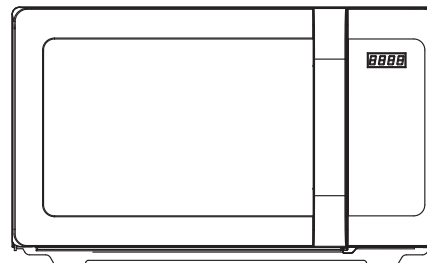


DAEWOO

CUPTOR CU MICROUND

MANUAL DE UTILIZARE

Înainte de a folosi cuptorul este recomandată citirea instrucțiunilor de folosire.



KOR-91RBW / R / K / WM / WO

INDICAȚII PRIVIND POSIBILA EXPUNERE EXCESIVĂ LA ENERGIA CREATĂ DE CUPTORUL CU MICROUNDURI

- (a) **Nu utilizați acest cuptor cu ușa** deschisă deoarece vă puteți expune în mod periculos la energia microundurilor. Este important să nu dezactivați și să nu modificați sistemele de interblocare de siguranță.
- (b) **Nu așezați obiecte** între partea frontală a cuptorului și ușa și evitați depunerea de murdărie sau reziduuri de praf de curățat pe suprafețele de etanșizare.
- (c) **ATENȚIE:** În cazul în care ușa cuptorului sau suprafețele de etanșizare sunt deteriorate, cuptorul nu trebuie folosit până când acestea vor fi remediate de o persoană competentă:
(1) ușa (îndoită), (2) balamalele și dispozitivele de închidere (rupte sau slăbite),
(3) suprafețele de etanșizare.

- (d) **ATENȚIE:** Este periculos ca reparațiile să fie efectuate de o persoană care nu este autorizată; în special dacă trebuie scoasă carcasa care protejează împotriva expunerii la energia microundurilor.
- (e) **ATENȚIE:** Lichidele sau alte alimente nu trebuie încălzite în recipiente închise, deoarece acestea pot exploda.
- (f) **ATENȚIE:** Acest aparat poate fi folosit de copiii cu vârsta peste 8 ani și de persoanele cu abilități fizice, senzoriale și mentale reduse sau lipsite de experiență sau cunoștințe, dacă li s-au acordat îndrumări sau instrucțiuni cu privire la utilizarea aparatului într-un mod sigur și dacă înțeleg riscurile implicate. Copiii trebuie să nu se joace cu aparatul. Curățarea și întreținerea curentă a aparatului nu trebuie să fie făcută de copii decât dacă au peste 8 ani și sunt sub supraveghere.

CUPRINS

• INDICAȚII PRIVIND POSIBILA EXPUNERE EXCESIVĂ LA ENERGIA CREATĂ DE CUPTORUL CU MICROUND	1
• INSTRUCȚIUNI PRIVIND SIGURANȚA	3
• INSTRUCȚIUNI PRIVIND ÎMPĂMÂNTAREA	6
• INSTALAREA	6
• DIAGRAMA PĂRȚILOR COMPONENTE	7
• DIAGRAMA PĂRȚILOR COMPONENT (continuare)	8
• PROCEDURA DE FUNCȚIONARE	9
• MODUL ZERO STAND-BY - CUM FUNCȚIONEAZĂ	10
• SETAREA COMENZILOR	11
PREPARAREA CU MICROUND	11
+30 sec	11
PREPARARE AUTOMATĂ	12
FRESH DEFROST (DECONGELARE PROASPĂTĂ)	13
DECONGELARE	14
DECONGELARE RAPIDĂ	14
CURĂȚAREA CU ABURI	15
ÎNCĂLZIREA ALIMENTELOR	15
PENTRU A OPRI CUPTORUL ÎN TIMP CE ACESTA FUNCȚIONEAZĂ	16
• PROTEJAREA CUPTORULUI CU MICROUND	17
• ÎNTREBĂRI ȘI RĂSPUNSURI	18
• ÎNAINTE DE A APELA LA SERVICE	19
• ÎNTREȚINERE ȘI CURĂȚARE	19
• ELIMINAREA ECHIPAMENTELOR ELECTRICE ȘI ELECTRONICE UZATE	19
• SPECIFICAȚII	20
• INSTRUCȚIUNI DE GĂTIRE	21

• FOLOSIREA CUPTORULUI ÎN SIGURANȚĂ	22
• ARC ELECTRIC	22
• PRINCIPIILE GĂTIRII LA MICROUND	23
• PROCESUL DE GĂTIRE CU MICROUND	23
• TABELE DE CONVERSIE	23
• TEHNICI DE GĂTIRE	24
• GHID DE DECONGELARE	25
• TABEL PENTRU PREPARARE ȘI REÎNCĂLZIRE	26
• TABEL PENTRU PREPARAREA LEGUMELOR	28
• REȚETE	29-31

INSTRUCȚIUNI PRIVIND SIGURANȚA

CITIȚI CU ATENȚIE ȘI PĂSTRAȚI PENTRU REFERINȚE ULTERIOARE

ATENȚIE: Pentru a preîntâmpina incendiile, producerea de arsuri, electrocutări și alte pericole:

Mai jos sunt descrise, ca pentru toate aparatele electrocasnice, anumite reguli și măsuri de siguranță ce trebuie urmate pentru a folosi cuptorul în condiții de siguranță și la performanțe maxime:

1. Nu folosiți cuptorul pentru alte scopuri în afară de prepararea mâncării, cum ar fi uscarea rufelor, a hârtiei, sau oricare alte obiecte ori produse nealimentare sau pentru sterilizare.
2. Nu folosiți cuptorul gol, acest lucru poate duce la defectare.
3. Nu utilizați interiorul cuptorului pentru depozitarea de obiecte cum ar fi hârtie, cărți de bucate, vase de bucătărie, etc.

4. Nu folosiți cuptorul fără platoul de sticlă instalat. Asigurați-vă că acesta stă bine fixat pe baza rotativă.
5. Asigurați-vă că scoateți capacele înainte de a găti, atunci când preparați alimente introduse în recipiente din sticlă.
6. Nu așezați obiecte între suprafața cuptorului și ușă. Acestea ar putea provoca scăpări excesive de energie a microundelor.
7. Nu folosiți produse din hârtie reciclată pentru gătire. Acestea pot conține impurități ce pot produce scânteii și/ sau se pot aprinde în timpul preparării.
8. Nu preparați floricele de porumb dacă cuptorul cu microunde nu este aprobat pentru acest lucru sau dacă nu sunt special ambalate și recomandate de producător pentru prepararea la microunde. Floricelele de porumb preparate la microunde produc o cantitate mai mică decât cele preparate convențional; vor exista și boabe neexplodate. Nu utilizați ulei decât în cazul în care acest lucru este menționat de către producător.

9. Nu preparați în cuptor alimente cu membrană, cum ar fi gălbenușurile de ou, cartofii, ficăței de pui etc. fără a le străpunge în prealabil de câteva ori cu o furculiță.
10. Nu depășiți timpul de preparare specificat de producător pentru floricelele de porumb (de obicei, timpul de preparare este mai scurt de 3 minute). O preparare mai îndelungată nu produce mai multe floricele.
11. Prepararea excesivă poate cauza carbonizarea mâncării.
De asemenea, vasul utilizat pentru preparare se va supraîncălzi și se poate sparge.
12. În cazul în care apare fum, închideți sau scoateți aparatul din priză și mențineți ușa închisă pentru a combate eventualele flăcări.
13. Când încălziți mâncarea în recipiente de plastic sau hârtie, supravegheați atent cuptorul, deoarece există risc de incendiu.
14. Conținutul sticlelor sau al borcanelor cu mâncare pentru copii trebuie agitat și trebuie să verificați temperatura înainte de consum, pentru

a evita opărirea.

15. Verificați de fiecare dată temperatura alimentelor sau băuturilor înainte de consum, în special atunci când este destinată copiilor sau persoanelor în vârstă. Acest lucru este important deoarece lucrurile care au fost încălzite în cuptorul cu microunde continuă să se încălzească, deși cuptorul s-a oprit.
16. Ouăle în coajă și ouăle întregi fierte tari nu trebuie încălzite la microunde, deoarece pot exploda, chiar și după ce încălzirea cuptorului a încetat;
17. Păstrați curat capacul ghidajului pentru unde. Curățați interiorul cuptorului după fiecare utilizare, cu o cârpă moale și uscată. Resturile de grăsime în interiorul cuptorului pot să se supraîncălzească, să degaje fum sau să se aprindă la următoarea utilizare a cuptorului.
18. Nu încălziți uleiuri sau grăsimi deoarece nu puteți controla temperatura iar acestea pot lua foc.

19. Lichidele, cum ar fi apa, cafeaua sau ceaiul se pot supraîncălzi peste punctul de fierbere fără să apară bule, datorită tensiunii superficiale. Bulele vizibile sau în fierbere nu sunt prezente întotdeauna, atunci când recipientul este scos din cuptor. **LICHIDELE DEVIN FOARTE FIERBINȚI ATUNCI CÂND ESTE INTRODUSĂ O LINGURĂ SAU ALTĂ USTENSILĂ ÎN LICHID.**

Pentru a reduce riscul de accidentare:

- a) Nu supraîncălziți lichidele.
 - b) Agitați lichidul de două ori, înainte și la jumătatea perioadei de încălzire.
 - c) Nu utilizați recipiente cu partea laterală plană, cu gâtul strâmt.
 - d) După încălzire, lăsați recipientul în cuptor încă puțin timp înainte de a-l scoate.
 - e) Fiți foarte atenți când introduceți în recipient o lingură sau o altă ustensilă.
20. Copiii trebuie supravegheați să nu se joace cu aparatul.
21. Utilizați doar ustensile adecvate pentru folosirea în cuptorul cu microunde.

22. Încălzirea la microunde a băuturilor poate rezulta în fierbere bruscă întârziată, astfel încât manipularea recipientului trebuie făcută cu grijă.

23. Acest aparat este destinat utilizării în gospodărie și în spații cu o destinație similară, cum ar fi:
- bucătăriile pentru angajați din magazine, birouri sau alte spații de lucru;
 - ferme;
 - de către clienți în hoteluri, moteluri și alte spații de tip rezidențial;
 - spații de tipul pensiunilor.

PĂSTRAȚI ACEST MANUAL DE UTILIZARE

INSTRUCȚIUNI PRIVIND ÎMPĂMÂNTAREA

Cuptorul cu microunde trebuie să fie cuplat la o priză cu împământare. În cazul unui scurtcircuit, împământarea reduce riscul electrocutării printr-un fir prin care se scurge curentul electric. Cuptorul cu microunde este prevăzut cu un cablu de alimentare ce conține un fir pentru împământare și un ștecher special pentru prize cu împământare. Ștecherul trebuie cuplat numai la prize cu împământare.

ATENȚIE: Folosirea incorectă a ștecherului crește riscul electrocutării. Consultați un electrician calificat sau un tehnician de service în cazul în care nu ați înțeles complet instrucțiunile privind împământarea sau în cazul în care nu sunteți sigur că aparatul este corect împământat. În cazul în care aveți nevoie de o prelungire a cablului de alimentare, folosiți doar cablu dotat cu al treilea fir pentru împământare, ștecher și priză corespunzătoare. Puterea nominală marcată pe cablul de alimentare trebuie să fie egală sau mai mare decât puterea nominală a aparatului.

IMPORTANT

Firele cablului de alimentare ale aparatului sunt colorate în concordanță cu următorul cod: Verde cu galben : Împământare

Albastru : Nul

Maron : Faza

Deoarece culorile firelor cablului de alimentare ale aparatului pot să nu corespundă cu marcajele de culoare de pe bornele ștecherului dvs., procedați după cum urmează: firul verde cu galben trebuie conectat la borna ștecherului marcat cu litera „E”, simbolul de împământare sau colorată în verde cu galben. Firul colorat în albastru trebuie conectat la borna marcată cu litera „N” sau colorată în negru.

Firul colorat în maron trebuie să fie conectat la borna marcată cu litera „L” sau colorată în roșu.

AVERTISMENT:

Cuptorul cu microunde trebuie să fie cuplat la o priză cu împământare.

INSTALAREA

1. Ventilația

Nu blocați căile de ventilare. Dacă acestea sunt blocate în timpul utilizării, cuptorul se poate supraîncălzi sau chiar defecta. Spațiul liber minim necesar în jurul cuptorului și în spatele acestuia pentru o ventilare corectă este de 100 mm; înălțimea minimă necesară a spațiului liber de deasupra cuptorului este de 200 mm.

2. Suprafață stabilă, dreaptă.

Cuptorul trebuie așezat pe suprafețe drepte și stabile. Cuptorul a fost conceput numai pentru utilizare pe blaturi de bucătărie.

Cuptorul nu trebuie să fie introdus într-o unitate de mobilier dacă nu a fost testat în acest caz.

3. Lăsați spațiul în spatele cuptorului și în lateral.

Orificiile de ventilare nu trebuie să fie blocate. Dacă sunt blocate orificiile de ventilare în timpul funcționării, cuptorul se poate supraîncălzi și se poate defecta.

4. La distanță de aparate radio sau TV.

În cazul în care cuptorul este așezat prea aproape de o antenă radio sau TV pot apărea interferențe. Poziționați cuptorul cât mai departe de acestea.

5. Nu lăsați aparatul în apropierea aparatelor de încălzit și a robinetelor de apă.

Nu îl lăsați în apropierea aerului cald, a aburului sau a picăturilor de apă atunci când îi alegeți poziția, deoarece îi poate fi afectată izolația și pot surveni avarii.

6. Alimentare

- Verificați sursa locală de alimentare. Cuptorul necesită un curent de aproximativ 6 A, 230V/50Hz.
- Cablul de alimentare are aproximativ 0,8 m lungime.
- Tensiunea utilizată trebuie să corespundă celei indicate pe plăcuța cu date tehnice. Utilizarea unei tensiuni mai mari poate cauza un incendiu sau alte accidente, ducând la defectarea cuptorului. Utilizarea unei tensiuni joase va determina gătitul lent. Nu suntem răspunzători de avariile provocate în urma folosirii cuptorului la un curent electric cu alți parametri decât cei specificați.
- În cazul în care cablul de alimentare este defect, pentru evitarea pericolelor trebuie înlocuit de către producător, agentul de service al acestuia sau de către o altă persoană calificată.

7. Verificați cuptorul după despachetare pentru a descoperi eventualele defecte cum ar fi:

o ușă poziționată incorect sau defectă, o ciobitură în cavitatea cuptorului.

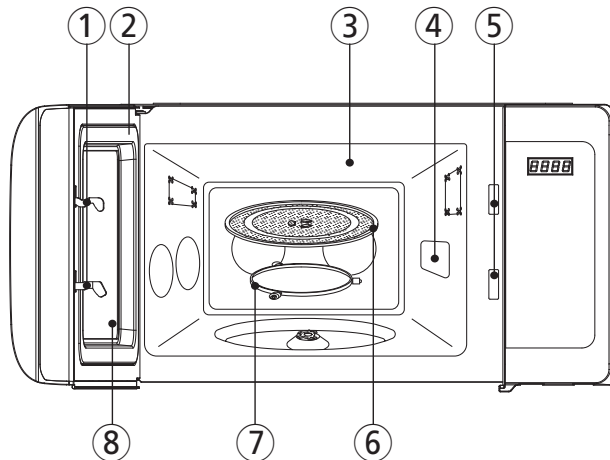
În cazul în care descoperiți vreunul dintre aceste defecte, NU INSTALAȚI cuptorul și anunțați imediat distribuitorul de la care l-ați achiziționat.

8. Nu puneți în funcțiune cuptorul dacă este mai rece decât temperatura camerei.

(Această situație apare în cazul în care îl transportați pe vreme rece.)

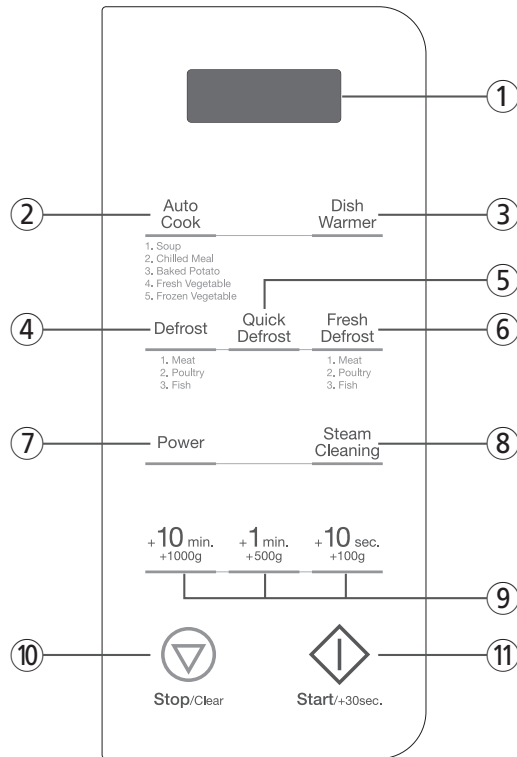
Lăsați cuptorul să revină la temperatura camerei înainte de a-l folosi.

DIAGRAMA PĂRȚILOR COMPONENTE



- ① **Încuietorea ușii** – Atunci când ușa este închisă, aceasta se închide automat. Dacă ușa se deschide în timpul funcționării cuptorului, magnetronul se oprește automat.
- ② **Garnitura ușii** – Suprafața garniturii ușii are rolul de a împiedica ieșirea microundelor din interiorul cuptorului.
- ③ **Interiorul cuptorului**
- ④ **Paravan antistropire** – Protejează orificiul de ieșire a microundelor de stropii rezultați în timpul gătirii.
- ⑤ **Sistem de blocare de siguranță** – Împiedică funcționarea cuptorului cât timp ușa este deschisă. Cuptorul va funcționa numai dacă ușa este complet închisă. Când ușa este deschisă, cuptorul se oprește și va începe din nou să funcționeze după închiderea ușii.
- ⑥ **Platoul din sticlă** – Realizat din sticlă specială, termorezistentă. Platoul poate fi scos ușor pentru curățare. Verificați dacă este corect poziționat (adâncitura) înainte de pornire. Așezați alimentele într-un recipient (vas) adecvat pe platou.
- ⑦ **Ghidajul cu role** – Susține platoul din sticlă.
- ⑧ **Ecranul ușii** – Prin aceasta puteți vedea alimentele. Ecranul este transparent pentru lumină, dar împiedică ieșirea microundelor.

DIAGRAMA PĂRȚILOR COMPONENT (continuare)



- ① **Ecran** - Afișează câteva informații despre preparare, cum ar fi timpul de preparare, nivelul puterii, greutatea alimentelor etc.
- ② **Preparare automată** - Apăsați butonul pentru a selecta funcția Autocook (Preparare automată).
- ③ **Încălzirea alimentelor** - Apăsați butonul Dish Warmer pentru a selecta funcția de încălzire a alimentelor.
- ④ **Decongelare** - Apăsați butonul Defrost pentru a decongela alimentele în funcție de greutate.
- ⑤ **Decongelare rapidă** - Apăsați butonul Quick Defrost pentru a decongela alimentele rapid în funcție de greutate.
- ⑥ **Decongelare proaspătă** - Apăsați acest buton pentru a dezgheța lent alimentele în funcție de greutate, pentru o dezghețare mai uniformă.
- ⑦ **Putere** - Apăsați butonul Power pentru a seta nivelul de putere.
- ⑧ **Curățare cu aburi** - Apăsați butonul Steam Cleaning pentru a selecta funcția de Curățare cu aburi.
- ⑨ **Butoanele cu numere** - Apăsați aceste butoane cu numere pentru a fixa timpul de preparare sau greutatea.
- ⑩ **Stop/Anulare** - Apăsați butonul Stop/Clear pentru a opri funcționarea cuptorului sau pentru a anula setările efectuate.
- ⑪ **Start/+30sec** - Apăsați butonul pentru a porni funcționarea cuptorului sau pentru a adăuga 30 de secunde la timpul de preparare prin funcția +30sec.

PROCEDURA DE FUNCȚIONARE

Această secțiune conține informații utile despre modul de operare al cuptorului cu microunde.

1. Conectați cablul de alimentare într-o priză de 230 V 50 Hz.
2. După așezarea alimentelor într-un recipient adecvat, așezați recipientul pe platoul din sticlă.

Platoul din sticlă și ghidajul rotativ trebuie să fie întotdeauna fixate în timpul utilizării cuptorului.

3. Închideți ușa. Asigurați-vă că este bine închisă.
4. Setati programul și timpul dorite, apoi apăsați Start.
5. După preparare, scoateți recipientul cu grijă, deoarece va fi fierbinte.

- 1** Lumina cuptorului se aprinde atunci când acesta funcționează.
- 2** Ușa cuptorului poate fi deschisă oricând în timpul funcționării. Cuptorul se va opri automat.
- 3** De câte ori apăsați un buton, se va auzi un semnal sonor.
- 4** Cuptorul va prepara alimentele automat la putere maximă, dacă nu setați un nivel de putere mai scăzut.
- 5** Pe afișaj nu va apărea nimic atunci când cuptorul este conectat la priză. Atunci când deschideți ușa, afișajul se aprinde și se aude un semnal sonor.
- 6** În cazul în care este apăsat butonul Stop/Clear în timpul funcționării, cuptorul se va opri și toate informațiile despre setările efectuate vor fi reținute. Pentru a șterge toate informațiile, apăsați încă o dată butonul Stop/Clear. Dacă deschideți ușa cuptorului acesta preparării timpul preparării, toate setările vor fi reținute.
- 7** Dacă apăsați butonul Start și cuptorul nu funcționează, verificați ca zona dintre ușă și gamitura de etanșeizare să nu fie obstrucționată și ca ușa să se închidă bine. Cuptorul nu va începe prepararea decât în momentul în care ușa este bine închisă sau dacă programul a fost resetat.

Cuptorul trebuie să fie corect instalat și conectat la sursa de alimentare cu energie electrică.

TABEL CU PUTEREA DEZVOLTATĂ

• Nivelul puterii se setează prin apăsarea butonului Power. Tabelul indică afișajul ecranului, nivelul de putere și procentajul din puterea maximă.

Apăsați butonul Power.	Procentajul puterii	Putere ieșire 900W	
		Afișaj ecran	Puterea dezvoltată
O dată	100%	900	900W
De două ori	90%	810	810W
3	80%	720	720W
4	70%	630	630W
5	60%	540	540W
6	50%	450	450W
7	40%	360	360W
8	30%	270	270W
9	20%	180	180W
10	10%	90	90W
11	0%	0	0W

MODUL ZERO STAND-BY - CUM FUNCȚIONEAZĂ

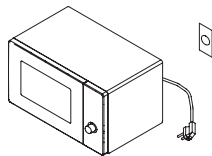
Ce este starea de alimentare în starea de repaus...

Acest cuptor are o caracteristică specială care poate reduce consumul de energie în starea de repaus fără întreruperea alimentării sau deconectarea completă de la rețea.

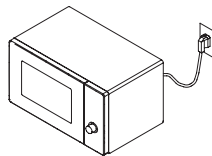
Cuptorul se va opri automat când nu este utilizat timp de 2 minute, după terminarea activității. Deși este mereu în priză, cuptorul nu consumă deloc energie atunci când este în starea de repaus. Când utilizatorul deschide ușa, cuptorul se va activa din starea de repaus și va fi gata de funcționare.

Starea de repaus în timpul alimentării se referă la energia electrică consumată de aparatele electrice și electronice în timp ce sunt oprite sau în stare de repaus.

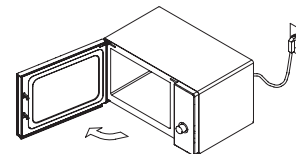
Cum se pornește cuptorul prima dată...



1. Acum, deconectat.

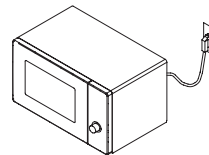


2. Conectați cablul de alimentare la o priză, dar afișajul nu pornește.

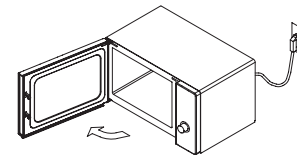


3. Deschideți ușa pentru a folosi cuptorul, iar apoi afișajul se va activa.

Cum se pornește cuptorul după folosire...



1. Cuptorul se va opri automat când nu este utilizat timp de 2 minute, după terminarea activității.



2. Deschideți ușa pentru a folosi cuptorul, iar apoi afișajul se va activa.

SETAREA COMENZILOR

PREPARAREA CU MICROUNDDE

Această funcție vă permite să gătiți alimente folosind energia microundelor.
Puteți modifica nivelul de putere al microundelor de la 100% la 0%.

Putere

1. Introduceți alimentele în cuptor și închideți ușa.
2. Apăsați butonul Power pentru a selecta nivelul de putere dorit.

NOTĂ: Dacă se trece peste acest pas, cuptorul va prepara la putere maximă.

3. Apăsați butoanele cu numere pentru a seta timpul de preparare.

NOTĂ: Puteți seta timpul de preparare până la 59 de minute și 90 de secunde la prepararea cu microunde.

Start

4. Apăsați butonul Start.
La finalul duratei de preparare, se vor auzi 3 semnale sonore.

NOTĂ: Dacă se utilizează niveluri de putere mai scăzute, durata de preparare va fi mai mare, lucru recomandat pentru alimente ca brânza, laptele sau alte alimente care necesită preparare lentă.

+30 sec

Funcția +30 sec vă permite să reîncălziți timp de 30 secunde la putere maximă apăsând butonul „+30 sec”.

Apăsând în mod repetat butonul „+30 sec” puteți prelungi timpul de reîncălzire până la 5 minute prin adăugarea a câte 30 de secunde.

Start/+30sec

1. Apăsați butonul „+30 sec”.
Atunci când apăsați butonul „+30 sec”, pe afișaj apare „:30”.
După 1,5 secunde, cuptorul începe reîncălzirea.

PREPARARE AUTOMATĂ

AUTO COOK (Gătire automată) vă permite să vă gătiți felurile de mâncare preferate.

PREPARARE
AUTOMATĂ

Start

1. Introduceți alimentele în cuptor și închideți ușa.
2. Apăsăți butonul Auto Cook pentru a selecta meniul de Preparare automată dorit.
3. Apăsăți butonul Start.
La finalul duratei de preparare, se vor auzi 3 semnale sonore.

NR	Meniu Gătire automată	Afișaj ecran	Cantitate	Instrucțiuni
1	Supă	AC-1	250g	<ul style="list-style-type: none"> • Turnați supa în recipientul cuptorului sau într-o cană. • Acoperiți supa cu o folie de protecție din plastic. Puneți supa în cuptor. • Țineți-o în cuptor în timpul de așteptare și amestecați bine. Apoi lăsați-o în așteptare timp de 1-2 minute
2	Masă refrigerată	AC-2	300g	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizarea pentru refrigerate, confort foods • Va da rezultate satisfăcătoare pentru majoritatea mărcilor. • Vă rugăm să încercați mai multe și să alegeți dumneavoastră Preferate. • Remove package from outer wrapping and follow package directions for covering. After cooking, let stand, covered, for 1 to 3 minutes
3	Cartof copt	AC-3	3 ea (ea/ 180-220g)	<ul style="list-style-type: none"> • Alegeți cartofi de mărime medie, cu o greutate cuprinsă între 180 și 220g. • Spălați și uscați cartofii. Străpungeți cartofii de mai multe ori cu o furculiță. • Puneți cartofii în cuptor. • După preparare, lăsați-i în așteptare timp de 5 minute.
4	Legume proaspete	AC-4	200g	<ul style="list-style-type: none"> • Puneți legumele într-un recipient sigur pentru cuptorul cu microunde. • Adăugați două linguri de apă. • Acoperiți cu o folie de protecție din plastic care a fost perforată. • După preparare, amestecați timp de 3-4 secunde. Lăsați-le acoperite timp de 2 minute.
5	Legume congelate	AC-5	300g	<ul style="list-style-type: none"> • Puneți legumele (spălate și tăiate în bucățele de câte 1 cm) într-un recipient sigur pentru cuptorul cu microunde. • Adăugați două linguri de apă. • Acoperiți cu o folie de protecție din plastic care a fost perforată. • După preparare, amestecați timp de 3-4 secunde. Lăsați-le acoperite timp de 2 minute.

FRESH DEFROST (DECONGELARE PROASPĂTĂ)

Această funcție vă permite să dezghețați lent alimentele în funcție de greutate, pentru o dezghețare mai uniformă.

Fresh Defrost
(Decongelare
proaspătă)

Start

1. Introduceți alimentele în cuptor și închideți ușa.
2. Apăsăți butonul Fresh Defrost (Decongelare proaspătă) pentru a selecta meniul de dezghețare dorit.
3. Apăsăți butoanele cu numere pentru a seta greutatea alimentelor.
4. Apăsăți butonul „Start/+30 sec”.
La finalul timpului de decongelare, veți auzi trei semnale sonore.

NO	Meniul Fresh Defrost (Decongelare proaspătă)	Afișaj	Greutate	Instrucțiuni
1	Meat (Carne) (Daging)	Fr-1	100g ~ 1500g	<ul style="list-style-type: none"> • Carne de vită tocată, friptură, cuburi pentru friptură, friptură din mușchi de vită, friptură înăbușită, friptură din pulpă de vită, burger de vită, cotlete de miel, ruladă de carne, cârnați, cotlete). (2cm). • După decongelare, lăsați alimentele să stea timp de 5-15 minute.
2	Poultry (Pasăre) (Daging Ayam)	Fr-2	100g ~ 1500g	<ul style="list-style-type: none"> • pui întreg, picioare, piept, piept de curcan. • După decongelare, lăsați alimentele să stea timp de 20-30 minute.
3	Fish (Pește) (daging Ikan)	Fr-3	100g ~ 800g	<ul style="list-style-type: none"> • Fileuri, fripturi, pește întreg, fructe de mare. • După decongelare, lăsați alimentele să stea timp de 10-20 minute.

DECONGELARE

Această funcție vă permite să decongelați alimentele.

Decongelați

1. Introduceți alimentele în cuptor și închideți ușa.
2. Apăsați butonul Defrost (Decongelați) pentru a selecta meniul de decongelați dorit.
3. Apăsați butoanele cu numere pentru a seta greutatea alimentelor.
4. Apăsați butonul Start.
Cuptorul emite semnale sonore în timpul ciclului de decongelați indicând că mâncarea trebuie întoarsă sau rearanjată. La finalul timpului de decongelați, veți auzi trei semnale sonore.

Start

NR	Meniul decongelați	Afișaj ecran	Greutate	Instrucțiuni
1	Meat (Carne)	dF-1	100g ~ 1500g	<ul style="list-style-type: none"> • Carne de vită tocată, friptură, cuburi pentru friptură, friptură din mușchi de vită, friptură înăbușită, friptură din pulpă de vită, burger de vită, cotlete de miel, ruladă de carne, cârnați, cotlete (2 cm). • Întoarceți mâncarea când cuptorul emite semnalul sonor. • După decongelați, lăsați alimentele să stea timp de 5-15 minute.
2	Poultry (Pasăre)	dF-2	100g ~ 1500g	<ul style="list-style-type: none"> • Pui întreg, picioare, piept, piept de curcan. • Întoarceți mâncarea când cuptorul emite semnalul sonor. • După decongelați, lăsați alimentele să stea timp de 20-30 minute.
3	Fish (Pește)	dF-3	100g ~ 800g	<ul style="list-style-type: none"> • Fileuri, fripturi, pește întreg, fructe de mare. • Întoarceți mâncarea când cuptorul emite semnalul sonor. • După decongelați, lăsați alimentele să stea timp de 10-20 minute

DECONGELARE RAPIDĂ

Această funcție vă permite să decongelați carnea mai rapid.

Decongelați rapidă

1. Introduceți alimentele în cuptor și închideți ușa.
2. Apăsați butonul Quick Defrost (Decongelați Rapidă).
3. Apăsați butoanele cu numere pentru a seta greutatea alimentelor.

Start

4. Apăsați butonul Start.
Cuptorul emite semnale sonore în timpul ciclului de decongelați indicând că mâncarea trebuie întoarsă sau rearanjată. La finalul timpului de decongelați, veți auzi trei semnale sonore.

NR	Meniul Decongelați rapidă	Afișaj ecran	Greutate	Instrucțiuni
1	Meat (Carne)	0	100g ~ 1000g	<ul style="list-style-type: none"> • Cuptorul are o funcție de decongelați rapidă ce vă permite să decongelați numai CARNEA. • Întoarceți mâncarea când cuptorul emite semnalul sonor. • După decongelați, lăsați alimentele să stea timp de 5-15 minute.

CURĂȚAREA CU ABURI

Această funcție vă permite să curățați interiorul cuptorului.

Curățarea
cu aburi

Start

1. Turnați aproximativ 200 cc de apă într-o cană sau un bol mic în mijlocul cuptorului.
2. Apăsați butonul pentru Curățare cu aburi.
3. Apăsați butonul Start.
Cuptorul începe să funcționeze imediat timp de 15 minute.
4. Ecranul afișează alternativ „door (ușă)” și „Open (Deschis)” dacă operațiunea s-a încheiat.
5. Deschideți ușa cuptorului și ștergeți cavitatea internă cu o cârpă uscată.

AVERTISMENT:

Cuptorul este fierbinte după curățarea cu aburi.
Folosiți mănuși groase pentru cuptor atunci când manevrați alimentele sau accesoriile. Nu puneți apa în sticle cu gâtul îngust. Chiar dacă recipientul este deschis, se poate acumula presiune, iar recipientul poate exploda și vă puteți răni. Aveți grijă atunci când deschideți ușa pentru a curăța interiorul cuptorului.
Aburul fierbinte vă poate opări. Dacă este posibil, așteptați puțin și deschideți ușa după ce s-a încheiat operațiunea.

ÎNCĂLZIREA ALIMENTELOR

1. Introduceți vasele în cuptor și închideți ușa.

Încălzirea
alimentelor

2. Apăsați butonul Dish warmer (Încălzirea alimentelor) pentru a selecta numărul felurilor de mâncare.

Start

3. Apăsați butonul Start.
La finalul timpului de funcționare, veți auzi trei semnale sonore.

NU	Meniul Reîncălzire	Afișaj ecran	Instrucțiuni
1	1 fel	1	Numai feluri calde
2	2 feluri	2	

PENTRU A OPRI CUPTORUL ÎN TIMP CE ACESTA FUNCȚIONEAZĂ

1. Apăsați butonul Stop/Clear.
 - Puteți reporni cuptorul prin apăsarea butonului Start.
 - Pentru a șterge toate instrucțiunile, apăsați încă o dată butonul Stop/Clear.
 - Trebuie să introduceți noi comenzi.
2. Deschideți ușa cuptorului.
 - Puteți reporni cuptorul dacă închideți ușa și apăsați butonul Start.

NOTĂ: Cuptorul se oprește în cazul în care se deschide ușa.

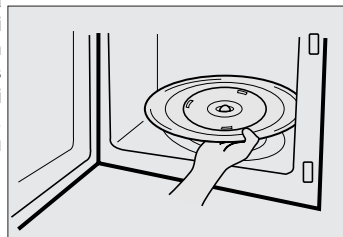
AVERTISMENT -

Dacă se formează arc electric, apăsați butonul STOP/CLEAR și corectați problema. Termenul de arc electric este utilizat pentru a defini scânteele ce apar în interiorul cuptorului cu microunde. Arcul electric este produs de:

- a) Metalele sau folia care ating cuptorul pe lateral.
- b) Folia care nu este lipită de alimente (marginile neîntoarse acționează ca o antenă).
- c) Părțile metalice precum clipsurile de pungă, inele metalice pentru păsări sau vasele cu ramă aurie introduse la microunde.
- d) Utilizarea în cuptorul cu microunde a hârtiei de bucătărie reciclată ce conține mici particule metalice.

PROTEJAREA CUPTORULUI CU MICROUND

1. Opriți cuptorul înainte de a-l curăța.
2. Mențineți curat interiorul cuptorului. Atunci când pereții acestuia sunt stropiți cu alimente, ștergeți cu un prosop umed. Puteți utiliza un detergent de vase atunci când acesta este foarte murdar. Nu este recomandată utilizarea detergenților duri sau abrazivi.
3. Partea exterioară a cuptorului trebuie să fie curățată cu apă și detergent, clătită și ștearsă cu un prosop moale. Pentru a preveni avarierea părților din interiorul cuptorului, nu lăsați apa să pătrundă prin orificiile de aerisire.
4. În cazul în care panoul de control se udă, curățați cu un prosop uscat și moale. Nu utilizați detergenți abrazivi sau duri pe panoul de control.
5. Dacă se acumulează abur în interiorul sau în jurul ușii cuptorului, ștergeți cu un prosop moale. Acest lucru se produce atunci când cuptorul funcționează în condiții de umiditate ridicată și nu reprezintă o defecțiune.
6. Este recomandabil să curățați în mod regulat panoul din sticlă. Spălați-l cu apă și detergent sau în mașina de spălat vase.
7. Ghidajul cu role și partea de jos a cavității cuptorului trebuie să fie curățate în mod regulat pentru a evita zgomotul în exces. Ștergeți partea de jos a cavității cu un detergent slab sau un produs pentru curățat geamuri apoi ștergeți cu un prosop uscat. Ghidajul trebuie să fie spălat cu apă și detergent.

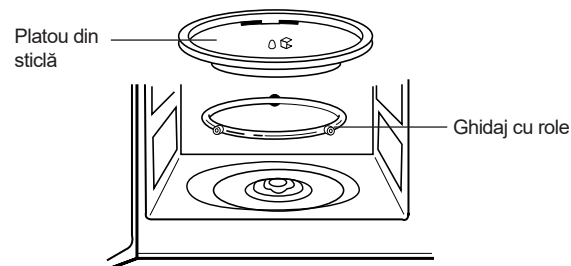


GHIDAJUL CU ROLE

1. Ghidajul cu role și partea de jos a cavității cuptorului trebuie să fie curățate în mod frecvent pentru a preveni zgomotul în exces.
2. Ghidajul cu role trebuie să fie utilizat de fiecare dată împreună cu platoul.

PLATOUL DIN STICLĂ

1. Nu utilizați cuptorul fără platoul din sticlă.
2. Nu utilizați alt platou împreună cu acest cuptor.
3. Dacă platoul este fierbinte, lăsați-l să se răcească înainte de a-l curăța sau de a-l introduce în apă.
4. Nu preparați direct pe platou. (În afară de popcorn).



Cuptorul trebuie să fie curățat în mod regulat. Neîntreținerea cuptorului va duce la deteriorarea suprafeței acestuia, afectând durata de funcționare și posibilitatea apariției unor situații periculoase.

ÎNTREBĂRI ȘI RĂSPUNSURI

- * **Î:** Cuptorul poate fi folosit fără platoul de sticlă sau fără dispozitivul de ghidare?
* **R:** Nu. Atât platoul de sticlă cât și dispozitivul de ghidare trebuie folosite de fiecare dată.
- * **Î:** Pot deschide ușa cuptorului în timpul funcționării?
* **R:** Ușa cuptorului poate fi deschisă oricând în timpul funcționării. Energia microundelor va fi oprită imediat, iar setările timpului alocat se vor menține până când ușa va fi închisă și se va apăsa butonul START.
- * **Î:** De ce am umezeală în interiorul cuptorului după ce îl folosesc?
* **R:** Umezeala din cuptorul cu microunde este normală. Se datorează aburului emis la prepararea alimentelor ce vine în contact cu suprafața rece a cuptorului.
- * **Î:** Energia degajată trece prin ecranul de vizionare din ușa cuptorului?
* **R:** Inserția metalică reflectă energia în interiorul cuptorului. Orificiile au rolul de a permite pătrunderea luminii la interior. Acestea nu permit ieșirea energiei microundelor.
- * **Î:** De ce crapă uneori ouăle?
* **R:** Când coaceți sau fierbeți ouă, aburul acumulat în interiorul membranei gălbenușului poate duce la ruperea acesteia. Pentru a evita acest inconvenient, străpungeți gălbenușul cu o scobitoare înainte de gătire. Niciodată nu coaceți ouă fără a le străpunge coaja.
- * **Î:** De ce este recomandat să mai așteptăm ceva timp după ce s-a încheiat procesul de gătire?
* **R:** Un timp de așteptare este foarte important. La prepararea la microunde, căldura este prezentă în alimente, nu în cuptor. Multe alimente acumulează suficientă căldură în interiorul lor pentru ca procesul de gătire să continue și după ce alimentele au fost scoase din cuptor. Timpul de așteptare pentru bucățile mari de carne, legume mari și prăjituri permite gătitul completă a interiorului acestora, fără ca exteriorul să se ardă.
- * **Î:** Ce înseamnă "timpul de așteptare"?
* **R:** "Timpul de așteptare" reprezintă timpul cât alimentele se lasă acoperite după ce au fost scoase din cuptor pentru a se finaliza procesul de gătire.

Acest lucru eliberează cuptorul pentru altă operațiune de preparare.

- * **Î:** De ce cuptorul meu nu gătește atât de repede cum este specificat în ghid?
* **R:** Verificați încă o dată ghidul de pregătire a alimentelor pentru a vă asigura că ați urmat exact instrucțiunile și a verifica ce anume ar putea determina variația de timp. Specificațiile din ghid referitoare la timpul și temperatura pentru gătit sunt doar sugestii orientative pentru a preveni arderea alimentelor, cea mai frecventă problemă înainte de a vă obișnui cu utilizarea cuptorului cu microunde. Variațiile de cantitate, mărime, formă și greutate ale produselor pot necesita un timp mai lung de pregătire. Folosiți-vă de propriile dumneavoastră aprecieri pe baza sugestiilor aflate în ghid pentru a stabili dacă alimentele au fost preparate corespunzător, ca și cu un cuptor convențional.
- * **Î:** Cuptorul cu microunde se poate defecta dacă este folosit gol?
* **R:** Da. Nu puneți niciodată în funcțiune cuptorul gol.
- * **Î:** Pot folosi cuptorul fără platoul rotativ sau îl pot răsturna pentru a susține un vas mai mare?
* **R:** Nu. Dacă îndepărtați sau răsturnați platoul, gătitul va fi necorespunzător. Recipientele folosite în cuptor trebuie să se potrivească pe platou.
- * **Î:** Este normal ca platoul să se rotească în ambele direcții?
* **R:** Da. Acesta se poate roti în sens orar sau invers, în funcție de sensul de rotire al motorului la pornirea ciclului de gătire.
- * **Î:** Pot face floricele de porumb în cuptorul cu microunde? Cum pot obține cele mai bune rezultate?
* **R:** Da. Folosiți porumb special ambalat pentru cuptoarele cu microunde urmând întocmai instrucțiunile producătorului sau apăsați butonul POPCORN. Nu folosiți pungii de hârtie obișnuite. Folosiți „testul ascultării”, adică să opriți cuptorul în momentul în care pocniturile încep să scadă la câte una la 1 sau 2 secunde. Nu încercați să recoaceți boabele de porumb necoapte. Nu folosiți recipiente de sticlă pentru coacerea porumbului de floricele.

ÎNAINTE DE A APELA LA SERVICE

Verificând lista de mai jos, puteți preveni apelurile inutile către serviciul de depanare.

* Cuptorul nu funcționează;

1. Verificați dacă este corect introdus în priză ștecherul cablului de alimentare.
2. Verificați dacă ușa este bine închisă.
3. Verificați dacă este setat timpul de preparare.
4. Verificați dacă nu s-a produs un scurt circuit și sunt siguranțele sărite.

* Scânteii în cavitatea cuptorului;

1. Verificați dacă ustensilele sunt recipiente din metal sau vase cu ornamente din metal.
2. Verificați ca țepușele din metal pentru frigărui să nu atingă pereții interiori.

Dacă problema persistă, contactați serviciile de depanare. Lista acestor centre o găsiți la achiziționare în ambalajul cuptorului.

ÎNTREȚINERE ȘI CURĂȚARE

Deși cuptorul este prevăzut cu un sistem de siguranță, este important să observați următoarele:

1. Este important să nu dezasmblați sau să loviți dispozitivul de siguranță.
2. Nu așezați obiecte între partea frontală a cuptorului și ușa și nu lăsați reziduurile să se acumuleze pe suprafața de etanșare. Ștergeți suprafața de etanșare în mod frecvent cu detergent, clătiți și uscați. Nu utilizați produse abrazive sau bureți abrazivi.
3. Atunci când deschideți ușa, nu o supuneți tensiunilor, de exemplu nu lăsați copiii să se agațe de ea deoarece poate răsturna cuptorul provocându-se avarii sau leziuni. Nu utilizați cuptorul dacă este avariât și apelați la ajutorul personalului unui centru de service autorizat pentru eventuale reparații. Este important să

închideți corespunzător ușa cuptorului și să verificați să nu existe următoarele avarii:

- i) Ușă (îndoitori)
 - ii) Balamale sau dispozitive de închidere (slăbite sau defecte)
 - iii) Suprafață de etanșare.
4. Cuptorul nu trebuie să fie ajustat sau reparat de către alte persoane în afara tehnicienilor din centrele de service autorizate.
 5. Cuptorul trebuie să fie curățat în mod regulat pentru a îndepărta depozitele de alimente.
 6. Neîntreținerea cuptorului în condiții optime poate duce la deteriorarea suprafeței acestuia afectând durata de viață și provocându-se situații periculoase.

ELIMINAREA ECHIPAMENTELOR ELECTRICE ȘI ELECTRONICE UZATE

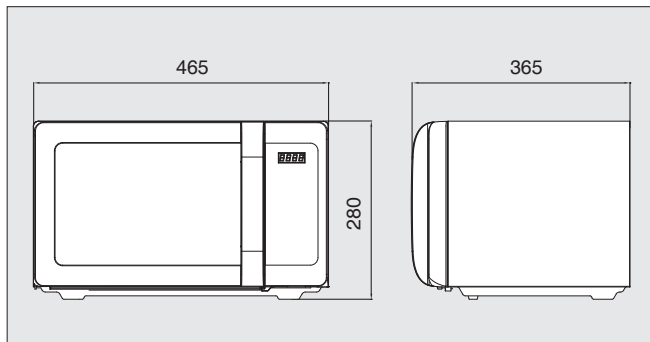


Simbolul de pe produs, accesorii sau ambalajul acestuia arată că produsul nu trebuie tratat ca deșeu menajer. Trimiteți acest echipament la un centru specializat de reciclare sau colectare pentru echipamente electrice sau electronice uzate. În Uniunea Europeană și alte țări Europene există centre separate pentru colectarea produselor electrice și electronice. Prin reciclarea corespunzătoare a acestui produs, veți ajuta la prevenirea apariției unor pericole pentru mediul și pentru sănătatea oamenilor, pericole ce ar putea fi cauzate de reciclarea neadecvată a acestui produs. Reciclarea materialelor ajută la conservarea resurselor naturale. În consecință, nu le eliminați împreună cu deșeurile menajere. Pentru mai multe informații privind reciclarea acestui produs, contactați autoritățile locale, centrul de reciclare sau magazinul de unde ați cumpărat acest produs.

SPECIFICAȚII

Alimentare		230 V AC, 50 Hz, MONOFAZIC, CU ÎMPĂMÂNTARE
CUPTOR CU MICROUNDE	CONSUM DE ENERGIE	1350 W
	PUTERE IEȘIRE	900 W
	FRECVENȚĂ	2450 MHz
DIMENSIUNI EXTERIOR (L X Î X A)		465 x 280 x 365 mm
DIMENSIUNI CAVITATE (L X Î X A)		314 x 235 x 346 mm
GREUTATE NETĂ		APPROX. 11.2 kg
CEAS		59 min. 90 sec.
NIVELURI PUTERE		10 NIVELURI

* Specificațiile pot fi modificate fără notificare.



INSTRUCȚIUNI DE GĂTIRE

Utilizați doar ustensile adecvate pentru folosirea în cuptorul cu microunde. Pentru prepararea alimentelor în cuptorul cu microunde, acestea trebuie să pătrundă alimentele fără fi reflectate sau absorbite de recipientul folosit. Prin urmare, recipientul trebuie ales cu grijă. Dacă acesta este marcat ca fiind sigur pentru cuptorul cu microunde, nu trebuie să vă faceți griji. În tabelul de mai jos găsiți mai multe ustensile și puteți vedea cum trebuie folosite în cuptorul cu microunde.

Ustensile	Nivel de siguranță	Comentarii
Folie de aluminiu	▲	Poate fi folosită în cantități mici pentru a proteja anumite porțiuni împotriva supraîncălzirii. Dacă folia este prea aproape de perețele cuptorului sau dacă folosiți prea multă folie, se poate produce arc electric.
Tavă cuptor cu microunde	●	Nu preîncălziți mai mult de 8 minute.
Porțelan și ceramică	●	Ustensilele din porțelan, faianță, ceramică smălțuită și porțelan cu cenușă de oase sunt în general adecvate, dacă nu sunt decorate cu ornamente din metal.
Vase din carton și poliester de unică folosință	●	Anumite alimente congelate sunt ambalate în astfel de recipiente.
Ambalaje pentru fast food • Recipiente din poliester • Ambalaje din hârtie sau ziare • Hârtie reciclată sau ornamente din metal.	● × ×	Pot fi folosite pentru încălzirea alimentelor. Supraîncălzirea poate provoca topirea poliesterului. Sunt inflamabile. Pot produce arc electric.
Recipiente din sticlă • Recipiente pentru cuptor • Articole din sticlă fină • Borcane din sticlă	● ● ●	Pot fi utilizate dacă nu au ornamente din metal. Pot fi folosite pentru încălzirea alimentelor și lichidelor. Sticla subțire se poate sparge sau fisura dacă este încălzită brusc. Trebuie să înlăturați capacul. Adecvate numai pentru încălzire.

Ustensile	Nivel de siguranță	Comentarii
Metal • Farfurii • Pungi pentru congelator	× ×	Pot produce arc electric sau flacără.
Hârtie • Farfurii, câni, șervețele și hârtie pentru bucătărie • Hârtie reciclată	● ×	Recomandat pentru preparări scurte și încălzire. De asemenea, absoarbe umiditatea în exces. Pot produce arc electric.
Plastic • Recipiente • Folie aderență • Pungi pentru congelator	● ● ▲	În special recipientele din plastic termorezistent. Unele ustensile din plastic se pot deforma sau decolora la temperaturi ridicate. Nu utilizați recipiente din plastic cu melamină. Pot fi folosite pentru a reține umiditatea. Nu trebuie să atingă alimentele. Aveți grijă când înlăturați folia, deoarece vor ieși aburi. Numai dacă sunt speciale pentru fierbere sau cuptor cu microunde. Nu trebuie să fie etanșe. Străpungeți cu o furculiță, dacă este necesar.
Hârtie cerată sau impermeabilă la grăsimi	●	Pot fi folosite pentru a reține umiditatea și a împiedica stropirea.

● : Recomandare pentru utilizare
▲ : Utilizare limitată
× : Nerecomandat

FOLOSIREA CUPTORULUI ÎN SIGURANȚĂ

Utilizare generală

Nu forțați și nu modificați dispozitivele pentru blocare de siguranță. Nu așezați niciun obiect între partea frontală a cuptorului și ușa, și nu permiteți acumularea de resturi alimentare pe suprafețele de etanșeizare. Ștergeți cu detergent, clătiți și uscați. Nu folosiți prafuri sau materiale abrazive. Nu supuneți ușa cuptorului eforturilor sau greutateților, de exemplu nu lăsați copiii să se sprijine pe ușa deschisă. Acest lucru poate duce la răsturnarea cuptorului, cauzând răniri sau defectarea cuptorului. Nu utilizați cuptorul dacă garniturile sau suprafețele de etanșeizare sunt deteriorate, dacă ușa este îndoită sau dacă balamalele sunt slăbite sau rupte. Nu utilizați cuptorul dacă nu ați introdus alimentele. Acest lucru va duce la defectarea cuptorului. Nu uscați rufe, ziare sau alte obiecte în cuptor. Acestea se pot aprinde. Nu folosiți produse din hârtie reciclată, deoarece conțin impurități care pot provoca scântei sau incendii. Nu loviți panoul de control cu obiecte dure. Acest lucru poate duce la defectarea cuptorului.

Alimente

Utilizați perioada minim recomandată în rețeta pentru preparare. Este mai bine să preparați mâncărurile mai puțin decât să le gătiți excesiv. Mâncărurile preparate mai puțin pot fi reintroduse în cuptor pentru a le găti mai mult. Dacă mâncarea este gătită excesiv, nu mai puteți face nimic. Încălziți cu grijă cantitățile mici de alimente sau mâncărurile cu umiditate scăzută. Acestea, pe perioada preparării, se pot usca rapid, arde sau provoca incendii. Nu preparați ouăle în coajă. Presiunea acumulată în interior poate provoca explozia ouălor. Cartofii, merele, gălbenușul de ou sau cărnații sunt exemple de alimente cu înveliș non-poros. Acestea trebuie perforate înainte de preparare ca să nu se crape. Nu încercați să prăjiți grăsimi în cuptorul cu microunde! Așteptați întotdeauna cel puțin 20 de secunde de la stingerea cuptorului pentru a permite egalizarea temperaturii, amestecați în timpul încălzirii, dacă este necesar, și

amestecați ÎNTOTDEAUNA după încălzire. Pentru a împiedica fierberea cu stropire și opărire, introduceți o lingură sau un bețișor de sticlă în băuturi și amestecați înainte, în timpul și după încălzire.

Nu lăsați cuptorul nesupravegheat pe perioada pregătirii floricelelor de porumb. Nu pregătiți floricelele de porumb într-o pungă de hârtie dacă nu este un produs special pregătit pentru cuptorul cu microunde. Boabele se pot supraîncălzi și punga de hârtie maro se poate aprinde.

Nu puneți pungile cu boabe de floricele pentru cuptorul cu microunde direct pe platoul cuptorului. Puneți pachetul pe un platou sigur din sticlă sau ceramică pentru microunde pentru a evita supraîncălzirea și spargerea platoului cuptorului.

Nu depășiți perioada de preparare a floricelelor de porumb recomandată de producător. O preparare prelungită nu produce mai multe floricele, dar poate avea ca rezultat arsuri superficiale, carbonizare sau foc. Nu uitați, punga de floricele și platoul pot fi prea fierbinți pentru a le manipula. Scoateți-o cu grijă și utilizați suporturi pentru oale.

Asigurați-vă că ați curățat toate depunerile de mâncare, altfel se pot carboniza.

ARC ELECTRIC

*Dacă vedeți că se formează arc electric, apăsați **STOP/CLEAR (Stop/Anulare)** butonul și corectați problema. Termenul de arc electric este utilizat pentru a defini scântelele ce apar în interiorul cuptorului cu microunde.*

Arcul electric este produs de:

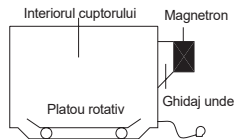
- Metale sau folii ce ating pereții interiori ai cuptorului.
- Folia nu este lipită de alimente (marginile neîntoarse acționează ca o antenă).
- Părțile metalice precum clipsurile de pungă, inele metalice pentru păsări sau vasele cu ramă aurie introduse la microunde.
- Utilizarea în cuptorul cu microunde a hârtiei de bucătărie reciclată ce conține mici particule metalice.

PRINCIPIILE GĂTIRII LA MICROUNDE

Energia microundelor a fost utilizată în această țară pentru a găti sau reîncălzi mâncarea încă de pe timpul primelor experimente cu radarul din timpul celui de-al Doilea Război Mondial. Microundele sunt prezente în permanentă în atmosferă, provenind fie din surse naturale, fie artificiale. Printre sursele artificiale se numără radarele, radioul, televizorul, legăturile de telecomunicații și telefoanele de mașină.

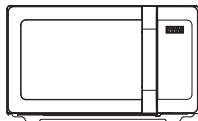
PROCESUL DE GĂTIRE CU MICROUNDE

Cuptoarele cu microunde fac parte din grupul de echipamente 2 ISM pentru care energia frecvenței radio este generată intenționat și utilizată sub forma radiațiilor electromagnetice pentru tratarea materialului. Acest cuptor este un echipament de clasă B, potrivit pentru utilizare în gospodărie și în interiorul clădirilor conectate direct la o rețea de energie de joasă tensiune ce alimentează clădirile utilizate în scopuri casnice.



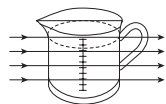
Într-un cuptor cu microunde, curentul electric este transformat în microunde prin intermediul MAGNETRONULUI.

► REFLEXIE



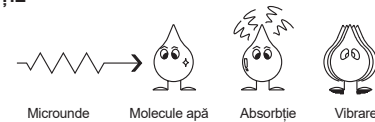
Microundele sunt reflectate de pereții metalici și de ecranul metalic de protecție al ușii.

► TRANSMISIE



Apoi acestea trec prin vasele de gătit și sunt absorbite de moleculele de apă din alimente; orice aliment conține apă într-o măsură mai mare sau mai mică.

► ABSORBȚIE



Microundele produc vibrația moleculelor de apă, producând fenomenul de FRECARE, ceea ce înseamnă CĂLDURĂ. Această căldură este cea care permite prepararea alimentelor. Microundele sunt absorbite și de particulele de grăsime și zahăr, iar alimentele bogate în astfel de particule se gătesc mai repede.

TABELE DE CONVERSIE

UNITĂȚI MĂSURĂ GREUTATE		UNITĂȚI MĂSURĂ VOLUM		UNITĂȚI MĂSURĂ LINGURI	
15 g	½ oz.	30 ml	1 fl.oz.	1.25 ml	¼ linguriță
25 g	1 oz.	100 ml	3 fl.oz.	2.5 ml	½ linguriță
50 g	2 oz.	150 ml	5 fl.oz. (¼ pt)	5 ml	1 tsp
100 g	4 oz.	300 ml	10 fl.oz. (½ pt)	15 ml	1 tbsp
175 g	6 oz.	600 ml	20 fl.oz. (1pt)		
225 g	8 oz.				
450 g	1 g.				

UNITĂȚI MĂSURĂ LICHIDE		
1 ceașcă	= 8 fl.oz.	= 240 ml
1 pintă	= 16 fl.oz. (UK 20 fl.oz.)	= 480 ml (UK 560 ml)
1 litru	= 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)

TEHNICI DE GĂTIRE

TIMPUL DE AȘTEPTARE

Alimentele dense, cum ar fi carnea, cartofii în coajă și prăjiturile, necesită un timp de așteptare după gătire (în cuptor sau afara acestuia), pentru a permite pătrunderea căldurii acumulate până în interiorul alimentului respectiv. Pe durata timpului suplimentar de gătire, împachetați bucățile de carne și cartofii în coajă în folie de aluminiu. Bucățile de carne trebuie să rămână împachetate aprox. 10-15 minute, iar cartofii în coajă 5 minute. Alte alimente, cum ar fi felile de carne, legumele, peștele au nevoie de un timp suplimentar de 2-5 minute. Și după decongelare, alimentele au nevoie de o un timp suplimentar de așteptare. În cazul în care, după această perioadă, alimentele nu sunt găsite suficient, introduceți-le din nou în cuptor pentru un timp suplimentar de expunere la microunde.

UMIDITATE

La mai multe alimente proaspete, cum ar fi legumele și fructele, conținutul de apă variază în funcție de sezon, mai ales la cartofi în coajă. De aceea, poate fi necesară modificarea timpului de expunere la microunde. Ingredientele uscate, cum ar fi orezul sau pastele, se pot usca în timpul depozitării, astfel că timpii de preparare pot varia.

DENSITATE

Alimentele aerate poroase se încălzesc mai repede decât alimentele grele mai dense.

FOLIE

Folia ajută la păstrarea umidității alimentelor, iar aburul acumulat ajută la reducerea timpului de gătire. Înainte de gătire, perforați folia pentru a lăsa să iasă aburul în exces. Aveți grijă în momentul în care îndepărtați folia de pe alimente, aburul acumulat sub aceasta este foarte fierbinte.

FORMA

Formele netede se gătesc în mod uniform. Alimentele se gătesc mai bine la microunde atunci când se află într-un recipient rotund decât într-unul pătrat.

DISTANȚARE

Alimentele se gătesc mai rapid și uniform dacă au spațiu între ele. Niciodată nu puneți un aliment peste un altul.

TEMPERATURA DE PORNIRE

Cu cât alimentele sunt mai reci, cu atât încălzirea lor durează mai mult. Alimentele luate direct din frigider au nevoie de o perioadă mai mare de încălzire decât cele care au inițial temperatura camerei.

LICHIDE

Toate lichidele trebuie amestecate înainte și în timpul încălzirii. În special apa trebuie amestecată înainte și în timpul încălzirii, pentru a evita vărsarea. Nu încălziți lichidele care au fost fierde în prealabil. NU SUPRĂÎNCĂLZIȚI.

ÎNTOARCERE ȘI AMESTECARE

Unele alimente trebuie amestecate în timpul preparării. Carnea și carnea de pasăre trebuie întoarse la jumătatea timpului de preparare.

ARANJAREA

Alimentele separate, ca bucățile de carne de pui sau copanele, trebuie așezate pe farfurie astfel încât părțile mai groase să fie la exterior.

CANTITATE

Cantitățile mici se gătesc mai repede decât cantitățile mari; de asemenea, porțiile mai mici se reîncălzesc mai rapid decât porțiile mai mari.

STRĂPUNGerea ALIMENTELOR

În timpul gătirii, aburul se poate acumula sub pielea sau membranele unor alimente. Aceste alimente trebuie străpunse cu o fuculiță, sau bucăți din piele să fie îndepărtate, pentru a lăsa aburul să se degaje în timpul expunerii la microunde. Ouăle, cartofii, merele, cărnații etc. vor trebui străpunse înainte de preparare. NU ÎNCERCAȚI SĂ PREPARAȚI OUĂ ÎN COAJĂ.

ACOPERIREA

Acoperiți alimentele cu o folie pentru microunde sau cu un capac. Acoperiți peștele, legumele, caserolele, supele. Nu acoperiți prăjiturile, sosurile, cartofii în coajă sau produsele de patiserie.

GHID DE DECONGELARE

- ▶ Nu decongealați carnea acoperită. Faptul că sunt acoperire poate contribui la preparare. Îndepărtați întotdeauna folia de ambalare și tava. Utilizați numai recipiente adecvate pentru găterea cu microunde.
- ▶ Începeți decongelarea puiului cu pieptul în jos. Începeți decongelarea cârnii pentru friptură sau grătar cu partea cu grăsime așezată în jos.
- ▶ Forma pachetului influențează durata de decongelare. Pachetele de formă rectangulară și mai puțin înalte se decongelează mai rapid decât blocurile mari de alimente.
- ▶ După 1/3 din durata de decongelare, verificați alimentele. Puteți să întoarceți, să separați, să rearanjați sau să îndepărtați porțiunile deja dezghețate ale alimentelor.
- ▶ În timpul decongelării, cuptorul vă va atenționa sonor să întoarceți alimentele. În acest moment, deschideți ușa cuptorului și verificați alimentele. Respectați tehnicile prezentate în continuare pentru a obține rezultate optime de decongelare. După aceasta, închideți ușa cuptorului.
- ▶ După decongelare, alimentele ar trebui să fie reci, dar înmuiate pe toate părțile. Dacă sunt încă acoperite cu gheață, puneți-le din nou în cuptor pentru scurt timp sau lăsați-le deoparte câteva minute. După decongelare, lăsați alimentele deoparte timp de 5-60 minute dacă încă mai au zone cu gheață. Carnea de pasăre și peștele trebuie lăsate sub apa de la robinet până se dezgheată.
- ❖ **Întoarceți :** Friptură, coaste, pasăre întreagă, piept de curcan, hot dog, cârnați, antricoate sau cotlete.
- ❖ **Rearanjați :** Rupeți sau separați antricoatele, cotletele, turtele de carne pentru hamburgeri, carnea tocată, carnea de pui sau bucățile de fructe de mare și bucățile de carne cum ar fi carnea de vită pentru tocană.
- ❖ **Protecție :** Utilizați bucăți mici de folie de aluminiu pentru a proteja zonele subțiri sau marginile unor alimente care sunt neuniforme, cum ar fi arpioarele de pui. Pentru a preveni apariția arcului electric, nu lăsați folia să fie mai aproape de 2,5 cm de pereți sau de ușa cuptorului.
- ❖ **Îndepărtare:** Pentru a preveni prepararea, bucățile de alimente decongelate trebuie scoase din cuptor. În acest mod se poate scurta durata de decongelare pentru alimente care cântăresc mai puțin de 1.350g.

TABEL DE DECONGELARE

Tip de alimente și greutate	Durată de decongelare	Durată de repaus Durată	Tehnici speciale
VITĂ Carne tocată 450 g	7-10 min.	15-20 min.	Separați și îndepărtați cu o furculiță porțiunile dezghețate.
Carne pt tocăniță 675 g	11-15 min.	25-30 min.	Separați și rearanjați o dată.
Hamburgeri 110 g	7-9 min.	15-20 min.	Întoarceți la jumătatea duratei de decongelare.
CARNE DE PORC Costiță 450 g	6-9 min.	25-30 min.	Separați și rearanjați o dată.
Cotlete 125 g	7-10 min.	25-30 min.	Separați și întoarceți o dată.
Carne de porc tocată 450 g	7-10 min.	15-20 min.	Separați și îndepărtați cu o furculiță porțiunile dezghețate.
PASĂRE Pui întreg 1125 g	21-25 min.	45-90 min.	Tăiați în jos. Întoarceți la jumătatea duratei de decongelare. Acoperiți cu folie de protecție, dacă este necesar.
Piept de pui 450 g	8-11 min.	15-30 min.	Separați și rearanjați o dată.
Pui pentru rotisor (porționat) 900 g	17-21 min.	25-30 min.	Separați și rearanjați o dată.
Pulpe de pui 675 g	12-16 min.	15-30 min.	Separați și rearanjați o dată.
PEȘTE ȘI FRUCTE DE MARE Pește întreg 450 g	6-8 min.	15-20 min.	Întoarceți la jumătatea duratei de decongelare. Acoperiți cu folie de protecție, dacă este necesar.
File de pește 675 g	10-12 min.	15-20 min.	Separați și întoarceți o dată.
Crevetei 225 g	3-4 min.	15-20 min.	Separați și rearanjați o dată.

* Duratele de decongelare sunt orientative, deoarece temperatura de congelare poate varia.

TABEL PENTRU PREPARARE ȘI REÎNCĂLZIRE

Tabel pentru preparare

Produs	Nivel putere	Timpul de preparare per lb./450g	Instrucțiuni speciale
Carne de porc sau vită			
Pulpă de vită - în sânge	P-80	6-8 min.	- Lăsați carnea și puiul acoperit să mai stea după preparare. - Carnea rece și carnea de pasăre trebuie scoasă din frigider cu cel puțin 30 de minute înainte de preparare.
- medie	P-80	7-9 min.	
- bine făcută	P-80	9-11 min.	
Pulpă de porc	P-HI	10-13 min.	
Spată de porc	P-HI	8-10 min.	
POULTRY (PASĂRE)			
Pui întreg	P-HI	4-9 min.	
Pui porționat	P-80	5-7 min.	
Piept (dezosat)	P-80	6-8 min.	
FISH (PEȘTE)			
File de pește	P-HI	3-5 min.	- Ungeți peștele cu puțin ulei sau unt topit sau adăugați 15-30 ml (1-2 linguri) de suc de lămâie, vin, supă, lapte sau apă. - Lăsați peștele acoperit să mai stea după preparare
Macrou întreg, curățat și pregătit	P-HI	3-5 min.	
Păstrăv întreg, curățat și pregătit	P-HI	4-6 min.	
Bucăți de somon	P-HI	4-6 min.	
NOTĂ :			
Duratele de preparare din tabelul de mai sus sunt doar orientative. Acestea pot diferi în funcție de gusturile și preferințele dumneavoastră. Duratele de preparare pot varia în funcție de formă, tipul de porționare și compoziția alimentelor. Carnea trebuie să fie complet decongelată înainte de a fi preparată.			

Tabel pentru reîncălzirea alimentelor

- Mâncarea pentru bebeluși trebuie verificată cu grijă înainte de a fi administrată pentru a se evita pericolul producerii de arsuri.
- Dacă încălziți alimente semi-preparate, respectați instrucțiunile de pe ambalajele acestora.
- În cazul în care congelați alimente pe care le-ați cumpărat de la raioanele de alimente proaspete sau congelate, nu uitați că acestea trebuie decongelate în mod corespunzător înainte de a urma instrucțiunile de încălzire de pe ambalaj. Este recomandabil să puneți un bilețel pe acestea, astfel încât ceilalți membrii ai familiei să țină cont de acest lucru.
- Îndepărtați clemele metalice ale ambalajelor și scoateți alimentele din recipientele cu folie de aluminiu înainte de a le reîncălzi.
- Alimentele care au fost păstrate la frigider (congelate) se vor reîncălzi mai greu decât cele care au fost păstrate la temperatura camerei (cum ar fi mâncarea răcită recent sau din câmară).
- Toate alimentele trebuie reîncălzite la puterea maximă a microundelor.

Produs	Timpul de preparare	Instrucțiuni speciale
Mâncare pentru bebeluși Borcan de 128 g.	30 sec.	Vărsați într-un bol mic. Amestecați bine o dată sau de două ori, pe parcursul reîncălzirii. Înainte de servire, verificați temperatura.
Lapte pentru bebeluși 100 ml. 225ml.	20-60 sec. 50-60 sec.	Amestecați sau agitați bine și turnați într-un biberon sterilizat. Înainte de servire, agitați bine și verificați temperatura.
Baghetă sau chiflă 1 baghetă	30-40 sec.	Înfășurați în hârtie de bucătărie și așezați pe platoul rotativ. * Observație: Nu utilizați prosoape de bucătărie din hârtie reciclată.
Lasagna 1 porție (10 ½ oz./300g)	6-8 min.	Așezați lasagna pe o farfurie adecvată pentru a fi utilizată în cuptorul cu microunde. Acoperiți cu o folie de protecție care a fost perforată.
Caserolă 1 bol 4 boluri	3-5 min. 7-10 min.	Preparați acoperit, într-un vas rezistent la microunde. Amestecați o dată la jumătatea duratei de preparare.
Piure de cartofi 1 cană 4 căni	2-4 min. 7-9 min.	Preparați acoperit, într-un vas rezistent la microunde. Amestecați o dată la jumătatea duratei de preparare.
Fasole boabe 1 bol	3-4 min.	Preparați acoperit, într-un vas rezistent la microunde. Amestecați o dată la jumătatea duratei de preparare.
Ravioli sau paste cu sos 1 cană 4 căni	3-4 min. 9-10 min.	Preparați acoperit, într-un vas rezistent la microunde. Amestecați o dată la jumătatea duratei de preparare.

TABEL PENTRU PREPARAREA LEGUMELOR

Utilizați un recipient din sticlă termorezistentă, cu capac. Adăugați 30-45 ml de apă rece (2-3 linguri) pentru fiecare 250 g, în cazul în care nu este recomandată o altă cantitate de apă - vezi tabelul. Preparați acoperit pe durata minimă de preparare recomandată - vezi tabelul.

Continuați prepararea pentru a obține rezultatele dorite. Amestecați o dată în timpul preparării și o dată după preparare. Adăugați sare, condimente sau unt după preparare. Lăsați legumele acoperite încă 3 minute, după preparare. Recomandare: legumele proaspete trebuie tăiate în bucăți egale. Cu cât bucățile sunt mai mici, cu atât se vor prepara mai repede. Toate legumele trebuie preparate la puterea maximă a microundelor.

Ghid de preparare pentru legume congelate

Legume	Greutate	Time (Durată)	Observații
Spanac	0.3 lb./125g	1 - 2 min	Adăugați 15 ml (1 lingură) de apă rece.
Broccoli	½ lb./250g	2½ - 4 min	Adăugați 30 ml (2 linguri) de apă rece.
Mazăre	½ lb./250g	2½ - 4 min	Adăugați 15 ml (1 lingură) de apă rece.
Fasole verde	½ lb./250g	3 - 5 min	Adăugați 30 ml (2 linguri) de apă rece.
Mix de legume (mix chinezesc)	½ lb./250g	2½ - 4 min	Adăugați 15 ml (1 lingură) de apă rece.
Mix de legume (morcovi/mazăre/porumb)	½ lb./250g	3 - 5 min	Adăugați 15 ml (1 lingură) de apă rece.

Ghid de preparare pentru legume proaspete

Legume	Greutate	Time (Durată)	Observații
Broccoli	½ lb./250g 1 lb./500g	2½ - 3½ min 4 - 5½ min	Rupeți buchetele de mărimi egale. Așezați cotoarele către centru.
Varză de Bruxelles	½ lb./250g	3½ - 4½ min	Adăugați 60-75 ml (5-6 linguri) de apă rece.
Morcovi	½ lb./250g	2 - 3½ min	Tăiați morcovii în bucăți egale.
Conopidă	½ lb./250g 1 lb./500g	2 - 3½ min 4 - 5½ min	Rupeți buchetele de mărimi egale. Tăiați buchetelele mai mari în jumătate. Așezați cotoarele către centru.
Dovlecei	½ lb./250g	2 - 3½ min	Tăiați dovlecei în bucăți. Adăugați 30 ml (2 linguri) de apă sau o linguriță de unt. Preparați până devin moi.
Vinete	½ lb./250g	2 - 3½ min	Tăiați vinetele în bucăți mici și stropiți-le cu 1 lingură de suc de lămâie.
Praz	½ lb./250g	2 - 3½ min	Tăiați prazul în bucăți groase.
Ciuperci	0.3 lb./125g ½ lb./250g	1 - 2½ min 2 - 4½ min	Preparați ciupercile întregi sau tăiate bucăți. Nu adăugați apă. Stropiți cu suc de lămâie. Condimentați cu sare și piper. Scurgeți înainte de servire.
Ceapă	½ lb./250g	2 - 3½ min	Tăiați ceapa în felii sau jumătăți. Adăugați numai 15 ml (1 lingură) de apă.
Ardei	½ lb./250g	2 - 4½ min	Tăiați ardeii în felii mici.
Cartofi	½ lb./250g 1 lb./500g	4 - 6 min 7 - 9 min	Cântăriți cartofi curățați de coajă și tăiați-i în jumătăți sau sferturi egale.
Napi/ Varză	½ lb./250g	4 - 6 min	Tăiați napii/ varza în cubulețe mici.

REȚETE

SUPĂ DE TOMATE ȘI PORTOCALÉ

25 g unt
1 ceapă medie, tocată
1 morcov mare și 1 cartof mare,
tocat
13/4lb (800 g) de roșii din conservă,
tocate
sucul și coaja de la 1 portocală mică
11/2900ml supă de legume fierbinte,
adăugați sare și piper după gust

1. Topiți untul într-un bol, la putere ridicată, timp de 1 minut.
2. Adăugați ceapa, morcovul și cartoful și preparați la putere ridicată timp de 6 minute. Amestecați la jumătatea duratei de preparare.
3. Adăugați roșiile, sucul de portocale, coaja de portocală și supa. Amestecați bine. Adăugați sare și piper, după gust. Acoperiți bolul și preparați la putere ridicată timp de 17 minute. Amestecați de 2-3 ori în timpul preparării, până când legumele devin moi.
4. Amestecați cu blender-ul și serviți imediat.

SUPĂ DE CEAPĂ

1 ceapă mare, feliată
1 lingură (15 ml) ulei de porumb
50 g de făină
1,2 litru de supă de carne
sau de legume
Sare și piper, după gust
2 linguri (30 ml) de pătrunjel
tocat 4 felii groase de baghetă
50 g de brânză, rasă

1. Puneți ceapa și uleiul într-un bol, amestecați bine și preparați la putere ridicată timp de 1 minute.
2. Amestecați făina pentru a obține o pastă și apoi adăugați treptat supa. Asezonați cu sare și piper și adăugați pătrunjelul.
3. Acoperiți bolul și preparați la putere 40 timp de 18 minute.
4. Turnați supa în bolurile de servire, înmuați felile de baghetă în supă și presărați brânza rasă.
5. Preparați la putere 80 timp de 2 minute, până când se topește brânza.

LEGUME FIERTE ÎN ULEI

1 lingură (15 ml) de ulei de floarea
soarelui 2 linguri (30 ml) de ulei de soia
1 lingură (15 ml) de sherry
Rădăcină de ghimbir (2,5 cm),
curățată și dată pe răzătoare
2 morcovi de mărime medie, tăiați în
fâșii subțiri 100 g de ciuperci,
tăiate
50 g de germeni de fasole
100 g mazăre păstăi
1 ardei gras roșu, curățat de semințe și
tăiat în felii subțiri 4 fire de ceapă
verde, tocate
100 g de castane de apă feliate,
din conservă
1/4 frunze de salată chinezească, tăiate
subțire

1. Puneți uleiul, sosul de soia, lingura de sherry, ghimbirul, usturoiul și morcovi într-un bol mare, apoi amestecați bine.
2. Acoperiți și preparați la putere ridicată timp de 5-7 minute, amestecați o dată.
3. Adăugați ciupercile, germeni de fasole, mazărea păstăi, ardeii roșu, ceapa verde, bulbi de rodul apelor și frunzele de varză chinezească. Amestecați bine.
4. Preparați la putere ridicată timp de 6-8 minute, până când legumele devin moi. Amestecați de 2-3 ori în timpul preparării.

Legumele călite sunt ideale ca garnitură pentru carne sau pește.

PUI CU MIERE

4 bucăți de piept de pui dezosat
2 linguri (30 ml) de miere
1 lingură (15 ml) muștar cu
semințe
1/2 linguri (2,5 ml) de tarhon 1
lingură (15 ml) sos de tomate
1/4 150 ml supă de pui

1. Așezați pieptul de pui într-un recipient.
2. Amestecați restul de ingrediente și turnați peste pui. Adăugați sare și piper, după gust.
3. Preparați la putere ridicată timp de 16-18 minute. Întoarceți pieptul de pui și turnați sos peste acesta de două ori în timpul preparării.

BRÂNZĂ ALBASTRĂ CU ARPAGIC

2 cartofi pentru copt
(circa 250 g fiecare)
50 g de unt
100g de brânză albastră (tăiată
cubulețe) 1 lingură (15 g) de arpagic
proaspăt, tocat 50 g de ciuperci
feliate
Sare și piper, după gust

1. Înțepați fiecare cartof cu o furculiță, în mai multe locuri. Preparați la putere ridicată timp de 7-9 minute. Tăiați cartofi pe jumătate și scoateți miezul acestora într-un bol, adăugați unt, brânză, ceapă verde, ciuperci, sare și piper și amestecați bine.
2. Puneți amestecul în cartofi scobiți și așezați cartofi pe un platou în cuptor.
3. Preparați la putere 60 timp de 12 minute.

SOS ALB

25 g unt
25 g făină
1/2 300 ml de lapte
Sare și piper, după gust

1. Puneți untul într-un bol și preparați la putere ridicată timp de 1 minut, până se topește.
2. Amestecați făina și turnați laptele. Preparați la putere ridicată timp de 4-5 minute. Amestecați la fiecare 2 minute, până când compoziția devine omogenă și se îngroașă. Adăugați sare și piper, după gust.

GEM DE CĂPȘUNI

11/2 675 g căpșuni, curățate 3
linguri (45 ml) suc de lămâie
11/2 675 g zahăr superfin

1. Puneți căpșunile și sucul de lămâie într-un bol foarte mare, încălziți la putere ridicată timp de 4 minute sau până când fructele devin moi. Adăugați zahărul și amestecați bine.
2. Preparați la putere 80 timp de 20-25 minute, sau până când se atinge punctul de întărire*, amestecați la fiecare 4-5 minute.
3. Turnați gemul în borcane curate, calde. Puneți și strângeți capacele și etichetați borcanele.

** Punctul de întărire*: Pentru a stabili punctul de întărire, puneți o linguriță (5ml) din compoziție pe o farfurie rece. Lăsați să stea 1 minut. Amestecați gemul cu degetul. Dacă suprafața respectivă se strânge, înseamnă că s-a atins punctul de întărire.*

PRĂJITURĂ SIMPLĂ

100 g margarină
100 g zahăr
1 ou
100 g făină cu agent de creștere,
trecută prin sită 2-3 linguri (30-45
ml) lapte

1. Aplicați pe baza unei forme de prăjitură cu diametrul de 20,4 cm hârtie specială pentru prăjituri.
2. Amestecați margarina și zahărul până când compoziția devine pufoasă. Bateți ouăle și adăugați treptat făina și laptele.
3. Turnați compoziția în forma de prăjitură. Preparați la putere ridicată timp de 4-5 minute, până ce scobitoarea cu care o testați iese curată.
4. Lăsați prăjitura să stea circa 5 minute înainte de a o scoate din tavă.

OMLETĂ

1/2 15 g unt 4 ouă
6 linguri (90 ml)
lapte Sare și piper

1. Amestecați ouăle și laptele.
Condimentați.
2. Ungeți cu unt o formă de coacere cu diametrul de 26 cm. Preparați la putere ridicată timp de 1 minut, până se topește. Repartizați uniform untul topit în formă.
3. Turnați amestecul pentru omletă în formă. Puneți compoziția la preparat la putere ridicată timp de 5 minute. Amestecați și puneți din nou la preparat la putere ridicată timp de 1 minut.

OMLETĂ

1/2 15 g unt 2 ouă
2 linguri (30 ml) lapte
Sare și piper

1. Topiți untul într-un bol, la temperatură ridicată, timp de 1 minut.
2. Adăugați ouăle, laptele, sarea și piperul și amestecați bine.
3. Preparați la putere ridicată timp de 4 minute, amestecând la fiecare 30 de secunde.

QUICHE

1 ceapă mică, tocată
1 cățel de usturoi, tocat
1 linguriță (5 ml) de ulei
200 g roșii feliate, din conservă 1
lingură (15 ml) sos de tomate
1 linguriță (5 g) ierburi aromate
225 g carne tocată
Sare și piper

1. Puneți ceapa, usturoiul și uleiul într-un vas și preparați la putere ridicată timp de 2 minute sau până se înmoaie.
2. Adăugați toate celelalte ingrediente. Amestecați bine.
3. Acoperiți și preparați la putere ridicată timp de 6 minute, apoi la putere 60 timp de 10-14 minute sau până când se prepară carnea.