεπτα .....	12
• ΑΥΤΟΜΑΤΟΣ ΜΑΓΕΙΡΑΣ .....	13
• ΕΠΑΝΑΖΕΣΤΑΜΑ .....	13
• ΑΠΟΨΥΞΗ .....	14
• ΓΡΗΓΟΡΗ ΑΠΟΨΥΞΗ .....	14
• ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΣ ΜΕ ΑΤΜΟ .....	15
• ΖΕΣΤΑΜΑ ΠΙΑΤΩΝ .....	15
• ΔΙΑΚΟΠΗ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ .....	16
• ΠΡΙΝ ΑΠΕΥΘΥΝΘΕΙΤΕ ΣΤΟ ΣΕΡΒΙΣ .....	16
• ΦΡΟΝΤΙΔΑ ΤΟΥ ΦΟΥΡΝΟΥ ΜΙΚΡΟΚΥΜΑΤΩΝ ΣΑΣ .....	17
• ΣΗΜΕΙΩΣΗ ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΗΝ ΑΝΑΚΥΚΛΩΣΗ .....	17
• ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ ΚΑΙ ΑΠΑΝΤΗΣΕΙΣ .....	18
• ΟΔΗΓΙΕΣ ΜΑΓΕΙΡΕΜΑΤΟΣ .....	19
• ΑΣΦΑΛΗΣ ΧΡΗΣΗ ΤΟΥ ΦΟΥΡΝΟΥ ΜΙΚΡΟΚΥΜΑΤΩΝ .....	20
• ΣΠΙΝΘΗΡΙΣΜΟΣ .....	20
• ΑΡΧΕΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ ΜΙΚΡΟΚΥΜΑΤΩΝ .....	21
• ΤΡΟΠΟΣ ΜΑΓΕΙΡΕΜΑΤΟΣ ΜΕ ΜΙΚΡΟΚΥΜΑΤΑ .....	21
• ΔΙΑΓΡΑΜΜΑΤΑ ΜΕΤΑΤΡΟΠΗΣ .....	21
• ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΜΑΓΕΙΡΕΜΑΤΟΣ .....	22
• ΟΔΗΓΟΣ ΓΙΑ ΤΟ ΞΕΠΑΓΩΜΑ .....	23
• ΠΙΝΑΚΑΣ ΓΙΑ ΜΑΓΕΙΡΕΜΑ & ΖΕΣΤΑΜΑ .....	23
• ΠΙΝΑΚΑΣ ΓΙΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑ .....	25
• ΣΥΝΤΑΓΕΣ .....	26

# ΣΗΜΑΝΤΙΚΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ

## ΔΙΑΒΑΣΤΕ ΤΙΣ ΠΡΟΣΕΚΤΙΚΑ ΚΑΙ ΦΥΛΑΞΤΕ ΓΙΑ ΜΕΛΛΟΝΤΙΚΗ ΑΝΑΦΟΡΑ

**ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ :** Για την αποφυγή πυρκαγιάς, εγκαυμάτων, ηλεκτροπληξίας και άλλων κινδύνων: Ακολουθούν κανόνες που πρέπει να τηρούνται, όπως σε όλες τις ηλεκτρικές συσκευές, καθώς και προφυλάξεις ασφαλείας για να εξασφαλιστεί η υψηλή απόδοση της συσκευής:

1. Εκτός από την παραγωγή φαγητού, μην χρησιμοποιείτε τη συσκευή για άλλους σκοπούς, όπως για το στέγνωμα ρούχων, χαρτιών ή άλλων φαγώσιμων υλικών ή για αποστείρωση.
2. Μη χρησιμοποιείτε τη συσκευή άδεια για την αποφυγή φθοράς.
3. Μη χρησιμοποιείτε το εσωτερικό της συσκευής για αποθήκευση όπως χαρτιών, βιβλίων μαγειρικής, μαγειρικών σκευών κλπ.
4. Μη λειτουργείτε τη συσκευή αν ο γυάλινος δίσκος δεν είναι στη θέση του. Βεβαιωθείτε ότι είναι καλά τοποθετημένος στη βάση περιστροφής.

5. Όταν πρόκειται να μαγειρέψετε τροφές σφραγισμένες σε μπουκάλια, να αφαιρείτε τα καπάκια.
6. Μην τοποθετείτε ξένα υλικά μεταξύ της επιφάνειας της συσκευής και της πόρτας. Αυτό μπορεί να προκαλέσει υπερβολική διαρροή μικροκυματικής ακτινοβολίας
7. Μη χρησιμοποιείτε προϊόντα από ανακυκλωμένο χαρτί. Ενδέχεται να περιέχουν ρύπους που θα προκαλέσουν σπίθες και/ή φωτιά κατά το μαγείρεμα.
8. Μη φτιάχνετε ποπ κορν παρά μόνο σε μικροκυματικό όπου αυτό επιτρέπεται ή αν είναι συσκευασμένο και συνιστάται ειδικά για φούρνους μικροκυμάτων. Το ποπ κορν που φτιάχνεται στο μικροκυματικό έχει μικρότερη απόδοση από το συμβατικό. Θα υπάρχουν αρκετοί σπόροι που δεν θα σκάσουν. Μη χρησιμοποιείτε λάδι, εκτός και αν αυτό καθορίζεται από τον κατασκευαστή.
9. Αν μαγειρεύετε τροφές καλυμμένες με μεμβράνη, όπως κρόκους αυγών, πατάτες, συκωτάκια κλπ. Πρέπει να τρυπήσετε σε πολλά σημεία τη μεμβράνη με το πιρούνι.
10. Μην αφήνετε το ποπ κορν περισσότερο χρόνο από αυτόν που ορίζει ο κατασκευαστής. (συνήθως

- ο χρόνος είναι μικρότερος από 3 λεπτά). Αν το αφήσετε περισσότερο, δεν θα φτιαχτεί περισσότερο ποπ κορν και υπάρχει κίνδυνος καψαλίσματος και φωτιάς. Επίσης, ο δίσκος μαγειρέματος θα υπερθερμανθεί και δεν θα μπορείτε να τον πιάσετε ή μπορεί να σπάσει.
11. Εάν παρατηρήσετε καπνό, απενεργοποιήστε τη συσκευή ή αποσυνδέστε την από την παροχή ρεύματος και κρατήστε την πόρτα κλειστή για να σβήσουν τυχόν φλόγες.
  12. Όταν θερμαίνετε τροφές σε πλαστικά ή χάρτινα δοχεία, προσέχετε το φούρνο για την περίπτωση ανάφλεξης.
  13. Πρέπει να ανακινείτε το περιεχόμενο των μπιμπερό και των δοχείων παιδικών τροφών και να ελέγχετε τη θερμοκρασία πριν από την κατανάλωση, για την αποφυγή εγκαυμάτων.
  14. Πριν δώσετε το φαγητό ή το ποτό που θερμάνθηκε στο μικροκυματικό σε κάποιον, ιδιαίτερα σε παιδιά και ηλικιωμένους, να ελέγχετε τη θερμοκρασία. Αυτό είναι σημαντικό, γιατί τα τρόφιμα που θερμαίνονται στο μικροκυματικό συνεχίζουν να θερμαίνονται ακόμα και μετά τη διακοπή της λειτουργίας του μικροκυματικού.

15. Μη ζεσταίνετε αυγά με το τσόφλι τους ή σφιχτά βρασμένα αυγά στη συσκευή, γιατί υπάρχει κίνδυνος έκρηξης, ακόμα και μετά το τέλος της θέρμανσης με τα μικροκύματα.
16. Το κάλυμμα του κυματοδηγού πρέπει να είναι πάντα καθαρό. Σκουπίστε το εσωτερικό του φούρνου με μαλακό, υγρό πανί μετά από κάθε χρήση. Αν παραμείνει λίπος ή λάδι, ενδέχεται να υπερθερμανθεί, να δημιουργήσει καπνό ή ακόμα και να πιάσει φωτιά κατά την επόμενη χρήση.
17. Μη ζεσταίνετε λίπος ή λάδι για τηγάνισμα, γιατί δεν μπορείτε να ελέγξετε τη θερμοκρασία και ενδέχεται να προκληθεί υπερθέρμανση και φωτιά.
18. Τα υγρά όπως το νερό, ο καφές ή το τσάι μπορεί να υπερθερμανθούν πέρα από το σημείο βρασμού χωρίς να φαίνεται ότι βράζουν, λόγω της επιφανειακής τάσης του υγρού. Δεν υπάρχουν πάντα εμφανείς φυσαλίδες ή βρασμός κατά την αφαίρεση του δοχείου από τη συσκευή. **ΑΥΤΟ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΠΡΟΚΑΛΕΣΕΙ ΞΑΦΝΙΚΟ ΒΡΑΣΜΟ ΣΤΑ ΠΟΛΥ ΘΕΡΜΑ ΥΓΡΑ ΟΤΑΝ ΕΙΣΑΧΘΕΙ ΣΕ ΑΥΤΑ ΚΟΥΤΑΛΙ Ή ΑΛΛΟ ΣΚΕΥΟΣ.**  
Για την αποφυγή κινδύνου τραυματισμών:  
α) Μην υπερθερμαίνετε το υγρό.  
β) Ανακινήστε το υγρό πριν το θερμάνετε και στο

- μέσο της θέρμανσης του.
- γ) Μη χρησιμοποιείτε δοχεία με επίπεδες πλευρές και στενούς λαιμούς.
- δ) Μετά τη θέρμανση, αφήστε το δοχείο να μείνει για λίγο μέσα στη συσκευή πριν το απομακρύνετε.
- ε) Να είστε ιδιαίτερα προσεκτικοί όταν εισάγετε κουτάλι ή άλλο σκεύος μέσα στο δοχείο.
19. Η συσκευή δεν προορίζεται για χρήση από άτομα (συμπεριλαμβανομένων των παιδιών) με μειωμένες σωματικές, αισθητηριακές ή νοητικές ικανότητες ή με έλλειψη γνώσης και εμπειρίας, εκτός κι αν έχουν επίβλεψη ή τους έχουν δοθεί οδηγίες από άτομο υπεύθυνο για την ασφάλεια τους.
20. Τα παιδιά χρειάζονται επίβλεψη ώστε να μην παίζουν με τη συσκευή.

**ΦΥΛΑΞΤΕ ΑΥΤΕΣ ΤΙΣ ΟΔΗΓΙΕΣ**

# ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΕΙΩΣΗΣ

Η συσκευή πρέπει να είναι γειωμένη. Σε περίπτωση βραχυκυκλώματος, η γείωση μειώνει τον κίνδυνο ηλεκτροπληξίας, παρέχοντας ένα σύρμα διαφυγής για το ηλεκτρικό ρεύμα. Η συσκευή είναι εξοπλισμένη με καλώδιο που διαθέτει σύρμα γείωσης με φως γείωσης. Το φως πρέπει να συνδέεται σε κατάλληλα εγκατεστημένο και γειωμένο ρευματοδότη.

**ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ:** Η ακατάλληλη χρήση του φως γείωσης ενδέχεται να προκαλέσει κίνδυνο ηλεκτροπληξίας. Εάν οι οδηγίες γείωσης δεν είναι απόλυτα κατανοητές ή εάν υπάρχει αμφιβολία για το αν η συσκευή είναι κατάλληλα γειωμένη, συμβουλευθείτε ηλεκτρολόγο ή τεχνικό. Εάν η επέκταση του καλωδίου είναι απαραίτητη, χρησιμοποιήστε μόνο επέκταση 3 συρμάτων με φως γείωσης 3 πείρων και τριπολικό ρευματοδότη που δέχεται φως συσκευής. Οι ονομαστικές τιμές της επέκτασης του καλωδίου πρέπει να είναι ίσες ή μεγαλύτερες από τις ονομαστικές τιμές της συσκευής.

## ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΗ

### 1. Αερισμός

Μην φράσσετε τα ανοίγματα αερισμού. Εάν είναι φραγμένα κατά τη λειτουργία, υπάρχει κίνδυνος υπερθέρμανσης και βλάβης. Για το σωστό αερισμό, αφήστε περισσότερα από 76mm ελεύθερου χώρου στις δύο πλευρές και στο πίσω μέρος της συσκευής. Ο ελάχιστος ελεύθερος χώρος πάνω από την επάνω όψη της συσκευής είναι 150mm.

### 2. Σταθερή και επίπεδη

Θέση Αυτός ο φούρνος πρέπει να τοποθετείται σε σταθερή, επίπεδη επιφάνεια. Η συσκευή είναι σχεδιασμένη να τοποθετείται μόνο επάνω σε πάγκο. Μην τοποθετείτε τη συσκευή σε ντουλάπι, εκτός κι αν πρόκειται για μοντέλο που εντοιχίζεται.

### 3. Αφήστε ελεύθερο χώρο πίσω & στα πλάγια

Όλα τα ανοίγματα αερισμού πρέπει να είναι ελεύθερα. Εάν καλύπτονται κατά τη λειτουργία, υπάρχει κίνδυνος υπερθέρμανσης και βλάβης.

### 4. Μακριά από ραδιόφωνα και τηλεοράσεις

Εάν η συσκευή τοποθετηθεί κοντά σε τηλεόραση, κεραία ραδιοφώνου, τροφοδοτικό κλπ., ενδέχεται να υπάρχει κακή λήψη και παράσιτα. Τοποθετήστε τη συσκευή όσο το δυνατόν πιο μακριά από τέτοιες συσκευές.

### 5. Μακριά από θερμαντικές συσκευές & βρύσες

Τοποθετήστε την μακριά από θερμό αέρα, ατμούς ή πισίσισμα νερού, γιατί ενδέχεται να επηρεαστεί αρνητικά η μόνωση και να παρουσιαστεί βλάβη.

### 6. Παροχή ρεύματος

- Ελέγξτε την πηγή ισχύος του κτιρίου. Για την συσκευή απαιτείται ρεύμα ισχύος περίπου 10 amperes, 230V, 50Hz.
- Το μήκος του καλωδίου ρεύματος είναι περίπου 0,8 μέτρο.
- Η τάση του ρεύματος πρέπει να συμφωνεί με αυτή που αναγράφεται επάνω στη συσκευή. Η υψηλότερη τάση ενδέχεται να προκαλέσει πυρκαγιά ή άλλο ατύχημα που θα φθείρει τη συσκευή. Η χαμηλότερη τάση θα προκαλέσει αργοπορία στο μαγείρεμα. Η εταιρεία δεν φέρει καμία ευθύνη για βλάβες που προκλήθηκαν από την χρήση της συσκευής με ασφάλεια τάσης ή έντασης διαφορετικής από την αναγραφόμενη.
- Εάν το καλώδιο ρεύματος φθαρεί, πρέπει να αντικατασταθεί από τον κατασκευαστή, τον εξουσιοδοτημένο αντιπρόσωπο του ή ειδικευμένο τεχνικό, για την αποφυγή κινδύνου.

### 7. Μετά την αφαίρεση της συσκευασίας εξετάστε τη συσκευή για τυχόν φθορές όπως:

Κακοεθυγραμμένη πόρτα, σπασμένη πόρτα, βαθυλώματα στο εσωτερικό της συσκευής. Εάν παρατηρήσετε οποιοδήποτε από τα παραπάνω ελαττώματα στη συσκευή σας, ειδοποιήστε τον προμηθευτή σας και ΜΗΝ ΤΑ ΕΚΓΑΤΑΣΤΗΣΕΤΕ.

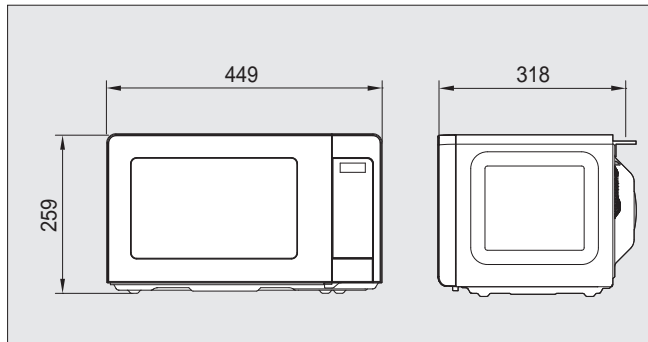
### 8. Μη λειτουργείτε τη συσκευή να η θερμοκρασία της είναι χαμηλότερη από αυτήν του δωματίου.

(Αυτό μπορεί να συμβεί στην περίπτωση μεταφοράς της με χαμηλή εξωτερική θερμοκρασία.) Αφήστε το φούρνο να επανέλθει σε θερμοκρασία δωματίου προτού τον λειτουργήσετε.

## ΤΕΧΝΙΚΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ

ΠΑΡΟΧΗ ΙΣΧΥΟΣ		230V- 50Hz ΜΟΝΟΦΑΣΙΚΟ ΜΕ ΓΕΙΩΣΗ
ΚΑΤΑΝΑΛΩΣΗ ΙΣΧΥΟΣ	ΜΙΚΡΟΚΥΜΑΤΑ	1250 W
	ΕΞΟΔΟΣ ΕΝΕΡΓΕΙΑΣ ΜΙΚΡΟΚΥΜΑΤΩΝ	800 W
	ΣΥΧΝΟΤΗΤΑ ΜΙΚΡΟΚΥΜΑΤΩΝ	2450 MHz
ΕΞΩΤΕΡΙΚΕΣ ΔΙΑΣΤΑΣΕΙΣ (ΠΧΥΧΒ)		449 X 259 X 318 (mm)
ΔΙΑΣΤΑΣΕΙΣ ΚΟΙΛΟΤΗΤΑΣ(ΠΧΥΧΒ)		307 X 210 X 304 (mm)
ΚΑΘΑΡΟ ΒΑΡΟΣ		ΠΕΡΙΠΟΥ 10,2Kg
ΧΡΟΝΟΔΙΑΚΟΠΤΗΣ		59 λεπτά 59 δευτερόλεπτα
ΕΠΙΛΟΓΕΣ ΙΣΧΥΟΣ		11 ΕΠΙΠΕΔΑ

\* Τα τεχνικά χαρακτηριστικά υπόκεινται σε αλλαγές χωρίς προειδοποίηση.



## ΣΗΜΑΝΤΙΚΟ

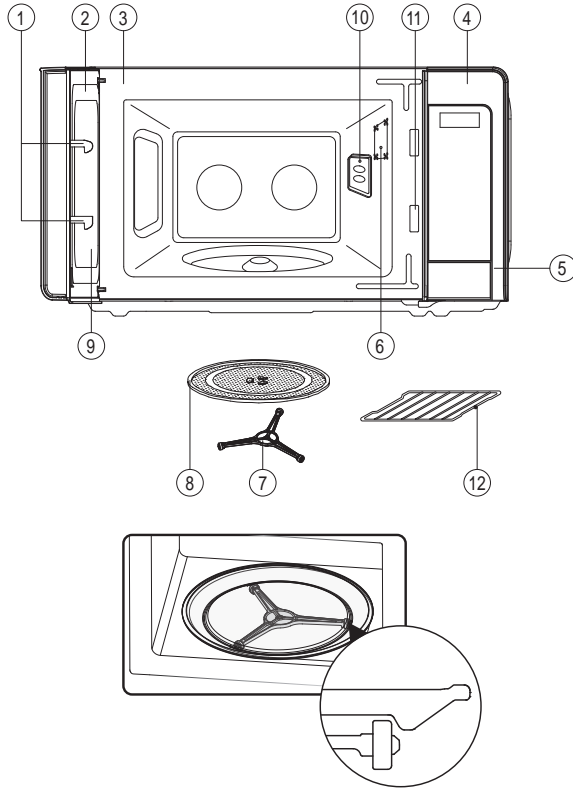
Τα σύρματα του καλωδίου παροχής ρεύματος της συσκευής είναι χρωματισμένα σύμφωνα με τον ακόλουθο πίνακα:

Πράσινο και κίτρινο	: Γείωση
Μπλε	: Ουδέτερο
Καφέ	: Ενεργό

Εάν τα χρώματα των συρμάτων του καλωδίου ρεύματος της συσκευής δεν αντιστοιχούν με τις χρωματικές ενδείξεις που προσδιορίζουν τους ακροδέκτες του φις, κάντε το εξής: το πράσινο και κίτρινο σύρμα πρέπει να συνδέεται στον ακροδέκτη του φις που φέρει την επισήμανση 'E' ή το σύμβολο γείωσης ή πράσινο και κίτρινο χρώμα. Το μπλε σύρμα πρέπει να συνδέεται στον ακροδέκτη που φέρει 'N' ή έχει μαύρο χρώμα. Το καφέ σύρμα πρέπει να συνδέεται στον ακροδέκτη που φέρει την επισήμανση 'L' ή έχει κόκκινο χρώμα.

**ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ:** Η συσκευή πρέπει να είναι γειωμένη.

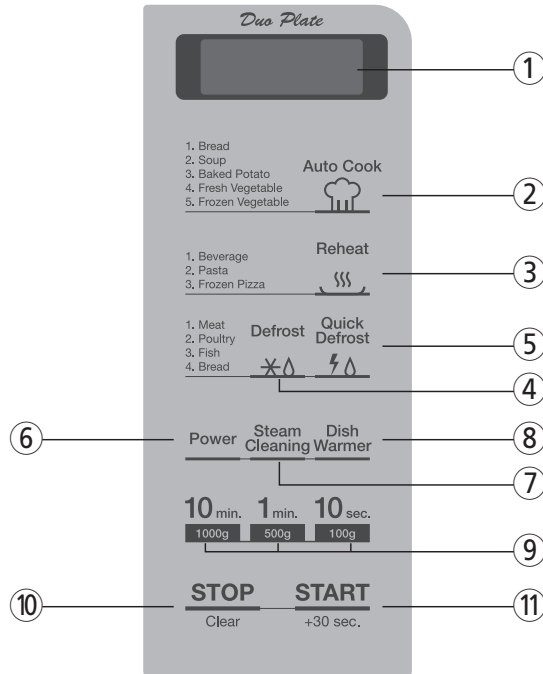
## ΔΙΑΓΡΑΜΜΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΩΝ



- 1 **Μάνδαλο πόρτας**- Όταν η πόρτα κλείνει, ασφαλίζει αυτόματα. Εάν ανοίξει κατά τη διάρκεια της λειτουργίας, διακόπτεται αμέσως η λειτουργία του μαγνήτρου.
- 2 **Διάταξη σφράγισης πόρτας**- Η διάταξη αυτή διατηρεί τη μικροκυματική ακτινοβολία μέσα στη συσκευή και εμποδίζει τη διαρροή της.
- 3 **Εσωτερικό συσκευής**
- 4 **Πίνακας ελέγχου**
- 5 **Κουμπί ανοίγματος πόρτας**- Για να ανοίξετε την πόρτα πιάστε αυτό το κουμπί.
- 6 **Λαμπτήρας φούρνου**
- 7 **Βάση περιστροφής**- Πρέπει να χρησιμοποιείται πάντα μαζί με τον γυάλινο δίσκο μαγειρέματος.
- 8 **Γυάλινος δίσκος μαγειρέματος**- Είναι κατασκευασμένος από ειδικό θερμοανθεκτικό γυαλί. Μέσα σε αυτόν το δίσκο τοποθετείται ένα κατάλληλο σκεύος μαγειρέματος.
- 9 **Παράθυρο πόρτας**- Για να βλέπετε το φαγητό. Είναι κατασκευασμένο έτσι ώστε τα μικροκύματα να μην μπορούν να διέλθουν από τις σπές του παραθύρου.
- 10 **Προστατευτικό πτισίλισματος**- Προστατεύει την έξοδο των μικροκυμάτων από το πτισίλισμα κατά το μαγείρεμα του φαγητού.
- 11 **Σύστημα ασφάλισης**
- 12 **Σχάρα φούρνου**- Χρησιμοποιείται για μαγείρεμα σε 2 στάδια.



## ΔΙΑΓΡΑΜΜΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΩΝ (συνέχεια)



① **Οθόνη** - Εμφανίζει πληροφορίες σε σχέση με το μαγείρεμα, πχ χρόνος μαγειρέματος, επίπεδο ισχύος, βάρος φαγητού κτλ.

② **Αυτόματος μάγειρας** - Πιέστε αυτό το κουμπί για να επιλέξετε τον Αυτόματο μάγειρα.

③ **Επαναζέσταμα**- Πιέστε αυτό το κουμπί για να επιλέξετε αυτή τη λειτουργία

④ **Απόψυξη**- Πιέστε αυτό το κουμπί για να αποψύξετε φαγητό σύμφωνα με το βάρος τους.

⑤ **Γρήγορη απόψυξη**- Πιέστε αυτό το κουμπί για να αποψύξετε φαγητό σε σύντομο χρονικό διάστημα.

⑥ **Ισχύς** - Πιέστε αυτό το κουμπί για να επιλέξετε επίπεδο ισχύος.

⑦ **Καθαρισμός με ατμό** - Πιέστε αυτό το κουμπί για να επιλέξετε αυτή τη λειτουργία

⑧ **Ζέσταμα πιάτων**- Πιέστε αυτό το κουμπί για να επιλέξετε αυτή τη λειτουργία

⑨ **Κουμπί αριθμών** - Πιέστε τα για να εισάγετε χρόνο μαγειρέματος ή βάρος φαγητού.

⑩ **Κουμπί Stop/Clear** - Πιέστε αυτό το κουμπί για να σταματήσετε τη λειτουργία του φούρνου ή να σβήσετε όλες τις επιλογές.

⑪ **Κουμπί Start/+30sec** - Πιέστε αυτό το κουμπί για να ενεργοποιήσετε τον φούρνο ή να προσθέσετε 30 δευτερόλεπτα στον χρόνο μαγειρέματος με τη λειτουργία +30sec.

# ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ

Σε αυτή την ενότητα περιέχονται χρήσιμες πληροφορίες για τη λειτουργία του φούρνου.

1. Συνδέστε το καλώδιο ρεύματος σε ένα ρευματοδότη.
2. Μόλις τοποθετήσετε το φαγητό σε κατάλληλο δοχείο, ανοίξτε την πόρτα του φούρνου και τοποθετήστε το επάνω στο γυάλινο δίσκο. Ο γυάλινος δίσκος και η βάση περιστροφής πρέπει να βρίσκονται πάντα στη θέση τους κατά τη χρήση.
3. Κλείστε την πόρτα. Βεβαιωθείτε ότι έχει κλείσει καλά.
4. Επιλέξτε το επιθυμητό πρόγραμμα και χρόνο και πατήστε Start.
5. Όταν το μαγείρεμα τελειώσει, προσέξτε κατά την αφαίρεση του περιεχομένου, καθώς θα είναι ζεστό.

- 1 Το εσωτερικό φως θα ανάβει όσο ο φούρνος λειτουργεί.
- 2 Μπορείτε να ανοίξετε την πόρτα του φούρνου οποιαδήποτε στιγμή όσο ο φούρνος λειτουργεί. Ο φούρνος θα σταματήσει αυτόματα να λειτουργεί.
- 3 Κάθε φορά που πατάτε κάποιο κουμπί, ακούγεται ένα BEEP για να επιβεβαιωθεί το πάτημα του κουμπιού.
- 4 Ο φούρνος λειτουργεί στη μέγιστη ισχύ αυτόματα, εκτός αν επιλέξετε χαμηλότερο επίπεδο ισχύος.
- 5 Η οθόνη δεν έχει καμία ένδειξη όταν συνδέσετε τον φούρνο στην παροχή ρεύματος. Όταν ανοίξετε την πόρτα του η οθόνη ανάβει και ακούγεται ένα μπιπ.
- 6 Αν κατά τη διάρκεια λειτουργίας πατήσετε το κουμπί Stop/Clear, ο φούρνος σταματάει να λειτουργεί και κρατάει τις επιλεγμένες ρυθμίσεις. Για να σβήσετε αυτές τις ρυθμίσεις πατήστε το κουμπί Stop/Clear άλλη μια φορά. Αν ανοίξετε την πόρτα κατά τη διάρκεια λειτουργίας, όλες οι ρυθμίσεις παραμένουν.
- 7 Αν πατήσετε το κουμπί Start και ο φούρνος δεν λειτουργεί, ελέγξτε την περιοχή της πόρτας για εμπόδια και βεβαιωθείτε ότι η πόρτα έχει κλείσει καλά. Ο φούρνος δεν θα ξεκινήσει να λειτουργεί μέχρι η πόρτα να κλείσει τελειώς ή το έχει επανεκκινηθεί το πρόγραμμα.

Βεβαιωθείτε ότι ο φούρνος είναι σωστά εγκατεστημένος και έχει συνδεθεί σε κατάλληλη παροχή ρεύματος.

## ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΑΡΑΓΩΓΗΣ ΙΣΧΥΟΣ

- Τα επίπεδα ισχύος καθορίζονται πατώντας το κουμπί Power. Ο παρακάτω πίνακας δείχνει το επίπεδο ισχύος και το ποσοστό ισχύος.

Πάτημα κουμπιού Power	ποσοστό ισχύος	Μέγιστη ισχύς 800W	
		Οθόνη	Ισχύς
μία φορά	100%	800	800W
δύο φορές	90%	720	720W
3	80%	640	640W
4	70%	560	560W
5	60%	480	480W
6	50%	400	400W
7	40%	320	320W
8	30%	240	240W
9	20%	160	160W
10	10%	80	80W
11	0%	0	0

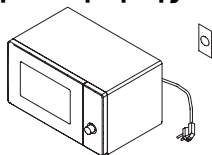
# ΜΗΔΕΝΙΚΗ ΚΑΤΑΝΑΛΩΣΗ ΣΕ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΑΝΑΜΟΝΗΣ - ΠΩΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΕΙ

Τι είναι η μηδενική κατανάλωση  
σε κατάσταση αναμονής...

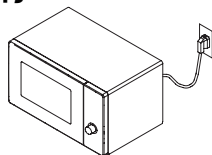
Ο φούρνος έχει ένα ειδικό χαρακτηριστικό που μπορεί να μειώνει την κατανάλωση ρεύματος χωρίς να χρειάζεται να τον απενεργοποιήσετε ή να τον αποσυνδέσετε από την παροχή ρεύματος.

Ο φούρνος θα απενεργοποιηθεί αυτόματα μόλις τελειώσει το μαγείρεμα, αν δεν χρησιμοποιηθεί για 2 λεπτά. Παρόλο που ο φούρνος είναι συνδεδεμένος στο ρεύμα, δεν καταναλώνει καθόλου ενέργεια σε κατάσταση αναμονής. Όταν ανοίξετε την πόρτα, ο φούρνος ενεργοποιείται από την κατάσταση αναμονής και είναι έτοιμος για χρήση. Η ισχύς σε κατάσταση αναμονής αναφέρεται στην ισχύ που καταναλώνεται από ηλεκτρονικές και ηλεκτρικές συσκευές όταν βρίσκονται σε κατάσταση αναμονής ή έχουν απενεργοποιηθεί.

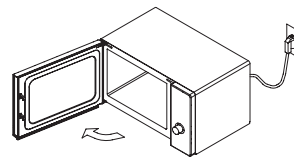
## Ενεργοποίηση της συσκευής ...



1. Συσκευή μη συνδεδεμένη στην παροχή.

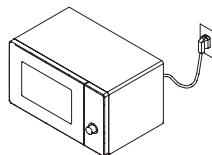


2. Συνδέστε το καλώδιο στην παροχή ρεύματος. Η οθόνη δε θα ενεργοποιηθεί ακόμα.

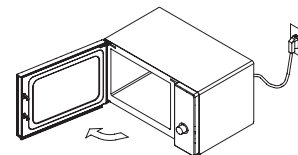


3. Ανοίξτε την πόρτα για να χρησιμοποιήσετε τον φούρνο. Η οθόνη θα ενεργοποιηθεί.

## Πως να ενεργοποιήσετε το φούρνο από την κατάσταση αναμονής ...



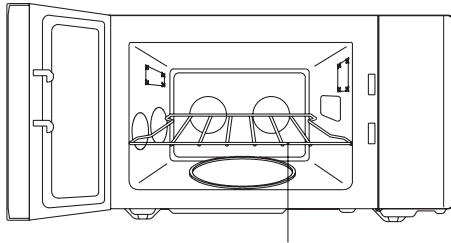
1. Ο φούρνος απενεργοποιείται αυτόματα 2 λεπτά αφού τελειώσει το μαγείρεμα αν δεν χρησιμοποιηθεί.



2. Ανοίξτε την πόρτα για να χρησιμοποιήσετε τον φούρνο. Η οθόνη θα ενεργοποιηθεί.

## ΣΧΑΡΑ ΦΟΥΡΝΟΥ

Όταν χρησιμοποιείτε τη σχάρα δεν πρέπει να αφαιρείτε τον περιστρεφόμενο δίσκο.  
Η σχάρα σας δίνει επιπλέον χώρο όταν μαγειρεύετε σε παρισσότερα δοχεία ταυτόχρονα. (Δείτε την εικόνα παρακάτω)



ΣΧΑΡΑ ΦΟΥΡΝΟΥ

Μη βάζετε το φούρνο σε λειτουργία χωρίς φαγητό στη σχάρα για να αποφύγετε τον κίνδυνο φωτιάς ή τον κίνδυνο να λυγίσει. Όταν δεν χρησιμοποιείτε τη σχάρα να την αφαιρείτε από το εσωτερικό του φούρνου.

1. Μη χρησιμοποιείτε τον φούρνο με τη σχάρα τοποθετημένη στο κάτω μέρος του φούρνου. Μπορεί να προκληθεί ζημιά στο φούρνο.
2. Μη χρησιμοποιείτε πυροκεραμικά σκεύη στη σχάρα γιατί μπορεί να υπερθερμανθούν.
3. Χρησιμοποιήστε γάντια φούρνου για να πιάσετε τη σχάρα μετά το μαγείρεμα. Μπορεί να είναι καυτή.
4. Μη χρησιμοποιείτε τη σχάρα για να φτιάξετε ποπ κορν ή φαγητά με μικρό πάχος, πχ πίτσα ή πίτες.
5. Αν θέλετε να μαγειρέψετε 2 φαγητά ταυτόχρονα, καλύτερα να τα μαγειρέψετε ακόμα μια φορά με βάση τον προτεινόμενο χρόνο. Μετά την πρώτη φορά αλλάξτε τη θέση τους.
6. Πριν φάτε το φαγητό, ανακατέψτε το καλά.
7. Βεβαιωθείτε ότι η σχάρα έχει τοποθετηθεί σωστά μέσα στις εγκοπές. Μην την τοποθετείτε πάνω στις εγκοπές.

# ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΕΣ

## ΜΑΓΕΙΡΕΜΑ ΜΕ ΜΙΚΡΟΚΥΜΑΤΑ

Αυτή η λειτουργία σας επιτρέπει να μαγειρέψετε φαγητό με την ενέργεια των μικροκυμάτων. Μπορείτε να ρυθμίσετε την ισχύ των μικροκυμάτων από 100% μέχρι 0% .

Ισχύς

1. Βάλτε το φαγητό στο φούρνο και κλείστε την πόρτα.
2. Πατήστε τα κουμπιά ισχύος για να ρυθμίσετε την ισχύ.

**ΣΗΜΕΙΩΣΗ:** αν παραλείψετε αυτό το βήμα, ο φούρνος θα λειτουργεί στη μέγιστη ισχύ.

3. Πατήστε τα κουμπιά χρόνου για να ρυθμίσετε το χρόνο μαγειρέματος.

**ΣΗΜΕΙΩΣΗ:** Μπορείτε να ρυθμίσετε χρόνο μέχρι και 59 λεπτά και 90 δευτερόλεπτα

Start

4. Πατήστε το κουμπί έναρξης.  
Όταν ο χρόνος μαγειρέματος παρέλθει θα ακούσετε 3 μπιπ.

**NOTE:** Η χρήση χαμηλής ισχύος αυξάνει το χρόνο μαγειρέματος κάτι που προτείνεται για φαγητό όπως τυρί, γάλα και για αργό μαγείρεμα κρέατος.

## +30 sec

Αυτή η ρύθμιση σας επιτρέπει να επαναζεστάνετε για 30 δευτερόλεπτα στη μέγιστη ισχύ, απλώς με το πάτημα του κουμπιού +30 sec. Αν πατήσετε επαναλαμβανόμενα αυτό το κουμπί, μπορείτε να επιμηκύνετε το χρόνο μέχρι τα 5 λεπτά (με αύξηση κάθε φορά κατά 30 δευτερόλεπτα).

Start/+30sec

1. Πατήστε το κουμπί +30 sec.  
Όταν πατάτε αυτό το κουμπί, στην οθόνη εμφανίζεται ":30". Μετά από 1.5 δευτερόλεπτο ο φούρνος ξεκινάει να λειτουργεί.

## ΑΥΤΟΜΑΤΟΣ ΜΑΓΕΙΡΑΣ

Ο ΑΥΤΟΜΑΤΟΣ ΜΑΓΕΙΡΑΣ σας επιτρέπει να μαγειρεύετε τα αγαπημένα σας φαγητά

1. Βάλτε το φαγητό στο φούρνο και κλείστε την πόρτα.

ΑΥΤΟΜΑΤΟΣ  
ΜΑΓΕΙΡΑΣ

2. Πατήστε τα κουμπιά του αυτόματου μάγειρα και επιλέξτε το ν επιθυμητό τρόπο μαγειρέματος.

ΕΝΑΡΞΗ

3. Πατήστε το κουμπί 'Εναρξης.  
Όταν ο χρόνος μαγειρέματος παρέλθει, θα ακούσετε 3 μπιπ.

NO	Μενού	Οθόνη	Ποσότητα	Οδηγίες
1	Ψωμί	AC-1	4 τμχ. μερίδα περ.30g)	• Τοποθετήστε μια χ/πετσέτα στο κέντρο του φούρνου. • Τοποθετήστε το ψωμί στο κέντρο της χ/πετσέτας
2	Σούπα	AC-2	350g	• Βάλτε τη σούπα σε ένα κατάλληλο σκεύος • Καλύψτε τη σούπα με πλαστική μεμβράνη. Βάλτε το σκεύος στον φούρνο. • κατά την διάρκεια του μαγειρέματος, ανακατέψτε καλά. Αφήστε το για 1-2 λεπτά..
3	Ψηγές Πατάτες	AC-3	3 ea (ea./ 180-220g)	• Επιλέξτε μεσαίου μεγέθους πατάτες 180 -220g. • Πλύνετε και στεγνώστε τις πατάτες. Τρυπήστε τις αρκετές φορές με ένα πηρούνι. • Τοποθετήστε τις στο φούρνο. • Μετά το μεναιρέμα αφήστε τις για 5 λεπτά.
4	Φρέσκα Λαχανικά	AC-4	250g	• Πλύνετε, /κοψτε και τοποθετήστε τα λαχανικά σε κατάλληλο σκεύος. • Προσθέστε 2 κουταλιές νερό. • Καλύψτε με διαφανή μεμβράνη με ανοίγματα. • Μετά το μαγείρεμα ανακατέψτε για 3-4 δευτ. Κρατήστε τα καλυμμένα για περίπου 2 λεπτά
5	Κατεψυγμένα Λαχανικά	AC-5	300g	• Τοποθετήστε τα σε κατάλληλο σκεύος. • Προσθέστε 2 κουταλιές νερό. • Καλύψτε με διαφανή μεμβράνη με ανοίγματα. • Μετά το μαγείρεμα ανακατέψτε για 3-4 δευτ. Κρατήστε τα καλυμμένα για περίπου 2 λεπτά

## ΕΠΑΝΑΖΕΣΤΑΜΑ

Αυτή η λειτουργία σας επιτρέπει να ξαναζεσταίνετε τα αγαπημένα σας φαγητά

1. Βάλτε το φαγητό στο φούρνο και κλείστε την πόρτα.

Επαναζέσταμα

2. Πατήστε τα αντίστοιχα κουμπιά για να επιλέξετε το κατάλληλο μενού επαναζεστάματος.

ΕΝΑΡΞΗ

3. Πατήστε το κουμπί 'Εναρξης.  
Όταν ο χρόνος μαγειρέματος παρέλθει, θα ακούσετε 3 μπιπ.

NO	Μενού	Οθόνη	Ποσότητα	Οδηγίες
1	Ποτά	rE-1	1 κούπα (200ml)	• Βάλτε το ποτό σε κατάλληλο σκεύος και αφήστε το χωρίς κάλυμμα • Τοποθετήστε το στο κέντρο του φούρνου. • Κατά την διάρκεια του μαγειρέματος, ανακατέψτε καλά. Αφήστε το για 1-2 λεπτά.(ΠΡΟΣΟΧΗ! Το υγρό θα είναι καυτό! Κάποιες φορές υγρά που ζεσταίνονται σε κυλινδρικά δοχεία, χύνονται όταν το δοχείο μετακινήθει)
2	Μακαρόνια	rE-2	1 μερίδα	• Τοποθετήστε τα μακαρόνια και το ζεστό νερό με λίγο αλάτι σε ένα μεγάλο και βαθύ σκεύος κατάλληλο για τον φούρνο. • Μην καλύψετε. Ανακατέψτε τουλάχιστον 2 φορές κατά τη διάρκεια, για να μην κολλήσουν *Μακαρόνια 50g + Βραστό νερό 200g *
3	Κατεψυγμένη πτίσα	rE-3	200g	• Αυτή η λειτουργία είναι για να ζεσταίνετε παγωμένη πτίσα. • Τοποθετήστε την παγωμένη πτίσα σε πιάτο στο κέντρο του φούρνου. Μην καλύψετε.

## ΑΠΟΨΥΞΗ

Αυτή η λειτουργία σας επιτρέπει να αποψύξετε φαγητό.

### Απόψυξη

1. Βάλτε το φαγητό στο φούρνο και κλείστε την πόρτα.
2. Πατήστε το κουμπί Defrost για να επιλέξετε το κατάλληλο μενού.
3. Πατήστε τα νούμερα για να εισάγετε βάρος φαγητού

### Έναρξη

4. Πατήστε το κουμπί Έναρξης.  
Κάθε φορά που το φαγητό χρειάζεται να αλλάξει θέση ακούγεται ένα ηχητικό σήμα. Όταν ο χρόνος παρέλθει θα ακούσετε 3 μπιπ.

NO	Μενού	Θόνη	Βάρος	Directions
1	Κρέας	dF-1	100g ~ 1500g	<ul style="list-style-type: none"><li>• Μοσχαρίσιος κιμάς, μπριζόλα, φιλέτο, ρολό, παιδάκια και διάφορα άλλα μέρη από κρέας.</li><li>• Γυρίστε το φαγητό όταν ακούσετε το σήμα.</li><li>• Αφού τελειώσετε αφήστε το για 10-15 λεπτά.</li></ul>
2	Πουλερικά	dF-2	100g ~ 1500g	<ul style="list-style-type: none"><li>• Ολόκληρο κοτόπουλο, στήθος, μπούτια, κομμάτια γαλοπούλας κ.α.</li><li>• Γυρίστε το φαγητό όταν ακούσετε το σήμα</li><li>• Αφού τελειώσετε αφήστε το για 25-30 λεπτά</li></ul>
3	Ψάρι	dF-3	100g ~ 800g	<ul style="list-style-type: none"><li>• Φιλέτο, ολόκληρο ψάρι, θαλασσινά κ.α.</li><li>• Γυρίστε το φαγητό όταν ακούσετε το σήμα.</li><li>• Αφού τελειώσετε αφήστε το για 10-20 λεπτά</li></ul>
4	Παγωμένο Ψωμί	dF-4	100g ~ 500g	<ul style="list-style-type: none"><li>• Κομμένες φέτες, ψωμάκια, μπαγκαέτα κτλ.</li><li>• ΤΤοποθετήστε ξεχωριστά τις φέτες σε χαρτοπετσέτα ή επίπεδο πιάτο</li><li>• Αφού τελειώσετε αφήστε το για 1-2 λεπτά</li></ul>

## ΣΥΝΤΟΜΗ ΑΠΟΨΥΞΗ

Αυτή η λειτουργία σας επιτρέπει να αποψύξετε κρέας σε πιο σύντομο χρονικό διάστημα.

### Σύντομη απόψυξη

1. Βάλτε το φαγητό στο φούρνο και κλείστε την πόρτα.
2. Πατήστε το κουμπί Quick Defrost.
3. Πατήστε τα νούμερα για να εισάγετε βάρος φαγητού

### Έναρξη

4. Πατήστε το κουμπί Έναρξης.  
Κάθε φορά που το φαγητό χρειάζεται να αλλάξει θέση ακούγεται ένα ηχητικό σήμα. Όταν ο χρόνος παρέλθει θα ακούσετε 3 μπιπ.

NO	Μενού	Θόνη	Βάρος	Οδηγίες
1	Κρέας	0	100g ~ 1000g	<ul style="list-style-type: none"><li>• Ο φούρνος έχει τη λειτουργία σύντομης απόψυξης ΜΟΝΟ ΓΙΑ ΚΡΕΑΣ..</li><li>• Γυρίστε το φαγητό όταν ακούσετε το σήμα.</li><li>• Αφού τελειώσετε αφήστε το για 5-15 λεπτά</li></ul>

## ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΣ ΜΕ ΑΤΜΟ

Αυτή η λειτουργία σας επιτρέπει να καθαρίζετε το εσωτερικό του φούρνου

Καθαρισμός  
με ατμό

Έναρξη

1. Τοποθετήστε περίπου 200ml νερό σε μια κούπα στο κέντρο του φούρνου μικροκυμάτων και κλείστε την πόρτα
2. Πατήστε τα αντίστοιχα κουμπιά
3. Πατήστε το κουμπί Έναρξη.  
Ο φούρνος ξεκινάει να λειτουργεί για περίπου 15 λεπτά
4. Η οθόνη γράφει "door" και "οΡΕη" όταν η λειτουργία αυτή τελειώσει.
5. Ανοίξτε την πόρτα και σκουπίστε το εσωτερικό με ένα στεγνό πανί.

### ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ

Ο φούρνος είναι καυτός μετά από αυτή τη διαδικασία. Χρησιμοποιήστε ένα γάντι φούρνου για να πιάσετε φαγητό ή άλλα αξεσουάρ. Μη τοποθετείτε το νερό σε μπουκάλια με λεπτό στόμιο. Ακόμα και αν το μπουκάλι είναι ανοιχτό, μπορεί να υπάρξει πίεση. αυτό μπορεί να οδηγήσει σε έκρηξη και πιθανό τραυματισμό. Να είστε προσεκτικοί όταν ανοίγετε την πόρτα για να καθαρίσετε. Ο καυτός ατμός μπορεί να προκαλέσει έγκαυμα. Αν μπορείτε, περιμένετε λίγο αφού τελειώσει η διαδικασία.

## ΖΕΣΤΑΜΑ ΠΙΑΤΩΝ

1. Τοποθετήστε τα πιάτα στο φούρνο μικροκυμάτων και κλείστε την πόρτα
2. Πατήστε το κουμπί για να επιλέξετε τον αριθμό πιάτων
3. Πατήστε την Έναρξη  
Όταν ο χρόνος παρέλθει θα ακούσετε 3 μπιπ.

Ζέσταμα  
πιάτων

Έναρξη

NO	Ζέσταμα πιάτων	Όθονη	Οδηγίες
1	1 πιάτο	1	Μόνο για ζέσταμα πιάτων
2	2 πιάτα	2	



## Διακοπή λειτουργίας ενώ ο φούρνος είναι σε λειτουργία

1. Πιέστε το πλήκτρο Press Stop/Clear.
  - Μπορείτε να βάλετε ξανά τον φούρνο σε λειτουργία με το πλήκτρο Start.
  - Πιέστε το πλήκτρο Stop/Clear ξανά για να ακυρώσετε το πρόγραμμα.
  - Πρέπει να επιλέξετε νέο πρόγραμμα λειτουργίας.
2. Ανοίξτε την πόρτα.
  - Μπορείτε να συνεχίσετε την λειτουργία του φούρνου κλείνοντας την πόρτα και πιέζοντας το πλήκτρο Start.

**ΣΗΜΕΙΩΣΗ:** Ο φούρνος σταματάει εάν ανοίξετε την πόρτα.

### ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ -

Εάν διαπιστώσετε σπινθηρισμό, πιέστε το πλήκτρο STOP/CLEAR και διορθώστε το πρόβλημα. Σπινθηρισμός είναι η δημιουργία σπινθήρων στο εσωτερικό της συσκευής και δημιουργείτε από τα εξής :

- α) Αλουμινόχαρτο ή κάτι μεταλλικό αγγίζει τα τοιχώματα της συσκευής.
- β) Το αλουμινόχαρτο δεν έχει το σχήμα του φαγητού (υπάρχουν ανασηκωμένες άκρες που λειτουργούν σαν κεραίες.
- γ) Υπάρχουν στο εσωτερικό της συσκευής μεταλλικά στοιχεία , όπως συνδετικά, καρφίτσες για πουλερικά ή πιάτα με χρυσο διάκοσμο.
- δ) Υπάρχουν στο εσωτερικό της συσκευής ανακυκλωμένα χαρτιά που περιέχουν ρινίσματα σιδήρου.

## ΠΡΙΝ ΑΠΕΥΘΥΝΘΕΙΤΕ ΣΤΟ ΣΕΡΒΙΣ

Ανατρέξτε στην παρακάτω λίστα μήπως μπορείτε να αποφύγετε μια περιττή κλήση για τεχνικό έλεγχο.

\*Η συσκευή δεν ξεκινά:

1. Ελέγξτε αν το καλώδιο τροφοδοσίας είναι καλά συνδεδεμένο.
2. Ελέγξτε αν η πόρτα έχει κλείσει καλά.
3. Ρυθμίστε το χρόνο μαγειρέματος.
4. Ελέγξτε αν έχει καεί κάποια ασφάλεια ή έπεσε ο γενικός διακόπτης

\* Υπάρχει σπινθηρισμός στο εσωτερικό:

1. Ελέγξτε τα σκεύη. Δεν πρέπει να χρησιμοποιούνται μεταλλικά δοχεία ή σκεύη με μεταλλική διακόσμηση.
2. Ελέγξτε αν οι μεταλλικές σούβλες ή τα ελάσματα ακουμπούν στα εσωτερικά τοιχώματα.

Εάν εξακολουθεί να υπάρχει πρόβλημα, επικοινωνήστε με το σταθμό τεχνικής εξυπηρέτησης. Μια λίστα τέτοιων σταθμών συνοδεύει τη συσκευή.

**ΜΗΝ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΤΕ ΝΑ ΕΠΙΣΚΕΥΑΣΕΤΕ ΜΟΝΟΙ ΣΑΣ ΤΟΝ ΦΟΥΡΝΟ**

## ΦΡΟΝΤΙΔΑ ΤΟΥ ΦΟΥΡΝΟΥ ΜΙΚΡΟΚΥΜΑΤΩΝ ΣΑΣ

Η συσκευή πρέπει να καθαρίζεται τακτικά και να απομακρύνονται τα υπολείμματα των τροφών. Εάν η συσκευή δεν διατηρείται καθαρή, θα φθαρεί η επιφάνεια της και θα επηρεαστεί αρνητικά η διάρκεια ζωής της, και ενδέχεται να προκαλέσει κίνδυνο.

1. Σβήστε τη συσκευή για να την καθαρίσετε.
2. Διατηρείτε το εσωτερικό του φούρνου καθαρό. Στην περίπτωση που το φαγητό πιτσιλίζει τα τοιχώματα του φούρνου, καθαρίστε τον με ένα νοτισμένο πανί. Εάν τα τοιχώματα είναι πολύ λερωμένα μπορείτε να τα καθαρίσετε με ένα ήπιο απορρυπαντικό. Δεν συνιστάται η χρήση ισχυρών απορρυπαντικών ή διαβρωτικών υγρών.
3. Η εξωτερική επιφάνεια του φούρνου πρέπει να καθαρίζεται με σαπούνι και νερό και να στεγνώνεται με ένα μαλακό πανί. Για να αποτρέψετε ενδεχόμενη καταστροφή των εσωτερικών εξαρτημάτων του φούρνου, φροντίστε να μην μπαίνει νερό στα ανοίγματα εξαερισμού.
4. Σε περίπτωση που βραχεί ο πίνακας ελέγχου, καθαρίστε τον με ένα μαλακό, στεγνό πανί. Δεν συνιστάται η χρήση ισχυρών απορρυπαντικών ή διαβρωτικών υγρών στον πίνακα ελέγχου.
5. Εάν συσσωρευτεί ατμός στο εσωτερικό ή γύρω από την πόρτα του φούρνου, σκουπίστε τον με ένα μαλακό πανί. Αυτό μπορεί να συμβεί όταν ο φούρνος λειτουργεί σε περιβάλλον με πολύ υγρασία και δεν συνιστά σε καμία περίπτωση πρόβλημα της συσκευής.
6. Είναι απαραίτητο να αφαιρείτε τακτικά το γυάλινο δίσκο για να τον καθαρίσετε. Πλύνετε το δίσκο σε ζεστό νερό με σαπουνάδα ή πλυντήριο πιάτων.
7. Η βάση περιστροφής και ο πυθμένας του εσωτερικού πρέπει να καθαρίζονται τακτικά για την αποφυγή υπερβολικού θορύβου. Η βάση περιστροφής και ο πυθμένας του εσωτερικού πρέπει να καθαρίζονται τακτικά για την αποφυγή του υπερβολικού θορύβου. Η βάση περιστροφής μπορεί να πλυθεί με νερό που περιέχει ήπιο απορρυπαντικό.

## ΣΗΜΕΙΩΣΗ ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΗΝ ΑΝΑΚΥΚΛΩΣΗ



Το προϊόν που αγοράσατε έχει σχεδιαστεί και κατασκευαστεί με υλικά υψηλών προδιαγραφών και εξαρτήματα που μπορούν να ανακυκλωθούν και να ξαναχρησιμοποιηθούν. Το σύμβολο υποδεικνύει ότι οι ηλεκτρικές και ηλεκτρονικές συσκευές, στο τέλος της ζωής τους, θα πρέπει να μεταφέρονται σε ειδικούς χώρους απορριμμάτων, ξεχωριστά από τα σκουπίδια του σπιτιού μας. Παρακαλούμε, ρωτήστε τον τοπικό σας δήμο για τον χώρο απόρριψης ηλεκτρικών και ηλεκτρονικών συσκευών ή για τοποθεσία απόρριψης συσκευών προς ανακύκλωση. Στις χώρες της Ευρωπαϊκής Ένωσης, υπάρχουν σημεία συγκέντρωσης χρησιμοποιημένων ηλεκτρικών και ηλεκτρονικών συσκευών. Παρακαλούμε, βοηθήστε μας να προστατέψουμε το περιβάλλον που ζούμε!

## ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ ΚΑΙ ΑΠΑΝΤΗΣΕΙΣ

- \* Ε: Ενεργοποίησα κατά λάθος τη συσκευή ενώ ήταν άδεια. Έπαθε βλάβη;**  
Α: Εάν η συσκευή λειτουργήσει άδεια για λίγο δεν παθαίνει βλάβη. Ωστόσο, δεν συνιστάται.
- \* Ε: Μπορεί η συσκευή να χρησιμοποιηθεί χωρίς το δίσκο ή τη βάση της περιστροφής;**  
Α: Όχι. Τόσο ο γυάλινος δίσκος όσο και η βάση περιστροφής είναι απαραίτητα όταν λειτουργείτε τη συσκευή.
- \* Ε: Μπορώ να ανοίξω την πόρτα όταν η συσκευή λειτουργεί;**  
Α: Η πόρτα μπορεί να ανοίξει σε οποιαδήποτε στιγμή κατά τη διάρκεια του μαγειρέματος. Η μικροκυματική ακτινοβολία διακόπτεται αμέσως και η ρύθμιση του χρόνου διατηρείται μέχρι να κλείσει η πόρτα.
- \* Ε: Γιατί υπάρχει υγρασία μέσα στο φούρνο μετά το μαγείρεμα;**  
Α: Η υγρασία στα πλαϊνά τοιχώματα του φούρνου είναι φυσιολογική. Προκαλείται από τον ατμό που εξέρχεται από το φαγητό που μαγειρεύεται και πέφτει πάνω στην ψυχή επιφάνεια του φούρνου.
- \* Ε: Περνάει η μικροκυματική ακτινοβολία από το παράθυρο της πόρτας;**  
Α: Όχι. Η μεταλλική οθόνη ανακλά την ακτινοβολία πίσω στην κοιλότητα της συσκευής. Οι σπές υπάρχουν για να αφήνουν το φως να περνάει. Δεν αφήνουν τη μικροκυματική ακτινοβολία να περνάει.
- \* Ε: Γιατί αυτά μερικές φορές σκάνε;**  
Α: Ο χρόνος αναμονής είναι πολύ σημαντικός. Όταν μαγειρεύετε με μικροκύματα, η θερμότητα πηγαίνει στο φαγητό, όχι στο φούρνο. Πολλά φαγητά δημιουργούν αρκετή εσωτερική θερμοκρασία ώστε να συνεχίζεται το μαγείρεμα ακόμα και μετά την απομάκρυνση τους από το φούρνο. Ο χρόνος αναμονής για κότσια ή κρέας, μεγάλα λαχανικά και κέικ επιτρέπει στο εσωτερικό να ψηθεί τελείως, χωρίς να παραμυθεί το εξωτερικό.
- \* Ε: Τι σημαίνει "χρόνος αναμονής";**  
Α: Ο χρόνος αναμονής σημαίνει ότι το φαγητό βγαίνει από το φούρνο, σκεπάζεται και

μένει για λίγο για να ολοκληρωθεί το ψήσιμο. Έτσι ο φούρνος ελευθερώνεται για το μαγείρεμα άλλου φαγητού.

- \* Ε: Γιατί ο φούρνος μου δεν ψήνει πάντα τόσο γρήγορα όσο λέει ο οδηγός μαγειρέματος με μικροκύματα;**  
Α: Ελέγξτε ξανά τον οδηγό, για να βεβαιωθείτε ότι έχετε ακολουθήσει πιστά τις οδηγίες και για να δείτε τι μπορεί να προκαλεί διακυμάνσεις στο χρόνο μαγειρέματος. Οι χρόνοι και οι ρυθμίσεις θερμοκρασίας του οδηγού μαγειρέματος είναι προτάσεις που βοηθούν να μην παραμυθεί το φαγητό. Το πιο συνηθισμένο πρόβλημα είναι η εξοικειώσή σας με το φούρνο μικροκυμάτων. Οι διακυμάνσεις στο μέγεθος, στο σχήμα, στο βάρος και στις διαστάσεις απαιτούν μεγαλύτερο χρόνο μαγειρέματος. Μαζί με τις προτάσεις του οδηγού, χρησιμοποιήστε την κρίση σας για να ελέγξετε αν το φαγητό έχει ψηθεί καλά, όπως θα κάνατε και με έναν συμβατικό φούρνο.
- \* Ε: Θα πάθει βλάβη η συσκευή αν λειτουργήσει άδεια;**  
Α: Ναι. Δεν πρέπει να λειτουργεί ποτέ άδεια.
- \* Ε: Μπορώ να λειτουργήσω τη συσκευή χωρίς τον περιστρεφόμενο δίσκο ή να τον αναποδογυρίσω για να βάλω πάνω του μεγαλύτερο πιάτο;**  
Α: Όχι. Αν αφαιρέσετε ή αναποδογυρίσετε τον περιστρεφόμενο δίσκο, θα έχετε φτωχά αποτελέσματα. Τα πιάτα που χρησιμοποιείτε στη συσκευή πρέπει να ταιριάζουν στον περιστρεφόμενο δίσκο.
- \* Ε: Είναι φυσιολογικό να περιστρέφεται ο δίσκος και προς τις δύο κατευθύνσεις;**  
Α: Ναι. Ο δίσκος περιστρέφεται δεξιόστροφα ή αριστερόστροφα, ανάλογα με την περιστροφή του κινητήρα κατά την εκκίνηση του κύκλου μαγειρέματος.
- \* Ε: Μπορώ να φτιάξω ποπ κορν στο φούρνο μικροκυμάτων;**  
Α: Ναι. Φτιάξτε ποπ κορν σε συσκευασία κατάλληλη για μικροκυματικό, ακολουθώντας τις οδηγίες του κατασκευαστή. Μην χρησιμοποιείτε κοινές χαρτοσακούλες. Κάντε το "ακουστικό τεστ" διακόπτοντας τη λειτουργία της συσκευής όταν ο ήχος από τους σπόρους που σκάνε επιβραδύνεται σε ένα "ποπ" κάθε 1 ή 2 δευτερόλεπτα. Μην ξαναψήνετε τους σπόρους που δεν έσκασαν. Μην φτιάχνετε τα ποπ κορν σε γυάλινα σκεύη.

# ΟΔΗΓΙΕΣ ΜΑΓΕΙΡΕΜΑΤΟΣ

## Οδηγίες για τα μαγειρικά σκεύη

Χρησιμοποιήστε μόνο μαγειρικά σκεύη που είναι κατάλληλα για χρήση σε φούρνους μικροκυμάτων. Για να μαγειρέψετε ένα φαγητό στο φούρνο μικροκυμάτων, τα μικροκύματα πρέπει να μπορούν να διαπεράσουν το φαγητό, χωρίς να αντανακλώνονται ή να απορροφώνται από το σκεύος που χρησιμοποιείτε. Συνεπώς, χρειάζεται προσοχή κατά την επιλογή του σκεύους. Αν το σκεύος φέρει σήμανση ότι είναι ασφαλές για χρήση σε φούρνο μικροκυμάτων, δεν χρειάζεται να ανησυχείτε. Ο παρακάτω πίνακας παραθέτει διάφορα σκεύη και υλικά που μπορείτε να χρησιμοποιήσετε στο φούρνο μικροκυμάτων.

Σκεύος	Ασφάλεια	Σχόλια
<b>Αλουμινόχαρτο</b>	▲	Μπορεί να χρησιμοποιηθεί σε μικρές ποσότητες για να προστατέψει από υπερβολικό ψήσιμο. Ενδέχεται να προκληθεί σπινθήρας αν είναι πολύ κοντά στο πλαίσιο του φούρνου ή να είναι σε μεγάλη ποσότητα.
<b>Πλάκα με παχιά κρούστα</b>	●	Μην την προθερμαίνετε περισσότερο από 8 λεπτά.
<b>Πορσελάνες και κεραμικά</b>	●	Οι πορσελάνες, τα κεραμικά και τα πήλινα είναι συνήθως κατάλληλα, εκτός αν έχουν μεταλλική διακόσμηση.
<b>Πολυεστερικά χάρτινα σκεύη μιας χρήσης</b>	●	Ορισμένα κατεψυγμένα τρόφιμα είναι συσκευασμένα σε τέτοια σκεύη.
<b>Συσκευασίες φαστ φουντ</b> • Πολυεστερικά δοχεία	●	Μπορούν να χρησιμοποιηθούν για το ζέσταμα φαγητού. Ο πολυεστέρας μπορεί να λιώσει αν παραζεσταθεί. Ενδέχεται να πιάσουν φωτιά.
• Χαρτοσακούλες ή εφημερίδες	×	Ενδέχεται να πιάσουν φωτιά.
• Ανακυκλωμένο χαρτί ή μέταλλο	×	Ενδέχεται να προκαλέσουν σπινθήρες.
<b>Γυάλινα σκεύη</b> • Σκεύη σερβιρίσματος	●	Κατάλληλα, εκτός αν έχουν μεταλλική διακόσμηση. Κατάλληλα για ζέσταμα φαγητών ή υγρών.
• Εύθραυστα γυάλινα σκεύη	●	Τα εύθραυστα μπορεί να σπάσουν αν ζεσταθούν απότομα.
• Γυάλινα Βάζα	●	Πρέπει να βγάξετε το καπάκι. Κατάλληλα μόνο για ζέσταμα.

Σκεύος	Ασφάλεια	Σχόλια
<b>Μεταλλικά</b> • Σκεύη • Ελάσματα σε σακούλες	×	Ενδέχεται να προκαλέσουν σπινθήρες ή φωτιά.
<b>Χάρτινα</b> • Πιάτα, φλιτζάνια, χαρτοπετσέτες • Ανακυκλωμένο χαρτί	●  ×	Για σύντομους χρόνους μαγειρέματος και ζεστάματος. Επίσης, για να και απορροφούν την υπερβολική υγρασία. Ενδέχεται να προκαλέσουν σπινθήρες.
<b>Πλαστικά</b> • Δοχεία  • Μεμβράνες τυλίγματος  • Σακούλες κατάψυξης	●  ●  ▲	Κατάλληλα, ιδιαίτερα αν είναι θερμοανθεκτικά. Ορισμένα άλλα πλαστικά ενδέχεται να παραμορφωθούν ή να χάσουν το χρώμα τους. Μη χρησιμοποιείτε μελανίνες. Μπορούν να χρησιμοποιηθούν για να διατηρήσουν την υγρασία. Δεν πρέπει να έρχονται σε επαφή με το φαγητό. Προσέξτε όταν χρησιμοποιείτε τη μεμβράνη, γιατί θα βγει ατμός. Μόνο αν είναι κατάλληλες για μαγείρεμα. Δεν πρέπει να είναι αεροστεγείς. Τρυπήστε τις με ένα πηρούνι, αν χρειαστεί.
<b>Κηρόχαρτο ή λαδόκολλα</b>	●	Μπορούν να χρησιμοποιηθούν για να διατηρήσουν την υγρασία και να ε και να εμποδίσουν τη διαφυγή υγρών.

- : Προτείνονται για χρήση
  - ▲ : Περιορισμένη χρήση
  - ×
- × : Να μη χρησιμοποιούνται

# ΑΣΦΑΛΗΣ ΧΡΗΣΗ ΤΟΥ ΦΟΥΡΝΟΥ ΜΙΚΡΟΚΥΜΑΤΩΝ

## Γενική χρήση

Μην πειράζετε και μην καταστρέψετε τις διατάξεις ασφάλισης. Μην τοποθετείτε αντικείμενα ανάμεσα στην πόρτα και στο μπροστινό της πλαίσιο και μην αφήνετε να συσσωρεύεται βρωμιά στις στεγανωτικές επιφάνειες. Καθαρίστε με ήπιο απορρυπαντικό, ξεπλύντε και σκουπίστε. Μην χρησιμοποιείτε λειαντικά καθαριστικά ή σφουγγαράκια. Η πόρτα δεν πρέπει να δέχεται πίεση ή βάρος, όπως για παράδειγμα ένα παιδί που κρέμεται από την ανοιχτή πόρτα. Αυτό θα μπορούσε να προκαλέσει πτώση της συσκευής και να οδηγήσει σε τραυματισμό ή ζημιά στο φούρνο. Μην λειτουργείτε το φούρνο στην περίπτωση που τα στεγανωτικά παρεμβύσματα είναι φθαρμένα, η πόρτα είναι λυγισμένη και οι μεντεσέδες και τα μάνδαλα είναι σπασμένα. Μην λειτουργείτε το φούρνο όταν είναι άδειος. Αυτό θα καταστρέψει τη συσκευή. Μην επιχειρείτε να στεγνώσετε ρούχα, εφημερίδες ή άλλα υλικά στο φούρνο. Ενδέχεται να εκδηλωθεί πυρκαγιά. Μην χρησιμοποιείτε προϊόντα από ανακυκλωμένο χαρτί επειδή μπορεί να περιέχουν συστατικά που μπορεί να προκαλέσουν σπινθήρες ή πυρκαγιά. Μην χτυπάτε τον πίνακα ελέγχου με σκληρά αντικείμενα. Αυτό μπορεί να καταστρέψει το φούρνο.

## Φαγητό

Μην χρησιμοποιείτε τη συσκευή για κονσερβοποίηση. Ο φούρνος δεν είναι σχεδιασμένος για αυτό το σκοπό. Τα φαγητά που δεν έχουν κονσερβοποιηθεί σωστά μπορεί να χαλάσουν και να γίνουν ακατάλληλα για κατανάλωση. Να χρησιμοποιείτε πάντα τον ελάχιστο χρόνο μαγειρέματος που υποδεικνύεται στις συνταγές. Είναι καλύτερα να βγάλετε το φαγητό πριν από τον κατάλληλο χρόνο μαγειρέματος παρά μετά. Τα φαγητά που δεν έχουν μαγειρευτεί καλά μπορείτε να τα ξαναβάλετε στο φούρνο για να συνεχίσετε το μαγείρεμα. Εάν όμως τα έχετε μαγειρέψει περισσότερο χρόνο από αυτόν που χρειάζονται τότε δεν μπορείτε να κάνετε τίποτα. Να ζεσταίνετε με προσοχή μικρές ποσότητες τροφίμων που περιέχουν λίγα υγρά. Αυτά μπορεί να στεγνώσουν, να καούν ή να πιάσουν φωτιά γρήγορα. Μην ζεσταίνετε αυγά με το κέλυφος τους. Μπορεί να δημιουργηθεί πίεση στο εσωτερικό και να εκραγούν. Οι πατάτες, τα μήλα, οι κρόκοι αυγών και τα λουκάνικα είναι παραδείγματα τροφίμων με μη πορώδη φλοιό. Τα τρόφιμα αυτά πρέπει να τρυπηθούν με πιρούνι για να μην εκραγούν. Μην επιχειρείτε να

τηγανίσετε λίπος στο φούρνο. Να αφήνετε πάντα χρόνο αναμονής 20 δευτ. μετά το σβήσιμο του φούρνου για να μειωθεί η θερμοκρασία στο εσωτερικό του, ανακατεύετε το φαγητό κατά το ζέσταμα, αν είναι απαραίτητο και να το ανακατεύετε ΠΑΝΤΑ μετά το ζέσταμα. Για να αποφύγετε ενδεχόμενη έκρηξη λόγω βρασμού, και πιθανό ζεμάσιμα πρέπει να βάλετε ένα κουτάλι ή γυάλινο ραβδί μέσα στο υγρό και να ανακατέψετε πριν, κατά τη διάρκεια και μετά τη θέρμανση. Κατά την παρασκευή ποπ κορν μην αφήνετε το φούρνο χωρίς επίβλεψη. Μην παρασκευάζετε ποπ κορν μέσα σε πλαστική σακούλα αν δεν είναι κατάλληλη για φούρνο μικροκυμάτων. Οι σπόροι μπορεί να υπερθερμανθούν και να σκάσουν. Μην τοποθετείτε πλαστικές σακούλες με ποπ κορν απευθείας επάνω στο δίσκο του φούρνου. Τοποθετήστε το επάνω σε ένα πυρίμαχο γυάλινο σκεύος ή μια κεραμική πιατέλα για να αποφύγετε την υπερθέρμανση και το ράγιγμα του δίσκου. Μην υπερβείτε το χρόνο παρασκευής ποπ κορν που συνιστάται από τον κατασκευαστή. Να αφήσετε περισσότερο δεν θα φταχτεί περισσότερο ποπ κορν και υπάρχει κίνδυνος καψαλισματος και φωτιάς. Να θυμάστε ότι η σακούλα του ποπ κορν και ο δίσκος μπορεί να είναι πάρα πολύ ζεστοί για να τους πιάσετε. Πιάστε τα με προσοχή και χρησιμοποιείστε πιαστράκια ή γάντια κουζίνας.

## ΣΠΙΝΘΗΡΙΣΜΟΣ

*Εάν διαπιστώσετε σπινθηρισμό, περιστρέψτε το χρονοδιακόπτη στη θέση "0" και διαρθρώστε το πρόβλημα.*

Σπινθηρισμός είναι η δημιουργία σπινθήρων στο εσωτερικό της συσκευής.

Ο σπινθηρισμός δημιουργείται από τα εξής:

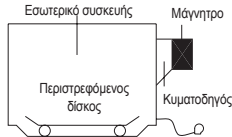
- Το αλουμινοχαρτό ή κάτι μεταλλικό αγγίζει τα τοιχώματα της συσκευής.
- Το αλουμινοχαρτό δεν έχει το σχήμα του φαγητού (υπάρχουν ανασηκωμένες άκρες που λειτουργούν σαν κεραίες).
- Υπάρχουν στο εσωτερικό της συσκευής μεταλλικά στοιχεία, όπως συνδετικά, καρφίτσες για τα πουλερικά ή πιάτα με χρυσό διάκοσμο.
- Υπάρχουν στο εσωτερικό της συσκευής ανακυκλωμένα χαρτιά που περιέχουν ρινίσματα μετάλλου.

# ΑΡΧΕΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ ΜΙΚΡΟΚΥΜΑΤΩΝ

Η ενέργεια μικροκυμάτων έχει χρησιμοποιηθεί σε αυτή τη χώρα για το μαγειρέμα και το ξαναζέσταμα τροφίμων από την εποχή των πειραμάτων με PANTAP στις αρχές του Παγκοσμίου Πολέμου. Τα μικροκύματα υπάρχουν μόνιμα στην ατμόσφαιρα και προέρχονται τόσο από φυσικές όσο και από τεχνητές πηγές. Οι τεχνητές πηγές είναι τα ραντάρ, το ραδιόφωνο, η τηλεόραση, οι τηλεπικοινωνίες και τα τηλεφώνια των αυτοκινήτων.

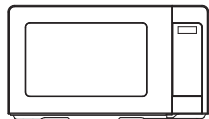
## ΤΡΟΠΟΣ ΜΑΓΕΙΡΕΜΑΤΟΣ ΜΕ ΜΙΚΡΟΚΥΜΑΤΑ

Ο φούρνος μικροκυμάτων είναι συσκευή Ομάδας 2 ISM, στην οποία η ενέργεια από ραδιοσυχνότητες παράγεται και χρησιμοποιείται σκόπιμα με τη μορφή ηλεκτρομαγνητικής ακτινοβολίας για την επεξεργασία υλικών. Η συσκευή αυτή είναι συσκευή κλάσης Β και είναι κατάλληλη για οικιακή χρήση και για κτήρια που είναι άμεσα συνδεδεμένα με δίκτυο παροχής ρεύματος χαμηλής τάσης, που τροφοδοτεί κτήρια που χρησιμοποιούνται ως οικίες.



Σε ένα φούρνο μικροκυμάτων, η ηλεκτρική ενέργεια μετατρέπεται σε μικροκύματα μέσω του ΜΑΓΝΗΤΡΟΥ.

### ▶ ΑΝΤΑΝΑΚΛΑΣΗ



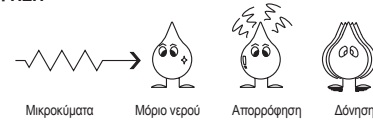
Τα μικροκύματα αναπηδούν μακριά από τα μεταλλικά τοιχώματα και το μεταλλικό πλέγμα της πόρτας.

### ▶ ΤΔΙΑΔΟΣΗ



Στη συνέχεια περνούν μέσα από τα δοχεία μαγειρέματος για να απορροφηθούν από τα μόρια του νερού στα τρόφιμα. Όλα τα τρόφιμα περιέχουν νερό σε μεγαλύτερο ή μικρότερο βαθμό.

### ▶ ΑΠΟΡΡΟΦΗΣΗ



Τα μικροκύματα προκαλούν δονήσεις στα μόρια του νερού με αποτέλεσμα την ΤΡΙΒΗ τους, δηλαδή τη δημιουργία ΘΕΡΜΑΝΣΗΣ. Αυτή η θέρμανση μαγειρεύει το φαγητό. Τα μικροκύματα προσελκύονται επίσης από τα σωματίδια λίπους και ζάχαρης, επομένως, τα τρόφιμα με υψηλή περιεκτικότητα σε αυτά τα στοιχεία θα μαγειρευτούν πιο γρήγορα. Τα μικροκύματα μπορούν να διεισδύσουν σε βάθος 4-5 εκατοστών και καθώς η θερμότητα διεισδύει μέσα στο φαγητό λόγω αγωγιμότητας, όπως και στον παραδοσιακό φούρνο, ο φούρνος ψήνει από μέσα προς τα έξω.

## ΔΙΑΓΡΑΜΜΑΤΑ ΜΕΤΑΤΡΟΠΗΣ

ΜΕΤΡΗΣΕΙΣ ΒΑΡΟΥΣ		ΜΕΤΡΗΣΕΙΣ ΟΓΚΟΥ		ΜΕΤΡΗΣΕΙΣ ΚΟΥΤΑΛΙΣ	
15 γρ.	½ oz.	30 ml	1 fl.oz.	1.25 ml	¼ κουτ. γλυκού
25 γρ.	1 oz.	100 ml	3 fl.oz.	2.5 ml	½ κουτ. γλυκού
50 γρ.	2 oz.	150 ml	5 fl.oz. (¼ pt)	5 ml	1 κουτ. γλυκού
100 γρ.	4 oz.	300 ml	10 fl.oz.	15 ml	1 κουτ. Σούπας
175 γρ.	6 oz.	600 ml	20 fl.oz. (1pt)		
225 γρ.	8 oz.				
450 γρ.	1 g.				

ΜΕΤΡΗΣΕΙΣ ΥΓΡΩΝ		
1 φλιτζάνι	= 8 fl.oz.	= 240 ml
1 Pint	= 16 fl.oz. (UK 20 fl.oz.)	= 480 ml (UK 560 ml)
1 Quart	= 32 fl.oz. (UK 40 fl.oz.)	= 960 ml (UK 1120 ml)
1 Gallon	= 128 fl.oz. (UK 160 fl.oz.)	= 3840 ml (UK 4500 ml)

# ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΜΑΓΕΙΡΕΜΑΤΟΣ

## ΧΡΟΝΟΣ ΑΝΑΜΟΝΗΣ

Τα φαγητά με πυκνή υφή, π.χ το κρέας, οι πατάτες με τη φλούδα και τα κέικ, χρειάζονται κάποιο χρόνο αναμονής (μέσα ή έξω από το φούρνο) μετά το μαγείρεμα, μέχρι να τελειώσει η διάδοση της θερμότητας ώστε να ψηθεί το κέντρο εντελώς. Κατά την αναμονή, να τυλίγετε το κότσι του κρέατος και τις αζεφλούδιστες πατάτες με αλουμινόχαρτο. Το κότσι χρειάζεται περίπου 10-15 λεπτά, οι αζεφλούδιστες πατάτες 5 λεπτά. Άλλα φαγητά όπως μια μερίδα γεύματος, τα λαχανικά, τα ψάρια κλπ. χρειάζονται 2-5 λεπτά αναμονή. Μετά το ξεπάγωμα του φαγητού, πρέπει επίσης να υπάρχει χρόνος αναμονής. Εάν το φαγητό δεν έχει ψηθεί καλά μετά το τέλος του χρόνου αναμονής, βάλτε το πάλι στο φούρνο και μαγειρέψτε το για λίγο ακόμα.

## ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΥΓΡΑΣΙΑΣ

Πολλές φρέσκιες τροφές όπως τα λαχανικά και τα φρούτα έχουν ποικίλο περιεχόμενο υγρασίας στις διάφορες εποχές, ιδίως οι αζεφλούδιστες πατάτες. Γι'αυτό, χρειάζεται να γίνεται η ανάλογη προσαρμογή του χρόνου μαγειρέματος. Τα ξηρά συστατικά, π.χ ρύζι, ζυμαρικά, μπορεί να ξεραθούν κατά την αποθήκευση, επομένως ο χρόνος μαγειρέματος να διαφέρει.

## ΠΥΚΝΟΤΗΤΑ

Τα πορώδη φαγητά με αραιή πυκνότητα ζεσταίνονται γρηγορότερα από αυτά με τη μεγάλη πυκνότητα.

## ΜΕΜΒΡΑΝΗ

Η μεμβράνη βοηθά στη διατήρηση της υγρασίας του φαγητού, και ο παγιδευμένος ατμός επιταχύνει το χρόνο μαγειρέματος. Πριν το μαγείρεμα, τρυπήστε τη μεμβράνη για να διαφύγει ο παραπανίσιος ατμός. Κατά την αφαίρεση της μεμβράνης από το φαγητό, να προσέχετε γιατί ο συσσωρευμένος ατμός είναι πολύ ζεστός.

## ΣΧΗΜΑ

Τα φαγητά με ομοιόμορφο σχήμα ψήνονται ομοιόμορφα. Το φαγητό μαγειρεύεται καλύτερα από τα μικροκόμματα όταν βρίσκεται σε στρογγυλό δοχείο, παρά σε τετράγωνο.

## ΧΩΡΟΣ

Το φαγητό ψήνεται γρηγορότερα και πιο ομοιόμορφα δεν είναι το ένα πάνω στο άλλο. ΜΗΝ βάζετε ποτέ τα φαγητά το ένα πάνω στο άλλο.

## ΑΡΧΙΚΗ ΘΕΡΜΟΚΡΑΣΙΑ

Όσο χαμηλότερη είναι η θερμοκρασία του φαγητού όταν μπαίνει στη συσκευή, τόσο περισσότερος χρόνος χρειάζεται για να ζεσταθεί. Το φαγητό που βρίσκεται σε θερμοκρασία δωματίου ζεσταίνεται πιο γρήγορα από το φαγητό που βγαίνει από το ψυγείο.

## ΥΓΡΑ

Όλα τα υγρά πρέπει να αναδεύονται πριν και κατά τη διάρκεια της θέρμανσης. Ειδικά το νερό ,πρέπει να αναδεύεται πριν και κατά τη διάρκεια της θέρμανσης του, για να αποφευχθεί έκρηξη. Μην θερμαίνετε υγρά που έχουν βράσει προηγουμένως. ΜΗΝ ΤΑ ΥΠΕΡΘΕΡΜΑΙΝΕΤΕ.

## ΓΥΡΙΣΜΑ & ΑΝΑΚΑΤΕΜΑ ΤΟΥ ΦΑΓΗΤΟΥ

Ορισμένα φαγητά χρειάζονται ανάδευση κατά το μαγείρεμα. Το κρέας και τα πουλερικά πρέπει να γυρίζονται στα μέσα του χρόνου μαγειρέματος.

## ΤΑΚΤΟΠΟΙΗΣΗ

Το φαγητό σε κομμάτια, π.χ μερίδες κοτόπουλου, πρέπει να τοποθετούνται σε πιάτο, έτσι ώστε τα πιο χοντρά μέρη να βρίσκονται προς τα έξω.

## ΠΟΣΟΤΗΤΑ

Οι μικρές ποσότητες μαγειρεύονται γρηγορότερα από τις μεγάλες. Επίσης, οι μικρές μερίδες ζεσταίνονται γρηγορότερα από τις μεγάλες.

## ΤΡΥΠΗΜΑ

Η πέτσα ή η φλούδα ορισμένων φαγητών προκαλεί συσσώρευση ατμού κατά το μαγείρεμα. Πρέπει να τρυπάτε αυτά τα φαγητά ή να αφαιρείτε τη πέτσα τους πριν το μαγείρεμα, ώστε να διαφύγει ο ατμός. Τα αυγά, οι πατάτες, τα μήλα, τα λουκάνικα κλπ. Χρειάζεται να τρυπηθούν πριν το μαγείρεμα. ΜΗΝ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΤΕ ΝΑ ΜΑΓΕΙΡΕΨΕΤΕ ΑΥΓΑ ΜΕ ΤΟ ΤΣΟΦΛΙ.

## ΣΚΕΠΑΣΜΑ

Να σκεπάζετε τα φαγητά με μεμβράνη κατάλληλη για μικροκυματικό ή με καπάκι. Να σκεπάζετε τα ψάρια, τα λαχανικά, τα κοκκινιστά, τις σούπες, Μην σκεπάζετε τα κέικ, τις σάλτσες, τις αζεφλούδιστες πατάτες ή τα γλυκίσματα.

# ΟΔΗΓΟΣ ΓΙΑ ΤΟ ΞΕΠΑΓΩΜΑ

- ▶ Μην ξεπαγώνετε το κρέας συσκευασμένο. Η συσκευασία μπορεί να επιστρέψει το ψήσιμο του κρέατος. Να αφαιρείτε την εξωτερική μεμβράνη πριν το τοποθετήσετε στο δίσκο. Να χρησιμοποιείτε μόνο δοχεία που είναι κατάλληλα για φούρνο μικροκυμάτων.
- ▶ Για να ξεπαγώσετε ολόκληρο κοτόπουλο, βάλτε το με το στήθος προς τα κάτω. Για να ξεπαγώσετε ψητά, βάλτε τα με το παχύ μέρος προς τα κάτω.
- ▶ Το σχήμα του πακέτου αλλάζει το χρόνο ξεπαγώματος. Τα ρηχά, ορθογώνια πακέτα ξεπαγώνουν πιο γρήγορα από τα μεγάλα πακέτα.
- ▶ Όταν περάσει το 1/3 του χρόνου ξεπαγώματος, ελέγξτε το φαγητό. Ίσως χρειάζεται να το γυρίσετε, να το χωρίσετε, να το αναδιατάξετε ή να αφαιρέσετε κομμάτια που έχουν ήδη ξεπαγώσει
- ▶ Κατά το ξεπάγωμα, η συσκευή σας ειδοποιεί να γυρίσετε το φαγητό. Σε αυτό το σημείο, ανοίξτε την πόρτα και ελέγξτε το φαγητό. Ακολουθήστε τις παραπάνω τεχνικές για καλύτερο αποτέλεσμα. Στη συνέχεια, κλείστε την πόρτα και πιάστε το START για την ολοκλήρωση του ξεπαγώματος.  
Όταν το φαγητό ξεπαγώσει, πρέπει να είναι δροσερό, αλλά μαλακό παντού. Εάν είναι ακόμα λίγο παγωμένο, ξαναβάλτε το στο φούρνο για πολύ λίγο ή αφήστε το έξω για λίγα λεπτά. Μετά το ξεπάγωμα, αφήστε το φαγητό να μείνει για 5-60 λεπτά εάν υπάρχουν παγωμένες περιοχές.  
Τα πουλερικά και τα ψάρια μπορούν να ξεπλυθούν με τρεχούμενο νερό μέχρι να ξεπαγώσουν.
- ⇨ **Γύρισμα:** Ψητό, παιδάκια, στήθος γαλοπούλας, χοι ντογκ, λουκάνικα, μπριζόλες ή φιλέτο.
- ⇨ **Αναδιάταξη:** Χωρίστε τις μπριζόλες, τα φιλέτα, τα μπιφτέκια, τον κιμά, το κοτόπουλο ή τα θαλασσινά, ή τα κομμάτια κρέατος για ψητό.
- ⇨ **Σκέπασμα:** Προστατέψτε με μικρά κομμάτια αλουμινόχαρτο τις λεπτές περιοχές ή τις άκρες ή τα ανομοιομορφα κομμάτια κρέατος όπως οι φτερούγες του κοτόπουλου. Για την αποφυγή σπινθηρισμού, το αλουμινόχαρτο πρέπει να είναι απόσταση 2,5 εκ. από τα τοιχώματα του φούρνου.
- ⇨ **Αφαίρεση:** Για να μην ψηθεί το φαγητό, αφαιρέστε τα κομμάτια που έχουν ξεπαγώσει σε αυτό το σημείο. Για το φαγητό που είναι λιγότερο από 1,350 γρ., ο χρόνος ξεπαγώματος ίσως είναι μικρότερος.

# ΠΙΝΑΚΑΣ ΓΙΑ ΜΑΓΕΙΡΕΜΑ & ΖΕΣΤΑΜΑ

## Πίνακας για το μαγείρεμα

Φαγητό	Επίπεδο Ισχύος	Χρόνος μαγειρέματος ανά 450 γρ.	Ειδικές οδηγίες
<b>ΚΡΕΑΣ</b>			
Μοσχάρι - Μισοψημένο	640	8-10 λεπτά	- Το κρέας και τα πουλερικά πρέπει να βγαίνουν από το ψυγείο τουλάχιστον 30 λεπτά πριν το μαγείρεμα. - Μετά το μαγείρεμα, πάντα να αφήνετε το κρέας και τα πουλερικά να μείνουν για λίγο σκεπασμένα.
- Μέτριο	640	9-11 λεπτά	
- Καλοψημένο	640	11-13 λεπτά	
Χοιρίνο	800	12-15 λεπτά	
Μπέικον	800	9-10 λεπτά	
<b>ΠΟΥΛΕΡΙΚΑ</b>			
Ολόκληρο κοτόπουλο	800	7-9 λεπτά	
Μεριδες	640	5-7 λεπτά	
Στήθος (με κόκαλο)	640	6-8 λεπτά	
<b>ΨΑΡΙΑ</b>			
Φιλέτο ψαριού	800	4-6 λεπτά	- Αλείψτε λίγο λάδι ή λιωμένο βούτυρο επάνω στο ψάρι ή προσθέστε 15-30 ml (1-2 κουτ. σούπας) χυμό λεμονιού, κρασί, ζωμό, γάλα ή νερό - Μετά το μαγείρεμα, αφήστε το ψάρι να μείνει για λίγο σκεπασμένο
Ολόκληρο σκουμπρί, καθαρισμένο και έτοιμο	800	4-6 λεπτά	
Ολόκληρη πέστροφα καθαρισμένη και έτοιμη	800	5-7 λεπτά	
Φιλέτο σολομού	800	5-7 λεπτά	
<b>ΣΗΜΕΙΩΣΗ:</b> Οι παραπάνω χρόνοι πρέπει να θεωρούνται αναφορά. Υπάρχουν διαφορές στις προτιμήσεις. Οι χρόνοι ποικίλλουν ανάλογα με το σχήμα, τα κομμάτια και τη σύσταση του φαγητού. Το κατεψυγμένο κρέας, τα κατεψυγμένα πουλερικά και τα ψάρια πρέπει να ξεπαγώνουν τελείως πριν το μαγείρεμα.			



## Πίνακας για το ζέσταμα

- Η θερμοκρασία του φαγητού των βρεφών πρέπει να ελέγχεται για την αποφυγή εγκαυμάτων.
- Κατά το ζέσταμα συσκευασμένων, προ-παρασκευασμένων φαγητών, να ακολουθείτε πάντα πιστά τις οδηγίες της συσκευασίας.  
Αν παγώσετε τρόφιμα που αγοράστηκαν από πάγκους φρέσκων ή διατηρημένων σε απλή κατάψυξη προϊόντων, να θυμάστε ότι θα πρέπει να αποψυχθούν καλά πριν ακολουθήσετε τις οδηγίες για το ζέσταμα της συσκευασίας. Μια καλή πρακτική είναι να τοποθετήσετε πάνω τους ένα σημείωμα ώστε να το έχουν υπόψη τους και τα υπόλοιπα μέλη της οικογένειας.
- Πριν από το ζέσταμα, να θυμάστε να αφαιρείτε τους μεταλλικούς συνδετήρες και να βγάξετε το φαγητό από τα σκεύη από αλουμινοχαρτο.
- Τα φαγητά που βρίσκεται σε θερμοκρασία δωματίου ζεσταίνεται πιο γρήγορα από το φαγητό που βγαίνει από το ψυγείο (όπως το φαγητό που έχει μόλις ψυχθεί) ή τα τρόφιμα που παίρνουμε από το ντουλάπι).
- Το ζέσταμα των τροφίμων πρέπει να γίνεται με το φούρνο να λειτουργεί στη μέγιστη ισχύ.

Φαγητό	Χρόνος ζεστάματος	Ειδικές οδηγίες
Παιδικές τροφές Γυάλα 128 γρ.	30 δευτ.	Αδειάστε το σε ένα μικρό μπολ σερβιρίσματος. Ανακατέψτε καλά μία ή δύο φορές κατά το ζέσταμα. Ελέγξτε τη θερμοκρασία προτού το σερβίρετε.
Γάλα για τα μωρά 100ml / 4fl.oz. 225ml / 8fl.oz.	20-30 δευτ. 40-50 δευτ.	Ανακινήστε το καλά και βάλτε το σε αποστειρωμένο μπουκάλι. Προτού το σερβίρετε, ανακινήστε το καλά και ελέγξτε τη θερμοκρασία του.
Ψωμί για σάντουιτς ή ρολό 1 ψωμάκι	20-30 δευτ.	Τυλίξτε το σε χαρτοπετσέτα και τοποθετήστε το επάνω στο γυάλινο δισκο. <b>*Σημείωση: Μην χρησιμοποιείτε ανακυκλωμένες χαρτοπετσέτες.</b>
Λαζάνια 1 μερίδα (300 γρ.)	4-6 λεπτά.	Βάλτε τα λαζάνια σε πιάτο για μικροκυματικό. Καλύψτε με πλαστική καλυμμένη με μεμβράνη.
Ραγού 1 κούπα 4 κούπες	1 ½-3 λεπτά. 5-7 λεπτά.	Μαγειρέψτε το σκεπασμένο σε σκεύος για μικροκυματικό. Αναδεύστε στο μέσον του μαγειρέματος.
Πουρές 1 κούπα 4 κούπες	2-3 λεπτά. 6-8 λεπτά.	Μαγειρέψτε το σκεπασμένο σε σκεύος για μικροκυματικό. Αναδεύστε στο μέσον του μαγειρέματος.
Ψητά φασόλια 1 κούπα	2-3 λεπτά.	Μαγειρέψτε το σκεπασμένο σε σκεύος για μικροκυματικό. Αναδεύστε στο μέσον του μαγειρέματος.
Ραβιόλια ή ζυμαρικά με σάλτσα 1 κούπα 4 κούπες	3-4 λεπτά. 7-10 λεπτά.	Μαγειρέψτε το σκεπασμένο σε σκεύος για μικροκυματικό. Αναδεύστε στο μέσον του μαγειρέματος.

## ΠΙΝΑΚΑΣ ΓΙΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑ

Χρησιμοποιήστε κατάλληλο γυάλινο πυρέξ με καπάκι. Προσθέστε 30-45 ml κρύο νερό (2-3 κουτ. σούπας για κάθε 250 γρ. εκτός συνιστάται άλλη ποσότητα νερού- δείτε τον πίνακα. Μαγειρέψτε τα σκεπασμένα στον ελάχιστο χρόνο - δείτε τον πίνακα. Συνεχίστε το μαγείρεμα μέχρι να πάρετε το αποτέλεσμα που θέλετε. Ανακατέψτε μία φορά κατά τη διάρκεια και μία φορά στο τέλος του μαγειρέματος. Μετά το μαγείρεμα, προσθέστε αλάτι, μυρωδικά ή βούτυρο. Σκεπάστε και αφήστε τα για 3 λεπτά. Συμβουλή: Κόψτε τα φρέσκα λαχανικά σε ομοιόμορφα κομμάτια. Όσο μικρότερα, τόσο πιο γρήγορα θα μαγειρευτούν. Όλα τα λαχανικά πρέπει να μαγειρεύονται σε πλήρη ισχύ μικροκυμάτων.

### Οδηγός μαγειρέματος για κατεψυγμένα λαχανικά

Λαχανικά	Βάρος	Χρόνος	Σχόλια
σπανάκι	0.3 lb./125g	2-3 λεπτά	Προσθέστε 15 ml (1 κουτ.σούπας) κρύο νερό.
μπρόκολο	½ lb./250g	3-4 λεπτά	Προσθέστε 30 ml (2 κουτ.σούπας) κρύο νερό.
μπιζέλια	½ lb./250g	3-4 λεπτά	Προσθέστε 15 ml (1 κουτ.σούπας) κρύο νερό.
φασολάκια φρέσκα	½ lb./250g	4-5 λεπτά	Προσθέστε 30 ml (2 κουτ.σούπας) κρύο νερό.
ανάμικτα λαχανικά (καρότα/μπιζέλια / καλαμπόκι)	½ lb./250g	3-4 λεπτά	Προσθέστε 15 ml (1 κουτ.σούπας) κρύο νερό.
ανάμικτα λαχανικά (κινέζικου τύπου)	½ lb./250g	4-5 λεπτά	Προσθέστε 15 ml (1 κουτ.σούπας) κρύο νερό.

### Οδηγός μαγειρέματος για φρέσκα λαχανικά

Λαχανικά	Βάρος	Χρόνος	Σχόλια
Μπρόκολο	½ lb./250g 1 lb./500g	2-3 λεπτά 4-6 λεπτά	Ετοιμάστε ομοιόμορφα μπουκετάκια. Βάλτε τα κοτσανάκια προς το κέντρο.
Λαχανάκια Βρυξελλών	½ lb./250g	3-4 λεπτά	Προσθέστε 60-75 ml (5-6 κουτ. της σούπας) νερό
Καρότα	½ lb./250g	2-3 λεπτά	Κόψτε τα σε ομοιόμορφα κομμάτια.
Κουνουπίδι	½ lb./250g 1 lb./500g	2-3 λεπτά 4-6 λεπτά	Ετοιμάστε ομοιόμορφα μπουκετάκια. Κόψτε τα μεγάλα στη μέση. Βάλτε τα κοτσανάκια προς το κέντρο.
Κολοκυθάκια	½ lb./250g	2-3 λεπτά	Κόψτε σε λεπτές φέτες και ραντίστε με 1 κουτ. της σούπας χυμό λεμονιού. Κόψτε τα σε χοντρές φέτες.
Μελιτζάνες	½ lb./250g	2-3 λεπτά	Κόψτε σε λεπτές φέτες και ραντίστε με 1 κουτ. της σούπας χυμό λεμονιού.
Πράσα	½ lb./250g	2-3 λεπτά	Κόψτε τις σε λεπτές φέτες.
Μανιτάρια	0.3 lb./125g ½ lb./250g	1-2 λεπτά 2-4 λεπτά	Ετοιμάστε τα ολόκληρα ή κομμένα. Μην βάλτε νερό. Ραντίστε με χυμό λεμονιού. Βάλτε αλάτι και πιπέρι. Στραγγίστε πριν το σερβίρισμα.
Κρεμμύδια	½ lb./250g	2-3 λεπτά	Κόψτε τα στη μέση ή σε φέτες. Προσθέστε μόνο 15 ml (1 κουτ. της σούπας) νερό.
Πιπεριές	½ lb./250g	2-4 λεπτά	Κόψτε τις σε λεπτές φέτες.
Πατάτες	½ lb./250g 1 lb./500g	3-5 λεπτά 7-9 λεπτά	Ζυγίστε τις καθαρισμένες πατάτες και κόψτε τις στη μέση ή στα τέσσερα, ομοιόμορφα.
Λάχανο	½ lb./250g	3-5 λεπτά	Κόψτε το σε μικρούς κύβους.

## ΣΥΝΤΑΓΕΣ

### ΣΟΥΠΑ ΤΟΜΑΤΑΣ & ΠΟΡΤΟΚΑΛΙΟΥ

25 γρ. βούτυρο  
1 μέτριο κρεμμύδι, κομμένο  
1 μεγάλο καρότο & 1 μεγάλη πατάτα, κομμένα  
800 γρ. κομμένες τομάτες σε κονσέρβα, και το χυμό και την φιλοκομμένη φλούδα  
1 μικρού πορτοκαλιού  
900 ml ζεστό ζωμό από κύβο λαχανικών  
αλάτι και πιπέρι ανάλογα με την προτίμηση σας

1. Λιώστε το βούτυρο σε μεγάλο μπολ στο ΡΗ-Ι για 1 λεπτό.
2. Προσθέστε το κρεμμύδι, την πατάτα και το καρότο και μαγειρέψτε στο ΡΗ-Ι για 6 λεπτά. Στο μέσο του μαγειρέματος αναδεύστε.
3. Προσθέστε τις τομάτες, το χυμό και τη φλούδα του πορτοκαλιού και τον κύβο. Ανακατέψτε καλά. Προσθέστε αλάτι και πιπέρι. Σκεπάστε το μπολ και μαγειρέψτε στο ΡΗ-Ι για 18 λεπτά. Αναδεύστε 2-3 φορές κατά το μαγείρεμα, μέχρι να μαλακώσουν τα λαχανικά.
4. Ανακατέψτε και σερβίρετε αμέσως.

### ΓΑΛΛΙΚΗ ΚΡΕΜΜΥΔΟΣΟΥΠΑ

1 μεγάλο κρεμμύδι, κομμένο  
1 κουτ. της σούπας (15 ml) καλαμποκέλαο  
50 γρ. απλό αλεύρι  
1,5 λίτρο ζεστό ζωμό κρέατος ή λαχανικών  
αλάτι και πιπέρι ανάλογα με την προτίμηση σας  
2 κουτ. Σούπας (30 ml) μαιντανό φιλοκομμένο  
4 χοντρές φέτες γαλλικό ψωμί  
50 γρ. τυρί, φιλοκομμένο

1. Βάλτε το λάδι και το κρεμμύδι σε ένα μπολ, ανακατέψτε και μαγειρέψτε στο ΡΗ-Ι για 2 λεπτά.
2. Ανακατέψτε το αλεύρι μέχρι να γίνει κρέμα και προσθέστε σταδιακά το ζωμό. Προσθέστε αλάτι, πιπέρι και το μαιντανό.
3. Σκεπάστε το μπολ και μαγειρέψτε στο Ρ-70 Για 20 λεπτά.
4. Σερβίρετε τη σούπα σε μπολ, βουτήξτε μέσα το ψωμί και πασπαλίστε με άφθονο τυρί.
5. Μαγειρέψτε στο Ρ-70 για 2 λεπτά, μέχρι να λιώσει το τυρί.

### ΑΝΑΜΙΚΤΑ ΨΗΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑ

1 κουτ. σούπας (15 ml) ηλιέλαιο  
2 κουτ. Σούπας (30 ml) σάλτσα σόγιας  
1 κουτ. σούπας (15 ml) τσέρι  
2,5 εκ. πιπερόριζας, ξεφλουδισμένης και φιλοκομμένης  
2 μέτρια καρότα, κομμένα σε λεπτές λωρίδες  
100 γρ. μανιτάρια, κομμένα  
50 γρ. φύτρο φασολιού  
100 γρ. αρακά  
1 κόκκινη πιπεριά, με τα σπόρια, φιλοκομμένη  
4 φρέσκα κρεμμυδάκια, κομμένα  
100 γρ. τρούφας από κονσέρβα, κομμένη  
1/4 σαλάτας, φιλοκομμένη

1. Βάλτε το λάδι, τη σάλτσα σόγιας, το τσέρι, την πιπερόριζα, το σκόρδο και τα καρότα σε ένα μεγάλο μπολ και ανακατέψτε.
2. Σκεπάστε και μαγειρέψτε στο ΡΗ-Ι για 5-6 λεπτά, αναδεύοντας μία φορά.
3. Προσθέστε τα μανιτάρια, το φύτρο του φασολιού, τον αρακά, την κόκκινη πιπεριά, τα φρέσκα κρεμμυδάκια, την τρούφα και τη σαλάτα. Ανακατέψτε καλά.
4. Μαγειρέψτε στο ΡΗ-Ι για 6-7 λεπτά μέχρι να μαλακώσουν τα λαχανικά. Αναδεύστε 2-3 φορές κατά το μαγείρεμα.

**Τα ανάμικτα ψημένα λαχανικά συνοδεύουν ιδανικά το κρέας ή το ψάρι.**

### ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΜΕ ΜΕΛΙ

4 κομμάτια στήθος κοτόπουλου χωρίς κόκκαλο  
2 κουτ. σούπας (30 ml) μέλι  
1 κουτ. σούπας (15 ml) μουστάρδα  
1/2 κουτ. γλυκού (2,5 ml) ξερό εστραγκόν  
1 κουτ. σούπας (15 ml) πολτό τομάτας  
1 κουτ. σούπας (15 ml) κύβου με ζωμό κοτόπουλο

1. Βάλτε τα κομμάτια του κοτόπουλου σε ένα σκεύος.
2. Ανακατέψτε όλα τα άλλα συστατικά και χύστε τα πάνω από το κοτόπουλο. Προσθέστε αλάτι και πιπέρι.
3. Μαγειρέψτε στο ΡΗ-Ι για 13-14 λεπτά. Αναδιτάξτε και καλύψτε το κοτόπουλο με τη σάλτσα 2 φορές κατά τη διάρκεια του μαγειρέματος.

## ΦΛΟΥΔΕΣ ΠΑΤΑΤΑΣ ΜΕ ΡΟΚΦΟΡ & ΠΡΑΣΟΥΛΙΔΑ

2 πατάτες 250 γρ. η μία  
50 γρ. βούτυρο  
100 γρ. ροκφόρ, κομμένο  
1 κουτ. σούπας (15 ml) φρέσκια  
πρασουλίδα, κομμένη  
50 γρ. μανιτάρια, κομμένα  
αλάτι και πιπέρι

1. Τρυπήστε τις πατάτες σε διάφορες μεριές. Μαγειρέψτε τις στο ΡΗ-I για 12-13 λεπτά. Κόψτε τις στη μέση και ρίξτε την ψίχα σε ένα μπολ. Προσθέστε το τυρί, την πρασουλίδα, τα μανιτάρια, αλάτι και πιπέρι, και ανακατέψτε καλά.
2. Γεμίστε τις φλούδες της πατάτας με το μίγμα και βάλτε το σε σκεύος τάρτας επάνω στη σχάρα.
3. Μαγειρέψτε στο Ρ-50 για 10 λεπτά.

## ΛΕΥΚΗ ΣΑΛΤΣΑ

25 γρ. βούτυρο  
23 γρ. αλεύρι  
300 ml γάλα  
αλάτι και πιπέρι

1. Βάλτε το βούτυρο σε ένα μπολ και μαγειρέψτε στο Ρ-ΗΙ για 1 λεπτό μέχρι να λιώσει.
2. Ανακατέψτε το αλεύρι και ρίξτε το γάλα. Μαγειρέψτε στο Ρ-ΗΙ για 4-5 λεπτά, ανακατεύοντας κάθε 2 λεπτά, μέχρι να γίνει η σάλτσα πηχτή και λεία. Προσθέστε αλάτι και πιπέρι.

## ΜΑΡΜΕΛΑΔΑ ΦΡΑΟΥΛΑ

675γρ. Φράουλες με τη φλούδα  
3 κουτ. Σούπας (45 ml) χυμό λεμονιού  
675 γρ. ζάχαρη άχνη

1. Βάλτε τις φράουλες και το χυμό λεμονιού σε ένα πολύ μεγάλο μπολ, ζεστανετε στο Ρ-ΗΙ για 5 λεπτά ή μέχρι να μαλακώσουν τα φρούτα. Προσθέστε τη ζάχαρη και ανακατέψτε καλά.
2. Μαγειρέψτε στο Ρ-70 για 30-35 λεπτά μέχρι να φτάσει το σημείο πήξης\*. Ανακατεύετε κάθε 4-5 λεπτά.
3. Χύστε τη μαρμελάδα σε ζεστές, καθαρές γυάλιες. Σκεπάστε, σφραγίστε και βάλτε ετικέτα.

\* σημείο πήξης: Για να καθορίσετε το σημείο πήξης, βάλτε 1 κουτ. του γλυκού (5 ml) μαρμελάδας σε παγωμένο πιατάκι. Αφήστε το για 1 λεπτό. Ακουμπήστε απαλά την επιφάνεια της με το δάχτυλο.

## ΑΠΛΟ ΚΕΙΚ ΜΙΚΡΟΚΥΜΑΤΩΝ

100 γρ. μαργαρίνη  
100 γρ. ζάχαρη  
1 αυγό  
100 γρ. αλεύρι που φουσκώνει μόνο του,  
κοσκινισμένο 2-4 κουτ. σούπας (30-45 ml)  
γάλα

1. Στρώστε τη βάση μιας φόρμας για κέικ (20,4 εκ) με λαδόκολλα.
2. Χτυπήστε μαζί τη μαργαρίνη και τη ζάχαρη μέχρι το μείγμα να γίνει ελαφρύ και αφράτο. Χτυπήστε το αυγό και ρίξτε εναλλάξ το κοσκινισμένο αλεύρι και το γάλα.
3. Ρίξτε το μείγμα στην προετοιμασμένη φόρμα. Μαγειρέψτε στο Ρ-ΗΙ για 4-5 λεπτά, τρυπήστε με οδοντογλυφίδα. Αν βγαίνει καθαρή, το κέικ είναι έτοιμο.
4. Αφήστε το να μείνει για 5 λεπτά πριν το βγάλετε από τη φόρμα.

## ΟΜΕΛΕΤΑ

15 γρ. βούτυρο  
4 αυγά  
6 κουτ. σούπας (90 ml) γάλα  
αλάτι και πιπέρι

## ΑΥΓΑ ΣΚΡΑΜΠΛ

15 γρ. βούτυρο  
2 αυγά  
2 κουτ. Σούπας (30 ml) γάλα  
αλάτι και πιπέρι

## ΝΟΣΤΙΜΟΣ ΚΙΜΑΣ

1 μικρό κρεμμύδι, κομμένο σε κύβους  
1 σκελίδα σκόρδο, συνθλιμμένο  
1 κουτ. γλυκού (5 ml) λάδι  
200 γρ. κομμένες τομάτες κονσέρβας  
1 κουτ. σούπας (15 ml) πελτέ τομάτας  
1 κουτ. γλυκού (5 ml) ανάμικτα μυρωδικά  
225 γρ. μοσαρίσιο κιμά  
αλάτι και πιπέρι

1. Ανακατέψτε τα αυγά με το γάλα.  
Προσθέστε αλάτι και πιπέρι
2. Βάλτε το βούτυρο σε δίσκο τάρτας των 26 εκ. Μαγειρέψτε στο P-HI μέχρι να λιώσει. Στρώστε το σκεύος με το λιωμένο βούτυρο.
3. Ρίξτε το μείγμα της ομελέτας στο σκεύος. Μαγειρέψτε στο P-HI για 2 λεπτά, αναδεύστε το μείγμα και μαγειρέψτε ξανά στο P-HI για 1 λεπτό.

1. Λιώστε το βούτυρο σε ένα μπολ στο P-HI για 1 λεπτό.
2. Προσθέστε τα αυγά, το γάλα, το αλάτι και το πιπέρι, και ανακατέψτε καλά.
3. Μαγειρέψτε στο P-HI για 3 λεπτά, αναδεύοντας κάθε 30 δευτερόλεπτα.

1. Βάλτε το κρεμμύδι, το σκόρδο και το λάδι σε σκεύος και μαγειρέψτε στο P-HI για 2 λεπτά, μέχρι να μαλακώσουν
2. Βάλτε όλα τα άλλα συστατικά στο σκεύος. Ανακατέψτε καλά.
3. Σκεπάστε και μαγειρέψτε στο P-HI για 5 λεπτά και στη συνέχεια στο P-50 για 10-15 λεπτά ή μέχρι να μαγειρευτεί το κρέας.

## ΣΗΜΕΙΩΣΗ ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΗΝ ΑΝΑΚΥΚΛΩΣΗ

A.M.P. 00510  
(ΠΔ 117/2004)



Το προϊόν που αγοράσατε έχει σχεδιαστεί και κατασκευαστεί με υλικά υψηλών προδιαγραφών και εξαρτήματα που μπορούν να ανακυκλωθούν και να ξαναχρησιμοποιηθούν.  
Το σύμβολο υποδεικνύει ότι η ηλεκτρική και ηλεκτρονικές συσκευές, στο τέλος της ζωής τους, θα πρέπει να μεταφέρονται σε ειδικούς χώρους απορριμμάτων, ξεχωριστά από τα σκουπίδια του σπιτιού σας. Παρακαλούμε, ρωτήστε τον τοπικό σας δήμο για τον χώρο απόρριψης ηλεκτρικών και ηλεκτρονικών συσκευών ή για τοποθεσία απόρριψης συσκευών προς ανακύκλωση. Στις χώρες της Ευρωπαϊκής Ένωσης, υπάρχουν σημεία συγκέντρωσης χρησιμοποιημένων ηλεκτρικών και ηλεκτρονικών συσκευών. Παρακαλούμε, βοηθήστε μας να προστατέψουμε το περιβάλλον που ζούμε!

## ΔΗΛΩΣΗ ΣΥΜΜΟΡΦΩΣΗΣ CE

Με την παρούσα, η Αμοιρίδης-Σαββίδης Α.Ε., δηλώνει ότι η συσκευή K92305MW συμμορφώνεται προς τις ουσιαστικές απαιτήσεις και τις λοιπές διατάξεις των παρακάτω οδηγιών:

Οδηγία για την Ηλεκτρο Μαγνητική Συμβατότητα (EMC): 2004/10/EC

Οδηγία Χαμηλής Τάσης (LVD): 2006/95/EC

Οδηγία Σήμανσης CE: 93/68/EEC

Οδηγία οικολογικού σχεδιασμού και χαμηλής κατανάλωσης ενέργειας (EuP): 2009/125/EC

Οδηγία Περιορισμού χρήσης επικίνδυνων ουσιών (RoHS): 2002/95/EC

Αντίγραφο της Δήλωσης Συμμόρφωσης υπάρχει στο [www.morris.gr](http://www.morris.gr)

## ΑΠΟΚΛΕΙΣΤΙΚΟΣ ΑΝΤΙΠΡΟΣΩΠΟΣ

**Αμοιρίδης – Σαββίδης Α.Ε.**

- Πάροδος 17ης Νοεμβρίου 87 – Τ.Κ. 55535 – Ζώνη ΕΜΟ, Πυλαία, Θεσσαλονίκη
- Τηλ: 2310944944, Fax: 2310944940
- [www.amiridis-savvidis.gr](http://www.amiridis-savvidis.gr)