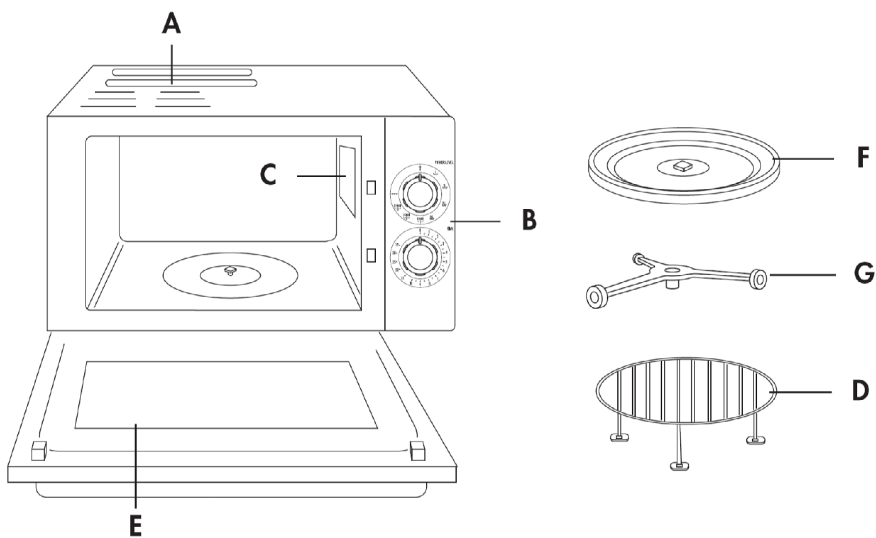




دفترچہ راہنما

مایکروویو + گریل



PERSIAN

توصیف اجزاء

- A** گریل
- B** صفحه کنترل
- C** پوشش خروجی ریزموجها (مایکروویوها)
- D** پایه سیمی
- E** رویه داخلی در
- F** صفحه گردان
- G** حامل صفحه گردان

چگونه بهترین نتایج را از اجاق مایکروویو خود بگیریم

صفحه جدول	صفحه دستورالعمل	از کدام عملکرد باید استفاده کنیم؟	چه کار می‌خواهیم بکنیم؟
۱۲	۱۱	فقط مایکروویو ۲۱۰ وات 	● یخ‌زدایی
۱۷	۱۷	فقط مایکروویو ۳۶۰ وات  ۵۴۰ وات 	● آب‌کردن کره و نرم کردن پنیر ● پختن کیک و شیرینی
۱۶	۱۵	فقط مایکروویو ۷۲۰ وات  ۹۰۰ وات 	● پختن سبزیجات
۱۶	۱۵		● پختن ماهی
۱۷	۱۷		● پخت برنج و سوپ
۱۴	۱۳		● گرم کردن غذاها
عملکرد مایکروویو + گریل			
۲۱	۲۰	ترکیبی ۱ ترکیبی ۲ ترکیبی ۳	● پخت سبزیجات گراتینه ● درست کردن لازانیا، و ماکارونی ● درست کردن انواع بریانی‌ها، کباب سیخی، سیب‌زمینی، و ...
۱۹	۱۹	فقط گریل 	● کباب‌پز (گریل) کردن همبرگر، گوشت استخوان‌دار، فرانکفورتر، سوسیس و کالباس، نان برشته (تست)، و غیره به روش سنتی

هشدارهای مهم ایمنی

این دستورالعمل‌ها را به‌دقت بخوانید و آن‌ها را برای مراجعات بعدی، در آینده، نزد خود نگه دارید.
توجه: این دستگاه برای یخ‌زدایی، گرم‌کردن، و پختن غذاها در خانه طراحی شده است و نباید از آن برای مقاصد و اهداف دیگری استفاده کرد یا هرگز و به هیچ‌وجه آن را دست‌کاری نمود.

۱) هشدار: چنان‌چه در یا واشرهای آن آسیب دیده‌اند، تا زمانی‌که به دست یک متخصص یا مرکز خدمات مجاز دلونگی تعمیر نشده‌اند، نباید از دستگاه استفاده نمود.

۲) هشدار: انجام هرگونه تعمیراتی که مستلزم بازکردن و برداشتن پوشش محافظ دستگاه در برابر انرژی ریزموج‌ها باشد، اگر به‌جز افراد آموزش‌دیده، ماهر و باتجربه، توسط فرد دیگری صورت گیرد، منجر به بروز حوادث بسیار خطرناک خواهد شد.

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

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

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

۶) هرگز سعی نکنید که دستگاه را با در باز و با دست‌کاری کردن تمهیدات و ابزار ایمنی آن، به کار بیندازید.

۷) اگر هرگونه چیزی بین صفحه جلویی دستگاه و در آن گیر کرده یا به آن‌ها چسبیده باشد، نباید دستگاه را به کار بیندازید. همیشه رویه داخلی در (E) را پاکیزه نگه‌دارید؛ برای تمیزکردن آن، از پارچه‌ای نرم‌دار و شوینده‌هایی غیرساینده (خورنده سطوح) استفاده نمایید. هرگز نگذارید آلودگی‌ها یا پسمانده‌های مواد غذایی، بین صفحه جلویی و در دستگاه جمع شوند.

۸) در صورت آسیب‌دیدگی سیم برق دستگاه، تعویض آن باید توسط مرکز خدمات مجاز دلونگی یا تکنسینی ماهر و مجرب انجام شود تا از هرگونه خطر احتمالی، مانند برق‌گرفتگی، جلوگیری گردد.

۹) چنان‌چه از دستگاه دود خارج شود، باید آن را خاموش کنید یا دوشاخه را از پریز برق بکشید؛ بگذارید در دستگاه بسته باشد تا هرگونه شعله‌ای (درون آن) خفه شود.

۱۰) تنها از وسایل مناسب برای مایکرو استفاده نمایید. برای جلوگیری از گرم‌شدن بیش از حد و خطر آتش‌سوزی حاصل از آن، توصیه می‌شود که به هنگام پختن غذا در ظروف یک‌بار مصرف پلاستیکی، مقوایی، یا دیگر مواد آتش‌گیر، نیز به هنگام گرم‌کردن مقادیر اندک غذا، بر عملکرد دستگاه نظارت کنید و از دستگاه دور نشوید.

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

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

۱۳) پیش از استفاده از این دستگاه، مطمئن شوید همه وسایلی که برای استفاده در آن انتخاب کرده‌اید، مناسب برای میکروویو باشند (بخش «ظروف شیشه‌ای و موارد مشابه» را ببینید).

۱۴) دستگاه در طول عملکرد، داغ می‌شود، به المنت‌های گرمایشی درون دستگاه دست نزنید.

۱۵) به هنگام گرم کردن مایعات (آب، قهوه، شیر، ...) ممکن است محتویات ناگهان شروع به جوشیدن کرده، در نتیجه جوشیدن با تأخیر، سرریز شده و منجر به ایجاد سوختگی شوند. برای جلوگیری از این امر، باید یک فاشق پلاستیکی ضدگرما یا یک میله شیشه‌ای را، پیش از آغاز به گرم کردن، درون ظرف حاوی مایعات فرو ببرید. در هر حال، به هنگام کار کردن با ظروف، باید نهایت دقت را مبذول داشت.

۱۶) هرگز نوشیدنی‌های حاوی مقادیر بالای الکل یا مقادیر زیاد روغن را با این دستگاه گرم نکنید، زیرا ممکن است آتش بگیرند.

۱۷) محتویات شیشه شیر بچه و شیشه‌های مواد غذایی کودک را باید، به هنگام گرم کردن، مرتباً به هم بزنید یا تکان دهید تا دمای محتویات آن یک‌نواخت شود. هم‌چنین باید محتویات آن‌ها را، پیش از خوردن به بچه، واری کنید تا جلوی سوختن دهان بچه گرفته شود.

به هنگام استفاده از استریل‌کننده‌های تجاری موجود در بازار، پیش از روشن کردن دستگاه، همیشه مطمئن شوید که مقدار آب توصیه‌شده از سوی سازنده، درون ظرف ریخته شده باشد.

۱۸) عدم تمیزکاری درست و کامل دستگاه، باعث خراب‌شدن سطوح، کاهش عمر مفید و از بین رفتن ایمنی دستگاه خواهد شد که در نتیجه منجر به بروز خطراتی برای کاربر می‌گردد.

نکته: به هنگام استفاده از دستگاه برای نخستین بار، ممکن است دستگاه برای مدت حدوداً ۱۰ دقیقه، بوی «نوبی» بدهد و اندکی دود تولید کند. این به دلیل وجود مواد محافظ به‌کاررفته در المنت‌های گرمایشی است. در این حالت، می‌توانید هوای اتاق را تهویه کنید.

۱۹) برای تمیزکاری شیشه در میکروویو، از پاک‌کننده‌های ساینده (خورنده سطوح) یا کاردک تیز و فلزی استفاده نکنید؛ این کار ممکن است سبب خراشیده‌شدن سطح آن و در نتیجه، شکستن شیشه شود.

۲۰) تمامی میکروویوها بر اساس استانداردها و مقررات جاری سازگاری و ایمنی الکترومغناطیسی، آزمایش شده و مورد تأیید قرار گرفته‌اند.

برای ایمنی افرادی که دارای دستگاه تنظیم ضربان قلب (باتری قلبی) هستند، توصیه می‌شود که حداقل فاصله‌ای ۲۰-۳۰ سانتی‌متری را با دستگاه میکروویو روشن حفظ کنند، تا عملکرد میکروویو اختلالی در کار باتری ایجاد نکند. اگر متوجه این اختلال شدید، فوراً میکروویو را خاموش کنید و با سازنده دستگاه تنظیم ضربان قلب تماس بگیرید.

۲۱) اگر دستگاه بیش از حد معمول داغ شد (در اثر استفاده طولانی مدت، بدون ماده غذایی و غیره) ترموستات ایمنی، میکروویو را خاموش می‌کند؛ پس از خنک‌شدن، دستگاه به عملکرد عادی خود ادامه خواهد داد.

۲۲) در هنگام عملکرد دستگاه، در یا سطوح خارجی آن ممکن است بسیار داغ شوند.



اطلاعاتی مهم، درباره نحوه دور ریختن زباله دستگاه‌ها و تجهیزات الکتریکی و الکترونیکی، بر اساس رهنمود ۲۰۰۹/۹۶ اتحادیه اروپا:

علامت سطل زباله ضربه‌خورده، به این معناست که در پایان عمر مفید این دستگاه، نباید آن‌را همراه با زباله‌های عادی خانگی دورانداخت و کاربر باید آن را به مراکز ویژه جمع‌آوری این دستگاه‌ها تحویل دهد؛ دورانداختن جداگانه لوازم خانگی، از پیامدهای ناخوشایند احتمالی و

مضر برای سلامت محیط‌زیست و انسان، جلوگیری می‌کند؛ این کار هم‌چنین امکان بازیافت مواد با ارزش و استفاده دوباره از آن‌ها در چرخه تولید را، فراهم می‌سازد و موجب صرفه‌جویی در استفاده از منابع و انرژی می‌شود.

داده‌های فنی

ابعاد بیرونی (دراز×پهنا×بلندا) ۴۴۰×۳۲۰×۵۱۰ میلی‌متر
ابعاد درونی (دراز×پهنا×بلندا) ۳۳۰×۲۱۰×۳۵۰ میلی‌متر

برای اطلاعات بیشتر، به صفحه اطلاعات روی دستگاه مراجعه کنید.

این دستگاه با رهنمود اتحادیه اروپایی به شماره‌های ۲۰۰۴/۱۰۸ مربوط به سازگاری الکترومغناطیسی و نیز رهنمود همین اتحادیه به شماره ۱۹۳۵/۲۰۰۴ مورخ ۲۰۰۴/۱۰/۲۷ درباره موادی که در تماس با مواد غذایی هستند، سازگار است.

اتصالات برقی

سازنده هیچ‌گونه مسئولیتی در قبال آسیب‌های ناشی از رعایت نکردن این قوانین ایمنی، بر عهده نخواهد داشت.

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

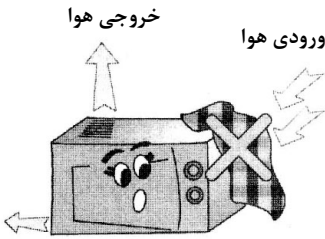
توان خروجی



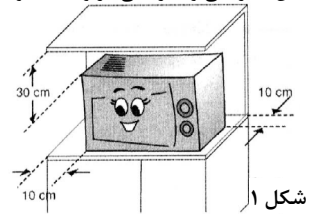
توان خروجی مایکروویو بر روی صفحه مشخصات پشت دستگاه نوشته شده است. (توان مایکروویو را ببینید). هنگامی که به جدول‌ها مراجعه می‌کنید، همیشه توان خروجی دستگاه‌تان را پیدا کنید. دانستن توان خروجی هم‌چنین، هنگام استفاده از کتاب‌های آشپزی ویژه مایکروویوها مفید است. در برخی از مدل‌ها، حداکثر توان برحسب وات نشان داده شده است. این توان، بر روی علامت کناری روی در دستگاه نیز دیده می‌شود.

استقرار دستگاه

۱) پس از درآوردن دستگاه از درون جعبه، مطمئن شوید که محور صفحه‌گردان درست در جایش قرار گرفته باشد. حامل صفحه‌گردان (G) را در وسط اتا‌فک پخت قرار دهید و صفحه‌گردان (F) را روی آن بگذارید.



۲) ببینید که دستگاه در حین حمل و نقل آسیب ندیده باشد و به‌ویژه این که در آن به‌درستی و به راحتی باز و بسته شود.



۳) دستگاه را بر روی سطح کاری صاف، هموار و پایدار با فاصله‌ای حداقل ۸۵ سانتی‌متری از سطح زمین و دور از دسترس کودکان قرار دهید؛ زیرا زمانی که دستگاه در حال عملکرد است، در آن می‌تواند بسیار داغ شود.

شکل ۲

شکل ۱

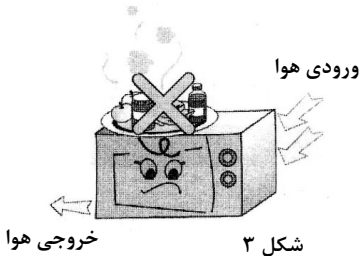
خروجی هوا

۴) پس از گذاشتن دستگاه بر روی سطح، ببینید که فاصله‌ای حداقل ۱۰ سانتی‌متری بین سطوح بیرونی آن و دیواره‌های کناری و پشتی آن، و فاصله‌ای حداقل ۳۰ سانتی‌متری در بالای آن وجود داشته باشد (شکل ۱ را ببینید). هم‌چنین مطمئن شوید که سیم برق دستگاه با دیواره پشتی دستگاه تماسی پیدا نمی‌کند، زیرا خود دیواره پشتی دستگاه می‌تواند، به هنگام استفاده از عملکرد گریل، بسیار داغ شود.

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

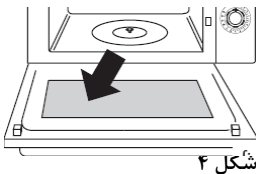
۶) پوشش پلاستیکی شفاف چسبانده‌شده بر روی سطح درونی در دستگاه را جدا نکنید (شکل ۴ را ببینید).

۷) اغلب دستگاه‌های برقی پیشرفته (تلویزیون، رادیو، سیستم‌های استریویی و غیره) از تأثیر امواج رادیویی مصون هستند. با این‌حال برخی از دستگاه‌های برقی در برابر امواج رادیویی ناشی از آون مایکروویوها محافظت نشده‌اند. بنابراین، در نظر گرفتن فاصله‌ای حداقل ۲-۱ متری میان این دستگاه‌ها و مایکروویو ضروری است.



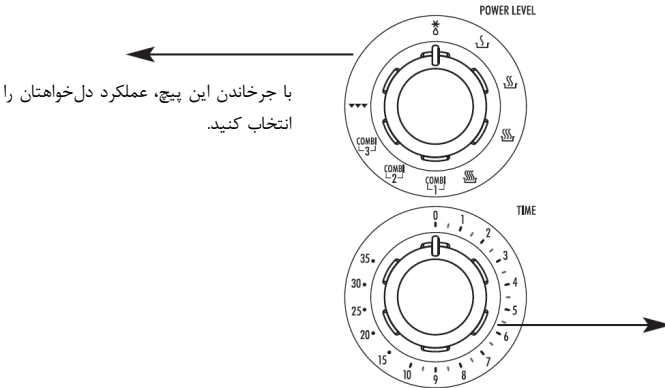
شکل ۳

خروجی هوا



شکل ۴

توصیف پیچ‌های تنظیم‌گر



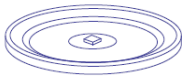
با جرخاندن این پیچ، عملکرد دل‌خواهتان را انتخاب کنید.

تنظیم‌گر زمان:

تنظیم‌گر را ساعتگرد از ۱ تا ۳۵ دقیقه بچرخانید. هنگامی که مدت زمان پخت به پایان می‌رسد، مایکروویو خاموش شده و (پیام شنیداری) صدای زنگ شنیده خواهد شد.

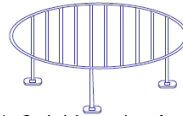
لوازم جانبی ارایه‌شده

صفحه‌گردان



صفحه‌گردان همیشه و در همه عملکردها به کار می‌رود.

پایه سیمی



عملکرد فقط گریل: برای همه انواع گریل کردن (کباب‌کردن)

ظروف شیشه‌ای و موارد مشابه

پلاستیکی یک‌بار مصرف نیز استفاده کنید. از نظر شکل و اندازه، حتماً باید این ظروف به‌گونه‌ای باشند که به‌راحتی در دستگاه بچرخند. برای استفاده از ظروف مستطیلی بزرگ (که ممکن است نتوانند درون محفظه پخت بچرخند)، می‌توانید محور را از جایش در آورید تا جلوی چرخیدن صفحه‌گردان (F) گرفته شود. فراموش نکنید که برای گرفتن بهترین نتایج به هنگام کار با این گونه ظروف، باید غذا را، در طول فرایند پخت، بارها هم بزنید و ظرف را بر گردانید. ظروف فلزی، چوبی، بازیافتی، قوطی‌های حلبی و قلعی، و نئین، برای استفاده در مایکروویو مناسب نیستند. پایه فلزی ارایه‌شده به همراه دستگاه‌تان کاملاً برای استفاده ایمن در دستگاه آزمایش شده است. فراموش نکنید که چون ریزموج‌ها (امواج مایکرو) غذا را گرم می‌کنند و نه ظرف شیشه‌ای، سفالی، یا موارد مشابه حاوی آن را، می‌توانید این غذاها را در بشقابی که در آن غذا می‌خورید

در عملکردهای فقط مایکروویو و ترکیبی با مایکروویو، از همه انواع ظروف شیشه‌ای (ترجیحاً پیرکس)، سرامیکی، چینی، و سفالی (پخته‌شده) می‌توانید استفاده کنید؛ به این شرط که دارای قسمت‌ها یا قطعات فلزی (مانند آرایه‌ها، لبه‌ها، دسته‌ها، یا پایه‌های فلزی یا حتی طلائی) نباشند. از ظروف پلاستیکی مقاوم در برابر گرما نیز می‌توان استفاده کرد، ولی فقط برای پخت با عملکرد « مایکروویو تنها». چنانچه هنوز تردیدی در مورد به‌کاربردن ظرفی خاص دارید، می‌توانید دست به آزمایش ساده‌ای بزنید. ظرف خالی را برای ۳۰ ثانیه با حداکثر توان (عملکرد « مایکروویو تنها») درون دستگاه قرار دهید. اگر ظرف هم‌چنان سرد بود یا فقط اندکی گرم شده بود، برای پخت در حالت مایکروویو مناسب است. اگر خیلی داغ بود یا جرقه می‌زد، مناسب نیست. برای گرم‌کردن‌های کوتاه‌مدت، می‌توانید از دستمال‌های کاغذی، سینی‌های مقوایی، و بشقاب‌های

آتش‌گیر یا شیشه‌ای نمی‌توان استفاده کرد، ولی از همه دیگر انواع ظروف، از جمله ظروف فلزی، می‌توان استفاده نمود (جدول را ببینید).

نیز بیزید و بدین ترتیب، دیگر در دسر تمیز کردن چند ظرف اضافه را نداشته باشید.
اگر از دستگاه در عملکرد «فقط گریل» استفاده می‌شود، از هیچ‌یک از ظروف یکبار مصرف پلاستیکی یا کاغذی،

کاغذ ویژه بریان کردن	ظروف شیشه‌ای دارای اجزای فلزی	ظروف فلزی	مقوایی *	پیرکس	بشقاب‌های مقوایی *	فنجان‌های مقوایی *	پلاستیکی ویژه مایکروویو	سفالی	چینی	سرامیکی	شیشه‌ای	
بله	خیر	خیر	بله	بله	بله	بله	بله	بله	بله	بله	بله	فقط مایکروویو
بله	بله	بله	خیر	بله	خیر	خیر	خیر	بله	بله	بله	خیر	فقط گریل
بله	خیر	خیر	خیر	بله	خیر	خیر	خیر	بله	بله	بله	خیر	مایکروویو +گریل

* اگر زمان‌های لازم برای پخت زیادی طولانی باشند، امکان آتش‌گرفتنی وجود دارد.

پیشنهادهایی برای استفاده درست از دستگاه

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

از این رو، پخت با مایکروویو سالم و مناسب برای رژیم غذایی فرد دانسته می‌شود و در مقایسه با روش‌های سنتی، در این‌جا مواد غذایی، آب کم‌تری را از دست می‌دهند، ارزش غذایی‌شان بیشتر حفظ شده و عطر و طعم اولیه خود را بیشتر نگه می‌دارند.

ریزموح‌ها یا مایکروویوها تابشی الکترومغناطیسی هستند که در طبیعت به صورت امواج نور (مثلاً آفتاب) یافت می‌شوند. در درون دستگاه، این امواج از هم‌سو به درون غذا نفوذ می‌کنند و مولکول‌های آب، چربی، و قند موجود در آن را گرما می‌دهند.

گرما تنها در خود غذا و بسیار سریع تولید می‌شود؛ در حالی‌که ظرف حاوی غذا به‌طور غیرمستقیم و به‌وسیله گرمای حاصل از غذای داغ‌شده گرم می‌شود. این امر مانع از چسبیدن غذا به ظرف می‌شود و بنا براین، شما می‌توانید

قواعدی بنیادین برای پخت درست با مایکروویو

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

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

۳) هم‌چنین توصیه می‌شود که ماده غذایی را در طول فرایند پخت از این‌روی به آن‌روی برگردانید: این کار را به‌ویژه برای گوشت، چه در تکه‌های بزرگ (برای‌ها، مرغ، درسته، ...) و چه در تکه‌های کوچک (سینه مرغ، ...) انجام دهید.



۴) غذاهای دارای پوست یا پوسته (مثل سیب، سیب‌زمینی، گوجه‌فرنگی، سوسیس، ماهی، ...) را باید در چند نقطه با چنگال سوراخ‌سوراخ کنید تا بخار تولیدشده درون آن‌ها، بتواند از این سوراخ‌ها بیرون آمده و این غذاها نترکند (شکل ۵ را ببینید).



شکل ۶

۵) چنان‌چه چندین وعده از یک نوع ماده غذایی را درست می‌کنید (مثلاً سیب‌زمینی آب‌پز)، این وعده‌ها را در یک ظرف پیرکس بچینید تا یک‌دست بپزند (شکل ۶ را ببینید).

۶) هر چه دمایی که در آن، غذا را درون مایکروویو می‌گذارید کم‌تر باشد، زمان لازم برای پخت، طولانی‌تر می‌شود. غذاهای هم‌دما با اتاق، سریع‌تر از غذاهای سرد یخچالی خواهند پخت.

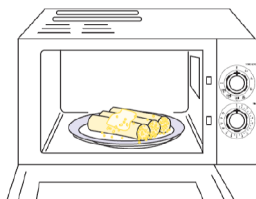
۷) همیشه برای پخت غذا، ظرف را در وسط صفحه‌گردان قرار دهید.

۸) تشکیل قطرات آب (میعان کردن بخار) در درون دستگاه و در نزدیکی خروجی هوا، امری کاملاً طبیعی است. برای کاهش این گونه میعانات، مواد غذایی را با فویل شفاف، کاغذ مومی، درپوش شیشه‌ای، یا تنها با یک بشقاب سروته‌شده بپوشانید. به این ترتیب، غذاهای حاوی آب زیاد (مثل سبزیجات)، بهتر نیز خواهند پخت. پوشاندن غذا هم‌چنین به تمیز و پاکیزه نگه‌داشتن محفظه پخت نیز کمک می‌کند. از فویل‌های شفاف‌ی که ویژه مایکروویو هستند، در این مورد استفاده کنید.

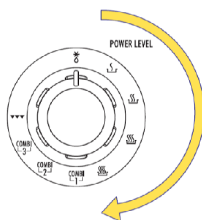
عملکرد فقط مایکروویو

- | | | |
|---------|-----------------------------------------------------------|--------------------------------------|
| صفحه ۱۳ | • گرم کردن | این عملکرد برای موارد زیر مناسب است: |
| صفحه ۱۵ | • پختن خورشت، گوشت سفید، میوه، سبزیجات، برنج، سوپ، و ماهی | • یخ‌زدایی |
| | | • گرم‌نگه‌داشتن ماده غذایی |
| | | صفحه ۱۱ |
| | | صفحه ۱۳ |

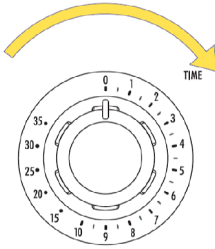
روشن کردن دستگاه با عملکرد فقط مایکروویو



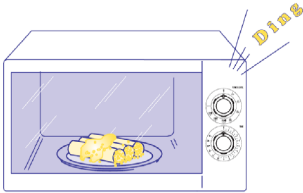
۱) غذا را در ظرفی مناسب برای پخت با مایکروویو قرار داده و ظرف را در وسط صفحه گردان بگذارید.
نکته: نیازی نیست که دستگاه را از پیش گرم کنید.



۲) با چرخاندن تنظیم‌گر عملکرد و قراردادن آن بر روی یکی از ۵ گزینه توان خروجی، میزان توان دل‌خواهتان انتخاب نمایید.



با چرخاندن تنظیم‌گر زمان به صورت ساعتگرد و قراردادن آن در موقعیت موردنظر، مدت‌زمان دل‌خواهتان را تنظیم کنید.



همین که زمان پخت تنظیمی به پایان رسید، یک صدای زنگ (پیام شنیداری) به شما اعلام می‌کند که غذا آماده است.



در هر زمانی، می‌توانید به‌سادگی و با قراردادن **تنظیم‌گر زمان** در موقعیت "0" عملکرد دستگاه را متوقف سازید. هم‌چنین در طول فرایند پخت، با بازکردن در دستگاه و امتحان کردن غذا، می‌توانید وضعیت پخت را واریسی کنید. این کار باعث توقف موقتی عملکرد دستگاه می‌شود؛ اما با دوباره بستن در، عملیات پخت، از همان‌جایی که متوقف شده بود، از سر گرفته خواهد شد.

استفاده از عملکرد فقط مایکروویو برای یخ‌زدایی

- تنظیم‌گر عملکرد را بچرخانید و بر روی موقعیت **❄** قرار دهید و مدت زمان پخت دل‌خواه را نیز تنظیم کنید.
- مواد غذایی یخ‌زده درون کیسه‌ها، بسته‌ها، یا پاکت‌های‌شان را می‌توان مستقیماً درون دستگاه گذاشت؛ به این شرط که هیچ بخش یا قسمت فلزی‌ای (مانند بند یا حلقه‌های چفت و بست) نداشته باشند.
- مواد غذایی معین، از جمله سبزیجات و ماهی، عموماً پیش از یخت نیازی به یخ‌زدایی کامل ندارند.
- غذاها یا گوشت‌های خورشتی و نیز سس‌های گوشت، چنان‌چه در فواصل زمانی منظم به‌هم زده، بر گردانده، یا زیر و رو شوند، بهتر یخ‌زدایی خواهند شد.
- گوشت و ماهی، به هنگام یخ‌زدایی آب از دست می‌دهند، از این رو، بهتر است آن‌ها را درون یک سینی یا یک ظرف گود یخ‌زدایی کنید.
- توصیه می‌شود که وعده‌های جداگانه گوشت را، پیش از گذاشتن درون یخ‌زن (فریزر)، از هم جدا نمایید. این کار موجب صرفه‌جویی در وقت، به هنگام درست‌کردن غذا خواهد شد.
- زمان‌بندی‌های چاپ‌شده بر روی بسته‌بندی محصولات یخ‌زده (منجمد) را با دقت رعایت نمایید؛ زیرا این‌ها رهنمودهایی مفید هستند، هر چند همیشه ممکن است درست نباشند. بهتر است از زمان‌های یخ‌زدایی اندکی کوتاه‌تر از آن‌چه بر روی بسته‌بندی محصولات ذکر شده، استفاده کنید. بسته به میزان یخ‌زدگی ماده غذایی، زمان لازم برای یخ‌زدایی آن، تفاوت خواهد داشت.

زمان‌های انتظار (دقیقه)	نکته‌ها	زمان پخت	عملکرد	مقدار	نوع
گوشت					
۲۰		۴۰ - ۳۵	*	۱ کیلوگرم	● بریانی‌ها (گاو، گوساله، ...)
۵		۱۰ - ۸	//	۲۰۰ گرم	● استیک، کتلت، تکه‌های گوشت
۱۰		۱۸ - ۱۶	//	۵۰۰ گرم	● خورشت، گولاش
۱۵		۱۸ - ۱۵ (*)	//	۵۰۰ گرم	● گوشت چرخ‌کرده
۱۰		۱۴ - ۱۲	//	۲۵۰ گرم	● گوشت چرخ‌کرده
۱۰		۱۱ - ۹	//	۲۰۰ گرم	● همبرگر
۱۰		۱۳ - ۱۱	//	۳۰۰ گرم	● سوسیس و کالباس
گوشت پرندگان					
۲۰	پس از پایان زمان تنظیمی، زیر آب گرم بشویید تا هرگونه یخ باقی‌مانده آب شود.	۵۰ - ۴۵	//	۱/۵ کیلوگرم	● اردک، بوقلمون
۲۰		۵۰ - ۴۵	//	۱/۵ کیلوگرم	● مرغ درسته
۱۰		۱۵ - ۱۸	//	۵۰۰ گرم	● مرغ تکه‌تکه
۱۰		۱۳ - ۱۵	//	۳۰۰ گرم	● سینه مرغ
(سبزیجات یخ‌زده، پیش از پخت نیازی به یخ‌زدایی ندارند)					
سبزیجات					
گوشت ماهی					
۷		۱۲ - ۱۴	//	۳۰۰	● ماهی فیله
۷		۱۳ - ۱۵	//	۴۰۰	● ماهی تکه‌تکه
۷		۱۶ - ۱۸	//	۵۰۰	● ماهی درسته
۷		۱۳ - ۱۵	//	۴۰۰	● میگو و شاه‌میگو
لبنیات					
۱۰	از پوشش آلومینیومی یا فلزی در آورید.	۸ - ۱۰	//	۲۵۰ گرم	● کره
۱۵	کاملاً یخ‌زدایی نشود، نیاز به زمان انتظار دارد.	۹ - ۱۱	//	۲۵۰ گرم	● پنیر
۵	خامه را از ظرف آن خارج کرده، درون یک بشقاب بریزید.	۱۱ - ۱۳	//	۲۰۰ میلی‌لیتر	● خامه
میوه‌جات					
۱۰	۲ یا ۳ بار هم بزنید.	۱۱ - ۱۳	//	۵۰۰ گرم	● توت‌فرنگی، آلو، آلبالو و گیلاس، انگور فرنگی، زردآلو
۱۰	۲ یا ۳ بار هم بزنید.	۷ - ۹	//	۳۰۰ گرم	● تمشک
۶	۲ یا ۳ بار هم بزنید.	۵ - ۷	//	۲۵۰ گرم	● شاه‌توت

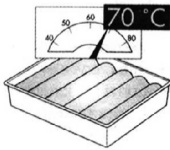
برای یخزدایی نان

برای دست‌یابی به نانی خوش‌عطر و گرم، توان را بر روی میزان حداکثر تنظیم کنید (برای هر ۱۰۰ گرم نان، به مدت ۳۰ ثانیه). هنگامی که نان نرم شد، عملکرد فقط گریل را به مدت ۳-۴ دقیقه تنظیم کرده و نان را در وسط صفحه‌گردان قرار دهید.

(*) این دستورالعمل‌ها برای اجرای آزمون یخزدایی گوشت چرخ‌کرده مطابق با هنجار ۶۰۷۰۵، بند ۱۳/۳ مناسب هستند (صفحه ۲ را ببینید). پس از گذشت نیمی از زمان تنظیمی، گوشت را بر گردانید. توده گوشت چرخ‌کرده را باید مستقیماً بر روی صفحه‌گردان گذاشت.

استفاده از عملکرد فقط مایکروویو برای گرم کردن

گرم کردن غذا در مایکرو، بسیار سریع‌تر و از نظر مصرف انرژی، بسیار باصرفه‌تر از روش‌های سنتی و رایج است.



• توصیه می‌کنیم که مواد غذایی را (به‌ویژه اگر یخ‌زده باشند) حداقل تا دمای ۷۰ درجه سانتی‌گراد، گرم کنید (باید خیلی خیلی داغ شوند). سپس بگذارید برای چند خنک شوند؛ زیرا به‌دلیل بیار داغ بودن آن‌ها، نمی‌توانید بلافاصله آن‌ها را بخورید.

• این کار باعث اطمینان از کشته‌شدن و از بین رفتن همه باکتری‌های موجود در غذا می‌شود.

• برای گرم کردن غذاهای پخته‌شده یا یخ‌زده، موارد زیر را رعایت کنید:

- غذا را از طرف فلزی‌اش خارج کنید.

- آن را با پوشش پلاستیکی (فویل شفاف مناسب برای مایکروویو) یا کاغذ مومی بپوشانید؛ بدین ترتیب، همه عطر و طعم طبیعی غذا حفظ شده، دستگاه پاکیزه‌تر می‌ماند. هم‌چنین می‌توانید غذا را با بشقاب‌های سرتخته‌شده بپوشانید.

- در صورت امکان، غذا را به‌دفعات به‌هم بزنید یا پشت‌و رو کنید تا فرایند گرم‌کردن تسریع شود و هم‌زمان گرما یک‌نواخت باقی بماند.

- زمان‌های پختی را که فهرست شده‌اند با دقت فراوان رعایت نمایید؛ فراموش نکنید که در شرایط ویژه‌ای باید این زمان‌بندی‌ها را افزایش دهید.

• غذاهای یخ‌زده را باید، پیش از آغاز فرایند گرم‌کردن، یخ‌زدایی نمود. هرچه دمای آغازین (اولیه) ماده غذایی کم‌تر باشد، زمان لازم برای گرم‌کردن آن بیشتر خواهد بود.

• مواد غذایی و نوشیدنی‌ها را می‌توان برای مدتی کوتاه در ظروف مقوایی یا پلاستیکی گرم کرد. ولی، چنان‌چه زمان گرم‌کردن طولانی شود، امکان دارد که این‌گونه ظروف، دچار تغییر شکل شوند.

نوع	مقدار	عملکرد	مدت زمان پخت	نکته‌ها / ملاحظات
غذاهای نرم‌شدنی				
● شکلات / رویه کیک	۱۰۰ گرم		۶-۵ دقیقه	در یک بشقاب بگذارید. رویه کیک را یک بار هم بزنید.
● کره	۷۰-۵۰ گرم		۰.۷ تا ۰.۱۲ ثانیه	
غذای سرد یخچالی (دمای اولیه ۵ تا ۸ درجه سانتی‌گراد) تا ۳۰-۲۰ درجه سانتی‌گراد				
● ماست	۱۲۵ گرم	//	۰.۱۲ تا ۰.۱۷ ثانیه	فویل فلزی را جدا کنید.
● شیشه‌شیر بچه	۲۴۰ گرم	//	۰.۳۵ تا ۰.۴۰ ثانیه	شیشه‌شیر بچه را بدون پستانک گرما دهید و بلافاصله آن را تکان دهید تا دمای محتویات آن یکنواخت شود. پیش از استفاده نیز دمای آن را چک کنید. برای شیر هم‌دما با اتاق، زمان گرم کردن کم‌تر است. برای جلوگیری از خطر آتش‌گرفتن، به هنگام استفاده از شیر خشک، لطفاً به‌طور یکنواخت شیر را هم بزنید. لطفاً از شیر استریل‌شده (استریلیزه) استفاده نمایید.
غذاهای پخته‌شده سردشده (دمای اولیه ۵ تا ۸ درجه سانتی‌گراد) تا تقریباً ۷۰ درجه سانتی‌گراد				
● بسته لازانیا یا پاستای توپر	۴۰۰ گرم	//	۸-۶ دقیقه	بسته‌های هرگونه ماده غذایی پخته‌شده موجود در بازار را باید تا ۷۰ درجه سانتی‌گراد گرم کرد. غذا را از هرگونه ظرف فلزی خارج کرده، مستقیماً درون بشقابی بریزید که می‌خواهید غذا را در آن بخورید. برای نتایج بهتر، همیشه غذا روی غذا را بپوشانید.
● بسته گوشت با برنج و/یا سبزیجات	۴۰۰ گرم	//	۸-۶ دقیقه	
● بسته ماهی و/یا سبزیجات	۳۰۰ گرم	//	۷-۵ دقیقه	
● بشقاب گوشت و/یا سبزیجات	۴۰۰ گرم	//	۸-۷ دقیقه	عده‌های هرگونه ماده غذایی پخته‌شده را باید تا ۷۰ درجه سانتی‌گراد گرم کرد. غذا را مستقیماً درون بشقابی بریزید که می‌خواهید غذا را در آن بخورید و آن را یا با فویلی بی‌رنگ و شفاف یا با بشقابی سروته‌شده بپوشانید.
● بشقاب پاستا، کائونی، یا لازانیا	۴۰۰ گرم	//	۸-۷ دقیقه	
● بشقاب ماهی و/یا برنج	۳۰۰ گرم	//	۸-۶ دقیقه	
غذای یخ‌زده‌ای که قرار است گرم یا پخته شود (دمای اولیه ۱۸- تا ۲۰- درجه سانتی‌گراد) تا تقریباً ۷۰ درجه سانتی‌گراد				
● بسته لازانیا یا پاستای توپر	۴۰۰ گرم	//	۱۰-۸ دقیقه	بسته‌های هرگونه ماده غذایی پخته‌شده یخ‌زده موجود در بازار را باید تا ۷۰ درجه سانتی‌گراد در بسته خودش گرم کرد. غذا را از هرگونه ظرف فلزی خارج کنید و آن را مستقیماً درون بشقابی بریزید که می‌خواهید غذا را در آن بخورید و زمان پخت را چند دقیقه‌ای افزایش دهید.
● بسته گوشت با برنج و/یا سبزیجات	۴۰۰ گرم	//	۸-۷ دقیقه	
● بسته ماهی و/یا سبزیجات پخته‌شده	۳۰۰ گرم	//	۷-۵ دقیقه	
● بسته ماهی و/یا سبزیجات خام	۳۰۰ گرم	//	۱۲-۱۰ دقیقه	غذای خام را از بسته‌اش در آورده، در ظرفی مناسب برای مایکروویو بریزید و سپس روی آن را بپوشانید.

● وعدهٔ گوشت و/یا سبزیجات	۴۰۰ گرم	//	۸ - ۱۰ دقیقه	وعده‌های هرگونه مادهٔ غذایی پخته‌شدهٔ یخ‌زده را باید تا ۷۰ درجهٔ سانتی‌گراد گرم کرد. غذای یخ‌زده را درون بشقابی بریزید که می‌خواهید غذا را در آن بخورید و آن را با بشقابی سروته‌شده یا یک در پیرکس بپوشانید. وارسی کنید که وسط غذا داغ شده باشد. در صورت امکان، غذا را هم بزنید.
● وعدهٔ پاستا، کاندونی، یا لازانیا	۴۰۰ گرم	//	۹ - ۱۱ دقیقه	
● وعدهٔ ماهی و/یا برنج	۳۰۰ گرم	//	۶ - ۸ دقیقه	

نوشیدنی‌های سرد (دمای اولیهٔ ۵ تا ۸ درجهٔ سانتی‌گراد) تا تقریباً ۷۰ درجهٔ سانتی‌گراد

● یک فنجان آب	۱۸۰ سی‌سی	//	۱/۳۰ تا ۲ دقیقه	
● یک فنجان شیر	۱۵۰ سی‌سی	//	۱ تا ۱،۳۰ دقیقه	همهٔ نوشیدنی‌ها را باید پس از گرم‌کردن، به‌هم زد تا دمای آن‌ها یکنواخت شود. در مورد آب‌گوشت، توصیه می‌شود آن را با بشقابی سروته‌شده بپوشانید.
● یک فنجان قهوه	۱۰۰ سی‌سی	//	۱ تا ۱،۳۰ دقیقه	
● یک فنجان آب‌گوشت	۳۰۰ سی‌سی	//	۲ تا ۳ دقیقه	

نوشیدنی‌های هم‌دمای با اتاق (دمای اولیهٔ ۲۰ تا ۳۰ درجهٔ سانتی‌گراد) تا حدود ۷۰ درجهٔ سانتی‌گراد

● یک فنجان آب	۱۸۰ سی‌سی	//	۱ تا ۱،۳۰ دقیقه	
● یک فنجان شیر	۱۵۰ سی‌سی	//	۰،۳۰ تا ۱ دقیقه	همهٔ نوشیدنی‌ها را می‌باید پس از گرم‌کردن هم زد تا دمای آنها یکدست و یکنواخت شود. در مورد آب‌گوشت، توصیه می‌شود آن را با بشقابی سروته‌شده بپوشانید.
● یک فنجان قهوه	۱۰۰ سی‌سی	//	۰،۳۰ تا ۱ دقیقه	
● یک فنجان آب‌گوشت	۳۰۰ سی‌سی	//	۲ تا ۳ دقیقه	

پختن با استفاده از عملکرد فقط مایکروویو

گوشت

به هنگام استفاده از عملکرد فقط مایکروویو برای پختن گوشت، باید با پوششی پلاستیکی، که برای استفاده در مایکروویو ساخته شده است، گوشت را بپوشانید؛ در این‌صورت، گرما بهتر پخش شده و مانع از خشک‌شدن و سفت‌شدن گوشت به‌دلیل هدررفتن آب و خونابهٔ آن می‌شود. این عملکرد دستگاه، برای درست‌کردن خورشت، گولاش، سینه مرغ و ... مناسب است. برای درست‌کردن بریانی‌ها و غذاهای گوشتی سیخی، باید از عملکرد ترکیبی استفاده کنید.

ماهی

ماهی را می‌توان درون مایکروویو، بسیار سریع و با نتایجی عالی درست کرد. می‌توانید کمی روغن یا کره به آن بزنید (یا، در صورت تمایل، اصلاً چیزی به آن نزنید). ماهی را با فویل شفاف بپوشانید. البته پوست ماهی را باید بریده‌بریده کنید و فیله‌های ماهی را به شکلی یک‌دست بچینید. توصیه می‌کنیم که برای درست‌کردن ماهی آغشته به تخم‌مرغ زده‌شده، از این دستگاه استفاده نکنید.

سبزیجات

سبزیجاتی که درون مایکروویو پخته می‌شوند، نسبت به پخت‌های سنتی و رایج، رنگ و ارزش غذایی‌شان را بیشتر و بهتر حفظ می‌کنند. پیش از پختن سبزیجات، آن‌ها را بشوید و تمیز کنید. سبزیجات بزرگ را باید به اندازه‌های یکسان خرد کنید. برای هر ۵۰۰ گرم سبزیجات، حدود ۵ قاشق چای‌خوری آب اضافه نمایید (سبزیجات فیبری (با الیاف زیاد) نیاز به آب بیشتری دارند). هنگام پخت سبزیجات، همیشه باید با یک پوشش پلاستیکی روی آن‌ها را بپوشانید و حداقل، پس از گذشت نیمی از زمان پخت، آن‌ها را هم بزنید. نمک را هم تنها پس از اتمام فرایند پخت و آن هم به مقدار اندک، به سبزیجات بیفزایید.

زمان انتظار (دقیقه)	نکته‌ها/پیش‌نیادهای	زمان‌های پخت (دقیقه)	میزان توان	مقدار (گرم)	نوع
ماهی					
۲	با پوشش پلاستیکی بپوشانید.	۴ - ۶		۲۰۰	● فیله
۲	با پوشش پلاستیکی بپوشانید.	۵ - ۷	//	۳۰۰	● تکه تکه
۲	با پوشش پلاستیکی بپوشانید.	۸ - ۱۰	//	۵۰۰	● درسته
۲	با پوشش پلاستیکی بپوشانید.	۴ - ۶	//	۲۵۰	● درسته
۲	با پوشش پلاستیکی بپوشانید.	۵ - ۷	//	۴۰۰	● خرد شده
۲	با پوشش پلاستیکی بپوشانید.	۵ - ۷	//	۵۰۰	● شاه‌میگو
سبزیجات					
۴	به تکه‌های ۲ سانتی‌متری برش دهید.	۹ - ۱۰		۵۰۰	● مارچوبه
۴	بهتر است از ته کنگر استفاده کنید.	۱۰ - ۱۲	//	۳۰۰	● کنگرفرنگی (آرتیشو)
۴	خرد کنید.	۱۱ - ۱۳	//	۵۰۰	● لوبیا سبز
۴	«گل‌گل» کنید.	۷ - ۸	//	۵۰۰	● بروکلی (گل کلم ایتالیایی)
۴	بگذارید همان‌طور درسته باشد.	۷ - ۹	//	۵۰۰	● کلم بروکسل
۴	به‌صورت نواری ببرید.	۷ - ۹	//	۵۰۰	● کلم سفید
۴	به‌صورت نواری ببرید.	۷ - ۹	//	۵۰۰	● کلم بنفش
۴	یک‌دست و یک‌اندازه خرد کنید.	۹ - ۱۱	//	۵۰۰	● هویج
۴	«گل‌گل» کنید.	۱۱ - ۱۳	//	۵۰۰	● گل کلم
۴	خرد کنید.	۷ - ۹	//	۵۰۰	● کرفس
۴	حلقه حلقه کنید.	۶ - ۸	//	۵۰۰	● بادنجان
۴	تکه تکه کنید.	۶ - ۸	//	۵۰۰	● تره
۴	بگذارید همان‌طور درسته باشد. آب اضافه نکنید.	۶ - ۸	//	۵۰۰	● قارچ
۴	پیازها درسته و یک‌اندازه باشند. آب اضافه نکنید.	۵ - ۷	//	۲۵۰	● پیاز
۴	پس از شستن و آب‌کشی کردن برگ‌ها، بپوشانید.	۶ - ۸	//	۳۰۰	● اسفناج
۴		۱۰ - ۱۲	//	۵۰۰	● نخودفرنگی
۴	به چهار قطعه برابر تقسیم کنید.	۱۲ - ۱۴	//	۵۰۰	● رازیانه
۴	تکه تکه کنید.	۹ - ۱۱	//	۵۰۰	● فلفل دلمه‌ای
۴	یک‌دست و یک‌اندازه خرد کنید.	۸ - ۱۰	//	۵۰۰	● سیب‌زمینی
۴	بگذارید همان‌طور درسته باشد.	۷ - ۹	//	۵۰۰	● کدوسبز
گوشت					
۱۰	به‌صورت روباز بپزید و ۲ تا ۳ بار هم بزنید.	۴۰ - ۴۲	//	۱۵۰۰	● خورش
۳	نمک را در پایان پخت باید افزود.	۱۰ - ۱۲	//	۵۰۰	● سینه مرغ
۵	(*)	۱۸ - ۲۰	//	۹۰۰	● کوفته

(*) این دستورالعمل‌ها برای اجرای آزمون‌های پخت گوشت چرخ‌کرده مطابق با آیین‌نامه ۶۰۷۰۵، بند ۱۲/۳/۳ مناسب هستند. ظرف را با پوشش پلاستیکی بی‌زنگ

(شفاف) مناسب دستگاه‌های مایکروویو بپوشانید.

سوپ و آش و برنج

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

کیک و شیرینی و میوه

کیک‌ها (با توان کم‌تر مایکروویو) بسیار بیشتر از پخت به روش سنتی یا معمول پف می‌کنند. از آن‌جا که با مایکرو لایه برشته‌ای بر روی کیک تشکیل خواهد شد، بهتر است سطح کیک‌ها یا شیرینی‌ها را با مثلاً خامه یا شکلات تزیین کنید؛ به‌علاوه، چیزی را که می‌پزید، باید کاملاً بپوشانید، زیرا چنین موادی خشک‌شدن‌شان سریع‌تر از زمانی اتفاق می‌افتد که به روش معمول یا سنتی پخته شده باشند. میوه را، اگر با پوست می‌پزید، باید سوراخ‌سوراخ کنید و پوشیده نگه دارید؛ لازم است زمان‌های انتظار را (۳ تا ۵ دقیقه) رعایت نمایید.

زمان‌های پخت کیک، شیرینی‌جات و میوه

ملاحظات و پیش‌نهادها	زمان انتظار (دقیقه)	زمان تنظیمی (دقیقه)	عملکرد	نوع / مقدار
می‌توان همراه با هرگونه خامه‌ای مصرف کرد.	۵	۱۱-۱۳		کیک آجیلی (گردویی) (۷۰۰ گرم)
از مربا یا مارمالاد پر کنید.	۵	۱۵-۱۷	//	کیک وینی (۸۵۰ گرم)
تکه‌های آناناس را می‌توان در ته قالب کیک چید یا ریزریز کرد و با خمیر کیک مخلوط نمود.	۵	۱۳-۱۵	//	کیک آناناس (۸۰۰ گرم)
سیب‌ها را به عنوان تزیین روی کیک بچینید.	۵	۱۵-۱۷	//	کیک سیب (۱۰۰۰ گرم)
اگر از خامه پر کنید، عالی می‌شود.	۵	۱۱-۱۳	//	کیک قهوه (۷۵۰ گرم)
هر ۳۰ ثانیه یک بار با تخم‌مرغ‌زن هم بزیند.	۳	۱-۱/۳۰		زایا یونه
گلابی‌ها را چهارقاج کنید.	۳	۲-۳		کمپوت گلابی (۳۰۰ گرم)
سیب‌ها را چندقاج کنید.	۳	۳-۴	//	کمپوت سیب (۳۰۰ گرم)
این رهنمودها برای اجرای آزمون پخت مطابق با آیین‌نامهٔ ۶۰۷۰۵، بند ۱۲/۳/۱ مناسب هستند.	۵	۱۲-۱۴	//	کاسترد تخم‌مرغ (۷۵۰ گرم)
این رهنمودها برای اجرای آزمون پخت مطابق با آیین‌نامهٔ ۶۰۷۰۵، بند ۱۲/۳/۲ مناسب هستند.	۵	۴-۶	//	کیک اسفنجی (۴۷۵ گرم)

عملکرد فقط گریل

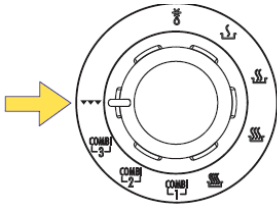
این عملکرد برای موارد زیر مناسب است:

- همه انواع کباب‌پزی (گریل) کردن سنتی (مانند گوشت استخوان‌دار، همبرگر، سوسیس، نان برشته (تست)، و غیره)

روشن کردن دستگاه با استفاده از عملکرد فقط گریل

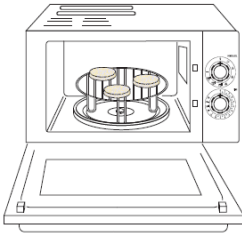
تنظیم‌گر را بچرخانید و بر روی موقعیت ▼▼ تنظیم کنید.

۱



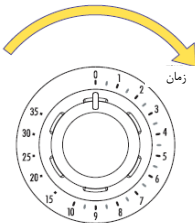
غذا را بر روی پایه سیمی قرار داده، مجموعه را بر روی صفحه‌گردان بگذارید و در را ببندید. در طی فرایند گریل‌کردن، صفحه‌گردان هرگونه چربی را که ممکن است بچکد، جمع‌آوری خواهد کرد.

۲



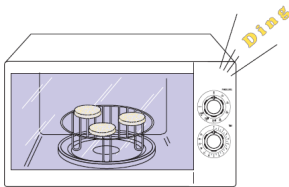
زمان پخت دلخواه‌تان را با چرخاندن تنظیم‌گر زمان پخت تنظیم کنید. در نیمه فرایند پخت، باید غذا را برگردانید.

۳



در پایان مدت زمان تنظیمی، یک پیام شنیداری (صدای زنگ) از دستگاه شنیده می‌شود تا اعلام کند که غذا آماده است.

۴



در هر زمانی، می‌توانید به‌سادگی و با قراردادن **تنظیم‌گر زمان** در موقعیت "0" عملکرد دستگاه را متوقف سازید. هم‌چنین در طول فرایند پخت، با بازکردن در دستگاه و امتحان کردن غذا، می‌توانید وضعیت پخت را واریسی کنید. این کار باعث توقف موقتی عملکرد دستگاه می‌شود اما با دوباره بستن در، عملیات پخت، از همان جایی که متوقف شده بود، از سر گرفته خواهد شد.

پخت با عملکرد فقط گریل

با این عملکرد، می‌توانید انواع غذاهای کبابی خوشمزه را درست کنید. هرگز دستگاه را از پیش گرم نکنید.

پس از گذشت نیمی از زمان پخت مورد نظر، باید همهٔ غذاها را برگردانید تا یک‌دست و یک‌نواخت پخته و برشته شوند. به هنگام بازکردن در دستگاه برای وارسی چگونگی پیشرفت فرایند پخت، همیشه از دستکش ویژهٔ آن استفاده نمایید، زیرا قسمت بالایی دستگاه در این حالت بسیار داغ است. همیشه باید پیش از ادامه یافتن عملیات، در دستگاه را ببندید.

زمان‌های پخت

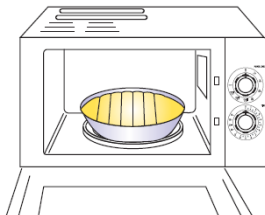
نکته‌ها	زمان تنظیمی (دقیقه)	عملکرد	مقدار	نوع
پس از ۱۲ دقیقه، آن را برگردانید. باید همیشه آن‌ها را سوراخ کنید. به‌ویژه سوسیس‌های چرب را باید از وسط برش دهید. پس از ۱۵ دقیقه، آن را برگردانید.	۲۲ - ۲۷	▼▼▼	۲	● تکه‌گوشت گوساله با استخوان
پس از ۱۵ دقیقه، آن را برگردانید. زواید نان را کاملاً بچینید. پس از ۴ یا ۵ دقیقه، آن را برگردانید.	۲۸ - ۳۲	//	۲	● سوسیس و کالباس
	۲۸ - ۳۲	//	۳	● همبرگر
	۷ - ۸	//	۲ تکه	● نان برشته (تُست)

عملکرد ترکیبی مایکروویو + گریل

این عملکرد برای موارد زیر مناسب است:

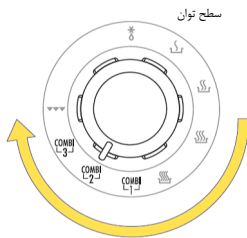
- درست کردن انواع لازانیا، پاستای تنوری (آونی) و سبزیجات گراتینه؛
- درست کردن همهٔ انواع بریانی‌ها، کباب‌های سیخی، گوشت پرنده‌گان، جوجه و ...

روشن کردن دستگاه با استفاده از عملکرد ترکیبی مایکروویو + گریل



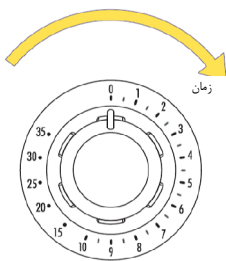
مادهٔ غذایی را درون ظرفی بگذارید که برای پخت در مایکروویو و کباب‌پزی (گریل) مناسب باشد، سپس آن را در وسط صفحه‌گردان قرار دهید.

۱



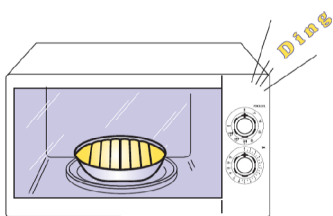
با چرخاندن تنظیم‌گر عملکرد، یکی از چند موقعیت ترکیبی موجود را انتخاب نمایید.

۲



برای تنظیم مدت‌زمان پخت، پیچ تنظیم‌گر زمان را به‌طور ساعتگرد بچرخانید و در موقعیت موردنظر قرار دهید.

۳



در پایان مدت‌زمان تنظیمی، یک پیام شنیداری (صدای زنگ) از دستگاه شنیده می‌شود تا اعلام کند که مرحله گراتینه‌شدن (رویه‌بندی) غذا به پایان رسیده است.

۴

در هر زمانی، می‌توانید به‌سادگی و با قراردادن **تنظیم‌گر زمان** در موقعیت "0" عملکرد دستگاه را متوقف سازید. هم‌چنین در طول فرایند پخت، با بازکردن در دستگاه و امتحان کردن غذا، می‌توانید وضعیت پخت را واری کنید. این کار باعث توقف موقتی عملکرد دستگاه می‌شود اما با دوباره بستن در، عملیات پخت، از همان جایی که متوقف شده بود، از سر گرفته خواهد شد.

پخت با استفاده از عملکرد مایکروویو + گریل

این عملکرد برای پخت با مایکروویو و نیز برای برشته‌کردن مواد غذایی و گراتینه‌کردن (رویه‌بندی) آن‌ها مناسب است. با وجود این، باید موارد زیر را همیشه به یاد داشته باشید:

- هرگز نباید دستگاه را از پیش گرم کرد؛
- نباید چاشنی و ادویه‌جات روی ماده غذایی بهاشید (فقط نصف لیوان آب بیفزایید تا گوشت نرم بماند)؛
- پس از گذشت نیمی از زمان پخت، غذاهای بریانی و تکه‌های بزرگ گوشت را برگردانید.
- برای واری وضعیت غذا در طی فرایند پخت، در دستگاه را باز کنید. این کار باعث توقف عملکردهای مایکروویو و گریل می‌شود؛ در این‌صورت، باید از دستکش ویژه آن استفاده کرد، زیرا سطح بالایی دستگاه بسیار داغ است. برای ادامه‌یافتن فرایند پخت، کافی است در دستگاه را ببندید.

زمان‌های انتظار (دقیقه)	نکته‌ها / پیش‌نهادها	زمان‌های پخت (دقیقه)	عملکرد	مقدار (گرم)	نوع
۵	نگذارید زیادی آب شود.	20-25	COMBI 1	۶۰۰	● نیوگی رومی
۵	زمان‌های مذکور برای پاستای نبخته هستند.	35-40	COMBI 2	۱۱۰۰	● لازانیا
۵	نخست باید پاستا را نیم‌پز کرد.	20-25	COMBI 1	۱۵۰۰	● ماکارونی پرچاشنی
۵	زمان‌های مذکور برای گل‌کلم خام هستند.	25-30	COMBI 1	۱۰۰۰	● گل‌کلم با سس بشامل
۵	گوجه‌فرنگی‌ها باید هم‌اندازه باشند.	20-25	COMBI 1	۸۰۰	● گوجه‌فرنگی گراتینه
۵	بهتر است از فلفل‌های پهن و کوتاه استفاده کنید.	25-30	COMBI 3	۱۴۰۰	● دلمهٔ فلفل
۵	می‌توان بادنجان‌ها را نخست سرخ کرد یا کباب نمود.	20-25	COMBI 3	۱۳۰۰	● بادنجان با پنیر
۵	زمان‌های مذکور برای سیب‌زمینی نبخته هستند (*).	30-35	COMBI 3	۱۱۰۰	● سیب‌زمینی گراتینه
۱۰	اندکی چربی گرداگرد گوشت باقی بگذارید تا خشک نشود.	65-75	COMBI 2	۱۰۰۰	● بریانی (خوک، گاو، گوساله)
۱۰	پس از گذشت نیمی از زمان پخت، آن را برگردانید.				● کوفتهٔ گوشت
	پس از گذشت نیمی از زمان پخت، آن را برگردانید.	30-35	COMBI 2	۸۰۰	(این دستورالعمل‌ها مربوط به آزمون ۱۲/۳/۳ رهنمودهای اتحادیهٔ اروپایی به شمارهٔ ۶۰۷۰۵ نمی‌شوند.)
۱۰	پوستش را با چنگال سوراخ‌سوراخ کنید. پس از گذشت نیمی از زمان پخت، برگردانید (**).	65-70	COMBI 2	۱۲۰۰	● جوجهٔ درسته
۱۰	پس از گذشت نیمی از زمان پخت، آن را برگردانید.	30-35	COMBI 2	۶۰۰	● گوشت به‌سیخ کشیده‌شده
۱۰	پس از گذشت نیمی از زمان پخت، آن را برگردانید.	55-60	COMBI 2	۱۰۰۰	● بره
۱۰	پس از گذشت نیمی از زمان پخت، آن را برگردانید.	50-55	COMBI 2	۱۰۰۰	● بوقلمون (تکه‌تکه)
۱۰	پس از گذشت نیمی از زمان پخت، آن را برگردانید.	55-60	COMBI 2	۱۰۰۰	● اردک

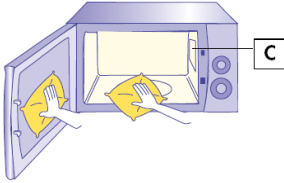
(*) این دستورالعمل‌ها برای اجرای آزمون پخت مطابق با آیین‌نامهٔ ۶۰۷۰۵، بند ۱۲/۳/۴ مناسب هستند.

(**) این دستورالعمل‌ها برای اجرای آزمون پخت مطابق با آیین‌نامهٔ ۶۰۷۰۵، بند ۱۲/۳/۶ مناسب هستند.

تمیز کاری و مراقبت

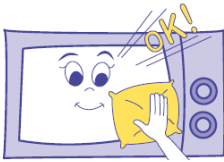
پیش از آغاز به انجام هرگونه عملیات تمیز کاری یا مراقبت، همیشه دوشاخه دستگاه را از برق بکشید و صبر کنید تا دستگاه خودش خنک شود.

تمیز کاری



برای نگه داشتن دستگاه خود در بهترین وضعیت، در، محیط درون و بیرون آن را باید به طور مرتب، با استفاده از یک پارچه نرم و صابون یا مایع شوینده‌ای خنثی، تمیز نمایید. همیشه پوشش خروجی میکروویو (ریزموچها) (C) را تمیز کرده و چربی و روغن پاشیده شده را از روی آن بردارید.

هرگز از شوینده‌های سایا (خورنده سطوح)، سیم ظرف شویی یا وسایل فلزی تیز و برنده استفاده نکنید. به هنگام تمیز کردن سطوح بیرونی، مراقب باشید که آب یا شوینده به درون خروجی هوا و شکاف‌های بخار واقع در بالای دستگاه نفوذ نکند.



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

برای تضمین بسته شدن کامل در، همیشه درون در را تمیز نگه دارید و نگذارید که آلودگی‌ها و پسمانده‌های مواد غذایی، بین در و سطح جلویی دستگاه گیر کند یا جمع شود.

روزنه‌های ورودی هوای واقع در پشت دستگاه را مرتباً تمیز کنید تا به مرور زمان، گردوغبار یا آلودگی‌ها در این نواحی جمع نشده و منجر به گرفتگی این روزنه‌ها نشوند. گاه‌به‌گاه لازم است صفحه گردان (F) و حامل آن (G) را درآورده و آن‌ها را تمیز کنید. به همین ترتیب، کف دستگاه را هم باید تمیز نمایید. صفحه گردان و حامل آن را با محلول آب و شوینده (با پ.هاش. خنثا) بشویید. این قطعات را می‌توان در ماشین ظرف شویی نیز شست.

مهم: هنگامی که دستگاه برای مدت زمانی طولانی داغ شده است، صفحه گردان را در آب سرد فرو نبرید؛ زیرا شوک

گرمایی قوی حاصل از این عمل، می‌تواند موجب شکستن و ترک خوردن صفحه گردان شود.

محرك (موتور) صفحه گردان، آب بندی شده است؛ اما به هر حال، در هنگام تمیز کردن کف دستگاه، مراقب باشید که آب به زیر محور صفحه گردان نفوذ نکند.

در صورت بروز هرگونه مشکلی

در صورت مشاهده هرگونه نقص یا عیبی درون دستگاه، با یکی از مراکز خدمات مجاز دلونگی تماس بگیرید. در هر صورت، پیش از خبرکردن فن‌ورزان (تکنسین‌های) ما، واری‌های ساده زیر را خودتان انجام دهید:

مشکل	دلیل / راه حل
● دستگاه کار نمی‌کند.	<ul style="list-style-type: none"> ● در درست بسته نشده است. ● دوشاخهٔ سیم برق درست به پریز زده نشده است. ● پریز، جریان برق ندارد (فیوز اصلی ساختمان را واری کنید). ● پیچ تنظیم‌گر زمان به درستی تنظیم نشده است.
● تشکیل میعان‌ات در محل پخت و درون دستگاه.	<ul style="list-style-type: none"> ● هنگامی که غذای آبداری را می‌پزید، خروج بخار تولیدشدهٔ درون دستگاه و میعان این بخار، درون دستگاه و محل پخت (پایه و صفحه گردان) کاملاً عادی است.
● درون دستگاه جرقه‌هایی زده می‌شود.	<ul style="list-style-type: none"> ● به هنگام استفاده از عملکردهای فقط مایکروویو و ترکیبی، دستگاه را روشن نکنید؛ مگر آن که غذا را قبلاً درون آن گذاشته باشید. ● به هنگام پخت با مایکروویو، از ظروف فلزی و کیسه‌ها و بسته‌های دارای قطعه یا قطعات فلزی استفاده نکنید.
● غذا خوب داغ نمی‌شود.	<ul style="list-style-type: none"> ● میزان توان مناسب برای مادهٔ غذایی را انتخاب کنید یا مدت‌زمان پخت را افزایش دهید. ● پیش از آغاز پخت، غذا را خوب یخ‌زدایی نکرده‌اید.
● غذا می‌سوزد.	<ul style="list-style-type: none"> ● روش درست پخت با زمان پخت کوتاه‌تری را انتخاب کنید.
● غذا یکنواخت و یک‌دست نمی‌پزد.	<ul style="list-style-type: none"> ● غذا را، در طی فرایند پخت، به هم بزنید. به یاد داشته باشید که مواد غذایی، هنگامی که به قطعات کوچک‌تری تقسیم یا برش داده شوند، خیلی بهتر خواهند پخت. ● صفحه گردان متوقف شده است. ببینید که محور به درستی در جایش قرار گرفته باشد.

در صورت سوختن چراغ، هم‌چنان می‌توانید از دستگاه استفاده کنید. برای تعویض لامپ، با مرکز خدمات مجاز دلونگی تماس بگیرید.