

Panasonic®

Mode d'emploi et livre de recettes
Gebruiksaanwijzing en Kookboek

Four combi-vapeur
Combistoomoven

Français

Nederlands

NN-DS596B



NN-DS596B

À USAGE DOMESTIQUE UNIQUEMENT
UITSLUITEND VOOR HUISHOUDELIJK GEBRUIK

INSTRUCTIONS DE SÛRETÉ IMPORTANTES. Avant d'utiliser le four à micro-ondes, lisez attentivement les recommandations d'utilisation et conservez-les soigneusement.

BELANGRIJKE VEILIGHEIDSINSTRUCTIES. Lees ze a.u.b. zorgvuldig door en bewaar ze zodat u ze opnieuw kunt raadplegen wanneer nodig.

Panasonic Corporation
<http://www.panasonic.com>

© Panasonic Corporation 2016

F0003BU00UP
PA0316-0
Printed in P.R.C

Merci d'avoir acheté cet appareil Panasonic.

Table des matières

Mode d'emploi	2-64	Instructions générales	67-68
Consignes de sécurité	2-7	Guide de vérification rapide des ustensiles de cuisson	69
Évacuation des déchets	8	Niveaux de puissance des micro-ondes... ..	70
Installation et branchement	9	Cuisson au gril	70
Mise en place de votre four	9	Cuisson au four	71-72
Consignes de sécurité importantes	10-14	Cuisson à la vapeur	72
Conseils concernant les accessoires	14	Cuisson combinée	73
Parties du four	15-16	Quelle combinaison choisir ?	74
Accessoires du four	17	Cuisson en mode combiné - récipients et accessoires	75
Panneau de commandes	18	Conseils de réchauffage et de cuisson	76-77
Modes de cuisson	19	Tableaux de réchauffage et de cuisson	78-85
Modes de cuisson par Combinaison	20	Tableau de cuisson à la vapeur seule	85
Mode d'emploi défilant	21	Conseils pour la cuisson aux micro-ondes	86
Réglage de l'horloge	22	Guide de décongélation	87
Verrouillage enfant	22	Tableau de décongélation	88-89
Cuisson et décongélation aux micro-ondes	23-24	Viande et volaille	90-95
Cuisson au Gril	25-26	Poisson	96-97
Panacrunch (Cuisson au Gril)	27-28	Légumes	98-99
Cuisson au four	29-30	Tableaux de cuisson	100-101
Cuisson à la vapeur	31-33	Œufs et fromage	102
Jet vapeur	34-35	Aliments et légumes secs et féculents ...	103
Cuisson combinée avec vapeur	36-37	Desserts - Pâtisseries	104
Cuisson combinée gril et micro-ondes	38-39	Recommandations générales pour la cuisson en mode micro-ondes	105
Cuisson en plusieurs étapes	40-42	Cuisson traditionnelle en mode four	105
Utilisation de la minuterie	43-44	Réponses aux questions les plus courantes	106-107
Décongélation Turbo	45-47		
Programmes automatiques en mode vapeur	48-50	Recette	
Programmes de cuisson automatiques	51-53	Soupes et entrées	108-110
Programmes Panacrunch	54-56	Poisson	111-113
Programmes de nettoyage du système	57-58	Viande	114-116
Nettoyage du réservoir d'eau	59	Légumes	117-119
Questions/réponses	60-61	Fromage	120
Entretien de votre four	62-63	Sauces	121
Spécifications	64	Desserts	122-124
		Pain	125-126
		Confitures	127-128
Livre de recettes	65-128		
Inverter	65		
Principes du micro-ondes	66		

Mode d'emploi

Consignes de sécurité

- Consignes de sécurité importantes. Avant d'utiliser le four à micro-ondes, lisez attentivement les recommandations d'utilisation et conservez-les soigneusement.
- Cet appareil peut être utilisé par des enfants à partir de l'âge de 8 ans ainsi que des personnes aux facultés physiques, sensorielles et mentales réduites ou bien sans l'expérience ou les connaissances nécessaires à condition qu'elles soient supervisées ou qu'une personne responsable de leur sécurité leur apprenne à utiliser l'appareil en toute sécurité et qu'elles en comprennent les dangers, notamment le risque d'échappement de vapeur. Les enfants ne sont pas autorisés à jouer avec l'appareil. Le nettoyage et l'entretien courant ne doivent pas être réalisés par des enfants sans supervision. Gardez l'appareil et son cordon hors de portée des enfants de moins de 8 ans.
- Une fois le four installé, il faut pouvoir facilement couper son alimentation électrique, soit en retirant la prise murale soit en actionnant un disjoncteur.
- En cas de détérioration du cordon d'alimentation, le faire remplacer par le fabricant ou un technicien agréé ou une personne qualifiée afin d'éviter tout risque.
- Avertissement ! Vérifiez si l'appareil ne présente pas de défauts au niveau des joints d'étanchéité et de leur zone. Si c'est le cas, ne l'utilisez plus avant que ceux-ci aient été réparés par un technicien agréé formé par le fabricant.
- Avertissement ! Ne jamais tenter de modifier, de régler ou de réparer la porte, le boîtier du panneau de commandes, les commutateurs de verrouillage de sécurité ou tout autre élément du four.

Consignes de sécurité

- Avertissement ! Ne retirez pas le panneau arrière du four, car il sert de protection contre les micro-ondes émises par le four.
- Confiez exclusivement les réparations à un technicien qualifié.
- Avertissement ! Les aliments et les liquides ne doivent pas être chauffés dans des récipients fermés hermétiquement. Ils risqueraient d'exploser.
- Avertissement ! N'autorisez pas les enfants à se servir du four sans surveillance, sauf si vous leur avez donné au préalable les instructions adéquates leur permettant de l'utiliser dans des conditions de sécurité optimales et s'ils sont parfaitement conscients des dangers qu'entraînerait une mauvaise utilisation de celui-ci.
- Ce four ne peut être utilisé que posé sur un plan de travail. Il n'est pas conçu pour une utilisation dans un meuble ou une colonne.

Utilisation sur plan de travail :

- Le four à micro-ondes doit être placé sur une surface plane et stable à 85 cm au dessus du sol, avec le fond positionné contre une cloison. Pour assurer son bon fonctionnement, le four doit permettre une circulation d'air suffisante, soit 5 cm d'un côté, l'autre côté étant libre ; 15 cm d'espace sur le dessus ; 10 cm à l'arrière.
- Si vous réchauffez des aliments dans des barquettes en plastique ou en papier, surveillez régulièrement la cuisson, car ces matériaux ont tendance à s'enflammer en cas de surchauffe.

Consignes de sécurité

- Si vous constatez la présence de fumée ou de flammes dans le four, appuyez sur la touche Arrêt/Annulation et laissez la porte fermée de manière à étouffer les flammes. Débranchez le cordon d'alimentation ou coupez le courant au niveau du fusible ou du disjoncteur.
- Cet appareil est destiné à un usage domestique uniquement.
- Lorsque vous réchauffez des liquides, notamment de la soupe, des sauces et des boissons dans votre four, ils peuvent dépasser le point d'ébullition sans que vous remarquiez l'apparition des bulles. Cela peut entraîner un débordement soudain du liquide chaud.
- Mélangez ou agitez le contenu des biberons et des petits pots. Vérifiez toujours la température des aliments avant de les consommer afin d'éviter de se brûler.
- Ne préparez pas des œufs à la coque ou des œufs durs en mode **micro-ondes**. Ils risquent d'exploser sous l'effet de la pression, même lorsque la cuisson est terminée.
- Veillez à nettoyer régulièrement l'intérieur du four, les joints ainsi que les surfaces adjacentes aux joints. En cas de salissures tenaces sur les parois, le fond du four, les joints ou les zones de joints de la porte, essayez-les avec un linge humide. Un détergent doux peut être utilisé si ces surfaces sont très sales. L'utilisation de détergents puissants ou de nettoyants abrasifs est déconseillée.
- **Ne pas utiliser les décapants classiques pour four.**
- Lorsque vous utilisez les modes **gril, four, vapeur, Panacrunch** ou **combiné**, des éclaboussures de graisse viennent inévitablement salir les parois. Si le four n'est pas régulièrement nettoyé, de la fumée peut s'en échapper lors de l'utilisation.

Consignes de sécurité

- Il est indispensable de maintenir propre l'intérieur du four. Le non respect de cette consigne peut entraîner une détérioration notable des revêtements susceptible de réduire la durée de vie de votre appareil et pouvant même présenter un danger.
- Avertissement ! Les parties accessibles peuvent devenir chaudes en mode **gril, four, vapeur, Panacrunch** et **combiné**. Tenir éloignés les enfants de moins de 8 ans. Les enfants ne devraient pouvoir utiliser le four que sous la surveillance d'un adulte, ce en raison des températures générées.
- Ne pas utiliser de nettoyeur vapeur dans le four.
- Ne pas utiliser d'éponge grattante ou de tampons abrasifs pour nettoyer la partie vitrée de la porte du four, sous peine de la rayer et de la fragiliser.
- Les parois extérieures du four, les ouvertures d'aération sur le Le châssis et la porte du four deviennent très chaudes lors de la cuisson en mode **gril, four, vapeur, Panacrunch** et **combiné**. Prenez garde de ne pas vous brûler lors de l'ouverture et de la fermeture de la porte ou lors de l'insertion ou du retrait d'aliments et d'accessoires.
- Cet appareil n'est pas destiné à fonctionner au moyen d'une minuterie externe ou d'une télécommande séparée.
- N'utiliser que des ustensiles qui conviennent aux fours à micro-ondes.
- Avertissement ! Cet appareil produit de la vapeur brûlante.
- Au cours ou juste après une cuisson utilisant le mode Vapeur, prenez garde en ouvrant la porte, de ne pas placer votre visage près du four. En effet, en ouvrant la porte, vous risqueriez de vous ébouillanter.

Consignes de sécurité

- Avertissement ! De la vapeur peut s'échapper lorsque vous ouvrez la porte. S'il y a de la vapeur dans le four, ne tentez pas de saisir quoique ce soit à mains nues ! Vous risqueriez de vous brûler ! Utilisez des maniques.
- Veuillez vous référer à la page 17 pour l'installation correcte de l'étagère.
- Le four dispose de deux résistances de gril situées dans le haut du four et de deux résistances situées dans le fond du four. Après avoir utilisé les fonctions **gril, four, vapeur, Panacrunch** et **combiné**, les surfaces intérieures du four seront très chaudes. Prenez soin d'éviter de toucher les résistances de chauffage situées à l'intérieur du four. Pour ne pas vous brûler, prenez garde de ne pas toucher les parois intérieures du four.
- Ce four combiné est conçu pour la cuisson d'aliments et de boissons uniquement. Prenez garde lorsque vous cuisez des aliments à faible teneur en humidité, par exemple du pain, du chocolat, des biscuits et des pâtisseries. Ceux-ci peuvent facilement brûler, sécher ou s'enflammer si leur cuisson dure trop longtemps. Nous ne recommandons pas la cuisson d'aliments à faible teneur en humidité comme le popcorn ou les poppadoms. L'assèchement d'aliments, de journaux ou de vêtements et le réchauffement de coussins chauffants, de pantoufles, d'éponges, de linges humides, de sacs de grain, de bouillottes et d'objets similaires peuvent entraîner des risques de blessures, d'inflammation ou d'incendie.
- La lampe du four doit être remplacée par un technicien de service formé par le fabricant. **Ne tentez pas** de retirer l'enveloppe extérieure du four.

Consignes de sécurité

- Avant toute utilisation du four, il vous faut installer le plateau d'égouttement. Reportez-vous à la page 15 pour une bonne installation.
- Le rôle du plateau d'égouttement est de recueillir l'eau de **condensation** excédentaire en mode **micro-ondes**. Il faut la vider après chaque utilisation du mode **vapeur** et **micro-ondes**.
- N'utilisez pas le réservoir d'eau s'il est cassé ou fendu. L'eau s'écoulant pourrait provoquer un court circuit et présenter un danger d'électrocution. Si le réservoir d'eau s'abîme d'une façon ou d'une autre, contactez votre revendeur.
- **Attention !** Afin d'éviter un risque dû à la réinitialisation intempestive du coupe-circuit thermique, cet appareil ne doit pas être alimenté par un dispositif de commutation externe, comme un temporisateur, ou être connecté à un circuit qui est régulièrement activé et désactivé par le service.

Évacuation des déchets



Informations relatives à l'évacuation des déchets, destinées aux utilisateurs d'appareils électriques et électroniques (appareils ménagers domestiques).

Lorsque ce symbole figure sur les produits et/ou les documents qui les accompagnent, cela signifie que les appareils électriques et électroniques ne doivent pas être jetés avec les ordures ménagères.

Pour que ces produits subissent un traitement, une récupération et un recyclage appropriés, envoyez-les dans les points de collecte désignés, où ils peuvent être déposés gratuitement. Dans certains pays, il est possible de retourner les produits au revendeur local en cas d'achat d'un produit équivalent.

En éliminant correctement ce produit, vous contribuerez à la conservation des ressources vitales et à la prévention des éventuels effets négatifs sur l'environnement et la santé humaine qui pourraient survenir dans le cas contraire. Afin de connaître le point de collecte le plus proche, veuillez contacter vos autorités locales.

Des sanctions peuvent être appliquées en cas d'élimination incorrecte de ces déchets, conformément à la législation nationale.

Utilisateurs professionnels de l'Union européenne

Pour en savoir plus sur l'élimination des appareils électriques et électroniques, contactez votre revendeur ou fournisseur.

Informations sur l'évacuation des déchets dans les pays ne faisant pas partie de l'Union européenne

Ce symbole n'est reconnu que dans l'Union européenne.

Pour vous débarrasser de ce produit, veuillez contacter les autorités locales ou votre revendeur afin de connaître la procédure d'élimination à suivre.

Installation et branchement

Vérifiez l'état du four à micro-ondes

Déballiez entièrement le four. Examinez soigneusement l'appareil afin de détecter toute déformation, défaut de la porte elle-même. Prévenez immédiatement votre revendeur si l'appareil est endommagé. N'installez pas un four à micro-ondes endommagé.



Important !
Pour votre sécurité, il est très important que cet appareil soit correctement mis à la terre.

Instructions pour la mise à la terre

Si la prise murale n'est pas mise à la terre, il incombe au client de la faire remplacer par une prise murale correctement mise à la terre.

Précaution concernant la tension d'alimentation

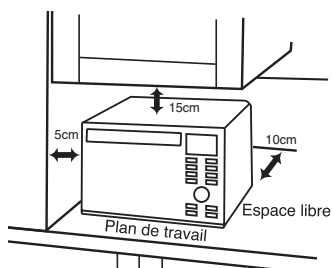
Utilisez la tension indiquée sur le four à micro-ondes. Si vous utilisez une tension supérieure à celle spécifiée, l'appareil risque de prendre feu ou de présenter un danger.

Mise en place de votre four

Ce four ne peut être utilisé que posé sur un plan de travail. Il n'est pas conçu pour une utilisation dans un meuble ou une colonne.

Utilisation sur un plan de travail

Si l'un des côtés du four est placé tout contre une paroi, il faut alors laisser l'autre côté et le dessus totalement libre. Laissez un espace de 15 cm sur le dessus du four.



1. Placez le four sur une surface plane et stable à plus de 85 cm au-dessus du sol.
2. Une fois le four installé, il faut pouvoir facilement couper son alimentation électrique, soit en retirant la prise murale soit en actionnant un disjoncteur.
3. Pour garantir une utilisation optimale du four, veillez à ce qu'il soit suffisamment ventilé.
4. Ne placez pas le four à proximité d'une cuisinière à gaz ou électrique.
5. Ne retirez pas les pieds du four.
6. Ne l'utilisez pas à l'extérieur.
7. N'utilisez pas le four dans une pièce dont le taux d'humidité est très élevé.
8. Évitez tout contact entre le cordon d'alimentation et l'extérieur de l'appareil. Éloignez-le de toute surface chaude. Ne le laissez pas pendre sur le bord d'une table ou d'un plan de travail. Évitez de mouiller le cordon d'alimentation, la prise ou le four.
9. N'obstruez pas les ouvertures d'aération situées sur le côté droit du four. Si ces aérations sont obstruées, un dispositif thermique de sécurité protège le four en cas de surchauffe. S'il s'enclenche, le four ne pourra fonctionner à nouveau qu'après refroidissement.
10. Cet appareil est destiné à un usage domestique uniquement.

Consignes de sécurité importantes

Lisez attentivement les recommandations d'utilisation et conservez-les pour vous y référer ultérieurement.



Avertissement !
Consignes de sécurité importantes.

1. Nettoyez les joints d'étanchéité à l'aide d'un linge humide. Vérifiez si l'appareil ne présente pas de défauts au niveau des joints d'étanchéité. Si c'est le cas, ne l'utilisez plus avant que ceux-ci aient été réparés par un technicien agréé par le fabricant.
2. Ne tentez jamais de modifier, d'ajuster ou de réparer la porte, le boîtier du panneau de commandes, les commutateurs de verrouillage de sécurité ou tout autre élément du four. Ne retirez pas le panneau arrière du four, car il sert de protection contre les micro-ondes émises par le four. **Confiez exclusivement les réparations à du personnel qualifié.**
3. N'utilisez pas l'appareil si la **prise ou le cordon d'alimentation** est endommagé, s'il ne fonctionne pas correctement, s'il est tombé ou qu'il est abîmé. Il est dangereux de confier la réparation de l'appareil à une personne autre qu'un technicien formé par le fabricant.
4. En cas de détérioration du cordon d'alimentation, faites-le remplacer par le fabricant ou un technicien agréé ou une personne qualifiée afin d'éviter tout risque.
5. N'utilisez pas le réservoir d'eau s'il est cassé ou fendu. L'eau s'écoulant pourrait provoquer un court circuit et présenter un danger d'électrocution. Si le réservoir d'eau s'abîme d'une façon ou d'une autre, contactez votre revendeur.
6. N'autorisez pas les enfants à se servir du four sans surveillance, sauf si vous leur avez donné au préalable les instructions adéquates leur permettant de l'utiliser dans des conditions de sécurité optimales et s'ils sont parfaitement conscients des dangers qu'entraînerait une mauvaise utilisation de celui-ci.
7. Les aliments et les liquides ne doivent pas être chauffés dans des récipients fermés hermétiquement. Ils risqueraient d'exploser.



Cet appareil produit de la vapeur brûlante.

8. Cet appareil peut être utilisé par des enfants à partir de l'âge de 8 ans ainsi que des personnes aux facultés physiques, sensorielles et mentales réduites ou bien sans l'expérience ou les connaissances nécessaires à condition qu'elles soient supervisées ou qu'une personne responsable de leur sécurité leur apprenne à utiliser l'appareil en toute sécurité et qu'elles en comprennent les dangers, notamment le risque d'échappement de vapeur. Les enfants ne sont pas autorisés à jouer avec l'appareil. Le nettoyage et l'entretien courant ne doivent pas être réalisés par des enfants sans supervision. Gardez l'appareil et son cordon hors de portée des enfants de moins de 8 ans.

Consignes de sécurité importantes

Utilisation du four

1. Utilisez le four exclusivement à des fins culinaires. Ce four est spécialement conçu pour réchauffer ou cuire des aliments. Ne l'utilisez pas pour réchauffer des produits chimiques ou tout autre produit non alimentaire.
2. Vérifiez si les ustensiles et les plats utilisés conviennent aux fours à micro-ondes.
3. Ce four à micro-ondes est conçu pour la cuisson d'aliments et de boissons uniquement. Prenez garde lorsque vous cuisez des aliments à faible teneur en humidité, par exemple du pain, du chocolat, des biscuits et des pâtisseries. Ceux-ci peuvent facilement brûler, sécher ou s'enflammer si leur cuisson dure trop longtemps. Nous ne recommandons pas la cuisson d'aliments à faible teneur en humidité comme le popcorn ou les poppadoms. L'assèchement d'aliments, de journaux ou de vêtements et le réchauffement de coussins chauffants, de pantoufles, d'éponges, de linges humides, de sacs de grain, de bouillottes et d'objets similaires peuvent entraîner des risques de blessures, d'inflammation ou d'incendie.
4. Ne placez aucun objet dans le four quand il n'est pas utilisé car celui-ci pourrait être fortuitement mis en route.
5. N'utilisez jamais le four en mode **micro-ondes** ou **combiné sans y placer préalablement des aliments**. Vous risqueriez d'endommager l'appareil. Cette consigne ne s'applique pas à la rubrique 1 de l'utilisation du gril.
6. Si vous constatez la présence de fumée ou de flammes dans le four, appuyez sur la touche Arrêt/Annulation et laissez la porte fermée de manière à étouffer les flammes. Débranchez le cordon d'alimentation ou coupez le courant au niveau du fusible ou du disjoncteur.
7. Au cours ou juste après une cuisson utilisant le mode Vapeur, prenez garde en ouvrant la porte, de ne pas placer votre visage près du four. En effet, en ouvrant la porte, vous risqueriez de vous ébouillanter.



Attention !

De la vapeur peut s'échapper lorsque vous ouvrez la porte. S'il y a de la vapeur dans le four, ne tentez pas de saisir quoique ce soit à mains nues ! Vous risqueriez de vous brûler ! Utilisez des maniques.

Consignes de sécurité importantes

Utilisation des résistances

1. Avant d'utiliser les modes **four**, **vapeur**, **gril**, **Panacrunch** ou **combiné** pour la première fois, essuyez l'huile présente dans le four, puis faites chauffer l'appareil à vide en mode **four** à 220 °C pendant 10 minutes. Cette opération permet d'éliminer l'huile de protection anti-rouille. C'est la seule fois que le four doit être utilisé à vide.
2. Les parois extérieures du four, les ouvertures d'aération sur le châssis et la porte du four deviennent très chaudes lors de la cuisson en mode **four**, **gril**, **vapeur**, **Panacrunch** et **combiné**. Prenez garde de ne pas vous brûler lors de l'ouverture et de la fermeture de la porte ou lors de l'insertion ou du retrait d'aliments et d'accessoires.
3. Le four dispose de deux résistances de gril situées dans le haut du four et de deux résistances situées dans le fond du four. Après avoir utilisé les fonctions **gril**, **four**, **vapeur**, **Panacrunch** et **combiné** les surfaces intérieures du four seront très chaudes. Prenez soin d'éviter de toucher les résistances de chauffage situées à l'intérieur du four.



Attention ! Surfaces brûlantes

Après la cuisson par ces modes, les différents accessoires du four sont également très chauds.

4. Les parties accessibles peuvent devenir chaudes en mode **gril**, **four**, **vapeur**, **Panacrunch** et **combiné**. Les jeunes enfants de moins de 8 ans doivent être tenus à l'écart, et ils ne devraient utiliser le four que sous la supervision d'un adulte, ce en raison des températures élevées générées.

Fonctionnement du ventilateur

Après l'utilisation du four, le moteur du ventilateur peut se mettre à fonctionner pour refroidir les pièces électriques. Ceci est normal et vous pouvez retirer les mets cuisinés même si le ventilateur tourne. Vous pouvez continuer à utiliser le four pendant ce temps.

Réservoir d'eau

N'utilisez pas le réservoir d'eau s'il est cassé ou fendu. L'eau s'écoulant pourrait provoquer un court circuit et présenter un danger d'électrocution. Si le réservoir d'eau s'abîme d'une façon ou d'une autre, contactez votre revendeur.

Éclairage du four

Si vous devez remplacer la lampe du four, adressez-vous à votre revendeur.

Temps de cuisson

Les temps de cuisson indiqués dans le manuel de cuisson sont approximatifs. Les facteurs qui peuvent faire varier ces temps de cuisson sont : la nature, la température initiale, la quantité de l'aliment cuisiné et le type des récipients utilisés.

Commencez toujours par le temps de cuisson minimum pour éviter une surcuisson : si un plat n'est pas assez cuit, vous pourrez toujours le remettre dans le four pour terminer la cuisson.



Si les temps de cuisson sont dépassés, les aliments seront gâchés et, dans le pire des cas, ils peuvent s'enflammer et endommager votre four.

Consignes de sécurité importantes

Thermomètre à viande

Utilisez un thermomètre à viande pour vérifier le degré de cuisson des rôtis et des volailles uniquement lorsque ceux-ci ont été retirés du four. Il est déconseillé d'utiliser un thermomètre à viande classique en mode micro-ondes afin d'éviter les étincelles.

Petites quantités de nourriture

Si vous cuisez trop longtemps de petites quantités de nourriture ou des aliments peu riches en eau, ceux-ci peuvent se consumer, s'enflammer ou se dessécher. En cas de début d'incendie dans le four, maintenez la porte fermée, arrêtez la cuisson et débranchez la prise.

Œufs

Ne préparez pas des œufs à la coque ou des œufs durs en mode **micro-ondes**. Ils risquent d'exploser sous l'effet de la pression, même lorsque la cuisson est terminée.

Aliments avec peau

Les aliments à peau ou à enveloppe imperméable tels que les pommes de terre, les jaunes d'œufs et les saucisses doivent être piqués avant d'être cuits en mode **micro-ondes** afin d'éviter qu'ils n'éclatent.

Liquides

Lorsque vous réchauffez des liquides, notamment de la soupe, des sauces et des boissons dans votre four à micro-ondes, ils peuvent dépasser le point d'ébullition sans que vous remarquiez l'apparition des bulles. Cela peut entraîner un débordement soudain du liquide chaud.

Pour éviter cet inconvénient, respectez les règles suivantes :

- Évitez d'utiliser des récipients à bords droits à goulot étroit.
- Ne pas surchauffer.
- Mélangez le liquide avant de le verser dans le récipient et répétez cette opération à mi-cuisson.
- Une fois le liquide réchauffé, laissez-le reposer un court instant dans le four, puis mélangez-le de nouveau avant de retirer avec précautions le récipient du four.

Papier/plastique

Si vous réchauffez des aliments dans des barquettes en plastique ou en papier, surveillez régulièrement la cuisson, car ces matériaux ont tendance à s'enflammer en cas de surchauffe.

N'utilisez aucun papier recyclé (par exemple du papier essuie-tout), sauf s'il est stipulé qu'il convient aux fours à micro-ondes. En effet, les papiers recyclés contiennent des impuretés qui peuvent provoquer des étincelles ou s'enflammer en cours de cuisson.

Avant de placer un sac dans le four, retirez les liens métalliques de fermeture.

Consignes de sécurité importantes

Ustensiles/Papier aluminium

Ne réchauffez pas des canettes ou des bouteilles fermées, car celles-ci pourraient exploser.

N'utilisez pas de récipients métalliques dans votre four en mode micro-ondes. Elles peuvent provoquer un arc électrique et endommager votre four.

Si vous utilisez du papier aluminium, ou une barquette aluminium, la distance entre ces matériaux et les parois du four doit être de 2 cm minimum afin d'éviter les étincelles.

Biberons et aliments pour bébés

Enlevez toujours la partie supérieure, la tétine ou le couvercle des biberons ou des petits pots pour bébés avant de les placer dans le four.

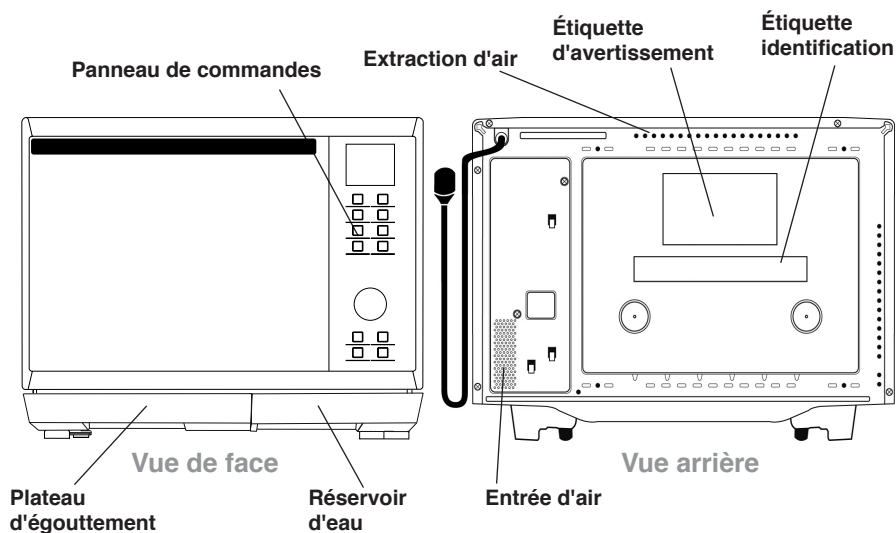
Mélangez ou agitez le contenu des biberons et des petits pots.

Vérifiez toujours la température des aliments avant de les consommer afin d'éviter de se brûler.

Conseils concernant les accessoires

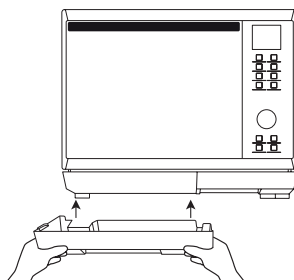
1. Ne placez rien directement en bas du four. Placez toujours les aliments dans un plat pouvant aller au micro-ondes.
2. Les accessoires fournis avec le four doivent **uniquement** être utilisés comme indiqué pour les modes **gril, four, vapeur, Panacrunch et combiné** sans cuisson micro-ondes. **N'utilisez jamais utiliser d'accessoires métallique lors de la cuisson en mode micro-ondes seul.** Ne les utilisez pas si vous utilisez le four avec moins de 200 g de nourriture en programme combiné manuel. Le poids maximum qui peut être utilisé sur un accessoire du four est de 3,2 kg. **Tout manquement à utiliser correctement un accessoire pourrait endommager votre four.**
3. Lorsque vous cuisinez en mode **micro-ondes**, un arc électrique peut se produire si un poids de nourriture inapproprié y est placé, en cas d'utilisation inappropriée d'un récipient métallique, ou si un accessoire du four a été endommagé. Dans ce cas, arrêtez immédiatement l'appareil. Vous pouvez continuer la cuisson en mode **gril, vapeur** ou **four** uniquement.
4. Référez-vous toujours aux instructions pour un bon usage des accessoires sur tous les programmes automatiques.

Parties du four



Plateau d'égouttement

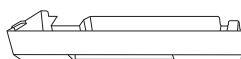
1. Avant d'utiliser le four, le plateau d'égouttement doit être installé puisqu'il recueille l'excès d'eau pendant la cuisson. Le plateau d'égouttement doit être retiré et nettoyé à intervalles réguliers.
2. Installez le plateau d'égouttement en le tenant à deux mains et en l'insérant sur les pattes avant du four.
3. Pour enlever le plateau d'égouttement, tenez-le à deux mains et amenez-le doucement vers l'avant. Lavez-la dans une eau savonneuse tiède. Re-placez le plateau d'égouttement en le cliquant à nouveau sur les pattes du four.
4. **Ne lavez pas le plateau d'égouttement au lave-vaisselle.**



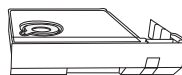
Re-placez le plateau d'égouttement en le cliquant à nouveau sur les pattes du four.

Réservoir d'eau

Consultez les indications concernant le réservoir d'eau à la page 32.



Plateau d'égouttement



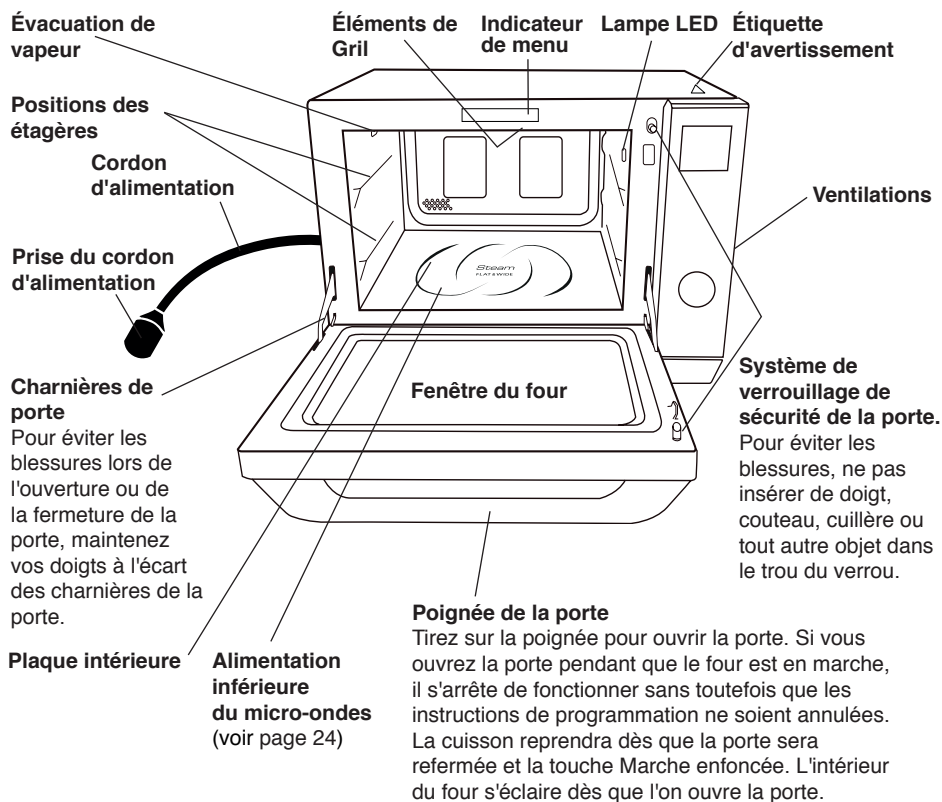
Réservoir d'eau



Remarque

L'illustration ci-dessus n'est qu'à titre de référence uniquement.

Parties du four



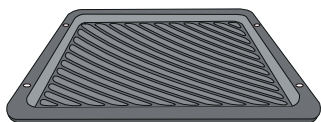
Remarque

L'illustration ci-dessus n'est qu'à titre de référence uniquement.

Accessoires du four

Le four est livré avec un accessoire ; le plat Panacrunch carré. Suivez toujours les instructions fournies pour l'utilisation de l'accessoire. L'accessoire a un certain nombre d'utilisations :

1. Il est recommandé d'utiliser le plat dans la position haute en mode **vapeur** 1, 2 ou 3. Pour la cuisson à la vapeur d'aliments plus grands, placez le plat en position d'étagère basse. Pendant la cuisson à la vapeur, le jus de cuisson est recueilli dans la rainure du plat.
2. Le plat peut être utilisé pour la cuisson au **gril** en position haute pour des aliments plats et petits. Il peut être utilisé dans la position d'étagère basse pour griller des aliments de plus grande taille.
3. Le plat peut être placé en d'étagère basse ou haute pour une cuisson en mode **four** à 100-220 °C ou 40 °C.



Plat Panacrunch carré

4. Le plat peut être utilisé comme un **plat Panacrunch carré** en position haute pour les programmes automatiques Panacrunch. Il peut être utilisé dans les positions haute ou basse en mode manuel pour le brunissage et le gratiné du dessus et du fond des aliments.

Utilisation du plat Panacrunch carré (fonctionnement manuel)

1. Placez-le en position haute. Appuyez sur la touche Gril à 4 reprises pour sélectionner le mode Panacrunch. Référez-vous à la page 27.
2. Faites cuire selon les indications données dans le tableau de cuisson à la page 28.
3. Utilisez des maniques à la fin de la cuisson car le plat sera très chaud.

Prenez soin du plat

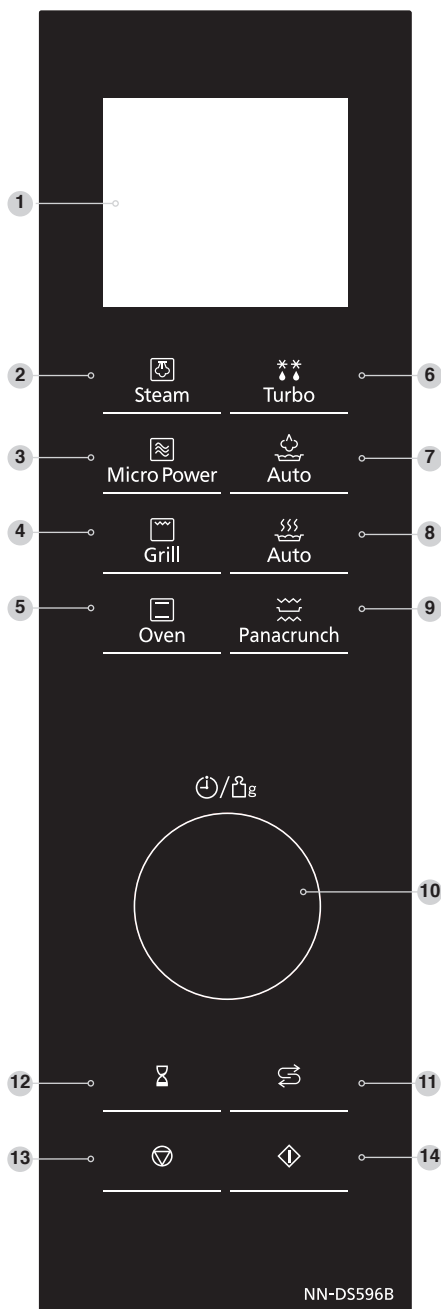
1. N'utilisez jamais d'ustensiles tranchants sur le plat car cela pourrait endommager sa surface antiadhésive.
2. Après utilisation, lavez le plat dans de l'eau chaude savonneuse et rincez-le à l'eau chaude. N'utilisez pas de produits de nettoyage abrasifs ou de tampons à récurer car ils pourraient endommager la surface du plat.
3. Le plat peut être mis au lave-vaisselle.



Remarque

1. Ne préchauffez pas le plat.
2. Utilisez toujours des maniques lors de la manipulation du plat chaud.
3. Assurez-vous que tous les emballages alimentaires sont retirés avant la cuisson.
4. Ne placez pas de matériaux sensibles à la chaleur sur le plat chaud, car ceux-ci pourraient brûler.
5. Pour une bonne utilisation de l'accessoire pour chaque mode de cuisson, reportez-vous aux pages 23-39.

Panneau de commandes



1. **Fenêtre d'affichage**
2. **Vapeur** (pages 31-33)
3. **Micro-ondes** (page 23-24)
4. **Gril** (pages 25-26)
5. **Four** (pages 29-30)
6. **Décongélation Turbo** (pages 45-47)
7. **Programmes Auto Vapeur** (pages 48-50)
8. **Programmes de cuisson Auto** (pages 51-53)
9. **Programmes Panacrunch** (pages 54-56)
10. **Sélecteur de poids ou de durée**
11. **Nettoyage du système** (pages 57-58)
12. **Minuterie/Horloge**
13. **Arrêter/Annulation :**
Avant la cuisson : Appuyez une fois sur cette touche pour effacer les instructions.
Pendant la cuisson : Appuyez une fois sur cette touche pour interrompre momentanément le programme de cuisson. Une nouvelle pression annule toutes vos instructions et affiche deux points ou l'heure.
14. **Mise en marche :**
 Appuyez une fois sur cette touche pour mettre le four en marche. Si vous ouvrez la porte pendant la cuisson ou si vous appuyez une seule fois sur la touche Arrêt/Annulation, vous devez à nouveau appuyer sur la touche Marche pour poursuivre la cuisson.



Bips sonores :

Un bip sonore retentit chaque fois que vous appuyez sur un bouton. Si ce n'est pas le cas, cela signifie que l'instruction est refusée. Deux bips sonores sont émis entre chaque étape de programmation. Une fois la cuisson terminée, cinq bips retentissent.

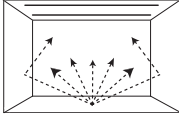
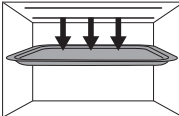
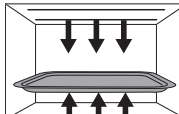
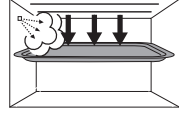
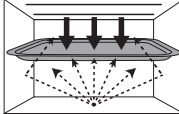


Remarque

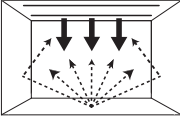
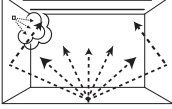
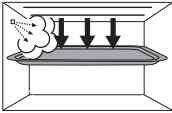
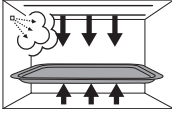
- Le four se met en mode veille quand la dernière opération est terminée. En mode veille, la luminosité de l'écran est réduite.
- Dans ce mode veille, il faut ouvrir et fermer le four.
- Si une opération est programmée et que la touche Marche n'est pas actionnée dans les 6 minutes, le four annule automatiquement l'opération. L'écran affiche à nouveau deux points ou le mode horloge.

Modes de cuisson

Les illustrations ci-dessous sont fournies à titre d'exemples. Vous pouvez varier les accessoires selon la recette ou le récipient utilisé. Consultez le livre de recettes pour de plus amples informations.

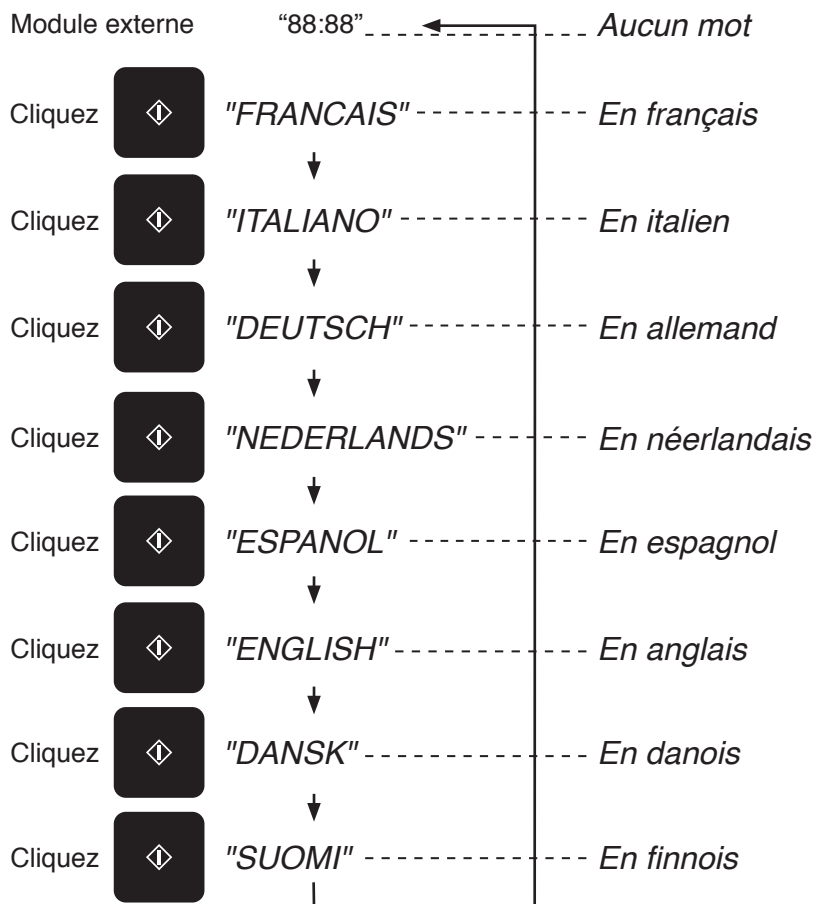
Modes de cuisson	Utilisations	Accessoires à utiliser	Conteneurs
<p>MICRO-ONDES</p> 	<ul style="list-style-type: none"> Décongélation Réchauffage Fondre : le beurre, le chocolat, le fromage. Cuisson du poisson, des légumes, des fruits, des œufs. Préparation : compotes, confitures, sauces, crèmes, choux, pâtisserie, caramel, viande, poisson. La cuisson des gâteaux sans colorant. <p>Pas de préchauffage</p>	-	Utilisez vos propres plats, assiettes ou bols en Pyrex®, directement dans le fond du four
<p>GRIL</p> 	<ul style="list-style-type: none"> Griller de la viande ou du poisson. Toaster. Coloration des plats à gratin ou des tartes meringuées. <p>Préchauffage conseillé</p>	Plat Panacrunch carré.	Une boîte de conserve résistante à la chaleur peut être utilisée sur le plat Panacrunch carré dans la position haute ou basse ou dans le fond du four.
<p>FOUR</p> 	<ul style="list-style-type: none"> Cuisson de petits plats avec des temps de cuisson courts : pâte feuilletée, biscuits, gâteaux, roulées. Cuisson spécial, petits pains ou brioches, gâteaux de Savoie. Cuisson des pizzas et des tartes. <p>Préchauffage conseillé</p>	Plat Panacrunch carré.	Une boîte de conserve résistante à la chaleur peut être utilisée sur le plat Panacrunch carré dans la position haute ou basse. Ne placez pas les plats directement en bas du four.
<p>VAPEUR</p> 	<ul style="list-style-type: none"> Cuisson du poisson, des légumes, de poulet, du riz et des pommes de terre <p>Pas de préchauffage</p>	Plat Panacrunch carré.	Placez directement les aliments sur le plat Panacrunch carré ou dans un récipient résistant à la chaleur sur le plat Panacrunch carré.
<p>PANACRUNCH</p> 	<ul style="list-style-type: none"> Rôtir de petites viandes et de la volaille. Réchauffage et gratiné (pizza, pain, pommes de terre). <p>Pas de préchauffage</p>	Plat Panacrunch carré dans les positions d'étagère haute ou basse.	-

Modes de cuisson par Combinaison

Modes de cuisson	Utilisations	Accessoires pour utiliser	Conteneurs
<p>GRIL + MICRO-ONDES</p>  <p>Reportez-vous à la pages 27-28 pour utiliser le gril + les micro-ondes en mode Panacrunch.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Cuisson de lasagnes, viandes, pommes de terre et gratins de légumes. <p>Pas de préchauffage</p>	-	Plats micro-ondables et résistants à la chaleur placés directement dans le fond du four.
<p>VAPEUR + MICRO-ONDES</p> 	<ul style="list-style-type: none"> Cuisson du poisson, des légumes, de poulet, du riz et des pommes de terre <p>Pas de préchauffage</p>	-	Plats micro-ondables et résistants à la chaleur placés directement dans le fond du four.
<p>GRIL + VAPEUR</p> 	<ul style="list-style-type: none"> Cuisson de gratins Brochettes Filets de poisson Poisson entier Pain précuit <p>Pas de préchauffage</p>	Plat Panacrunch carré.	Micro-ondable et résistant à la chaleur. Les plats peuvent être utilisés sur le plat Panacrunch carré dans la position d'étagère haute ou basse ou directement dans le fond du four.
<p>FOUR + VAPEUR</p> 	<ul style="list-style-type: none"> Cuisson de gâteaux Tartes à pâte feuilletée <p>Préchauffage conseillé</p>	Plat Panacrunch carré.	Micro-ondable et résistant à la chaleur. Les plats peuvent être utilisés sur le plat Panacrunch carré dans les positions d'étagère haute ou basse. Ne placez pas les plats directement en bas du four.

Mode d'emploi défilant

Mode d'emploi défilant



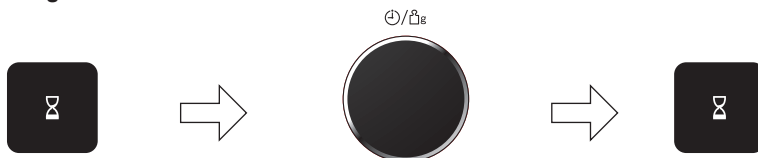
Français

Ce four a une fonction unique d'affichage de mode d'emploi défilant pour vous aider à l'utiliser. Une fois le branchement effectué, pressez la touche Marche une ou plusieurs fois jusqu'à ce que s'affiche la langue souhaitée. Puis, au fur et à mesure que vous presserez les touches, l'affichage fera apparaître l'instruction suivante pour vous aider à utiliser votre four. Vous pouvez aussi débrancher et rebrancher le four si vous désirez utiliser une autre langue.

Si la Minuterie/Horloge est enfoncée 4 fois de suite, le guide d'instructions est désactivé. Pour le remettre en marche, appuyez de nouveau 4 fois de suite sur la touche Minuterie/Horloge.

Réglage de l'horloge

Quand le four est branché pour la première fois, "88:88" apparaît dans la fenêtre d'affichage.



Appuyez deux fois sur la Minuterie/Horloge. "CHOISIR LA DUREE" s'affiche à l'écran tandis que les deux-points (:) clignotent.

Entrez l'heure en tournant le sélecteur de Poids/Durée. L'heure s'affiche tandis que les deux-points (:) clignotent. ex : 13:25 (format 24 h).

Appuyez sur la Minuterie/Horloge. Les deux-points s'arrêtent de clignoter. L'heure de la journée est maintenant verrouillée à l'écran.

Remarque

1. Un tour de sélecteur augmente ou diminue le temps d'une minute. La rotation continue augmente ou diminue rapidement le temps.
2. Pour remettre l'horloge à l'heure, répétez la procédure ci-dessus.
3. L'horloge indiquera l'heure de la journée tant que le four est branché et qu'il est sous tension.
4. Il s'agit d'une horloge au format 24 heures.

Verrouillage enfant

Ce système rend les commandes du four inutilisables, à l'exception de la porte qui peut toujours être ouverte. Vous pouvez activer ce verrouillage lorsque l'heure ou les deux-points (:) sont affichés.

Pour l'activer :



Appuyez trois fois sur Marche. L'heure actuelle s'affiche. Elle ne sera pas perdue. '*#' s'affiche à l'écran.

Pour le désactiver :



Appuyez 3 fois sur la touche Arrêt/Annulation. L'heure apparaît de nouveau à l'écran.

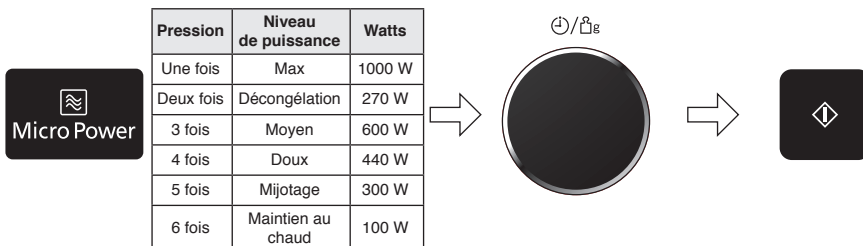
Remarque

Pour activer le verrouillage enfant, le bouton Marche doit être enfoncé à 3 reprises dans un délai de 10 secondes. Le verrouillage enfant peut être paramétré lorsque deux points ou l'heure sont affichés.

Cuisson et décongélation aux micro-ondes



Six (6) niveaux de puissance de micro-ondes sont disponibles. Ne placez rien directement en bas du four. Utilisez vos propres plats, assiettes ou bols recouverts d'un couvercle ou d'un film percé directement en bas du four.



Pression	Niveau de puissance	Watts
Une fois	Max	1000 W
Deux fois	Décongélation	270 W
3 fois	Moyen	600 W
4 fois	Doux	440 W
5 fois	Mijotage	300 W
6 fois	Maintien au chaud	100 W

Appuyez sur Micro Power jusqu'à ce que la puissance que vous souhaitez apparaisse dans la fenêtre d'affichage.

Choisissez la durée de cuisson à l'aide du sélecteur de Poids/Durée.

Appuyez sur Marche. Le programme de cuisson va commencer et le compte à rebours défilera à l'écran.



Attention

Le four fonctionne automatiquement à la puissance de micro-ondes de 1000 W (Max) si un temps de cuisson est entré sans sélection du niveau de puissance.

Cuisson et décongélation aux micro-ondes



Remarque

1. Le temps maximal qui peut être défini sur 1000 W (Max) est à 30 minutes. Pour tous les autres niveaux de puissance, le temps maximal qui peut être défini est 1 heure et 30 minutes.
2. Vous pouvez modifier la durée en cours de cuisson, si nécessaire. Tournez le sélecteur pour augmenter ou diminuer le temps de cuisson. La durée peut être augmentée/diminuée par tranche de 1 minute jusqu'à un maximum de 10 minutes. La rotation du sélecteur sur zéro arrête la cuisson.
3. **Ne tentez pas** d'utiliser le micro-ondes avec uniquement récipient en métal dans le four.
4. **Ne placez rien** directement en bas du four. Déposez les aliments dans un plat microondable ou en verre. Les aliments réchauffés ou cuits par **micro-ondes** uniquement devraient être couverts d'un couvercle ou d'un film cellophane percé, sauf indication contraire.
5. Pour les temps de décongélation manuelle, veuillez vous référer au tableau de décongélation dans les pages 88-89 du livre de recettes.
6. Pour une cuisson en plusieurs étapes, reportez-vous aux pages 40-42.
7. Il est possible de programmer un temps de repos après une cuisson au micro-ondes et le réglage de l'heure. Reportez-vous à «L'utilisation de la minuterie» aux pages 43-44.

Technologie de distribution par le fond

Veuillez noter que ce produit utilise la technologie de distribution de micro-ondes par le fond, ce qui se distingue des méthodes de distribution latérales traditionnelles par plateau tournant. Il en résulte un espace utilisable plus important pour une variété de plats de tailles différentes.

Ce type de distribution de micro-ondes peut se traduire par une différence en termes de temps de chauffage (en mode micro-ondes) en comparaison avec des appareils à distribution latérale. C'est tout à fait normal et ça ne devrait pas poser de problème. Veuillez consulter les tableaux de réchauffage et de cuisson dans le livre de recettes.

Cuisson au Gril

Le système de gril du four offre une cuisson rapide et efficace pour une grande variété d'aliments par ex. : saucisses, steaks, toasts, etc.

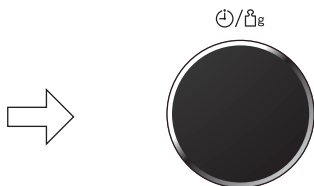
Trois niveaux de gril différents sont disponibles.

Pression	Niveau de puissance	Watts
Une fois	Gril 1 (Max)	1200 W
Deux fois	Gril 2 (Moyen)	850 W
3 fois	Gril 3 (Léger)	650 W
4 fois	Panacrunch (voir pages 27-28)	



Appuyez sur Gril jusqu'à ce que la puissance que vous souhaitez apparaisse dans la fenêtre d'affichage.

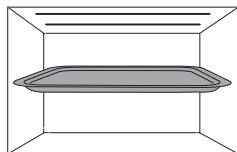
Appuyez sur Marche pour préchauffer. Un « P » s'affiche dans la fenêtre d'affichage. Quand le four est préchauffé, il émet un bip et le « P » se met à clignoter. Ouvrez alors la porte et placez les aliments à l'intérieur.
** Ignorez cette étape lorsque le préchauffage n'est pas nécessaire.*



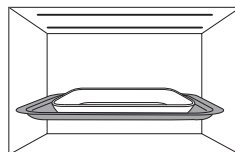
Choisissez la durée de cuisson à l'aide du sélecteur de Poids/Durée. Le temps maximum de cuisson est de 90 minutes.

Appuyez sur Marche. Le programme de cuisson va commencer et le compte à rebours défilera à l'écran.

Utilisation de l'accessoire



Placez l'aliment sur l'accessoire du four dans l'étagère haute. Pour la cuisson au gril d'aliments plus grands, placez le plat dans la position d'étagère basse. Pendant la cuisson au gril, le jus de cuisson est recueilli dans la rainure du plat.



Placez l'aliment dans un plat résistant à la chaleur sur l'accessoire du four dans en position basse.

Cuisson au Gril



Remarque

1. Ne jamais faire d'autre cuisson pendant que le gril fonctionne.
2. Le Gril ne peut fonctionner qu'avec la porte fermée.
3. Lorsque le four est en mode **gril** uniquement, les micro-ondes n'agissent pas.
4. La plupart des aliments demandent à être retournés à mi-cuisson. Lors de la rotation de l'aliment, ouvrez la porte du four et retirez soigneusement les accessoires du four à l'aide de maniques.
5. Une fois terminé, remettez les aliments dans le four et fermez la porte. Après avoir fermé la porte du four, appuyez sur Marche. L'afficheur continue à décompter le temps de cuisson restant. Il est tout à fait sûr et possible d'ouvrir la porte du four à tout moment pour vérifier l'état d'avancement de la cuisson en position gril.
6. La grille s'allume et s'éteint pendant la cuisson et c'est normal. Nettoyez toujours le four après l'utilisation du gril et avant d'utiliser le mode **micro-ondes** ou **combiné**.
7. Vous pouvez modifier la durée en cours de cuisson, si nécessaire. Tournez le sélecteur Durée/Poids pour augmenter ou diminuer le temps de cuisson. La durée peut être augmentée/diminuée par tranche de 1 minute jusqu'à un maximum de 10 minutes. La rotation du sélecteur sur zéro arrête la cuisson.



Attention

Utilisez des gants lorsque vous retirez l'accessoire. Ne touchez jamais le vitre extérieure ou les parties métalliques à l'intérieur de la porte ou du four lorsque vous mettez ou enlevez l'aliment, ce en raison des températures élevées impliquées.

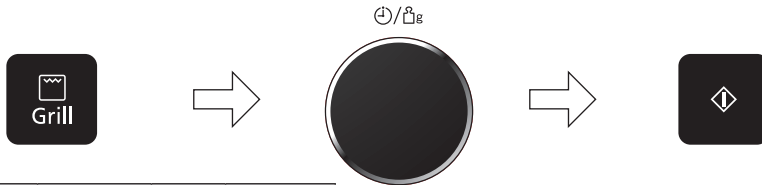
Panacrunch (Cuisson au Gril)



Le 'concept' Panacrunch

Certains aliments cuits aux micro-ondes peuvent avoir des croûtes molles et détremées. Votre plat Panacrunch carré vous permet de dorer et de préserver le croustillant des pizzas, des pommes de terre surgelées, des quiches, des tartes et des produits panés. Votre plat Panacrunch carré fonctionne en chauffant le plat par l'absorption des micro-ondes et en chauffant la nourriture par le gril. Le fond du plat absorbe les micro-ondes et les transforme en chaleur. La chaleur est ensuite transmise à la nourriture par le biais du plat. L'effet de cuisson est optimisé par la surface anti-adhérente.

Français



Pression	Niveau de puissance	Gril Niveau	Puissance Micro-ondes
4 fois	Panacrunch	Gril 1 (1200 W)	440 W

Appuyez 4 fois sur Gril. Le sigle Panacrunch s'affiche à l'écran.

Choisissez la durée de cuisson à l'aide du sélecteur de Poids/Durée. Le temps maximum de cuisson est de 30 minutes.

Appuyez sur Marche. Le programme de cuisson va commencer et le compte à rebours défilera à l'écran.



Important

Pour utiliser le Panacrunch avec les niveaux de gril 2 ou 3 ou 440 W ou 300 W ; appuyez d'abord sur Gril pour sélectionner le niveau désiré. Ensuite appuyez sur Micro Power pour sélectionner 440 W ou 300 W. Sélectionnez le temps de cuisson, puis appuyez sur Marche.

Panacrunch (Cuisson au Gril)



Options de cuisson conseillées

Type d'aliment	Poids	Niveau de puissance	Niveau d'étagère	Temps de cuisson
Pizza américaine surgelée	440 g	Panacrunch	Plus faible	10 min
Pizza à pâte fine et croustillante surgelée	350 g	Panacrunch	Haute	7-8 min
Roulé à la saucisse réfrigéré	160 g (1)	Panacrunch	Haute	6-7 min
Croissants / brioche (temp. ambiante)	Peu importe	Panacrunch	Haute	4 min
Samoussas/bhajis aux oignons réfrigérés	200 g	Panacrunch	Haute	5 min
Poisson pané réfrigéré	255 g (2)	Panacrunch	Haute	6 min



Attention

Les accessoires et les environs du four deviendront très chaud. Utilisez des maniques.



Remarque

Vous pouvez modifier la durée en cours de cuisson, si nécessaire. Tournez le sélecteur Durée/Poids pour augmenter ou diminuer le temps de cuisson. La durée peut être augmentée/diminuée par tranche d'une minute jusqu'à un maximum de 10 minutes. La rotation du sélecteur sur zéro arrête la cuisson.

Cuisson au four



Votre four combiné peut servir de simple four en utilisant le mode **Four** qui utilise les résistances supérieures et inférieures. Pour de meilleurs résultats, placez toujours les aliments dans un four préchauffé. Lorsque vous utilisez le mode **Four**, le plat Panacrunch carré peut être placé en position haute ou basse.

En mode four, ne préchauffez pas le plat Panacrunch en position.



Appuyez sur Four. Le four démarre à 150 °C. Appuyez sur Four et la température augmentera par paliers de 10 °C jusqu'à 220 °C, puis à 40 °C et 100 °C.



Appuyez sur Marche pour préchauffer. Un « P » s'affiche dans la fenêtre d'affichage. Quand le four est préchauffé, il émet un bip et le « P » se met à clignoter. Ouvrez alors la porte et placez les aliments à l'intérieur.

Choisissez la durée de cuisson à l'aide du sélecteur de Poids/Durée. Le temps maximum de cuisson est de 90 minutes.

** Ignorez cette étape lorsque le préchauffage n'est pas nécessaire.*



Appuyez sur Marche.

Remarque : Vérifiez que seul le symbole de four  est toujours à l'écran. Si le symbole de micro-ondes  s'affiche, c'est incorrect et le programme doit être annulé. Sélectionnez à nouveau le réglage du Four.



Attention

L'accessoire et les environs du four deviendront très chaud. Utilisez des maniques.



Remarque sur le préchauffage

1. N'ouvrez pas la porte du four pendant le préchauffage. Une fois celui-ci terminé, le four émet 3 bips sonores et le « P » clignote dans l'afficheur. Si vous n'ouvrez pas la porte suite au préchauffage, le four maintient la température sélectionnée pendant 30 minutes. Au bout de ce laps de temps, le four s'éteint automatiquement et affiche l'heure.
2. Si vous voulez cuire un plat sans préchauffer votre four, choisissez la durée de cuisson après la sélection de la température et appuyez sur la touche Marche.
3. Le four ne peut pas préchauffer à 40 °C.

Cuisson au four

En mode **Four**, vous pouvez cuire les aliments directement sur le plat Panacrunch en position d'étagère haute ou basse. Ou vous pouvez placer vos moules et plats métalliques standards sur le plat Panacrunch en position d'étagère basse. Ne placez pas de moules et plats métalliques directement en bas du four en mode **Four**.

Rôtissage de légumes et de pommes de terre : Plat Panacrunch carré en position basse.



Réchauffage : Plat Panacrunch carré en position basse.



Vous pouvez utiliser le plat Panacrunch comme plat de cuisson pour rôtir des légumes ou des pommes de terre, et cuire des gâteaux, des scones et des cookies. Il est aussi pratique pour faire réchauffer des feuilletés précuits.

Viande rôtie : Plat Panacrunch carré en position basse.



Cuisson : Plat Panacrunch carré en position basse.



Remarque

1. Ouvrez la porte en utilisant la porte à ouverture vers le bas, car si l'on appuie sur Arrêt/Annulation le programme peut être annulé.
2. Vous pouvez modifier la durée en cours de cuisson, si nécessaire. Tournez le sélecteur Durée/Poids pour augmenter ou diminuer le temps de cuisson. La durée peut être augmentée/diminuée par tranche d'une minute jusqu'à un maximum de 10 minutes. La rotation du sélecteur sur zéro arrête la cuisson.
3. Après avoir appuyé sur Marche, vous pouvez contrôler et modifier la température pendant la cuisson. Appuyez une fois sur la touche Four pour afficher la température. pendant l'affichage de la température, vous pouvez modifier cette dernière en appuyant sur Four.
4. Le four maintiendra la température sélectionnée préchauffée pendant environ 30 minutes. Si aucun aliment n'a été placé à l'intérieur du four ou si aucun temps de cuisson n'a été réglé, alors le four annule automatiquement le programme de cuisson et affiche à nouveau deux points ou l'heure.



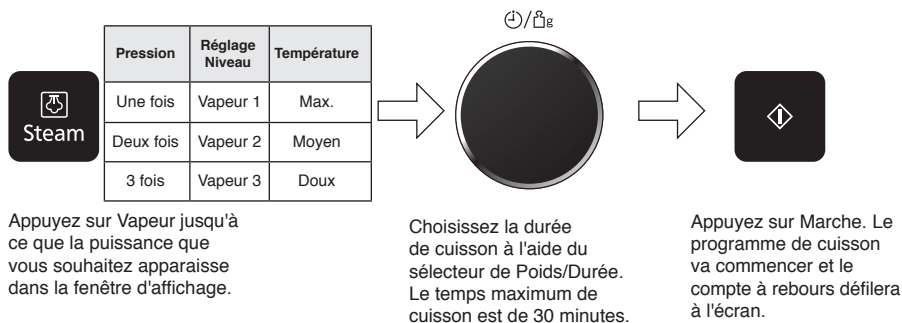
Attention

Mettez toujours des gants de protection pour retirer le plat ou les accessoires en fin de cuisson. Le four et les accessoires seront très chauds.

Cuisson à la vapeur



Le four peut être programmé comme un appareil à vapeur pour cuisiner des légumes, du poisson, du poulet et du riz. Trois réglages de vapeur différents sont disponibles.



Remarque

1. Remplissez le réservoir d'eau avant d'utiliser la fonction **vapeur**.
2. La durée maximum de fonctionnement du mode Vapeur est de 30 minutes. Si vous désirez utiliser ce mode pour une durée plus longue, il vous faudra remplir de nouveau le réservoir d'eau et répéter les opérations ci-dessus.
3. Si le réservoir vient à se vider en cours de cuisson, le four arrête la cuisson. L'afficheur vous indique qu'il faut remplir le réservoir. Après l'avoir fait, remettez le réservoir en place et pressez sur Marche. Le four ne poursuivra la cuisson que si le réservoir d'eau a été à nouveau rempli et la touche Marche enfoncée.
4. Vous pouvez modifier la durée en cours de cuisson, si nécessaire. Tournez le sélecteur Durée/Poids pour augmenter ou diminuer le temps de cuisson. La durée peut être augmentée/diminuée par tranche d'une minute jusqu'à un maximum de 10 minutes. La rotation du sélecteur sur zéro arrête la cuisson.
5. Vous pouvez remplir le réservoir à tout moment en cours de cuisson sans qu'il soit nécessaire de presser la touche Arrêt/Annulation au préalable.
6. Il peut être nécessaire d'essuyer l'eau de condensation en excès dans la cavité après une cuisson **vapeur**.



Attention

Les accessoires et les environs du four deviendront très chaud. Utilisez des maniques.

En retirant du four le récipient ou l'aliment, des gouttes d'eau bouillante peuvent tomber de la voûte.

De la vapeur peut s'échapper lorsque vous ouvrez la porte. S'il y a de la vapeur dans le four, ne tentez pas de saisir quoique ce soit à mains nues ! Risque de brûlures ! Utilisez des maniques.

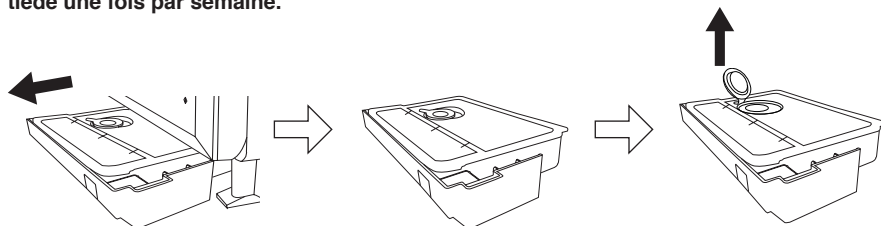
Faites attention lorsque vous retirez le plateau d'égouttement. Essayez l'eau qui coule du côté gauche du four. Ceci est normal.

Cuisson à la vapeur



Instructions concernant le réservoir d'eau

Retirez délicatement le réservoir d'eau. Otez le couvercle et remplissez le réservoir avec l'eau du robinet (n'employez pas d'eau minérale). Remplacez le couvercle et remettez le réservoir en place. Veillez au bon ajustement du couvercle et du réservoir dans son emplacement, pour éviter tout risque de fuite. Il est conseillé de laver le réservoir à l'eau tiède une fois par semaine.



Attention

Les accessoires et les environs du four deviendront très chaud. Utilisez des maniques.

Utilisation de l'accessoire

Pour une cuisson à la vapeur, placez l'aliment directement sur l'accessoire du four en position haute. Pour la cuisson à la vapeur d'aliments plus grands, placez le plat en position d'étagère basse. Pendant la cuisson à la **vapeur**, le jus de cuisson est recueilli dans la rainure du plat.

Utilisez des maniques lorsque vous retirez l'accessoire car il sera très chaud. Le dessus et les parois du four le seront aussi.

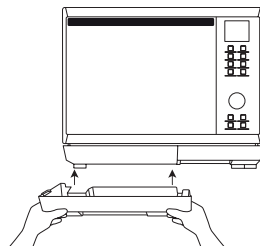


Cuisson à la vapeur



Instructions

1. Lorsque le four est en mode **vapeur** uniquement, les micro-ondes n'agissent pas.
2. Utilisez les accessoires fournis, comme indiqué ci-dessus.
3. Le mode **vapeur** ne peut fonctionner qu'avec la porte fermée.
4. **Au cours ou juste après une cuisson utilisant le mode Vapeur, prenez garde en ouvrant la porte, de ne pas placer votre visage près du four. En effet, en ouvrant la porte, vous risqueriez de vous ébouillanter.**
5. **Mettez toujours des gants de protection pour retirer le plat ou les accessoires en fin de cuisson. Le four et les accessoires seront très chauds.**
6. Après chaque cuisson Vapeur, retirez le plateau d'égouttement situé devant le four avec précaution afin de la vider. Tirez-la doucement vers l'avant en la tenant à deux mains. Après l'avoir vidée, lavez-la dans une eau savonneuse tiède. Remettez-la en position en encliquetant les anneaux sur les pieds du four.



Jet vapeur

Cette fonctionnalité vous permet d'ajouter de la vapeur pendant la cuisson (pendant 1, 2 ou 3 minutes). Il existe 5 combinaisons avec lesquelles vous pouvez utiliser le jet vapeur -

MICRO-ONDES

GRIL

FOUR

GRIL + MICRO-ONDES

PANACRUNCH

L'ajout de vapeur pendant la cuisson améliore la répartition de la chaleur et facilite le processus de levée des pains, des gâteaux et des pâtisseries.

*Définir et utiliser
le programme
souhaité.*



En option

Comme requis en cours d'utilisation, maintenez la vapeur enfoncée pendant 2 secondes et 1 minute s'ajoutera.

Si vous souhaitez ajouter 2 ou 3 minutes, appuyez sur Vapeur 2 ou 3 fois dans les 3 secondes après l'étape 2. Le temps restant affiché inclut le temps du jet de vapeur.



Remarque

1. Le jet de vapeur n'est pas disponible en mode de préchauffage ou en mode four à 40 °C.
2. Remplissez le réservoir d'eau avant utilisation.
3. Le programme d'origine décompte encore lorsque vous actionnez le jet de vapeur.
4. La durée du jet de vapeur ne peut pas dépasser le temps de cuisson restant.
5. Si vous ajoutez 2 ou 3 minutes, la touche Vapeur doit être actionnées 2 ou 3 fois dans un délai de 3 secondes.
6. Essuyez les excès d'eau à dans la cavité et autour des réservoirs d'eau après une cuisson à la vapeur.
7. La modification de la température du four et du temps de cuisson est impossible pendant le jet de vapeur.

Jet vapeur



Attention

Les accessoires et les environs du four deviendront très chaud. Utilisez des maniques.

En retirant du four le récipient ou l'aliment, des gouttes d'eau bouillante peuvent tomber de la voûte.

De la vapeur peut s'échapper lorsque vous ouvrez la porte. S'il y a de la vapeur dans le four, ne tentez pas de saisir quoique ce soit à mains nues ! Risque de brûlures ! Utilisez des maniques.

Type d'aliment	Mode de cuisson	Jet vapeur
Pâtes feuilletées	Four	$\frac{2}{3}$ du temps total plus 3 min Jet vapeur
Pains	Four	$\frac{2}{3}$ du temps total plus 3 min Jet vapeur
Génoise	Four	$\frac{1}{2}$ du temps total plus 3 min Jet vapeur
Petits pains précuits	Four ou gril	$\frac{2}{3}$ du temps total plus 3 min Jet vapeur

Cuisson combinée avec vapeur

La vapeur peut être utilisée pour cuire des aliments en même temps que les modes micro-ondes, gril ou four. Ceci peut souvent réduire les temps de cuisson au four traditionnel et maintenir une certaine humidité des aliments.

Accessoires de four à utiliser



Vapeur + Micro-ondes

Directement sur la base du four, dans un plat pour micro-ondes et résistant à la chaleur.



Four ou gril + vapeur

Plat Panacrunch carré en position d'étagère haute ou basse.



La puissance de micro-ondes de 440 W, 300 W ou 100 W peut être réglée.

ou



+



Les niveaux de Gril 1, 2 ou 3 peuvent être définis.

ou



Le four à 100 °C - 220 °C peut être réglé.



Appuyez sur Vapeur jusqu'à ce que la puissance que vous souhaitez apparaisse dans la fenêtre d'affichage (voir le tableau ci-dessous).

Sélectionnez le deuxième mode de cuisson et le niveau de puissance et la température. Il est possible de préchauffer en mode **Vapeur + Four**. Référez-vous à la pages 29-30.

Choisissez la durée de cuisson à l'aide du sélecteur de Poids/Durée. Le temps maximum de cuisson est de 30 minutes.

Appuyez sur Marche. Le programme de cuisson va commencer et le compte à rebours défilera à l'écran.

Plage de puissance et de température

Pression	Puissance	Température
Une fois	Vapeur 1	Max.
Deux fois	Vapeur 2	Moyen
3 fois	Vapeur 3	Doux

Cuisson combinée avec vapeur



Remarque

1. Remplissez le réservoir d'eau avant d'utiliser la fonction **vapeur**.
2. La durée maximum de fonctionnement du mode Vapeur est de 30 minutes. Si vous désirez utiliser ce mode pour une durée plus longue, il vous faudra remplir de nouveau le réservoir d'eau et répéter les opérations ci-dessus.
3. Si le réservoir vient à se vider en cours de cuisson, le four arrête la cuisson. L'afficheur vous indique qu'il faut remplir le réservoir. Après l'avoir fait, remettez le réservoir en place et pressez sur Marche. Le four ne poursuivra la cuisson que si le réservoir d'eau a été à nouveau rempli et la touche Marche enfoncée.
4. Le préchauffage n'est pas disponible avec les modes **vapeur + micro-ondes** et **vapeur + gril**.
5. Vous pouvez modifier la durée en cours de cuisson, si nécessaire. Tournez le sélecteur Durée/Poids pour augmenter ou diminuer le temps de cuisson. La durée peut être augmentée/diminuée par tranche d'une minute jusqu'à un maximum de 10 minutes. La rotation du sélecteur sur zéro arrête la cuisson.
6. Vous pouvez remplir le réservoir à tout moment en cours de cuisson sans qu'il soit nécessaire de presser la touche Arrêt/Annulation au préalable.
7. Il peut être nécessaire d'essuyer l'eau de condensation en excès dans la cavité après une cuisson à la **vapeur**.



Instructions

1. Au cours ou juste après une cuisson utilisant le mode **vapeur**, prenez garde en ouvrant la porte, de ne pas placer votre visage près du four. En effet, en ouvrant la porte, vous risqueriez de vous ébouillanter.
2. Mettez toujours des gants de protection pour retirer le plat ou les accessoires en fin de cuisson. Le four et les accessoires seront très chauds.
3. Après chaque cuisson Vapeur, retirez le plateau d'égouttement situé devant le four avec précaution afin de la vider. Tirez-la doucement vers l'avant en la tenant à deux mains. Après l'avoir vidée, lavez-la dans une eau savonneuse tiède. Remettez-la en position en encliquetant les anneaux sur les pieds du four. (Cf. page 15).



Attention

1. Les accessoires et les environs du four deviendront très chaud. Utilisez des maniques.
2. En retirant du four le récipient ou l'aliment, des gouttes d'eau bouillante peuvent tomber de la voûte.
3. De la vapeur peut s'échapper lorsque vous ouvrez la porte. S'il y a de la vapeur dans le four, ne tentez pas de saisir quoique ce soit à mains nues ! Risque de brûlures ! Utilisez des maniques.
4. Faites attention lorsque vous retirez le bac de récupération.

Cuisson combinée gril et micro-ondes



Sur le fond du four, dans vos propres plats micro-ondables et résistants à la chaleur, ce mode est adapté pour la cuisson des lasagnes, gratins, viandes, pommes de terre.

Pour une cuisson réussie en mode **combiné**, vous devez toujours utiliser un minimum de 200 g d'aliment. Les petites quantités doivent être cuites en mode **four, gril** ou à la **vapeur**.

Le préchauffage n'est pas possible lors de l'utilisation de ce mode combiné et la nourriture doit toujours être cuite non couverte. La grille s'allume et s'éteint pendant la cuisson et c'est normal. Reportez-vous à la pages 27-28 pour utiliser le gril et les micro-ondes en mode **Panacrunch**.



Appuyez sur Gril pour sélectionner le niveau de puissance désiré.



Appuyez sur Micro Power pour sélectionner le niveau de puissance micro-ondes désiré. Les puissances **1000 W / 600 W / 270 W (max / moyen / décongélation)** ne sont pas disponibles.



Pression	Niveau de puissance	Watts
Une fois	Gril 1 (élevé)	1200 W
Deux fois	Gril 2 (moyen)	850 W
3 fois	Gril 3 (léger)	650 W

Pression	Puissance	Watts
Une fois	Doux	440 W
Deux fois	Mijotage	300 W
3 fois	Maintien au chaud	100 W

Choisissez la durée de cuisson à l'aide du sélecteur de Poids/Durée. Le temps maximum de cuisson est de 90 minutes.



Appuyez sur Marche.



Remarque

1. Le préchauffage n'est pas disponible pour le mode **gril + micro-ondes**.
2. Les puissances de micro-ondes de **1000 W / 600 W / 270 W (max / moyen / décongélation)** ne sont pas disponibles en mode combiné.
3. Vous pouvez modifier la durée cours de cuisson, si nécessaire. Tournez le sélecteur Durée/Poids pour augmenter ou diminuer le temps de cuisson. La durée peut être augmentée/diminuée par tranche d'une minute jusqu'à un maximum de 10 minutes. La rotation du sélecteur sur zéro arrête la cuisson.
4. Pour tourner la nourriture, tirez la poignée vers le bas pour ouvrir, tournez la nourriture, remettez-la dans le four, fermez la porte et appuyez sur Marche. L'afficheur continue à décompter le temps de cuisson restant.

Cuisson combinée gril et micro-ondes



Directement sur la base du four, dans un plat pour micro-ondes et résistant à la chaleur.

Pour obtenir des conseils sur les temps de cuisson, référez-vous tableaux de cuisson et aux recettes dans le livre de recettes. Les aliments doivent toujours être cuits jusqu'à ce qu'à être dorés et très chauds.



Récipients à utiliser

N'utilisez pas de récipients en plastique micro-ondes pour les programmes en mode Combiné (à moins qu'ils ne conviennent à la cuisson combinée). Les plats doivent être capables de résister à la chaleur du gril supérieur ; les plats en verre résistant à la chaleur, tels que Pyrex®, ou en céramique sont idéaux.



Attention

L'accessoire et les environs du four deviendront très chaud. Utilisez des maniques.

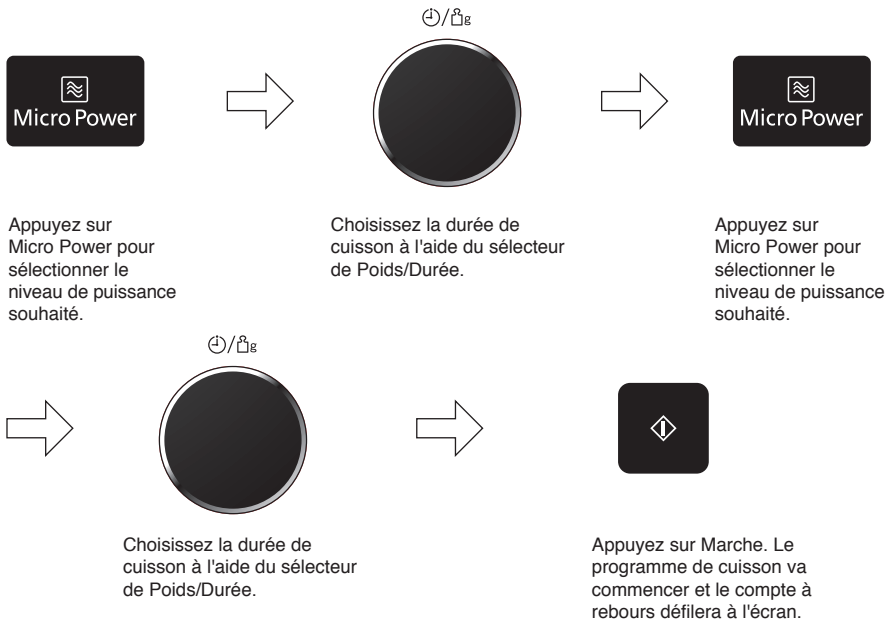


Instructions

Les aliments sont toujours cuits **découverts**.

Cuisson en plusieurs étapes

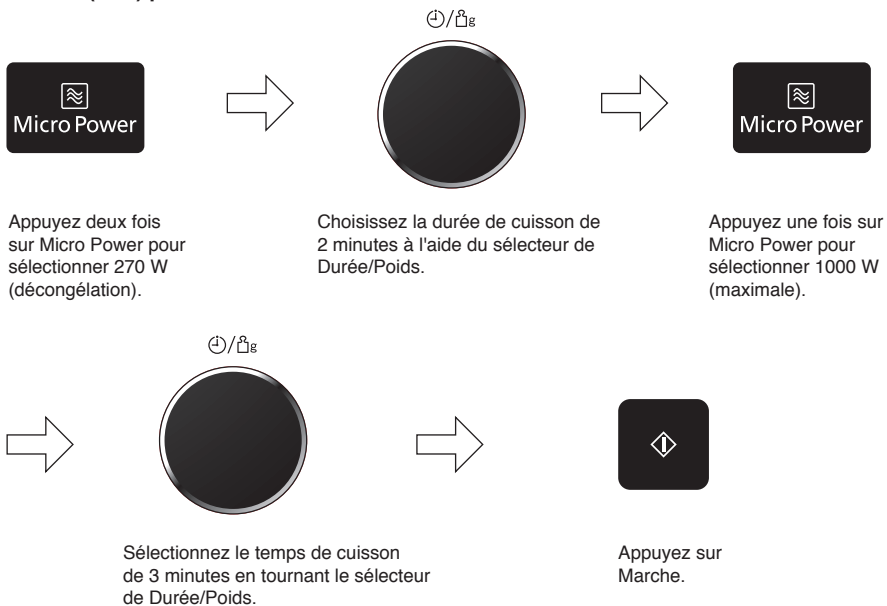
Cuisson en 2 ou 3 étapes



Cuisson en plusieurs étapes

Exemple :

À 270 W (décongélation) pendant 2 minutes et cuisson d'aliment à la puissance de 1000 W (Max) pendant 3 minutes.



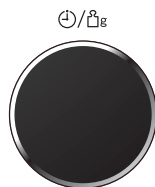
Remarque

1. Pour la cuisson en trois étapes, entrez dans un autre programme de cuisson avant de toucher Marche.
2. Pendant le fonctionnement, touchez sur Arrêt/Annulation une fois pour arrêter l'opération. Appuyez sur Marche pour re-démarrer l'opération programmée. Toucher deux fois sur Arrêt/Annulation arrête et annule l'opération programmée.
3. Alors que le four n'est pas en marche, appuyer sur Arrêt/Annulation efface le programme sélectionné.
4. Les programmes automatiques ne peuvent pas être utilisés lors de la cuisson en plusieurs étapes.
5. Les modes **Four** et **Panacrunch** ne peuvent pas être utilisés lors de la cuisson en plusieurs étapes.

Cuisson en plusieurs étapes

Exemple :

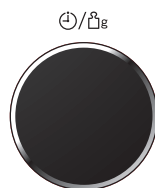
Pour cuire au Gril 3 (léger) pendant 4 minutes et cuisson d'aliment au micro-ondes à la puissance de 440 W (faible) pendant 5 minutes.



Appuyez sur Gril 3 fois pour sélectionner Gril 3 (léger).

Choisissez la durée de cuisson de 4 minutes à l'aide du sélecteur de Durée/Poids.

Appuyez deux fois sur Micro Power 4 fois pour sélectionner 440 W (décongélation).



Réglez le temps de cuisson sur 5 minutes à l'aide du sélecteur de durée.

Appuyez sur Marche. Le programme de cuisson va commencer et le compte à rebours défilera à l'écran.



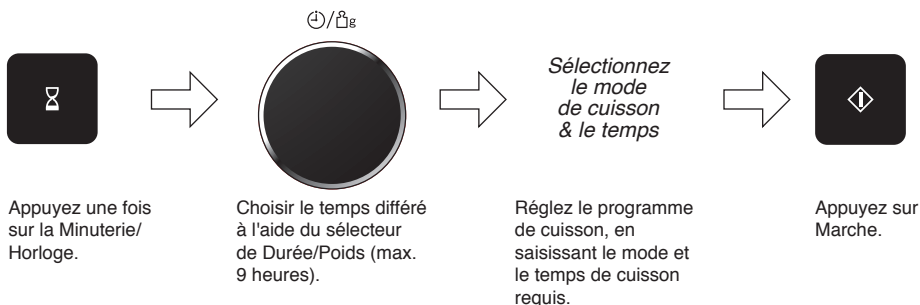
Remarque

1. Pour la cuisson en trois étapes, entrez dans un autre programme de cuisson avant de toucher Marche.
2. Pendant le fonctionnement, touchez sur Arrêt/Annulation une fois pour arrêter l'opération. Appuyez sur Marche pour re-démarrer l'opération programmée. Toucher deux fois sur Arrêt/Annulation arrête et annule l'opération programmée.
3. Alors que le four n'est pas en marche, appuyer sur Arrêt/Annulation efface le programme sélectionné.
4. Les programmes automatiques ne peuvent pas être utilisés lors de la cuisson en plusieurs étapes.
5. Les modes **Four** et **Panacrunch** ne peuvent pas être utilisés lors de la cuisson en plusieurs étapes.

Utilisation de la minuterie

Départ différé

À l'aide de la minuterie, vous pouvez utiliser la fonction de départ différé

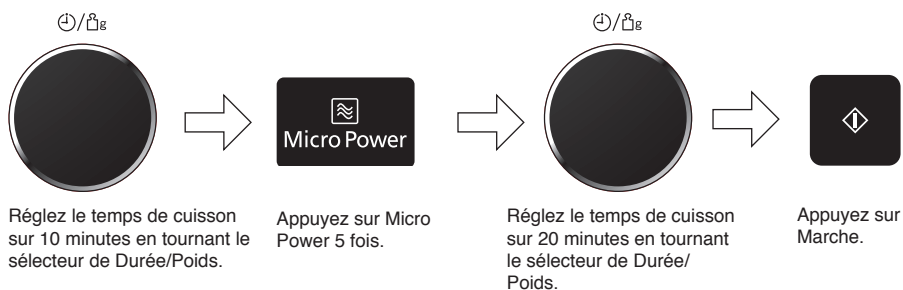
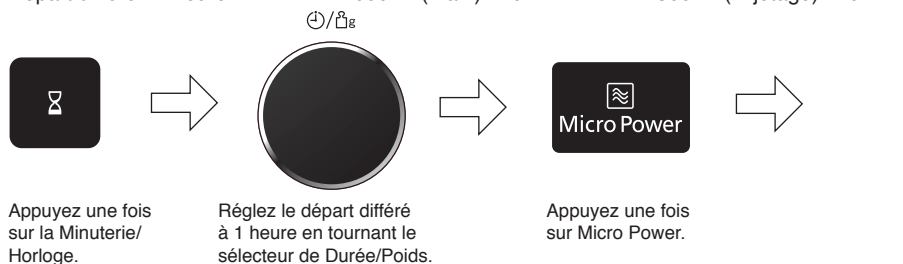


Exemple :

Départ différé : 1 heure

1000 W (max.) : 10 min

300 W (mijotage) : 20 min



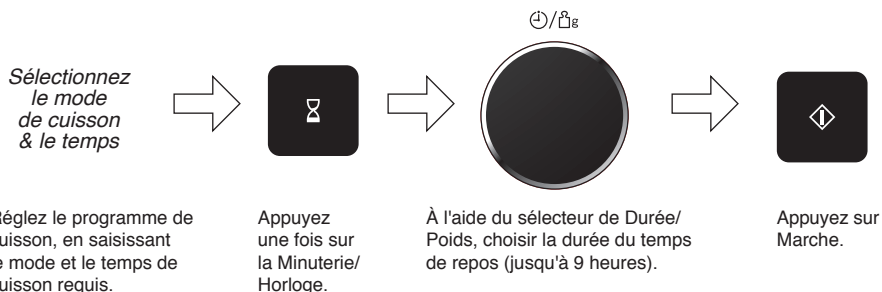
Remarque

1. Il est possible de programmer une cuisson en 3 étapes après un départ différé.
2. Si la porte du four est ouverte pendant le décompte de la minuterie, ce décompte continue de défiler dans l'afficheur.
3. Si la durée du retardement excède 1 heure, elle s'affiche en minutes. Si elle est inférieure à 1 heure, elle s'affiche en secondes.
4. Il n'est pas possible de différer le départ d'un programme Automatique.

Utilisation de la minuterie

Définir un temps de repos

La touche Minuterie vous permet d'utiliser la fonction Minuterie de votre four ou de programmer un temps de repos après une cuisson ou une décongélation.

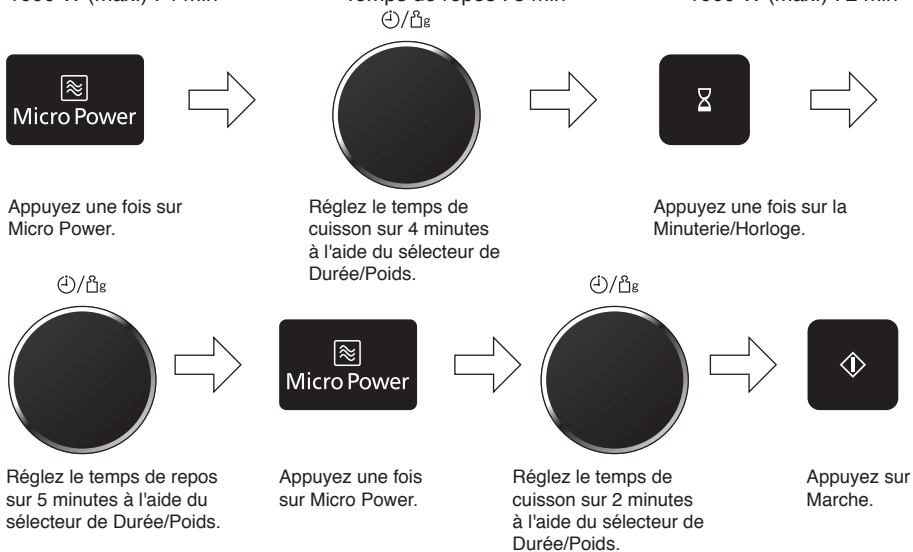


Exemple :

1000 W (max.) : 4 min

Temps de repos : 5 min

1000 W (max.) : 2 min



Remarque

1. Vous pouvez enchaîner jusqu'à 3 étapes de cuisson, la minuterie ou temps de repos comptant pour 1 étape.
2. Si la porte du four est ouverte pendant le décompte de la minuterie, ce décompte continue de défiler dans l'afficheur.
3. Si la durée du repos excède 1 heure, elle s'affiche en minutes. Si elle est inférieure à 1 heure, elle s'affiche en secondes.
4. Cette fonction peut être utilisée comme une simple minuterie : Dans ce cas, appuyez sur Minuterie/Horloge, réglez la durée et appuyez sur Marche.
5. Il n'est pas possible d'avoir un temps de repos suite à un programme automatique.

Décongélation Turbo



Cette fonctionnalité vous permet de décongeler de la viande hachée, concassée, des morceaux de poulet et du pain. Appuyez sur Décongélation Turbo pour sélectionner la bonne catégorie de décongélation et saisissez alors le poids de l'aliment en grammes (cf. pages 46-47).

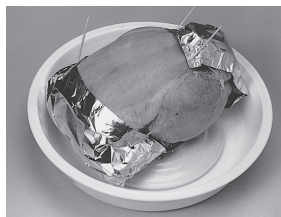
Les aliments doivent être disposés dans un plat adapté, la viande et les poulets entiers doivent être placés dans une soucoupe ouverte ou un plat micro-ondable. Les morceaux, les parties de poulet et les tranches de pain doivent être placés en une seule couche. Il n'est pas nécessaire de recouvrir les aliments.

Le principe utilisé dans les programmes de décongélation automatique en fonction du poids vous permet une décongélation rapide et plus homogène. Le système utilise une séquence aléatoire d'énergie pulsée de micro-ondes qui accélère le processus de décongélation. Pendant le programme, le four émet un bip pour vous rappeler de contrôler l'aliment. **Il est primordial que vous tourniez et remuiez le plat fréquemment et que vous le protégez si nécessaire. Au moment du premier bip, vous devez tourner et protéger (si possible). Au moment du deuxième bip, vous devez tourner l'aliment et le séparer.**

1er bip
Tourner ou protéger



1er bip
Tourner ou protéger



2ème bip
Tourner ou séparer



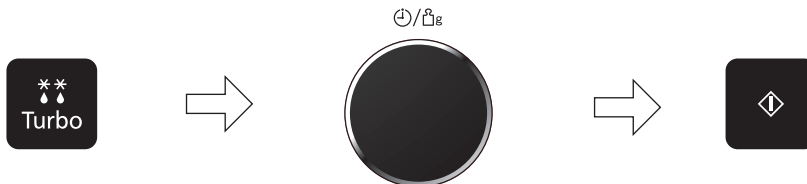
Remarque

1. Vérifiez les aliments au cours de la décongélation. La vitesse de décongélation varie selon les aliments.
2. Il n'est pas nécessaire de recouvrir les aliments pendant la décongélation.
3. Tournez ou remuez toujours l'aliment, tout spécialement quand le four émet un bip. Protégez si nécessaire (voir point 5).
4. Les portions de viande hachée/concassée/de poulet doivent être séparées ou divisées dès que possible et être disposées en une seule couche.
5. La protection empêche la cuisson de l'aliment. Ceci est essentiel pour la décongélation des viandes et poulets. L'extérieur dégèle en premier, protégez donc les ailes, les poitrines et la graisse par de fins morceaux d'aluminium fixés par des cure-dents.
6. Laissez reposer un moment de sorte que le centre de l'aliment dégèle (un minimum de 1 à 2 heures pour les viandes et les poulets entiers).
7. Si « CHAUD » apparaît dans l'afficheur, la température du four est trop élevée depuis sa dernière utilisation et un programme automatique ne peut pas être défini. Le temps et le mode de cuisson peuvent être définis manuellement.

Décongélation Turbo



Cette fonction vous permet de décongeler des aliments congelés en fonction de leur poids. Sélectionnez la catégorie d'aliment et affichez le poids. Le poids est programmé en grammes. Par commodité, l'afficheur indique d'abord le poids le plus courant dans la catégorie d'aliment sélectionnée.



Appuyez sur Décongélation Turbo. Une fois pour les petits morceaux. Deux fois pour les gros morceaux. Trois fois pour le pain.

Choisissez le poids à l'aide du sélecteur de Durée/Poids. Le sélecteur de Durée/Poids augmentera par pas de 10 g.

Appuyez sur Marche.

Programme	Poids	Conseils d'utilisation
 1. PETITE PIECE	100 g - 1200 g	Pour décongeler de petits morceaux de viande, de poulet, de viande concassée, en steaks ou hachées. Placez sur un plateau ou un plat Pyrex® peu profond. Sélectionnez le numéro de programme 1. Saisissez le poids des petits morceaux. Appuyez sur Marche. Retournez au bip et protégez.
 2. GRANDE PIECE	400 g - 2000 g	Pour décongeler un poulet entier, de gros morceaux de viande. Placez sur une soucoupe ouverte sur un plat. Sélectionnez le numéro de programme 2. Saisissez le poids du gros morceau. Appuyez sur Marche. Retournez au bip et protégez.
 3. PAIN CROISSANTS	100 g - 900 g	Pour décongeler des roulés, des brioches, des tranches de pain et de pains. Placez sur un plateau. Sélectionnez le numéro de programme 3. Saisissez le poids du pain. Appuyez sur Marche. Retournez au bip sonore.



Instructions

- PETITE PIECE (viande hachée / côtelettes / portions de poulet)**
Les côtelettes et les morceaux de poulet doivent être disposés en une seule couche et retournés fréquemment pendant la décongélation. Il faut séparer la viande hachée fréquemment pendant la décongélation et ceci est plus facile à faire dans un grand plat Pyrex® peu profond. Laisser reposer pendant 20-30 minutes. **Ne convient pas aux saucisses**, car celles-ci peuvent être décongelées manuellement. Veuillez vous référer au tableau de décongélation dans le livre de recettes, aux pages 88-89.
- GRANDE PIECE**
Les poulets entiers et les grosses pièces de viande devront être protégés pendant la décongélation, surtout s'il s'agit d'un morceau particulièrement gras. Ceci permet d'empêcher le début de cuisson des aliments sur les bords extérieurs. Protégez les ailes, la poitrine et les parties grasses avec de petites bandes de papier aluminium fixées à l'aide de piques.
Veillez à ce que le papier aluminium ne touche pas les parois du four. Un temps de repos d'au moins 1-2 heures doit être prévu pour les grosses pièces de viande après la décongélation.
- PAIN CROISSANTS**
Ce programme convient aux petites pièces qui sont destinées à être consommées tout de suite. Elles peuvent être tièdes après la décongélation. Les pains peuvent également être décongelés avec ce programme, mais ceux-ci auront besoin d'un temps de repos pour permettre au centre de dégeler. Le temps de repos peut être moindre si le pain est coupé en tranches ou s'il est coupé en deux. Les morceaux doivent être retournés pendant la décongélation. Laisser reposer pendant 10-30 minutes. Un temps plus long peut être nécessaire pour les grands pains. **Ce programme ne convient pas aux gâteaux à la crème ou aux desserts**, comme le gâteau au fromage par exemple.

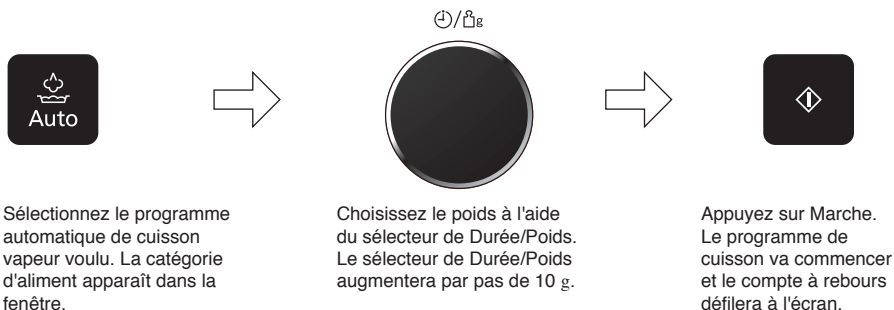


Remarque

- La forme et la taille de l'aliment déterminent le poids maximal que le four peut décongeler.
- Respectez un temps de repos suffisant pour assurer une décongélation complète.
- Si « CHAUD » apparaît dans l'afficheur, la température du four est trop élevée depuis sa dernière utilisation et un programme automatique ne peut pas être défini. Le temps et le mode de cuisson peuvent être définis manuellement.

Programmes automatiques en mode vapeur

Cette fonction vous permet de cuire à la vapeur de nombreux aliments courants en fonction de leur poids. Le four détermine automatiquement le degré de vapeur et le temps de cuisson. Sélectionnez la catégorie d'aliment et affichez le poids. Le poids est programmé en grammes. Par commodité, l'afficheur indique d'abord le poids le plus courant dans la catégorie d'aliment sélectionnée.



Lorsque vous sélectionnez un programme automatique, des symboles apparaissent à l'écran pour illustrer le mode de cuisson qui sera utilisé et les accessoires nécessaires. Ci-dessous, vous pouvez identifier les symboles :



Plat Panacrunch carré




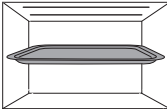

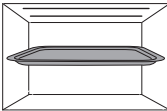

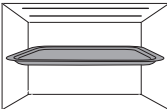

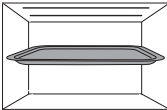
Vapeur




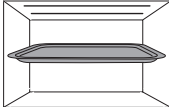

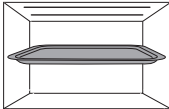

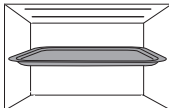
Instructions

1. Les programmes de cuisson vapeur automatiques ne doivent être utilisés **que** pour les aliments indiqués.
2. Ne cuisez que des aliments ayant un poids compris dans les plages indiquées.
3. Pesez toujours l'aliment plutôt que de vous fier à l'information de poids indiquée sur l'emballage.
4. N'utilisez que l'accessoire indiqué à la pages 49-50.
5. Pour des poids plus importants, sur les programmes automatiques pour les poitrines de poulet et le riz, il sera nécessaire de remplir le réservoir d'eau au cours de la cuisson.
6. Ne couvrez pas les aliments pour les programmes de cuisson vapeur automatiques.
7. La plupart des aliments bénéficient d'un temps de **repos** après la cuisson en mode automatique, pour laisser la chaleur continuer à se propager au centre de la pièce.
8. Pour permettre des variations au niveau des aliments, vérifiez que les aliments sont bien cuits et très chauds avant de les servir.
9. La température pour les aliments congelés est supposée être comprise entre -18 °C et -20 °C. La température des aliments réfrigérés est supposée être comprise entre 5 °C et 8 °C (température du réfrigérateur).
10. Si « CHAUD » apparaît dans l'afficheur, la température du four est trop élevée depuis sa dernière utilisation et un programme automatique ne peut pas être défini. Le temps et le mode de cuisson peuvent être définis manuellement.

Programmes automatiques en mode vapeur

Programme	Poids	Accessoires	Conseils d'utilisation
 <p>4. LEGUMES FRAIS</p>	200 g - 320 g		<p>Pour cuire des légumes frais à la vapeur, par exemple : des carottes, du brocoli, du chou-fleur, des haricots verts. Remplissez le réservoir d'eau. Disposez les légumes préparés sur le plat Panacrunch. Placez-le en position haute. Sélectionnez le numéro de programme 4. Saisissez le poids des légumes frais. Appuyez sur Marche.</p>
 <p>5. LEGUMES SURGELES</p>	200 g - 320 g		<p>Pour cuire des légumes surgelés à la vapeur, par exemple : des carottes, du brocoli, du chou-fleur, des haricots verts. Remplissez le réservoir d'eau. Disposez les légumes sur le plat Panacrunch. Placez-le en position haute. Sélectionnez le numéro de programme 5. Saisissez le poids des légumes surgelés. Appuyez sur Marche.</p>
 <p>6. POMMES DE TERRE</p>	200 g - 500 g		<p>Pour cuire des pommes de terre à la vapeur. Remplissez le réservoir d'eau. Épluchez les pommes de terre et coupez-les en morceaux de taille homogène. Disposez les pommes de terre préparées sur le plat Panacrunch. Placez-le en position haute. Sélectionnez le numéro de programme 6. Saisissez le poids des pommes de terre. Appuyez sur Marche.</p>
 <p>7. BLANCS DE POULET</p>	200 g - 650 g		<p>Pour cuire des filets de poulet frais. Chaque filet de poulet devrait peser entre 100-250 g chacun. Remplissez le réservoir d'eau. Disposez le poulet sur le plat Panacrunch. Placez-le en position haute. Sélectionnez le numéro de programme 7. Saisissez le poids des filets de poulet. Appuyez sur Marche. Vérifier le réservoir d'eau pendant la cuisson et remplissez-le à nouveau si nécessaire.</p>

Programmes automatiques en mode vapeur

Programme	Poids	Accessoires	Conseils d'utilisation
 <p>8. FILETS DE POISSON FRAIS</p>	200 g - 500 g		<p>Pour cuire des filets de poisson frais, comme du saumon, du cabillaud, de l'aiglefin, du carrelet.</p> <p>Remplissez le réservoir d'eau. Disposez le poisson frais sur le plat Panacrunch. Placez-le en position haute. Sélectionnez le numéro de programme 8. Saisissez le poids du poisson frais. Appuyez sur Marche.</p>
 <p>9. FILETS DE POISSON SURGELES</p>	200 g - 500 g		<p>Pour cuire des filets de poisson surgelés, comme du saumon, du cabillaud, de l'aiglefin. Remplissez le réservoir d'eau. Disposez le poisson surgelé sur le plat Panacrunch. Placez-le en position haute. Sélectionnez le numéro de programme 9. Saisissez le poids du poisson surgelé. Appuyez sur Marche.</p>
 <p>10. RIZ</p>	100 g - 200 g		<p>Pour la cuisson du riz de plats assaisonnés (Thaï, Basmati, Jasmin, grain long), pas pour le riz au lait. Rincez le riz à l'eau froide.</p> <p>Remplissez le réservoir d'eau. Placez le riz dans un plat Pyrex® peu profond. Ajouter 3 volumes d'eau froide pour 2 volumes de riz. Ne couvrez pas. Placez le plat sur le plat Panacrunch. Placez-le en position haute. Sélectionnez le numéro de programme 10. Saisissez le poids du riz uniquement. Appuyez sur Marche. Vérifiez le niveau d'eau pendant la cuisson et rajoutez-en si nécessaire.</p>

Programmes de cuisson automatiques

Cette fonction vous permet de cuire de nombreux aliments courants en fonction de leur poids uniquement. Le four détermine automatiquement le degré de puissance micro-ondes et/ou de puissance combinée et le temps de cuisson. Sélectionnez la catégorie d'aliment et affichez le poids.

Le poids est programmé en grammes. Par commodité, l'afficheur indique d'abord le poids le plus courant dans la catégorie d'aliment sélectionnée.

Français

Exemple :



Sélectionnez le programme de cuisson automatique souhaité. La catégorie d'aliment apparaît dans la fenêtre.

Choisissez le poids à l'aide du sélecteur de Durée/Poids. Le sélecteur de Durée/Poids augmentera par pas de 10 g.

Appuyez sur Marche. Le programme de cuisson va commencer et le compte à rebours défilera à l'écran.

Lorsque vous sélectionnez un programme automatique, des symboles apparaissent à l'écran pour illustrer le mode de cuisson qui sera utilisé et les accessoires nécessaires. Vous pouvez identifier les symboles ci-dessous :



Puissance
Micro-ondes



Gril






Instructions

1. Les programmes de cuisson automatiques ne doivent être utilisés **que pour les aliments indiqués**.
2. Ne cuisez que des aliments ayant un poids compris dans les plages indiquées.
3. Pesez toujours l'aliment plutôt que de vous fier à l'information de poids indiquée sur l'emballage.
4. La température pour les aliments congelés est supposée être comprise entre -18 °C et -20 °C. La température des aliments réfrigérés est supposée être comprise entre 5 °C et 8 °C (température du réfrigérateur).
5. L'accessoire n'est pas utilisé sur les programmes de cuisson automatique. Les plats sont placés directement en bas du four.
6. Les programmes 11-16 sont **en mode micro-ondes** uniquement. Le programme 17 utilise une combinaison de **cuisson micro-ondes et gril**.
7. **La plupart des aliments bénéficient d'un temps de repos après la cuisson en mode automatique, pour laisser la chaleur continuer à se propager au centre de la pièce.**
8. Pour permettre des variations au niveau des aliments, vérifiez que les aliments sont bien cuits et très chauds avant de les servir.
9. Si « CHAUD » apparaît dans l'afficheur, la température du four est trop élevée depuis sa dernière utilisation et un programme automatique ne peut pas être défini. Le temps et le mode de cuisson peuvent être définis manuellement.





Programmes de cuisson automatiques



Programme	Poids	Conseils d'utilisation
 11. PLAT CUISINE	200 g - 1000 g	<p>Pour réchauffer un plat précuit frais. Les aliments doivent être à la température du réfrigérateur d'env. 5 °C. Réchauffez-le dans son récipient. Percez le film d'emballage avec un couteau bien aiguisé, une fois au centre et quatre fois sur le bord. En cas de transfert des aliments dans un plat, recouvrir le plat de film alimentaire percé. Placez le récipient dans le fond du four. Sélectionnez le numéro de programme 11. Saisissez le poids du repas et appuyez sur Marche. Remuez au bip sonore. Remuez de nouveau en fin de programme et laissez reposer pendant quelques minutes. Les gros morceaux de viande ou de poisson cuisinés dans une sauce légère exigeront peut-être un temps de réchauffage plus long. Ce programme ne convient pas aux féculents comme le riz, les pâtes ou les pommes de terre. Les repas disposés dans des récipients à forme irrégulière peuvent nécessiter un temps de cuisson plus long.</p>
 12. PLAT SURGELE	200 g - 1000 g	<p>Pour réchauffer un plat précuit surgelé. Tous les aliments doivent être précuits et congelés (-18 °C). Réchauffez dans le récipient fourni. Percez le film d'emballage avec un couteau bien aiguisé, une fois au centre et quatre fois sur le bord. En cas de transfert des aliments dans un plat, recouvrir le plat de film alimentaire percé. Placez le récipient dans le fond du four. Sélectionnez le numéro de programme 12. Saisissez le poids du plat surgelé. Appuyez sur Marche. Remuez les aliments aux bips sonores et coupez les blocs en plus petits morceaux. Remuez de nouveau en fin de programme et laissez reposer pendant quelques minutes. Les gros morceaux de viande ou de poisson cuisinés dans une sauce légère exigeront peut-être un temps de réchauffage plus long. Ce programme ne convient pas aux féculents comme le riz, les pâtes ou les pommes de terre. Les repas disposés dans des récipients à forme irrégulière peuvent nécessiter un temps de cuisson plus long.</p>
 13. LEGUMES FRAIS	200 g - 1000 g	<p>Pour cuire des légumes frais, par exemple : des carottes, du brocoli, du chou-fleur, des haricots verts. Placez les légumes préparés dans un récipient Pyrex® de taille appropriée. Saupoudrez avec 15 ml (1 cuillère à soupe) d'eau par 100 g de légumes. Couvrez avec un film étirable ou un couvercle adapté. Placez les aliments dans un récipient dans le fond du four. Choisissez le programme de cuisson automatique 13. Saisissez le poids des légumes frais. Appuyez sur Marche. Remuez au bip sonore.</p>

Programmes de cuisson automatiques



Programme	Poids	Conseils d'utilisation
 14. LEGUMES SURGELES	200 g - 1000 g	<p>Pour cuire des légumes surgelés, par exemple : des carottes, du brocoli, du chou-fleur, des haricots verts. Placez les légumes surgelés dans un récipient Pyrex® de taille appropriée. Saupoudrez de 15 - 45 ml (1 - 3 cuillères à soupe) d'eau. Couvrez avec un film étirable ou un couvercle adapté. Placez le récipient dans le fond du four. Choisissez le programme de cuisson automatique 14. Saisissez le poids des légumes surgelés. Appuyez sur Marche. Remuez au bip sonore.</p>
 15. FILETS DE POISSON FRAIS	200 g - 800 g	<p>Pour cuire des filets de poisson frais, comme du saumon, du cabillaud, du carrelet, de l'aiglefin. Placez dans un récipient Pyrex® peu profond. Protégez les parties les plus minces. Repliez les bords minces. Ajoutez 15 - 45 ml (1 - 3 cuillères à soupe) d'eau. Couvrez avec un film étirable ou un couvercle adapté. Placez le récipient dans le fond du four. Choisissez le programme de cuisson automatique 15. Saisissez le poids du poisson frais. Appuyez sur Marche. Laissez cuire avec le côté peau vers le bas et tournez aux bips sonores. Laissez reposer quelques minutes.</p>
 16. POMMES DE TERRE A L'EAU	200 g - 1000 g	<p>Pour cuire les pommes de terre sans leur peau. Épluchez les pommes de terre et coupez-les en morceaux de taille homogène. Placez les pommes de terre préparées dans un plat Pyrex®. Ajoutez 15 ml (1 cuillère à soupe) d'eau par 100 g de pommes de terre. Couvrez avec un film étirable ou un couvercle adapté. Choisissez le programme de cuisson automatique 16. Saisissez le poids des pommes de terre. Appuyez sur Marche. Remuez au bip sonore.</p>
 17. GRATIN DAUPHINOIS	-	<p>Voir la recette ci-dessous. Placez le gratin de pommes de terre préparé dans le fond du four. Choisissez le programme de cuisson automatique 17. Appuyez sur la touche Marche (inutile de saisir le poids des aliments). Laissez reposer pendant 5 minutes après la cuisson.</p>

Gratin dauphinois

ingrédients

Pour 4 personnes

700 g de pommes de terre épluchées,
 1 gousse d'ail
 70 g d'emmental, râpé,
 Sel et poivre
 20 cl de crème liquide
 200 ml de lait

Plat : 1 x plat Pyrex® peu profond de 25 cm

Accessoires : aucun

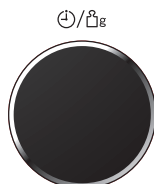
1. Coupez les pommes de terre en fines tranches. Épluchez et hachez la gousse d'ail.
2. Disposez les tranches de pommes de terre dans le plat Pyrex® peu profond. Éparpillez l'ail, la moitié du fromage et le sel et poivre.
3. Ajoutez la crème et le lait. Recouvrez du reste de fromage râpé. Placez dans le fond du four.
4. Choisissez le programme de cuisson automatique 17. Appuyez sur Marche. Laissez reposer pendant 5 minutes après la cuisson.

Programmes Panacrunch



Cette fonction vous permet de cuire de nombreux aliments courants en fonction de leur poids uniquement. Le four détermine automatiquement le degré de puissance micro-ondes et/ou de puissance combinée et le temps de cuisson. Sélectionnez la catégorie d'aliment et affichez le poids. Le poids est programmé en grammes. Par commodité, l'afficheur indique d'abord le poids le plus courant dans la catégorie d'aliment sélectionnée.

Exemple:



Sélectionnez le Programme Panacrunch. La catégorie d'aliment apparaît dans la fenêtre.

Choisissez le poids à l'aide du sélecteur de Durée/Poids. Le sélecteur de Durée/Poids augmentera par pas de 10 g.

Appuyez sur Marche. Le programme de cuisson va commencer et le compte à rebours défilera à l'écran.

Lorsque vous sélectionnez un programme automatique, des symboles apparaissent à l'écran pour illustrer le mode de cuisson qui sera utilisé et les accessoires nécessaires. Vous pouvez identifier les symboles ci-dessous :



Puissance
Micro-ondes



Gril



Plat Panacrunch carré



Vapeur



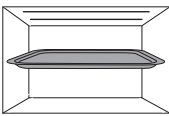


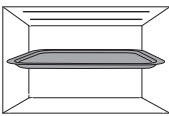


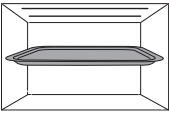


Instructions

1. Les programmes de cuisson Panacrunch ne doivent être utilisés **que pour les aliments indiqués**.
2. Ne cuisez que des aliments ayant un poids compris dans les plages indiquées.
3. Pesez toujours l'aliment plutôt que de vous fier à l'information de poids indiquée sur l'emballage.
4. La température pour les aliments congelés est supposée être comprise entre -18 °C et -20 °C. La température des aliments réfrigérés est supposée être comprise entre +5 °C et +8 °C (température du réfrigérateur).
5. Les programmes 18-20 utilisent une combinaison de cuisson **gril et micro-ondes**. Les programmes 21-23 utilisent une combinaison de cuisson à la **vapeur et gril**.
6. N'utilisez que l'accessoire indiqué aux pages 55-56.
7. La plupart des aliments bénéficient d'un temps de **repos** après la cuisson en mode automatique, pour laisser la chaleur continuer à se propager au centre de la pièce.
8. Pour permettre des variations au niveau des aliments, vérifiez que les aliments sont bien cuits et très chauds avant de les servir.
9. Si « CHAUD » apparaît dans l'afficheur, la température du four est trop élevée depuis sa dernière utilisation et un programme automatique ne peut pas être défini. Le temps et le mode de cuisson peuvent être définis manuellement.


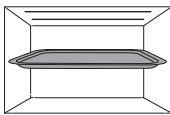

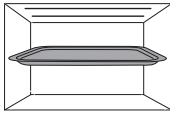

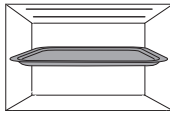
Programmes Panacrunch



Programme	Poids	Accessoires	Conseils d'utilisation
 +  18. FRITES AU FOUR	100 g - 500 g		<p>Pour cuire des frites et des produits à base de pommes de terre congelés, comme des pommes de terre rissolées, par exemple, des pommes de terre rissolées, gauffrées, etc. répartissez-les sur le plat Panacrunch et placez-le en position haute. Sélectionnez le numéro de programme 18. Saisissez le poids des pommes de terre surgelées. Appuyez sur Marche. Pour un résultat optimal, étalez-les sur une seule couche. Remarque : Produits à base de pomme de terre Nous vous conseillons de vérifier la cuisson quelques minutes avant la fin pour contrôler la dorure. Ne convient pas aux croquettes de pommes de terre.</p>
 +  19. PIZZA FRAICHE	100 g - 400 g		<p>Pour réchauffer et dorer une pizza préparée réfrigérée. Retirez tous les emballages et placez-la sur le plat Panacrunch en position haute. Sélectionnez le numéro de programme 19. Saisissez le poids de la pizza réfrigérée et appuyez sur Marche. Ce programme ne convient pas pour le réchauffage de pizza américaine (« deep pan »), à pâte fourrée ou à pâte très fine.</p>
 +  20. PIZZA SURGEEE	300 g - 500 g		<p>Pour réchauffer et dorer une pizza préparée surgelée. Retirez tous les emballages et les placer sur le plat Panacrunch en position d'étagère haute. Sélectionnez le numéro de programme 20. Saisissez le poids de la pizza surgelée et appuyez sur Marche. Ce programme ne convient pas pour le réchauffage de pizza américaine (« deep pan »), à pâte fourrée ou à pâte très fine.</p>

Programmes Panacrunch

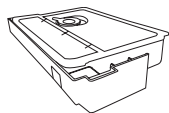


Programme	Poids	Accessoires	Conseils d'utilisation
 21. FILETS DE POISSON FRAIS	300 g - 750 g		<p>Pour cuire des filets de poisson frais, comme le saumon, le cabillaud ou l'aiglefin, d'un poids maximal de 180 g chacun, en mode vapeur + grill. Remplissez le réservoir d'eau. Disposez le poisson frais, la peau sur le dessus, sur le plat Panacrunch. Badigeonnez la peau avec de l'huile. Placez-le en position haute. Sélectionnez le numéro de programme 21. Saisissez le poids du poisson frais. Appuyez sur Marche.</p>
 22. POISSON FRAIS ENTIER	200 g - 650 g		<p>Cuisiner un poisson frais entier, comme une truite, une daurade, un maquereau, un bar, des sardines, pesant entre 100 g - 400 g chacun en mode vapeur + grill. Remplissez le réservoir d'eau. Disposez le poisson entier directement sur le plat Panacrunch. Avant la cuisson d'un poisson non gras (bar, truite), badigeonnez-le d'huile. Placez-le en position haute. Sélectionnez le numéro de programme 22. Saisissez le poids du poisson frais entier. Appuyez sur Marche.</p>
 23. MORCEAUX DE POULET	200 g - 650 g		<p>Pour cuire des morceaux de poulet frais, comme des pilons de poulet et des cuisses de poulet, en mode vapeur + grill. Chaque morceau de poulet doit peser entre 100 g - 180 g. Percez la peau à quelques reprises avant la cuisson. Remplissez le réservoir d'eau. Disposez les morceaux de poulet sur le plat Panacrunch. Placez-le en position haute. Sélectionnez le numéro de programme 23. Saisissez le poids des morceaux de poulet. Appuyez sur Marche. Vérifier le réservoir d'eau pendant la cuisson et remplissez-le à nouveau si nécessaire.</p>

Programmes de nettoyage du système

F1. DRAINER CIRCUIT EAU

L'eau est pompée à travers le système pour nettoyer les tuyaux. Elle est ensuite évacuée vers le bac de récupération.



Ajoutez 100 g d'eau dans le réservoir d'eau. Assurez-vous que le bac de récupération est vide.

Appuyez une fois sur le Nettoyage du système jusqu'à ce que le programme «F1 DRAINER CIRCUIT EAU» apparaisse à l'écran.

Appuyez sur Marche. Videz le bac de récupération une fois que le programme est terminé.



Remarque

1. N'exécutez ce programme qu'avec 100 g d'eau dans le réservoir.
2. Ne retirez pas le bac de récupération au cours du programme de vidange de l'eau.
3. Videz le bac de récupération et rincez-le à l'eau courante une fois que le programme est terminé.



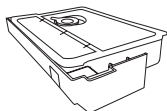
Attention

4. **Si le programme de vidange de l'eau est activé directement après un programme de cuisson à la vapeur, de l'eau chaude peut être vidée dans le bac de récupération.**

Programmes de nettoyage du système

F2. DETARTRAGE CIRCUIT VAPEUR

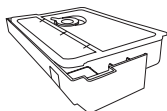
La première étape de ce programme nettoie le système avec une solution d'acide citrique. La deuxième étape fait circuler de l'eau à travers le système pour rincer les tuyaux.



Préparez une solution de 16 g d'acide citrique et de 200 g d'eau, puis ajoutez la solution au réservoir d'eau. Assurez-vous que le bac de récupération est vide.

Appuyez deux fois sur le Nettoyage du système jusqu'à ce que le programme «F2 DETARTRAGE CIRCUIT VAPEUR» apparaisse à l'écran.

Appuyez sur Marche. Le programme tournera pendant environ 29 minutes.




Une fois que le programme est terminé, videz le bac de récupération et remplissez le réservoir d'eau avec de l'eau (au niveau maximum).

Appuyez sur Marche. Le programme tournera pendant environ 1 minute. Videz le bac de récupération une fois que le programme est terminé.



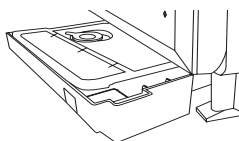
Remarque



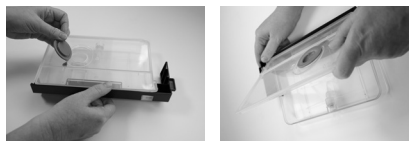
1. Le symbole  apparaît à l'écran lors de l'exécution du programme DRAINER CIRCUIT EAU et DETARTRAGE CIRCUIT VAPEUR.
2. Si le programme de DETARTRAGE CIRCUIT VAPEUR n'est pas utilisé régulièrement, le tuyau va se bloquer et la performance de la cuisson à la vapeur sera moins efficace.
3. Ne retirez pas le bac de récupération au cours du programme de DRAINER CIRCUIT EAU.
4. Videz le bac de récupération et rincez-le à l'eau courante une fois que le programme est terminé.

Nettoyage du réservoir d'eau

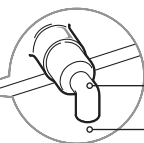
Nettoyez-le à l'eau avec une éponge douce.



Retirez le réservoir d'eau et nettoyez le compartiment où le réservoir d'eau est inséré.



Ouvrez le bouchon d'approvisionnement en eau, retirez le couvercle et l'obturateur et nettoyez-les.



Bouchon de tuyau

Assurez-vous qu'il est tourné vers le bas

Si l'obturateur du tuyau est difficile à enlever, tournez-le d'un côté puis de l'autre. Lorsque vous le remettez en place, assurez-vous que le tuyau est orienté vers le bas (voir schéma).

L'avant du réservoir peut également être retiré pour être nettoyé.

Déposez le capot avant



1. Tournez légèrement le couvercle jusqu'à ce que le côté le plus éloigné se déclipse.
2. Continuez à tourner jusqu'à ce que le côté le plus proche se déclipse.

Réinstallez le capot avant



1. Alignez les fentes du capot avec les trous sur le réservoir.
2. Insérez et appuyez jusqu'à ce qu'il s'emboîte.



Remarque

- Nettoyez le réservoir d'eau au moins une fois par semaine pour éviter l'accumulation de tartre.
- N'utilisez pas le lave-vaisselle pour nettoyer le réservoir d'eau ou des parties du réservoir d'eau.

Questions/réponses

Q : Pourquoi mon four ne se met pas en marche ?

R : Vérifiez les points suivants si votre four ne fonctionne pas :

1. Le four est-il correctement branché sur une prise individuelle ? Débranchez-le, attendez 10 secondes puis rebranchez-le.
2. Vérifiez le coupe-circuit ainsi que le fusible. Basculez le coupe-circuit ou remplacez le fusible du disjoncteur si nécessaire.
3. Si le coupe-circuit et le fusible sont hors de cause, vérifiez la prise en y branchant un autre appareil. Si ce dernier fonctionne, le problème vient probablement du four. S'il ne fonctionne pas, c'est alors la prise ou le circuit électrique qui est en cause.

Si problème semble venir du four, contactez votre revendeur agréé.

Q : Mon four semble causer des interférences avec ma télévision. Est-ce normal ?

R : Certains équipements radio, TV, Wi-Fi, téléphone sans fil, babyphones, bluetooth ou autre équipements sans fil peuvent provoquer des interférences lorsque vous cuisinez avec le four à micro-ondes. Ces interférences sont du même type que celles causées par les petits appareils tels que sèche-cheveux, mixers, aspirateurs, etc. Ce n'est pas le signe que votre four a un problème.

Q : Le four n'accepte pas la cuisson que je désire programmer. Pourquoi ?

R : Le four est conçu pour refuser une programmation incorrecte. Par exemple, le four n'accepte pas une quatrième étape.

Q : De l'air chaud sort autour des aérations du four. Pourquoi ?

R : La chaleur dégagée par la cuisson des aliments réchauffe l'air dans la cavité du four. Cet air chaud est évacué du four par les dispositifs d'évacuation d'air dans le four. Il n'y a pas de micro-ondes dans ce flux d'air. Il ne faut jamais bloquer les ouvertures d'aération du four pendant une cuisson.

Q : Je n'arrive pas à sélectionner un programme de cuisson automatique et le message « CHAUD » s'affiche à l'écran. Pourquoi ?

R : Si « CHAUD » apparaît dans l'afficheur, la température du four est trop élevée depuis sa dernière utilisation et un programme automatique ne peut pas être défini. Le temps et le mode de cuisson peuvent être définis manuellement.

Q : Puis-je utiliser un thermomètre de four normal dans le four ?

R : Uniquement lorsque vous utilisez les modes de cuisson **four/gril**. Le métal dans certains thermomètres peut provoquer un arc électrique dans votre four et ils ne doivent pas être utilisés pour les modes de cuisson par **micro-ondes et combinés**.

Q : J'entends des bourdonnements et des cliquetis provenant de mon four quand je cuis en mode **combiné**. Quelle est la cause de ces bruits ?

R : Les bruits se produisent alors que le four passe automatiquement de la puissance en **micro-ondes** à celle de **four/gril** pour créer le réglage combiné. Ceci est normal.

Questions/réponses

- Q : Mon four sent mauvais et dégage de la fumée lorsque j'utilise les modes **combiné, four** et **gril**. Pourquoi ?
- R : Après une utilisation intensive, il est conseillé de nettoyer soigneusement l'enceinte puis de faire fonctionner le four à vide. Cela permettra de brûler les graisses résiduelles ou les projections susceptibles de produire une mauvaise odeur ou de « fumer ».
- Q : Le four cesse de fonctionner en tant que micro-ondes et « H97 » ou « H98 » s'affiche. Pourquoi ?
- R : Cet affichage indique qu'il y a un problème avec le système de génération des micro-ondes. Contactez un Service de réparation agréé.
- Q : Le ventilateur continue à tourner après la cuisson. Pourquoi ?
- R : Après l'utilisation du four, le moteur du ventilateur peut se mettre à fonctionner pour refroidir les pièces électriques. C'est parfaitement normal et vous pouvez continuer à utiliser le four pendant cette période.
- Q : Puis-je vérifier la température pré-réglée du four lors de la cuisson ou du préchauffage en mode **four** ?
- R : Oui. Il suffit d'appuyer sur la touche **four** pour afficher la température pendant 2 secondes.
- Q : «D» apparaît dans l'afficheur et le four ne veut pas démarrer. Pourquoi ?
- R : Le **mode demo** a été activé. Ce mode est conçu pour la vente en magasin. Désactivez ce mode en appuyant une fois sur la touche Micro Power, puis 4 fois sur la touche Arrêt/Annulation.
- Q : Le menu défilant a disparu de mon écran, je ne vois que des numéros. Pourquoi ?
- R : Il peut y avoir eu une panne de courant, et le menu déroulant est désactivé. Débranchez le four pendant quelques secondes, puis rebranchez-le. Lorsque « 88:88 » s'affiche, appuyez sur Marche jusqu'à ce que votre langue s'affiche. Réglez ensuite l'horloge. Référez-vous à la page 22.
- Q : Le guide d'utilisation défilant a disparu de mon écran, je ne vois que des numéros. Pourquoi ?
- R : Le guide d'utilisation a été désactivé en appuyant 4 fois sur Minuterie/Horloge. Lorsque deux points ou l'heure s'affiche, appuyez 4 fois sur la Minuterie/Horloge pour activer de nouveau le guide d'utilisation.
- Q : Le four arrête la cuisson à la vapeur ou en mode combiné avec de la vapeur et «U14» apparaît à l'écran. Pourquoi ?
- R : Le réservoir d'eau est vide et le guide d'utilisation a été désactivé. Remplissez le réservoir d'eau, remettez-le en place et pressez sur Marche pour reprendre la cuisson. Si ceci se produit 3 fois au cours de la cuisson, cette dernière s'arrête. Appuyez sur Arrêt/Annulation pour réinitialiser.
- Q : Les touches du panneau de contrôle ne répondent pas quand on appuie dessus. Pourquoi ?
- R : Assurez-vous que le four est branché. Le four peut être en mode veille. Ouvrez et fermez la porte pour l'activer.

Entretien de votre four



Important

Il est essentiel pour la sécurité de fonctionnement du four qu'il soit maintenu propre, et qu'il soit essuyé après chaque utilisation. Le non respect de cette consigne peut entraîner une détérioration notable des revêtements susceptible de réduire la durée de vie de votre appareil et pouvant même présenter un danger.

1. **Éteignez le four avant le nettoyage** et débranchez la prise si possible.
2. **Veillez à maintenir propres l'intérieur du four, les joints ainsi que les surfaces adjacentes aux joints.**
En cas de salissures tenaces sur les parois, les joints ou les zones de joints, les essuyer avec un linge humide. Un détergent doux peut être utilisé si ces surfaces s'avèrent très sales. L'utilisation de détergents puissants ou de nettoyants abrasifs est déconseillée.
3. Après l'utilisation en mode **gril, four, vapeur et combiné**, les parois du four doivent être nettoyées avec un chiffon doux et de l'eau savonneuse. Une attention particulière doit être portée pour maintenir la zone de la vitre propre, surtout après la cuisson en mode **gril, four, vapeur et combiné**. Les taches tenaces à l'intérieur du four peuvent être retirées en utilisant une petite quantité de nettoyant pour four vaporisée sur un chiffon doux et humide. Essuyez les taches résistantes, laissez reposer le temps recommandé, puis essuyez. **Ne vaporisez pas directement à l'intérieur du four.**
4. Après toute cuisson utilisant le **mode vapeur**, essuyez toute condensation d'eau en excès dans le four. Videz le bac de récupération (voir page 15).
5. N'utilisez pas d'éponge grattante ou de tampons abrasifs pour nettoyer la **partie vitrée de la porte du four**, sous peine de la rayer et de la fragiliser.
6. Utilisez une éponge humide pour nettoyer les **parties extérieures du four**. Ne laissez pas rentrer d'eau dans les ouvertures d'aération pour éviter tout dysfonctionnement.
7. Si la **panneau de contrôle** devient sale, nettoyez-le avec un chiffon doux et sec. **N'utilisez pas** de détergents corrosifs ou abrasifs sur le panneau de contrôle. Pendant ce nettoyage, laissez la porte du four ouverte afin d'éviter tout déclenchement inopiné. Après le nettoyage, pressez la touche Arrêt/Annulation pour effacer l'afficheur.
8. **Si de la vapeur s'accumule** à l'intérieur ou à l'extérieur, autour de la porte du four, essuyez-la avec un chiffon doux. Cela peut arriver lors d'une utilisation du four à micro-ondes dans des conditions d'humidité élevée et n'indique nullement un dysfonctionnement du four.

Entretien de votre four

9. La **sole du four** doit être nettoyée régulièrement. Lavez la surface en céramique avec de l'eau chaude et du liquide vaisselle puis essuyez avec un chiffon propre. Les vapeurs de cuisson s'accumulent lors d'utilisations répétées, mais n'affectent en aucun cas la surface inférieure.
10. Lors d'une cuisson en mode **gril** ou en mode **four, vapeur** ou **combiné**, certains aliments peuvent émettre des projections de graisse sur les parois du four. Si le four n'est pas nettoyée de sorte à éliminer cette graisse, elle peut s'accumuler et causer une émission de **fumée** en cours d'utilisation. Ces traces seront plus difficiles à nettoyer plus tard.
11. N'utilisez pas de **nettoyeur vapeur** dans le four.
12. Assurez-vous que l'accessoire du four est maintenu propre, en particulier lors de l'utilisation des programmes de micro-ondes ou combinés.
13. Les **ouvertures d'aération** doivent être maintenues dégagées en permanence. Veillez à ce qu'aucune poussière ou autre matière ne vienne obstruer les aérations du côté droit du four. Si ces aérations venaient à être bloquées, le fonctionnement du four en serait affecté et ceci pourrait représenter un danger.
14. Faites tourner le programme de **DETARTRAGE CIRCUIT VAPEUR** lorsque le symbole apparaît sur l'afficheur. Cf. pages 57-58. Nettoyez le réservoir d'eau au moins une fois par semaine pour éviter l'accumulation de tartre. Cf. page 59.

Spécifications

Fabricant		Panasonic
Modèle		NN-DS596B UPG
Alimentation électrique		230 V 50 Hz
Fréquence de fonctionnement :		2450 MHz
Puissance d'entrée :	Maximum	2010 W
	Micro-ondes	1000 W
	Gril	1220 W
	Four	1270 W
	Vapeur	1020 W
Puissance de sortie :	Micro-ondes	1000 W (IEC-60705)
	Gril	1200 W
	Four	1250 W
Résistance gril supérieure		1200 W
Dimensions externes		512 mm (L) x 400 mm (P) x 347 mm (H)
Dimensions intérieures L x P x H (mm)		335 mm (L) x 350 mm (P) x 238 mm (H)
Poids déballé (env.)		16,4 kg
Niveau sonore		56 dB

Les poids et dimensions sont approximatifs.

Ce produit est un équipement qui répond à la norme européenne relative aux perturbations CEM (CEM = compatibilité électromagnétique) EN 55011. Conformément à cette norme, ce produit est un équipement du groupe 2, classe B et respecte les limites requises. L'appartenance au groupe 2 signifie que l'énergie de fréquence radio est intentionnellement émise sous forme d'onde électromagnétique afin de chauffer ou cuire des aliments. La classe B signifie que ce produit est conforme à une utilisation domestique.

Fabriqué par : Panasonic Appliances Microwave Oven (Shanghai) Co., Ltd.
888, 898 Longdong Road. Pudong, Shanghai, 201203, Chine.

Importé par : Panasonic Marketing Europe GmbH

REP. UE : Panasonic Testing Centre
Winsbergring 15, 22525 Hambourg, Allemagne

livre de recettes

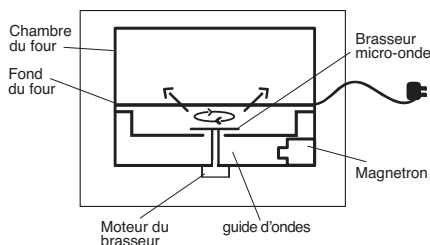


Votre four Panasonic est doté de la toute dernière technologie Inverter. Utilisée depuis longtemps au Japon dans les fours micro-ondes, cette technologie unique améliore considérablement les résultats de cuisson avec votre four. Ce système réduit aussi le nombre de composants, donnant au four un plus grand volume interne et un poids réduit, mais sans prendre plus de place sur votre plan de travail.

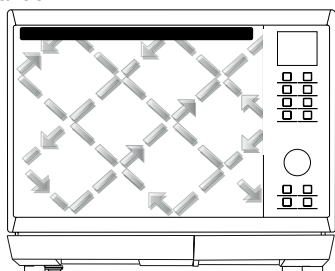
Les informations de ce livret sont données uniquement à titre d'indication. Le temps total variera en fonction de la température de départ des aliments et du récipient utilisé. Vérifiez toujours la température des aliments avant consommation pour ne pas vous brûler.

Principes du micro-ondes

Les micro-ondes sont présentes dans l'atmosphère en permanence et proviennent à la fois de sources naturelles et artificielles. Les sources artificielles incluent les ondes radar, radio et télévision, les liens de télécommunications et les téléphones mobiles.

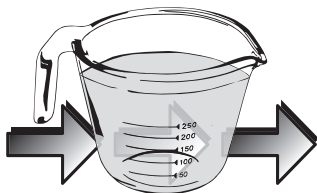


Dans un four à micro-ondes, le magnétron convertit l'électricité en micro-ondes. Pour une alimentation par le bas, consultez la page 24 du manuel.



Réflexion

Les micro-ondes rebondissent sur les parois métalliques et l'écran de la porte métallique.



Transmission

Ensuite, elles traversent les contenants de cuisson et sont absorbées par les molécules d'eau se trouvant dans les aliments. Tous les aliments contiennent de l'eau en plus ou moins grande quantité.



Remarques importantes

La température du récipient utilisé s'élève au cours de la cuisson ou du réchauffage en raison de la

conduction de la chaleur provenant des aliments. Il est nécessaire de prendre des gants même avec la cuisson micro-ondes ! **Les micro-ondes ne pouvant traverser les métaux, il est impossible d'utiliser des plats métalliques pour la cuisine au micro-ondes.**

Comment les micro-ondes cuisent les aliments

Les micro-ondes font vibrer les molécules d'eau, ce qui provoque une **friction**, en d'autres termes **de la chaleur**. Cette chaleur cuit alors les aliments.

Les micro-ondes sont également attirées vers les particules de graisse et de sucre. Les aliments qui en contiennent beaucoup cuiront donc plus vite. Les micro-ondes ne peuvent pénétrer qu'à une profondeur de 4 à 5 cm. De plus, étant donné que la chaleur se propage dans la nourriture par conduction comme avec un four traditionnel, les aliments cuisent de l'extérieur vers l'intérieur.

Aliments non adaptés à la cuisson micro-ondes

Soufflés etc. Comme ces plats dépendent d'une source de chaleur externe sèche pour cuire correctement, n'essayez pas de les préparer au micro-ondes.

La cuisson au micro-ondes ne convient pas non plus à la friture.

Temps de repos

Quand un micro-ondes est éteint, les aliments continuent à cuire par conduction – **pas par l'énergie des micro-ondes**. C'est pourquoi le **temps de repos** est très important avec les micro-ondes, particulièrement pour les aliments denses, comme la viande, les gâteaux et les plats réchauffés (consultez la page 67).



Œufs à la coque

N'essayez pas de faire cuire des œufs dans leur coque au micro-ondes. En effet, les œufs crus cuits dans leur coque peuvent exploser et provoquer des blessures graves.

Instructions générales

Temps de repos

Des aliments denses, par exemple de la viande, des patates en robe des champs et des gâteaux, nécessitent un **temps de repos** (à l'intérieur ou à l'extérieur du four) après la cuisson pour permettre à la chaleur de finir la cuisson par conduction dans toute la masse de la nourriture.

■ Pommes de terre en robe des champs

Envelopper dans une feuille d'aluminium après la cuisson au micro-ondes seul. Laisser reposer pendant 5 minutes. Il n'est pas nécessaire de laisser reposer les pommes de terre en robe des champs cuites en mode **combinaison**.

■ Poisson

Laisser reposer pendant 2-3 minutes.

■ Plats à base d'œufs

Laisser reposer pendant 1-2 minutes.

■ Plats préparés déjà cuits

Laisser reposer pendant 2-3 minutes.



Taux d'humidité

De nombreux aliments frais comme les fruits et légumes ont une teneur en eau variable selon la saison. C'est notamment le cas des pommes de terre en robe des champs. Pour cette raison, les temps de cuisson peuvent varier. Des ingrédients secs comme du riz ou des pâtes peuvent sécher au cours de leur stockage, donc leur temps de cuisson peut être différent de celui des ingrédients venant d'être achetés.



Percer

La peau ou membrane sur certains aliments empêche la vapeur de s'échapper au cours de la cuisson. Cette membrane doit être percée ou la peau doit être pelée avant la cuisson pour permettre à la vapeur de s'échapper. Œufs, pommes de

■ Rôtis

Laisser reposer 15 minutes enveloppé dans une feuille d'aluminium.

■ Repas mis en assiette

Laisser reposer pendant 2-3 minutes.

■ Légumes

Les pommes de terre bouillies bénéficient d'un temps de repos de 1-2 minutes, toutefois la plupart des autres végétaux peuvent être servis immédiatement.

■ Décongélation

Il est essentiel de laisser un temps de repos suffisant pour assurer une décongélation totale. Ce temps peut aller de 5 minutes pour des framboises, par exemple, à 1-2 heures pour un rôti. Voir pages 87-89.

Si la nourriture n'est pas cuite après le **temps de repos**, la remettre dans le four pour un temps supplémentaire.

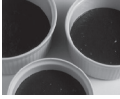
terre, pommes, saucisses etc. doivent tous être percés avant la cuisson. **Ne pas essayer de cuire des œufs dans leur coque.**



Film alimentaire

Le film alimentaire empêche les aliments de se dessécher, et la vapeur piégée contribue à la diminution des temps de cuisson. Toutefois, il doit être percé avant la cuisson pour laisser l'excès de vapeur s'échapper. Faites toujours attention quand vous enlevez le film alimentaire d'un plat car la vapeur accumulée est brûlante. Achetez toujours des films adhésifs qui portent la mention sur le paquet « adapté à la cuisson au micro-ondes » et utilisez-les seulement pour couvrir les plats. Ne garnissez pas un plat avec du film étirable. Ne couvrez pas les aliments durant une cuisson au **gril**, au **four** ou **mixte**.

Instructions générales



Taille du plat

Respectez les tailles de plat données dans les recettes car cela affecte les temps de chauffage et de réchauffage. Une certaine quantité de nourriture étalée dans un plat plus grand se chauffe et se réchauffe plus vite.



Quantité

Les petites quantités cuisent plus rapidement que les grandes quantités, tout comme les plus petites portions se réchauffent plus rapidement que les plus grosses.



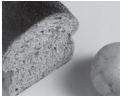
Espacement

Les aliments espacés régulièrement cuisent de façon plus rapide et uniforme. N'empilez **jamais** d'aliments les uns sur les autres.



Forme

Les formes régulières cuisent plus uniformément. Un aliment cuit mieux au micro-ondes dans un récipient rond plutôt que carré.



Densité

Des aliments poreux ou aérés se chauffent plus rapidement que des aliments denses et lourds.



Recouvrir

Couvrez les aliments avec un film étirable compatible micro-ondes ou un couvercle adapté. Couvrez poisson, légumes, ragoûts et soupes. Ne pas couvrir les gâteaux, les sauces, les pommes de terre en robe des champs, les pâtisseries. Veuillez consulter les tableaux de cuisson et les recettes pour obtenir plus d'informations.



Disposition

Des morceaux séparés, par exemple des portions ou morceaux de poulet, doivent être placés sur un plat avec la partie la plus épaisse tournée vers l'extérieur.



Ingrédients

Les aliments contenant de la graisse, du sucre ou du sel se réchauffent très rapidement. Dans une tourte, l'intérieur peut être beaucoup plus chaud que

la pâte. Faites attention de ne pas vous brûler en mangeant. **Ne pas** surchauffer même si la pâtisserie ne semble pas très chaude.



Température de départ

Plus la nourriture est froide, plus elle prend du temps à se réchauffer. Les aliments sortant du réfrigérateur prennent plus longtemps à se réchauffer que ceux à température ambiante. La température des aliments doit se trouver entre 5-8 °C avant la cuisson.



Retournez et remuez

Certains aliments nécessitent d'être tournés pendant la cuisson. La viande et les volailles doivent être retournées à mi-cuisson.



Liquides

Tous les liquides doivent être remués **avant, pendant et après être chauffés**. L'eau doit particulièrement être remuée avant et pendant qu'elle chauffe pour éviter une éruption. Ne réchauffez pas les liquides qui ont déjà été bouillis. **Ne pas surchauffer**.



Vérifier les aliments


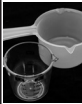






Il est essentiel de vérifier les aliments pendant et après la durée de cuisson recommandée, même si un **programme automatique** a été utilisé (tout comme on vérifie les aliments cuits dans un four classique). Remettre les aliments dans le four pour continuer la cuisson si nécessaire.



Nettoyage


Comme les micro-ondes agissent sur les particules de nourriture, maintenez toujours votre micro-ondes en parfait état de propreté. Les dépôts de nourriture récalcitrants peuvent s'enlever à l'aide d'un nettoyant four de marque étalé sur un linge doux. Essayez toujours bien le four après l'avoir nettoyé. Évitez les pièces en plastique et la porte. Ne pas pulvériser directement de produit sur les parois internes du four.

Guide de vérification rapide des ustensiles de cuisson

Plats de cuisson		pour Micro-ondes	pour Gril	pour Four	pour Vapeur	Pour cuisson mixte (Micro-ondes + Gril, Vapeur+ Micro-ondes, Vapeur + Gril, Vapeur + Four)
Résistant à la chaleur verre		✓	✓	✓	✓	✓
Passes aux micro-ondes plats en plastique		✓	✗	✗	✗	✗
Céramique résistant à la chaleur et porcelaine Ne pas utiliser de plats avec un bord ou un motif métallisé, ou des jattes ou mugs dont les anses sont collées.		✓	✓	✓	✓	✓
Résistant à la chaleur Poterie, Terre cuite, Pierre		✗	✓	✓	✗	✗
Conteneurs en aluminium ou métal		✗	✓	✓	✗	✗
Paniers en osier, bois ou paille		✗	✗	✗	✗	✗
Film alimentaire		✓	✗	✗	✗	✗
Feuille d'aluminium De petites quantités de feuille d'aluminium peuvent être utilisées pour PROTÉGER les aliments et les empêcher de surchauffer pendant la cuisson ou la décongélation. Bien éviter que la feuille d'aluminium touche les parois latérales ou supérieures du four.		✓	✓	✓	✗	✗

Niveaux de puissance des micro-ondes



Puissance	Utiliser
1000 W	Réchauffage de plats et sauces, cuisson de poisson, légumes, sauces, confitures
270 W  (*)	Décongélation d'aliments congelés
600 W	Rôtis, cuisson de sauces aux œufs et de gâteaux, chauffer le lait
440 W	Cuisson et réchauffage des ragoûts de poulet et quiches
300 W	Cuisson de ragoûts, riz au lait, gâteaux aux fruits secs, flans aux œufs
100 W	Réchauffage du beurre, des fromages, des fruits ou des crèmes glacées, tenir les plats au chaud



Remarque

(*) DÉCONGÉLATION CYCLIQUE avec temps de repos automatique (voir page 87).

Cuisson au gril



Le gril de votre four fait dorer différents aliments et les rend croustillants.

Le four comporte 3 réglages de gril :

1 pression Gril 1	1200 W
2 pressions Gril 2	850 W
3 pressions Gril 3	650 W
4 pressions Panacrunch	1200 W +
(Gril 1 + micro-ondes)	440 W

Pour le mode Panacrunch, voir pages 27-28 du manuel.

Posez les aliments à griller sur le plat croustillant Panacrunch avec la grille en position supérieure ou inférieure. Les aliments à griller doivent normalement être retournés à mi-cuisson.

Ne jamais couvrir les aliments pendant une cuisson au gril.

Avec le **programme gril seul, les micro-ondes n'agissent pas.**

Temps approximatifs pour griller (Gril 1, pas de préchauffage)

	Première face	Deuxième face	Positions de la grille
Côte de bœuf 450 g	18-20 min	environ 10-15 min	Grille position basse
Saucisses 350 g (6 saucisses)	6-8 min	environ 3-5 min	Grille position haute
1 cuisse de poulet 250 g	13-15 min	13-15 min	Grille position basse
Pain grillé 2 tranches 50 g	3-5 min	2-3 min	Grille position haute



Attention

Les accessoires et le four deviendront très chauds. Utilisez des maniques.

Cuisson au four



Le mode four vous permet de cuire des aliments avec une chaleur dispensée en haut et au fond du four. Le mode four n'utilise **pas de micro-ondes** : vous pouvez donc utiliser des plats en métal ou des conteneurs résistant à la chaleur.

NB : les températures entre 40 et 100 °C, qui ne sont pas utilisées dans la cuisson traditionnelle, ne sont pas disponibles sur ce four.

Préchauffage

Ne pas oublier de Préchauffer le four pour obtenir les meilleurs résultats pour la cuisson de la viande, des gâteaux et pâtisseries. Il est préférable de ne pas ouvrir la porte du four pendant le préchauffage. **Ne pas Préchauffer le four avec l'accessoire à l'intérieur.**

Accessoires

Vous pouvez cuire les aliments directement sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position supérieure ou inférieure. Ou bien vous pouvez poser vos moules traditionnels et plats à four sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position inférieure. **Ne pas poser les moules et plats directement sur le fond du four en mode four.**

Recommandé pour la pâte feuilletée, les biscuits, les gâteaux roulés, la brioche, les gâteaux, les pizzas et les tartes.



Remarque

Ne posez pas un plat ou des aliments qui pèsent plus de 3,2 kg sur le plat croustilleur Panacrunch.



Attention

Les accessoires et le four deviendront très chauds. Utilisez des maniques.

Cuisson au four



Niveau	Température	Plats préparés (four préchauffé)
Doux	40 °C	Laissez reposer les pâtons de pain ou de pâte à pizza.
	120 °C-130 °C-140 °C	Terrines de viande et de poisson, viandes en cocotte, séchage de fines herbes
Moyen	150 °C-160 °C	Œufs en cocotte, macarons.
	170 °C-180 °C	Flans, crème anglaise, biscuits, génoise, viande blanche, viande mijotée ou braisée.
Max.	190 °C-200 °C-210 °C	Kugelhupf, gratins, poissons entiers, savarins.
	220 °C	Volaille, petits pains, pizzas, petits fours salés, tartes aux fruits.



Remarque

Le tableau ci-dessus correspond uniquement au mode four et pas à la cuisson combinée.

Cuisson à la vapeur



Trois niveaux de vapeur différents sont disponibles. Utilisez le mode Vapeur pour cuire les légumes, le poisson, le poulet et le riz.

Le four comporte 3 réglages de vapeur :
1 pression Vapeur 1
2 pressions Vapeur 2
3 pressions Vapeur 3

Accessoires et récipients

Quand vous cuisez des aliments à la vapeur, placez-les directement sur l'accessoire avec la grille en position haute. Quand vous cuisez des aliments plus gros à la vapeur, placez l'accessoire avec la grille en position basse. Pendant la cuisson, les jus de cuissons dégagés sont recueillis dans la goutte du plat. (voir page 31-33 du manuel).



Remarque

Pour une bouffée de vapeur, consultez les instructions de la pages 34-35.



Attention

Les accessoires et le four deviendront très chauds. Utilisez des maniques.

En retirant du four le récipient ou l'aliment, des gouttes d'eau bouillante peuvent tomber de la voûte.

De la vapeur peut s'échapper lorsque vous ouvrez la porte. S'il y a de la vapeur dans le four, n'y mettez pas les mains nues ! Vous risquez de vous brûler ! Utilisez des maniques.

Faites attention quand vous retirez le plateau. Essayez les gouttes d'eau qui retombent du côté gauche du four. Leur présence est normale.

Cuisson combinée

En quoi consiste la cuisson combinée ?

La cuisson combinée ajoute des micro-ondes au processus de cuisson traditionnel pour obtenir le goût des aliments cuits de manière classique tout en réduisant d'un tiers ou de moitié les temps de cuisson.

Fonctionnement

Suivre les instructions données aux pages 36-39 du manuel.

Avertissement !

Choisir les méthodes de cuisson dans l'ordre correct. Les méthodes de cuisson combinée présentées dans ce livre sont données dans l'ordre dans lequel on peut les choisir. Pendant la cuisson, il suffit de toucher le bouton Four pour afficher la température utilisée. On peut changer la température par une pression sur Four pendant l'affichage de la température, mais il n'est pas possible de changer la puissance micro-ondes pendant la cuisson combinée.

Quand Préchauffez ?

Pour la cuisson lente, pour faire mijoter, pour les gros rôtis, la plupart des gâteaux, les flans et les gratins il n'est pas nécessaire de Préchauffez le four. Pour la cuisson courte, les petits morceaux de viande (cuisson de moins de 20 minutes),

les tartes, les tourtes, les desserts à la pâte feuilletée, il faut Préchauffez le four. Pour la cuisson combinée utilisant uniquement le gril, il ne faut pas Préchauffez le four et cette fonction n'est d'ailleurs pas disponible.

L'intérieur du four est plus petit qu'un four traditionnel. Il faut donc faire attention de ne pas se brûler quand on met le plat dans le four.

Avec préchauffage

Le préchauffage est possible uniquement en mode Vapeur et Four. Choisissez la cuisson combinée, puis appuyez sur Marche avant de saisir le temps de cuisson.

Le préchauffage se fait sans utilisation de micro-ondes. Ne préchauffez pas avec les accessoires nécessaires en place. Quand le four atteint la température souhaitée, il émet 3 bips et la lettre « P » clignote sur l'affichage. Placez le plat dans le four (sans appuyer sur Marche/Annuler), choisissez le temps de cuisson et appuyez sur Marche. Si vous ne sélectionnez pas de temps de cuisson, le four maintient sa température pendant 30 minutes, puis il s'éteint.

Sans préchauffage

Choisissez la cuisson combinée, affichez la durée de cuisson puis appuyez sur Marche.

Quelle combinaison choisir ?

Cuisson combinée	Four	Gril	Vapeur	Micro-ondes	Utilisations recommandées	Accessoire/ Récipient
Gril + Micro-ondes (pas de préchauffage)	-	1, 2 ou 3	-	440 W, 300 W ou 100 W	Gratins de viande ou légumes / surfaces gratinées, viande grillée.	Directement au fond du four dans un plat résistant à la chaleur et qui passe au micro-ondes.
Panacrunch	-	1, 2 ou 3	-	440 W, 300 W ou 100 W	Pizzas, produits surgelés à base de pommes de terre, produits panés, petites pâtisseries.	Plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position supérieure ou inférieure.
Vapeur + Micro-ondes	-	-	1, 2 ou 3	440 W, 300 W ou 100 W	Poisson, légumes, poisson, riz et pommes de terre.	Directement au fond du four dans un plat résistant à la chaleur et qui passe au micro-ondes.
Gril + Vapeur	-	1, 2 ou 3	1, 2 ou 3	-	Gratins, brochettes, poisson entier, pain précuit, morceaux de poulet.	Plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position supérieure ou inférieure.
Four + Vapeur	100 °C à 220 °C	-	1, 2 ou 3	-	Gratins, brochettes, pâtisseries, petits pains, poissons entiers.	Plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position supérieure ou inférieure.

Cuisson en mode combiné - récipients et accessoires

Pour la plupart des recettes, il est préférable d'utiliser des récipients qui **passent au micro-ondes et résistent à la chaleur** (Pyrex® ou porcelaine passant au four).

- Si vous remarquez des étincelles, arrêtez le four et poursuivez la cuisson en utilisant le four ou, si possible, changez de récipient.

- **N'utilisez pas** de porcelaine avec un décor à l'or fin ou à l'argent. Des étincelles pourraient se produire et endommager le décor.

- N'utilisez pas de film alimentaire pendant la cuisson combinée, même pour chemiser l'intérieur d'un récipient.

Exemples de récipients et accessoires :



Gril + micro-ondes

Directement au fond du four dans un plat résistant à la chaleur et qui passe au micro-ondes.



Vapeur + Micro-ondes

Directement au fond du four dans un plat résistant à la chaleur et qui passe au micro-ondes.



Panacrunch

Plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position supérieure.



Four + Vapeur

Plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position inférieure.



Gril + Vapeur

Plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position inférieure.

Conseils de réchauffage et de cuisson

La plupart des aliments se réchauffent très rapidement dans votre four avec une puissance de 1000 W. Vous pouvez ramener des plats à la température de service en quelques minutes, et ils auront toute la saveur des aliments fraîchement préparés. Vérifiez toujours que les aliments sont très chauds et remettez-les au four si nécessaire.

En règle générale, vous devez toujours couvrir les aliments humides tels que les soupes, ragoûts et repas mis en assiette. Ne couvrez pas les aliments secs tels que les petits pains, les tartelettes à la confiture, les petits fours salés etc.

Les tableaux des pages 78-85 vous montrent la meilleure manière de cuire ou de réchauffer vos aliments préférés. La meilleure méthode dépend du type d'aliment.

La méthode de chauffe, seulement le micro-onde ou combinée, dépend du type d'aliment devant être réchauffé. Pour les aliments ne nécessitant pas de dorer, réchauffez uniquement au micro-ondes.

N'oubliez pas quand vous faites cuire ou réchauffer des aliments qu'ils doivent être remués ou retournés dans la mesure du possible pour assurer une cuisson ou un réchauffage uniforme à l'extérieur et au cœur.

Quand la nourriture est-elle bien réchauffée ?

Les aliments réchauffés doivent être servis à une température « très chaude », c'est à dire que vous devez voir la vapeur s'en dégager de plusieurs endroits. Tant que l'on a respecté des règles d'hygiène au cours de la préparation et de la garde de la nourriture, la cuisson ou le réchauffage ne présente aucun risque de sécurité.

Les aliments qui ne peuvent être remués lors de la cuisson doivent être coupés avec un couteau pour vérifier qu'ils sont entièrement réchauffés. Même si les

instructions du fabricant ou les durées figurant dans le livre de recettes ont été suivies, il est important de toujours bien vérifier que la nourriture est très chaude. En cas de doute, remettez sans hésitation la nourriture au four pour la réchauffer un peu plus longtemps.

Si vous ne trouvez pas un aliment correspondant dans le tableau, choisissez un type et une quantité similaires dans la liste et modifiez la durée de cuisson si nécessaire.

N'oubliez pas que même si la pâte est froide au toucher la garniture sera brûlante et réchauffera la pâte. Prenez soin de ne pas trop chauffer, ce qui pourrait faire brûler l'aliment vu la teneur importante de la garniture en graisses et en sucre. Vérifiez la température de la garniture avant de consommer pour éviter de vous brûler la bouche.

Ne pas laisser sans surveillance. Ne pas ajouter d'alcool supplémentaire.



Avertissement - biberons

Le lait doit être bien agité avant d'être chauffé et une fois encore à la fin, et soigneusement testé avant de le donner à un bébé.

Le liquide en haut de la bouteille sera bien plus chaud que le liquide en bas. Le biberon doit être soigneusement agité et testé avant d'être utilisé.



Remarque

Nous ne recommandons pas d'utiliser votre micro-ondes pour stériliser les biberons. Si vous avez un stérilisateur spécial pour micro-ondes, nous vous demandons de l'utiliser avec une extrême prudence vu la petite quantité d'eau requise. Il est crucial de respecter implicitement les instructions du fabricant.

Conseils de réchauffage et de cuisson

Aliments en conserve

Retirez les aliments de la boîte et mettez-les dans un plat adapté avant de les réchauffer.

Soupes

Utilisez un bol et remuez avant de chauffer et au moins une fois pendant le réchauffage, et une fois à la fin.

Ragoûts

Remuez une fois à mi-cuisson et une fois à la fin.

Repas mis en assiette

Chacun a un appétit différent et la durée du réchauffage dépend du contenu du repas.

Les aliments denses tels que la purée de pommes de terre doivent être bien étalés.

Si une grande quantité de jus est ajouté, le réchauffage prendra plus longtemps.

Placez les aliments dense sur le pourtour de l'assiette. Il faut entre 4-7 minutes à 1000 W pour réchauffer une part moyenne.

Tableaux de réchauffage et de cuisson

Type d'aliment	Poids/ Quantité	Puissance	Temps de cuisson (approx.)	Conseils d'utilisation
Collations et plats légers				
Croque-monsieur	150 g (1 pce)	G1 + 300 W	5-6 min	Mettez sur le plat croustillier Panacunch avec la grille en position inférieure. Retournez quand c'est doré.
	300 g (2 pcs)	G1 + 300 W	6-8 min	
Croque-monsieur (surgelés)	150 g (1 pce)	G1 + 440 W	7-8 min	Mettez sur le plat croustillier Panacunch avec la grille en position inférieure. Retournez quand c'est doré.
Croissant au fromage	110 g (1 pce)	G1 + 300 W	3-4 min	Mettez sur le plat croustillier Panacunch avec la grille en position inférieure.
Croissant au fromage (surgelés)	110 g (1 pce)	G1 + 440 W	4-6 min	Mettez sur le plat croustillier Panacunch avec la grille en position inférieure.
Hot Dog	140 g (1 pce)	G1 + 300 W	5-6 min	Mettez sur le plat croustillier Panacunch avec la grille en position inférieure.
Snack fourré (surgelés)	115 g (2 pcs)	G1 + 440 W	6-8 min	Mettez sur le plat croustillier Panacunch avec la grille en position inférieure. Laissez reposer pendant 2 min.
Friand à la viande (surgelés)	140 g (1 pce)	G3 + 440 W	11-13 min	Mettez sur le plat croustillier Panacunch avec la grille en position inférieure. Laissez reposer pendant 2 min.
	360 g (2 pcs)	G3 + 440 W	16-18 min	
Friand au fromage et jambon	150 g (1 pce)	G1 + 440 W	5-7 min	Mettez sur le plat croustillier Panacunch avec la grille en position inférieure.
Friand au fromage et jambon (surgelés)	150 g (1 pce)	G2 + 440 W	10-12 min	Mettez sur le plat croustillier Panacunch avec la grille en position inférieure. Laissez reposer pendant 2 min.
Vol-au-vent au poulet	100 g (6 pcs)	G2 + 300 W	4-5 min	Mettez sur le plat croustillier Panacunch avec la grille en position inférieure. Laissez reposer pendant 2 min.
	200 g (12 pcs)	G2 + 300 W	5-6 min	
Petits fours salés (à cuire) (surgelés)	325 g (20 pcs)	190 °C	25-27 min	Répartissez sur le plat croustillier Panacunch avec la grille en position inférieure.
Tartelettes (surgelées)	290 g (20 pcs)	G2 + 440 W	6-8 min	Répartissez sur le plat croustillier Panacunch avec la grille en position supérieure.
Bouchées au brik (surgelées)	180 g (12 pcs)	190 °C	16-17 min	Mettez sur le plat croustillier Panacunch avec la grille en position inférieure.
Petits fours au fromage (à cuire) (surgelés)	280 g	190 °C	23-25 min	Mettez sur le plat croustillier Panacunch avec la grille en position inférieure.
Blinis	60 g (8 pcs)	G1 + 100 W	1 min 30 s - 2 min	Mettez sur le plat croustillier Panacunch avec la grille en position supérieure. Retournez le poisson à mi-cuisson.

G = cuisson au grill

Tableaux de réchauffage et de cuisson

Type d'aliment	Poids/ Quantité	Puissance	Temps de cuisson (approx.)	Conseils d'utilisation
Collations et plats légers				
Blinis (surgelés)	60 g (8 pcs)	G1 + 440 W puis G1	1 min puis 3 min	Mettez sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position supérieure. Retournez le poisson à mi-cuisson.
Nems	240 g (4 pcs)	G1 + 100 W	10-11 min	Mettez sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position inférieure.
Nems (surgelés)	240 g (4 pcs)	G2 + 440 W	10-11 min	Mettez sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position supérieure.
Samosas	180 g (4 pcs)	G2 + 300 W	6-7 min	Mettez sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position supérieure. Retournez le poisson à mi-cuisson.
Samosas (surgelés)	180 g (4 pcs)	G2 + 440 W	7-8 min	Mettez sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position supérieure. Retournez le poisson à mi-cuisson.
Samosas aux légumes	250 g (2 pcs)	G2 + 300 W	7- 8 min	Mettez sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position supérieure. Retournez le poisson à mi-cuisson.
Samosas aux légumes (surgelés)	250 g (2 pcs)	G2 + 440 W	9-10 min	Mettez sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position supérieure. Retournez le poisson à mi-cuisson.
Pommes de terre en robes des champs fourrées au fromage	225 g chacune	600 W	5-6 min.	Placez dans un plat résistant à la chaleur disposé dans le fond du four.
	500 g (2 pcs)		8-9 min	
Pommes de terre en robes des champs fourrées au fromage (surgelés)	225 g chacune	600 W	7-8 min	Placez dans un plat résistant à la chaleur disposé dans le fond du four.
	500 g (2 pcs)		10-12 min	
Saucisson brioché	160 g (1 pce)	G1 + 440 W	6-7 min	Mettez sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position inférieure.
	260 g (4 pcs)		6-7 min	
Saucisson brioché (surgelés)	160 g (1 pce)	G1 + 440 W	8-9 min	Mettez sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position inférieure.
	260 g (6 pcs, portion en-cas)		11-13 min	
Omelette nature, aux oignons ou tortilla espagnole	160 g (1 pce)	G1 + 440 W	6-8 min	Mettez sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position inférieure. Retournez à mi-cuisson.
	500 g (1 pce)	G1 + 440 W	8-9 min	
Omelette nature, aux oignons ou tortilla espagnole (surgelés)	500 g (1 pce)	G1 + 440 W	17-18 min	Mettez sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position inférieure. Retournez à mi-cuisson.
Quiche	400 g (1 pce)	G2 + 300 W	12-13 min	Mettez sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position inférieure.

G = cuisson au grill

Tableaux de réchauffage et de cuisson

Type d'aliment	Poids/ Quantité	Puissance	Temps de cuisson (approx.)	Conseils d'utilisation
Collations et plats légers				
Quiche (surgelée)	400 g (1 pce)	G2 + 440 W	14-16 min	Mettez sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position inférieure. Laissez reposer pendant 5 minutes.
Tarte aux légumes	400 g (1 pce)	G2 + 300 W	12-13 min	Mettez sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position inférieure.
Flan au fromage (surgelés)	400 g (1 pce)	G2 + 440 W	16-18 min	Mettez sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position inférieure.
Tarte flambée (tarte au lard, crème et oignons)	170 g (1 pce)	G2 + 300 W	8-9 min	Mettez sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position inférieure. Laissez reposer pendant 2 minutes.
	330 g (1 pce)		12-13 min	
Tarte flambée (tarte au lard, crème et oignons) (surgelés)	170 g (1 pce)	G2 + 440 W	14-15 min	Mettez sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position inférieure. Laissez reposer pendant 2 minutes.
	330 g (1 pce)		15-18 min	
Focaccia	300 g (1 pce)	G1 + Vapeur 1	7-8 min	Mettez sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position inférieure.
Focaccia (surgelée)	300 g (1 pce)	440 W puis G1 + Vapeur 1 pendant 8-9 min	5 min	Mettez sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position inférieure.
Gratins (dauphinois, moussaka, lasagne, tartiflette, hachis parmentier, aux macaronis)	350 g	G2 + 440 W	9-10 min	Placez dans un plat résistant à la chaleur disposé dans le fond du four.
	800 g	G1 + 440 W	12-13 min	
	1 kg	G1 + 440 W puis G1	14-15 min puis 5 min	
	1,3 kg	G1 + 440 W puis G1	16-17 min puis 5 min	
Gratin de légumes (avec ou sans viande), gratin de tomates farcies	300 g	G1 + 440 W puis G1	5-6 min puis 5 min	Placez dans un plat résistant à la chaleur disposé dans le fond du four
	400 g		7-9 min puis 5 min	
	1 kg		15-16 min puis 5 min	
Champignons farcis	400 g (4 pcs)	G2 + 300 W	13-15 min	Mettez sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position inférieure.
Aubergines farcies	460 g (2 pcs)	G1 + 440 W	7-8 min	Placez dans un plat résistant à la chaleur disposé dans le fond du four.
Poisson en sauce au vin blanc (surgelés)	440 g (3 pcs)	600 W	10-12 min	Placez dans un plat résistant à la chaleur disposé dans le fond du four et couvrez. Retournez le poisson à mi-cuisson.
Coquilles St Jacques	200 g (12 pcs)	G1 + 300 W	5-7 min	Mettez sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position supérieure.

Tableaux de réchauffage et de cuisson

Type d'aliment	Poids/ Quantité	Puissance	Temps de cuisson (approx.)	Conseils d'utilisation
Plats d'accompagnement				
Féculeux	200 g	600 W	2-3 min	Placez dans un plat résistant à la chaleur disposé dans le fond du four et couvrez.
Frites au four, quartiers de pomme de terre, galettes de pomme de terre, pommes de terre rôties et autres plats à base de pommes de terre	300 g	220 °C	13-15 min	Préchauffez le four. Mettez sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position supérieure. Retournez à mi-cuis- son.
Légumes	100 g	1000 W	1 min- 1 min 30 s	Placez dans un plat résistant à la chaleur disposé dans le fond du four et couvrez. Remuez à mi-cuisson.
	200 g		1-2 min	
Purée de pommes de terre	500 g	1000 W	5-6 min.	Placez dans un plat résistant à la chaleur disposé dans le fond du four et couvrez. Remuez à mi-cuisson.
Purée de légumes	200 g	1000 W	1-2 min	Placez dans un plat résistant à la chaleur disposé dans le fond du four et couvrez. Remuez à mi-cuisson.
	500 g		4-5 min	
Purée de légumes (surgelés)	200 g	1000 W	3-5 min	Placez dans un plat résistant à la chaleur disposé dans le fond du four et couvrez. Remuez à mi-cuisson.
	500 g		8 min	
Riz (avec 30 ml d'eau froide)	200 g	1000 W	1 min 30 s - 2 min	Placez dans un plat résistant à la chaleur disposé dans le fond du four et couvrez. Remuez à mi-cuisson.
	500 g		3 min 30 s - 4 min	
Spaghettis en sauce	200 g	1000 W	2-3 min	Placez dans un plat résistant à la chaleur disposé dans le fond du four et couvrez. Remuez à mi-cuisson.
	500 g		4 min	
	1 kg		7-8 min	
Spaghetti en sauce (surgelés)	1 kg	1000 W	16-18 min	
Viande et poisson				
Confit de canard	420 g	G2 + 300 W	11-12 min	Versez dans un plat à gratin disposé au fond du four.
Cassoulet avec saucisse	500 g	440 W	10-11 min	Placez dans un plat couvert résistant à la chaleur disposé dans le fond du four.
Filet de poisson pané (surgelés)	130 g (1 pce)	G2 + 440 W	9-10 min	Mettez sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position supérieure.
Filet de poisson pané	160 g	G2 + 440 W	6-8 min	Mettez sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position supérieure.

G = cuisson au grill

Tableaux de réchauffage et de cuisson

Type d'aliment	Poids/ Quantité	Puissance	Temps de cuisson (approx.)	Conseils d'utilisation
Morceaux de viande cuisinés				
Burger	65 g	600 W	1 min- 1 min 30 s	Placez dans un plat résistant à la chaleur disposé dans le fond du four et couvrez.
Viande blanche	130 g (2 pcs)	600 W	1 min 30 s - 2 min	
Viande rouge	130 g (3 pcs)	440 W	1 min- 1 min 30 s	
Cuisses de poulet	200 g (1 pce)	1000 W	1 min 50 s -2 min 20 s	
Sauces				
Sauce	250 g	1000 W	2 min- 2 min 30 s	Placez dans un plat résistant à la chaleur disposé dans le fond du four et couvrez. Remuez à mi-cuisson.
	500 g		4-5 min	
Soupe	300 ml	1000 W	2-3 min	Placez dans un plat résistant à la chaleur disposé dans le fond du four et couvrez. Remuez à mi-cuisson.
	600 ml		5-6 min.	
Boissons				
1 tasse	235 ml	1000 W	1 min 30 s	Placez dans le fond du four.
2 tasses	470 ml		3 min	
3 tasses	705 ml		3 min 30 s	
4 tasses	940 ml		5 min	
Lait 1 bol/chope	250 ml	600 W	2 min- 2 min 30 s	Placez dans le fond du four.
1 brique	600 ml	600 W	4 min 30 s- 4 min 50 s	Placez dans un plat résistant à la chaleur disposé dans le fond du four. Remuez à mi-cuisson.
Aliments pour bébé	70 g	600 W	15-25 s	Placez dans un plat résistant à la chaleur disposé dans le fond du four et couvrez. Remuez à mi-cuisson.
	125 g		20-30 s	
	190 g		30-40 s	

G = cuisson au grill

Tableaux de réchauffage et de cuisson

Type d'aliment	Poids/ Quantité	Puissance	Temps de cuisson (approx.)	Conseils d'utilisation
Pâtisseries				
Bretzels	300 g (3 pcs)	220 °C	10-12 min	Préchauffez. Chemisez le plat croustilleur Panacrunch avec du papier sulfurisé. Faites cuire sur la grille en position basse.
Croissants	330 g (6 pcs)	180 °C	18-20 min	Préchauffez. Faites cuire sur le plat croustilleur Panacrunch sur la grille en position basse.
Pains au chocolat	360 g (6 pcs)	180 °C	18-20 min	Préchauffez. Faites cuire sur le plat croustilleur Panacrunch sur la grille en position basse.
Mini croissants (surgelés)	200 g (6 pcs)	180 °C	15-16 min	Préchauffez. Faites cuire sur le plat croustilleur Panacrunch sur la grille en position basse.
	300 g (10 pcs)			
Cake (congelé et précuit)	400 g (11 pcs)	300 W puis G2	9 min puis 5 min	Mettez sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position basse.
Mini gâteaux et viennoiseries (surgelés et précuits)	170 g (6 pcs)	G2 + 440 W	3-4 min	Mettez sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position inférieure. Retournez à mi-cuisson.
Mini pains au chocolat (surgelés)	300 g (10 pcs)	180 °C	15-17 min	Préchauffez. Faites cuire sur le plat croustilleur Panacrunch sur la grille en position basse.
Pain				
Pain complet (surgelés)	400 g	G3 + 300 W	9-10 min	Placez dans un plat résistant à la chaleur disposé dans le fond du four. Laissez reposer pendant 5 min.
Pain indien naan (surgelés)	250 g (2 pcs)	G1 + 100 W	6-7 min	Mettez sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position inférieure. Retournez à mi-cuisson.
Demi-baguette	115 g (1 pc)	1000 W puis G2	30-60 s puis 3 min	Placez dans un plat résistant à la chaleur disposé dans le fond du four.
	200 g (2 pcs)		40-60 s puis 3 min	
Petits pains précuits	300 g (6 pcs)	G2 + 100 W	14-15 min	Mettez sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position basse.

G = cuisson au grill

Tableaux de réchauffage et de cuisson

Type d'aliment	Poids/ Quantité	Puissance	Temps de cuisson (approx.)	Conseils d'utilisation
Desserts				
Brownies (surgelés)	120 g (2 pcs)	G1 + 300 W	3-4 min	Mettez sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position supérieure.
Crêpes sucrées	70 g (1 pce)	1000 W	20-30 s	Placez dans un plat résistant à la chaleur disposé dans le fond du four
	140 g (2 pcs)		40-50 s	
Crêpes sucrées (surgelées)	70 g (1 pce)		40-50 s	
	140 g (2 pcs)		1 min- 1 min 20 s	
Beignets nature (surgelés)	50 g (1 pce)	G1 + 100 W	3- 4 min	Mettez sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position inférieure. Retournez à mi-cuisson. Prévoir 2 minutes de repos.
	100 g (2 pcs)		4-5 min	
Gaufres (surgelées)	30 g (1 pce)	G1 + 100 W	2-3 min	Mettez sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position inférieure. Retournez à mi-cuisson. Laisser reposer 2 minutes.
	60 g (2 pce)	G1 + 300 W	3-4 min	
Crumble aux pommes (surgelés)	600 g	G1 + 440 W	12-13 min	Placez dans un plat résistant à la chaleur disposé dans le fond du four.
Macarons (surgelés)	130 g (12 pcs)	300 W	1 min	Placez dans un plat résistant à la chaleur disposé dans le fond du four.
Moelleux au chocolat	130 g (1 pce)	Vapeur 1 + 440 W	1 min 30 s - 2 min	Placez dans le fond du four. Percez le film alimentaire qui recouvre l'aliment.
Moelleux au chocolat (surgelés)	130 g (1 pce)	Vapeur 1 + 440 W	3 min - 3 min 30 s	Placez dans le fond du four. Percez le film alimentaire qui recouvre l'aliment.
	220 g (1 pce)		3-4 min	
Mini moelleux (surgelés)	240 g (12 pcs)	Vapeur 1 + 440 W	2-3 min	Placez un plat résistant à la chaleur au fond du four.
Tarte citron meringuée (surgelée)	500 g (1 pce)	G3 + 440 W	4-5 min	Placez dans un plat résistant à la chaleur disposé au fond du four.
Tourte aux pommes (surgelée et précuite)	460 g (1 pce)	200 °C	18-20 min	Préchauffez le four. Faites cuire sur le plat croustilleur Panacrunch sur la grille en position basse.

G = cuisson au grill

Tableaux de réchauffage et de cuisson

Type d'aliment	Poids/ Quantité	Puissance	Temps de cuisson (approx.)	Conseils d'utilisation
Desserts				
Tarte Tatin (précuite)	545 g (1 pce)	210 °C	25-30 min	Préchauffez le four. Mettre sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position basse.
Tarte à la rhubarbe (précuite)	450 g (1 pce)	200 °C	18-20 min	Préchauffez le four. Faites cuire sur le plat croustilleur Panacrunch sur la grille en position basse.
Strudel aux pommes (précuit)	300 g (1 pce)	G2 + 440 W	13-15 min	Mettez sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position basse.

G = cuisson au grill

Tableau de cuisson à la vapeur seule

Remplissez le réservoir d'eau avant la cuisson.

Type d'aliment	Poids/ Quantité	Puissance	Temps de cuisson (approx.)	Conseils d'utilisation
Légumes frais - carottes, brocoli etc.	200 g	Vapeur 1	11-13 min	Préparez les légumes. Mettez sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position supérieure.
	300 g		13-15 min	
Pommes de terre	200 g	Vapeur 1	22-24 min	Coupez les pommes de terre en morceaux de même taille. Mettez sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position supérieure.
	300 g		27-29 min	
Légumes surgelés - carottes, brocoli etc.	200 g	Vapeur 1	13-15 min	Mettez sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position supérieure.
	300 g		15-17 min	
Poisson frais	200 g	Vapeur 1	9-11 min	Mettez sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position supérieure. Disposez le poisson sur une seule couche. Il ne doit pas se chevaucher.
	500 g		14-16 min	
Poisson surgelés	200 g	Vapeur 1	14-6 min	Mettez sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position supérieure. Disposez le poisson sur une seule couche. Il ne doit pas se chevaucher.
	500 g		19-21 min	
Filet de poulet	200 g	Vapeur 1	27-30 min	Chaque filet de poulet doit peser entre 100 et 250 g. Mettez sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position supérieure.

Conseils pour la cuisson aux micro-ondes

Ramollir le beurre qui sort du réfrigérateur. Ramollir pendant 1 minute à 1 minute 30 secondes à 100 W (pour 250 g). Enlevez d'abord son emballage.

Réhydrater des fruits secs. Ajouter 6 c. à s. d'eau à 200 g de pruneaux ou raisins secs, (ou utilisez du rhum pour certaines recettes de gâteaux). Mélangez et réchauffez à 1000 W pendant 2-3 minutes. Laissez reposer 2 minutes.

Amener le fromage à température ambiante. Le fromage conservé au réfrigérateur doit être mis au four et « réchauffé » pendant 30 secondes -1 minute (selon la taille) à 300 W.

Faire blanchir des amandes ou des noisettes. Recouvrir d'eau chaude et faire cuire 3-6 minutes à 1000 W (jusqu'à ébullition de l'eau). Rincer à l'eau froide et égoutter. La peau s'enlève alors plus facilement.

Faire du caramel. Faire cuire 100 g de sucre avec 2 c. à soupe d'eau dans un bol pendant 3-4 minutes à 1000 W en surveillant attentivement après 1 minute 30 secondes. Enlever le caramel avant qu'il fonce. Il finira de cuire hors du four. Vous pouvez interrompre la cuisson en ajoutant 2 c. à soupe d'eau très chaude (attention aux éclaboussures).

Ramollir du miel. Enlever le couvercle, Mettez le pot dans le four et faire chauffer à 300 W pendant 20-40 secondes selon la quantité. Remuez et répétez si nécessaire.

Extraire plus de jus d'une orange ou d'un citron. Avant de presser le fruit, chauffer 1 orange ou 1 citron pendant 20-30 secondes à 1000 W, puis le presser immédiatement. Il donnera plus de jus.

Faire fondre du chocolat. Casser le chocolat en petits morceaux dans un bol et chauffer à 600 W pendant 1 minute 30 secondes à 2 minutes 30 secondes pour 100 g (la durée dépend de la teneur en cacaco et en sucre). Remuer au moins une fois au cours de la cuisson.

Faire fondre du beurre. 100 g de beurre dans un ramequin recouvert d'une soucoupe prendra environ 1 minute à 600 W. - 1 minute 20 secondes à 600 W.

Ramollir la crème glacée sortant du congélateur. Si possible, retirer la glace de son emballage et la Mettez sur une assiette. Chauffer pendant 1-2 minutes à 100 W pour un demi-litre et 2-3 minutes pour 1 litre.

Faire monter la pâte. Placer la pâte recouverte dans le four et chauffer pendant environ 5 minutes à 100 W (pour 500 g de pâte). Laissez la pâte dans le four (éloignée des courants d'air) jusqu'à ce qu'elle ait doublé en volume.

Faire du vin chaud. Dans un verre résistant au four (ou un mug), mélanger 20 cl de vin rouge, un zeste de citron, une pincée de cannelle, un clou de girofle et 2-4 morceaux de sucre selon le goût désiré. Chauffer à 1000 W pendant 1-1 minute 30 secondes.

Désodoriser le four. Pour supprimer les odeurs de poisson dans le four, Mettez un bol d'eau chaude additionnée de jus de citron dans le four. Chauffer à 1000 W pendant 5 minutes. Essuyer la condensation sur les parois du four avec un chiffon.

Guide de décongélation



Lors de la décongélation au micro-ondes, le plus grand problème est de décongeler l'intérieur avant que l'extérieur ne commence à cuire. C'est pour cette raison que Panasonic a créé le programme de décongélation intermittent **décongélation cyclique** sur votre four. Il suffit de sélectionner le niveau de puissance 270 W et de régler le temps requis. Le four divise alors ce temps en 8 étapes. Ces étapes font alterner la décongélation (4 temps) et le repos (4 temps).

Au cours des temps de repos, les micro-ondes ne fonctionnent pas, bien que la lumière reste allumée. Les temps de repos automatiques permettent d'obtenir une décongélation plus régulière. Pour les aliments à décongeler peu volumineux, le temps de repos normal peut être supprimé.

Conseils de décongélation

Vérifiez la décongélation plusieurs fois, même si vous utilisez les programmes automatiques. Respectez les temps de repos.

Temps de repos

Les portions individuelles d'aliments peuvent être cuites presque immédiatement après la décongélation. Il est normal que les gros morceaux soient encore congelés au cœur. Avant la cuisson, laissez-les reposer **au moins une heure**. Pendant ce temps de repos, la température devient uniforme et les aliments achèvent leur décongélation par conduction. NB Si les aliments ne doivent pas être cuits immédiatement, conservez-les au réfrigérateur. Ne jamais recongeler sans cuisson préalable.

Morceaux de viande et volaille

Il est préférable de placer les morceaux sur un plat retourné ou une passoire en plastique de façon à ce qu'ils ne reposent pas dans leur jus. Il est essentiel de protéger les parties fines ou grasses d'un éventuel début de cuisson à l'aide de petits morceaux de papier aluminium.

Il n'est pas dangereux d'utiliser des morceaux de papier aluminium dans votre four à condition qu'ils n'entrent pas en contact avec les parois du four.

Viande hachée ou en cubes et fruits de mer

Comme l'extérieur de ces aliments se décongèle rapidement, il est nécessaire de les diviser, de séparer fréquemment les blocs en plus petits morceaux et de les enlever quand ils sont décongelés.

Petites portions de nourriture

Les côtelettes et les morceaux de poulet doivent être séparés dès que possible pour leur permettre de se décongeler uniformément. Les parties grasses et les extrémités décongèlent plus vite. Mettez-les près du centre d'un plat en verre ou protégez-les.

Pain

Les pains doivent reposer pendant 5-15 minutes pour permettre au centre de dégeler. Le temps de repos peut être moindre si le pain est coupé en tranches ou s'il est coupé en deux.

Bips sonores

Des bips sonores sont émis pendant les programmes de décongélation automatique. Les bips vous rappellent de vérifier, remuer, séparer les morceaux ou protéger les petits morceaux. Si vous ne le faites pas, vous obtiendrez une décongélation non uniforme.



Tableau de décongélation

Type d'aliment	Poids/Quantité	Puissance et temps de décongélation	Temps de repos minimal
Viande			
Pièce de viande à rôtir sur l'os #*	500 g	270 W 18-20 min	60 min
- viande à rôtir #*	700 g	270 W 18-20 min	60 min
- côtelettes #	500 g	270 W 10-12 min	20 min
- escalopes #	250 g	270 W 6-7 min	10 min
- rognons en cubes*	400 g	270 W 13-15 min	5 min
- steak fin* (2 pcs)	300 g	270 W 7-8 min	20 min
- Entrecôte*	170 g	270 W 5-7 min	20 min
Viande hachée, chaire à saucisse*	500 g	270 W 12-14 min	15 min
- hamburger* (1 pce)	100 g	270 W 3-4 min	10 min
(2 pcs)	200 g	270 W 6-7 min	15 min
(4 pcs)	400 g	270 W 8-10 min	30 min
- pièce pour ragoût*	400 g	270 W 13-14 min	30 min
- volaille entière #	1,5 kg	270 W 30-35 min	60 min
- volaille en morceaux #* (4 pcs)	700 g	270 W 17 min	60 min
- poussin #	500 g	270 W 19-21 min	40 min
Magrets de canard * (2 pcs)	400 g	270 W 12 min	30 min
Saucisses* (2 pcs)	130 g	270 W 4 min	15 min
Desserts cuisinés			
Génoises	350 g	270 W 4-5 min	10 min
Forêt noire (crème)	650 g	270 W 6-8 min	90 min
Tarte au citron	470 g	270 W 6-7 min	15 min
Moelleux au chocolat	450 g	270 W 4-6 min	15 min
Gâteau au fromage blanc	500 g	270 W 7 min	20 min
Pâte / pâton			
Pâte brisée ou sucrée # - bloc	500 g	270 W 4-5 min	30 min
-roulée*	320 g	270 W 5-6 min	20 min
Pâte à pizza - boule*	220 g	270 W 5-6 min	20 min

Tableau de décongélation

Type d'aliment	Poids/Quantité	Puissance et temps de décongélation	Temps de repos minimal
Poisson			
Entier # (2 pcs)	500 g	270 W 13-15 min	20 min
Filets # (4 pcs)	600 g	270 W 9-11 min	30 min
Steak de poisson* (2 pcs)	270 g	270 W 7-9 min	15 min
Crevettes*	200 g	270 W 6-8 min	15 min
Poisson pané* (2 pcs)	240 g	270 W 6 min	10 min
Divers			
Pain tranché*	400 g	270 W 6 min	10 min
Beurre*	250 g	270 W 3-5 min	20 min
Baies*	300 g	270 W 6-7 min	10 min
	500 g	270 W 12-13 min	30 min
Fruits tendres *	500 g	270 W 13 min	30 min



Remarque

Les temps ne sont donnés qu'à titre indicatif. Toujours vérifier la nourriture pendant la décongélation en ouvrant la porte puis en recommençant la décongélation. Il n'est pas nécessaire de recouvrir les aliments pendant la décongélation.



Remarque

« # » retourner cet aliment en milieu de décongélation et protéger les extrémités et les parties proéminentes à l'aide de papier aluminium.

« * » remuer, retourner ou séparer plusieurs fois pendant la décongélation.

Viande et volaille

Votre four permet de faire cuire de la viande en **cuisson combinée** (Gril + Micro-ondes), ce qui est idéal pour les petits morceaux de viande et de volaille.

Méthodes traditionnelles - **cuisson au four**, pour rôtir la viande et la volaille.

Gril seul pour les petits morceaux ou des recettes spécifiques. **Micro-ondes seul** pour terminer rapidement la cuisson d'une fricassée, de volaille en sauce ou de viande au barbecue.

Après la cuisson il est important de laisser la viande rôtie reposer en dehors du four, enveloppée dans une feuille d'aluminium, pendant 10-15 minutes pour terminer la cuisson et faciliter la découpe.

Accessoires et récipients

Pour la cuisson manuelle **combinée et gril seul**, les petits morceaux de viande plats doivent être disposés directement sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position basse ou haute. Pour les morceaux plus gros, utilisez un plat en Pyrex® disposé au fond du four. Pour le mode **four** seul, disposez les morceaux et volailles directement sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position basse. Ne couvrez pas.

Conseils pour la cuisson combinée

Ne pas saler la viande avant la cuisson, mais seulement après.

Il est important de vérifier les aliments plusieurs fois pendant la cuisson pour pouvoir ajuster le temps de cuisson si nécessaire.

Disposer les cuisses de poulet ou autres morceaux de volaille de manière à ce que les parties les plus charnues se trouvent sur le pourtour du plat.

Cuisson au four

Vous pouvez rôtir de la viande dans votre four de la manière traditionnelle en préchauffant le four en mode four, pour la viande blanche, la viande rouge et la volaille. Il est essentiel de Préchauffez le four pour bien saisir la viande.

Cuisson au gril

Le gril permet de cuire des morceaux de viande minces : escalopes, côtelettes, saucisses. Il est recommandé de Préchauffez le gril.



Remarque

Pour la cuisson au four, au gril ou combinée, la viande ne doit pas être couverte car c'est la chaleur externe qui la cuit.

Cuisson aux micro-ondes uniquement

La viande blanche et les morceaux de volaille cuisent parfaitement avec les micro-ondes, et c'est la méthode la plus rapide.

La cuisson aux micro-ondes est utile pour les petits morceaux de viande ou de volaille qui seront servis en sauce, ou pour terminer rapidement la cuisson d'une fricassée ou de viande cuite au barbecue.

Disposez les morceaux de viande dans un plat qui passe au micro-ondes, placé au fond du four.

Quand vous cuisez aux micro-ondes uniquement, il est recommandé de couvrir la viande avec un couvercle ou du film alimentaire pour accélérer la cuisson et éviter les projections. Il est normal de trouver une grande quantité de liquide au fond du plat après la cuisson. La rapidité de la cuisson aux micro-ondes et l'absence de chaleur radiante ne permettent pas à ce liquide de s'évaporer comme ce serait le cas avec une cuisson traditionnelle. La perte de poids n'est pas supérieure qu'avec une cuisson traditionnelle.

Viande et volaille

Ragoûts et plats mijotés

On peut faire cuire des ragoûts au micro-ondes uniquement, mais cela ne sera pas plus rapide que si l'on utilise une méthode traditionnelle. Mais la viande n'attachera pas au fond du plat et vous consommerez moins d'énergie. Utilisez un plat en Pyrex® ou une cocotte couverte en porcelaine passant au four.

Avant : les légumes doivent être découpés en morceaux de taille égale et précuits. Pour de nombreuses recettes de ragoûts, il faut fariner les morceaux de viande pour que la sauce y adhère.

Pendant la cuisson il est essentiel que les morceaux de viande restent immergés dans le liquide en utilisant une soucoupe ou une assiette à l'envers (pour empêcher la viande de sécher). Comme les ragoûts mettent très longtemps à cuire et qu'il peut y avoir beaucoup d'évaporation, rajoutez du liquide pendant la cuisson si nécessaire. Couvrez le récipient avec un couvercle pour limiter l'évaporation. Amenez le ragoûts à ébullition à 1000 W pendant 10-15 minutes puis poursuivez la cuisson pendant la durée nécessaire à basse puissance, 300 W.

Temps de repos :

Après la cuisson, il faut couvrir la viande et la laisser reposer hors du four pendant 10-15 minutes pour terminer la cuisson et égaliser la température.



Viande et volaille (Temps de cuisson pour 500 g)

Comme la viande ne dorera pas si elle est uniquement cuite au micro-ondes, les temps de cuisson au micro-ondes indiqués ci-dessous sont pour de la viande qui a été dorée auparavant de tous les côtés dans une poêle à frire (porc, veau, agneau et bœuf) ou pour de la viande qu'il est inutile de faire dorer (volaille, filets de lapin). La viande doit être tournée à mi-cuisson et doit reposer pendant 5-8 minutes après la cuisson, sauf mention contraire.

Type de viande	Micro-ondes seulement	Temps de cuisson	Cuisson au four / gril	Conseils d'utilisation	Temps Approx. de cuisson (en minutes)
Bœuf					
Côte	-	-	220 °C puis 160 °C	Préchauffez. Placez sur Plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position inférieure. Retournez à mi-cuisson.	10 min puis 15-20 min (à point) 25-30 min (bien cuit)
Rôti	-	-	220 °C	Préchauffez. Placez sur Plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position inférieure. Enveloppez dans un film et laissez reposer 10-20 min après la cuisson.	20-22 min (saignant) par 450 g
Rôti	-	-	220 °C	Préchauffez. Mettez sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position inférieure. Ajoutez de l'eau sur la plaque si la viande s'assèche pendant la cuisson. Enveloppez dans un film et laissez reposer pendant 10-20 min après la cuisson.	40-50 min (bien cuit) par 450 g
Rôti	1000 W	8-10 min (saignant) 10-12 min (bien cuit)	-	Faites cuire dans un plat en Pyrex® couvert disposé dans le fond du four. Retournez pendant la cuisson. Enveloppez dans du papier d'aluminium et laissez reposer pendant 10 min après la cuisson.	-
Ragoût (450-675 g)	-	-	160 °C	Préchauffez. Placez dans une cocotte en Pyrex® avec couvercle. Ajoutez du bouillon et des légumes. Couvrez, mettez sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position inférieure. Remuez à mi-cuisson.	1 h-1 h 30 min
Agneau					
Gigot ou épaule avec os	<1200 g 1000 W	Pour 500 g: 8-12 min (rosé) 10-14 min (bien cuit)	-	Placez dans un plat en Pyrex® couvert disposé dans le fond du four.	-
	-	-	180 °C	Faites cuire sur le plat croustilleur Panacrunch sur la grille en position basse. Retournez à mi-cuisson. Enveloppez dans un film et laissez reposer pendant 10 min après la cuisson.	20 min par 450 g plus 20 min (rosé) 30 min par 450 g plus 25 min (bien cuit)

G = cuisson au gril

Viande et volaille

Comme la viande ne dorera pas si elle est uniquement cuite au micro-ondes, les temps de cuisson au micro-ondes indiqués ci-dessous sont pour de la viande qui a été dorée auparavant de tous les côtés dans une poêle à frire (porc, veau, agneau et bœuf) ou pour de la viande qu'il est inutile de faire dorer (volaille, filets de lapin). La viande doit être tournée à mi-cuisson et doit reposer pendant 5-8 minutes après la cuisson, sauf mention contraire.

Type de viande	Micro-ondes seulement	Temps de cuisson	Cuisson au four / gril	Conseils d'utilisation	Temps de cuisson approx. (en minutes)
Agneau					
Côtelettes 400 g (4 pcs)	-	-	G1	Préchauffez. Mettez sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position supérieure. Retournez à mi-cuisson.	12-14 min (à point) 16-18 min (bien cuit)
Rôti désossé roulé	-	-	180 °C	Faites cuire sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position inférieure. Retournez à mi-cuisson. Enveloppez dans du papier d'aluminium et laissez reposer pendant 10 min après la cuisson.	40-50 min (rosé) 55-60 min (bien cuit)
Ragoût (1,5 kg max)	-	-	160 °C	Préchauffez le four. Mettez dans une cocotte avec couvercle. Ajoutez du bouillon et des légumes. Couvrez, mettez sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position inférieure. Remuez à mi-cuisson.	1 h 20 min - 1 h 30 min
Veau					
Rôti	-	-	180 °C	Préchauffez. Mettez sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position inférieure. Retournez à mi-cuisson. Enveloppez dans du papier d'aluminium et laissez reposer pendant 10 min après la cuisson.	50-55 min
	600 W	10-12 min	-	Placez dans un plat en Pyrex® couvert disposé dans le fond du four.	-
Ragoût (1,5 kg max)	-	-	160 °C	Préchauffez. Placez dans une cocotte en Pyrex® avec couvercle. Ajoutez du bouillon et des légumes. Couvrez, mettez sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position inférieure. Remuez à mi-cuisson.	1 h 20 min - 1 h 30 min
Porc					
Rôti en croûte	-	-	220 °C	Préchauffez. Cuire sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position inférieure. Retournez à mi-cuisson. Enveloppez dans du papier d'aluminium et laissez reposer pendant 10 min après la cuisson.	220 °C pendant 30 min puis 190 °C pendant 60 min par 500 g
	600 W	20-24 min	-	Dans une cocotte en Pyrex® avec couvercle Retournez à mi-cuisson.	-

G = cuisson au gril

Viande et volaille

Comme la viande ne dorera pas si elle est uniquement cuite au micro-ondes, les temps de cuisson au micro-ondes indiqués ci-dessous sont pour de la viande qui a été dorée auparavant de tous les côtés dans une poêle à frire (porc, veau, agneau et bœuf) ou pour de la viande qu'il est inutile de faire dorer (volaille, filets de lapin). La viande doit être tournée à mi-cuisson et doit reposer pendant 5-8 minutes après la cuisson, sauf mention contraire.

Type de viande	Micro-ondes uniquement	Temps de cuisson	Cuisson au four / grill	Conseils d'utilisation	Temps de cuisson approx. (en minutes)
Porc					
Filet mignon	-	-	180 °C	Préchauffez. Faites cuire sur le plat croustillier Panacrunch avec la grille en position inférieure. Retournez à mi-cuisson. Enveloppez dans du papier d'aluminium et laissez reposer pendant 10 min après la cuisson.	56-60 min
	600 W	25-30 min	-	Dans une cocotte en Pyrex® avec couvercle Retournez à mi-cuisson.	-
Tranches de filet de porc 440g (4 pcs)	-	-	G1	Mettez sur le plat croustillier Panacrunch avec la grille en position supérieure. Retournez à mi-cuisson.	18-20 min
Ragoût (1,5 kg)	-	-	160 °C	Préchauffez. Placez dans une cocotte en Pyrex® avec couvercle. Ajoutez du bouillon et des légumes. Couvrez, mettez sur le plat croustillier Panacrunch avec la grille en position inférieure. Remuez à mi-cuisson.	1 h 20 min -1 h 30 min
Poulet, pintade, dinde					
Volaille entière rôtie	-	-	190 °C	Préchauffez. Faites cuire sur le plat croustillier Panacrunch avec la grille en position inférieure. Enveloppez dans du papier d'aluminium et laissez reposer pendant 10 min après la cuisson.	30 min par 450 g
Morceaux	-	-	G1 + 440 W puis G1	Mettez sur le plat croustillier Panacrunch avec la grille en position inférieure. Commencer la cuisson avec la peau en dessous et retourner à mi-cuisson.	15-17 min puis 2 min.
Morceaux	1000 W	7-8 min	-	Dans une cocotte en Pyrex® avec couvercle Retournez à mi-cuisson.	-
Rôti de dinde désossé roulé	-	-	190 °C	Préchauffez. Mettez sur le plat croustillier Panacrunch avec la grille en position inférieure. Retournez à mi-cuisson.	40-45 min
Pilon de dinde	-	-	190 °C	Préchauffez. Mettez sur le plat croustillier Panacrunch avec la grille en position inférieure. Retournez à mi-cuisson.	47-49 min
Poussin	-	-	190 °C	Préchauffez. Faites cuire sur le plat croustillier Panacrunch avec la grille en position inférieure. Retournez à mi-cuisson.	52-54 min

G = cuisson au grill

Viande et volaille

Comme la viande ne dorera pas si elle est uniquement cuite au micro-ondes, les temps de cuisson au micro-ondes indiqués ci-dessous sont pour de la viande qui a été dorée auparavant de tous les côtés dans une poêle à frire (porc, veau, agneau et bœuf) ou pour de la viande qu'il est inutile de faire dorer (volaille, filets de lapin). La viande doit être tournée à mi-cuisson et doit reposer pendant 5-8 minutes après la cuisson, sauf mention contraire.

Type de viande	Micro-ondes seulement	Temps de cuisson	Cuisson au four / grill four / grill	Conseils d'utilisation	Temps Approx. de cuisson (en minutes)
Canard					
Canard entier	-	-	190 °C	Préchauffez. Piquez la peau. Mettez sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position inférieure.	25-27 min par 450 g
Cuisses (280 g)	-	-	G1 + 440 W puis G1	Piquer la peau. Mettez la peau en dessous dans un plat Pyrex® peu profond disposé au fond du four. Retournez à mi-cuisson.	12-14 min puis 5 min
Filet 400 g (2 pcs)	-	-	200 °C	Préchauffez. Piquez la peau. Mettez sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position inférieure.	40 min
Lapin					
Lapin entier	1000 W	7-8 min	-	Mettez dans un plat couvert disposé dans le fond du four. Retournez à mi-cuisson.	-
Gibier					
Rôti	-	-	180 °C	Préchauffez. Mettez sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position inférieure. Retournez à mi-cuisson. Enveloppez dans un film et laissez reposer pendant 10 min après la cuisson.	20-25 min par 450 g + 20 min
Rôti	1000 W	7-9 min par 500 g	-	Placez dans un plat en Pyrex® couvert disposé dans le fond du four. Retournez le poisson à mi-cuisson.	-
Saucisses					
Chipolatas, merguez fraîches 440 g (14 pcs)	-	-	G1 + 100 W	Mettez sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position supérieure. Retournez à mi-cuisson.	12-14 min
Chipolatas, merguez fraîches 440 g (14 pcs)	1000 W	5-7 min	-	Placez dans un plat en Pyrex® couvert disposé dans le fond du four.	-
Chipolatas surgelées 270 g (10 pcs)	-	-	G1 + 300 W	Mettez sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position supérieure. Retournez à mi-cuisson.	9-11 min
Grosse saucisse - porc & bœuf 450 g (8 pcs)	-	-	G1	Préchauffez. Mettez sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position supérieure. Retournez à mi-cuisson.	12-15 min
Surgelée 230 g (5 pcs)	-	-	G1 + 440 W	Mettez sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position supérieure. Retournez à mi-cuisson.	10-12 min

G = cuisson au grill

Poisson

Le poisson cuit très bien au micro-ondes car il reste tendre et on évite les odeurs de poisson qui restent souvent dans les fours classiques.



Disposition

Les filets minces tels que les filets de plie doivent être roulés avant la cuisson pour éviter une cuisson excessive sur les bords plus mince et au niveau de la queue.



Liquides

Vous pouvez asperger le poisson frais avec 30 ml de jus de citron ou de vin blanc. Lors de la cuisson de poisson surgelé, ajoutez le liquide comme indiqué précédemment pour une cuisson homogène.



Gros poisson

(plus de 400 g)
On vous recommande de retourner les gros poissons à mi-cuisson et de protéger la tête et la queue par un petit morceau de feuille d'aluminium pour éviter qu'ils ne cuisent trop. (Attention : la feuille d'aluminium ne doit pas être en contact avec les parois du four).



Couvrir

Couvrez toujours le poisson avec du film alimentaire ou utilisez un plat avec couvercle.



Poisson en darnes

Les darnes de poisson doivent être disposées en cercle, la partie la plus épaisse vers l'extérieur, pour éviter de trop cuire les parties plus minces, qui se désintègreraient.

Quand le poisson est-il cuit ?

Le poisson est cuit quand il s'écaille aisément et que sa chair s'opacifie. N'oubliez pas que les poissons gras (saumon, maquereau, flétan) cuisent plus rapidement que les poissons maigres (morue, perche du Nil, tilapia)

Temps de repos

Le poisson doit **reposer après la cuisson pendant 2-3 minutes**. Ce temps de repos peut être en dehors du four pour vous permettre de l'utiliser pour faire cuire autre chose.

Poisson en papillote

Vous pouvez faire des papillotes de poisson en remplaçant la feuille d'aluminium par du papier sulfurisé compatible avec le micro-ondes.

Poisson entier

Si vous cuisez deux poissons entier ensemble, ils doivent être disposés tête à queue pour assurer une cuisson uniforme. Sur les gros poissons entiers, la queue et la tête doivent être protégées pendant la cuisson par des petits morceaux plats de feuille d'aluminium maintenus en place par des piques en bois.

Sel

Ne salez pas le poisson avant la cuisson car cela pourrait le rendre sec.

Poisson

Cuisinez le poisson en mode grill ou en mode combiné

Badigeonnez le poisson à l'aide de beurre fondu ou d'huile pour le maintenir humecté. Déposez-le sur le plat croustilleur Panacrunch NE PAS ajouter de sel, mais saupoudrer de poivre ou d'herbes au besoin. Utilisez la cuisson combinée Gril 1 + 300 W pendant environ 6-8 minutes (3-4 min de chaque côté) pour un petit poisson (truite, maquereau). Utilisez la cuisson combinée Gril 1 + 440 W pour les poissons plus grands (dorades, bar). Par exemple, 2 bars-environ 600 g cuiront en 9 minutes (4 minutes 30 secondes de chaque côté) avec la cuisson combinée Gril 1 + 440 W.

Cuisson en mode four

Pour les papillotes, ou les grands poissons, préchauffez le four en mode à 180 °C et placez-les sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille à la position inférieure. Pour 500 g, 4 filets de saumon d'environ 125 g chacun, faites cuire au four à 180 °C pendant environ 25 minutes.

Temps de cuisson pour 500 g en minutes, dans un plat au fond du four.

Type d'aliment	Frais		Surgelés	
	Réglage	Temps	Réglage	Temps
Filets de poisson minces	600 W	5-7 min	1000 W	9-10 min
Filets de poisson épais	600 W	6-7 min	1000 W	10-12 min
Poisson en darnes	600 W	6-8 min	1000 W	11-13 min
Poisson entier	600 W	5-7 min	1000 W	10-12 min
Crevettes*	600 W	5-7 min	-	-
Moules*	600 W	5-7 min	-	-
Noix de St Jacques*	600 W	5-7 min	-	-
Calamar*	600 W	6-7 min	1000 W	10-11 min
Poisson - filets minces 350 g **	Vapeur 1 + 440 W	6-8 min	-	-
Filet de saumon 400 g **	Vapeur 1 + 440 W	6-8 min	-	-

* : Nous ne recommandons pas d'utiliser le programme automatique pour ces types de poisson ou pour les fruits de mer.

** Pour la cuisson Vapeur + micro-ondes, n'ajoutez pas de liquide et ne couvrez pas.



Ajouter de l'eau

Les légumes très riches en eau, comme les tomates, les courgettes, les aubergines, les légumes surgelés pour la ratatouille, les champignons, les épinards, les endives, la laitue, les oignons, la plupart des fruits, etc., pour lesquels il n'est nécessaire d'ajouter que peu ou pas d'eau, puisque les micro-ondes utilisent leur teneur en eau naturelle.

Légumes assez riches en eau, auxquels on doit ajouter 1 c. à soupe d'eau par 100 g, pour créer la vapeur qui cuit les légumes et évite la déshydratation :

chou-fleur, poireaux, brocoli, chou de bruxelles, fenouil, carottes, céleri-rave, asperges, haricots nains, pommes de terre, choux, navets, artichauts, etc. Pour les légumes surgelés, ajoutez 1-3 c. à soupe d'eau.

Les légumes contenant relativement peu d'eau pourront avoir besoin de plus d'eau pour encourager leur hydratation : petits pois, fèves, haricots d'Espagne, haricots verts.

Dans tous les cas, les légumes doivent être cuits à 1000 W (sauf pour les chou-fleur entiers) et ne doivent pas être salés avant cuisson, mais après. En effet, le sel absorbe l'eau naturellement présente dans les légumes et encourage la déshydratation.

Dans la mesure du possible, couper les légumes en morceaux de taille égale. Il est important de placer les légumes dans un récipient de taille adaptée. Couvrez d'un couvercle ou d'un film alimentaire percé. Les récipients larges sont préférables à ceux qui sont étroits et hauts.



Légumes



Tableaux de cuisson manuelle des légumes frais et surgelés - avec une puissance de 1000 W pour 500 g (durée en minutes) Retourner à mi-cuisson.

Légumes	Frais	Surgelés
Artichauts :		
- entier 250 g (1 pce)	9-10	-
- cœurs 150 g (2 pcs)	9-11	8
Asperges*	8-10	-
Aubergines	9-11	-
Betterave* (hachée)	15-17	-
Blettes	7- 9	13-14
Brocoli, romanesco	8- 9	12-13
Champignons	8-9	11-12
Carotte :		
- rondelles	8-10	12-13
- bâtonnets	12-14	12
Chou*	12-14	-
Choux de Bruxelles	9-10	9-11
Chou-fleur	8-10	9-10
Céleri-rave - en dés	8- 9	10
Céleri*	15-17	-
Courgettes	7-8	10-12
Endives 400 g	10-12	16-17
Épinards :		
- hachés (sans eau ajoutée)	-	12
- feuilles (300 g)	7-8	-
Fèves*		
ajouter de l'eau	16-19	18-20
Fenouil :		
- entier, coupé en deux	10-12	-
- finement tranché	12-14	-
Haricots verts	12-13	11-13
Haricots grimpants	10-12	-
Légumes variés	-	14-16
Épis de maïs (2 épis)*	8-10	12-15
Maïs	3-4	-

Légumes	Frais	Surgelés
Navets - en dés	10-12	11-13
Oignons - hachés	9-10	14-16
Panais - en rondelles	7-9	-
Patate douce	10-11	-
Petits pois*	10-12	13-15
Pois gourmands	10-12	-
Poireaux :		
- fines lamelles	8-10	14-15
- en rondelles	8-10	14-15
Potiron haché	9-10	11
Poivrons - tranchés	8 - 10	13
Pommes de terre :		
- pommes de terre entières (<220 g)	12-13	-
Pommes de terre en tranche	10-11	-
Salsifis	10-14	12-15
Tomates* (sans eau ajoutée)	4-5	-



Remarque

« * » - nous ne conseillons pas la cuisson par le menu Auto pour ces légumes.



Un chou-fleur entier doit être cuit la tête en bas, à 600 W, pendant 12-14 min (selon la taille) avec 150 ml d'eau.

Tableaux de cuisson



Type d'aliment	Poids/ Quantité	Puissance	Durée à sélection- tionner (environ)	Consignes / indications
Légumes surgelés				
Haricots - fèves	200 g	Vapeur 1 + 440 W	8 min	Placez dans un plat en Pyrex® disposé dans le fond du four.
Haricots - verts	200 g	Vapeur 1 + 440 W	8 min	
Brocoli - fleuron	250 g	Vapeur 1 + 440 W	8 min	
Carottes - en rondelles	200 g	Vapeur 1 + 440 W	7 min	
Chou-fleur	250 g	Vapeur 1 + 440 W	10 min	
Légumes variés	200 g	Vapeur 1 + 440 W	8 min	
Petits pois	200 g	Vapeur 1 + 440 W	7 min	
Fèves de soja	200 g	Vapeur 1 + 440 W	8 min	
Légumes à la vapeur	150 g	Vapeur 1 + 440 W	5 min	
Maïs	200 g	Vapeur 1 + 440 W	8 min	
Légumes frais				
Asperges	200 g	Vapeur 1 + 440 W	6 min	Placez dans un plat en Pyrex® disposé dans le fond du four.
Mini maïs	200 g		5 min	
Fèves	200 g		8 min	
Haricots grimpants	200 g		8 min	
Betterave	450 g		15 min	
Brocoli	250 g		8 min	
Choux de Bruxelles	200 g		6 min	

Tableaux de cuisson



Type d'aliment	Poids/ Quantité	Puissance	Durée à sélection- ner (environ)	Consignes / indications
Légumes frais				
Épinards	200 g	Vapeur 1 + 440 W	5 min	Placez dans un plat en Pyrex® disposé dans le fond du four.
Chou - tranché	300 g		12 min	
Carottes - en rondelles	200 g		8 min	
Chou-fleur - fleurons	300 g		7 min	
Courgettes - tranchées	250 g		8 min	
Épis de maïs	x 2		13 min	
Panais	300 g		6 min	
blanchi pour rôtir en tranche	300 g		7 min	
Petits pois	200 g		5 min	
Pois mange-tout	200 g		8 min	
Pommes de terre - cuites	500 g		15 min	
Pommes de terre - précuites	500 g		12 min	
Pommes de terre en robe des champs - 250 g chacune	x 1	1000 W	7 min	Placez dans un plat en Pyrex® disposé dans le fond du four.
	x 2		12 min	
	x 4		23 min	
	x 1	G1 + 440 W	15 min	
	x 2		23 min	
	x 4		35 min	
Courge Butternut	300 g	Vapeur 1 + 440 W	12 min	Placez dans un plat en Pyrex® disposé dans le fond du four.
Chou-navet - en cubes	400 g		12 min	
Patate douce - tranchée	400 g		12 min	
Navet - en cubes	300 g		12 min	



Éléments à vérifier

Toujours vérifier que la nourriture est très chaude après avoir été cuite au micro-onde. En cas de doute, remettez-la au four. Tous les aliments devront avoir un **temps de repos**, plus spécialement s'ils ne peuvent pas être remués. Plus l'aliment est dense, plus le temps de repos est long.

Œufs et fromage

Les œufs sont des produits délicats qui nécessitent une attention particulière. En effet, placés directement dans le four, ils explosent à cause de la pression créée à l'intérieur de la coquille. Un jaune d'œuf, hors de sa coquille, explose aussi si son film protecteur n'est pas percé. Insérez donc la pointe d'un cure-dent jusqu'au centre du jaune ; si l'œuf est frais, il ne coulera pas. Le jaune et le blanc réagissent très différemment au micro-ondes et, malheureusement, le jaune cuit plus rapidement. Quand les œufs sont battus (omelette), les bords doivent être ramenés vers le centre à mi-cuisson.

Œufs pochés

Faites chauffer 50 ml d'eau avec du sel et un filet de vinaigre pendant 1 min à 1000 W. Cassez l'œuf dans l'eau bouillante et percez avec soin le jaune et le blanc à l'aide d'un cure-dent ; faites cuire à 600 W pendant 40-60 secondes (selon la taille de l'œuf). Laissez reposer 1 minute puis égouttez et servez.

Œufs brouillés

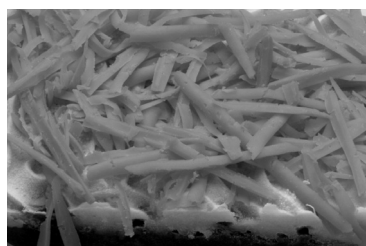
Mélangez 2 œufs frais dans un bol avec un peu de crème fraîche ou de lait, une noix de beurre, du sel et du poivre. Couvrez et faites cuire pendant 40 secondes à 1000 W. Sortez du four et battez énergiquement avec une fourchette. Remettez à cuire à 1000 W pour encore 30-50 secondes. Les œufs doivent rester crémeux.

Œufs cocotte

Cassez l'œuf dans un ramequin beurré, assaisonnez de sel et poivre, puis percez le jaune et le blanc avec un cure-dent. Ajoutez les ingrédients voulus (crème, champignons, œufs de lump, etc.). Couvrez et laissez cuire pendant 1 min 20 s - 2 min 10 s par œuf à 300 W, selon la taille des œufs et la quantité de garniture.

Fromages

Les fromages réagissent différemment selon leur type : plus ils sont gras, plus ils fondent vite. Cuits pendant trop longtemps, ils se durcissent. Si possible, il est préférable d'ajouter le fromage râpé au dernier moment (pour les pâtes, gratins, etc.).



Aliments et légumes secs et féculents

Les temps de cuisson au micro-ondes pour les légumes secs sont les mêmes que pour la cuisson traditionnelle. Mais ces aliments se chauffent très rapidement sans prendre un goût de réchauffé dans la mesure où ils sont dans un récipient fermé mélangés à du beurre ou une sauce.

Pour la cuisson, utiliser un grand récipient (pour éviter tout débordement). Recouvrez complètement d'eau ou de bouillon. Laissez reposer pendant au moins 5-8 minutes après la cuisson.

Riz, blé et quinoa

Quand l'eau arrive à ébullition, cuisez pendant environ 17-20 minutes à 300 W pour n'importe quelle quantité de riz et 14-18 minutes à 300 W pour le blé ou le quinoa. Ces temps de cuisson ne s'appliquent pas au riz ou blé blanchi.

Pâtes

N'oubliez pas de saler l'eau de cuisson et de remuer une fois pendant la cuisson. Quand le liquide bout, poursuivez la cuisson pendant 10 ou 12 minutes à 1000 W pour 250 g de pâtes (pour 1 litre d'eau).

Légumes secs

Couvrez-les entièrement d'eau et laissez tremper pendant toute une nuit. Le lendemain, rincez-les et égouttez-les. Recouvrez d'eau. Ne salez pas avant la cuisson (pour ne pas durcir les légumes secs).

Cuisez pendant 10 minutes à 1000 W puis 15-30 minutes à 300 W. Surveillez la cuisson et ajoutez de l'eau si nécessaire : les légumes secs doivent toujours rester recouverts de liquide.

Pommes de terre en robe des champs

Les pommes de terre sont plus ou moins adaptées à la cuisson au micro-ondes selon leur variété. La taille idéale des pommes de terre à cuire au micro-ondes ou en mode combiné est de 200 g-250 g. La cuisson au micro-ondes des pommes de terre en robe des champs est plus rapide qu'en mode combiné, mais produit un résultat plus tendre. Cuisson combinée produira une texture plus sèche et plus croustillante. Si vous désirez faire dorer en fin de la cuisson, utilisez le **gril** (voir tableau ci-dessous).

Avant la cuisson, lavez les pommes de terre et piquez-en la peau à plusieurs endroits.

Après la cuisson, retirez-les du four et enveloppez-les dans une feuille d'aluminium pour les garder au chaud. Laissez reposer pendant 5 minutes.



Pommes de terre en robe des champs dans un plat en Pyrex®
disposé au fond du four - Tableau de cuisson manuelle

Quantité	Min sur 1000 W	Min sur G1 + 440 W
1 pce (approx. 250 g)	7 min	13-15 min
2 pcs (approx. 500 g)	12 min	22-24 min
4 pcs (approx. 1 kg)	23 min	35 min

Desserts - Pâtisseries

Votre four offre plusieurs modes de cuisson, selon le résultat recherché.

- La cuisson aux **micro-ondes** est parfaite et rapide pour les crèmes anglaises, flans, fruits pochés et compotes, ainsi que pour les gâteaux contenant un agent levant et qui n'ont pas besoin d'être dorés sur le dessus (gâteau au chocolat et génoise à fouarrer).
- **Cuisson traditionnelle** (mode four) - essentielle pour certains gâteaux et desserts : savarin, biscuits, petits fours, sablés, petits fours feuilletés et tartes.
- **Cuisson vapeur** - idéale pour les puddings à la génoise pour obtenir une texture légère et moelleuse. Vous pouvez aussi ajouter une bouffée de vapeur aux génoises et pâtes feuilletées pour améliorer la répartition de la chaleur et aider la pâte à gonfler (voir pages 34-35 du manuel).

Cuisson aux micro-ondes uniquement :

Les micro-ondes cuisent les fruits, les compotes et les crèmes anglaises, rapidement et parfaitement. De plus, les micro-ondes sont excellentes pour la cuisson des plats riches en amidon, comme le riz au lait, le tapioca, la semoule, sans prendre le risque d'obtenir une préparation qui colle au fond du plat. Enfin, lors de la préparation de desserts cuits de manière traditionnelle, les micro-ondes sont très utiles pour faire fondre le beurre, le chocolat et la gelée, ainsi que pour préparer du caramel.

Récipients et accessoires

Disposez un récipient qui passe au micro-ondes directement sur le fond du four. Utilisez de préférence des récipients ronds.

Couvercle

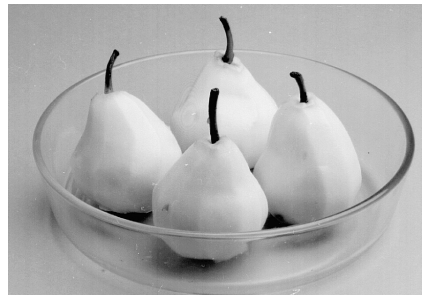
- Gâteaux **Ne pas** couvrir.
- Fruits : vous pouvez couvrir les compotes qui contiennent peu d'eau mais laissez les compotes contenant beaucoup d'eau découvertes.

Fruits

Prévoyez 5-7 minutes à 1000 W, à couvert, pour cuire 4 poires pelées moyennes (n'oubliez pas de les retourner à mi-cuisson). Prévoyez 5-7 minutes à 1000 W, à couvert, pour 500 g de pommes ou poires coupées en quatre avec 5 cuillères à soupe d'eau (les fruits entiers prennent un peu plus longtemps, selon leur taille). Pour les compotes, prévoyez 6-8 minutes à 1000 W pour 500 g de fruits pelés détaillés en cubes. N'ajoutez pas de liquide. Les temps de cuisson varient toujours en fonction de la maturité du fruit et de la quantité de sucre qu'il contient. Si vous avez ajouté des fruits secs à la pâte à gâteau, vérifiez qu'il n'est pas remonté à la surface de la pâte car il brûlerait vu la grande quantité de sucre qu'il contient.

Informations utiles

Il est impossible de faire cuire un soufflé au micro-ondes car il s'effondrera dès que vous le sortirez du four. Les gâteaux à base de pâte à choux ne gonfleront pas car une croûte ne se formera pas pour retenir l'air à l'intérieur. En revanche, les préparations toutes prêtes pour gâteaux cuisent très bien dans les micro-ondes. Le gâteau doit être préparé en respectant les instructions du paquet et cuit à 600 W pendant 4-7 minutes dans un plat passant au micro-ondes.



Recommandations générales pour la cuisson en mode micro-ondes

Surveillez le gâteau pendant la cuisson quand vous utilisez les micro-ondes seulement, car quelques minutes de cuisson suffisent et chaque minute supplémentaire peut dessécher le gâteau. Si le gâteau durcit une fois refroidi, c'est qu'il a cuit trop longtemps ou à trop haute température.

Vous pouvez vérifier si le gâteau est cuit en utilisant la méthode traditionnelle consistant à insérer la pointe d'un couteau au centre (elle doit ressortir propre) ou en vérifiant si les bords du gâteau se détachent facilement du moule.

Récipients

Si vous utilisez un récipient très différent de celui qui est conseillé par la recette (par exemple plusieurs ramequins au lieu d'un moule rond) le résultat sera différent. La

même quantité cuira plus vite si elle est répartie entre plusieurs petits moules plutôt que mise dans un seul moule. Chemisez les moules avec du papier sulfurisé pour pouvoir démouler les gâteaux plus facilement.

Conservation des gâteaux

Une fois le gâteau refroidi, n'oubliez pas de l'envelopper dans du film alimentaire ou une feuille d'aluminium pour le garder moelleux.



Cuisson traditionnelle en mode four

Essentiel pour la cuisson de pâtisseries telles que savarins, biscuits, génoises, muffins, clafoutis, crème caramel, tartes aux fruits.

Accessoires :

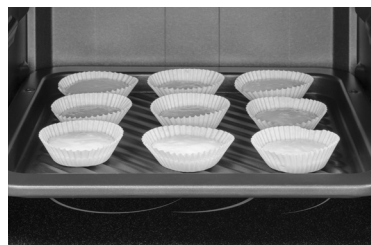
Pour bien cuire les fonds de tarte, utilisez des plats en métal dans **un four préchauffé** à 220 °C, en abaissant la température après avoir mis la tarte au four.

En mode four, vous pouvez cuire les aliments directement sur le plat croustillant Panacrunch avec la grille en position supérieure ou inférieure, par exemple les biscuits, croissants et petits gâteaux.

Vous pouvez poser vos moules traditionnels et plats à four sur le plat croustillant Panacrunch avec la grille en position inférieure, par exemple génoises, tartes aux fruits.

Récipients

Vous pouvez utiliser n'importe quel plat résistant à la chaleur (métal, silicone, Pyrex® ou porcelaine passant au four). Vérifiez que les plats à four que vous souhaitez poser sur le plat croustillant Panacrunch ne font pas plus de 25 x 25 cm. **Préchauffage recommandé. Ne pas réchauffer en mode four avec le plat croustillant Panacrunch en place.**



Réponses aux questions les plus courantes

Problème	Cause	Solution
Les aliments refroidissent rapidement après avoir été cuits aux micro-ondes .	Les aliments ne sont pas cuits à cœur.	Les remettre au four un peu plus longtemps. N'oubliez pas que les aliments sortant du réfrigérateur ont besoin d'une cuisson plus longue que ceux qui sont à température ambiante.
Les gâteaux de riz ou les ragoûts débordent pendant la cuisson aux micro-ondes .	Le récipient est trop petit.	Pour les aliments liquides, utilisez un récipient qui contient deux fois le volume des aliments.
Les aliments cuisent trop lentement aux micro-ondes .	Le four n'est pas suffisamment alimenté en électricité.	Le four doit être branché sur une prise indépendante.
	La température du réfrigérateur est inférieure à la température ambiante.	La cuisson des aliments plus froids prend plus longtemps.
La viande est dure quand elle est cuite aux micro-ondes ou en mode combiné	La puissance est trop forte.	Réduisez la puissance pour la viande.
	La viande a été salée avant la cuisson.	Ne salez pas avant la cuisson. Ajoutez du sel, si besoin, après la cuisson.
Les gâteaux ne sont pas cuits au centre quand ils sont cuits aux micro-ondes .	Le temps de cuisson et/ou de repos est trop court.	Allonger le temps de cuisson/ de repos.
Les œufs brouillés ou pochés sont durs et caoutchouteux quand ils sont cuits aux micro-ondes .	Le temps de cuisson est trop long.	Soyez attentif quand vous faites cuire de petites quantités d'œufs car il est impossible de les récupérer s'ils sont trop cuits.
Les quiches/flans aux œufs sont durs et caoutchouteux quand ils sont cuits aux micro-ondes .	La puissance est trop forte.	Réduisez la puissance pour ces aliments.
La sauce au fromage est dure et fait des fils quand elle est cuite aux micro-ondes .	Le fromage a été cuit dans la sauce.	Ajoutez le fromage à la fin de la cuisson. La chaleur de la sauce suffira pour faire fondre le fromage.

Réponses aux questions les plus courantes

Problème	Cause	Solution
Les légumes sont secs quand ils sont cuits aux micro-ondes .	La cuisson s'est déroulée à découvert.	Couvrez d'un couvercle ou d'un film alimentaire.
	Faible teneur en eau, par exemple légumes racines vieux.	Ajoutez 2-4 cuil. à soupe d'eau.
	Du sel a été ajouté avant la cuisson.	Salez après la cuisson si nécessaire.
De la condensation se forme dans le four.	Ceci est normal et montre que les aliments cuisent plus vite que le four ne peut évacuer l'humidité.	Essuyez le four avec un chiffon doux.
On sent de l'air chaud sortir du joint de la porte.	La porte du four n'est pas étanche.	Ceci est normal et n'indique pas une fuite de micro-ondes.
Des étincelles bleues ou des arcs sont visibles quand on utilise des ustensiles en métal.	Il ne faut pas utiliser d'accessoires en métal en mode micro-ondes seules. Avec un programme combiné, vérifiez si les accessoires ont été endommagés.	Arrêtez le four immédiatement . N'utilisez pas d'accessoires métalliques en mode micro-ondes seules.
Le gril s'arrête de temps en temps pendant l'utilisation du mode gril ou combiné.	Pendant la cuisson, le gril fonctionne par intermittence pour que les aliments ne brûlent pas avant d'être cuits à cœur.	Ceci est normal.
Les mots ont disparu de mon afficheur, je vois seulement des chiffres.	Il peut y avoir eu une coupure de courant qui aura désactivé la fonction de messages textuels.	Débranchez le four quelques secondes puis rebranchez-le. Quand vous voyez « 88:88 » sur l'afficheur, appuyez sur le bouton de mise en route jusqu'à ce que votre langue s'affiche. Ensuite, réglez l'horloge.

Soupe de patate douce

ingrédients

Pour 4 personnes

1 oignon moyen, haché
15 ml d'huile d'olive
2 gousses d'ail, écrasées
700 g de patates douces, épluchées et tranchées
1 gros poivron rouge, épépiné et haché
700 ml de bouillon de légumes
150 ml de lait de coco
sel et poivre

Plat : Cocotte en Pyrex® de 3 litres avec couvercle

Accessoires : aucun

Remplissez le réservoir d'eau.

1. Mettez l'oignon, l'huile et l'ail dans un plat à ragoût.
2. Placez le tout dans le fond du four et faites cuire en mode VAPEUR 1 + MICRO-ONDE à 440 W pendant 4 minutes.
3. Ajouter les pommes de terre et le poivre. Laissez cuire en mode VAPEUR 1 + MICRO-ONDE à 440 W pendant 10 minutes. Ajoutez le bouillon, couvrez et cuisez en mode MICRO-ONDE 300 W pendant 20 minutes, ou jusqu'à ce que les patates soient tendres, en remuant à mi-cuisson.
4. Laisser refroidir légèrement. Placez dans le mixeur et faites Retournez jusqu'à ce que ce soit homogène. Remuez avec le lait de coco et assaisonnez à votre goût.
5. Chauffez en mode MICRO-ONDE 600 W pendant 3 minutes, ou jusqu'à ce que ça soit très chaud.

Velouté de tomates et poivrons rouges

ingrédients

Pour 4 personnes

5 grosses tomates
30 ml d'huile d'olive
1 oignon haché
450 g de poivron rouge, découpé en fines lamelles
30 ml de purée de tomate
1 pincée de sucre
475 ml de bouillon de légumes
sel et poivre

Plat : 1 bol Pyrex® moyen

1 grande cocotte en Pyrex® avec couvercle

Accessoires : aucun

1. Pelez les tomates en les plongeant dans l'eau bouillante pendant 30 secondes dans un bol de taille moyenne. Hachez la chair et mettez le jus de côté. Placez la moitié de l'huile dans la cocotte Pyrex® avec l'oignon et couvrez avec un film alimentaire percé. Faites cuire sur le fond du four en mode MICRO-ONDE à 1000 W pendant 2 minutes en remuant une fois.
2. Ajoutez les poivrons et le reste de l'huile, puis mélangez bien. Faites cuire 5 minutes en mode MICRO-ONDE à 1000 W, en remuant à mi-cuisson. Incorporez les tomates hachées, la purée de tomate, l'assaisonnement, le sucre et quelques cuillerées à soupe de bouillon.
3. Couvrez et faites cuire 4 minutes en mode MICRO-ONDE à 1000 W, en remuant à mi-cuisson, jusqu'à ce que les légumes soient tendres. Incorporez le reste du bouillon et la purée dans un mixeur ou un robot jusqu'à obtenir un mélange homogène. Passez la soupe au tamis pour retirer les peaux et assaisonnez au goût.

Toast au brie et à la canneberge

ingrédients

Pour 4 personnes

1 petite baguette tranchée
60 ml de sauce à la canneberge
175 g de brie, en tranches
graines de sésame, si vous les aimez

Plat : aucun

Accessoires : Plat croustilleur Panacrunch

1. Préchauffez le gril sur GRIL 1.
2. Disposez les tranches de baguette sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position haute, et faites passer au GRIL 1 pendant 2-3 minutes, ou jusqu'à ce qu'elles soient légèrement dorées.
3. Retournez les tranches et recouvrez chacune d'elles de sauce à la canneberge. Recouvrez d'une tranche de brie et parsemez de graines de sésame.
4. Faites cuire en mode GRIL 1 + MICRO-ONDE à 300 W pendant 6-8 minutes ou jusqu'à ce que le fromage commence à fondre et que les graines de sésame brunissent.

Champignons farcis

ingrédients

Pour 4 personnes

2 tranches fines de poitrine salée
25 g de cheddar, râpé
2,5 ml de moutarde de Dijon
50 g de panure
1 œuf battu
60 ml de lait
15 ml de persil frais, moulu
4 grand champignons plats, équeutés
4 fines tranches de cheddar
1 tomate, finement tranchée

Plat : 1 petit bol Pyrex® et

1 grand plat

Accessoires : Plat croustilleur

Panacrunch

Remplissez le réservoir d'eau.

1. Faites cuire les tranches de poitrine sur une assiette en mode VAPEUR 1 + MICRO-ONDE 300 W pendant 2 minutes. Une fois refroidies, coupez-les en petits morceaux.
2. Dans un petit bol en Pyrex®, mélangez le fromage râpé, la moutarde, la poitrine et la chapelure. Ajoutez les œufs battus, le lait, le persil et l'assaisonnement et mélangez le tout jusqu'à obtenir une consistance homogène. Remplissez le creux des champignons à l'aide du mélange. Disposez les tranches de fromage sur la farce. Placez une tranche de tomate au sommet de chaque champignon.
3. Posez les champignons sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position basse puis cuisez en mode VAPEUR 1 + GRIL 1 pendant 15-17 minutes ou jusqu'à ce que le fromage commence à fondre et que les champignons soient juste cuits.

Tartes oignons et Feta

ingrédients

Pour 6 personnes

250 g de pâte feuilletée
30 ml d'huile d'olive
150 g d'oignons émincés
25 g de pignons de pin
75 g de Feta en cubes
25 g d'olives noires, dénoyautées et hachées
25 g de tomates séchées (marinées dans l'huile), grossièrement hachées
10 g de câpres
sel et poivre
Origan frais

Plat : 1 bol Pyrex® moyen

Accessoires : Plat croustilleur

Panacrunch

Remplissez le réservoir d'eau.

1. Déroulez la pâte feuilletée et coupez 6 ronds, chacun d'environ 10 cm de diamètre. Placez la pâte au réfrigérateur pendant environ 30 minutes.
2. Mettez l'huile et l'oignon dans un bol Pyrex® moyen. Laissez cuire en mode VAPEUR 1 + MICRO-ONDE à 440 W pendant 10 minutes. Ajoutez les pignons de pin, le fromage, les olives, les tomates séchées et les câpres aux oignons. Assaisonnez.
3. Préchauffez le four en mode FOUR à 220 °C.
4. Chemisez le plat croustilleur Panacrunch avec du papier sulfurisé. Disposez les 6 cercles de pâte sur le plat croustilleur Panacrunch et piquez-les au moyen d'une fourchette.
5. Répartissez la préparation entre les six cercles de pâte. Faites cuire les tartelettes avec la grille en position basse en mode FOUR 220 °C pendant 15 minutes ou jusqu'à ce qu'elles soient dorées. Garnissez d'origan frais.

Soupe à l'oignon

ingrédients

Pour 4 ou 6 personnes

225 g d'oignons émincés
50 g de beurre
25 g de farine
1 litre de bouillon de bœuf chaud
1 feuille de laurier
tranches de baguette
25 g de fromage, râpé

Plat : 1 grande cocotte en Pyrex® avec couvercle

Accessoires : Plat croustilleur

Panacrunch

1. Placez les oignons et le beurre dans la cocotte Pyrex®, couvrez et faites cuire sur le fond du four en mode MICRO-ONDE à 1000 W pendant 3-4 minutes ou jusqu'à ce qu'ils soient tendres.
2. Ajoutez la farine puis versez progressivement le bouillon chaud, tout en remuant bien. Assaisonnez et ajoutez du laurier.
3. Couvrez à nouveau et faites cuire en mode MICRO-ONDE à 1000 W pendant 8-10 minutes. Retirez les feuilles de laurier.
4. Disposez le pain sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position haute, et faites passer au GRIL 1 pendant 3-4 minutes, jusqu'à ce qu'il soit légèrement doré. Retournez le tout et placez le fromage râpé sur le dessus. Faites cuire sur GRIL 1 pendant 4 minutes supplémentaires ou jusqu'à ce que le fromage ait fondu.
5. Versez la soupe dans les plats individuels et disposez un morceau de pain sur le dessus de chaque part.

Champignons à la grecque

ingrédients

Pour 4 personnes

1 oignon moyen en dés
15 ml d'huile
1 gousse d'ail écrasée
60 ml de purée de tomate
150 ml de vin blanc
5 ml de fines herbes
350 g de champignons de Paris

Plat : 1 grande cocotte en Pyrex® avec couvercle

Accessoires : aucun

Remplissez le réservoir d'eau.

1. Mettez l'oignon et l'huile dans une cocotte Pyrex®. Couvrez et faites cuire sur le fond du four en mode MICRO-ONDE à 1000 W pendant 3-4 minutes ou jusqu'à ce que les oignons soient tendres.
2. Incorporez tous les autres ingrédients, couvrez et faites cuire à découvert sur le fond du four en mode VAPEUR 1 + MICRO-ONDE à 440 W pendant 10 minutes ou jusqu'à ce que les champignons soient tendres. Servez chaud ou froid.

Ailes de poulet épicées

ingrédients

Pour 6 portions

6 ailes de poulet
30 ml de miel clair
30 ml de sauce soja
30 ml de Sherry sec
1 gousse d'ail écrasée
racine de gingembre de 2,5 cm, râpée
10 ml de maïzena
150 ml de jus d'orange
3 oignons de printemps finement hachés
5 ml de purée de tomate
15 ml de sucre roux

Plat : 1 moule Pyrex® peu profond

1 petit bol Pyrex®

Accessoires : Plat croustilleur Panacrunch

1. Placez les ailerons de poulet dans le plat Pyrex® et faites cuire sur le fond du four en mode MICRO-ONDE à 1000 W pendant 8-10 minutes ou jusqu'à ce qu'ils soient cuits.
2. Mélangez les ingrédients de la sauce dans un petit bol Pyrex® et faites cuire au fond du four en mode MICRO-ONDE à 1000 W pendant 3-4 minutes ou jusqu'à obtenir une préparation épaisse.
3. Nappez les ailerons de la moitié de la sauce. Faites cuire sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position haute en mode GRIL 1 pendant 6 minutes, retournez et nappez du reste de la sauce, puis grillez 5-6 minutes ou jusqu'à ce que le poulet soit cuit à cœur.

Pâté au poulet italien

ingrédients

Pour 6 personnes

1 petit oignon, finement haché
1 gousse d'ail écrasée
25 g de beurre
225 g de foies de poulet, hachés
5 ml d'origan séché
15 ml de Vermouth sec
50 g de beurre
2 tranches de citron, coupées en quartiers

Plat : 1 petit bol Pyrex®,

1 cocotte en Pyrex® avec couvercle,

2 petits ramequins

Accessoires : aucun

1. Placez l'oignon, l'ail et le beurre dans une cocotte en Pyrex®. Couvrez et faites cuire sur le fond du four en mode MICRO-ONDE à 1000 W pendant 3-4 minutes ou jusqu'à ce que l'oignon soit tendre.
2. Ajoutez les foies de poulet à la préparation de l'oignon, ainsi que l'origan. Couvrez et faites cuire au fond du four en mode MICRO-ONDE à 1000 W pendant 6-8 minutes, en remuant une fois. N.B. Le foie peut émettre des claquements lors de la cuisson.
3. Laissez la préparation refroidir pendant 5 minutes, puis passez le tout au mixeur avec le Vermouth et assaisonnez jusqu'à obtenir un mélange onctueux. Répartissez le mélange dans les ramequins et lissez la surface.
4. Faites fondre 50 g de beurre dans un petit bol placé sur le fond du four, au MICRO-ONDE à 1000 W pendant 30-40 secondes. Enlevez la pellicule et versez le beurre fondu sur le pâté. Répartissez rapidement les quarts de tranches de citron et mettez au réfrigérateur avant de servir.

Risotto aux crevettes

ingrédients

Pour 4 personnes

1 oignon finement haché
 1 gousse d'ail écrasée
 25 g de beurre
 225 g de champignons portobello, en quartiers
 225 g de riz pour risotto
 1 citron, zeste et jus
 2,5 ml de brins de safran, écrasés
 300 ml de bouillon de légumes chaud
 300 ml de vin blanc
 100 g de petits pois surgelés
 300 g de crevettes décortiquées cuites
 30 ml de ciboulette finement hachée

Plat : 1 grande cocotte en Pyrex®

Accessoires : aucun

Remplissez le réservoir d'eau.

1. Mettez l'oignon, l'ail, le beurre et les champignons dans une grande cocotte en Pyrex®. Placez-le dans le fond du four et faites cuire en mode VAPEUR 1 + MICRO-ONDE à 440 W pendant 10 minutes. Ajoutez le riz, le jus et l'écorce de citron, le safran, le bouillon et le vin à la préparation des champignons.
2. Laissez cuire en mode VAPEUR 1 + MICRO-ONDE à 440 W pendant 10 minutes. Remuez le risotto. Ajoutez les petits pois, et laissez cuire en mode VAPEUR 1 + MICRO-ONDE à 440 W pendant 8 minutes. Ajoutez les crevettes et la ciboulette et laissez cuire en mode VAPEUR 1 + MICRO-ONDE à 440 W pendant 4 minutes.
3. Laissez reposer 2-3 minutes puis servez.

Moules marinières

ingrédients

Pour 2 personnes

900 g de moules (pesées dans leur coquille)
 15 g de beurre
 2 échalotes émincées
 1 gousse d'ail écrasée
 150 ml de vin blanc
 1 bouquet de persil plat, finement haché
 100 ml de crème fraîche épaisse

Plat : 1 grande cocotte en Pyrex® avec couvercle, 1 plat de service

Accessoires : Plat croustilleur Panacrunch

Remplissez le réservoir d'eau.

1. Frottez et ébarbez les moules en jetant les coquilles brisées ou ouvertes.
2. Mettez le beurre, les échalotes et l'ail dans le plat en Pyrex®, couvrez. Placez-le dans le fond du four et faites cuire au MICRO-ONDE à 1000 W pendant 3 minutes.
3. Ajoutez le vin et laissez cuire au MICRO-ONDE à 1000 W pendant 3 minutes. Mettez de côté.
4. Étalez les moules sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position haute. Faites cuire à la VAPEUR 1 pendant 20 minutes. Jetez toutes les moules qui ne sont pas ouvertes.
5. Ajoutez le persil et la crème dans la sauce et versez la moitié du liquide recueilli dans le plat croustilleur Panacrunch et laissez cuire, couvert, en mode MICRO-ONDE 1000 W pendant 3 minutes. Placez les moules dans un plat de service et recouvrez-les de sauce.

Crevettes à l'ail à la vapeur

ingrédients

Pour 2 personnes

25 g de beurre
4 gousses d'ail, écrasées
250 ml de vin blanc
400 ml de poulet
sel et poivre
450 g de crevettes jumbo crues
15 ml de maïzena
1 poignée de persil, haché

Plat : 1 grande cocotte en Pyrex® avec couvercle

Accessoires : Plat croustilleur Panacrunch

Remplissez le réservoir d'eau.

1. Placez le beurre et l'ail dans une cocotte en Pyrex®, couvrez. Placez sur le fond du four et laissez cuire en mode MICRO-ONDE 1000 W pendant 1 minute.
2. Ajoutez du vin et du bouillon de poulet avec l'ail et laissez cuire à couvert pendant 5 minutes en mode MICRO-ONDE 1000 W, découvrez et laissez cuire encore 5 minutes. Assaisonnez et mettez sur le côté.
3. Placez les crevettes sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position supérieure, et laissez cuire en mode VAPEUR 1 pendant 15 minutes.
4. Sortez les crevettes du four. Ajoutez la maïzena et le persil à la sauce, remuez vigoureusement et laissez cuire à couvert pendant encore 3 minutes, en mode MICRO-ONDE 1000 W, en remuant à mi-cuisson.
5. Mélangez les crevettes à la sauce et servez le tout avec du pain croustillant.

Cabillaud en papillote

ingrédients

Pour 4 personnes

280 g de légumes verts asiatiques en mélange, par exemple pak choy, hachés
4 filets de cabillaud
Une demi-orange, jus et écorce râpée
45 ml de basilic déchiré
2 gousses d'ail, écrasées
120 ml de vin blanc sec
15 ml d'huile d'olive
½ fenouil, finement tranché
1 carotte, coupée en fines lamelles

Plat : aucun

Accessoires : Plat croustilleur Panacrunch

Remplissez le réservoir d'eau et remplissez à nouveau au bout de 30 min de cuisson

1. Coupez quatre carrés de 30 cm de papier cuisson. Disposez un quart des légumes asiatiques hachés au milieu de chaque carré de papier.
2. Recouvrez de poisson et aspergez du jus et du zeste d'orange, de basilic, d'ail, de vin, d'huile, de carotte et assaisonnez. Repliez le papier pour former une papillote, en laissant un peu d'air à l'intérieur de sorte que les ingrédients puissent cuire à la vapeur, puis torsadez les côtés pour fermer.
3. Mettez les papillotes sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position inférieure. Faites cuire sur VAPEUR 1 pendant 35-45 minutes. Ouvrez l'une des papillotes pour vérifier que le poisson est cuit ; il doit se détacher facilement.
4. Il faudra à nouveau remplir le réservoir d'eau au bout de 30 minutes de cuisson.

Filets de poisson à la provençale

ingrédients

Pour 4 personnes

1 courgette, en tranches
4 tomates, en tranches
10 ml d'herbes de Provence
4 filets de saumon
30 ml d'huile d'olive
12 olives noires, dénoyautées
sel et poivre

Plat : aucun

Accessoires : Plat croustilleur
Panacrunch

Remplissez le réservoir d'eau.

1. Disposez les tranches de courgettes sur une seule épaisseur dans le plat croustilleur Panacrunch, avec les tomates par dessus. Saupoudrez la moitié des fines herbes. Posez les filets de saumon sur les légumes et saupoudrez le reste des fines herbes. Arrosez d'un filet d'huile d'olive.
2. Enfouez le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position inférieure, et laissez cuire en mode VAPEUR 1 + MICRO-ONDE 300 W pendant 18 minutes. Ajoutez les olives et poursuivez la cuisson pendant 2-3 minutes.

Bouillabaisse

ingrédients

Pour 6 ou 8 personnes

75 ml d'huile d'olive
30 ml de purée de tomate
2 oignons moyens, hachés
1 gros poireau, en rondelles
4 gousses d'ail, écrasées
225 g de tomates, pelées, en quartiers
1,2 litre de fumet de poisson chaud
150 ml de vin blanc sec
4 branches de thym
sel et poivre
Zeste d'une orange
4 brins de safran
5 ml de sauce au piment
450 g de poisson blanc, pelé et coupé en gros morceaux
450 g de mélange de fruits de mer
4 grosses crevettes crues
1 botte d'aneth, haché

Plat : Cocotte en Pyrex® de 3 litres
avec couvercle

Accessoires : aucun

1. Mettez l'huile et la purée de tomates dans une grande cocotte en Pyrex®, chauffez dans le fond du four en mode MICRO-ONDE 600 W pendant 1 minute et mélangez bien.
2. Ajoutez les oignons et le poireau, et laissez cuire en mode MICRO-ONDE à 1000 W pendant 5-6 minutes ou jusqu'à ce qu'ils soient transparents.
3. Ajoutez l'ail, les tomates, le bouillon, le vin, le thym, le sel, le poivre, le zeste d'orange, le safran et la sauce au piment. Couvrez et cuisez en mode MICRO-ONDE à 1000 W pendant 4-5 minutes.
4. Ajoutez le poisson à la sauce à la tomate. Couvrez et faites cuire sur le fond du four en mode MICRO-ONDE à 1000 W pendant 7-8 minutes ou jusqu'à ce que le poisson soit cuit.
5. Ajoutez le mélange de fruits de mer et les crevettes et chauffez à nouveau pendant 3-4 minutes en mode MICRO-ONDE à 1000 W ou jusqu'à ce qu'il soit chaud, en prenant soin de ne pas trop cuire le poisson. Enlevez le thym. Garnissez d'aneth.

Lasagne

ingrédients

Pour 4 personnes

Sauce à la viande

1 oignon haché
1 gousse d'ail écrasée
5 ml d'huile
400 g de tomates en conserve en morceaux
150 ml de vin rouge
30 ml de purée de tomate
5 ml d'herbes de Provence
500 g de bœuf haché
sel et poivre

Lasagne

1 part de béchamel (voir page 121)
100 g de cheddar, râpé
5 ml de moutarde
sel et poivre
250 g de lasagnes fraîches
50 g de parmesan, râpé

Plat : Cocotte en Pyrex® de 1,5 litre avec couvercle

Accessoires : 1 grand plat à gratin en Pyrex®

Accessoires : aucun

1. Placez l'oignon, l'ail et l'huile dans une cocotte en Pyrex®. Placez-le dans le fond du four et faites cuire au MICRO-ONDE à 1000 W pendant 2-3 minutes. Placez tous les autres ingrédients de la sauce de viande dans la cocotte. Mélangez bien. Couvrez et laissez cuire au MICRO-ONDE à 1000 W pendant 10 minutes. Faites cuire ensuite au MICRO-ONDE à 600 W pendant 15-20 minutes ou jusqu'à ce que la sauce soit cuite.
2. Ajoutez la moutarde et le fromage râpé à la sauce blanche.
3. Recouvrez le fond du plat à gratin en Pyrex® d'une couche de sauce blanche, puis d'une couche de lasagne, puis d'une couche de garniture chaude de viande. Continuez par une couche de lasagne, puis de viande, en terminant par une couche de sauce blanche. Parsemez de parmesan.
4. Placez-le dans le fond du four et faites cuire au GRIL 1 + MICRO-ONDE à 440 W pendant 10 minutes. Ensuite, passez au GRIL 1 pendant 5-10 minutes ou jusqu'à ce que ce soit doré.

Mini bœuf en crouste

ingrédients

Pour 4 personnes

15 g de cèpes séchés
15 g de beurre
225 g de champignons
1 gros oignon, finement haché
150 ml de vin rouge
4 tranches de filet, d'à peu près 150 g chacune
375 g de pâte feuilletée
1 gros œuf, battu
sel et poivre

Plat : 1 petit bol Pyrex®

Accessoires : 1 grande cocotte Pyrex®

Accessoires : Plat croustilleur Panacrunch

1. Dans un petit bol Pyrex®, faites tremper les cèpes dans de l'eau bouillante pendant 20 minutes. Égouttez-les et émincez-les.
2. Mettez le beurre, tous les champignons et les oignons dans une cocotte Pyrex® et couvrez. Placez-le dans le fond du four et faites cuire au MICRO-ONDE à 1000 W pendant 3 minutes. Ajoutez le vin au mélange des champignons et laissez cuire au MICRO-ONDE à 1000 W pendant 7-8 minutes.
3. Préchauffez le four en mode FOUR 200 °C. Placez les filets sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position basse, et laissez cuire en mode FOUR 200 °C pendant 10-15 minutes. Laissez refroidir. Lavez le plat croustilleur Panacrunch.
4. Découpez la pâte en 4 morceaux et étalez chaque morceau pour former un carré de 15 cm de côté, puis badigeonnez les carrés d'œuf battu.
5. Égouttez le mélange de champignons, placez un ¼ de la préparation au centre de chaque carré de pâte et posez le filet dessus. Assaisonnez. Ramenez les coins de la pâte vers le centre. Chemisez le plat croustilleur Panacrunch avec du papier sulfurisé. Déposez la pâte sur le plat croustilleur Panacrunch.
6. Enduisez d'œuf battu. Laissez cuire en position basse en mode FOUR 220 °C pendant 25 minutes pour une cuisson à point et 30 minutes pour bien cuit.

Poulet à la vapeur et nouilles

ingrédients

Pour 4 personnes

2 grands blancs de poulet
45 ml de coriandre fraîche, hachée
Un morceau de gingembre de 2,5 cm, découpé en allumettes
6-8 oignons de printemps, finement hachés
2 gousses d'ail, écrasées
1 piment rouge, finement haché
45 ml de sauce soja
30 ml de vinaigre de riz
5 ml de sucre roux
30 ml d'huile d'arachide
15 ml d'huile végétale
15 ml d'huile de sésame
200 g de nouilles aux œufs, fraîches

Plat : 2 petits bols Pyrex®,

1 grand bol Pyrex®

Accessoires : Plat croustilleur Panacrunch

Remplissez le réservoir d'eau.

1. Placez les blancs de poulet entre deux feuilles de film alimentaire et frappez les à l'aide d'un attendrisseur de viande ou d'un rouleau à pâtisserie jusqu'à ce qu'ils soient plus fins. Enlevez le film alimentaire, placez les blancs de poulet sur le plat croustilleur Panacrunch et assaisonnez le tout. Enfourez le plat avec la grille en position supérieure et laissez cuire en mode VAPEUR 1 pendant 15-20 minutes ou jusqu'à ce que le poulet soit cuit à cœur.
2. Placez la coriandre hachée, les oignons de printemps, l'ail écrasé, le piment, la sauce soja, le vinaigre de riz et le sucre brun dans un petit bol Pyrex® et mélangez.
3. Mettez les huiles dans un petit bol Pyrex® et faites chauffer au fond du four en mode MICRO-ONDE à 600 W pendant 1-2 minutes. Versez l'huile sur la préparation avec les oignons et mélangez bien pour homogénéiser le tout.
4. Mettez les nouilles dans un grand bol et couvrez d'eau bouillante. Faites cuire dans le fond du four en mode VAPEUR 1 pendant 8 minutes. Égouttez-les.
5. Pour servir, versez les nouilles aux œufs cuites dans un plat de service peu profond. Découpez le poulet cuit et répartissez la préparation aux oignons sur le dessus, et versez le jus provenant du bol.

Porc aux lentilles

ingrédients

Pour 4 personnes

250 g de lentilles brunes
1 gros oignon, haché
4 tranches de lard fumé, en cubes
1 pincée de thym
1 cube de bouillon
230 g de saucisse fumée
sel et poivre

Plat : Cocotte en Pyrex® de 2 litres avec couvercle

Accessoires : aucun

1. Mettez les lentilles dans une cocotte Pyrex®. Recouvrez d'eau froide. Placez la cocotte dans le fond du four et faites cuire au MICRO-ONDE à 1000 W pendant 7-8 minutes. Égouttez et laissez refroidir.
2. Mettez les lentilles dans la cocotte avec l'oignon haché, le jambon fumé en cubes, une pincée de thym et le cube de bouillon. Recouvrez d'eau.
3. Placez sur le fond du four et laissez cuire à découvert en mode MICRO-ONDE 1000 W pendant -12 minutes puis 40-50 minutes en mode MICRO-ONDE 300 W. Ajoutez les saucisses 20 minutes avant la fin de la cuisson. Assaisonnez et servez.

Ragoût d'agneau à la grecque

ingrédients

Pour 4 personnes

700 g de filet d'agneau, coupé en morceaux
2 oignons, hachés
1 piment rouge
2 gousses d'ail, écrasées
1 brin de romarin
275 ml de vin blanc
400 g de tomates en conserve en morceaux
45 ml d'olives noires en tranches
100 g de linguine, brisées en petits morceaux
150 g de Feta en cubes
15 ml de menthe fraîche hachée

Plat : Cocotte en Pyrex® de 3 litres avec couvercle

Accessoires : aucun

Remplissez le réservoir d'eau.

1. Placez l'agneau et l'oignon dans une cocotte Pyrex® et couvrez. Placez-le dans le fond du four et faites cuire en mode VAPEUR 1 + MICRO-ONDE à 440 W pendant 10 minutes.
2. Coupez le piment sur la longueur, en maintenant le sommet intact, (enlevez les graines) - ceci ajoute du goût au ragoût sans qu'il ne soit trop épicé.
3. Incorporez le piment, l'ail, le romarin, le vin et les tomates avec l'agneau. Faites cuire au MICRO-ONDE à 440 W pendant 40 minutes, en remuant à mi-cuisson. Incorporez les olives noires et les linguine, couvrez, puis continuez la cuisson au MICRO-ONDE 440 W pendant 15 minutes supplémentaires ou jusqu'à ce que les linguine soient cuites.
4. Retirez le piment et le romarin, et jetez-les. Intégrez la Feta et la menthe avant de servir.

Pain de viande

ingrédients

Pour 4 personnes

500 g de bœuf haché
50 g de panure
1 œuf moyen, battu
1 oignon haché
50 g de champignons, hachés
30 ml de câpres
15 ml de persil finement haché
60 ml de sauce soja
Poivre
150 g de lard, en tranches
125 ml de bouillon (instantané)
4 tranches de Gouda

Plat : 1 grand bol Pyrex®,

1 moule à cake Pyrex®

Accessoires : aucun

1. Placez les 9 premiers ingrédients du pain de viande dans un grand saladier et mélangez bien; il est préférable de le faire à la main.
2. Transférez le mélange dans un moule à cake Pyrex® et tapotez jusqu'à obtenir un niveau égal. Placez le lard sur le sommet et versez le bouillon par-dessus.
3. Faites cuire au MICRO-ONDE à 1000 W pendant 18 minutes.
4. Déposez le fromage sur le dessus du pain de viande et laissez cuire pendant 5-6 minutes supplémentaires en mode GRIL 1 et MICRO-ONDE à 440 W.

Poulet vapeur au thym et au citron

ingrédients

Pour 4 personnes

2 citrons, finement tranchés
1 bouquet de thym
4 blancs de poulet
2 gousses d'ail, finement hachées
200 ml de yaourt naturel
15 ml de miel
5 ml de moutarde de Dijon

Plat : 1 petit bol Pyrex®

Accessoires : Plat croustilleur

Panacrunch

Remplissez le réservoir d'eau.

1. Disposez les tranches de citron sur le plat croustilleur Panacrunch et répartissez la moitié du thym.
2. Placez les blancs de poulet entre deux feuilles de film alimentaire et frappez les à l'aide d'un attendrisseur de viande ou d'un rouleau à pâtisserie jusqu'à ce qu'ils soient plus fins. Enlevez le film alimentaire et disposez le poulet sur le citron et le reste du thym. Ajoutez l'ail et l'assaisonnement.
3. Enfouissez le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position inférieure, et faites cuire en mode VAPEUR 1 + MICRO-ONDE 300 W pendant 20 minutes.
4. Pour la sauce au yaourt : Mélangez le yaourt, le miel et la moutarde dans un petit bol Pyrex®. Servez la sauce avec le poulet.

Cannelloni

ingrédients

Pour 4 personnes

8 tubes de cannelloni à cuisson rapide
1 part de béchamel (voir page 121)
50 g de cheddar, râpé
Garniture
100 g d'épinards frais
150 g de jambon cuit, haché
1 œuf battu
15 ml de persil finement haché
15 ml d'oignons de printemps, finement hachés
90 ml de parmesan râpé

Plat : 1 grand bol Pyrex®

1 moule à gratin moyen

Accessoires : Plat croustilleur

Panacrunch

1. Ajoutez le fromage râpé à la sauce et mélangez bien. Mettez de côté.
2. Préchauffez le four en mode FOUR à 190°C.
3. Dans un grand bol Pyrex® combinez tous les ingrédients de la garniture et 30 ml de parmesan râpé. Avec une cuillère à café, remplissez les cannellonis à partir de chaque extrémité.
4. Disposez les cannellonis dans le fond du plat. Versez la sauce sur le dessus et saupoudrez du reste de parmesan.
5. Faites cuire sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position basse en mode FOUR 190 °C pendant 25-30 minutes ou jusqu'à ce que le plat soit bien chaud et doré.

Ratatouille

ingrédients

Pour 4 personnes

1 aubergine, en tranches
 1 oignon, en tranches
 30 ml d'huile d'olive
 1 gousse d'ail écrasée
 1 courgette, en tranches
 1 poivron vert émincé
 400 g de tomates en conserve en morceaux
 15 ml d'herbes de Provence
 sel et poivre

Plat : 1 grande cocotte en Pyrex® avec couvercle

Accessoires : aucun

1. Mélangez tous les ingrédients dans une cocotte Pyrex®
2. Couvrez et faites cuire sur le fond du four en mode MICRO-ONDE à 440 W pendant 20-25 minutes ou jusqu'à ce que les légumes soient tendres. Remuez à mi-cuisson.

Carottes à la vapeur à l'orange, au cumin et au thym

ingrédients

Pour 4 personnes

1 pincée de sucre
 Zeste d'un quart d'orange
 1 pincée de graines de cumin
 15 ml de thym
 60 g de beurre ramolli
 250 g de carottes en rondelles

Plat : Pilon et mortier

Accessoires : Plat croustilleur Panacrunch

Remplissez le réservoir d'eau.

1. Utilisez un pilon et un mortier pour écraser le sucre, le zeste, les graines de cumin et le thym. Ajoutez ensuite le beurre et remuez bien. Avec une cuillère, répartissez la préparation sur un papier sulfurisé et faites des rouleaux, en tordant les extrémités pour les fermer. Mettez la préparation au congélateur pour qu'elle se raffermisse.
2. Déposez les tranches de carottes sur le plat croustilleur Panacrunch. Faites cuire avec la grille en position supérieure en mode VAPEUR AUTO LEGUMES FRAIS.
3. Coupez le beurre aromatisé en tranches, et servez les carottes arrosées de beurre fondu.

Courgettes à la vapeur aux tomates et au piment

ingrédients

Pour 4 personnes

1 gousse d'ail, hachée
 ½ piment rouge, épépiné finement haché
 2 tomates séchées marinées dans l'huile et grossièrement hachées
 60 g de beurre ramolli
 300 g de courgettes, en tranches

Plat : Pilon et mortier

Accessoires : Plat croustilleur Panacrunch

Remplissez le réservoir d'eau.

1. Utilisez un pilon et un mortier pour écraser l'ail, le piment et les tomates séchées et former une pâte. Ajoutez le beurre et mélangez bien. Avec une cuillère, répartissez la préparation sur un papier sulfurisé et faites des rouleaux, en tordant les extrémités pour les fermer. Mettez la préparation au congélateur pour qu'elle se raffermisse.
2. Déposez les courgettes sur le plat croustilleur Panacrunch. Faites cuire avec la grille en position supérieure en mode VAPEUR AUTO LEGUMES FRAIS.
3. Découpez le beurre aromatisé en rondelles et servez les courgettes avec le beurre fondu sur le dessus.

Pois gourmands à la vapeur au beurre citronné

ingrédients

Pour 4 personnes

½ citron, zeste et jus
sel et poivre
60 g de beurre ramolli
200 g de pois gourmands

Plat : 1 petit bol Pyrex®

Accessoire : Plat croustilleur
Panacrunch

Remplissez le réservoir d'eau.

1. Mélangez tous les ingrédients à l'exception des pois gourmands. Avec une cuillère, répartissez la préparation sur un papier sulfurisé et faites des rouleaux, en tordant les extrémités pour les fermer. Gardez au réfrigérateur.
2. Déposez les pois gourmands sur le plat croustilleur Panacrunch. Faites cuire avec la grille en position supérieure en mode VAPEUR AUTO LEGUMES FRAIS.
3. Coupez le beurre aromatisé en tranches, et servez les pois gourmands arrosés du beurre fondu.

Enchiladas aux haricots

ingrédients

Pour 4 personnes

1 oignon haché
250 g de carottes, râpées
15 ml d'huile d'olive
10 ml de piment doux en poudre
5 ml de cumin moulu
400 g de tomates en conserve en morceaux
400 g de haricots blancs sauce tomate en conserve, égouttés
400 g de haricots secs mélangés en conserve, égouttés
200 g de yaourt maigre nature
50 g de fromage, râpé

Plat : 1 grande cocotte Pyrex® +
1 plat Pyrex® carré

Accessoires : Plat croustilleur
Panacrunch

1. Mettez l'oignon et les carottes avec l'huile d'olive dans une grande cocotte en Pyrex®. Faites cuire dans le fond du four en mode MICRO-ONDE à 1000 W pendant 5-6 minutes. Remuez à mi-cuisson.
2. Ajoutez la poudre de piment et le cumin. Laissez cuire au MICRO-ONDE à 1000 W pendant 1 minute. Incorporez les tomates et les haricots. Couvrez et amenez à ébullition au MICRO-ONDE 1000 W pendant 8-10 minutes, puis laissez cuire au MIRO-ONDE 300 W pendant 10 minutes en remuant de temps en temps.
3. Étalez une fine couche de la préparation au fond du plat Pyrex® carré. Remplissez chaque tortilla de quelques cuillerées de la préparation, repliez les extrémités et roulez le tout pour les fermer. Versez dans le plat avec le côté de la jointure vers le bas. Recouvrez du mélange restant. Mélangez le yaourt et le fromage râpé et répartissez les de manière homogène au sommet du plat.
4. Placez la lèchefrite en position basse et laissez dorer sur GRIL 1 pendant 10-15 minutes.

Risotto aux cèpes

ingrédients

Pour 4 personnes

40 g de cèpes séchés
1 oignon haché
250 g de riz pour risotto
50 g de beurre
1 gousse d'ail écrasée
1 cube de bouillon de légumes
1 petit bouquet de basilic, feuilles hachées

Plat : 1 petit bol Pyrex® et
cocotte Pyrex® de 3 litres

Accessoires : aucun

Remplissez le réservoir d'eau.

1. Faites tremper les cèpes avec 40 cl d'eau tiède au moins 2 heures avant.
2. Mélangez l'oignon, le riz et le beurre dans la cocotte en Pyrex®. Faites cuire dans le fond du four en mode VAPEUR 1 + MICRO-ONDE à 440 W pendant 6 minutes.
3. Ajoutez l'eau de trempage des cèpes allongée d'eau de façon à obtenir un litre de liquide, l'ail écrasé et le bouillon-cube de légumes.
4. Faites cuire dans le fond du four en mode VAPEUR 1 pendant 20 minutes. 3 minutes avant la fin, ajoutez les cèpes et le basilic grossièrement hachés et si vous le jugez nécessaire encore un peu d'eau. Assaisonnez et servez.

Courgettes farcies

ingrédients

Pour 4 personnes

2 courgettes, coupées en deux sur la longueur

10 ml d'huile d'olive vierge extra

Garniture

30 g de panure

20 g de pignons de pin

3 oignons de printemps finement hachés

1 gousse d'ail écrasée

5 ml de feuilles de thym séchées

20 g de parmesan, râpé

Plat : 1 petit bol Pyrex®

Accessoires : Plat croustillant

Panacrunch

Remplissez le réservoir d'eau.

1. Placez les courgettes sur le plat croustillant Panacrunch avec la grille en position supérieure, et laissez cuire en mode VAPEUR 1 pendant 15 minutes.
2. Préchauffez le four en mode FOUR à 200 °C.
3. Pour la farce, mélangez tous les ingrédients dans un petit bol Pyrex®. Déposez la préparation sur le dessus des courgettes et aspergez du restant de l'huile d'olive.
4. Faites cuire sur le plat croustillant Panacrunch avec la grille en position basse en mode FOUR 200 °C pendant 10-15 minutes ou jusqu'à ce que les courgettes soient dorées.

Couscous de légumes

ingrédients

Pour 4 personnes

350 g de couscous

5 ml de curcuma

2,5 ml de cannelle

500 ml de bouillon de légumes chaud

1 oignon haché

15 ml d'huile d'olive

1 gousse d'ail écrasée

1 poivron rouge, haché

1 poivron rouge, haché

2 petites courgettes, en rondelles

épaisses

100 g de champignons de Paris

100 g de tomates cerises, coupées en deux

1 citron, jus et écorce râpée

30 ml de coriandre grossièrement hachée

Plat : 2 grandes cocottes en Pyrex®

avec couvercle

Accessoires : aucun

Remplissez le réservoir d'eau.

1. Mettez le couscous, le curcuma et la cannelle dans une grande cocotte Pyrex®. Versez le bouillon sur le couscous. Faites cuire dans le fond du four en mode VAPEUR 1 + MICRO-ONDE à 440 W pendant 10 minutes. Séparez les grains à la fourchette.
2. Mettez l'oignon, l'huile d'olive et l'ail dans une grande cocotte Pyrex®. Placez la cocotte au fond du four. Faites cuire à couvert 4-5 minutes à 1000 W, ou jusqu'à ce que les ingrédients soient tendres.
3. Ajoutez les poivrons, les courgettes et les champignons. Laissez cuire à couvert à 1000 W pendant 8-10 minutes.
4. Mélangez les légumes cuits, les tomates, le citron et la coriandre avec le couscous.

Croque-monsieur

ingrédients

Pour 2 portions

4 tranches de pain, beurrées
5 ml de moutarde de Dijon
2 tranches de jambon fumé
100 g de fromage en tranche

Plat : aucun

Accessoires : *Plat croustilleur Panacrunch*

1. Préchauffez le gril sur GRIL 1. Disposez le pain, face beurrée vers le haut, sur la grille, en position basse, et faites passer au GRIL 1 pendant 3-4 minutes, ou jusqu'à ce qu'il soit doré.
2. Sur 2 tranches de pain, recouvrez les faces non-grillées de moutarde et recouvrez de jambon et de fromage. Recouvrez avec les autres tranches, face dorée vers le haut.
3. Remettez sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position haute puis cuisez en mode GRIL 2 + MICRO-ONDE 300 W pendant 1 minute 30 secondes-2 minutes ou jusqu'à ce que le fromage ait fondu.

Tartelettes au fromage et au pesto rouge

ingrédients

Pour 12 portions

375 g de pâte brisée
90 g de pesto rouge
1 gousse d'ail écrasée
25 g d'olives noires, dénoyautées et hachées
125 g de parmesan, râpé
2 tomates de taille moyenne, pelées, épépinées et hachées
25 g de parmesan, râpé
5 ml d'origan séché

Plat : 1 moule pour 12 muffins

1 petit bol Pyrex®

Accessoires : *Plat croustilleur Panacrunch*

1. Déroulez la pâte brisée sur une épaisseur d'environ 3 mm. Coupez 12 cercles en vous servant d'un couteau à pâte de 7,5 cm. Placez dans le moule légèrement graissés. Mettez la pâte au réfrigérateur pendant 30 minutes.
2. Préchauffez le four en mode FOUR à 200 °C.
3. Mélangez le pesto rouge, l'ail, les olives noires et la mozzarella dans un saladier. Garnissez les fonds de tartelettes. Saupoudrez les tartelettes de parmesan et d'origan.
4. Placez le moule sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position supérieure, et laissez cuire en mode FOUR 200 °C pendant 15-20 minutes ou jusqu'à ce que les tartelettes soient dorées.

Tarte au fromage suisse

ingrédients

Pour 6 personnes

200 g de farine
100 g de beurre
de l'eau pour le mélange
Garniture
250 g de gruyère, râpé
30 ml de farine
2 œufs battus
300 ml de lait
60 ml de vin blanc
1 gousse d'ail écrasée
5 ml de sel au céleri
une pincée de muscade

Plat : 1 bol Pyrex® moyen

1 plat à tarte de 22,5 cm, 1 petit bol Pyrex®, 1 pot Pyrex®

Accessoires : *Plat croustilleur Panacrunch*

1. Malaxez le beurre avec la farine jusqu'à obtenir de fins grumeaux. Ajoutez l'eau pour former une pâte. Roulez-la et étalez-la dans le plat. Piquez le fond de tarte au moyen d'une fourchette. Laissez-la refroidir pendant 15 minutes.
2. Préchauffez le four en mode FOUR à 180 °C.
3. Recouvrez la pâte avec du papier sulfurisé et des poids de cuisson. Placez le tout sur la grille, en position basse, et laissez dorer en mode FOUR 180 °C pendant 20-25 minutes.
4. Dans un petit bol Pyrex®, mélangez le fromage râpé et la farine. Placez tous les ingrédients restants dans un grand saladier. Ajoutez le fromage et remuez bien.
5. Versez la préparation dans le plat à tarte et saupoudrez de muscade. Laissez cuire en mode FOUR 200 °C pendant 30 minutes ou jusqu'à ce que ce soit cuit et doré.

Béchamel

ingrédients

Pour environ 500 ml

35 g de beurre
35 g de farine
500 ml de lait entier
sel et poivre
Muscade

Plat : 1 petits bol Pyrex® et

pot Pyrex® de 1 litre

Accessoires : aucun

1. Dans un bol en Pyrex® de taille moyenne, faites fondre le beurre pendant 1 minute, en mode MICRO-ONDE 600 W au fond du four. Ajoutez la farine, remuez, et laissez cuire pendant 1 minute supplémentaire au MICRO-ONDE à 600 W. Mettez de côté.
2. Chauffez le lait dans un pot au MICRO-ONDE à 1000 W pendant 2 minutes 30 secondes-3 minutes. Versez le lait sur le mélange de beurre et de farine, fouettez tout le temps. Faites de nouveau cuire pendant 5-6 minutes, en fouettant très vite plusieurs fois et en faisant attention à ce que la sauce ne déborde pas.
3. Rectifiez l'assaisonnement et ajoutez un peu de muscade râpée.

Sauce au poivre

ingrédients

Pour 4 ou 6 personnes

1 oignon haché
40 g de beurre
30 g de farine
400 ml de bouillon chaud confectionné avec 2 cubes de bouillon
10 ml de poivre blanc,
5 ml cognac
200 ml de crème fraîche

Plat : 1 petit bol Pyrex®

Accessoires : aucun

1. Placez l'oignon et le beurre dans le bol en Pyrex® et faites cuire sur le fond du four en mode MICRO-ONDE à 1000 W pendant 2-3 minutes.
2. Ajoutez la farine, mélangez, poursuivez la cuisson 1 minute au MICRO-ONDE 1000 W.
3. Ajoutez le bouillon et le poivre blanc. Laissez cuire sans couvrir au MICRO-ONDE à 1000 W pendant 3 minutes. Enlevez du four et ajoutez une larme de cognac, une noix de beurre et de la crème fraîche. Mélangez bien et salez avant de servir.

Sauce Roquefort

ingrédients

Pour 4 personnes

50 g de roquefort coupé en petits morceaux
200 ml de crème liquide
10 ml de maïzena
15 ml d'eau tiède
sel et poivre

Plat : 1 bol Pyrex® moyen

Accessoires : aucun

1. Dans un bol Pyrex® moyen posé sur le fond du four, faites fondre le roquefort à 600 W pendant 1 minute 30 secondes.
2. Ajoutez la crème et la maïzena mélangée à 15 ml à soupe d'eau. Faites cuire à 1000 W pendant 2 minutes 30 secondes - 3 minutes, en fouettant vigoureusement à mi-cuisson. Assaisonnez. Cette sauce accompagne parfaitement les viandes rouges.

Riz au lait

ingrédients

Pour 4 personnes

100 g de riz rond
1 litre de lait entier
80 g de sucre semoule
un petit morceau de bâton de cannelle
1 gousse de vanille

Plat : 1 grand bol Pyrex®

Accessoires : aucun

1. Versez le riz, le lait et le sucre dans le bol. Ajoutez-y la cannelle et la gousse de vanille fendue. Couvrez.
2. Portez à ébullition en chauffant au MICRO-ONDE à 1000 W pendant 7-8 minutes au fond du four, en faisant attention que le lait ne déborde pas.
3. Recouvrez et laissez cuire au MICRO-ONDE à 300 W pendant 60 minutes. Ajoutez-y la cannelle et la gousse de vanille fendue.

Génoise à la vanille et à la crème anglaise cuite à la vapeur

ingrédients

Pour 6 ou 8 personnes

250 g de beurre, plus une noix pour graisser le moule
250 g de sucre semoule
4 œufs battus
5 ml d'extrait de vanille
250 g de farine
5 ml de levure chimique
50 ml de lait entier
Crème anglaise :
250 ml de lait entier
2 jaunes d'œufs
25 g de sucre semoule
10 ml de maïzena
Quelques gouttes d'extrait de vanille

Plat : 1 bol Pyrex® moyen,
1 moule à pudding de 1,5 litre en Pyrex®, 1 pot Pyrex® de 1,5 litre
1 bol Pyrex® de 1,5 litre

Accessoires : Plat croustilleur Panacrunch

Remplissez le réservoir et remplissez-le à nouveau après 30 minutes de cuisson

1. Pour faire la génoise, blanchissez le beurre et le sucre dans un récipient jusqu'à obtenir une préparation blanche et aérienne. Ajoutez les œufs, un à la fois, en mélangeant bien entre chaque ajout, puis ajoutez l'extrait de vanille et le mélange. Tamisez la farine et la levure dans un bol et incorporez à la préparation pour la génoise. Pour finir, incorporez le lait à la préparation. Versez la préparation pour la génoise dans le moule préalablement graissé.
2. Mettez le moule sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position inférieure et faites cuire en mode VAPEUR 1. Le pudding prendra 1 heure 30 minutes - 2 heures de cuisson, mais le four ne peut pas être réglé pour plus de 30 minutes de cuisson à la fois. Faites repartir le minuteur et remplissez le réservoir toutes les 30 minutes.
3. Pour faire la crème anglaise, portez le lait à ébullition. Ceci devrait prendre 2 minutes au fond du four, au MICRO-ONDE à 1000 W.
4. Dans un récipient, battez les jaunes, le sucre, la maïzena et l'extrait de vanille. Versez le lait bouillant sur le mélange aux œufs et fouettez vivement. Cuisez au MICRO-ONDE à 600 W pendant 1 minute, fouettez, puis poursuivez la cuisson 1 minute ou jusqu'à épaississement. Servez sur la génoise.

Crème caramel

ingrédients

Pour 4 personnes

500 ml de lait
1 gousse de vanille, coupée en deux sur la longueur
4 œufs battus
50 g de sucre semoule

Caramel :

50 g de sucre semoule
15 ml d'eau

Plat : 2 petits bols de 3 litres Pyrex®

1 bol Pyrex® de 3 litres

4 ramequins, 1 lèche-frite de 26 x 18 cm

Accessoires : Plat croustilleur

Panacrunch

1. Mettez le lait et la gousse de vanille dans un bol et faites cuire au MICRO-ONDE à 1000 W pendant 5 minutes. Retirez les du micro-onde et laissez infuser pendant 5 minutes.
2. Dans un bol Pyrex® moyen, mettez les œufs et le sucre et fouettez jusqu'à obtention d'un mélange homogène. Retirez la gousse de vanille et incorporez le lait à la préparation aux œufs.
3. Préparez le caramel. Versez l'eau et le sucre dans un petit récipient et laissez cuire au MICRO-ONDE à 1000 W pendant 2 minutes à 2 minutes 30 s. SURVEILLEZ EN PERMANENCE. Dès que le mélange commence à roussir, arrêtez immédiatement.
4. Versez le caramel dans les 4 ramequins. Tournez rapidement les ramequins de manière à ce que le caramel recouvre les bords et le fond.
5. Préchauffez le four en mode FOUR à 150 °C.
6. Passez la crème anglaise au tamis et versez-la dans les moules, puis disposez-les dans une petite lèche-frite remplie à moitié d'eau bouillante. Placez le moule sur la lèche-frite, en position centrale, et laissez cuire en mode FOUR 150 °C pendant 40 minutes.
7. Passez les crèmes au réfrigérateur avant de les démouler.

Cookies aux pépites de chocolat

ingrédients

Pour 12 personnes

100 g de beurre
100 g de sucre semoule
1 œuf battu
175 g de farine
50 g de chocolat blanc, haché
50 g de chocolat noir, haché

Plat : 1 grand bol Pyrex®

Accessoires : Plat croustilleur

Panacrunch

1. Préchauffez le four en mode FOUR à 170 °C.
2. Blanchissez le beurre et le sucre jusqu'à obtenir un aspect pâle, puis battez l'œuf. Incorporez la farine jusqu'à ce que ce soit bien mélangé et ajoutez le chocolat.
3. Chemisez le plat croustilleur Panacrunch avec du papier sulfurisé. Disposez des noix de pâte, bien écartées les unes des autres, sur le plateau de cuisson graissé et la lèche-frite, en les écrasant légèrement avec une fourchette. Placez la lèche-frite en position 1 et laissez cuire en mode FOUR à 170 °C pendant 15-20 minutes. Enlevez les cookies du plateau de cuisson et de la lèche-frite et laissez-les refroidir sur une grille.
4. Répétez la cuisson pour le reste de la pâte.

Muffins streusel

ingrédients

Pour 6 portions

Garniture streusel :

50 g de beurre
75 g de farine
30 ml de sucre cristal
15 ml de mélange d'épices en poudre

Muffins :

200 g de farine
2,5 ml de bicarbonate alimentaire
10 ml de levure chimique
1 pincée de sel
75 g de sucre semoule
75 g de beurre
200 ml de babeurre
1 œuf moyen, battu
100 g de baies fraîches

Plat : 2 petits bols Pyrex®

1 grand bol Pyrex®

1 moule à 6 muffins

Accessoires : Plat croustilleur Panacrunch

1. Préparez la garniture streusel en faisant fondre 50 g de beurre dans un petit bol en Pyrex® placé sur le fond du four, au MICRO-ONDE à 1000 W pendant 10-20 secondes. Ajoutez les ingrédients de garniture restants et incorporez-les pour obtenir un pâton souple. Réfrigérez.
2. Tamisez la farine, le bicarbonate, la levure et le sel. Incorporez le sucre. Dans un petit bol en Pyrex®, faites fondre le beurre pour les muffins au MICRO-ONDE à 1000 W pendant 30 secondes-1 minute. Laissez légèrement refroidir puis ajoutez le babeurre et l'œuf.
3. Incorporez délicatement la préparation au babeurre au mélange de farine. Incorporez doucement les fruits.
4. Préchauffez le four en mode FOUR à 170 °C.
5. Séparez la préparation de manière égale dans les 6 moules à muffins. Émiettez de petites quantités de la garniture streusel sur chaque muffin.
6. Placez le moule à muffins sur la lèchefrite et laissez cuire en position 1, en mode FOUR à 170 °C pendant 25-30 minutes ou jusqu'à ce que ce soit doré et bien gonflé.

Tarte aux pommes

ingrédients

Pour 6 ou 8 personnes

400 g de pâte brisée
250 g de compote de pommes
2-3 pommes, épluchées, évidées et finement coupées
30 ml de confiture d'abricot

Plat : plat à tarte de 27 cm

1 petit bol Pyrex®

Accessoires : Plat croustilleur Panacrunch

1. Préchauffez le four en mode FOUR à 210 °C.
2. Étalez la pâte sur le moule à tarte. Versez la compote de pommes et disposez les tranches de pomme en forme de rose.
3. Placez le tout sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position basse, et laissez dorer en mode FOUR 210 °C pendant 35-40 minutes ou jusqu'à ce que la tarte soit cuite.
4. Mélangez trois cuillerées de confiture d'abricot et une cuillerée d'eau dans un bol et laissez cuire au MICRO-ONDE à 1000 W pendant 1 minute, puis enduisez les pommes de cette préparation.

Clafoutis aux cerises

ingrédients

Pour 6 personnes

125 g de farine
4 œufs moyens, battus
30 ml de sucre en poudre
1 pincée de sel
600 ml de lait
500 g de cerises en conserve, égouttées
45 ml de cognac
15 ml de sucre en poudre

Plat : 1 plat Pyrex® peu profond

1 grand bol

Accessoires : Plat croustilleur Panacrunch

1. Préchauffez le four en mode FOUR à 180 °C.
2. Tamisez la farine dans un grand bol. Faites un trou au centre et cassez-y les œufs, puis ajoutez le sucre et le sel. Mélangez tous les ingrédients jusqu'à ce que toute la farine soit incorporée. Versez le lait et battez jusqu'à obtention d'une pâte lisse et fluide.
3. Versez la moitié de la pâte dans le plat en Pyrex®, répartissez les cerises à la surface puis versez le reste de la pâte. Versez le cognac sur la pâte par petites gouttes.
4. Posez le plat sur le plat croustilleur Panacrunch et cuisez au FOUR 180 °C avec la grille en position basse pendant 40 minutes ou jusqu'à ce que le clafoutis soit pris et doré. Saupoudrez de sucre et servez tiède.

Petits pains

ingrédients

Pour environ 6-8 petits pains

450 g de farine à pain forte en gluten
1 sachet de levure boulangère
5 ml de sel

15 g de beurre ou margarine
275 ml d'eau tiède

Pour un pain complet :

Utilisez 225 g de chaque farine : farine à pain complète et farine à pain blanche.

Pour un pain aux céréales :

Utilisez 450 g de farine aux céréales à la place de la farine à pain blanche.

Plat : 1 grand bol Pyrex®

Accessoires : Plat croustilleur

Panacrunch

Remplissez le réservoir d'eau.

1. Mélangez dans un grand bol la farine, la levure et le sel. Malaxez avec le beurre ou la margarine. Ajoutez de l'eau tiède puis mélangez pour obtenir un pâton. Disposez-le sur une surface farinée et pétrissez pendant 10 minutes.
2. Pour des petits pains, divisez en 8 petits pâtons. Disposez les petits pains sur le plat croustilleur Panacrunch chemisé de papier sulfurisé.
3. Recouvrez d'un film alimentaire et laissez reposer jusqu'à ce que le pâton ait doublé de volume dans un endroit tiède ou placez-le en position 1 dans le four en mode FOUR à 40 °C pendant 40 minutes.
4. Nappez le pain avec l'œuf battu et saupoudrez les graines sur le dessus, si vous le souhaitez. Enfourez le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position basse et faites cuire en mode FOUR 200 °C pendant 25-30 minutes avec un JET DE VAPEUR de 3 minutes aux 2/3 de la cuisson.

Pizza

ingrédients

Pour 2 ou 4 personnes

2 oignons de printemps, finement hachés

3 gousses d'ail, écrasées

15 ml d'huile d'olive

1 rouleau de pâte à pizza

100 g de câpres

10 m d'origan

100 g de mozzarella, râpée

Plat : 1 grand bol Pyrex®

Accessoires : Plat croustilleur

Panacrunch

Remplissez le réservoir d'eau.

1. Mettez les oignons émincés et l'ail dans un grand bol en Pyrex® avec l'huile d'olive. Placez sur le fond du four et laissez cuire en mode MICRO-ONDE 1000 W pendant 5 minutes. Laissez refroidir.
2. Chemisez le plat croustilleur Panacrunch avec du papier sulfurisé. Étalez la pâte avec les mains sur le plat croustilleur Panacrunch sans former de rebord.
3. Dispersez la sauce, les oignons, l'origan et l'assaisonnement, de manière à recouvrir l'ensemble de la pâte.
4. Préchauffez le four en mode FOUR 220 °C. Faites cuire en mode FOUR 220 °C pendant 15-20 minutes.
5. Ajoutez ensuite les autres ingrédients, selon votre goût : fromage, olives, lardons, etc. Poursuivez la cuisson en mode FOUR à 220 °C de 8-10 minutes avec un JET DE VAPEUR pendant 3 minutes au début de cette étape de cuisson.

Focaccia

ingrédients

Pour 1 pain

400 g de farine à pain forte en gluten
1 sachet de levure boulangère
10 ml de sel
75 g à d'huile d'olive
10 ml de sel de mer gros

Plat : 2 grands bols Pyrex®
1 moule rond de 25 cm

Accessoires : Plat croustilleur
Panacrunch

Remplissez le réservoir d'eau.

1. Mélangez dans un grand bol la farine, la levure et le sel. Ajoutez progressivement l'huile d'olive et l'eau tiède jusqu'à obtenir un pâton tendre. Disposez-le sur une surface farinée et pétrissez pendant 10 minutes.
2. Mettez le pâton dans un grand bol Pyrex® graissé, couvrez et laissez reposer jusqu'à ce que la pâte ait doublé de volume dans un endroit tiède ou dans le four en mode FOUR 40 °C. Dégonflez la pâte avec le poing et pétrissez-la à nouveau pendant quelques minutes.
3. Enfoncez le pâton dans un moule graissé de 25 cm, couvrez et laissez reposer dans un lieu chaud ou dans le four en mode FOUR à 40 °C pendant près de 30 minutes.
4. Préchauffez le four sur FOUR 190 °C. Faites de petites dépressions à la surface de la pâte. Mettez un peu d'huile d'olive et saupoudrez de gros sel. Faites cuire sur le plat croustilleur Panacrunch en mode FOUR 190 °C pendant 30 minutes avec un JET DE VAPEUR de 3 minutes aux 2/3 de la cuisson. Démoulez délicatement et laissez refroidir sur une grille.

Petits pains aux tomates séchées

ingrédients

Pour 6 petits pains

250 g de farine à pain blanche
1 sachet de levure boulangère
5 ml de sel
25 g de tomates séchées, grossièrement hachées
45 ml d'huile d'olive
75 ml de passata
75 ml d'eau tiède
5 ml d'huile d'olive

Plat : 1 grand bol Pyrex®

Accessoires : Plat croustilleur
Panacrunch

1. Mélangez dans un grand bol en Pyrex® la farine, la levure et le sel, puis incorporez les tomates. Ajoutez progressivement l'huile d'olive, la passata et de 3 à 5 cuil. à soupe d'eau tiède jusqu'à obtenir un pâton tendre. Disposez-le sur une surface farinée et pétrissez pendant 10 min.
2. Chemisez le plat croustilleur Panacrunch avec du papier sulfurisé. Divisez le pâton en 6 et placez-le sur le plat croustilleur Panacrunch. Laissez reposer jusqu'à ce que le pâton ait doublé de volume dans un endroit tiède ou dans le four en mode FOUR à 40 °C pendant environ 40 minutes.
3. Préchauffez en mode FOUR à 220 °C. Aspergez avec un peu d'huile d'olive et saupoudrez de gros sel. Faites cuire en mode FOUR 220 °C pendant 15-20 minutes ou jusqu'à ce que ce soit doré.

Directives

Il est bien plus facile et moins salissant de préparer les confitures, les marmelades et les chutneys au four à micro-ondes, plutôt que d'utiliser de grandes marmites sur la plaque de cuisson. L'un des principaux avantages est que des conserves peuvent être faites en petites quantités, en se servant de fruits frais ou surgelés, quand vous le souhaitez.

Taille du plat

Utilisez toujours un grand récipient en verre. N'ESSAYEZ JAMAIS d'utiliser des bassines à confiture ou des casseroles dans votre four à micro-ondes.

Couvrir

Ne recouvrez pas les conserves pendant la cuisson.

Stérilisation des pots

Les pots de confiture peuvent être stérilisés au four à micro-ondes et être prêts pour recevoir vos confitures. Remplissez-les à moitié d'eau puis chauffez-les à 1000 W jusqu'à ce que l'eau bout (environ 3 min pour 2 pots). Videz-les et séchez-les à l'envers sur un papier absorbant. Les pots doivent être tièdes quand vous les remplissez de confiture.

N'utilisez pas votre micro-ondes pour stériliser les biberons.

Ne stérilisez pas les bocaux au micro-ondes.

Remuez

Gardez une cuillère en bois à portée de main pour remuer les confitures et les conserves, mais NE LAISSEZ PAS la cuillère dans le four pendant la cuisson.

Température de solidification

Placez quelques gouttes de confiture ou de marmelade sur une soucoupe froide (mettez-en une au réfrigérateur pendant que vous préparez la confiture). Laissez refroidir. La confiture doit se plisser sur la surface quand votre doigt appuie sur le dessus.

Confiture de prunes

ingrédients

Pour environ 1,5 kg

675 g de prunes ou de prunes de Damas
200 ml d'eau
675 g de sucre à confiture
30 ml de jus de citron
5 ml de beurre

Plat : 1 bol Pyrex® de 2 litres

Accessoires : aucun

1. Piquez les prunes et placez-les dans un grand bol en Pyrex® avec l'eau. Placez dans le fond du four et laissez cuire au MICRO-ONDES à 600 W pendant 10 minutes jusqu'à ce que les fruits soient tendres.
2. Ajoutez le reste des ingrédients et faites cuire au MICRO-ONDES à 1000 W pendant 5 minutes en remuant fréquemment. Essayez les cristaux de sucre qui pourraient rester autour du bol et portez à ébullition au MICRO-ONDES à 1000 W.
3. Poursuivez la cuisson jusqu'à la température de solidification - environ 25-30 minutes.
4. Laissez légèrement refroidir, enlevez les noyaux, mettez en pots, fermez et étiquetez.

Confiture de fruits rouges

ingrédients

Pour 2 pots
 450 g de fruits rouges, lavés
 250 g de sucre à confiture
 200 g de sucre semoule
 2,5 ml de jus de citron
 5 ml de beurre

Plat : 1 petit bol Pyrex®

Accessoire : aucun

1. Placez tous les ingrédients dans le grand bol. Placez-le dans le fond du four et faites cuire au MICRO-ONDE à 1000 W pendant 5 minutes (10-15 minutes en cas de fruits surgelés). Remuez de temps en temps. Laissez cuire jusqu'à ce que le sucre soit dissous. Enlevez les cristaux de sucre restés autour du bol.
2. Portez la préparation à ébullition au MICRO-ONDE à 1000 W. Poursuivez la cuisson jusqu'à la prise environ 15-20 minutes.
3. Laissez légèrement refroidir, puis remuez. Mettez en pots, fermez et étiquetez.

Crème au citron

ingrédients

Pour 2 pots
 4 citrons non traités, zeste et jus
 400 g de sucre semoule
 4 œufs moyens, battus
 100 g de beurre

Plat : 1 grand bol Pyrex®

Accessoire : aucun

1. Mettez tous les ingrédients dans un grand bol Pyrex® et mélangez bien. Posez sur le fond du four et faites cuire au MICRO-ONDE 1000 W pendant 5-6 minutes, en remuant chaque minute au début puis toutes les 30 secondes quand le mélange commence à épaissir. Quand le mélange reste sur le dos de la cuillère, arrêtez la cuisson avant que les œufs ne soient trop cuits. La préparation continuera à s'épaissir en refroidissant.
2. Remplissez les pots avec cette crème chaude, fermez et retournez-les. Gardez la crème au citron au réfrigérateur.

Hartelijk dank voor uw vertrouwen in dit apparaat van Panasonic.

Inhoud

Gebruiksaanwijzing	2-64	Algemene richtlijnen.....	67-68
Veiligheidsinstructies.....	2-7	Overzicht ovengerei.....	69
Afvoeren aan einde levensduur.....	8	Magnetronvermogens.....	70
Installatie en aansluiting.....	9	Grillen.....	70
Plaatsing van de magnetronoven.....	9	Ovenstand.....	71-72
Belangrijke veiligheidsinstructies.....	10-14	Stoomkoken.....	72
Accessoire.....	14	Combinatiekoken.....	73
Onderdelen van uw oven.....	15-16	Welke combinatiestand kiezen?.....	74
Ovenaccessoire.....	17	Combinatiekoken - schalen en Accessoires.....	75
Regelpaneel.....	18	Richtlijnen voor opwarmen en koken... 76-77	
Kookstanden.....	19	Tabellen voor opwarmen en koken.....	78-85
Combinatiestanden.....	20	Kooktabel alleen stomen.....	85
Hulptekst op display.....	21	Tips voor magnetronfunctie.....	86
De klok instellen.....	22	Richtlijnen voor het ontdooien.....	87
Kinderslot.....	22	Ontdooitabel.....	88-89
Koken en ontdooien in de magnetronstand.....	23-24	Vlees en gevogelte.....	90-95
Grillen.....	25-26	Vis.....	96-97
Panacrunch (Grillen).....	27-28	Groente.....	98-99
Ovenstand.....	29-30	Bereidingstabellen.....	100-101
Stoomkoken.....	31-33	Eieren en kaas.....	102
Stoomstoot.....	34-35	Droog, zetmeelhoudend voedsel en groente.....	103
Combinatiekoken met stoom.....	36-37	Desserts - deegwaren.....	104
Combinatie grill en magnetron.....	38-39	Algemeen advies voor bereiding met de magnetronfunctie.....	105
Voedsel bereiden in meerdere stappen.....	40-42	Bereiding met de traditionele ovenfunctie.....	105
De timer gebruiken.....	43-44	Veelgestelde vragen.....	106-107
Turbo ontdooien.....	45-47		
Automatische stoomprogramma's.....	48-50		
Automatische kookprogramma's.....	51-53		
Panacrunch-programma's.....	54-56		
Systeemreinigingsprogramma's.....	57-58		
Het waterreservoir reinigen.....	59		
Vraag en antwoord.....	60-61		
Ovenonderhoud.....	62-63		
Specificaties.....	64		
Kookboek	65-128	Recept	
Inverter.....	65	Soepen en voorgerechten.....	108-110
Het principe van microgolven.....	66	Vis.....	111-113
		Vlees.....	114-116
		Groente.....	117-119
		Kaas.....	120
		Sauzen.....	121
		Nagerechten.....	122-124
		Brood.....	125-126
		Jam.....	127-128

Gebruiksaanwijzing

Veiligheidsinstructies

- Belangrijke veiligheidsinstructies. Lees deze instructies zorgvuldig door voordat u de oven in gebruik neemt en bewaar ze voor later gebruik.
- Dit apparaat kan worden gebruikt door kinderen van acht jaar en ouder en personen met verminderde lichamelijke, zintuiglijke en verstandelijke vermogens of gebrek aan ervaring en kennis, mits ze onder toezicht staan of instructies krijgen van een persoon die verantwoordelijk is voor hun veiligheid met betrekking tot het gebruik van het apparaat en mits ze begrijpen wat de mogelijke risico's zijn, zoals het ontsnappen van stoom. Kinderen mogen niet met het apparaat spelen. Kinderen mogen het apparaat niet reinigen of onderhouden zonder toezicht. Houd dit apparaat en het netsnoer buiten bereik van kinderen jonger dan acht jaar.
- Wanneer de magnetronoven is geïnstalleerd, dan moet u de stroom eenvoudig kunnen uitschakelen door de stekker uit het stopcontact te trekken of een stroomschakelaar te bedienen.
- Als het netsnoer beschadigd is, mag het uitsluitend worden vervangen door de fabrikant, de reparatiedienst of een gelijkwaardig gekwalificeerde persoon om gevaarlijke situaties te vermijden.
- Waarschuwing! Controleer het apparaat op beschadigingen aan de deurafdichting en de aansluitoppervlakken. Als u beschadigingen constateert, dan mag u het apparaat niet gebruiken voordat een onderhoudsmonteur van de fabrikant deze heeft gerepareerd.

Veiligheidsinstructies

- Waarschuwing! Probeer nooit reparaties of afstellingen uit te voeren aan de deur, de behuizing van het bedieningspaneel, de veiligheidsschakelaars of welk ander onderdeel van de magnetronoven dan ook.
- Waarschuwing! Verwijder nooit het buitenpaneel van de magnetronoven, want dit beschermt u tegen blootstelling aan microgolven.
- Reparaties mogen uitsluitend worden uitgevoerd door een erkend onderhoudsmonteur.
- Waarschuwing! Vloeistof of voedsel mag u niet opwarmen in een beker of bakje met gesloten deksel, want dan kan het ontploffen.
- Waarschuwing! Kinderen mogen de oven alleen zonder toezicht gebruiken wanneer ze goede instructies hebben gehad. Verder moeten ze de oven op een veilige manier kunnen gebruiken en begrijpen wat de gevaren zijn van onjuist gebruik.
- Deze oven is uitsluitend bestemd voor gebruik op een werkblad. Hij is niet bedoeld als inbouwoven of voor gebruik in een kast.

Gebruik op een werkblad:

- Plaats de magnetronoven op een vlak, stabiel oppervlak 85 cm boven de vloer, met de achterkant naar een muur gericht. Voor een goede werking moet de oven voldoende luchtstroom hebben. Zorg voor 5 cm vrije ruimte aan de ene zijkant en laat de andere zijkant vrij, en voor 15 cm vrije ruimte aan de bovenzijde en 10 cm aan de achterzijde.
- Wanneer u voedsel verwarmt in kunststoffen of papieren bakjes, controleer dan regelmatig of ze niet oververhit zijn waardoor ze vlam kunnen vatten.

Veiligheidsinstructies

- Als er rook uit de oven komt of er is vuur in de oven, tik dan op Stop/Annuleren en laat de deur dicht om vlammen te smoren. Verwijder het netsnoer of schakel de stroom uit bij de groepenkast of stoppenkast.
- Dit apparaat is uitsluitend bestemd voor huishoudelijk gebruik.
- Wanneer u vloeistoffen, zoals soep, saus of drank, in de magnetron verwarmt, dan kan de vloeistof gaan koken zonder dat u dit ziet aan het ontstaan van bubbeltjes. Hierdoor kan de hete vloeistof plotseling overkoken.
- Babymelk in een zuigfles en babyvoeding in een potje moet u schudden of omroeren. Controleer de temperatuur voor gebruik om verbranding te voorkomen.
- Kook geen eieren in de schil en verwarm geen hardgekookte eieren in de **magnetronstand**. Door de drukopbouw kunnen de eieren ontploffen, zelfs nadat de magnetronverwarming is gestopt.
- Houd de binnenkant van de oven, de deurafdichtingen en de aansluitoppervlakken goed schoon. Veeg eventuele spetters voedsel of vloeistof op de ovenwand, ovenbodem, deurafdichtingen of het gebied eromheen af met een vochtige doek. U kunt een mild schoonmaakmiddel gebruiken als het erg vuil is geworden. Het gebruik van krachtige schoonmaakmiddelen of schuurmiddelen raden we af.
- **Gebruik geen ovenreinigers.**
- Wanneer u de stand **grill, oven, stoom, Panacrunch** of **combinatie** gebruikt, dan zal bepaald voedsel onvermijdelijk vetspetters veroorzaken op de ovenwanden. Als u de oven niet af en toe reinigt, dan zal hij tijdens gebruik beginnen te 'roken'.

Veiligheidsinstructies

- Als u de oven niet schoonhoudt, dan kan de staat van de ovenoppervlakken achteruitgaan waardoor de levensduur van het apparaat afneemt en er zelfs gevaarlijke situaties kunnen ontstaan.
- Waarschuwing! De toegankelijke onderdelen kunnen heet worden wanneer u de stand **grill, oven, stoom, Panacrunch** of **combinatie** gebruikt. Kinderen jonger dan acht jaar dient u uit de buurt van de oven te houden. Kinderen mogen de oven uitsluitend gebruiken onder toezicht van een volwassene omdat er hoge temperaturen ontstaan.
- U mag de oven niet reinigen met een stoomreiniger.
- Gebruik geen sterke schuurmiddelen of scherpe, metalen krabbers om het deurglas van de oven schoon te maken. Hierdoor kunnen er krassen ontstaan, waardoor het glas kan versplinteren.
- De buitenoppervlakken, waaronder de ventilatieopeningen in de behuizing en de ovendeur, worden heet bij gebruik van de stand **grill, oven, stoom, Panacrunch** of **combinatie**. Wees dus voorzichtig tijdens het openen en sluiten van de deur en het plaatsen of verwijderen van voedsel en accessoires.
- Dit apparaat is niet bestemd voor bediening door middel van een externe timer of afzonderlijk afstandsbedieningssysteem.
- Gebruik uitsluitend vaatwerk/bakjes die geschikt zijn voor magnetronovens.
- Waarschuwing! Dit apparaat produceert kokendhete stoom.

Veiligheidsinstructies

- Tijdens en na gebruik van de stoomfunctie moet u uw gezicht niet dicht bij de oven houden wanneer u de ovendeur opent. Open de ovendeur altijd voorzichtig, want de hete stoom kan leiden tot verbranding.
- Waarschuwing! Er kan een wolk stoom ontsnappen wanneer u de deur opent. Als er stoom in de oven is, grijp er dan niet in met blote handen! Riciso van brandwonden! Gebruik ovenwanten.
- Zie pagina 17 voor de juiste installatie van de ovenaccessoire.
- De oven heeft twee grillverwarmingselementen aan de bovenkant en twee aan de onderkant van de oven. Na gebruik van de stand **grill, oven, stoom, Panacrunch of combinatie** is de binnenkant van de oven zeer heet. Let er dus op dat u het verwarmingselement in de oven niet aanraakt. Om brandwonden te voorkomen, moet u de binnenkant van de oven niet aanraken.
- Deze combi-oven is uitsluitend bedoeld voor het verwarmen van eten en drinken. Wees voorzichtig bij het verwarmen van voedsel met een laag vochtgehalte, zoals brood, chocolade, koekjes en gebak. Deze kunnen gemakkelijk aanbranden of uitdrogen en in brand vliegen als u ze te lang verwarmt. We raden af om voedsel met een laag vochtgehalte te verwarmen, zoals popcorn, poppadoms of kroepoek. Het drogen van voedsel, kranten of kleding en het verwarmen van kussens, slippers, sponzen, vochtige doekjes, kruiken en dergelijke kan leiden tot letsel of brand.
- De ovenlamp moet worden vervangen door een onderhoudsmonteur van de fabrikant. Probeer **niet** om de behuizing van de oven te verwijderen.

Veiligheidsinstructies

- Breng de druiptank aan voordat u de oven gebruikt. Zie pagina 15 voor de juiste installatie.
- Het doel van de druiptank is het opvangen van overtollig water tijdens het koken in de stand **stoom** en **magnetron**. Na gebruik van de stand **stoom** en **magnetron** moet u de druiptank legen.
- Gebruik de watertank niet als deze is gescheurd of gebroken, want lekkend water kan elektrische storingen en schokken tot gevolg hebben. Als de watertank is beschadigd, neem dan contact op met uw verkoper.
- **Voorzichtig!** Om te voorkomen dat er gevaar ontstaat door het onbedoeld resetten van de automatische uitschakeling bij oververhitting, mag dit apparaat niet via een extern schakelapparaat, zoals een timer, worden gevoed en niet in een stroomcircuit zijn opgenomen dat regelmatig wordt uitgeschakeld.

Afvoeren aan einde levensduur



Informatie voor gebruikers over het verwijderen van afgedankte elektrische & elektronische apparatuur (huishoudens)

Dit symbool op een product en/of op de bijbehorende documenten betekent dat u gebruikte elektrische en elektronische producten niet bij het gewone huisafval mag weggoeien.

Voor een correcte verwerking of recycling kunt u deze producten gratis afgeven bij een inzamelingspunt. In sommige landen kunt u de producten terugbrengen naar de lokale verkoper bij de aankoop van een nieuw, gelijksoortig product.

Door dit product op een verantwoorde wijze weg te gooien, spaart u waardevolle natuurlijke bronnen en voorkomt u eventuele negatieve gevolgen voor de menselijke gezondheid en het milieu die kunnen ontstaan door onjuiste behandeling van afval. Neem contact op met uw lokale overheid voor meer informatie over het dichtstbijzijnde inzamelingspunt.

Er kunnen boetes worden opgelegd voor het onverantwoord weggoeien van dit soort afval, naargelang de nationale wetgeving.

Voor zakelijke gebruikers in de Europese Unie

Wanneer u elektrische en elektronische apparaten wilt weggoeien, neem dan contact op met de verkoper of leverancier voor meer informatie.

Informatie over het afvoeren van producten in andere landen buiten de Europese Unie

Dit symbool is alleen geldig in de Europese Unie.

Als u dit product wilt weggoeien, neem dan contact op met uw lokale overheid of met de verkoper en vraag naar de juiste afvoermethode.

Installatie en aansluiting

Controleer uw magnetronoven

Pak de magnetronoven uit, verwijder al het verpakkingsmateriaal en controleer het apparaat op beschadigingen, zoals deukjes, afgebroken deurgrendels of scheurtjes in de deur. Als u een beschadiging constateert, breng uw verkoper hier dan onmiddellijk van op de hoogte. Installeer nooit een beschadigde magnetronoven.



Belangrijk!
Voor uw eigen veiligheid moet dit apparaat correct geaard zijn.

Instructies over de aardaansluiting

Als het stopcontact niet is geaard, dan is de klant zelf verantwoordelijk voor de installatie van een correct geaarde wandcontactdoos.

Bedrijfsspanning

De spanning van het stopcontact moet overeenkomen met de spanning die is vermeld op het label van de magnetronoven. Als er een hogere spanning wordt gebruikt, dan kan dit leiden tot brand of andere schade.

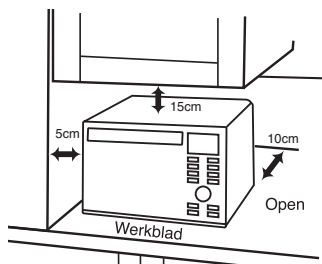
Plaatsing van de magnetronoven

Deze oven is uitsluitend bestemd voor gebruik op een werkblad. Hij is niet bedoeld als inbouwoven of voor gebruik in een kast.

Gebruik op een werkblad

Als u één zijkant van de magnetronoven tegen een muur plaats, dan moet de andere zijkant of de bovenkant geheel vrij zijn. Laat 15 cm ruimte vrij aan de bovenkant van de oven.

1. Plaats de oven op een vlak en stabiel oppervlak, meer dan 85 cm boven de vloer.
2. Wanneer de magnetronoven is geïnstalleerd, dan moet u de stroom eenvoudig kunnen uitschakelen door de stekker uit het stopcontact te trekken of een stroomschakelaar te bedienen.
3. Voor een goede werking moet er voldoende luchtcirculatie zijn voor de magnetronoven.
4. Plaats deze magnetronoven niet naast een elektrische kookplaat of gasfornuis.
5. Verwijder de voetsteunen niet.
6. Gebruik het apparaat niet buitenshuis.
7. Gebruik de magnetronoven niet in een zeer vochtige omgeving.



8. Het netsnoer mag de buitenkant van de magnetronoven niet aanraken. Houd het snoer uit de buurt van hete oppervlakken. Laat het snoer niet over de rand van een tafel of werkblad hangen. Dompel het snoer, de stekker of de magnetronoven niet onder in water.
9. Blokkeer de ventilatieopeningen aan de rechterkant van de magnetronoven niet. Als deze openingen zijn geblokkeerd terwijl de magnetronoven in bedrijf is, dan kan hij oververhit raken. In dit geval heeft de magnetronoven een thermische beveiliging, zodat hij pas weer functioneert zodra hij is afgekoeld.
10. Dit apparaat is uitsluitend bestemd voor huishoudelijk gebruik.

Belangrijke veiligheidsinstructies

Zorgvuldig lezen en bewaren voor later gebruik.



Waarschuwing! Belangrijke veiligheidsinstructies

1. Reinig de deurafdichting en de aansluitoppervlakken met een vochtige doek. Controleer het apparaat op beschadigingen aan de deurafdichting en de aansluitoppervlakken. Als u beschadigingen constateert, dan mag u het apparaat niet gebruiken voordat een onderhoudsmonteur van de fabrikant deze heeft gerepareerd.
2. Probeer nooit om reparaties of afstellingen uit te voeren aan de deur, de behuizing van het bedieningspaneel, de veiligheidsschakelaars of welk ander onderdeel van de magnetronoven dan ook. Verwijder nooit het buitenpaneel van de magnetronoven, want het beschermt u tegen blootstelling aan microgolven. **Reparaties mogen uitsluitend worden uitgevoerd door een erkend onderhoudsmonteur.**
3. Gebruik dit apparaat niet als het **snoer of de stekker** is beschadigd, als het niet naar behoren werkt of als het is beschadigd of gevallen. Het is voor iedereen gevaarlijk om reparaties uit te voeren, behalve door een onderhoudsmonteur die is opgeleid door de fabrikant.
4. Als het netsnoer is beschadigd, dan moet het door de fabrikant, de serviceafdeling of een bevoegd persoon worden vervangen om gevaarlijke situaties te voorkomen.
5. Gebruik de watertank niet als deze is gescheurd of gebroken, want lekkend water kan elektrische storingen en schokken tot gevolg hebben. Als de watertank is beschadigd, neem dan contact op met uw verkoper.

6. Kinderen mogen de oven alleen zonder toezicht gebruiken wanneer ze goede instructies hebben gehad. Verder moeten ze de oven op een veilige manier kunnen gebruiken en begrijpen wat de gevaren zijn van onjuist gebruik.
7. Vloeistof en voedsel mag u niet opwarmen in een beker of bakje met gesloten deksel, want dan kan het ontploffen.



Dit apparaat produceert kokendhete stoom

8. Dit apparaat kan worden gebruikt door kinderen van acht jaar en ouder en personen met verminderde lichamelijke, zintuiglijke en verstandelijke vermogens of gebrek aan ervaring en kennis, mits ze onder toezicht staan of instructies krijgen van een persoon die verantwoordelijk is voor hun veiligheid met betrekking tot het gebruik van het apparaat en mits ze begrijpen wat de mogelijke risico's zijn, zoals het ontsnappen van stoom. Kinderen mogen niet met het apparaat spelen. Kinderen mogen het apparaat niet reinigen of onderhouden zonder toezicht. Houd dit apparaat en het netsnoer buiten bereik van kinderen jonger dan acht jaar.

Belangrijke veiligheidsinstructies

Gebruik van uw magnetronoven

1. Gebruik de magnetronoven uitsluitend voor voedsel. Deze magnetronoven is speciaal ontworpen om voedsel op te warmen of te bereiden. Gebruik deze magnetronoven nooit om chemicaliën of andere producten dan voedsel te verwarmen.
2. Controleer voor gebruik of het vaatwerk/ de bakjes geschikt zijn voor gebruik in een magnetronoven.
3. Deze magnetronoven is uitsluitend bedoeld voor het verwarmen van eten en drinken. Wees voorzichtig bij het verwarmen van voedsel met een laag vochtgehalte, zoals brood, chocolade, koekjes en gebak. Deze kunnen gemakkelijk aanbranden of uitdrogen en in brand vliegen als u ze te lang verwarmt. We raden af om voedsel met een laag vochtgehalte te verwarmen, zoals popcorn, poppadoms of kroepoek. Het drogen van voedsel, kranten of kleding en het verwarmen van kussens, slippers, sponzen, vochtige doekjes, kruiken en dergelijke kan leiden tot letsel of brand.
4. Wanneer u de magnetronoven niet gebruikt, bewaar er dan geen voorwerpen in. Er kan dan niets gebeuren wanneer u de magnetronoven per ongeluk aanzet.
5. U mag het apparaat niet gebruiken in de stand **magnetron** of **combinatiekoken zonder voedsel in de oven**. Als u dit toch doet, dan kan het apparaat beschadigd raken. Uitzondering op deze regel vormt punt 1 onder het kopje 'Verwarmen'.
6. Als er rook uit de oven komt of er is vuur in de oven, tik dan op Stop/Annuleren en laat de deur dicht om vlammen te smoren. Verwijder het netsnoer of schakel de stroom uit bij de groepenkast of stoppenkast.
7. Tijdens en na het koken met de **stoomfunctie** mag u de ovendeur niet openen met uw gezicht dichtbij de oven. Open de ovendeur altijd voorzichtig, want de hete stoom kan leiden tot verbranding.



Voorzichtig!

Er kan een wolk stoom ontsnappen wanneer u de deur opent. Als er stoom in de oven is, grijp er dan niet in met blote handen! Riciso van brandwonden! Gebruik ovenwanten.

Belangrijke veiligheidsinstructies

Verwarmen

1. Als u de stand **grill, oven, stoom, Panacrunch** of **combinatie** voor het eerst gebruikt, veeg dan alle overtollige olie in de ovenruimte weg en zet de oven tien minuten aan zonder voedsel of accessoires op de stand **oven** 220 °C. Hierdoor verbrandt u de olie, die bestemd was als bescherming tegen roest. Dit is de enige keer dat u de oven mag gebruiken als hij leeg is.
2. De buitenoppervlakken, waaronder de ventilatieopeningen in de behuizing en de ovendeur, worden heet bij gebruik van de stand **grill, oven, stoom, Panacrunch** of **combinatie**. Wees dus voorzichtig tijdens het openen en sluiten van de deur en het plaatsen of verwijderen van voedsel en accessoires.
3. De oven heeft twee grillverwarmingselementen aan de bovenkant en twee aan de onderkant van de oven. Na gebruik van de stand **grill, oven, stoom, Panacrunch** of **combinatie** is de binnenkant van de oven zeer heet. Let er dus op dat u het verwarmingselement in de oven niet aanraakt.



Voorzichtig!
Hete oppervlakken. Nadat u met deze functies heeft gekookt, zijn de ovenaccessoires zeer heet.

4. De toegankelijke onderdelen kunnen heet worden wanneer u de stand **grill, oven, stoom, Panacrunch** of **combinatie** gebruikt. Kinderen jonger dan acht jaar dient u uit de buurt van de oven te houden en kinderen mogen de oven uitsluitend gebruiken onder toezicht van een volwassene omdat er hoge temperaturen ontstaan.

Ventilatormotor

Na gebruik van de oven kan de ventilatormotor nog enkele minuten blijven draaien om de elektrische onderdelen af te koelen. Dit is normaal en u kunt het voedsel uit de oven nemen wanneer de ventilator nog draait. Ook kunt u de oven gewoon blijven gebruiken.

Waterreservoir

Gebruik het waterreservoir niet als het is gescheurd of gebroken, want lekkend water kan elektrische storingen en schokken tot gevolg hebben. Als het waterreservoir is beschadigd, neem dan contact op met uw verkoper.

Ovenlamp

Als u de ovenlamp moet vervangen, raadpleeg dan de verkoper.

Bereidingstijden

De bereidingstijden in het kookboek zijn bij benadering. De bereidingstijd hangt af van de staat en de temperatuur van het voedsel, de hoeveelheid voedsel en welk soort bak of schaal u gebruikt.

Begin met de minimum bereidingstijd om aanbranden te voorkomen. Als het voedsel onvoldoende gaar is, dan kunt u het altijd nog wat langer koken.



Als de aanbevolen bereidingstijd wordt overschreden, dan is het eten verknoeid. In extreme gevallen kan het zelfs vlam vatten en de binnenkant van de oven beschadigen.

Belangrijke veiligheidsinstructies

Vleesthermometer

Als u een vleesthermometer gebruikt om te controleren hoe gaar het vlees is, verwijder het vlees dan eerst uit de oven. Gebruik geen conventionele vleesthermometer in de magnetron, want dan kunnen er vonken ontstaan.

Kleine hoeveelheden voedsel

Een kleine hoeveelheid voedsel of voedsel met een laag vochtgehalte kan uitdrogen, verbranden of in brand vliegen als u het te lang kookt. Als voedsel in de oven in brand vliegt, houd de ovendeur dan dicht, schakel de oven uit en verwijder de stekker uit het stopcontact.

Eieren

Kook geen eieren in de schil of hele hardgekookte eieren in de **magnetron**.

Door de drukopbouw kunnen de eieren ontploffen, zelfs nadat de magnetronverwarming is gestopt.

Schil doorprikken

Voedsel met een niet-poreuze schil of vel, zoals aardappels, eiageel en worstjes, moet u doorprikken voordat u het verwarmt in de **magnetron** om openbarsten te voorkomen.

Vloeistoffen

Wanneer u vloeistoffen, zoals soep, saus of drank, in de magnetron verwarmt, dan kan de vloeistof gaan koken zonder dat u dit ziet aan het ontstaan van bubbeltjes. Hierdoor kan de hete vloeistof plotseling overkoken.

Om dit te voorkomen moet u op het volgende letten:

- Gebruik geen hoog vaatwerk met een smalle hals.
- Verhit de vloeistof niet te lang.
- Roer de vloeistof om voordat u het vaatwerk in de oven plaatst en doe dit nogmaals halverwege de bereidingstijd.
- Laat vloeistoffen na verwarming even in de oven staan en roer ze nogmaals om voordat u ze voorzichtig uit de oven neemt.

Papier/kunststof

Wanneer u voedsel verwarmt in een kunststoffen of papieren bakje, controleer dan regelmatig of het niet oververhit is waardoor het vlam kan vatten.

Gebruik geen producten van gerecycled papier (bv. keukenrol) tenzij expliciet is vermeld dat het geschikt is voor gebruik in de magnetron. Producten van gerecycled papier kunnen onzuiverheden bevatten die vonken en/of brand kunnen veroorzaken.

Verwijder de draadsluiting van braadzakken voordat u ze in de oven plaatst.

Belangrijke veiligheidsinstructies

Vaatwerk/folie

Verwarm geen afgesloten blikken of flessen want deze kunnen ontploffen.

Metalen bakken of schalen met metalen versiering mag u niet in de magnetronstand gebruiken, want dan ontstaan er vonken.

Als u aluminiumfolie, vleespennen of metalen vaatwerk gebruikt, dan moet u dit op ten minste 2 cm afstand van de ovenwanden plaatsen om vonkvorming te voorkomen.

Zuigflessen/potjes babyvoeding

Verwijder het deksel met speen van de zuigfles en het deksel van het potje babyvoeding voordat u dit in de oven plaatst.

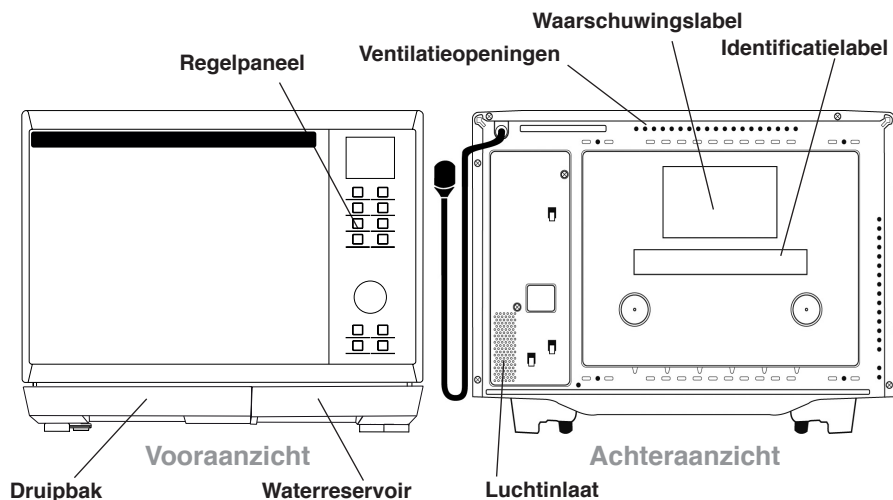
Babymelk in een zuigfles en babyvoeding in een potje moet u schudden of omroeren.

Controleer de temperatuur voordat u het aan de baby geeft om verbranding te voorkomen.

Accessoire

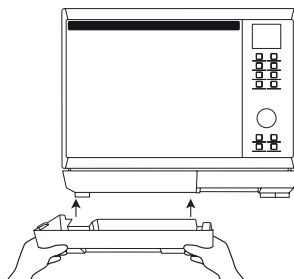
1. Bereid geen voedsel rechtstreeks op de ovenbodem. Plaats voedsel altijd op magnetronschaal.
2. De bijgeleverde ovenaccessoire mag u **alleen** gebruiken voor de stand **grill, oven, stoom, Panacrunch** en **combinatie** zonder de magnetronfunctie. **Gebruik nooit metalen accessoires wanneer u alleen de magnetronfunctie gebruikt.** Gebruik de ovenaccessoire niet als u minder dan 200 g voedsel met een handmatig combinatieprogramma bereidt. Het maximumgewicht dat u op de ovenaccessoire kunt leggen is 3,2 kg. **Als u de ovenaccessoire niet correct gebruikt, dan kan de oven beschadigd raken.**
3. Bij het koken in de magnetronstand kunnen er vonken ontstaan als het gewicht van het voedsel niet juist is, als u een metalen houder gebruikt, of als de ovenaccessoire is beschadigd. Als er vonken ontstaan, zet de oven dan onmiddellijk uit. U kunt wel doorgaan met koken in de stand **grill, stoom** of **oven**.
4. Raadpleeg altijd de instructies over welke accessoire u moet gebruiken bij de automatische programma's.

Onderdelen van uw oven



Druipbak

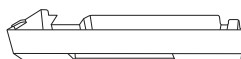
1. Voordat u de oven gaat gebruiken, moet u de druipbak aanbrengen, want deze vangt tijdens het koken overtollig water op. U dient de druipbak regelmatig te verwijderen en af te wassen.
2. Pak de druipbak met beide handen vast en klik hem op de voorpoten van de oven.
3. U verwijdert de druipbak door hem met beide handen vast te pakken en voorzichtig naar u toe te trekken. Was hem in een warm sopje. Zet de druipbak terug door hem weer op de poten te klikken.
4. **Reinig de druipbak nooit in een vaatwasmachine.**



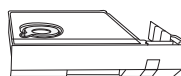
Zet de druipbak terug door hem weer op de poten te klikken.

Waterreservoir

Zie de richtlijnen voor het waterreservoir op bladzijde 32.



Druipbak



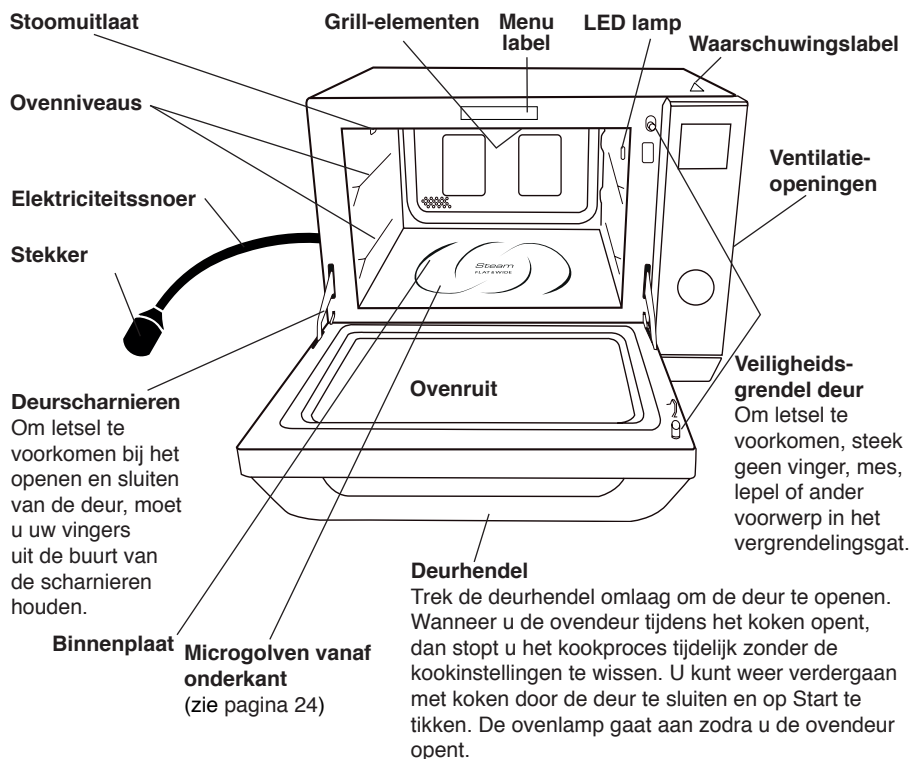
Waterreservoir



Opmerking

De tekening hierboven is uitsluitend ter illustratie.

Onderdelen van uw oven



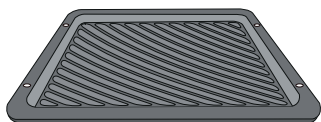
Opmerking

De tekening hierboven is uitsluitend ter illustratie.

Ovenaccessoire

De oven is voorzien van een accessoire: de vierkante Panacrunch-pan. Volg altijd de aanwijzingen op over het gebruik van deze accessoire. De accessoire heeft een aantal extra functies:

1. We raden aan om de pan op het bovenste niveau te gebruiken met **Stoom** 1, 2 of 3. Als u grote hoeveelheden voedsel wilt stomen, plaats de pan dan op het onderste niveau. Tijdens het stomen verzamelen zich kooksappen in de gleuven van de pan.
2. Kleine, platte etenswaren kunt u in de pan **grillen** op het bovenste niveau. Als u grotere etenswaren wilt grillen, plaatst u de pan op het onderste niveau.
3. U kunt de pan op het onderste of bovenste niveau plaatsen als u de **ovenstand** gebruikt op 100 - 220 °C of 40 °C.



Vierkante Panacrunch-pan

4. U kunt de **vierkante Panacrunch-pan** op het bovenste niveau gebruiken voor de automatische Panacrunch-programma's. U kunt de pan op het bovenste of onderste niveau gebruiken om de boven- of onderkant van het voedsel bruin of krokant te maken in de handmatige stand.

Gebruik van de vierkante Panacrunch-pan (handmatige bediening)

1. Plaats de pan op het bovenste ovenniveau Tik 4x op Grill om de stand Panacrunch te selecteren. Zie pagina 27.
2. Kook volgens de richtlijnen in de kooktabel op pagina 28.
3. Gebruik ovenwanten na het koken, omdat de pan dan zeer heet is.

Onderhoud van de pan

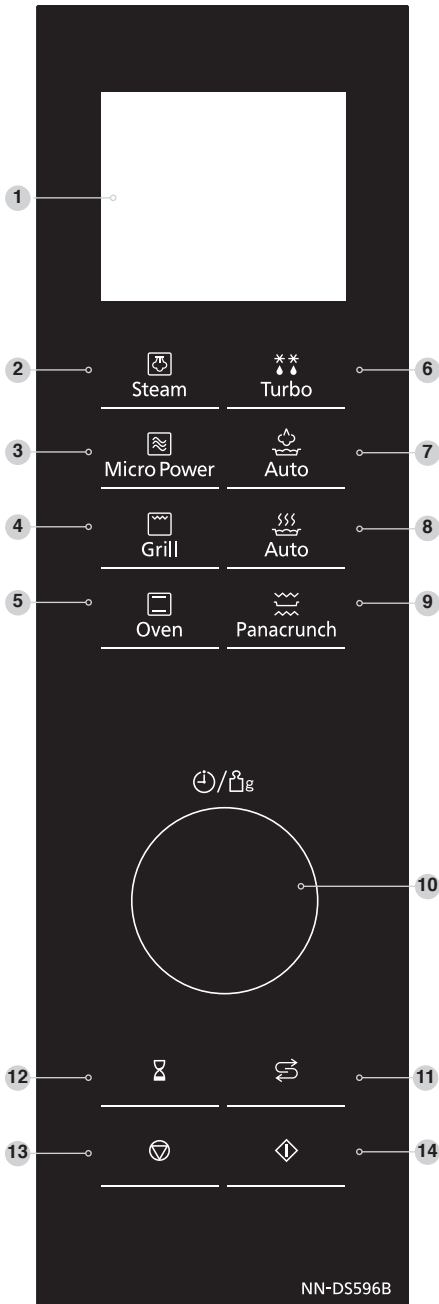
1. Gebruik nooit scherp keukengerei in de pan, want dan beschadigt u de anti-aanbaklaag.
2. Was de pan na gebruik af in warm zeepsop en spoel hem af met warm water. Gebruik geen schuurmiddelen of schuursponsjes want hiermee beschadigt u het oppervlak van de pan.
3. De pan is geschikt voor de vaatwasser.



Opmerking

1. De pan niet voorverwarmen.
2. Gebruik altijd ovenwanten wanneer u de hete pan vastpakt.
3. Verwijder alle verpakkingsmateriaal van het voedsel voordat u het gaat bereiden.
4. Plaats geen warmtegevoelig materiaal op de hete pan, want dit brand veroorzaken.
5. Voor correct gebruik van de accessoire in elke kookstand, zie pagina 23-39.

Regelpaneel



1. **Display**
2. **Stoom** (pagina 31-33)
3. **Magnetron** (pagina 23-24)
4. **Grill** (pagina 25-26)
5. **Oven** (pagina 29-30)
6. **Turbo ontdooien** (pagina 45-47)
7. **Automatische stoomprogramma's** (pagina 48-50)
8. **Automatische kookprogramma's** (pagina 51-53)
9. **Panacrunch-programma's** (pagina 54-56)
10. **Draaiknop Tijd/Gewicht**
11. **Systeemreiniging** (pagina 57-58)
12. **Timer/Klok**
13. **Stop/Annuleren:**
Vóór het koken: 1x tikken wist uw instructies.
Tijdens het koken: 1x tikken stopt tijdelijk het kookprogramma. Nogmaals tikken annuleert al uw instructies. De tijdsaanduiding verschijnt.
14. **Start:**
Tikken om de oven te starten. Als u tijdens het koken de deur heeft geopend of 1x op Stop/Annuleren heeft getikt, dan moet u nogmaals op Start tikken om verder te gaan met koken.



Pieptoon

Wanneer u op een toets tikt, klinkt er een pieptoon. Als er geen pieptoon klinkt, dan is de instelling onjuist. Wanneer de oven overschakelt van de ene functie naar de andere, dan klinken er twee pieptonen. Zodra de bereidingstijd is verstreken, klinken er vijf pieptonen.

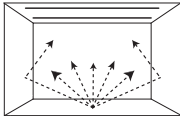
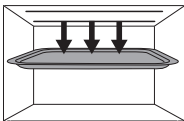
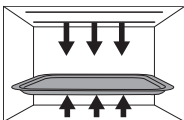
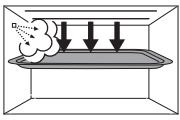
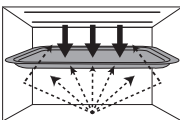


Opmerking

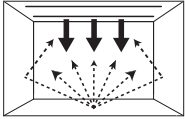
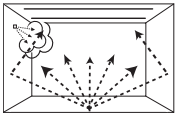
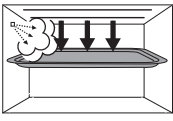
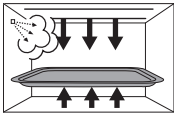
- Als het geselecteerde ovenprogramma klaar is, gaat de oven in de stand-by stand. In de stand-by stand is het display minder helder verlicht.
- De stand-by stand wordt opgeheven wanneer u de ovendeur opent en sluit.
- Als u een programma heeft ingesteld, maar niet binnen 6 minuten op Start tikt, dan zal de oven het programma automatisch annuleren. Het display keert weer terug naar de tijdweergave of dubbele punt.

Kookstanden

In de tekeningen hieronder ziet u voorbeelden van de accessoires. Deze kunnen variëren naargelang het recept/de schaal. Meer informatie vindt u in het kookboek.

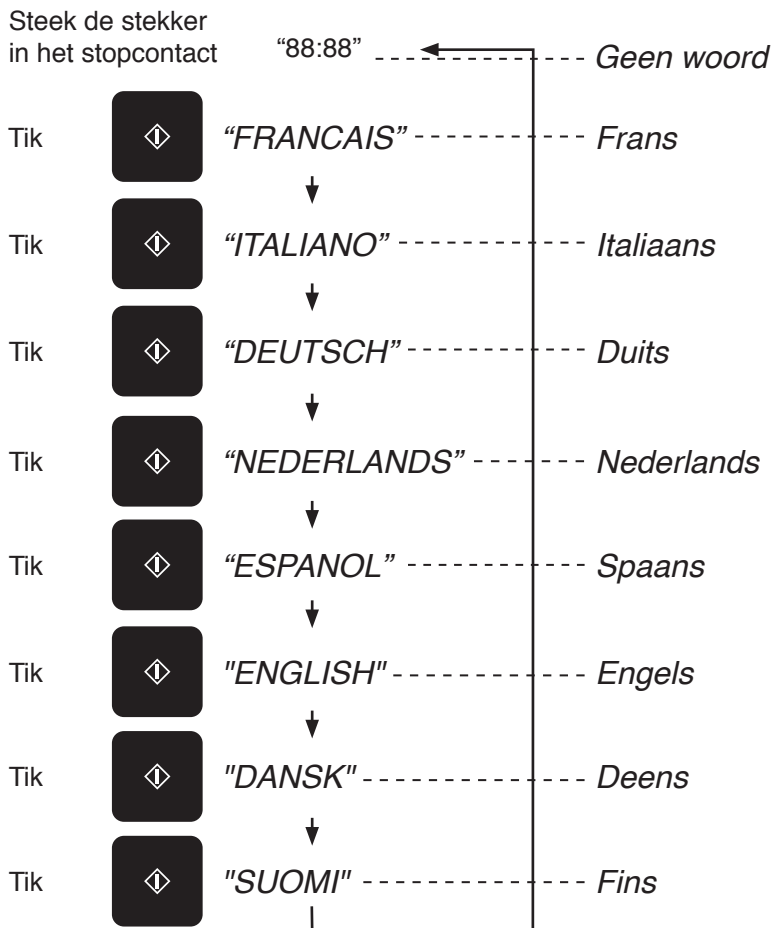
Kookstanden	Toepassingen	Te gebruiken accessoires	Houders
<p>MAGNETRON</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Ontdooien • Opwarmen • Smelten: boter, chocolade, kaas. • Vis, groente, fruit koken. • Bereiden: gestoofd fruit, jam, saus, custard, choux, gebak, karamel, vlees, vis. • Cakes bakken zonder kleur. <p>Niet voorverwarmen</p>	-	U kunt uw Pyrex®-schalen, bakplaten of kommen rechtstreeks op de ovenbodem.
<p>GRILL</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Grillen van vlees of vis. • Grillen van brood. • Bruinen van gratinschotels of meringuegebak. <p>Voorverwarmen aangeraden</p>	Vierkante Panacrunchpan.	Hittebestendig, metalen blik bruikbaar op vierkante Panacrunchpan op onderste of bovenste niveau of op de ovenbodem.
<p>OVEN</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Bakken van kleine etenswaren met korte bereidingstijd: bladerdeeg, koekjes, cakerollen. • Speciaal gebak, broodjes of brioches, sponscakes. • Bakken van pizza's en taarten. <p>Voorverwarmen aangeraden</p>	Vierkante Panacrunchpan.	Hittebestendig, metalen blik bruikbaar op vierkante Panacrunchpan op onderste of bovenste niveau. Plaats geen schalen rechtstreeks op de ovenbodem.
<p>STOOM</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Bereiden van vis, groente, kip, rijst en aardappels <p>Niet voorverwarmen</p>	Vierkante Panacrunchpan.	Plaats voedsel rechtstreeks op de vierkante Panacrunchpan of in een hittebestendige houder op de vierkante Panacrunchpan.
<p>PANACRUNCH</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Roosteren van kleine stukken vlees en gevogelte. • Opwarmen en krokant maken (pizza, brood, aardappelproducten). <p>Niet voorverwarmen</p>	Vierkante Panacrunchpan op bovenste of onderste ovenniveau.	-

Combinatiestanden

Kookstanden	Toepassingen	Te gebruiken accessoires	Houders
<p>GRILL + MAGNETRON</p>  <p>Voor het gebruik van de grill + magnetron in de Panacrunch-stand, zie pagina 27-28.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Bereiden van lasagne, vlees, aardappels of groentegratins. <p>Niet voorverwarmen</p>	-	Hittebestendige magnetronschalen rechtstreeks op de ovenbodem.
<p>STOOM + MAGNETRON</p> 	<ul style="list-style-type: none"> Bereiden van vis, groente, kip, rijst en aardappels <p>Niet voorverwarmen</p>	-	Hittebestendige magnetronschalen rechtstreeks op de ovenbodem.
<p>GRILL + STOOM</p> 	<ul style="list-style-type: none"> Bereiden van gratins Kebab Visfilets Hele vis Afbakbrood <p>Niet voorverwarmen</p>	Vierkante Panacrunch-pan.	Hittebestendige magnetronschalen bruikbaar op de vierkante Panacrunch-pan op het onderste of bovenste niveau of rechtstreeks op de ovenbodem.
<p>OVEN + STOOM</p> 	<ul style="list-style-type: none"> Cakes bakken Taarten van bladerdeeg <p>Voorverwarmen aangeraden</p>	Vierkante Panacrunch-pan.	Hittebestendige magnetronschalen bruikbaar op vierkante Panacrunch-pan op onderste of bovenste niveau. Plaats geen schalen rechtstreeks op de ovenbodem.

Hulptekst op display

Hulptekst op display

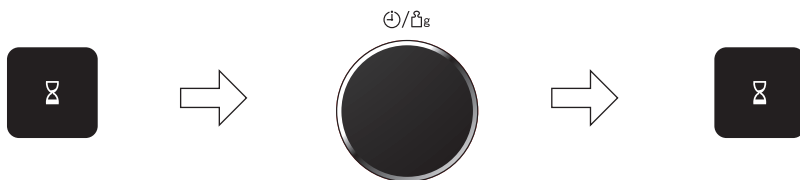


Deze modellen hebben de unieke functie "Hulptekst op display" die u begeleidt bij de bediening van uw magnetronoven. Nadat u de stekker in het stopcontact heeft gestoken, tikt u net zo lang op Start totdat uw taal in het display verschijnt. Als u op een toets tikt, dan verschijnt de volgende instructie op het display, zodat vergissingen zijn uitgesloten. Als u om welke reden dan ook de weergegeven taal wilt wijzigen, verwijder de stekker dan uit het stopcontact en herhaal de bovenstaande procedure.

Als u 4x op Timer/Klok tikt, wordt de hulptekst uitgeschakeld. Om de hulptekst weer in te schakelen, tikt u 4x op Timer/Klok.

De klok instellen

Wanneer u de ovenstekker voor het eerst in het stopcontact steekt, verschijnt “88:88” op het display.



Tik 2x op Timer/Klok. “STEL TIJD IN” verschijnt op het display en de dubbele punt begint te knipperen.

Selecteer de juiste tijd door middel van de draaiknop Tijd/Gewicht De tijd verschijnt op het display en de dubbele punt knippert, bv. 13:25 (24-uurs klok).

Tik op Timer/Klok. De dubbele punt stopt met knipperen. De tijdsaanduiding staat nu op het display.

Opmerking

1. Eén draai van de draaiknop verhoogt of verlaagt de tijd met 1 minuut. Als u aan de draaiknop blijft draaien, dan kunt u de tijd snel verhogen of verlagen.
2. Om de tijd te veranderen herhaalt u alle stappen hierboven.
3. De klok blijft de tijd aangeven zolang de oven is ingestoken en de stroomtoevoer niet wordt onderbroken.
4. Dit is een 24-uurs klok.

Kinderslot

Met dit systeem worden de bedieningselementen buiten werking gesteld. U kunt de ovendeur echter nog wel openen. U kunt het kinderslot instellen wanneer er een dubbele punt of de tijd in het display zijn weergegeven.

Instellen:



Tik 3x op Start. De tijdweergave verdwijnt. De tijd blijft wel doorlopen. “*” verschijnt op het display.

Annuleren:



Tik 3x op Stop/Annuleren. De tijd verschijnt weer op het display.

Opmerking

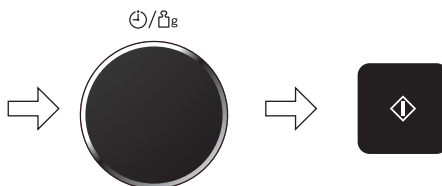
Om het kinderslot te activeren, moet u binnen 10 seconden 3x op Start tikken. U kunt het kinderslot instellen wanneer er de dubbele punt of de tijdweergave op het display staan.

Koken en ontdooien in de magnetronstand

Er zijn 6 verschillende magnetronvermogens beschikbaar. Leg voedsel nooit rechtstreeks op de ovenbodem, maar gebruik uw eigen schaal, bord of kom, afgedekt met een deksel of geperforeerde magnetronfolie en plaats dit rechtstreeks op de ovenbodem.



Tikken	Vermogen	Wattage
1x	Max	1000 W
2x	Ontdooien	270 W
3x	Gemiddeld	600 W
4x	Laag	440 W
5x	Suddereren	300 W
6x	Warm	100 W



Tik op Micro Power totdat het gewenste vermogen op het display wordt weergegeven.

Stel de bereidingstijd in met de draaiknop Tijd/Gewicht.

Tik op Start. Het kookprogramma begint en de kooktijd op het display begint af te tellen.



Voorzichtig

De oven selecteert automatisch het maximale magnetronvermogen van 1000 W als u een kooktijd invoert zonder het vermogensniveau in te stellen.



Opmerking

1. De maximumtijd die u kunt instellen 1000 W (max.) is 30 minuten. Voor alle andere vermogensniveaus is de maximumtijd 1 uur en 30 minuten.
2. Indien nodig, kunt u tijdens de bereiding de bereidingstijd wijzigen. Met behulp van de draaiknop kunt u de bereidingstijd verlengen of verkorten. U kunt de bereidingstijd met 10 minuten verlengen/verkorten in stappen van 1 minuut. Als u de draaiknop op nul zet, dan beëindigt u de bereiding.
3. Gebruik **nooit** alleen de magnetronfunctie als er metalen overengerei in de oven staat.
4. Plaats **geen** voedsel rechtstreeks op de ovenbodem. Plaats het in een magnetronschaal of glazen schaal. Als u voedsel in de **magnetron** opwarmt of kookt, dan moet u dit afdekken met een deksel of geperforeerde magnetronfolie, tenzij anders vermeld.
5. Voor de handmatige ontdooitijden, zie de ontdooitabel op pagina 88-89 van het kookboek.
6. Voor bereiden in meerdere stappen, zie pagina 40-42.
7. U kunt de rusttijd programmeren nadat u het magnetronvermogen en de tijd heeft ingesteld. Zie het gebruik van de timer op pagina 43-44.

Microgolven vanaf onderkant

Merk op dat deze oven de microgolven vanaf de bodem verdeelt, in plaats vanaf de zijkant zoals bij de traditionele magnetronovens met draaitafel. Hierdoor ontstaat er meer bruikbare ruimte voor schalen van verschillende grootte.

Deze technologie kan resulteren in andere verwarmingstijden (in de magnetronstand) ten opzichte van apparaten met microgolven vanaf de zijkant. Dit is normaal en vormt geen reden tot zorg. Zie de opwarm- en kooktabellen in het kookboek.

Grillen



Met het grillstelsel van uw oven kunt u uiteenlopende voedselproducten snel en efficiënt bereiden. Bv. worstjes, steaks, toast, etc.

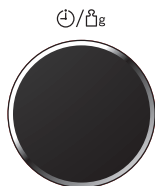
Er zijn 3 verschillende grillinstellingen.

Tikken	Vermogen	Wattage
1x	Grill 1 (Max)	1200 W
2x	Grill 2 (Gemiddeld)	850 W
3x	Grill 3 (Laag)	650 W
4x	Panacrunch (zie pagina 27-28)	



Tik op Grill totdat het gewenste vermogen op het display wordt weergegeven.

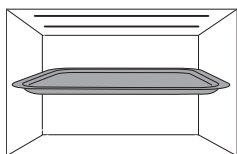
Tik op Start om voor te verwarmen. Er verschijnt een "P" op het display. Wanneer de oven is voorverwarmd, klinkt er een piep en begint de "P" te knipperen. Dan kunt u de deur openen en het voedsel in de oven plaatsen.
** Sla deze stap over wanneer voorverwarmen niet nodig is.*



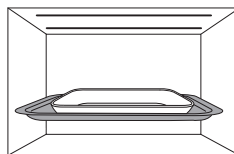
Stel de bereidingstijd in met de draaiknop Tijd/Gewicht. De maximum bereidingstijd is 90 minuten.

Tik op Start. Het kookprogramma begint en de kooktijd op het display begint af te tellen.

Te gebruiken accessoires



Plaats het voedsel rechtstreeks op de ovenaccessoire op het bovenste niveau. Voor het grillen van grotere etenswaren, plaatst u de Panacrunch-pan op het onderste niveau. Tijdens het grillen verzamelen zich kooksappen in de gleuven van de pan.



Plaats het voedsel op een hittebestendige schaal op de ovenaccessoire op het onderste niveau.



Opmerking

1. Tijdens het grillen mogen gerechten nooit worden afgedekt.
2. De grill werkt alleen als de ovendeur dicht is.
3. Met het programma '**alleen grillen**' kunt u de magnetronfunctie niet gebruiken.
4. De meeste etenswaren moeten halverwege de bereidingstijd worden omgedraaid. Als u etenswaren wilt omdraaien, moet u de ovendeur openen en de ovenaccessoire er met uw ovenwanten voorzichtig uitnemen.
5. Zodra u de etenswaren heeft omgedraaid, zet u het weer in de oven en sluit de deur. Als de ovendeur dicht is, tikt u op Start. De resterende grilltijd wordt weer afgeteld op het ovendisplay. U kunt de ovendeur op elk moment veilig openen om te controleren of het gegrilde eten al gaar is.
6. De grill gloeit op en dooft weer tijdens het grillen - dit is normaal. Reinig de oven altijd nadat u de **grill** heeft gebruikt en voordat u de **magnetron** of **combinatie** gebruikt.
7. Indien nodig, kunt u tijdens de bereiding de bereidingstijd wijzigen. Gebruik de draaiknop Tijd/Gewicht om de bereidingstijd te verlengen of verkorten. U kunt de bereidingstijd met 10 minuten verlengen/verkorten in stappen van 1 minuut. Als u de draaiknop op nul zet, dan beëindigt u de bereiding.



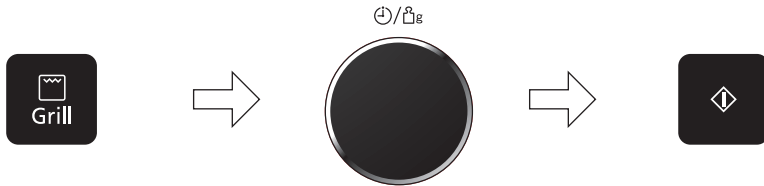
Voorzichtig

Gebruik ovenwanten wanneer u de accessoire verwijdert. Raak nooit de buitenkant van het venster of de metalen delen in de oven of van de deur aan wanneer u voedsel in of uit de oven neemt, vanwege de hoge temperaturen.

Panacrunch (Grillen)

Het Panacrunch-concept

Sommige etenswaren krijgen een zachte, kleffe korst als ze in de magnetron worden bereid. Met de vierkante Panacrunch-pan kunt u pizza's, diepvries aardappelproducten, quiches, taarten en broodproducten bruin en krokant maken. Dit kan omdat de vierkante Panacrunch-pan de microgolven absorbeert, terwijl het voedsel wordt verwarmd door de grill. De basis van de pan absorbeert de microgolven en zet deze om in warmte. Vervolgens wordt de warmte via de pan overgebracht op het voedsel. Het verwarmingseffect is maximaal dankzij de anti-aanbaklaag.



Tikken	Vermogen	Grill niveau	Magnetron-vermogen
4x	Panacrunch	Grill 1 (1200 W)	440 W

Tik 4x op Grill Het Panacrunch-pictogram verschijnt op het display.

Stel de bereidingstijd in met de draaiknop Tijd/Gewicht. De maximum bereidingstijd is 30 minuten.

Tik op Start. Het kookprogramma begint en de kooktijd op het display begint af te tellen.



Belangrijk

Om de Panacrunch te gebruiken met de grill op stand 2 of 3, of 440 W of 300 W, moet u eerst tikken op Grill om het gewenste grillniveau te selecteren. Tik vervolgens op Magnetron om 440 W of 300 W te selecteren. Selecteer vervolgens de bereidingstijd en tik op Start.

Panacrunch (Grillen)

Voorgestelde bereidingsopties

Voedsel	Gewicht	Vermogen	Ovenniveau	Bereidingstijd
Ingevroren dikke pizza	440 g	Panacrunch	Onder	10 min
Ingevroren dunne en knapperige pizza	350 g	Panacrunch	Boven	7-8 min
Worst uit koelkast	160 g (1)	Panacrunch	Boven	6-7 min
Croissant / brioche (kamertemp.)	Elk	Panacrunch	Boven	4 min
Indiaase uien / samosas uit koelkast	200 g	Panacrunch	Boven	5 min
Gepaneerde vis uit koelkast	255 g (2)	Panacrunch	Boven	6 min



Let op

De oven en ovenaccessoires worden zeer heet. Gebruik ovenwanten.



Opmerking

Indien nodig, kunt u tijdens de bereiding de bereidingstijd wijzigen. Gebruik de draaiknop Tijd/Gewicht om de bereidingstijd te verlengen of verkorten. U kunt de bereidingstijd met 10 minuten verlengen/verkorten in stappen van 1 minuut. Als u de draaiknop op nul zet, dan beëindigt u de bereiding.

Ovenstand

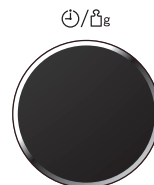


U kunt de combi-oven gebruiken als oven met verwarming van onder en boven. Voor beste resultaten moet u de oven altijd voorverwarmen. Wanneer u de **ovenstand gebruikt**, kunt u de vierkante Panacrunch-pan op het bovenste of onderste niveau plaatsen.

U mag de oven niet voorverwarmen als de vierkante Panacrunch-pan erin staat.



Oven



Tik op Oven. De oven begint op 150 °C. Tik op Oven om de temperatuur in stappen van 10 °C te verhogen tot 220 °C. Bij de volgende tik gaat de temperatuur naar 40 °C, dan naar 100 °C en dan telkens weer met 10 °C omhoog.


Tik op Start om voor te verwarmen. Er verschijnt een "P" op het display. Wanneer de oven is voorverwarmd, klinkt er een piep en begint de "P" te knipperen. Dan kunt u de deur openen en het voedsel in de oven plaatsen.


** Sla deze stap over wanneer voorverwarmen niet nodig is.*

Stel de bereidingstijd in met de draaiknop Tijd/Gewicht. De maximum bereidingstijd is 90 minuten.



Tik op Start.

Opmerking: Controleer of alleen het ovensymbool  nog op het display staat.

Als het magnetronsymbool  wordt weergegeven, dan is dit niet juist en moet u het programma annuleren. Selecteer de oveninstelling opnieuw.



Let op

De ovenaccessoire en de oven worden zeer heet. Gebruik ovenwanten.



Opmerking over voorverwarmen

1. Tijdens het voorverwarmen mag u de deur niet openen. Als het voorverwarmen is voltooid, klinken er drie pieptonen en knippert de "P" op het display. Als u de ovendeur na het voorverwarmen niet opent, dan zorgt de oven ervoor dat de geselecteerde temperatuur gehandhaafd blijft. Na 30 minuten, inclusief de voorverwarmtijd, schakelt de oven automatisch uit en verschijnt de tijd weer op het display.
2. Als u wilt koken zonder voorverwarming, selecteer dan de gewenste temperatuur, stel de bereidingstijd in en tik op Start.
3. De oven kan niet voorverwarmen op 40 °C.

Ovenstand



In de **ovenstand** kunt u voedsel rechtstreeks op de vierkante Panacrunch-pan koken op het bovenste of onderste niveau. U kunt ook uw eigen metalen bakblikken en ovengerei op de vierkante Panacrunch-pan plaatsen op het onderste niveau. Plaats geen bakblikken of ovengerei rechtstreeks op de ovenbodem in **ovenstand**.

Groenten/aardappelen roosteren:

Vierkante Panacrunch-pan op het onderste niveau.



Opwarmen: Vierkante Panacrunch-pan op het onderste niveau.



U kunt de vierkante Panacrunch-pan gebruiken voor het roosteren van aardappelen of groente, maar ook voor het bakken van cakes of koekjes. De bakplaat is ook ideaal voor het afbakken van voorgebakken deegwaren.

Vlees roosteren: Vierkante Panacrunch-pan op het onderste niveau.



Bakken: Vierkante Panacrunch-pan op het onderste niveau.



Opmerking

1. Als u de deur wilt openen, druk dan niet eerst op Stop/Annuleren, want dan annuleert u het kookprogramma.
2. Indien nodig, kunt u tijdens de bereiding de bereidingstijd wijzigen. Gebruik de draaiknop Tijd/Gewicht om de bereidingstijd te verlengen of verkorten. U kunt de bereidingstijd met 10 minuten verlengen/verkorten in stappen van 1 minuut. Als u de draaiknop op nul zet, dan beëindigt u de bereiding.
3. Nadat u op Start heeft getikt, kunt u de geselecteerde temperatuur opnieuw oproepen en wijzigen. Tik 1x op Oven om de temperatuur weer te geven op het display. Als de temperatuur is weergegeven op het display, dan kunt u deze wijzigen door op Oven te tikken.
4. De oven blijft ongeveer 30 minuten op de geselecteerde voorverwarmingstemperatuur. Als u geen voedsel in de oven plaatst of een bereidingstijd instelt, dan wordt het kookprogramma automatisch geannuleerd en verschijnt de dubbele punt of de tijdsaanduiding op het display.



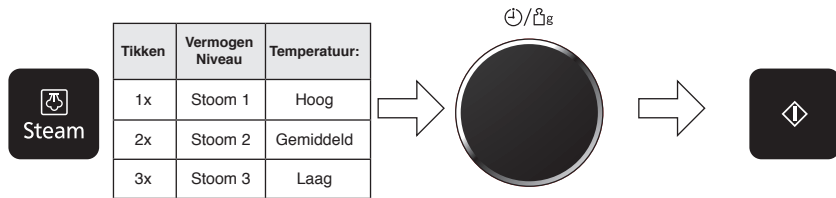
Let op

Draag altijd ovenwanten wanneer u na het koken het voedsel en de accessoires uit de oven neemt, want de oven en accessoires zijn erg heet.

Stoomkoken



De oven kan worden geprogrammeerd als een stoomkoker om groente, vis, kip en rijst te koken. Er zijn 3 verschillende stoominstellingen.



Tik op Steam totdat het gewenste vermogen op het display wordt weergegeven.

Stel de bereidingstijd in met de draaiknop Tijd/Gewicht. De maximum bereidingstijd is 30 minuten.

Tik op Start. Het kookprogramma begint en de kooktijd op het display begint af te tellen.



Opmerking

1. Vul het waterreservoir voordat u de **stoomfunctie** gaat gebruiken.
2. De maximum bereidingstijd in deze stand is 30 minuten. Als de bereidingstijd langer moet zijn, vul dan het waterreservoir bij en herhaal de bovenstaande instellingsprocedure voor de resterende tijd.
3. Als het waterreservoir tijdens het koken leeg is geworden, dan stopt de oven. Op het display verschijnt de hulptekst dat u het waterreservoir moet bijvullen. Nadat u het waterreservoir heeft bijgevoerd en in de oven heeft teruggezet, moet u weer op Start tikken. De oven gaat pas weer aan als u het waterreservoir heeft gevuld en op Start heeft getikt.
4. Indien nodig, kunt u tijdens de bereiding de bereidingstijd wijzigen. Gebruik de draaiknop Tijd/Gewicht om de bereidingstijd te verlengen of verkorten. U kunt de bereidingstijd met 10 minuten verlengen/verkorten in stappen van 1 minuut. Als u de draaiknop op nul zet, dan beëindigt u de bereiding.
5. U kunt het waterreservoir tijdens het koken bijvullen zonder eerst op Stop/Annuleren te tikken.
6. Na het koken in de stand **Stoom** kan er water in de ovenruimte staan dat u moet opvegen.



Let op

De oven en ovenaccessoires worden zeer heet. Gebruik ovenwanten.

Wanneer u het voedsel uit de oven neemt, dan kan er heet water van de bovenkant van de oven druppelen

Er kan een wolk stoom ontsnappen wanneer u de deur opent. Als er stoom in de oven is, grijp er dan niet in met blote handen! Risico van brandwonden! Gebruik ovenwanten.

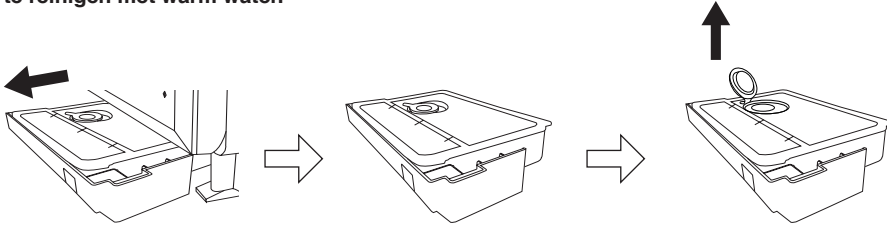
Wees voorzichtig tijdens het verwijderen van de druipbak. Veeg water op dat uit de linkerkant van de magnetron druppelt. Dit is normaal.

Stoomkoken



Richtlijnen voor het waterreservoir

Verwijder het waterreservoir voorzichtig uit de oven. Verwijder het deksel en vul het reservoir met kraanwater (gebruik geen mineraalwater). Doe het deksel weer op het reservoir en zet het terug in de oven. Zorg ervoor dat het deksel goed is bevestigd, want anders kan er lekkage ontstaan. We raden aan om het waterreservoir eenmaal per week te reinigen met warm water.



Let op

De oven en ovenaccessoires worden zeer heet. Gebruik ovenwanten.

Gebruik van de Panacrunch-pan

Plaats tijdens het stomen het voedsel rechtstreeks op de Panacrunch-pan op het bovenste niveau. Als u grote hoeveelheden voedsel wilt stomen, plaats de pan dan op het onderste niveau. Tijdens het **stomen** verzamelen zich kooksappen in de gleuven van de pan.

Gebruik ovenwanten om de Panacrunch-pan te verwijderen, want deze is zeer heet, net als de boven- en zijanten van de oven.

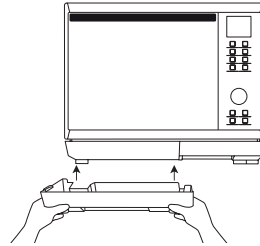


Stoomkoken



Richtlijnen

1. Met het programma '**alleen stomen**' kunt u de magnetronfunctie niet gebruiken.
2. Gebruik de bijgeleverde accessoires, zoals hierboven uitgelegd.
3. De **stoomfunctie** werkt alleen als de ovendeur dicht is.
4. **Tijdens en na gebruik van de stoomfunctie moet u uw gezicht niet dicht bij de oven houden wanneer u de ovendeur opent. Open de ovendeur altijd voorzichtig, want de hete stoom kan leiden tot verbranding.**
5. **Drag altijd ovenwanten wanneer u na het koken het voedsel en de accessoires uit de oven neemt, want de oven en accessoires zijn erg heet.**
6. Na het stomen moet u de druipbak aan de voorzijde van de oven voorzichtig verwijderen. Houd de druipbak met beide handen vast en trek hem voorzichtig naar voren. Leeg de bak en was hem af in warm zeepsop. Klik de druipbak vervolgens weer op zijn plaats op de ovenvoeten.



Stoomstoot

In deze stand kunt u stoom toevoegen tijdens het koken (gedurende 1, 2 of 3 minuten). Er zijn 5 combinaties mogelijk met een stoomstoot -

MAGNETRON

GRILL

OVEN

GRILL + MAGNETRON

PANACRUNCH

Als u stoom toevoegt tijdens het koken dan verbetert u de hitteverdeling en zullen producten als brood, cake en gebak beter rijzen.

Stel het gewenste programma in en start het.



optioneel

Indien nodig tijdens bereiding, Steam 2 seconden ingedrukt houden om 1 minuut toe te voegen.

Als u 2 of 3 minuten wilt toevoegen, tik dan 2 of 3x op Steam binnen 3 seconden na stap 2. De resterende tijd op het display is inclusief de tijd van de stoomstoot.



Opmerking

1. Een stoomstoot is niet mogelijk tijdens voorverwarmen of bij een oventemperatuur van 40 °C.
2. Vul het waterreservoir voor gebruik.
3. Het oorspronkelijke programma telt nog steeds af wanneer u een stoomstoot gebruikt.
4. De tijd van de stoomstoot kan niet langer zijn dan de resterende kooktijd.
5. Als u 2 of 3 minuten toevoegt, moet u 2x of 3x op Stoom tikken binnen 3 seconden.
6. Veeg overtollig water in de ovenruimte en rondom het waterreservoir weg, nadat u met **stoom** heeft gekookt.
7. Het is niet mogelijk om de oventemperatuur te wijzigen tijdens een stoomstoot.

Stoomstoot



Let op

De oven en ovenaccessoires worden zeer heet. Gebruik ovenwanten.

Wanneer u het voedsel uit de oven neemt, dan kan er heet water van de bovenkant van de oven druppelen

Er kan een wolk stoom ontsnappen wanneer u de deur opent. Als er stoom in de oven is, grijp er dan niet in met blote handen! Riciso van brandwonden! Gebruik ovenwanten.

Voedsel	Kookstand	Stoomstoot
Bladerdeeg	Oven	$\frac{2}{3}$ totale tijd 3 min toevoegen Stoomstoot
Brood	Oven	$\frac{2}{3}$ totale tijd 3 min toevoegen Stoomstoot
Sponscakes	Oven	$\frac{1}{2}$ totale tijd 3 min toevoegen Stoomstoot
Afbakbroodjes	Oven of Grill	$\frac{2}{3}$ totale tijd 3 min toevoegen Stoomstoot

Combinatiekoken met stoom

U kunt stoom toevoegen in de standen magnetron, grill of oven. Vaak zult u hiermee de bereidingstijd verkorten ten opzichte van een traditionele oven en het voedsel blijft sappig.

Te gebruiken accessoires



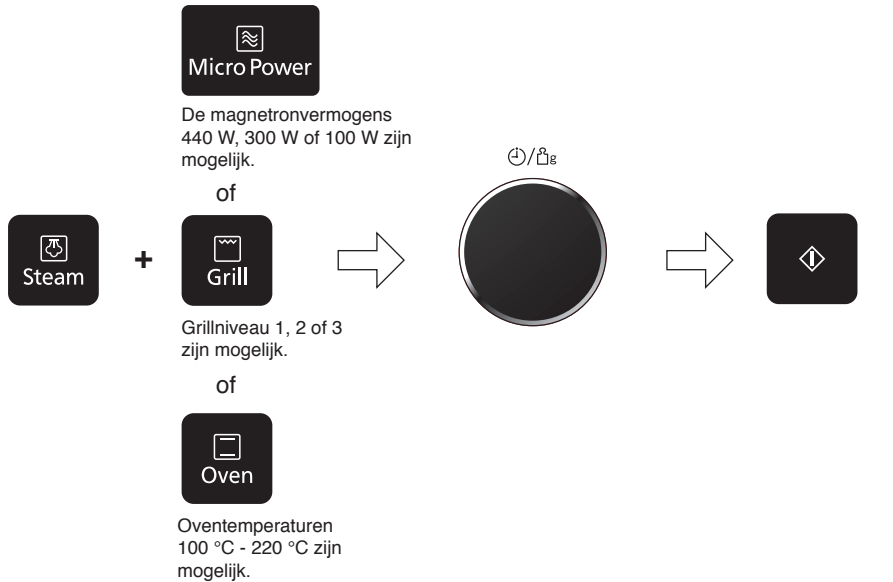
Stoom + magnetron

Rechtstreeks op de ovenbodem in een hittebestendige magnetronschaal.



Oven of grill + stoom

vierkante Panacrunch-pan op het bovenste of onderste niveau.



Tik op Steam totdat het gewenste vermogen verschijnt op het display (zie de tabel hieronder).

Selecteer tweede kookstand en vermogen/temperatuur. Het is mogelijk om voor te verwarmen op **Stoom + Oven**. Zie pagina 29-30.

Stel de bereidingstijd in met de draaiknop Tijd/Gewicht. De maximum bereidingstijd is 30 minuten.

Tik op Start. Het kookprogramma begint en de kooktijd op het display begint af te tellen.

Vermogen- en temperatuurbereik

Tikken	Vermogen	Temperatuur
1x	Stoom 1	Hoog
2x	Stoom 2	Gemiddeld
3x	Stoom 3	Laag

Combinatiekoken met stoom



Opmerking

1. Vul het waterreservoir voordat u de **stoomfunctie** gaat gebruiken.
2. De maximum bereidingstijd in deze stand is 30 minuten. Als de bereidingstijd langer moet zijn, vul dan het waterreservoir bij en herhaal de bovenstaande instellingsprocedure voor de resterende tijd.
3. Als het waterreservoir tijdens het koken leeg is geworden, dan stopt de oven. Op het display verschijnt de hulptekst dat u het waterreservoir moet bijvullen. Nadat u het waterreservoir heeft bijgevuld en in de oven heeft teruggezet, moet u weer op Start tikken. De oven gaat pas weer aan als u het waterreservoir heeft gevuld en op Start heeft getikt.
4. Voorverwarmen is onmogelijk in de stand **stoom + magnetron** en **stoom + grill**.
5. Indien nodig kunt u tijdens de bereiding de bereidingstijd wijzigen. Gebruik de draaiknop Tijd/Gewicht om de bereidingstijd te verlengen of verkorten. U kunt de bereidingstijd met 10 minuten verlengen/verkorten in stappen van 1 minuut. Als u de draaiknop op nul zet, dan beëindigt u de bereiding.
6. U kunt het waterreservoir tijdens het koken bijvullen zonder eerst op Stop/Annuleren te tikken.
7. Na het koken in de stand **stoom** kan er water in de ovenruimte staan dat u moet opvegen.



Richtlijnen

1. Tijdens en na gebruik van de **stoomfunctie** moet u uw gezicht niet dicht bij de oven houden wanneer u de ovendeur opent. Open de ovendeur altijd voorzichtig, want de hete stoom kan leiden tot verbranding.
2. Draag altijd ovenwanten wanneer u na het koken het voedsel en de accessoires uit de oven neemt, want de oven en accessoires zijn erg heet.
3. Verwijder na het **stomen** voorzichtig de druiptank van de voorzijde van de oven. Houd de druiptank met beide handen vast en trek hem voorzichtig naar voren. Leeg de tank en was hem af in warm zeepsop. Klik de druiptank vervolgens weer op zijn plaats op de ovenvoeten. (Zie pagina 15.)



Let op

1. De oven en ovenaccessoires worden zeer heet. Gebruik ovenwanten.
2. Wanneer u het voedsel uit de oven neemt, dan kan er heet water van de bovenkant van de oven druppelen.
3. Er kan een wolk stoom ontsnappen wanneer u de deur opent. Als er stoom in de oven is, grijp er dan niet in met blote handen! Riciso van brandwonden! Gebruik ovenwanten.
4. Wees voorzichtig tijdens het verwijderen van de druiptank.

Combinatie grill en magnetron



In deze stand kunt u in uw eigen hittebestendige magnetronschaal op de ovenbodem gerechten bereiden zoals lasagne, gratin, vlees en aardappels.

In de **combinatiestand** moet u altijd minimaal 200 g voedsel bereiden. Kleinere hoeveelheden moet u koken in de stand **oven, grill of stoom**.

Het is niet mogelijk om voor te verwarmen wanneer u deze combinatiestand gebruikt en het voedsel moet altijd onafgedekt worden bereid. De grill gloeit op en dooft weer tijdens het grillen - dit is normaal. Voor het gebruik van de **grill** en de **magnetron** in de Panacrunch-stand, zie pagina 27-28.



Tik op Grill om het gewenste grillniveau te selecteren.

Tik op Micro Power om het gewenste magnetronniveau te selecteren. **1000 W / 600 W / 270 W (Max / Gemiddeld / Ontdooien)** vermogen is niet beschikbaar.

Tikken	Vermogen	Wattage
1x	Grill 1 (Hoog)	1200 W
2x	Grill 2 (Gemiddeld)	850 W
3x	Grill 3 (Laag)	650 W

Tikken	Vermogen	Wattage
1x	Laag	440 W
2x	Suddereren	300 W
3x	Warm	100 W

Stel de bereidingstijd in met de draaiknop in met de draaiknop Tijd/Gewicht. De maximum bereidingstijd is 90 minuten.



Tik op Start.



Opmerking

1. Voorverwarmen is niet mogelijk bij de stand **grill + magnetron**.
2. **1000 W / 600 W / 270 W (Max / Gemiddeld / Ontdooien)** magnetronvermogen is niet beschikbaar bij de combinatiestand.
3. Indien nodig kunt u tijdens de bereiding de bereidingstijd wijzigen. Gebruik de draaiknop Tijd/Gewicht om de bereidingstijd te verlengen of verkorten. U kunt de bereidingstijd met 10 minuten verlengen/verkorten in stappen van 1 minuut. Als u de draaiknop op nul zet, dan beëindigt u de bereiding.
4. Om het voedsel om te keren, opent u deur door de deurhendel omlaag te trekken. Dan neemt u het voedsel uit de oven, keert het om en zet het terug in de oven. Tot slot sluit u de oven deur en tikt op Start. De oven gaat verder met aftellen van de resterende bereidingstijd.

Combinatie grill en magnetron



Rechtstreeks op de ovenbodem in een hittebestendige magnetronschaal.

Voor advies over bereidingstijden, zie de kooktabellen en recepten in het kookboek. Voedsel moet altijd worden gekookt totdat het bruin is en kokendheet.



Te gebruiken houders

Gebruikt geen kunststof magnetronbakjes voor Combinatieprogramma's (tenzij ze geschikt zijn voor combinatiekoken). Schalen moeten de hitte van de bovenste grill kunnen weerstaan - hittebestendige schalen van glas, zoals Pyrex®, of keramiek zijn ideaal.



Let op

De ovenaccessoire en de oven worden zeer heet. Gebruik ovenwanten.

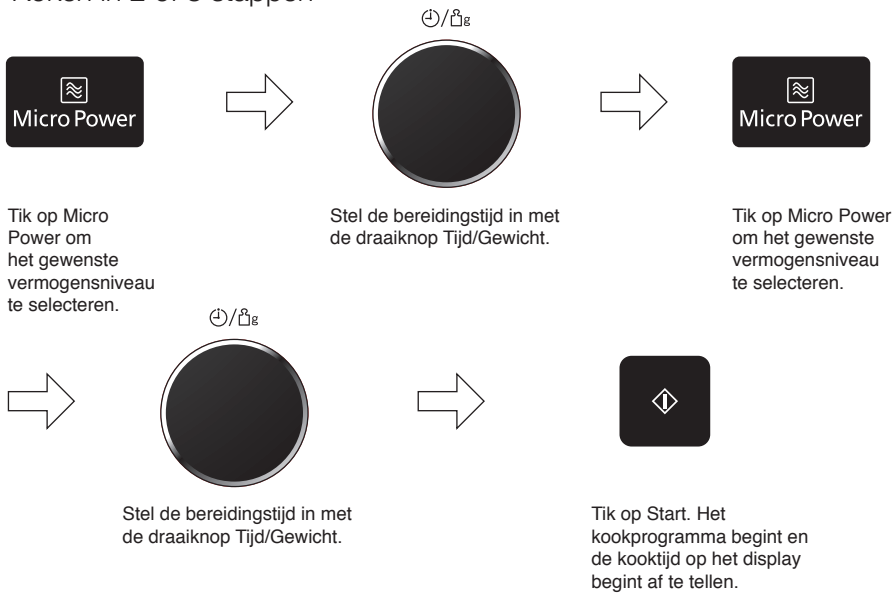


Richtlijn

Voedsel wordt altijd **onafgedekt** gekookt.

Voedsel bereiden in meerdere stappen

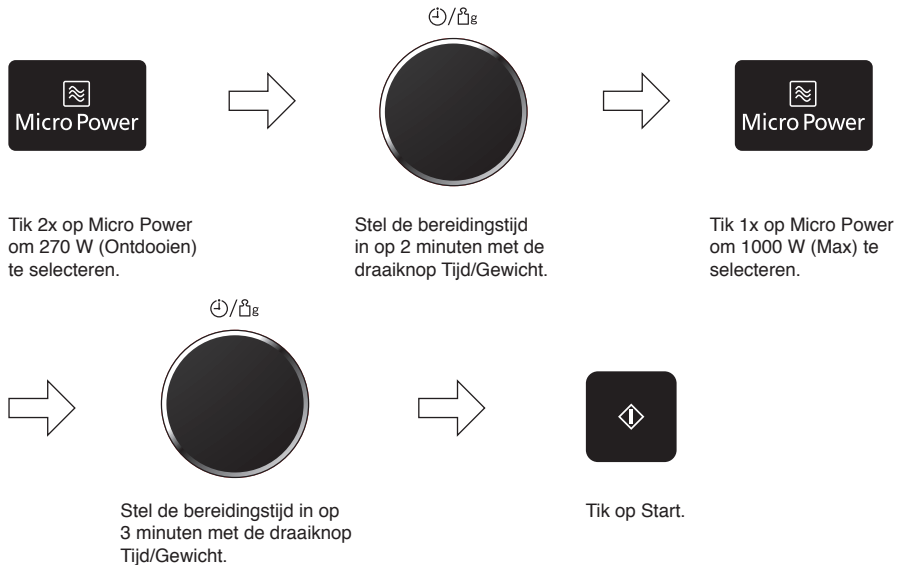
Koken in 2 of 3 stappen



Voedsel bereiden in meerdere stappen

Voorbeeld:

Voedsel 2 minuten ontdoeien op 270 W en 3 minuten koken op 1000 W (Max).



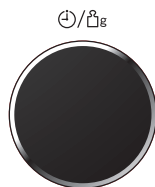
Opmerking

1. Voor koken in drie stappen, voert u nog een kookprogramma in voordat u op Start tikt.
2. U kunt de bereiding onderbreken door 1x op Stop/Annuleren te tikken. Tikt u weer op Start, dan gaat het kookprogramma verder. Als u 2x op Stop/Annuleren tikt, stopt u de bereiding en wist u het ingevoerde kookprogramma.
3. Als u alleen een programma heeft ingevoerd, maar dit nog niet heeft gestart, dan kunt u dit wissen door op Stop/Annuleren te tikken.
4. Automatische programma's kunt u niet gebruiken voor het koken in meerdere stappen.
5. **Oven** en **Panacrunch** kunt u niet gebruiken bij het koken in meerdere stappen.

Voedsel bereiden in meerdere stappen

Voorbeeld:

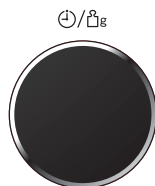
Voedsel 4 minuten grillen op stand 3 (Laag) voor en 5 minuten koken op de magnetronstand 440 W (Laag).



Tik 3x op Grill om grillstand 3 (laag) te selecteren.

Stel de bereidingstijd in op 4 minuten met de draaiknop Tijd/Gewicht.

Tik 4x op Micro Power om de magnetronstand 440 W (laag) te selecteren.



Stel de bereidingstijd in op 5 minuten met de draaiknop Tijd/Gewicht.

Tik op Start. Het kookprogramma begint en de kooktijd op het display begint af te tellen.



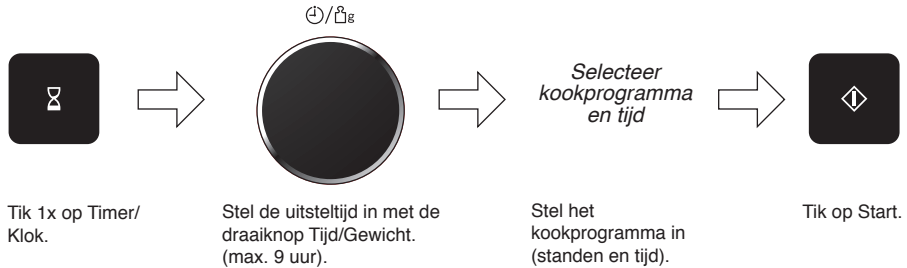
Opmerking

1. Voor koken in drie stappen, voert u nog een kookprogramma in voordat u op Start tikt.
2. U kunt de bereiding onderbreken door 1x op Stop/Annuleren te tikken. Tikt u weer op Start, dan gaat het kookprogramma verder. Als u 2x op Stop/Annuleren tikt, stopt u de bereiding en wist u het ingevoerde kookprogramma.
3. Als u alleen een programma heeft ingevoerd, maar dit nog niet heeft gestart, dan kunt u dit wissen door op Stop/Annuleren te tikken.
4. Automatische programma's kunt u niet gebruiken voor het koken in meerdere stappen.
5. **Oven** en **Panacrunch** kunt u niet gebruiken bij het koken in meerdere stappen.

De timer gebruiken

Start ovenprogramma uitstellen

Met de timer kunt u instellen hoelang het moet duren voordat de oven aangaat.

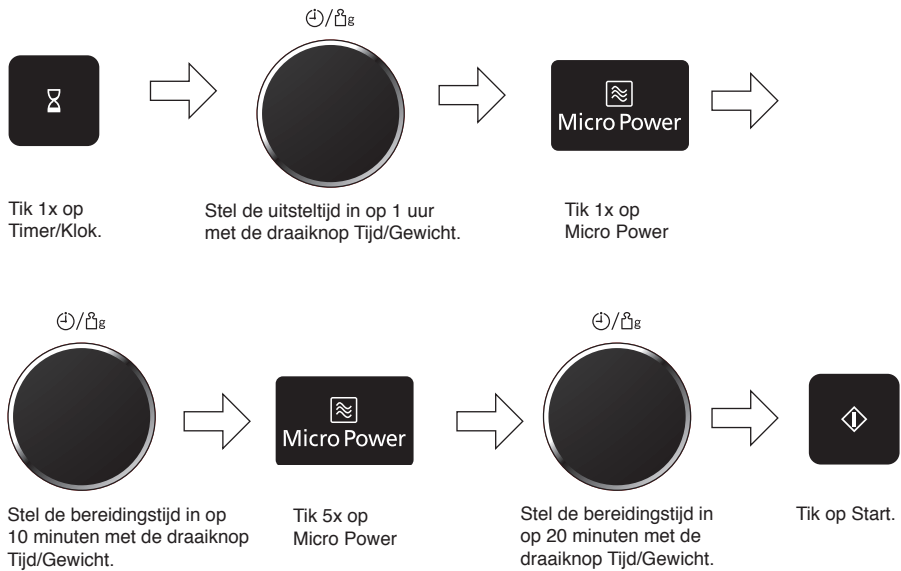


Voorbeeld:

Uitsteltijd: 1 uur

1000 W (Max.): 10 minuten

300 W (Sudder): 20 minuten



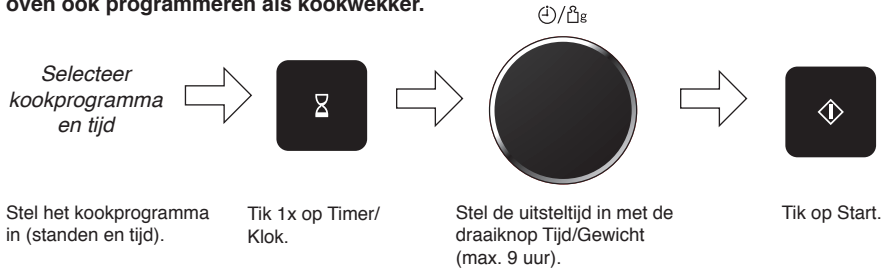
Opmerking

1. U kunt in drie stappen koken combineren met uitsteltijd.
2. Als u de ovendeur opent tijdens de uitsteltijd, dan blijft de tijd in het display aftellen.
3. Als de geprogrammeerde uitsteltijd langer is dan één uur, dan telt het display af in minuten. Als de uitsteltijd minder is dan één uur, dan telt het display af in seconden.
4. U kunt geen uitsteltijd programmeren voor de automatische programma's.

De timer gebruiken

Rusttijd instellen

Met de Timer kunt u de rusttijd programmeren nadat het voedsel is bereid. U kunt de oven ook programmeren als kookwekker.

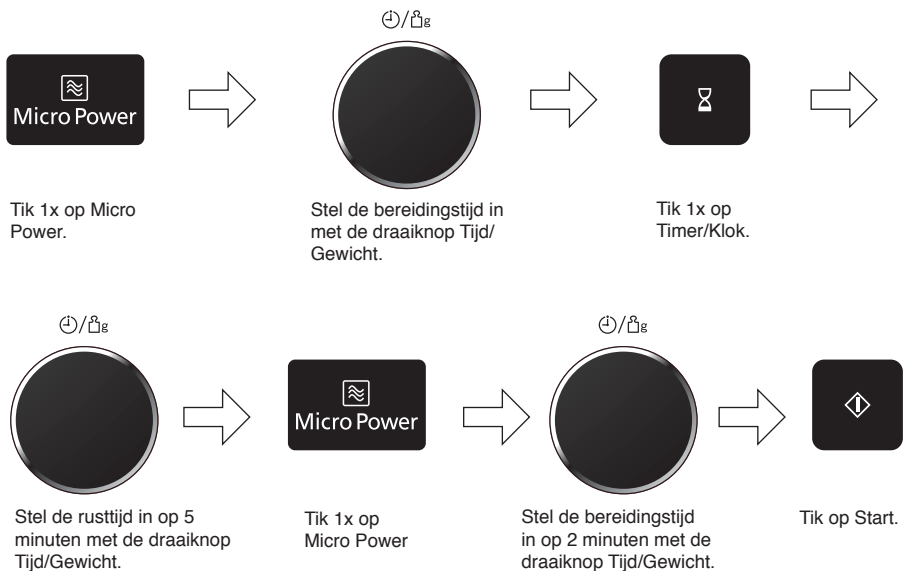


Voorbeeld:

1000 W (Max): 4 min

Rusttijd: 5 min

1000 W (Max): 2 min



Opmerking

1. U kunt in drie stappen koken combineren met rusttijd.
2. Als u de ovendeur opent tijdens de rusttijd of als de kookwekker afloopt, dan blijft de tijd in het display aftellen.
3. Als de geprogrammeerde rusttijd langer is dan één uur, dan telt het display af in minuten. Als de rusttijd minder is dan één uur, dan telt het display af in seconden.
4. Deze functie kunt u ook gebruiken als kookwekker. In dit geval tikt u op Timer/Klok, stelt de tijd in en tikt op Start.
5. U kunt geen rusttijd programmeren voor de automatische programma's.

Turbo ontdoeien



Deze functie is geschikt voor het ontdoeien van gehakt, karbonades, kipdelen, braadstukken en brood. Tik op Turbo om de juiste ontdooi-categorie te selecteren en voer vervolgens het gewicht van het voedsel in gram (zie pagina 46-47).

Plaats het voedsel in een geschikte schaal. Hele kippen en braadstukken moet u op een omgekeerde schaal of bord leggen die geschikt zijn voor de magnetron. Karbonades, kipdelen en sneetjes brood moet u in één laag neerleggen. U hoeft het voedsel niet af te dekken.

De manier waarop automatische ontdooi-programma's werken zorgen voor een snellere en gelijkmatigere ontdooiing. Het systeem gebruikt pulserende magnetronenergie in een willekeurige volgorde om het ontdooi-proces te versnellen. Tijdens het programma piept de oven om u eraan te herinneren dat u het voedsel moet controleren. **Het is belangrijk dat u het voedsel regelmatig omkeert of omroert en indien nodig afdekt. Zodra u het eerste piepje hoort, moet u het voedsel omkeren en afdekken (indien mogelijk).** Bij het tweede piepje moet u het voedsel omkeren of verdelen.

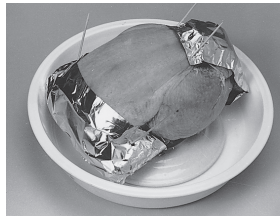
1e piep

Omkeren of afdekken



1e piep

Omkeren of afdekken



2e piep

Omkeren of verdelen



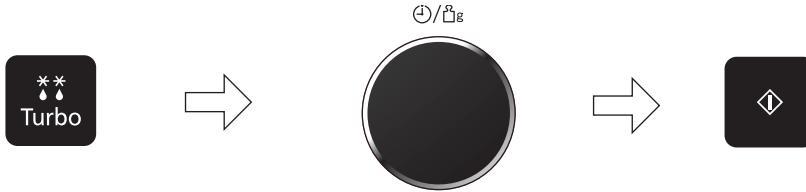
Opmerking

1. Controleer het voedsel tijdens het ontdoeien. De ontdooisnelheid van voedsel varieert.
2. U hoeft het voedsel niet af te dekken.
3. Keer of roer het voedsel regelmatig om, vooral wanneer de oven "piept". Indien nodig afdekken (zie punt 5).
4. Gehakt/karbonades/kipdelen moet u verdelen of scheiden zodra dit mogelijk is en in één laag verspreiden.
5. Door delen af te dekken, voorkomt u dat ze worden gekookt. Dit is zeer belangrijk bij hele kip en braadstukken. De buitenkant dooit eerst. Daarom moet u vleugels/borst/vet afdekken met stukjes aluminiumfolie die u vastprijkt met worstenprikkers.
6. Laat het voedsel even rusten, zodat de het binnenste kan uitdoeien (minimaal 1-2 uur voor braadstukken en hele kippen).
7. Als het woord 'WARM' op het display verschijnt, dan is de oventemperatuur te hoog door eerder gebruik en kunt u geen automatisch programma instellen. Wel kunt u de kookstand en kooktijd handmatig instellen.

Turbo ontdooien




Met deze functie kunt u ingevroren voedsel ontdooien naargelang gewicht. Selecteer de categorie en stel het gewicht van het voedsel in. Het gewicht wordt geprogrammeerd in gram. Om snel het juiste gewicht te selecteren, begint het gewicht bij het meest gebruikelijke gewicht voor elke categorie.



Tik Turbo ontdooien. 1x kleine stukken. 2x grote stukken. 3x brood.

Stel het gewicht met de draaiknop Tijd/Gewicht. De draaiknop Tijd/Gewicht telt op in stappen van 10 g.

Tik op Start.

Programma	Gewicht	Instructies
 1. STUKJES VLEES	100 - 1200 g	Voor het ontdooien van kleine stukken vlees, kipdelen, karbonades, steaks, gehakt. Plaats op een bord of platte Pyrex® schaal. Selecteer programmanummer 1. Vul het gewicht in van de kleine stukken. Tik op Start. Bij piep omkeren en afdekken.
 2. GROTE STUKKEN VLEES	400 - 2000 g	Voor het ontdooien van hele kippen, braadstukken. Plaats op een omgekeerde schaal op een bord. Selecteer programmanummer 2. Vul het gewicht van het grote stuk in. Tik op Start. Bij piep omkeren en afdekken.
 3. BROOD	100 - 900 g	Voor het ontdooien van broodjes, sneetjes of brood of hele broden. Plaats op een bord. Selecteer programmanummer 3. Vul het gewicht van het brood in. Tik op Start. Omdraaien zodra de piepton klinkt.



Richtlijn

1. **STUKJES VLEES (gehakt/karbonades/kipdelen)**

Karbonades en kipdelen moet u verspreiden in één laag en regelmatig omkeren tijdens het ontdooien. Gehakt moet u regelmatig losmaken tijdens het ontdooien. Dit gaat het best in een grote platte Pyrex® schaal. Rusttijd 20-30 minuten. **Niet geschikt voor worstjes**, deze kunt u handmatig ontdooien. Zie de ontdooitabel in het kookboek op pagina 88-89.

2. **GROTE STUKKEN VLEES**

Hele kippen en braadstukken moet u afdekken tijdens het ontdooien, vooral als er veel vet aan zit. Hierdoor voorkomt u dat het voedsel aan de buitenranden begint te koken. Dek vleugels, vorst en vet af met stukjes aluminiumfolie die u vastprijkt met worstenprikkers. **Let op dat de folie niet tegen de ovenwanden komt.** Na ontdooien moeten braadstukken ten minste 1-2 uur rusten.

3. **BROOD**

Dit programma is geschikt voor kleine etenswaren die u onmiddellijk wilt gebruiken. Meteen na het ontdooien kunnen ze warm aanvoelen. Ook hele broden kunt u met dit programma ontdooien, maar u moet ze wel laten rusten zodat ook het midden wordt ontdooit. U kunt de rusttijd verkorten door de sneetjes te verspreiden en broodjes en hele broden doormidden te snijden. Tijdens het ontdooien moet u de etenswaren omkeren. Rusttijd 10-30 minuten. Voor grote broden kan een langere rusttijd nodig zijn.

Dit programma is niet geschikt voor crêmecakes of desserts, zoals kwarktaart.



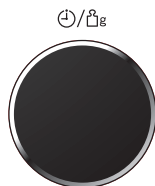
Opmerking

1. De vorm en omvang van het voedsel bepaalt het maximumgewicht dat u in de oven kunt doen.
2. Laat het voedsel enige tijd rusten, om te garanderen dat het geheel ontdooit is.
3. Als het woord "WARM" op het display verschijnt, dan is de oventemperatuur te hoog door eerder gebruik en kunt u geen automatisch programma instellen. Wel kunt u de kookstand en kooktijd handmatig instellen.

Automatische stoomprogramma's



Met deze functie kunt u uw lievelingsgerechten stomen door alleen het gewicht in te stellen. De oven bepaalt automatisch het stoomniveau en de bereidingstijd. Selecteer de categorie en stel het gewicht van het voedsel in. Het gewicht wordt geprogrammeerd in gram. Om snel het juiste gewicht te selecteren, begint dit bij het meest gebruikelijke gewicht voor elke categorie.



Selecteer het gewenste automatische stoomprogramma. De voedselcategorie verschijnt in het venster.

Stel het gewicht met de draaiknop Tijd/Gewicht. De draaiknop Tijd/Gewicht telt op in stappen van 10 g.

Tik op Start. Het kookprogramma begint en de kooktijd op het display begint af te tellen.

Wanneer u een automatisch programma selecteert, verschijnen er symbolen op het display om aan te geven welke kookstand wordt gebruikt en welke accessoires nodig zijn. Zie hieronder voor een overzicht van de symbolen:



Vierkante
Panacrunch-pan



Stoom


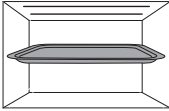

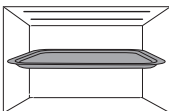

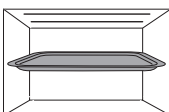

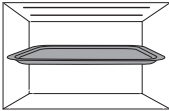


Richtlijnen

1. De automatische stoomprogramma's mogen **uitsluitend** worden gebruikt voor de beschreven voedselproducten.
2. Kook alleen voedsel binnen het beschreven gewichtsbereik.
3. Weeg het voedsel altijd zelf in plaats van de gewichtsvermelding op de verpakking te gebruiken.
4. Gebruik de accessoire uitsluitend zoals beschreven op pagina 49-50.
5. Voor een groter gewicht bij de automatische programma's voor kippenborst en rijst, moet u het waterreservoir bijvullen tijdens het koken.
6. Dek het voedsel niet af wanneer u automatische stoomprogramma's gebruikt.
7. Meestal is het beter om voedsel te laten **rusten** na het koken met een automatisch programma, zodat de hitte naar het midden kan worden geleid.
8. Voedsel kan altijd iets variëren, dus controleer of het helemaal gaar en kokendheet heet is voordat u het opdient.
9. De temperatuur van ingevroren voedsel is standaard -18 °C tot -20 °C. De temperatuur van voedsel uit de koelkast is standaard +5 °C tot +8 °C.
10. Als het woord "WARM" op het display verschijnt, dan is de oventemperatuur te hoog door eerder gebruik en kunt u geen automatisch programma instellen. Wel kunt u de kookstand en kooktijd handmatig instellen.


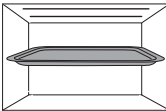

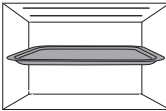

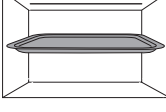
Automatische stoomprogramma's



Programma	Gewicht	Accessoires	Instructies
 4. VERSE GROENTEN	200 g - 320 g		<p>Stomen van verse groente, zoals wortels, broccoli, bloemkool, sperziebonen. Vul het waterreservoir. Leg de gesneden groente op de vierkante Panacrunch-pan. Plaats de pan op het bovenste ovenniveau. Selecteer programmanummer 4. Vul het gewicht van de verse groente in. Tik op Start.</p>
 5. DIEPGEVROREN GROENTEN	200 g - 320 g		<p>Stomen van diepvriesgroente, zoals wortels, broccoli, bloemkool, sperziebonen. Vul het waterreservoir. Leg de groente op de vierkante Panacrunch-pan. Plaats de pan op het bovenste ovenniveau. Selecteer programmanummer 5. Vul het gewicht van de diepvriesgroente in. Tik op Start.</p>
 6. GEKOOKTE AARDAPPELEN	200 g - 500 g		<p>Stomen van aardappels. Vul het waterreservoir. Schil de aardappels en snij ze in even grote stukken. Leg de gesneden aardappels op de vierkante Panacrunch-pan. Plaats de pan op het bovenste ovenniveau. Selecteer programmanummer 6. Vul het gewicht van de aardappels in. Tik op Start.</p>
 7. KIPFILETS	200 g - 650 g		<p>Bereiden van verse kipfilets. Elke kipfilet moet tussen 100-250 g wegen. Vul het waterreservoir. Leg de kipfilets op de vierkante Panacrunch-pan. Plaats de pan op het bovenste ovenniveau. Selecteer programmanummer 7. Vul het gewicht van de kipfilets in. Tik op Start. Controleer het waterreservoir tijdens het koken, indien nodig bijvullen.</p>

Automatische stoomprogramma's



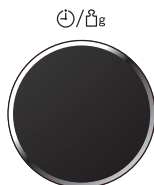
Programma	Gewicht	Accessoires	Instructies
 8. VERSE VISFILETS	200 g - 500 g		<p>Bereiden van verse visfilets, zoals zalm, kabeljauw, schelvis, schol. Vul het waterreservoir. Leg de verse vis op de vierkante Panacrunch-pan. Plaats de pan op het bovenste ovenniveau. Selecteer programmanummer 8. Vul het gewicht van de verse vis in. Tik op Start.</p>
 9. BEVROREN VISFILETS	200 g - 500 g		<p>Bereiden van ingevroren visfilets, zoals zalm, kabeljauw, schelvis. Vul het waterreservoir. Leg de ingevroren vis op de vierkante Panacrunch-pan. Plaats de pan op het bovenste ovenniveau. Selecteer programmanummer 9. Vul het gewicht van de ingevroren vis in. Tik op Start.</p>
 10. RIJST	100 g - 200 g		<p>Koken van rijst voor rijstschotels (Thaise, basmati-, jasmijn-, long grain-rijst), geen dessertrijst. Spoel de rijst af in koud water. Vul het waterreservoir. Leg de rijst in een platte Pyrex® schaal. Voeg 3 delen koud water toe aan 2 delen rijst. Niet afdekken. Zet de schaal op de vierkante Panacrunch-pan. Plaats de pan op het bovenste ovenniveau. Selecteer programmanummer 10. Vul alleen het gewicht van de rijst in. Tik op Start. Controleer het waterreservoir tijdens het koken, indien nodig bijvullen.</p>

Automatische kookprogramma's



Met deze functie kunt u uw lievelingsgerechten bereiden alleen maar door het gewicht in te stellen. De oven bepaalt automatisch het magnetronvermogen en/of het combinatieniveau en de bereidingstijd. Selecteer de categorie en stel het gewicht van het voedsel in. Het gewicht wordt geprogrammeerd in gram. Om snel het juiste gewicht te selecteren, begint dit bij het meest gebruikelijke gewicht voor elke categorie.

Voorbeeld:



Selecteer het gewenste automatische kookprogramma. De voedselcategorie verschijnt in het venster.

Stel het gewicht met de draaiknop Tijd/Gewicht. De draaiknop Tijd/Gewicht telt op in stappen van 10 g.

Tik op Start. Het kookprogramma begint en de kooktijd op het display begint af te tellen.

Wanneer u een automatisch programma selecteert, verschijnen er symbolen op het display om aan te geven welke kookstand wordt gebruikt en welke accessoires nodig zijn. Zie hieronder voor de betekenis van de symbolen:



Magnetron



Grill






Richtlijnen

1. De automatische kookprogramma's mogen **uitsluitend worden gebruikt voor de beschreven voedselproducten**.
2. Kook alleen voedsel binnen het beschreven gewichtsbereik.
3. Weeg het voedsel altijd zelf in plaats van de gewichtsvermelding op de verpakking te gebruiken.
4. De temperatuur van ingevroren voedsel is standaard -18 °C tot -20 °C. De temperatuur van voedsel uit de koelkast is standaard +5 °C tot +8 °C.
5. De accessoire wordt niet gebruikt bij de automatische kookprogramma's. Schalen plaatst u rechtstreeks op de ovenbodem.
6. Programma's 11-16 zijn **alleen magnetron**. Programma 17 is een combinatie van **magnetron + grill**.
7. Meestal is het beter om voedsel te laten **rusten** na het koken met een automatisch programma, zodat de hitte naar het midden kan worden geleid.
8. Voedsel kan altijd iets variëren, dus controleer of het helemaal gaar en kokendeet heet is voordat u het opdiert.
9. Als het woord "WARM" op het display verschijnt, dan is de oventemperatuur te hoog door eerder gebruik en kunt u geen automatisch programma instellen. Wel kunt u de kookstand en kooktijd handmatig instellen.






Automatische kookprogramma's



Programma	Gewicht	Instructies
 <p>11. VERSE MAALTIJD</p>	200 g - 1000 g	<p>Opwarmen van een verse kant-en-klaarmaaltijd. De maaltijd moet op koelkasttemperatuur zijn (ca. + 5 °C). Opwarmen in het bakje waarin het is gekocht. Prik de afdekfolie door met een scherp mes: één keer in het midden en vier keer langs de randen. Als u de maaltijd in een schaal doet, dek deze dan af met magnetronfolie. Plaats het bakje of schaal op de ovenbodem. Selecteer programmanummer 11. Vul het gewicht van de maaltijd in en tik op Start. Omroeren zodra de pieptoon klinkt. Opnieuw omroeren aan het eind van het programma en enkele minuten laten rusten. Het is mogelijk dat grote stukken vis/vlees in een dunne saus langer moeten koken. Dit programma is niet geschikt voor zetmeelhoudend voedsel, zoals rijst, pasta of aardappels. Maaltijden in een onregelmatig gevormde houder moeten wellicht langer koken.</p>
 <p>12. DIEPGEVROREN MAALTIJD</p>	200 g - 1000 g	<p>Verwarmen van een diepvriesmaaltijd. Al het voedsel moet voorgedookt en ingevroren zijn (-18 °C). Opwarmen in het bakje waarin het is gekocht. Prik de afdekfolie door met een scherp mes: één keer in het midden en vier keer langs de randen. Als u de maaltijd in een schaal doet, dek deze dan af met magnetronfolie. Plaats het bakje of schaal op de ovenbodem. Selecteer programmanummer 12. Vul het gewicht van de diepvriesmaaltijd in. Tik op Start. Omroeren als de oven piept en blokken in stukjes snijden. Opnieuw omroeren aan het eind van het programma en enkele minuten laten rusten. Het is mogelijk dat grote stukken vis/vlees in een dunne saus langer moeten koken. Dit programma is niet geschikt voor zetmeelhoudend voedsel, zoals rijst, pasta of aardappels. Maaltijden in een onregelmatig gevormde houder moeten wellicht langer koken.</p>
 <p>13. VERSE GROENTEN</p>	200 g - 1000 g	<p>Koken van verse groente, zoals wortels, broccoli, bloemkool, sperziebonen. Leg de schoongemaakte groente in een Pyrex® schaal. Besprenkel de groente met 1 eetlepel water per 100 g. Dek de schaal af met magnetronfolie of een deksel. Plaats de schaal op ovenbodem. Selecteer automatisch kookprogramma 13. Vul het gewicht van de verse groente in. Tik op Start. Omroeren zodra de pieptoon klinkt.</p>

Automatische kookprogramma's



Programma	Gewicht	Instructies
 14. DIEPGEVROREN GROENTEN	200 g - 1000 g	Koken van diepvriesgroente , zoals wortels, broccoli, bloemkool, sperziebonen. Leg de schoongemaakte groente in een Pyrex® schaal. Besprenkel de groente met 15 - 45 ml (1 - 3 el) water. Dek de schaal af met magnetronfolie of een deksel. Plaats de schaal op de ovenbodem. Selecteer automatisch kookprogramma 14. Vul het gewicht van de diepvriesgroente in. Tik op Start. Omroeren zodra de pieptoon klinkt.
 15. VERSE VISFILETS	200 g - 800 g	Koken van verse visfilets , zoals zalm, kabeljauw, schol, schelvis. Leg de vis in een platte Pyrex® schaal. Dek de dunnere delen af. Zorg ervoor dat de filets niet over elkaar liggen. Vouw onder dunne randen. Voeg 15 - 45 ml (1 - 3 el) water toe. Bedek de schaal met magnetronfolie of een deksel. Plaats de schaal op de ovenbodem. Selecteer automatisch kookprogramma 15. Vul het gewicht van de verse vis in. Tik op Start. Begin met de huid omlaag en keer de filet om als de oven piept. Enkele minuten laten rusten.
 16. GEKOOKTE AARDAPPELEN	200 g - 1000 g	Koken van geschilde aardappels. Schil de aardappels en snij ze in even grote stukken. Leg de gesneden aardappels in een Pyrex® schaal. Voeg 15 ml (1 el) water toe per 100 g aardappel. Bedek de schaal met magnetronfolie of een deksel. Selecteer automatisch kookprogramma 16. Vul het gewicht van de aardappels in. Tik op Start. Omroeren zodra de pieptoon klinkt.
 +  17. AARDAPPELGRATIN	-	Zie recept hieronder. Plaats de gesneden aardappelgratin op de ovenbodem. Selecteer automatisch kookprogramma 17. Tik op Start (u hoeft het voedselgewicht niet in te vullen). Na het koken 5 minuten laten rusten.

Gratin dauphinois

Ingrediënten

4 personen
 700 g geschilde aardappels,
 1 teentje knoflook,
 70 g Emmental, geraspt,
 zout en peper,
 200 ml kookroom,
 200 ml melk

Benodigheden: Platte Pyrex® schaal,
 1 x 25 cm

Accessoires: geen

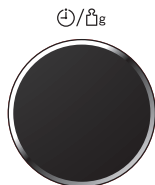
1. Snij de aardappels in dunne plakjes. Schil en hak het teentje knoflook.
2. Schik de aardappelschijfjes in de platte Pyrex® schaal. Strooi de knoflook, de helft van de kaas, het zout en de peper erover.
3. Giet de room en melk erover. Bedek alles met de rest van de geraspte kaas. Zet de schaal op de ovenbodem.
4. Selecteer automatisch kookprogramma 17. Tik op Start. Na het koken 5 minuten laten rusten.

Panacrunch-programma's



Met deze functie kunt u uw lievelingsgerecht bereiden alleen maar door het gewicht in te stellen. De oven bepaalt automatisch het magnetronvermogen en/of het combinatieniveau en de bereidingstijd. Selecteer de categorie en stel het gewicht van het voedsel in. Het gewicht wordt geprogrammeerd in gram. Om snel het juiste gewicht te selecteren, begint het gewicht bij het meest gebruikelijke gewicht voor elke categorie.

Voorbeeld



Selecteer het gewenste Panacrunch-programma. De voedselcategorie verschijnt in het venster.

Stel het gewicht met de draaiknop Tijd/Gewicht. De draaiknop Tijd/Gewicht telt op in stappen van 10 g.

Tik op Start. Het kookprogramma begint en de kooktijd op het display begint af te tellen.

Wanneer u een automatisch programma selecteert, verschijnen er symbolen op het display om aan te geven welke kookstand wordt gebruikt en welke accessoires nodig zijn. Zie hieronder voor de betekenis van de symbolen:



Magnetron



Grill



Vierkante Panacrunch-pan



Stoom



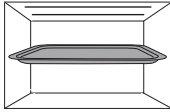


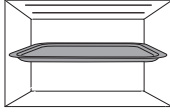


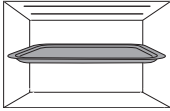


Richtlijnen

1. De Panacrunch-programma's mogen **uitsluitend worden gebruikt voor de beschreven voedselproducten**.
2. Kook alleen voedsel binnen het beschreven gewichtsbereik.
3. Weeg het voedsel altijd zelf in plaats van de gewichtsvermelding op de verpakking te gebruiken.
4. De temperatuur van ingevroren voedsel is standaard -18 °C tot -20 °C. De temperatuur van voedsel uit de koelkast is standaard +5 °C tot +8 °C.
5. De programma's 18-20 gebruiken een combinatie van **grill + magnetron**. De programma's 21-23 gebruiken een combinatie van of **stoom + grill**.
6. Gebruik uitsluitend de accessoires die zijn beschreven op pagina 55-56.
7. Meestal is het beter om voedsel te laten **rusten** na het koken met een automatisch programma, zodat de hitte naar het midden kan worden geleid.
8. Voedsel kan altijd iets variëren, dus controleer of het helemaal gaar en kokendheet heet is voordat u het opdient.
9. Als het woord "WARM" op het display verschijnt, dan is de oventemperatuur te hoog door eerder gebruik en kunt u geen automatisch programma instellen. Wel kunt u de kookstand en kooktijd handmatig instellen.


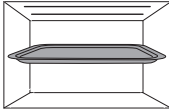

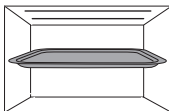

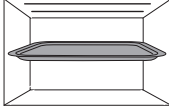
Panacrunch-programma's



Programma	Gewicht	Accessoires	Instructies
 +  18. DIEPVRIES AARDAPPEL PRODUCTEN	100 g - 500 g		<p>Bereiden van diepvries frites en aardappelproducten, zoals aardappelkoekjes, -wafels, etc. Verspreid de aardappelproducten over de vierkante Panacrunch-pan en plaats deze op het bovenste niveau. Selecteer programmanummer 18. Vul het gewicht van de diepvries aardappelproducten in. Tik op Start. Voor het beste resultaat legt u de frieten niet op elkaar. Opmerking: Aardappelproducten variëren aanzienlijk. We raden aan om enkele minuten voordat het programma klaar is te kijken hoe bruin het voedsel is. Niet geschikt voor aardappelkroketten.</p>
 +  19. VERSE PIZZA	100 g - 400 g		<p>Opwarmen en bruinen van een verse pizza uit de koelkast. Verwijder alle verpakking en leg de pizza op de vierkante Panacrunch-pan op het bovenste niveau. Selecteer programmanummer 19. Vul het gewicht van de pizza in en tik op Start. Dit programma is niet geschikt voor panpizza's, pizza's met gevulde korst of zeer dunne pizza's.</p>
 +  20. DIEPGEVROREN PIZZA	300 g - 500 g		<p>Opwarmen en bruinen van een diepvriespizza. Verwijder alle verpakking en leg de pizza op de vierkante Panacrunch-pan op het bovenste niveau. Selecteer programmanummer 20. Vul het gewicht van de diepvriespizza in en tik op Start. Dit programma is niet geschikt voor panpizza's, pizza's met gevulde korst of zeer dunne pizza's.</p>

Panacrunch-programma's

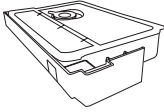


Programma	Gewicht	Accessoires	Instructies
 <p>21. VERSE VISFILETS</p>	300 g - 750 g		<p>Bereiden van verse visfilets, zoals zalm, kabeljauw, schelvis, met een maximumgewicht van 180 g per stuk met stoom + grill. Vul het waterreservoir. Leg de verse vis, met de huid omhoog, op de vierkante Panacrunch-pan. Borstel wat olie op de huid. Plaats de pan op het bovenste ovenniveau. Selecteer programmanummer 21. Vul het gewicht van de verse vis in. Tik op Start.</p>
 <p>22. VERSE HELE VIS</p>	200 g - 650 g		<p>Bereiden van verse hele vis, zoals forel, zeebrasem, makreel, zeebaars, sardines, met een gewicht tussen 100 g - 400 g per stuk met stoom + grill. Vul het waterreservoir. Leg de hele vis rechtstreeks op de vierkante Panacrunch-pan. Als u vetarme vis (zeebaars, forel) gaat bereiden, bestrijk deze dan met olie. Plaats de pan op het bovenste ovenniveau. Selecteer programmanummer 22. Vul het gewicht van de hele verse vis in. Tik op Start.</p>
 <p>23. STUKKEN KIP</p>	200 g - 650 g		<p>Bereiden van verse kippdelen, zoals drumsticks en dijnen met stoom + grill. Elk kipdeel moet tussen 100 g - 180 g wegen. Prik de huid op een aantal plaatsen door voordat u de kippdelen in de oven zet. Vul het waterreservoir. Leg de kippdelen op de vierkante Panacrunch-pan. Plaats de pan op het bovenste ovenniveau. Selecteer programmanummer 23. Vul het gewicht van de kippdelen in. Tik op Start. Controleer het waterreservoir tijdens het koken, indien nodig bijvullen.</p>

Systeemreinigingsprogramma's

F1. VOCHT AFVOEREN

Er wordt water door het systeem gepompt om de leidingen te reinigen. Dit water wordt afgevoerd naar de druijbak.



Voeg 100 g water toe aan het waterreservoir. Zorg ervoor dat de druijbak leeg is.

Tik 1x op Systeem Reinigen totdat het programma "F1 VOCHT AFVOEREN" op het display verschijnt.

Tik op Start. Leeg de druijbak zodra het programma klaar is.



Opmerking

1. Gebruik dit programma alleen als er 100 g water in het reservoir zit.
2. Verwijder de druijbak niet als het programma draait.
3. Leeg de druijbak en spoel hem af onder de kraan als het programma klaar is.



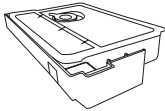
Let op

4. Als u het programma VOCHT AFVOEREN direct na een stoomkookprogramma gebruikt, dan kan het water dat naar de druijbak wordt afgevoerd heet zijn.

Systeme reinigingsprogramma's

F2. SYSTEEM REINIGEN

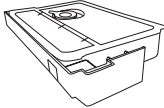
Tijdens de eerste stap reinigt dit programma het systeem met een oplossing van citroenzuur. Tijdens de tweede stap loopt er water door het systeem om de leidingen door te spoelen.



Maak een oplossing van 16 g citroenzuur en 200 g water en giet deze oplossing in het waterreservoir. Zorg ervoor dat de druiptank leeg is.

Tik 2x op Systeem Reiniging totdat het programma "F2 SYSTEEM REINIGEN" op het display verschijnt.

Tik op Start. Het programma duurt ongeveer 29 minuten.




Als het programma is gestopt, leeg dan de druiptank en vul het waterreservoir met water (tot het maximumniveau).

Tik op Start. Het programma duurt ongeveer 1 minuut. Leeg de druiptank zodra het programma klaar is.

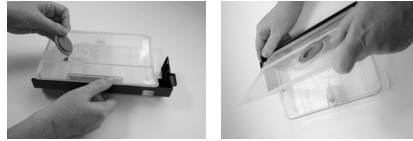
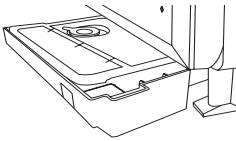


Opmerking

1. Het symbool  verschijnt op het display wanneer u het programma VOCHT AFVOEREN of SYSTEEM REINIGEN gebruikt.
2. Als u het SYSTEEM REINIGEN programma niet regelmatig gebruikt, raakt de leiding verstopt en neemt de stoomcapaciteit af.
3. Verwijder de druiptank niet als het programma draait.
4. Leeg de druiptank en spoel hem af onder de kraan als het programma klaar is.

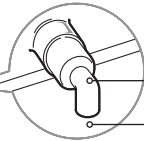
Het waterreservoir reinigen

Reinigen met een zachte spons en water.



Verwijder het waterreservoir en reinig het compartiment waar het waterreservoir in moet.

Open de dop voor de watertoevoer, verwijder het deksel en de leidingdop en reinig deze.



Leidingdop

Let erop dat deze omlaag wijst

Als de leidingdop er moeilijk afgaat, wrik hem dan voorzichtig heen en weer. Wanneer u de dop weer aanbrengt, let er dan op dat het pipje omlaag wijst (zie tekening).

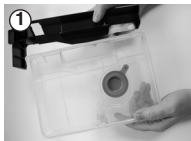
U kunt ook het voorste deksel van het reservoir verwijderen om het schoon te maken.

Verwijderen voorste deksel



1. Draai het deksel voorzichtig totdat de verre zijde losklikt.
2. Blijf draaien totdat de zijde dichtbij losklikt.

Aanbrengen voorste deksel



1. Breng de sleuven op het deksel in lijn met de gaten op het reservoir.
2. Steek het deksel erin en duw het omlaag tot het vastklikt.



Opmerking

- Reinig het waterreservoir minstens eenmaal per week om kalkvorming te voorkomen.
- Gebruik geen afwaswater om het waterreservoir of onderdelen van het waterreservoir te reinigen.

Vraag en antwoord

V: Waarom gaat de oven niet aan?

A: Als de oven niet aangaat, controleer dan het volgende:

1. Zit de stekker van de oven goed in het stopcontact? Trek de stekker uit het stopcontact, wacht 10 seconden en steek hem er weer in.
2. Controleer de groepenkast en de zekering. Schakel de zekeringautomaat op de groepenkast weer in of vervang de zekering als deze is uitgeschakeld of doorgeslagen.
3. Als de zekeringautomaat en de zekering in orde zijn, sluit dan een ander elektrisch apparaat aan op het stopcontact. Als het andere apparaat correct functioneert, dan is er waarschijnlijk een probleem met de oven. Als het andere apparaat niet correct functioneert, dan is er waarschijnlijk een probleem met het stopcontact.

Als het lijkt dat er een probleem is met de oven, neem dan contact op met een erkend onderhoudscentrum.

V: Mijn oven veroorzaakt interferentie met mijn tv. Is dit normaal?

A: Bij apparaten met wifi, bluetooth of een andere draadloze verbinding - zoals radio's, tv's, draadloze telefoons, babyfoons etc. - kan er interferentie ontstaan wanneer u kookt met de magnetronoven. Dezelfde interferentie kan zich voordoen met andere huishoudelijke apparaten, zoals mixers, stofzuigers, haardrogers, etc. Het betekent niet dat er een probleem is met uw oven.

V: De oven accepteert mijn programma niet. Hoe komt dit?

A: De oven is zodanig ontworpen dat hij een onjuiste programmering niet accepteert. Zo accepteert de oven geen vierde kookstap.

V: Soms komt er warme lucht uit de ventilatieopeningen van de oven. Hoe komt dit?

A: De warmte die ontstaat bij het bereiden van voedsel verwarmt de lucht in de ovenruimte. Deze warme lucht wordt volgens een bepaald patroon uit de oven gevoerd. Er komen geen microgolven uit de oven. U mag de ventilatiegaten van de oven nooit blokkeren wanneer de oven aanstaat.

V: Ik kan geen automatisch programma instellen en op het beeldscherm staat "WARM". Hoe komt dit?

A: Als het woord "WARM" op het display verschijnt, dan is de oventemperatuur te hoog door eerder gebruik en kunt u geen automatisch programma instellen. Wel kunt u de kookstand en kooktijd handmatig instellen.

V: Kan ik een conventionele oventhermometer gebruiken in de oven?

A: Alleen wanneer u de kookstand **grill of oven** gebruikt. Het metaal in sommige thermometers kan vonken produceren in uw oven. Daarom mag u deze niet gebruiken in de **magnetron-** of **combinatiestand**.

V: Ik hoor zoemende en klikkende geluiden uit de oven wanneer ik de **combinatiestand** gebruik. Waar komen deze geluiden vandaan?

A: De geluiden doen zich voor als de oven automatisch overschakelt van **magnetron** naar **grill/oven** om het combinatieprogramma uit te voeren. Dit is normaal.

Vraag en antwoord

- V: Mijn oven produceert een kwalijke lucht en rook wanneer ik de **combinatie-, oven- of grillstand** gebruik. Hoe komt dit?
- A: Na herhaaldelijk gebruik raden we aan om de oven te reinigen en zonder voedsel aan te zetten. Hierdoor verbrandt u alle voedsel- en olieresten die de kwalijke lucht en/of rook veroorzaken.
- V: De magnetronfunctie van de oven werkt niet meer en de melding 'H97' of 'H98' verschijnt in het display. Hoe komt dit?
- A: Dit display geeft aan dat er een probleem is met systeem dat de microgolven produceert. Neem contact op met een erkend onderhoudscentrum.
- V: De ventilator blijft draaien na het koken. Hoe komt dit?
- A: De ventilator kan blijven draaien als de oven uit is om de elektrische onderdelen af te koelen. Dit is normaal en u kunt de oven gewoon blijven gebruiken.
- V: Kan ik de ingestelde oventemperatuur controleren als ik kook of de oven voorverwarm in de **ovenstand**?
- A: Ja. Als u op Oven tikt, dan verschijnt de oventemperatuur gedurende 2 seconden op het display.
- V: "D" verschijnt in het display en de oven werkt niet. Hoe komt dit?
- A: De oven is geprogrammeerd in de **demostand**. Deze functie is bedoeld voor demonstraties in de winkel. U kunt deze functie uitschakelen door 1x op Magnetron te tikken en dan 4x op Stop/Annuleren.
- V: De hulptekst staat niet meer op het display en ik zie alleen nog cijfers. Hoe komt dit?
- A: Er kan sprake zijn van een stroomstoring waardoor de hulptekst is verdwenen. Verwijder de stekker van de oven enkele seconden uit het stopcontact en steek hem er dan weer in. Wanneer "88:88" wordt weergegeven, tikt u op Start totdat uw taal wordt weergegeven. Stel vervolgens de klok in. Zie pagina 22.
- V: De hulptekst staat niet meer op het display en ik zie alleen nog cijfers. Hoe komt dit?
- A: De hulptekst is uitgeschakeld doordat u 4x op Timer/Klok heeft getikt. Wanneer de dubbele punt of de tijdsaanduiding wordt weergegeven, moet u 4x op Timer/Klok tikken om de hulptekst opnieuw weer te geven.
- V: De oven stopt met stoomkoken of met een combinatie met stoom en 'U14' verschijnt op het display.
- A: Het waterreservoir is leeg en de hulptekst is uitgeschakeld. Vul het waterreservoir, plaats het weer in de oven en tik op Start om verder te gaan met koken. Als dit 3x gebeurt tijdens het koken, dan stopt de oven. Druk 1x op Stop/Annuleren.
- V: De toetsen op het bedieningspaneel reageren niet wanneer ik erop tik. Hoe komt dit?
- A: Controleer of de ovenstekker is ingestoken. De oven kan in de stand-by stand staan. Open en sluit de deur om de oven te activeren.

Ovenonderhoud



Belangrijk

Voor een veilig gebruik van de oven is het belangrijk dat u hem schoon houdt. Veeg de oven schoon na elk gebruik. Als u de oven niet schoon houdt, dan kan dit leiden tot slijtage van het oppervlak, waardoor de levensduur van het apparaat afneemt en er een gevaarlijke situatie kan ontstaan.

1. **Schakel de oven uit voordat u deze reinigt** en verwijder de stekker indien mogelijk.
2. **Houd de binnenkant van de oven, de deurafdichtingen en de aansluitoppervlakken goed schoon.** Wanneer er spetters voedsel of vloeistof tegen de ovenwand, de deurafdichtingen of het gebied eromheen zijn gekomen, veeg dit dan af met een vochtige doek. U kunt een mild schoonmaakmiddel gebruiken als het erg vuil is geworden. Het gebruik van krachtige schoonmaakmiddelen of schuurmiddelen raden we af.
3. Na gebruik van de stand **grill, oven, stoom** en **combinatie** moet u de ovenwanden schoonmaken met een zachte doek en zeepsop. Let er vooral op dat het venster schoon blijft, vooral na gebruik van de stand **grill, oven, stoom** en **combinatie**. Hardnekkig vuil in de oven kunt u verwijderen met een kleine hoeveelheid conventionele ovenreiniger die u op een zachte, vochtige doek spuit. Wrijf de doek over het vuil, laat de reiniger de aanbevolen tijd inwerken en veeg het af. **Spuut ovenreiniger niet rechtstreeks in de oven.**
4. Controleer na het koken met de **stoomfunctie** of er overtollig water is gecondenseerd in de ovenruimte. Zo ja, veeg dit weg. Leeg de druiptank (zie pagina 15).
5. Gebruik geen schuurmiddelen of scherpe metalen schrapers om het **glas van de oven** te reinigen omdat er dan krassen op het glasoppervlak kunnen ontstaan en het glas kan breken.
6. Reinig de **buitenkant van de oven** met een vochtige doek. Om beschadiging van de onderdelen in de oven te voorkomen, mag er geen water doordringen in de ventilatieopeningen.
7. Als het **bedieningspaneel** vuil is geworden, reinig dit dan met een zachte, droge doek. Gebruik **geen** krachtige schoonmaakmiddelen of schuurmiddelen op het bedieningspaneel. Wanneer u het bedieningspaneel reinigt, laat de oven open om te voorkomen dat de oven per ongeluk aangaat. Als u klaar bent met schoonmaken, tik dan op Stop/Annuleren om het display te resetten.
8. **Als er stoom is afgezet** op de binnenzijde of rondom de buitenzijde van de oven, veeg dit dan af met een zachte doek. Dit kan gebeuren wanneer u de magnetronoven gebruikt in zeer vochtige omstandigheden, maar het duidt in geen geval op een storing van het apparaat of lekkage van microgolven.

Ovenonderhoud

9. Maak de **bodem van de ovenruimte** regelmatig schoon. Veeg de bodem schoon met een mild schoonmaakmiddel en heet water. Navegen met een droge doek. Bij een regelmatig gebruik worden er de kookdampen afgezet. Dit heeft echter geen invloed op het oppervlak van de bodem.
10. Wanneer u **grilt** of kookt met de **oven-, stoom- of combinatiefunctie**, dan kan bepaald voedsel vetspetters op de ovenwanden veroorzaken. Als u dit vet niet uit de oven verwijderd, dan kan het zich ophopen waardoor de oven tijdens gebruik gaat 'roken'. Als ze zijn opgehoopt, zijn vetspetters moeilijker te verwijderen.
11. U mag de oven **niet** reinigen met een **stoomreiniger**.
12. Houd de ovenaccessoire schoon, vooral wanneer u magnetron- of combinatieprogramma's gebruikt.
13. Houd de **ventilatieopeningen** altijd vrij. Controleer of de ventilatieopeningen aan de rechter zijkant van de oven niet zijn verstopt door stof of ander materiaal. Als de ventilatieopeningen verstopt zijn, dan kan dit leiden tot oververhitting, slecht functioneren van de oven en zelfs tot een gevaarlijke situatie.
14. Gebruik het SYSTEEM REINIGINGS programma wanneer het bijbehorende symbool op het display wordt weergegeven. Zie pagina 57-58. Reinig het waterreservoir minstens eenmaal per week om kalkvorming te voorkomen. Zie pagina 59.

Specificaties

Fabrikant	Panasonic	
Model	NN-DS596B UPG	
Voeding	230 V 50 Hz	
Frequentie:	2450 MHz	
Ingangsvermogen:	Maximum	2010 W
	Magnetron	1000 W
	Grill	1220 W
	Oven	1270 W
	Stoom	1020 W
Uitgangsvermogen:	Magnetron	1000 W (IEC-60705)
	Grill	1200 W
	Oven	1250 W
Grillverwarming	1200 W	
Buitenafmetingen	512 mm (B) x 400 mm (D) x 347 mm (H)	
Binnenafmetingen B x D x H (mm)	335 mm (B) x 350 mm (D) x 238 mm (H)	
Netto gewicht (ca.)	16,4 kg	
Geluidsniveau	56 dB	

Gewicht en afmetingen zijn bij benadering.

Dit apparaat voldoet aan de Europese norm EN 55011 voor EMC-storingen (EMC = elektromagnetische compatibiliteit). Volgens deze norm behoort dit product tot apparatuur van Groep 2, Klasse B. Groep 2 betekent dat de radiofrequentie-energie bewust wordt opgewekt in de vorm van elektromagnetische straling voor het verwarmen van voedsel. Klasse B betekent dat dit product mag worden gebruikt voor normale huishoudelijke doeleinden.

Gefabriceerd door: Panasonic Appliances Microwave Oven (Shanghai) Co., Ltd.
888, 898 Longdong Road. Pudong, Shanghai, 201203, China.

Geïmporteerd door: Panasonic Marketing Europe GmbH

REP. EU: Panasonic Testcentrum
Winsbergring 15, 22525 Hamburg, Duitsland.

Kookboek

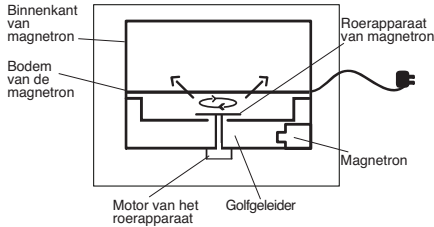


Uw Panasonic oven is uitgerust met de nieuwste technologie, die bekend staat als invertertechnologie. In Japan wordt deze unieke techniek allang gebruikt voor magnetronovens, omdat de kookprestaties van de oven hierdoor enorm verbeteren. Dankzij dit systeem zijn er minder onderdelen nodig, zodat de oven minder weegt en de binnenruimte van de oven groter is zonder extra plek in te nemen op uw werkblad.

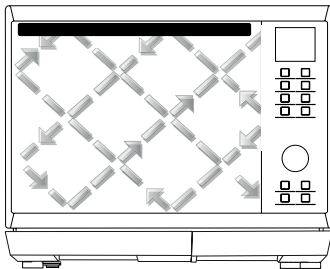
De bereidingstijden in dit kookboek zijn uitsluitend ter indicatie. De totale bereidingstijd varieert naargelang de begintemperatuur van het voedsel en waarin het wordt bereid. Controleer altijd of het voedsel kokendheet is voordat u het opdiend.

Het principe van microgolven

Microgolven zijn altijd aanwezig in de atmosfeer, zowel van natuurlijke als menselijke oorsprong. Voorbeelden van apparaten die microgolven opwekken zijn: radar, radio en televisie, mobiele telefoons.

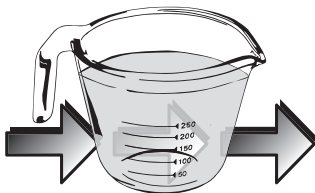


In een magnetronoven wordt elektriciteit omgezet in microgolven. Voor microgolven vanaf de onderkant, zie pagina 24 van de gebruiksaanwijzing.



Reflectie

De microgolven botsen heen en weer tegen de metalen wanden en het metalen rooster in het deurvenster.



Transmissie

Ze gaan door de schaal of het bakje met voedsel en worden geabsorbeerd door de watermoleculen in het voedsel, want alle voedsel bevat water in meer of mindere mate.



Belangrijke opmerking

Omdat het voedsel warmte uitstraalt, wordt ook de schotel waarop het ligt warm tijdens het koken. Zelfs bij het koken in de magnetron zijn overvanten gewenst! **Microgolven kunnen niet door metaal en dus kunt u geen metalen bakjes gebruiken als u alleen de magnetronfunctie gebruikt.**

Hoe microgolven voedsel laten koken

De microgolven zorgen ervoor dat de watermoleculen gaan trillen waardoor er **wrijving** en dus **warmte** ontstaat. Deze warmte zorgt ervoor dat het voedsel gaar wordt. Microgolven worden ook aangetrokken door vet- en suikerdeeltjes. Voedsel met een hoog vet- en/of suikergehalte zal dan ook sneller koken. Microgolven kunnen slechts doordringen tot een diepte van 4-5 cm. De warmte verspreidt zich vervolgens door het voedsel door middel van conductie, net als in een traditionele oven, zodat het voedsel van buiten naar binnen gaar wordt.

Voorbeelden van voedsel dat ongeschikt is voor de magnetronfunctie:

Soufflés etc. Dit soort voedsel kunt u alleen op de juiste manier bereiden met droge warmte van buitenaf en dus niet met de magnetronfunctie.

Ten slotte kunt u ook geen voedsel frituren in de magnetron.

Rusttijd

Wanneer u de magnetronoven uitschakelt, dan blijft het voedsel door conductie doorgaren en **niet door magnetronenergie**. Daarom is **rusttijd** zeer belangrijk bij het koken in de magnetron, vooral voor compact voedsel zoals vlees, cakes en voor opgewarmde maaltijden (zie pagina 67).



Gekookte eieren

Kook geen eieren in uw magnetron. Rauwe eieren die in hun schil worden gekookt, kunnen ontploffen en ernstig letsel veroorzaken.

Algemene richtlijnen

Rusttijd

Compact voedsel, zoals vlees, aardappels in de schil en cakes, moet u na het koken laten **rusten** (binnen of buiten de oven), zodat de conductiewarmte het voedsel binnenin ook gaar maakt.

■ Aardappels in de schil

Als u ze alleen met de magnetronfunctie heeft gekookt, wikkel ze dan aluminiumfolie en laat ze 5 minuten rusten. Dit is niet nodig als u ze in de **combinatiestand** heeft gekookt.

■ Vis

2-3 minuten laten rusten.

■ Eierschotels

1-2 minuten laten rusten.

■ Kant-en-klaarmaaltijden

2-3 minuten laten rusten.

■ Braadstukken

15 minuten in aluminiumfolie laten rusten.

■ Maaltijden op een bord

2-3 minuten laten rusten.

■ Groenten

Gekookte aardappels 1-2 minuten laten rusten, maar de meeste groentesoorten kunt u meteen serveren.

■ Ontdooien

Het is zeer belangrijk om het voedsel na het ontdooien te laten rusten. Deze rusttijd kan variëren van 5 minuten (bv. frambozen) tot 1-2 uur voor een groot stuk vlees. Zie pagina 87-89.

Als u het voedsel niet gaar is na de **rusttijd**, zet het dan opnieuw in de oven.



Vochtgehalte

Veel vers voedsel, zoals groente en fruit, heeft een wisselend vochtgehalte naargelang het seizoen. Aardappels in de schil zijn een goed voorbeeld hiervan. Daarom moet u de kooktijden aanpassen gedurende het jaar. Droge ingrediënten, zoals rijst en pasta, kunnen uitdrogen als ze in de kast staan. Hierdoor kan de kooktijd afwijken van pas gekochte ingrediënten.



Doorprikken

De schil of het vel van sommige soorten voedsel veroorzaakt stoomopbouw tijdens het koken. Dit voedsel moet u doorprikken of u moet een stukje schil/vel verwijderen voordat u het gaat koken, zodat de stoom kan ontsnappen. Eieren, aardappels, appels, worstjes etc. moeten allemaal worden

doorgeprikd voordat u ze gaat koken. **Gebruik de oven nooit om eieren in de schil te koken.**



Magnetronfolie

Magnetronfolie houdt het voedsel vochtig en de vastgehouden stoom versnelt de kooktijd. Als u andere folie gebruikt, moet u er gaatjes inprikken, zodat overtollige stoom kan ontsnappen. Verwijder de magnetronfolie altijd voorzichtig van de schaal, want de stoom eronder is zeer heet. Koop altijd magnetronfolie of folie waarvan de verpakking vermeldt dat het geschikt is voor de magnetron en gebruik het alleen om voedsel af te dekken. Gebruik het niet om etenswaren van elkaar te scheiden. Dek voedsel niet af als u kookt in de stand **grill**, **oven** of **combinatie**.

Algemene richtlijnen



Grootte ovengerei

Houd u aan de grootte van het ovengerei zoals beschreven in het recept, want dit heeft invloed op kook- en opwarmtijden. Uitgespreid in een grotere schaal is dezelfde hoeveelheid voedsel sneller warm.



Hoeveelheid

Kleine hoeveelheden koken sneller dan grote hoeveelheden; ook kleine maaltijden worden sneller warm dan grote porties.



Tussenruimte

Voedsel wordt sneller en gelijkmatiger gaar als u er ruimte tussen laat. Stapel voedsel **nooit** op elkaar.



Vorm

Gelijkmatige vormen worden ook gelijkmatig gaar. Voedsel wordt beter gaar in de magnetron wanneer u een ronde schaal gebruikt in plaats van een vierkante.



Dichtheid

Poreus, luchtig voedsel wordt sneller warm dan compact, zwaar voedsel.



Afdekken

Dek het voedsel af met magnetronfolie of een zelfsluitend deksel. Vis, groente, stoofgerechten, soep wel afdekken. Cake, saus, aardappels in de schil, deegwaren niet afdekken. Raadpleeg de kooktabellen en recepten."



Rangschikken

Losse etenswaren, zoals kipdelen of karbonades, moet u zodanig op een schotel leggen dat de dikkere delen aan de buitenkant liggen.



Ingrediënten

Voedsel met vet, suiker of zout wordt zeer snel warm. De vulling kan veel heter zijn dan het deeg. Eet voorzichtig. **Niet** oververhitten, zelfs niet wanneer het deeg nog niet zeer heet is.



Begintemperatuur

Hoe kouder het voedsel, hoe langer het duurt eer het warm is. Voedsel uit de koelkast wordt minder snel warm dan voedsel op kamertemperatuur. De voedseltemperatuur moet 5-8 °C zijn, voordat u het gaat koken.



Omdraaien en omroeren

Sommige etenswaren moet u tijdens de bereiding omroeren. Vlees en gevogelte moet u op de helft van de bereidingstijd omdraaien.



Vloeistoffen

Alle vloeistoffen moet u omroeren **voor, tijdens en na het opwarmen**. Vooral water moet u voor en tijdens het verwarmen omroeren, om te voorkomen dat het gaat spatten. Verwarm geen vloeistoffen die al eerder zijn gekookt. **Verhit vloeistoffen niet te lang.**



Voedsel controleren


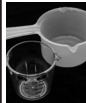
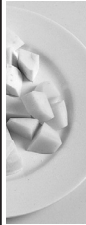




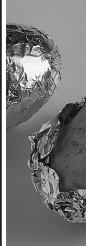
Het is belangrijk om voedsel tijdens en na de aanbevolen bereidingstijd te controleren, zelfs wanneer u een **automatisch kookprogramma** heeft gebruikt (net als u zou doen bij een conventionele oven). Zet indien nodig het voedsel terug in de oven.





Reinigen

Omdat de microgolven voedseldeeltjes verwarmen, moet u uw oven altijd schoonhouden. Hardnekkige voedselresten kunt u verwijderen met behulp van een geschikte ovenreiniger op een zachte doek. Veeg de oven droog na het reinigen. Vermijd onderdelen van kunststof en de deurzone. U mag reinigingsmiddel nooit rechtstreeks in de ovenruimte spuiten.

Overzicht ovengerei

Ovengerei		Voor Magnetron	Voor Grill	Voor Oven	Voor Stoom	Voor Combinatie (magnetron + grill, stoom + magnetron, stoom + grill, stoom + oven)
Hittebestendig glas		✓	✓	✓	✓	✓
Magnetronbestendig kunststof		✓	✗	✗	✗	✗
Hittebestendig porselein en keramiek Gebruik geen schotels met een metalen rand of dessin; of kannen en mokken met gelijmde oren.		✓	✓	✓	✓	✓
Hittebestendig aardewerk, steengoed		✗	✓	✓	✗	✗
Folie / metalen bakjes		✗	✓	✓	✗	✗
Rieten en houten manden		✗	✗	✗	✗	✗
Magnetronfolie		✓	✗	✗	✗	✗
Aluminiumfolie U mag kleine stukjes aluminiumfolie gebruiken om voedsel af te dekken ter voorkoming van oververhitting tijdens het bereiden of ontdooien. Let op: de folie mag de zij- of bovenkant van de oven niet raken.		✓	✓	✓	✗	✗

Magnetronvermogens

Vermogen	Toepassing
1000 W	Opwarmen van maaltijden en sauzen, het bereiden van vis, groenten, sauzen en conserven
270 W   (*)	Ontdooien van bevroren voedsel
600 W	Roosteren; bereiden van eiersauzen en sponscakes; opwarmen van melk
440 W	Bereiden en opwarmen van stoofschotels met kip en quiches
300 W	Bereiden van stoofschotels, rijstpudding, rijk gevulde fruitcakes en eiercustard
100 W	Verwarmen van boter, kaas, fruit of ijs; warm houden van hoofdgerechten



Opmerking

(*) CYCLISCH ONTDOOIEN met automatische rusttijd (zie pagina 87).

Grillen

Met de grillfunctie kunt u uiteenlopende etenswaren bruinen en krokant maken.

De oven heeft 3 grillstanden:

1 tik	Grill 1	1200 W
2 tikken	Grill 2	850 W
3 tikken	Grill 3	650 W
4 tikken	Panacrunch	1200 W +
	(Grill 1 + Magnetron)	440 W

Plaats het te grillen voedsel op de vierkante panacrunch-pan op het bovenste of onderste ovenniveau. Meestal moet u het voedsel halverwege de grilltijd omdraaien. Tijdens het grillen mogen gerechten nooit worden afgedekt.

Met **alleen de grillfunctie** kunt u de **magnetronfunctie niet** gebruiken.

Zie pagina's 27-28 van de gebruiksaanwijzing voor de panacrunch-stand.

Grilltijden bij benadering (Grill 1, geen voorverwarming)			
	Bovenkant	Onderkant	Ovenniveau
Ribstuk 450 g	18-20 min	ca. 10-15 min	Onderste ovenniveau
Worst 350 g (6 st.)	6-8 min	ca. 3-5 min	Bovenste ovenniveau
1 kippenpoot 250 g	13-15 min	13-15 min	Onderste ovenniveau
2 sneetjes toast 50 g	3-5 min	2-3 min	Bovenste ovenniveau



Let op

De oven en ovenaccessoires worden zeer heet. Gebruik ovenwanten.

Ovenstand

In de ovenstand kunt u voedsel van boven en onder verwarmen. Er worden **geen microgolven** gebruikt in de ovenstand. **U kunt dus metalen bakplaten en andere hittebestendig ovengerei gebruiken.** NB: temperaturen tussen 40 en 100 °C, die traditioneel niet worden gebruikt in ovens, zijn niet beschikbaar.

Voorverwarmen

Vergeet niet om de oven voor te verwarmen voor de beste resultaten wanneer u vlees, cakes en deegwaren bereidt. We raden aan om de oven dicht te houden tijdens het voorverwarmen. **U mag de oven niet voorverwarmen als de accessoires erin staat.**

Accessoires

U kunt voedsel rechtstreeks op de vierkante panacrunch-pan bereiden op het bovenste of onderste ovenniveau. U kunt ook uw eigen metalen bakblikken en ovengerei op de vierkante panacrunch-pan plaatsen op het onderste niveau. **In de ovenstand mag u geen bakblikken of ovengerei rechtstreeks op de ovenbodem plaatsen.**

Aanbevolen voor bladerdeeg, koekjes, cakerollen, brioche, sponscakes, pizza's en taarten.



Opmerking

Plaats geen schaal met voedsel van meer dan 3,2 kg op de vierkante panacrunch-pan.



Let op

De oven en ovenaccessoires worden zeer heet. Gebruik ovenwanten.

Ovenstand

Niveau	Temperatuur:	Vorbereide gerechten (voorverwarde oven)
Laag	40 °C	Rijzen van brood- of pizzadeeg.
	120 °C - 130 °C - 140 °C	Vlees- en vispastei, vlees in blik, kruiden drogen
Gemiddeld	150 °C - 160 °C	Gebakken eieren, bitterkoekjes.
	170 °C - 180 °C	Flans, custard, koekjes, sponscake, biscuits, wit vlees, gesudderd of gestoofd vlees.
Hoog	190 °C - 200 °C - 210 °C	Tulband, gratins, hele vis, savarins.
	220 °C	Gevogelte, broodjes, pizza's, bladerdeeg, fruitaarten.



Opmerking

De tabel hierboven geldt uitsluitend voor de ovenfunctie, niet voor de combifunctie.

Stoomkoken

Er zijn 3 verschillende stoominstellingen. De stoomstand is bestemd voor het koken van groente, vis, kip en rijst.

De oven heeft 3 stoomstanden:

1 tik Stoom 1

2 tikken Stoom 2

3 tikken Stoom 3

Accessoires en ovengerei

Plaats tijdens het stomen het voedsel rechtstreeks op de panacrunch-pan op het bovenste niveau. Voor het stomen van grotere etenswaren, plaatst u de pan op het onderste niveau. Tijdens het stomen verzamelen zich kooksappen in de gleuven van de pan. (Zie pagina 31-33 van de gebruiksaanwijzing)



Opmerking

Voor stoomstoten, zie pagina's 34-35 van de gebruiksaanwijzing.



Let op

De oven en ovenaccessoires worden zeer heet. Gebruik ovenwanten.

Wanneer u het voedsel uit de oven neemt, dan kan er heet water van de bovenkant van de oven druppelen

Er kan een wolk stoom ontsnappen wanneer u de deur opent. Als er stoom in de oven is, grijp er dan niet in met blote handen! Risico van brandwonden! Gebruik ovenwanten.

Wees voorzichtig tijdens het verwijderen van de druipbak. Veeg water op dat uit de linkerkant van de oven druppelt. Dit is normaal.

Combinatiekoken

Wat is combinatiekoken?

Met combinatiekoken voegt u microgolven toe aan het traditionele kookproces om de bereidingstijd met een derde of de helft te verkorten en toch de smaak van traditioneel bereid voedsel te behouden.

Hoe werkt het?

Volg de instructies op pagina's 36-39 van de gebruiksaanwijzing.

Waarschuwing!

Kies de kookprogramma's in de juiste volgorde. De combinatieprogramma's in dit boek staan in de volgorde waarin u ze kunt selecteren. Als u tijdens de bereiding op Oven tikt, verschijnt de oventemperatuur op het display. Als u vervolgens nogmaals op Oven tikt, dan kunt u de temperatuur wijzigen. Tijdens het combinatiekoken kunt u het magnetronvermogen niet wijzigen.

Wanneer voorverwarmen?

Voor slowcooking, sudderen, grote stukken vlees, gevogelte, de meeste cakes, flans en gratins hoeft u de oven niet voor te verwarmen. Voor korte bereidingstijden (minder dan 20 minuten), kleine stukken vlees, taarten, pasteitjes, desserts van bladerdeeg moet u de oven voorverwarmen.

Bij combinatiekoken met de grill en de oven hoeft u niet voor te verwarmen (dit kan dan ook niet).

De binnenkant van de oven is kleiner dan de binnenkant van een traditionele oven. Let er dus goed op dat u zich niet verbrandt wanneer u de schaal in de oven plaatst.

Met voorverwarmen

U kunt alleen voorverwarmen in stoomstand en de ovenstand. Kies combinatiekoken en tik op Start voordat u de kooktijd invoert.

Bij het voorverwarmen worden geen microgolven gebruikt. U mag de oven niet voorverwarmen als de accessoire erin staat. Wanneer de oven de vereiste temperatuur bereikt, hoort u 3 piepjes en knippert de letter "P" in het display. Plaats het gerecht in de oven (zonder op Stop/Annuleren te tikken), selecteer de kooktijd en tik op Start. Als u dit niet doet, dan blijft de oven 30 minuten op deze temperatuur en schakelt daarna automatisch uit.

Zonder voorverwarmen

Kies combinatiekoken, de Bereidingstijd en tik op Start.

Welke combinatiestand kiezen?

Combinatie- koken	Oven	Grill	Stoom	Magnetron	Aanbevolen toepassingen	Accessoire/ ovengerei
Grill + Magnetron (geen voor- verwarming)	-	1, 2 of 3	-	440 W, 300 W of 100 W	Vlees of groentegratins / krokante bovenlaag, gegrild vlees.	Rechtstreeks op de ovenbodem in een hittebestendige magnetronschaal.
Panacrunch	-	1, 2 of 3	-	440 W, 300 W of 100 W	Pizza's, diepvries aardappelproducten, broodproducten, kleine deegwaren.	Vierkante panacrunch-pan op het bovenste of onderste ovenniveau.
Stoom + Magnetron	-	-	1, 2 of 3	440 W, 300 W of 100 W	Vis, groente, kip, rijst en aardappels	Rechtstreeks op de ovenbodem in een hittebestendige magnetronschaal.
Grill + Stoom	-	1, 2 of 3	1, 2 of 3	-	Gratins, kebabs, hele vis, afbakbrood, kipdelen.	Vierkante panacrunch-pan op het bovenste of onderste ovenniveau.
Oven + Stoom	100 °C - 220 °C	-	1, 2 of 3	-	Gratins, kebabs, cakes, broodjes, hele vis.	Vierkante panacrunch-pan op het bovenste of onderste ovenniveau.

Combinatiekoken - schalen en Accessoires

Voor de meeste recepten kunt u het beste ovengerief gebruiken dat zowel **geschikt voor de magnetron** als **hittebestendig** is (Pyrex® of ovenvast porselein).

- Als u vonken ziet, zet de oven dan uit. U kunt verder koken met alleen de ovenfunctie of, indien mogelijk, met een andere schaal.

- **Gebruik geen** porselein met gouden of zilveren decoraties. Er kunnen dan vonken ontstaan die de decoratie beschadigen.

- Gebruik geen magnetronfolie tijdens het combinatiekoken.

Voorbeelden van schalen en accessoires:



Grill + Magnetron

Rechtstreeks op de ovenbodem in een hittebestendige magnetronschaal.



Stoom + Magnetron

Rechtstreeks op de ovenbodem in een hittebestendige magnetronschaal.



Panacrunch

Vierkante panacrunch-pan op het bovenste ovenniveau.



Oven + Stoom

Vierkante panacrunch-pan op het onderste ovenniveau.



Grill + Stoom

Vierkante panacrunch-pan op het onderste ovenniveau.

Richtlijnen voor opwarmen en koken

De meeste gerechten worden snel verwarmd als u de magnetron op 1000 W gebruikt. U kunt maaltijden in slechts enkele minuten weer op serveertemperatuur brengen en ze smaken dan alsof u ze vers hebt bereid. Controleer altijd of het voedsel kokendheet is en plaats het zo nodig opnieuw in de magnetron.

Als vuistregel geldt dat u voedsel met veel vocht - zoals soep, stoofgerechten en maaltijden op een bord - moet afdekken. Droog voedsel - zoals broodjes, worstenbroodjes etc. - mag u niet afdekken.

In de tabellen op pagina 78-85 ziet u hoe u uw favoriete gerechten het beste kunt koken of opwarmen. De beste methode hangt af van het soort voedsel.

Welke verwarmingsmethode, d.w.z. alleen magnetron of combinatie, het beste is, hangt af van het voedsel dat u wilt opwarmen. Voedsel dat niet bruin hoeft te worden, kunt u alleen met de magnetronfunctie verwarmen.

Denk eraan dat u voedsel, indien mogelijk, moet omroeren of omkeren wanneer u het kookt of opwarmt. Zo wordt het gelijkmatig heet, zowel aan de buitenkant als binnenin.

Wanneer is het voedsel goed warm?

Opgewarmd voedsel moet "kokendheet" worden geserveerd, zodat het overal damp. Als het voedsel hygiënisch is bereid en bewaard, dan vormt het opwarmen geen veiligheidsrisico.

Voedsel dat u niet kunt omroeren, moet u insnijden met een mes om te controleren of het door en door warm is. Zelfs als u de instructies van de fabrikant of de tijden in het kookboek heeft opgevolgd, dan nog is het belangrijk om te controleren of het voedsel daadwerkelijk door en door warm is. In geval van twijfel, moet u het opnieuw in de oven zetten en opwarmen.

Als u uw etenswaren niet kunt vinden in de kooktabel, kies dan gelijksoortig voedsel van dezelfde grootte en stel de bereidingstijd indien nodig bij.

Vergeet niet dat zelfs al voelt het deeg koud aan, de vulling kokendheet kan zijn. Het deeg wordt dan van binnenuit verwarmd. Let erop dat u het voedsel niet oververhit, want dan kan er brand ontstaan als de vulling veel vet of suiker bevat. Controleer de temperatuur van de vulling voordat u begint te eten, zodat u niet uw mond verbrandt.

Laat de oven niet onbeheerd achter. Voeg geen extra alcohol toe.



Let op - Babyflessen

Melk of flesvoeding **moet u voor en na het verwarmen goed schudden. Test het altijd eerst zelf, voordat u het aan de baby geeft.** Vloeistof aan de bovenkant van de fles is veel heter dan aan de onderkant. Daarom moet u de fles voor gebruik goed schudden en testen.



Opmerking

We raden af om de magnetron te gebruiken voor het steriliseren van babyflessen. Als u een speciale magnetron sterilisator heeft, let dan zeer goed op vanwege de geringe hoeveelheid water die wordt gebruikt. Het is zeer belangrijk om de instructies van de fabrikant nauwgezet op te volgen.

Richtlijnen voor opwarmen en koken

Voedsel in blik

Haal het voedsel uit het blik en leg het op een ovenschaal voordat u het gaat verwarmen.

Soep

Gebruik een kom en roer de soep voor, tijdens en na het verwarmen goed om.

Stoofgerechten

Roer het gerecht halverwege het opwarmen om en als het klaar is.

Maaltijden op een bord

De opwarmtijd varieert naargelang de hoeveelheid en het soort voedsel.

Compacte etenswaren, zoals aardappelpuree, moet u goed uitspreiden.

Als er veel jus is toegevoegd, kan het opwarmen wat langer duren. Leg compactere etenswaren aan de buitenrand van het bord. Het opwarmen van een doorsnee portie duurt tussen 4-7 minuten op een vermogen van 1000 W.

Tabellen voor opwarmen en koken

Voedsel	Gewicht/ hoeveelheid	Vermogen	Bereidings- tijd (ca.)	Instructies
Lichte schotels en snacks				
Tosti	150 g (1 st.)	G1 + 300 W	5-6 min	Op vierkante panacrunch-pan, onderste ovenniveau. Omdraaien zodra goudbruin.
	300 g (2 st.)	G1 + 300 W	6-8 min	
Tosti (diepgevroren)	150 g (1 st.)	G1 + 440 W	7-8 min	Op vierkante panacrunch-pan, onderste ovenniveau. Omdraaien zodra goudbruin.
Kaascroissant	110 g (1 st.)	G1 + 300 W	3-4 min	Op vierkante panacrunch-pan, onderste ovenniveau.
Kaascroissant (diepgevroren)	110 g (1 st.)	G1 + 440 W	4-6 min	Op vierkante panacrunch-pan, onderste ovenniveau.
Hotdog	140 g (1 st.)	G1 + 300 W	5-6 min	Op vierkante panacrunch-pan, onderste ovenniveau.
Hot Pocket-broodjes (diepgevroren)	115 g (2 st.)	G1 + 440 W	6-8 min	Op vierkante panacrunch-pan, onderste ovenniveau. 2 min laten rusten.
Vleespastei (diepgevroren)	140 g (1 st.)	G3 + 440 W	11-13 min	Op vierkante panacrunch-pan, onderste ovenniveau. 2 min laten rusten.
	360 g (2 st.)	G3 + 440 W	16-18 min	
Pastei met ham en kaas	150 g (1 st.)	G1 + 440 W	5-7 min	Op vierkante panacrunch-pan, onderste ovenniveau.
Pastei met ham en kaas (diepgevroren)	150 g (1 st.)	G2 + 440 W	10-12 min	Op vierkante panacrunch-pan, onderste ovenniveau. 2 min laten rusten.
Kip vol-au-vent (ragout)	100 g (6 st.)	G2 + 300 W	4-5 min	Op vierkante panacrunch-pan, onderste ovenniveau. 2 min laten rusten.
	200 g (12 st.)	G2 + 300 W	5-6 min	
Mini blader- deegsnacks (ter bereiding) (diepgevroren)	325 g (20 st.)	190 °C	25-27 min	Uitspreiden op vierkante panacrunch-pan, onderste ovenniveau.
Taartjes (diepgevroren)	290 g (20 st.)	G2 + 440 W	6-8 min	Op vierkante panacrunch-pan, bovenste ovenniveau.
Minisnacks in filodeeg (diepgevroren)	180 g (12 st.)	190 °C	16-17 min	Op vierkante panacrunch-pan, onderste ovenniveau.
Minipasteitjes met kaas (ter bereiding) (diepgevroren)	280 g	190 °C	23-25 min	Op vierkante panacrunch-pan, onderste ovenniveau.
Blini's	60 g (8 st.)	G1 + 100 W	1 min 30 s - 2 min	Op vierkante panacrunch-pan, bovenste ovenniveau. Halverwege omkeren.

Tabellen voor opwarmen en koken

Voedsel	Gewicht/ hoeveelheid	Vermogen	Bereidings- tijd (ca.)	Instructies
Lichte schotels en snacks				
Blini's (diepgevroren)	60 g (8 st.)	G1 + 440 W dan G1	1 min dan 3 min	Op vierkante panacrunch-pan, bovenste ovenniveau. Halverwege omkeren.
Vietnamese loempia's	240 g (4 st.)	G1 + 100 W	10-11 min	Op vierkante panacrunch-pan, onderste ovenniveau.
Vietnamese loempia's (diepgevroren)	240 g (4 st.)	G2 + 440 W	10-11 min	Op vierkante panacrunch-pan, bovenste ovenniveau.
Samosa's	180 g (4 st.)	G2 + 300 W	6-7 min	Op vierkante panacrunch-pan, bovenste ovenniveau. Halverwege omkeren.
Samosa's (diepgevroren)	180 g (4 st.)	G2 + 440 W	7-8 min	Op vierkante panacrunch-pan, bovenste ovenniveau. Halverwege omkeren.
Samosa's met groenten	250 g (2 st.)	G2 + 300 W	7-8 min	Op vierkante panacrunch-pan, bovenste ovenniveau. Halverwege omkeren.
Samosa's met groente (diepgevroren)	250 g (2 st.)	G2 + 440 W	9-10 min	Op vierkante panacrunch-pan, bovenste ovenniveau. Halverwege omkeren.
Gevulde gepofte aardappels met kaas	225 g (1 st.)	600 W	5-6 min	In hittebestendige schaal op ovenbodem.
	500 g (2 st.)		8-9 min	
Gevulde gepofte aardappels met kaas (diepgevroren)	225 g (1 st.)	600 W	7-8 min	In hittebestendige schaal op ovenbodem.
	500 g (2 st.)		10-12 min	
Worstenbroodje	160 g (1 st.)	G1 + 440 W	6-7 min	Op vierkante panacrunch-pan, onderste ovenniveau.
	260 g (4 st.)		6-7 min	
Worstenbroodje (diepgevroren)	160 g (1 st.)	G1 + 440 W	8-9 min	Op vierkante panacrunch-pan, onderste ovenniveau.
	260 g (6 st. snack- formaat)		11-13 min	
Gewone, met ui of Spaanse tortilla	160 g (1 st.)	G1 + 440 W	6-8 min	Op vierkante panacrunch-pan, onderste ovenniveau. Halverwege omdraaien.
	500 g (1 st.)	G1 + 440 W	8-9 min	
Gewone, met ui of Spaanse tortilla (diepgevroren)	500 g (1 st.)	G1 + 440 W	17-18 min	Op vierkante panacrunch-pan, onderste ovenniveau. Halverwege omdraaien.
Quiche	400 g (1 st.)	G2 + 300 W	12-13 min	Op vierkante panacrunch-pan, onderste ovenniveau.

G = grillverwarming

Tabellen voor opwarmen en koken

Voedsel	Gewicht/ hoeveelheid	Vermogen	Bereidings- tijd (ca.)	Instructies
Lichte schotels en snacks				
Quiche (diepgevroren)	400 g (1 st.)	G2 + 440 W	14-16 min	Op vierkante panacrunch-pan, onderste ovenniveau. Laat 5 minuten rusten.
Groentetaart	400 g (1 st.)	G2 + 300 W	12-13 min	Op vierkante panacrunch-pan, onderste ovenniveau.
Kaastaart (bevroren)	400 g (1 st.)	G2 + 440 W	16-18 min	Op vierkante panacrunch-pan, onderste ovenniveau.
Tarte flambée (taart met spek, room en ui)	170 g (1 st.)	G2 + 300 W	8-9 min	Op vierkante panacrunch-pan, onderste ovenniveau. Laat 2 minuten rusten.
	330 g (1 st.)		12-13 min	
Tarte flambée (taart met spek, room en ui) (diepgevroren)	170 g (1 st.)	G2 + 440 W	14-15 min	Op vierkante panacrunch-pan, onderste ovenniveau. Laat 2 minuten rusten.
	330 g (1 st.)		15-18 min	
Focaccia	300 g (1 st.)	G1 + Stoom 1	7-8 min	Op vierkante panacrunch-pan, onderste ovenniveau.
Focaccia (diepgevroren)	300 g (1 st.)	440 W dan G1 + Stoom 1	5 min dan 8-9 min	Op vierkante panacrunch-pan, onderste ovenniveau.
Gratins (aardappel- kroketten, moussaka, lasagne, tartiflette, shepard's pie, macaroni)	350 g	G2 + 440 W	9-10 min	In hittebestendige schaal op ovenbodem.
	800 g	G1 + 440 W	12-13 min	
	1 kg	G1 + 440 W dan G1	14-15 min dan 5 min	
	1,3 kg	G1 + 440 W dan G1	16-17 min dan 5 min	
Groentegratin (met of zonder vlees) gratin of gevulde tomaten	300 g	G1 + 440 W dan G1	5-6 min dan 5 min	In hittebestendige schaal op ovenbodem
	400 g		7-9 min dan 5 min	
	1 kg		15-16 min dan 5 min	
Gevulde champignons	400 g (4 st.)	G2 + 300 W	13-15 min	Op vierkante panacrunch-pan, onderste ovenniveau.
Gevulde aubergine	460 g (2 st.)	G1 + 440 W	7-8 min	In hittebestendige schaal op ovenbodem.
Vis in witte-wijnsaus (diepgevroren)	440 g (3 st.)	600 W	10-12 min	Afgedekt in hittebestendige schaal op ovenbodem. Halverwege omkeren.
Sint-Jakobsschelpen	200 g (12 st.)	G1 + 300 W	5-7 min	Op vierkante panacrunch-pan, bovenste ovenniveau.

Tabellen voor opwarmen en koken

Voedsel	Gewicht/ hoeveelheid	Vermogen	Bereidings- tijd (ca.)	Instructies
Bijgerechten				
Zetmeelhoudend voedsel	200 g	600 W	2-3 min	Afgedekt in hittebestendige schaal op ovenbodem.
Ovenriet, aardappelschijfjes, rösti's, geroosterde aardappels en andere aardappelgerechten	300 g	220 °C	13-15 min	Oven voorverwarmen. Op vierkante panacrunch-pan, bovenste ovenniveau. Halverwege omdraaien.
Groenten	100 g	1000 W	1 min - 1 min 30 s	Afgedekt in hittebestendige schaal op ovenbodem. Halverwege omroeren.
	200 g		1-2 min	
Aardappelpuree	500 g	1000 W	5-6 min	Afgedekt in hittebestendige schaal op ovenbodem. Halverwege omroeren.
Groentepuree	200 g	1000 W	1-2 min	Afgedekt in hittebestendige schaal op ovenbodem. Halverwege omroeren.
	500 g		4-5 min	
Groentepuree (diepgevroren)	200 g	1000 W	3-5 min	Afgedekt in hittebestendige schaal op ovenbodem. Halverwege omroeren.
	500 g		8 min	
Rijst (met 30 ml koud water)	200 g	1000 W	1 min 30 s - 2 min	Afgedekt in hittebestendige schaal op ovenbodem. Halverwege omroeren.
	500 g		3 min 30 s - 4 min	
Spaghetti met saus	200 g	1000 W	2-3 min	Afgedekt in hittebestendige schaal op ovenbodem. Halverwege omroeren.
	500 g		4 min	
	1 kg		7-8 min	
Spaghetti met saus (diepgevroren)	1 kg	1000 W	16-18 min	
Vlees en vis				
Gekonfijte eend	420 g	G2 + 300 W	11-12 min	In hittebestendige schaal op ovenbodem.
Cassoulet met worst	500 g	440 W	10-11 min	Afgedekt in hittebestendige schaal op ovenbodem.
Gepaneerde visfilet (diepgevroren)	130 g (1 st.)	G2 + 440 W	9-10 min	Op vierkante panacrunch-pan, bovenste ovenniveau.
Gepaneerde visfilet	160 g	G2 + 440 W	6-8 min	Op vierkante panacrunch-pan, bovenste ovenniveau.

G = grillverwarming

Tabellen voor opwarmen en koken

Voedsel	Gewicht/ hoeveelheid	Vermogen	Bereidings- tijd (ca.)	Instructies
Stukken bereid vlees				
Burger	65 g	600 W	1 min - 1 min 30 s	Afgedekt in hittebestendige schaal op ovenbodem.
Wit vlees	130 g (2 st.)	600 W	1 min 30 s - 2 min	
Rood vlees	130 g (3 st.)	440 W	1 min - 1 min 30 s	
Kippenpoot	200 g (1 st.)	1000 W	1 min 50 s - 2 min 20 s	
Sauzen				
Saus	250 g	1000 W	2 min - 2 min 30 s	Afgedekt in hittebestendige schaal op ovenbodem. Halverwege omroeren.
	500 g		4-5 min	
Soep	300 ml	1000 W	2-3 min	Afgedekt in hittebestendige schaal op ovenbodem. Halverwege omroeren.
	600 ml		5-6 min	
Drank				
1 kop	235 ml	1000 W	1 min 30 s	Op ovenbodem.
2 koppen	470 ml		3 min	
3 koppen	705 ml		3 min 30 s	
4 koppen	940 ml		5 min	
Melk 1 kom/mok	250 ml	600 W	2 min - 2 min 30 s	Op ovenbodem.
1 pak	600 ml	600 W	4 min 30 s - 4 min 50 s	In hittebestendige schaal op ovenbodem. Halverwege omroeren.
Babyvoedsel	70 g	600 W	15-25 s	Afgedekt in hittebestendige schaal op ovenbodem. Halverwege omroeren.
	125 g		20-30 s	
	190 g		30-40 s	

G = grillverwarming

Tabellen voor opwarmen en koken

Voedsel	Gewicht/ hoeveelheid	Vermogen	Bereidings- tijd (ca.)	Instructies
Deegwaren				
Pretzels	300 g (3 st.)	220 °C	10-12 min	Voorverwarmen. Bakpapier op vierkante panacrunch-pan leggen. Bakken op onderste ovenniveau.
Croissants	330 g (6 st.)	180 °C	18-20 min	Voorverwarmen. Bakken op vierkante panacrunch-pan op onderste ovenniveau
Chocoladebroodjes	360 g (6 st.)	180 °C	18-20 min	Voorverwarmen. Bakken op vierkante panacrunch-pan op onderste ovenniveau
Minicroissants (diepgevroren)	200 g (6 st.)	180 °C	15-16 min	Voorverwarmen. Bakken op vierkante panacrunch-pan op onderste ovenniveau
	300 g (10 st.)			
Fruitbrood (diepgevroren & voorgebakken)	400 g (11 st.)	300 W dan G2	9 min dan 5 min	Op vierkante panacrunch-pan, onderste ovenniveau.
Minicakes en deeg- waren (diepgevroren & voorgebakken)	170 g (6 st.)	G2 + 440 W	3-4 min	Op vierkante panacrunch-pan, onderste ovenniveau. Halverwege omdraaien.
Mini chocoladebroodjes (diepgevroren)	300 g (10 st.)	180 °C	15-17 min	Voorverwarmen. Bakken op vierkante panacrunch-pan op onderste ovenniveau
Brood				
Volkoren brood (diepgevroren)	400 g	G3 + 300 W	9-10 min	In hittebestendige schaal op ovenbodem. Laat 5 minuten rusten.
Naanbrood (diepgevroren)	250 g (2 st.)	G1 + 100 W	6-7 min	Op vierkante panacrunch-pan, onderste ovenniveau. Halverwege omdraaien.
Halve baguette	115 g (1 st.)	1000 W dan G2	30-60 s dan 3 min	In hittebestendige schaal op ovenbodem.
	200 g (2 st.)		40-60 s dan 3 min	
Afbakbroodjes	300 g (6 st.)	G2 + 100 W	14-15 min	Op vierkante panacrunch-pan, onderste ovenniveau.

G = grillverwarming

Tabellen voor opwarmen en koken

Voedsel	Gewicht/ hoeveelheid	Vermogen	Bereidings- tijd (ca.)	Instructies
Nagerechten				
Brownies (diepgevroren)	120 g (2 st.)	G1 + 300 W	3-4 min	Op vierkante panacrunch-pan, bovenste ovenniveau.
Zoete pannenkoeken	70 g (1 st.)	1000 W	20-30 s	In hittebestendige schaal op ovenbodem.
	140 g (2 st.)		40-50 s	
Zoete pannenkoeken (diepgevroren)	70 g (1 st.)		40-50 s	
	140 g (2 st.)		1 min - 1 min 20 s	
Gewone donuts (diepgevroren)	50 g (1 st.)	G1 + 100 W	3-4 min	Op vierkante panacrunch-pan, onderste ovenniveau. Halverwege omdraaien. 2 min laten rusten.
	100 g (2 st.)		4-5 min	
Wafels (diepgevroren)	30 g (1 st.)	G1 + 100 W	2-3 min	Op vierkante panacrunch-pan, onderste ovenniveau. Halverwege omdraaien. 2 min laten rusten.
	60 g (2 st.)	G1 + 300 W	3-4 min	
Appelkruimeltaart (diepgevroren)	600 g	G1 + 440 W	12-13 min	In hittebestendige schaal op ovenbodem.
Bitterkoekjes (diepgevroren)	130 g (12 st.)	300 W	1 min	In hittebestendige schaal op ovenbodem.
Chocoladecake met gesmolten hart	130 g (1 st.)	Stoom 1 + 440 W	1 min 30 s - 2 min	Op ovenbodem. Afdekfolie doorprikken.
Chocoladecake met gesmolten hart (diepgevroren)	130 g (1 st.)	Stoom 1 + 440 W	3 min - 3 min 30 s	Op ovenbodem. Afdekfolie doorprikken.
	220 g (1 st.)		3-4 min	
Minicakes met vloeibaar hart (diepgevroren)	240 g (12 st.)	Stoom 1 + 440 W	2-3 min	Hittebestendige schaal op ovenbodem.
Citroenschuimgebak (diepgevroren)	500 g (1 st.)	G3 + 440 W	4-5 min	Hittebestendige schaal op ovenbodem.
Appeltaart (diepgevroren & voorgebakken)	460 g (1 st.)	200 °C	18-20 min	Oven voorverwarmen. Bakken op vierkante panacrunch-pan op onderste ovenniveau.

G = grillverwarming

Tabellen voor opwarmen en koken

Voedsel	Gewicht/ hoeveel- heid	Vermogen	Bereidings- tijd (ca.)	Instructies
Nagerechten				
Tarte Tatin (voorgebakken)	545 g (1 st.)	210 °C	25-30 min	Oven voorverwarmen. Bakken op vierkante panacrunch-pan op onderste ovenniveau.
Rabarbertaart (voorgebakken)	450 g (1 st.)	200 °C	18-20 min	Oven voorverwarmen. Bakken op vierkante panacrunch-pan op onderste ovenniveau.
Apfelstrudel (voorgebakken)	300 g (1 st.)	G2 + 440 W	13-15 min	Bakken op vierkante panacrunch-pan op onderste ovenniveau.

G = grillverwarming

Kooktabel alleen stomen

Vul het waterreservoir alvorens te stomen.

Voedsel	Gewicht/ hoeveel- heid	Vermogen	Bereidings- tijd (ca.)	Instructies
Verse groente, bv. wortels, broccoli	200 g	Stoom 1	11-13 min	Groente klaarmaken. Op vierkante panacrunch-pan, bovenste ovenniveau.
	300 g		13-15 min	
Aardappels	200 g	Stoom 1	22-24 min	Snij de aardappels in even grote stukken. Op vierkante panacrunch-pan, bovenste ovenniveau.
	300 g		27-29 min	
Diepvriesgroente, bv. wortels, broccoli	200 g	Stoom 1	13-15 min	Op vierkante panacrunch-pan, bovenste ovenniveau.
	300 g		15-17 min	
Verse vis	200 g	Stoom 1	9-11 min	Op vierkante panacrunch-pan, bovenste ovenniveau. Vis in één laag leggen, niet overlappend.
	500 g		14-16 min	
Diepvriesvis	200 g	Stoom 1	14-16 min	Op vierkante panacrunch-pan, bovenste ovenniveau. Vis in één laag leggen, niet overlappend.
	500 g		19-21 min	
Kipfilets	200 g	Stoom 1	27-30 min	Elke filet moet tussen 100-250 g wegen. Op vierkante panacrunch-pan, bovenste ovenniveau.

Tips voor magnetronfunctie

Boter uit de koelkast zacht maken. 1 minuut tot 1 minuut 30 seconden op 100 W (voor 250 g). Verwijder het boterpapier.

Wellen van gedroogd fruit
6 el water toevoegen aan 200 g pruimen of rozijnen, (of gebruik rum voor bepaalde cakerecepten). Mengen en verwarmen op 1000 W gedurende 2-3 minuten. 2 minuten laten rusten

Kaas op kamertemperatuur brengen. Kaas uit de koelkast kan in de oven worden opgewarmd gedurende 30 seconden-1 minuut (afhankelijk van de grootte) op 300 W.

Blancheren van amandelen of hazelnoten.
Overgieten met heet water en 3-6 minuten koken op 1000 W (totdat het water kookt). Afspoelen met koud water en afgieten. De schil gaat er dan gemakkelijker af.

Karamel maken. Kook 100 g suiker met 2 el water in een kom gedurende 3-4 minuten op 1000 W. Na 1 minuut 30 seconden zorgvuldig controleren. Verwijder de karamel voordat deze donker kleurt. Buiten de oven wordt het proces voltooid. U kunt het koken stoppen door 2 el zeer heet water toe te voegen (let op dat het niet spat).

Gestolde honing zacht maken.
Verwijder het deksel en zet het potje in de oven. Verwarmen op 300 W gedurende 20-40 seconden afhankelijk van de hoeveelheid. Indien nodig omroeren en herhalen.

Meer sap uit een sinaasappel of citroen halen. Voor het uitpersen 1 sinaasappel of 1 citroen 20-30 seconden verwarmen op 1000 W, dan meteen uitpersen: u krijgt meer sap.

Chocolade smelten. Breek de chocolade in kleine stukjes in een kom en verwarm deze op 600 W gedurende 1 minuut 30 seconden tot 2 minuten 30 seconden voor 100 g (de verwarmingstijd kan variëren afhankelijk van het cacao- en suikergehalte). Minstens eenmaal omroeren tijdens het opwarmen.

Boter smelten. 100 g boter in een kom afgedekt met een schotel smelt in ca. 1 minuut - 1 minuut 20 seconden op 600 W.

Ijs uit de vriezer zacht maken.
Verwijder indien mogelijk het ijs uit de verpakking en leg het op een bord. Een halve liter 1-2 minuten verwarmen op 100 W en 1 liter 2-3 minuten.

Deeg laten rijzen. Leg het deeg in een afgedekte schaal in de oven en verwarm dit ca. 5 minuten op 100 W (voor 500 g deeg). Laat het deeg in de oven staan (afgedekt) totdat het volume is verdubbeld.

Bisschopswijn maken Meng 20 cl rode wijn, de schil van een citroen, een snufje kaneel, één kruidnagel en 2-4 suikerklontjes naar smaak in een hittebestendig glas (of mok). Verwarm dit 1 minuut tot 1 minuut 30 seconden op 1000 W.

Geurtjes uit de oven verwijderen.
Om vislucht uit de oven te verwijderen, plaatst u een kom heet water met citroensap in de oven. Verwarm dit 5 minuten op 1000 W. Veeg de condensatie op de ovenwanden af met een schoonmaakdoek.

Richtlijnen voor het ontdooien

Het grootste probleem bij het ontdooien van voedsel in een magnetron is ervoor zorgen dat de binnenkant ontdooit voordat de buitenkant gaar begint te worden. Daarom heeft Panasonic de oven voorzien van een **cyclisch ontdooisysteem**. U hoeft alleen het vermogen op 270 W en de benodigde tijd in te stellen. De oven verdeelt deze tijd dan in 8 fasen. Deze fasen bestaan afwisselend uit ontdooien (4 keer) en rusten (4 keer).

Tijdens de rustfasen wordt er geen magnetronvermogen opgewekt in de oven, maar het licht blijft wel branden. Door de automatische rusttijden wordt het voedsel gelijkmatiger ontdooit. Voor kleine etenswaren kan de rusttijd worden overgeslagen.

Tips voor het ontdooien

Controleer het ontdooiproces meerdere malen, zelfs als u een automatisch programma gebruikt. Hou u aan de rusttijden.

Rusttijden

Afzonderlijke porties kunnen vrijwel onmiddellijk na het ontdooien gaan garen. Het is normaal dat grote porties voedsel in het midden nog bevroren zijn. Laat het voedsel **minimaal één uur** rusten voordat u het gaat bereiden. Tijdens deze rusttijd wordt de temperatuur gelijkmatig verdeeld en is alles ontdooit door conductie. NB: Als u het voedsel niet onmiddellijk gaat bereiden, bewaar het dan in de koelkast. Vries ontdooide voedsel nooit opnieuw in zonder het eerst te bereiden.

Braadstukken en gevogelte

Het verdient de voorkeur om grote braadstukken op een omgekeerd bord of kunststof rek te leggen, zodat ze niet in hun eigen vocht blijven liggen. Het is zeer belangrijk om zachte of uitstekende voedseldelen af te dekken met stukjes folie om te voorkomen dat ze gaar worden.

Het is niet gevaarlijk om stukjes folie in uw oven te gebruiken, als ze maar niet in contact komen met de ovenwanden.

Gehakt of kleine stukjes vlees en zeevruchten

Omdat de buitenkant van dit voedsel snel ontdooit, moet u het tijdens het ontdooien regelmatig losbreken in kleinere stukken. Reeds ontdooide delen verwijderen.

Kleine voedselporties

Aaneengevroren karbonades of kipdelen moet u zo snel mogelijk van elkaar halen zodat ze gelijkmatig ontdooien. Vette delen en de uiteinden ontdooien sneller. Leg deze in het midden van een glazen schaal of bescherm ze.

Brood

Hele broden moeten 5-15 minuten rusten zodat het midden ook ontdooit. De rusttijd kan korter als u de sneetjes van elkaar haalt of de broden of broodjes doormidden snijdt.

Pieptonen

Tijdens de automatische ontdooiprogramma's klinken er pieptonen. Deze herinneren u eraan dat u het voedsel moet controleren, omroeren, delen van elkaar verwijderen of kleine delen afdekken. Als u dit niet doet, dan kan het voedsel ongelijkmatig ontdooit worden.



Ontdooitabel

Voedsel	Gewicht/ hoeveelheid	Vermogen en ontdooitijd	Minimale rusttijd
Vlees			
Braadvlees met bot #*	500 g	270 W 18-20 min	60 min
- braadvlees #*	700 g	270 W 18-20 min	60 min
- karbonades #	500 g	270 W 10-12 min	20 min
- koteletten #	250 g	270 W 6-7 min	10 min
- niertjes, in blokjes gesneden*	400 g	270 W 13-15 min	5 min
- dunne steak * (2 st.)	300 g	270 W 7-8 min	20 min
- ribbiefstuk*	170 g	270 W 5-7 min	20 min
Gehakt, worstvlees*	500 g	270 W 12-14 min	15 min
- hamburger* (1 st.)	100 g	270 W 3-4 min	10 min
(2 st.)	200 g	270 W 6-7 min	15 min
(4 st.)	400 g	270 W 8-10 min	30 min
- stoofpot vlees*	400 g	270 W 13-14 min	30 min
- gevogelte, heel #	1,5 kg	270 W 30-35 min	60 min
- gevogelte in stukjes # (4 st.)	700 g	270 W 17 min	60 min
- piepkuiken #	500 g	270 W 19-21 min	40 min
Eendenfilets* (2 st.)	400 g	270 W 12 min	30 min
Worstjes* (2 st.)	130 g	270 W 4 min	15 min
Gebakken desserts			
Victoria sponscake	350 g	270 W 4-5 min	10 min
Schwarzwalder kirsch (room)	650 g	270 W 6-8 min	90 min
Citroentaart	470 g	270 W 6-7 min	15 min
Chocoladecake	450 g	270 W 4-6 min	15 min
Kwarktaart	500 g	270 W 7 min	20 min
Deegwaren			
Zoet of kruimeldeeg #			
-blok	500 g	270 W 4-5 min	30 min
-gerold*	320 g	270 W 5-6 min	20 min
Pizzadeeg - bal*	220 g	270 W 5-6 min	20 min

Ontdooitabel

Voedsel	Gewicht/ hoeveelheid	Vermogen en ontdooitijd	Minimale rusttijd
Vis			
Heel # (2 st.)	500 g	270 W 13-15 min	20 min
Filet # (4 st.)	600 g	270 W 9-11 min	30 min
Vismoten* (2 st.)	270 g	270 W 7-9 min	15 min
Garnalen,*	200 g	270 W 6-8 min	15 min
Gepaneerde vis* (2 st.)	240 g	270 W 6 min	10 min
Diversen			
Sneetjes brood *	400 g	270 W 6 min	10 min
Boter *	250 g	270 W 3-5 min	20 min
Bessen*	300 g	270 W 6-7 min	10 min
	500 g	270 W 12-13 min	30 min
Zacht fruit *	500 g	270 W 13 min	30 min



Opmerking

De aangegeven tijden gelden uitsluitend als richtlijn. U moet tijdens het ontdooien regelmatig de deur openen om het voedsel te controleren en te rangschikken. Hierna moet u het ontdooiprogramma weer starten. U hoeft het voedsel tijdens het ontdooien niet af te dekken.



Opmerking

“#” Deze voedselproducten moet u halverwege de ontdooitijd omdraaien en de uiteinden en uitstekende afdekken met aluminiumfolie.

“**” Tijdens het ontdooien meerdere malen omroeren, omkeren of scheiden.

Vlees en gevogelte

In de oven kunt u vlees bereiden met de **combinatiefunctie** (grill + magnetron). Dit is ideaal voor kleine stukken vlees of gevogelte. Traditionele methode - **verwarmen in de oven** om vlees en gevogelte te roosteren.

De **grillfunctie** is geschikt voor kleine etenswaren of specifieke recepten. Met de **magnetronfunctie** kunt u snel fricassee, gevogelte in saus of barbecuevlees nagaren.

Het is belangrijk om het vlees na de bereiding uit de oven te halen en nog 10-15 minuten in aluminiumfolie gewikkeld te laten nagaren. Hierdoor is het bovendien makkelijker te snijden.

Accessoires, schalen e.d.

Voor handmatig **combinatiekoken** en **alleen de grillfunctie** raden we voor kleine platte stukken vlees aan om dit rechtstreeks op de panacrunch-pan te leggen op het onderste of bovenste ovenniveau. Grotere stukken kunt u in een Pyrex®-schaal op de ovenbodem leggen. Als u alleen de **ovenfunctie** gebruikt, leg de braadstukken of het gevogelte dan rechtstreeks op de vierkante panacrunch-pan op het onderste ovenniveau. Niet afdekken.

Tips voor combinatiefunctie

Voeg geen zout toe aan het vlees voordat u het bereidt. Het is beter dit naderhand te doen.

Het is belangrijk dat u het gerecht tijdens de bereiding regelmatig controleert, zodat u de bereidingstijd indien nodig kunt aanpassen.

Leg de dikste delen (bv. van kippenpoten) aan de buitenkant van de schaal.

Ovenstand

De oven is geschikt om rood of wit vlees en gevogelte op traditionele wijze te bereiden door de oven eerst voor te verwarmen.

Voorverwarmen is heel belangrijk om het vlees of gevogelte dicht te laten schroeien.

Grillstand

Met de grillfunctie kunt u dunne stukken vlees bereiden, zoals (lams)koteletten en worstjes. We raden aan om de grill voor te verwarmen.



Opmerking

In de oven-, grill- of combinatiestand mag u het vlees niet afdekken, want het bakt juist gaar door warmtestraling van de verwarmingselementen.

Bereiding met alleen de magnetronfunctie

Wit vlees en stukken kip kunt u perfect met de magnetronfunctie bereiden; dit is bovendien de snelste methode. De magnetronfunctie is geschikt voor kleine stukken vlees of kip in saus of voor het snel nagaren van fricassee of barbecuevlees.

Leg de stukken vlees in een magnetronschaal en zet deze op de ovenbodem. Bij bereiding met de magnetronfunctie raden wij aan om het vlees af te dekken met een deksel of magnetronfolie om het bereidingsproces te versnellen en spatten te voorkomen. Het is normaal dat er na bereiding van het gerecht veel vocht in de schaal achterblijft, want door de snelle bereiding met de magnetronfunctie en het ontbreken van stralingswarmte kan dit vocht niet verdampen zoals bij traditionele bereiding. Het gewichtsverlies is echter vergelijkbaar met traditionele bereiding.

Vlees en gevogelte

Stoof- en slowcook-schotels

Het is mogelijk om stoofschotels te bereiden met alleen de magnetronfunctie, maar het gaat niet sneller dan met de traditionele bereidingswijze. Voordelen zijn wel dat het vlees niet op de bodem van de schaal blijft plakken en dat er minder energie wordt verbruikt. Gebruik een Pyrex®-schaal of een ovenbestendige porseleinen schaal met deksel.

Vooraf: snijd de groente in gelijke delen en kook ze voor. Bij veel stoofschotelrecepten moet u de stukjes vlees in bloem wentelen zodat ze saus goed opnemen.

Tijdens de bereiding is het zeer belangrijk dat de stukjes vlees ondergedompeld blijven in de vloeistof. Hiervoor kunt u een schotel of een omgekeerd bord gebruiken (het vlees mag niet uitdrogen). Omdat stoofschotels een lange bereidingstijd hebben, verdampt er veel vocht. Het kan nodig zijn om extra vloeistof toe te voegen. Dek de schaal af met een deksel om de verdamping te beperken. Laat de stoofschotel 10-15 minuten koken op 1000 W en gebruik voor de rest van de bereidingstijd een laag magnetronvermogen van 300 W.

Rusttijd:

Na de bereiding is het belangrijk om het vlees af te dekken en 10-15 minuten buiten de oven te laten rusten. Zo kan het kookproces worden voltooid en verdeelt de temperatuur zich gelijkmatig.



Vlees en gevogelte (bereidingstijd voor 500 g)

Omdat vlees geen bruin korstje krijgt bij bereiding met alleen de magnetronfunctie, gelden de onderstaande bereidingstijden voor vlees dat eerst aan alle kanten is dichtgeschroeid in een koekenpan (varkensvlees, kalfsvlees, lamsvlees en rundvlees) of voor vlees dat niet gebruid hoeft te worden (kip- of konijnfilet). Vlees moet u halverwege de bereidingstijd omdraaien en als het klaar is 5-8 minuten laten rusten, tenzij anders aangegeven.

Vleessoort	Alleen magnetron	Bereidingstijd	Oven/Grill	Instructies	Schatting bereidingstijd (min)
Rund					
Rib	-	-	220 °C dan 160 °C	Voorverwarmen. Plaat op vierkante panacrunch-pan op onderste ovenniveau. Halverwege omdraaien.	10 min, dan 15-20 min (medium) 25-30 min (well done)
Braadstuk	-	-	220 °C	Voorverwarmen. Plaat op Vierkante panacrunch-pan op het onderste niveau. In folie wikkelen en 10-20 min laten rusten na bereiding.	20-22 min (rare) per 450 g
Braadstuk	-	-	220 °C	Voorverwarmen. Op vierkante panacrunch-pan, onderste ovenniveau. Voeg water toe als het vlees droog wordt tijdens de bereiding. In folie wikkelen en 10-20 min laten rusten na bereiding.	40-50 min (well done) per 450 g
Braadstuk	1000 W	8-10 min (rare) 10-12 min (well done)	-	Bereiden in een Pyrex®-braadpan met deksel op de ovenbodem. Omkeren tijdens bereiding. Na bereiding in folie wikkelen en 10 min laten rusten.	-
Stoofschotel (450-675 g)	-	-	160 °C	Voorverwarmen. In Pyrex® braadpan met deksel. Bouillon en groente toevoegen. Afdekken, op vierkante panacrunch-pan op onderste ovenniveau. Halverwege omroeren.	1 uur-1 uur 30 min
Lam					
Bout of schouderstuk met been	<1200 g 1000 W	Voor 500 g: 8-12 min (roze) 10-14 min (well done)	-	Bereiden in een Pyrex®-braadpan met deksel op de ovenbodem.	-
	-	-	180 °C	Bereiden op vierkante panacrunch-pan onderste ovenniveau. Halverwege omdraaien. Na bereiding in folie wikkelen en 10 minuten laten rusten.	20 min per 450 g plus 20 min (roze) 30 min per 450 g plus 25 min (well done)

Vlees en gevogelte

Omdat vlees geen bruin korstje krijgt bij bereiding met alleen de magnetronfunctie, gelden de onderstaande bereidingstijden voor vlees dat eerst aan alle kanten is dichtgeschroeid in een koekenpan (varkensvlees, kalfsvlees, lamsvlees en rundvlees) of voor vlees dat niet gebruid hoeft te worden (kip- of konijnfilet). Vlees moet u halverwege de bereidingstijd omdraaien en als het klaar is 5-8 minuten laten rusten, tenzij anders aangegeven.

Vleessoort	Alleen magnetron	Bereidingstijd	Oven/Grill	Instructies	Bereidingstijd ca. (in minuten)
Lam					
Koteletten 400 g (4 st.)	-	-	G1	Voorverwarmen. Op vierkante panacrunch-pan, bovenste ovenniveau. Halverwege omdraaien.	12-14 min (medium) 16-18 min (well done)
Braadstuk, rollade	-	-	180 °C	Bereiden op panacrunch-pan, onderste ovenniveau. Halverwege omdraaien. Na bereiding in folie wikkelen en 10 min laten rusten.	40-50 min (roze) 55-60 min (well done)
Stoofschotel (1,5 kg max.)	-	-	160 °C	Oven voorverwarmen. In braadpan met deksel. Bouillon en groente toevoegen. Afdekken, op vierkante panacrunch-pan op onderste ovenniveau. Halverwege omroeren.	1 uur 20 min - 1 uur 30 min
Kalf					
Braadstuk	-	-	180 °C	Voorverwarmen. Op vierkante panacrunch-pan, onderste ovenniveau. Halverwege omdraaien. Na bereiding in folie wikkelen en 10 min laten rusten.	50-55 min
	600 W	10-12 min	-	Bereiden in een Pyrex®-braadpan met deksel op de ovenbodem.	-
Stoofschotel (1,5 kg max.)	-	-	160 °C	Voorverwarmen. In Pyrex® braadpan met deksel. Bouillon en groente toevoegen. Afdekken, op vierkante panacrunch-pan op onderste ovenniveau. Halverwege omroeren.	1 uur 20 min - 1 uur 30 min
Varken					
Biefstuk	-	-	220 °C	Voorverwarmen. Bereiden op panacrunch-pan, onderste ovenniveau. Halverwege omdraaien. Na bereiding in folie wikkelen en 10 min laten rusten.	30 min op 220 °C, dan 60 min op 190 °C per 500 g
	600 W	20-24 min	-	In Pyrex® braadpan met deksel. Halverwege omdraaien.	-

G = grillverwarming

Vlees en gevogelte

Omdat vlees geen bruin korstje krijgt bij bereiding met alleen de magnetronfunctie, gelden de onderstaande bereidingstijden voor vlees dat eerst aan alle kanten is dichtgeschroeid in een koekenpan (varkensvlees, kalfsvlees, lamsvlees en rundvlees) of voor vlees dat niet gebruikt hoeft te worden (kip- of konijnfilet). Vlees moet u halverwege de bereidingstijd omdraaien en als het klaar is 5-8 minuten laten rusten, tenzij anders aangegeven.

Vleessoort	Magnetron alleen	Bereidingstijd	Oven/Grill koken	Instructies	Bereidingstijd ca. (in minuten)
Varken					
Lendestuk	-	-	180 °C	Voorverwarmen. Bereiden op panacrunch-pan, onderste ovenniveau. Halverwege omkeren. Na bereiding in folie wikkelen en 10 min laten rusten.	56-60 min
	600 W	25-30 min	-	In Pyrex® braadpan met deksel. Halverwege omdraaien.	-
Varkenslap- pen 440g (4 st.)	-	-	G1	Op vierkante panacrunch-pan, bovenste ovenniveau. Halverwege omdraaien.	18-20 min
Stoofschotel (1,5 kg)	-	-	160 °C	Voorverwarmen. In Pyrex® braadpan met deksel. Bouillon en groente toevoegen. Afdekken, op vierkante panacrunch-pan op onderste ovenniveau. Halverwege omroeren.	1 u 20 min - 1 u 30 min
Kip, parelhoen, kalkoen					
Heel ge- vogelte	-	-	190 °C	Voorverwarmen. Bereiden op panacrunch-pan, onderste ovenniveau. Na bereiding in folie wikkelen en 10 min laten rusten.	30 min per 450 g
Stukjes	-	-	G1 + 440 W dan G1	Op vierkante panacrunch-pan, onderste ovenniveau. Begin met de huid omhoog en halverwege omkeren.	15-17 min dan 2 min.
Stukjes	1000 W	7-8 min	-	In Pyrex® braadpan met deksel. Halverwege omdraaien.	-
Kalkoenrol- lade	-	-	190 °C	Voorverwarmen. Op vierkante panacrunch-pan, onderste ovenniveau. Halverwege omdraaien.	40-45 min
Kalkoendrum- stick	-	-	190 °C	Voorverwarmen. Op vierkante panacrunch-pan, onderste ovenniveau. Halverwege omdraaien.	47-49 min
Piepkuiken	-	-	190 °C	Voorverwarmen. Bereiden op panacrunch-pan, onderste ovenniveau. Halverwege omdraaien.	52-54 min

Vlees en gevogelte

Omdat vlees geen bruin korstje krijgt bij bereiding met alleen de magnetronfunctie, gelden de onderstaande bereidingstijden voor vlees dat eerst aan alle kanten is dichtgeschroeid in een koekenpan (varkensvlees, kalfsvlees, lamsvlees en rundvlees) of voor vlees dat niet gebruid hoeft te worden (kip- of konijnfilet). Vlees moet u halverwege de bereidingstijd omdraaien en als het klaar is 5-8 minuten laten rusten, tenzij anders aangegeven.

Vleessoort	Alleen magnetron	Bereidingstijd	Oven/Grill	Instructies	Schatting bereidingstijd (min)
Eend					
Hele eend	-	-	190 °C	Voorverwarmen. Huid doorprikken. Op vierkante panacrunch-pan, onderste ovenniveau.	25-27 min per 450 g
Poten (280 g)	-	-	G1 + 440 W dan G1	Huid doorprikken. Leg de eend met de huid op een lage Pyrex®-schaal op de ovenbodem. Halverwege omdraaien.	12-14 min, dan 5 min
Filet 400 g (2 st.)	-	-	200 °C	Voorverwarmen. Huid doorprikken. Op vierkante panacrunch-pan, onderste ovenniveau.	40 min
Konijn					
Heel konijn	1000 W	7-8 min	-	In een afgedekte schaal op ovenbodem. Halverwege omdraaien.	-
Wild					
Braadstuk	-	-	180 °C	Voorverwarmen. Op vierkante panacrunch-pan, onderste ovenniveau. Halverwege omdraaien. Na bereiding in folie wikkelen en 10 min laten rusten.	20-25 min per 450 g + 20 min
Braadstuk	1000 W	7-9 min per 500 g	-	Bereiden in een Pyrex®-braadpan met deksel op de ovenbodem. Halverwege omkeren.	-
Worstjes					
Chipolata, verse merguez 440 g (14 st.)	-	-	G1 + 100 W	Op vierkante panacrunch-pan, bovenste ovenniveau. Halverwege omdraaien.	12-14 min
Chipolata, verse merguez 440 g (14 st.)	1000 W	5-7 min	-	Bereiden in een Pyrex®-braadpan met deksel op de ovenbodem.	-
Diepgevroren chipolata's 270 g (10 st.)	-	-	G1 + 300 W	Op vierkante panacrunch-pan, bovenste ovenniveau. Halverwege omdraaien.	9-11 min
Dikke saus - varkens- & rundvlees 450 g (8 st.)	-	-	G1	Voorverwarmen. Op vierkante panacrunch-pan, bovenste ovenniveau. Halverwege omdraaien.	12-15 min
Diepvries 230 g (5 st.)	-	-	G1 + 440 W	Op vierkante panacrunch-pan, bovenste ovenniveau. Halverwege omdraaien.	10-12 min

G = grillverwarming

Vis

Vis is heel goed te bereiden in de magnetron, want het droogt niet uit. Bovendien ontstaan er geen visluchtjes zoals bij conventionele ovens.



Rangschikken

Rol dunne filets (bv. scholfilets) op voor u ze in de oven zet om te voorkomen dat de dunne delen zoals uiteinden en staart te gaar worden.



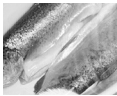
Vloeistoffen

U kunt verse vis besprenkelen met 30 ml citroensap of witte wijn. Besprenkel bevroren vis op dezelfde wijze, voor een gelijkmatige garing.



Grote vissen (zwaarder dan 400 g)

We adviseren om grote vissen halverwege de bereidingstijd om te keren en de kop en staart af te dekken met aluminiumfolie zodat deze niet te gaar worden. (Let op: de aluminiumfolie mag de zijanten van de oven niet raken).



Afdekken

Dek vis altijd af. Dit kunt u doen met magnetronfolie of door een schaal met deksel te gebruiken.



Vismoten

Rangschik vismoten in een cirkel met de dikke delen naar buiten gericht. Zo voorkomt u dat de dunne uiteinden te gaar worden en uiteenvallen.

Wanneer is vis klaar?

Vis is klaar wanneer het gemakkelijk schilfert en ondoorzichtig is geworden. Onthoud dat vette vis (zalm, makreel, heilbot) sneller gaar is dan magere vis (kabeljauw, nijlbaars, tilapia).

Rusttijd

Laat vis **na bereiding** 2-3 minuten rusten. Hiervoor hoeft de vis niet in de oven te staan, dus u kunt uw oven voor andere gerechten gebruiken.

Vis en papillote

U kunt vis en papillote (vispakketjes in papier) bereiden door de aluminiumfolie te vervangen door bakpapier (geschikt voor de magnetron).

Hele vis

Als u twee hele vissen tegelijk bereidt, dan moet u voor een gelijkmatige garing de kop van de ene vis naast de staart van de andere leggen. Tijdens de bereiding van een grote, hele vis moet u halverwege de bereidingstijd de kop en staart afdekken met gladde stukken aluminiumfolie die u vastpriket met cocktailprikkers.

Zout

Strooi geen zout op de vis voordat u deze gaat bereiden, want hierdoor kan de vis uitdrogen.

Vis

Vis bereiden in de grill- of combinatiestand

Bestrijk de vis met gesmolten boter of olie om hem sappig te houden. Leg de vis op de vierkante panacrunch-pan. U mag GEEN zout toevoegen, maar er desgewenst wel wat peper of kruiden over strooien. Gebruik combinatie GRILL 1 + MAGNETRON 300 W en gaar de vis ca. 6-8 minuten.

(3-4 minuten aan elke zijde) voor kleine vis (forel, makreel). Gebruik Combination Grill 1 + 440 W voor grotere vis (zeebrasem, baars). Bijvoorbeeld: 2 zeebrasems van ca. 600 g zijn in 9 minuten gaar (4,5 minuut aan elke zijde) als u de combinatie GRILL 1 + MAGNETRON 440 W gebruikt.

Bereiding met de ovenfunctie

Voor de bereiding van vispakketjes in aluminiumfolie of grote vissen, verwarmt u de oven voor op 180 °C en plaatst de vierkante panacrunch-pan op het onderste ovenniveau. 500 g zalmfilet (4 zalmfilets van ca. 125 g per stuk) bakt u in ca. 25 minuten gaar op stand OVEN 180 °C.

Bereidingstijd voor 500 g in minuten, in een ovenschaal op de ovenbodem.

Voedsel	Vers		Diepgevroren	
	Vermogen	Tijd	Vermogen	Tijd
Dunne visfilets	600 W	5-7 min	1000 W	9-10 min
Dikke visfilets	600 W	6-7 min	1000 W	10-12 min
Vismoten	600 W	6-8 min	1000 W	11-13 min
Hele vis	600 W	5-7 min	1000 W	10-12 min
Garnalen,*	600 W	5-7 min	-	-
Mosselen*	600 W	5-7 min	-	-
Sint-Jakobsschelpen *	600 W	5-7 min	-	-
Inktvis *	600 W	6-7 min	1000 W	10-11 min
Dunne visfilets 350 g **	Stoom 1 + 440 W	6-8 min	-	-
Zalmfilet 400 g **	Stoom 1 + 440 W	6-8 min	-	-

*: Voor dit soort vis en voor schaal- en schelpdieren wordt het automatische programma afgeraden.

** Voor stand STOOM + MAGNETRON: voeg geen vloeistof toe en dek het gerecht niet af.



Water toevoegen

Aan groenten die al zeer veel water bevatten - zoals tomaten, courgettes, aubergines, diepvriesgroente voor ratatouille, paddenstoelen, spinazie, andijvie, sla, uien, het meeste fruit, etc. - moet u weinig of geen water toevoegen, omdat de magnetron dit water gebruikt om het voedsel te verwarmen.

Bij groente dat vrij veel water bevat kunt u 1 el water toevoegen per 100 g, om stoom te creëren, zodat de groente kan koken en niet uitdroogt: bloemkool, prei, broccoli, spruiten, venkel, wortels, selderij, asperges, sperziebonen, aardappels, kool, raap, artisjokken, etc. Bij diepvriesgroente moet u 1-3 el water toevoegen.

Bij groente met relatief weinig water kan het nodig zijn water toevoegen, zoals: erwten, tuinbonen, snijbonen, sperziebonen.

In alle gevallen moeten de groenten (behalve hele bloemkolen) worden gekookt op 1000 W. Zout moet u pas naderhand toevoegen. De reden hiervoor is dat zout het natuurlijke vocht van de groenten absorbeert, zodat ze droger worden.

Snijd de groente indien mogelijk in gelijke stukken. Het is belangrijk om de groente te koken in een kom van de juiste grootte. Dek de kom af met een deksel of magnetronfolie. Grote, brede kommen zijn beter dan smalle, hoge kommen.



Groente



Handmatige kooktabellen voor verse/diepvriesgroente bij een vermogen van 1000 W voor 500 g (tijdsduur in minuten). Het voedsel halverwege de bereidingstijd omkeren.

Groente	Vers	Diepvries
Artisjokken:		
- heel 250 g (1 st.)	9-10	-
- harten 150 g (2 st.)	9-11	8
Asperges*	8-10	-
Aubergines	9-11	-
Rode biet* (in stukjes)	15-17	-
Snijbiet	7- 9	13-14
Broccoli, Romanesco	8- 9	12-13
Champignons	8-9	11-12
Wortel:		
- ronde schijfjes	8-10	12-13
- repen	12-14	12
Kool*	12-14	-
Spruitjes	9-10	9-11
Bloemkool	8-10	9-10
Knolselderie - doppelsteentjes	8- 9	10
Selderij*	15-17	-
Courgettes	7-8	10-12
Andijvie 400 g	10-12	16-17
Spinazie:		
- gehakt (geen water toevoegen)	-	12
- bladeren (300 g)	7-8	-
Tuinbonen* extra water toevoegen	16-19	18-20
Venkel:		
- heel of in twee stukken gesneden	10-12	-
- fijngehakt	12-14	-
Sperziebonen	12-13	11-13
Snijbonen	10-12	-
Gemengde groente*	-	14-16
Maïskolf (2 kolven)*	8-10	12-15
Zoete maïs	3-4	-

Groente	Vers	Diepvries
Rapen - dobbelsteentjes	10-12	11-13
Uien - gehakt	9-10	14-16
Pastinaak - repen	7-9	-
Zoete aardappel	10-11	-
Erwten*	10-12	13-15
Peultjes	10-12	-
Prei:		
- dun gesneden	8-10	14-15
- in ronde schijfjes gesneden	8-10	14-15
Pompoen gehakt	9-10	11
Paprika - repen	8 - 10	13
Aardappels:		
- hele aardappels (< 220 g)	12-13	-
Aardappelschijfjes	10-11	-
Schorseneer	10-14	12-15
Tomaten* (geen water toevoegen)	4-5	-



Opmerking

*** Voor deze groenten raden we af om het automatische menu te gebruiken.



Een hele bloemkool moet ondersteboven op 600 W en met 150 ml water worden gekookt gedurende 12-14 min (naargelang de grootte van de bloemkool).

Bereidingstabellen



Voedsel	Gewicht/ hoeveelheid	Vermogen	Tijd (ca.)	Aanwijzingen/richtlijnen
Diepvriesgroenten				
Tuinbonen	200 g	Stoom 1 + 440 W	8 min	In Pyrex®-schaal op ovenbodem.
Sperziebonen	200 g	Stoom 1 + 440 W	8 min	
Broccoli - roosjes	250 g	Stoom 1 + 440 W	8 min	
Wortels - gesneden	200 g	Stoom 1 + 440 W	7 min	
Bloemkool	250 g	Stoom 1 + 440 W	10 min	
Gedroogde groenten	200 g	Stoom 1 + 440 W	8 min	
Erwten	200 g	Stoom 1 + 440 W	7 min	
Sojabonen	200 g	Stoom 1 + 440 W	8 min	
Groenten om te stomen	150 g	Stoom 1 + 440 W	5 min	
Zoete maïs	200 g	Stoom 1 + 440 W	8 min	
Verse groenten				
Asperge (fijn)	200 g	Stoom 1 + 440 W	6 min	In Pyrex®-schaal op ovenbodem.
Babymaïs	200 g		5 min	
Tuinbonen	200 g		8 min	
Snijbonen	200 g		8 min	
Rode biet	450 g		15 min	
Broccoli	250 g		8 min	
Spruitjes	200 g		6 min	

Bereidingstabellen



Voedsel	Gewicht/ hoeveelheid	Vermogen	Tijd (ca.)	Aanwijzingen/richtlijnen
Verse groenten				
Spinazie	200 g	Stoom 1 + 440 W	5 min	In Pyrex®-schaal op ovenbodem.
Kool - gesneden	300 g		12 min	
Wortels - gesneden	200 g		8 min	
Bloemkool - roosjes	300 g		7 min	
Courgettes - repen	250 g		8 min	
Maïskolf	2		13 min	
Pastinaak	300 g		6 min	
geblancheerde repen om te roosteren	300 g		7 min	
Erwten	200 g		5 min	
Suikererwten	200 g		8 min	
Aardappels - gekookt	500 g		15 min	
Aardappels - geblancheerd	500 g		12 min	
Aardappels in de schil - 250 g elk	1	1000 W	7 min	In Pyrex®-schaal op ovenbodem.
	2		12 min	
	4		23 min	
	1	G1 + 440 W	15 min	
	2		23 min	
	4		35 min	
Muskaatpompoen	300 g	Stoom 1 + 440 W	12 min	In Pyrex®-schaal op ovenbodem.
Koolraap - in blokjes	400 g		12 min	
Soep van zoete aardappels	400 g		12 min	
Raap - dobbelseentjes	300 g		12 min	



Te controleren

Controleer altijd of het voedsel kokendheet is na bereiding in de magnetron. Als u niet zeker bent, plaats ze dan terug in de oven. Het bereide voedsel moet **rusten**, vooral als het niet kan worden doorgeroerd. Hoe compacter het voedsel, hoe langer het moet rusten.

Eieren en kaas

Eieren zijn delicate producten die speciale aandacht vereisen. Als u ze rechtstreeks in de oven legt, dan zullen ze ontploffen door de druk die binnen de schil wordt opgebouwd. Ook uit de schil zal de dooier ontploffen als u het vlies niet doorprik. Prik de dooier dus in het midden door met bijvoorbeeld een cocktailprikker; als het ei vers is, dan loopt de dooier niet leeg. De dooier en het eiwit reageren anders op de microgolven en helaas is de dooier sneller gaar. Wanneer u de eieren heeft geklopt (omelet), dan moet u de randen halverwege de bereidingsstijd naar het midden vouwen.

Gepocheerde eieren

Verwarm 50 ml water met zout en een scheutje azijn gedurende 1 minuut op 1000 W. Breek het ei in het kokende water en prik de dooier en het eiwit zorgvuldig door met een cocktailprikker; Dek het ei af en kook het 40-60 seconden op 600 W (afhankelijk van de grootte van het ei). Laat het 1 minuut rusten, vervolgens laten uitlekken en serveren.

Roereieren

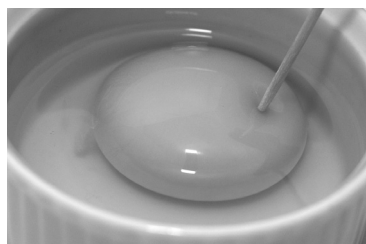
Meng 2 rauwe eieren in een kom met een beetje room of melk, een klontje boter, zout en peper. Dek het mengsel af en kook het 40 seconden op 1000 W. Neem het uit de oven en klop het stevig op met een vork. Zet het roerei opnieuw 30-50 seconden in de oven op 1000 W. De eieren moeten romig blijven.

Oeufs cocotte

Breek het ei in een beboterde ramekin (klein ovenschaaltje) en voeg zout en peper toe. Prik de dooier en het eiwit door met een cocktailprikker. Voeg de gewenste ingrediënten toe (room, champignons, viskuit etc.). Dek de pan af en laat het geheel 1 minuut en 20 seconden tot 2 minuten en 10 seconden per ei koken op 300 W, afhankelijk van de grootte van het ei en de hoeveelheid garnering.

Kazen

Elke kaassoort heeft zijn eigen bereidingswijze: hoe vetter de kaas, hoe sneller hij smelt. Als u kaas te lang verwarmt, wordt het hard. Indien mogelijk adviseren we om geraspte kaas op het laatste moment toe te voegen (pasta, gratins, etc.).



Droog, zetmeelhoudend voedsel en groente

Het bereiden van gedroogde groenten duurt in de magnetron even lang als met traditioneel kookmethoden. Het is wel zo dat u dit voedsel zeer snel kunt opwarmen zonder dat het een opgewarmde smaak krijgt, mits u het opwarmt in een afgesloten bak vermengd met boter of saus.

Gebruik voor het koken een grote bak (om overkoken te voorkomen). Dompel de groente volledig onder water of bouillon. Na bereiding minstens 5-8 minuten laten rusten.

Rijst, tarwe en quinoa

Wanneer het water kookt, het product toevoegen. Rijst moet circa 17-20 minuten koken op 300 W en tarwe en quinoa 14-18 minuten op 300 W. Deze bereidingstijden gelden niet voor voorgekookte rijst of tarwe.

Pasta

Vergeet niet om zout toe te voegen aan het water en de pasta tijdens het koken eenmaal om te roeren. Wanneer het water kookt, de pasta toevoegen en 10 of 12 minuten laten koken op 1000 W voor 250 g pasta (1 liter water).

Gedroogde groenten

Dompel de groenten volledig onder in water en laat ze één nacht weken. De volgende dag afspoelen en uit laten lekken. Leg de groente in ruim water. Voeg geen zout toe voor het koken (dit verhardt de gedroogde groenten). 10 minuten koken op 1000 W dan 15-30 minuten op 300 W. Indien nodig tijdens het koken zout toevoegen: de gedroogde groenten moeten altijd in water liggen.

Aardappels in de schil

De ene aardappelsoort is beter geschikt voor bereiding in de magnetron dan de andere. Het ideale gewicht van de aardappels die u in de magnetron of de combinatiestand wilt koken is 200 g - 250 g. Met de magnetronfunctie kookt u aardappels in de schil sneller dan in de combinatiestand, maar de aardappels zijn dan wel zachter. Bij combinatiekoken wordt de aardappel droger en harder. Als u de aardappels aan het einde van de bereiding wilt bruineren, gebruik dan de **grillfunctie** (zie tabel hieronder).

Was de aardappels voordat u ze gaat koken en prik enkele gaatjes in de schil.

Neem de aardappels uit de oven als ze gaar zijn en wikkel ze in zilverpapier om ze warm te houden. 5 minuten laten rusten



Aardappels in de schil in Pyrex®-schaal op ovenbodem - Handmatige kooktabel

Hoeveelheid	Min op 1000 W	Min op G1 + 440 W
1 st. (ca. 250 g)	7 min	13-15 min
2 st. (ca. 500 g)	12 min	22-24 min
4 st. (ca. 1 kg)	23 min	35 min

Desserts - deegwaren

De oven heeft verschillende functies om gerechten te bereiden. Afhankelijk van het gewenste resultaat, kiest u de bijbehorende functie.

- De **magnetronfunctie** is niet alleen perfect en snel voor vla en pudding, flans, gepocheerd fruit en compotes, maar ook voor cake die wel moet rijzen maar niet bruin hoeft te worden aan de bovenkant (bv. chocoladecake en gevulde sponscake).
- Voor bepaalde gerechten moet de **traditionele ovenfunctie** worden gebruikt, zoals savarins, koekjes, zoete hapjes, zandkoekjes, hapjes van bladerdeeg en taarten.
- De **stoomfunctie** is ideaal voor sponscakes, want de cake krijgt hierdoor een luchtige structuur en wordt niet droog. Als u een extra stoomstoot toevoegt tijdens de bereiding dan verbetert u de hitteverdeling en zullen sponscakes en gerechten met bladerdeeg beter rijzen (zie pagina's 34-35 van de gebruiksaanwijzing).

Bereiding met alleen de magnetronfunctie:

Met de magnetronfunctie kunt u perfect en snel fruit, compote, vla, pudding en banketbakkersroom bereiden. De magnetronfunctie is ook zeer geschikt voor het bereiden van zetmeelhoudende soorten pudding met bv. rijst, tapiocameel en griesmeel; de pudding zal niet aan de bodem van de schaal vastkleven. De magnetronfunctie is tot slot ook zeer handig voor het smelten van boter, chocolade en gelei en het maken van karamel.

Ovengerei en accessoires

Plaats magnetronbestendig ovengerei direct op de ovenbodem. Gebruik bij voorkeur rond ovengerei.

Deksel

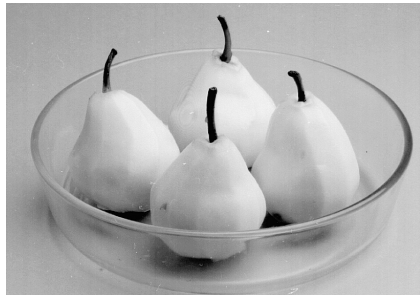
- Cake: **Niet** afdekken.
- Fruit: fruitcompotes die weinig water bevatten dekt u af, compotes die veel water bevatten dekt u niet af.

Fruit

Voor het koken van 4 middelgrote geschilderde peren, stelt u de oven in op 5-7 minuten, stand MAGNETRON 1000 W. Dek de peren af en keer ze halverwege de kooktijd. Voor het koken van 500 g in vieren gesneden appels of peren: Leg de parten in een schaal, voeg 5 eetlepels water toe, dek de schaal af en stel de oven in op 5-7 minuten, stand MAGNETRON 1000 W. Ongesneden fruit, afhankelijk van de grootte, iets langer koken. Voor de bereiding van 500 g compote schilt u het fruit, snijdt het in kleine stukjes en kookt de compote 6-8 minuten op stand MAGNETRON 1000 W. Geen vloeistof toevoegen. De kooktijd van fruit is altijd afhankelijk van de rijpheid en het suikergehalte van het fruit. Als u gedroogde vruchten toevoegt aan een cakebeslag, zorg er dan voor dat ze niet op het beslag liggen, want door het hoge suikergehalte van de vruchten zullen de bovenliggende vruchten verbranden in de oven.

Handige tips

De magnetronfunctie is niet geschikt voor het bereiden van soufflés, want die zakken in zodra u ze uit de oven haalt. Kookdeeg voor bv. soezen wordt niet hol, omdat er geen korstvorming plaatsvindt met de magnetronfunctie. Zonder korst kan het deeg de lucht in het gebak niet vasthouden. Kant-en-klaar cakemix is echter wel geschikt voor de magnetron. Voor het bereiden van de cakebeslag volgt u de instructies op de verpakking. Vervolgens bakt u de cake 4-7 minuten op stand MAGNETRON 600 W in een magnetronbestendige schaal.



Algemeen advies voor bereiding met de magnetronfunctie

Controleer het gerecht regelmatig tijdens de bereiding: In de magnetronfunctie is een bereidingstijd van een paar minuten voldoende; een minuut extra kan de cake uitdrogen. Is de cake nadat hij is afgekoeld hard, dan was de bereidingstijd te lang of het magnetronvermogen te hoog.

Als de zijkanten van de cake gemakkelijk van de bakvorm loslaten, is de cake gaar. Dit kunt u ook controleren door met de punt van een mes in het midden van de cake te steken. Als het mes schoon blijft, dan is de cake gaar.

Ovengerei

Als u ovengerei gebruikt dat sterk afwijkt van het ovengerei dat in het recept is beschreven (bv. meerdere ovenschaaltjes in plaats van één grote schaal) dan krijgt u een

ander eindresultaat. Eenzelfde hoeveelheid is namelijk sneller gaar in meerdere kleine schaaltes dan in één grote schaal. Bekleed bakvormen met bakpapier, dan kunt u het gerecht beter uit de vorm nemen.

Cake bewaren

Houd de cake zacht door hem, zodra hij is afgekoeld, in huishoud- of aluminiumfolie te wikkelen.



Bereiding met de traditionele ovenfunctie

Voor bepaalde soorten gebak moet u de ovenfunctie gebruiken, zoals voor savarins, koekjes, sponscakes, muffins, clafoutis, crème karamel en fruitaarten.

Accessoires:

Gebruik voor het bakken van taartbodems metalen bakvormen en verwarm de voor, stand **oven** 220° C. Kies de gewenste (lagere) temperatuur wanneer u de taart in de oven zet.

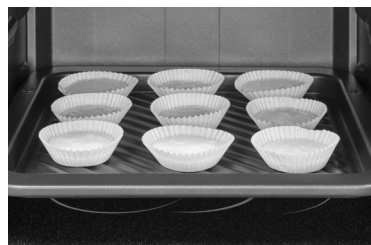
In de ovenstand kunt u gerechten rechtstreeks op de vierkante panacrunch-pan bakken op het onderste of bovenste niveau, zoals koekjes, biscuits, croissants en kleine cakes.

U kunt ook uw eigen metalen bakblikken en ovengerei op de vierkante panacrunch-pan plaatsen op het onderste niveau, voor bv. sponscakes en fruitaarten.

Ovengerei

U kunt elk hittebestendig ovengerei gebruiken (metaal, siliconen, Pyrex® of ovenbestendig porselein). Bakplaten die u op de vierkante panacrunch-pan plaatst, mogen niet groter zijn dan 25 x 25 cm.

Voorverwarmen aanbevolen. U mag de oven niet voorverwarmen als de vierkante panacrunch-pan erin staat.



Veelgestelde vragen

Probleem	Oorzaak	Oplossing
In de magnetron bereid voedsel koelt snel af.	Voedsel niet door en door verwarmd.	Zet voedsel terug in magnetron. Voedsel uit de koelkast heeft meer bereidingstijd nodig dan voedsel op kamertemperatuur.
Rijstebrij en stoofgerechten koken over bij bereiding in magnetron .	Schaal te klein.	Schaal moet tweemaal voedselvolumen kunnen bevatten.
Voedsel gaat te langzaam bij bereiding in magnetron .	Oven krijgt te weinig stroom.	Oven heeft afzonderlijk stopcontact nodig.
	Voedsel uit koelkast kouder dan voedsel op kamertemperatuur.	Bij kouder voedsel bereidingstijd verlengen.
Vlees is taai bij bereiding in magnetron - of combinatiestand	Magnetronvermogen te hoog.	Gebruik lager vermogen voor vlees.
	Vlees gezouten voor bereiding.	Niet zouten voor bereiding. Voeg zonodig na bereiding zout toe.
Cake in midden niet gaar bij bereiding in magnetron .	Te korte bereidings- en/of rusttijd.	Bereidings-/rusttijd verlengen.
Roereieren of gepocheerde eieren zijn taai en rubberachtig bij bereiding in magnetron .	Bereidingstijd te lang	Controleer regelmatig bij bereiden van kleine hoeveelheid eieren.
Quiche en eiercustard zijn taai en rubberachtig bij bereiding in magnetron .	Magnetronvermogen te hoog.	Gebruik lager vermogen voor deze gerechten.
Kaassaus is taai en draderig bij bereiding in magnetron .	Kaas te vroeg toegevoegd aan saus.	Kaas toevoegen aan einde bereidingstijd. Door hitte van saus smelt de kaas.

Veelgestelde vragen

Probleem	Oorzaak	Oplossing
Groente is droog bij bereiding in magnetron .	Bereid zonder deksel.	Afdekken met deksel of magnetronfolie.
	Laag vochtgehalte, bv. oude wortelgroente.	2-4 el water extra toevoegen.
	Zout toegevoegd voor bereiding.	Voeg na bereiding zonodig zout toe.
Er ontstaat condensatie in de oven.	Dit is normaal en betekent dat het voedsel meer vocht produceert dan de oven kan verdrijven.	Wegvegen met zachte doek.
Er komt warme lucht door de deurafdichting.	De ovendeur is niet luchtdicht.	Dit is normaal en duidt niet op lekkage van microgolven.
Er ontstaan blauwe vonken bij metalen voorwerpen.	Gebruik geen metalen ovengerei met alleen de magnetronfunctie . Controleer bij een combinatieprogramma vooraf of het ovengerei geen vonken veroorzaakt.	Stop de oven direct . Gebruik geen metalen ovengerei met alleen de magnetronfunctie .
De grill schakelt aan en uit tijdens gebruik van grill - of combinatiestand	Tijdens grillen schakelt de grill aan en uit, zodat het voedsel niet verbrandt voordat het van binnen gaar is.	Dit is normaal.
De hulptekst staat niet meer op het display en ik zie alleen nog cijfers.	Er kan stroomstoring zijn geweest waardoor de hulptekst is verdwenen.	Verwijder stekker van oven enkele seconden uit stopcontact en steek opnieuw in. Als "88:88" op display verschijnt, tik dan op de startknop totdat uw taal verschijnt. Stel vervolgens de klok in.

Soep van zoete aardappels

Ingrediënten

4 personen

1 middelgrote ui, grofgehakt
15 ml olijfolie
2 teentjes knoflook, geplet
700 g zoete aardappels, geschild en gesneden
1 grote rode paprika, zaden verwijderd en gesneden
700 ml groentebouillon
150 ml kokosmelk
zout en peper

Benodigheden: 1 Pyrex® ovenschaal met deksel, inhoud 3 liter

Accessoires: geen

Vul het waterreservoir

1. Doe de ui, olie en knoflook in de ovenschaal.
2. Plaats de schaal op de ovenbodem en stooft het mengsel 4 minuten, stand STOOM 1 + MAGNETRON 440 W.
3. Voeg de aardappels en paprika toe. Kook het gerecht 10 minuten, stand STOOM 1 + MAGNETRON 440 W. Voeg de bouillon toe, dek de schaal af en kook de soep ca. 20 minuten, stand MAGNETRON 300 W tot de aardappels gaar zijn. Roer de soep halverwege de bereidingstijd een keer door.
4. Laat even afkoelen. Pureer de soep in de blender tot een gladde massa. Roer de kokosmelk erdoor en breng op smaak met zout en peper.
5. Verwarm de soep nog 3 minuten op stand MAGNETRON 600 W, zodat hij door en door heet is.

Soep van tomaat en rode paprika

Ingrediënten

4 personen

5 grote tomaten
30 ml olijfolie
1 ui, gesnipperd
450 g rode paprika, dun gesneden
30 ml tomatenpuree
1 mespuntje suiker
475 ml groentebouillon
zout en peper

Benodigheden: 1 middelgrote Pyrex® kom, 1 grote Pyrex® ovenschaal met deksel

Accessoires: geen

1. Leg de tomaten 30 seconden in een middelgrote schaal in kokend water, daarna kunt u ze ontvellen. Snijd het vruchtvlees in blokjes en bewaar het sap. Doe de helft van de olie samen met de ui in de Pyrex® ovenschaal en dek de schaal af met magnetronfolie. Plaats de schaal 2 minuten op de ovenbodem, stand MAGNETRON 1000 W en roer de uien eenmaal om.
2. Voeg de paprika en de resterende olie toe en roer goed door. Dek de schaal af en stel de oven in op 5 minuten, stand MAGNETRON 1000 W; halverwege de bereidingstijd doorroeren. Voeg al roerend de tomatenblokjes, tomatenpuree, zout en peper, suiker en enkele eetlepels bouillon toe.
3. Dek de schaal weer af en laat 4 minuten op stand MAGNETRON 1000 W koken totdat de groenten zacht zijn; halverwege de bereidingstijd doorroeren. Voeg de rest van de bouillon toe en pureer de soep in de blender of keukenmachine tot een gladde massa. Zeef de soep om schilletjes te verwijderen en breng op smaak met zout en peper.

Crostini met brie en cranberry's

Ingrediënten

4 personen

1 klein, Frans stokbrood, gesneden
60 ml cranberrysaus
175 g brie, gesneden
Sesamzaad (naar smaak)

Benodigheden: geen

Accessoires: Vierkante panacrunch-pan

1. Verwarm de grill voor op GRILL 1.
2. Leg de sneetjes stokbrood in de vierkante panacrunch-pan en plaats de pan op het bovenste ovenniveau. Rooster het brood ca. 2-3 minuten, stand GRILL 1.
3. Draai de sneetjes om en bestrijk ze met cranberry saus. Leg daarbovenop een plakje brie en strooi er sesamzaad over.
4. Rooster de sneetjes brood ca. 6-8 minuten op stand GRILL 1 + MAGNETRON 300 W tot de kaas smelt en het sesamzaad goudbruin kleurt.

Gevulde champignons

Ingrediënten

4 personen

2 plakjes doorregen spek
25 g geraspte cheddardaars
2,5 ml dijonmosterd
50 g broodkruim
1 ei, geklopt
60 ml melk
15 ml verse peterselie, gehakt
4 grote, platte champignons (portobello's), zonder stelen
4 plakjes cheddardaars
1 tomaat, in dunne plakjes

Benodigheden: 1 middelgrote

Pyrex® kom, 1 groot bord

Accessoires: Vierkante panacrunch-pan

Vul het waterreservoir

1. Leg het spek op een bord en bak het 2 minuten, stand STOOM 1 + MAGNETRON 300 W. Snijd het spek in kleine stukjes nadat het is afgekoeld.
2. Meng de geraspte kaas, mosterd, stukjes spek en broodkruim in een middelgrote Pyrex® kom. Voeg het geklopte ei, de melk, peterselie en zout en peper toe en meng alles goed. Vul de champignons met het mengsel. Leg een plakje kaas op de vulling en daarbovenop een plakje tomaat.
3. Leg de champignons op de vierkante panacrunch-pan en zet de pan op het onderste ovenniveau. Kies stand STOOM 1 + GRILL 1 en bak de champignons 15-17 minuten tot ze beetgaar zijn en de kaas begint te smelten.

Taartjes met ui en feta

Ingrediënten

6 personen

250 g bladerdeeg
30 ml olijfolie
150 g uien, dun gesneden
25 g pijnboompitten
75 g fetakaas, in blokjes
25 g zwarte olijven zonder pit, gehakt
25 g zongedroogde tomaten in olie, grofgehakt
10 g kappertjes
zout en peper
Verse oregano

Benodigheden: 1 middelgrote Pyrex® kom

Accessoires: Vierkante panacrunch-pan

Vul het waterreservoir

1. Rol het bladerdeeg uit en snijd er 6 rondjes uit van ca. 10 cm. Leg het deeg ongeveer 30 minuten in de koelkast.
2. Doe de olie en ui in een middelgrote Pyrex® kom. 10 minuten bereiden op stand STOOM 1 + MAGNETRON 440 W. Voeg de pijnboompitten, kaas, olijven, zongedroogde tomaten en kappertjes toe. Breng op smaak met zout en peper.
3. Verwarm de oven voor op OVEN 220 °C.
4. Bekleed de panacrunch-pan met bakpapier. Leg de 6 deeggrondjes in de panacrunch-pan en prik met een vork gaatjes in de deeggrondjes.
5. Verdeel het mengsel over de 6 deeggrondjes. Bak de taartjes ca. 15 minuten goudbruin op het onderste ovenniveau, stand OVEN 220 °C. Bestrooi de taartjes met verse oregano.

Franse uiensoep

Ingrediënten

4-6 personen

225 g uien, gesneden
50 g boter
25 g bloem
1 liter hete runderbouillon
1 laurierblad
Stokbrood, gesneden
25 g kaas, geraspt

Benodigheden: 1 grote Pyrex® ovenschaal met dekse

Accessoires: Vierkante panacrunch-pan

1. Doe de uien en boter in een Pyrex® ovenschaal, dek de schaal af en plaats hem op de ovenbodem. Stof de uien in ca. 3-4 minuten zacht, stand MAGNETRON 1000 W.
2. Roer de bloem erdoorheen en voeg de hete bouillon al roerend geleidelijk aan het mengsel toe. Breng op smaak met peper en zout en doe er een laurierblad bij.
3. Dek opnieuw af zet de schaal 8-10 minuten in de oven, stand MAGNETRON 1000 W. Verwijder het laurierblad.
4. Leg het stokbrood op de vierkante panacrunch-pan en plaats de pan op het bovenste ovenniveau. Rooster het brood ca. 3-4 minuten, stand GRILL 1. Draai het brood om en strooi de geraspte kaas erover. Rooster het brood nogmaals ca. 4 minuten op stand GRILL 1 tot de kaas smelt.
5. Schep de soep in borden of kommen en leg op iedere portie voorzichtig een stukje stokbrood.

Griekse champignons

Ingrediënten

4 personen

1 middelgrote ui, gesnipperd
15 ml olie
1 teentje knoflook, geplet
60 ml tomatenpuree
150 ml witte wijn
5 ml gedroogde kruiden
350 g champignons

Benodigheden: 1 grote Pyrex® ovenschaal met deksel

Accessoires: geen

Vul het waterreservoir

1. Doe de uien en olie in een Pyrex® ovenschaal. Dek de schaal af en plaats hem op de ovenbodem. Stof de uien ca. 3-4 minuten op stand MAGNETRON 1000 W tot ze zacht zijn.
2. Voeg alle overige ingrediënten toe, roer door en plaats de schaal zonder deksel op de ovenbodem. Stof ca. 10 minuten op stand STOOM 1 + MAGNETRON 440 W tot de champignons zacht zijn. Serveer warm of koud.

Pikante kipvleugeltjes

Ingrediënten

6 stuks

6 kipvleugeltjes
30 ml heldere honing
30 ml sojasaus
30 ml droge sherry
1 teentje knoflook, geplet
2,5 cm gember, geraspt
10 ml maizena
150 ml sinaasappelsap
3 bosuities, fijngesneden
5 ml tomatenpuree
15 ml bruine basterdsuiker

Benodigheden: 1 platte Pyrex® schaal, 1 kleine Pyrex® kom

Accessoires: Vierkante panacrunch-pan

1. Doe de kipvleugeltjes in een platte Pyrex® ovenschaal en plaats de schaal op de ovenbodem. Bak de kipvleugeltjes in ca. 8-10 minuten gaar, stand MAGNETRON 1000 W.
2. Doe de ingrediënten voor de saus in een kleine Pyrex® kom. Plaats de schaal op de ovenbodem en kook de saus ca. 3-4 minuten op stand MAGNETRON 1000 W tot de saus is ingedikt.
3. Schenk de helft van de saus over de kipvleugeltjes. Plaats de vierkante panacrunch-pan op het bovenste ovenniveau en rooster de kipvleugeltjes 6 minuten, stand GRILL 1. Keer de kipvleugeltjes om, schenk de resterende saus erover en rooster de vleugeltjes nogmaals ca. 5-6 minuten tot ze gaar zijn.

Italiaanse kippaté

Ingrediënten

6 personen

1 ui, gesnipperd
1 teentje knoflook, geplet
25 g boter
225 g kippenlever, in stukjes
5 ml gedroogde oregano
15 ml droge vermouth
50 g boter
2 schijfjes citroen, in vieren

Benodigheden: 1 kleine Pyrex® kom, 1 kleine Pyrex® ovenschaal met deksel, 2 ovenschaaltjes (ramekins)

Accessoires: geen

1. Doe de uien, knoflook en boter in een Pyrex® ovenschaal. Dek de schaal af en plaats hem ca. 3-4 minuten op de ovenbodem, stand MAGNETRON 1000 W tot de uien zacht zijn.
2. Voeg de kippenlever en de oregano toe aan het uienmengsel. Dek de schaal af en plaats hem 6-8 minuten op de ovenbodem op stand MAGNETRON 1000 W, eenmaal omscheppen. NB: lever kan tijdens de bereiding een ploffend geluid maken.
3. Laat het mengsel 5 minuten afkoelen en pureer het vervolgens samen met de vermouth, peper en zout in een blender tot een glad mengsel. Verdeel het mengsel over de ramekins en strijk de bovenkant glad.
4. Doe 50 g boter in een kleine kom en plaats deze op de ovenbodem. Smelt de boter in 30-40 seconden, stand MAGNETRON 1000 W. Schep het schuim van de gesmolten boter en schenk de rest over de paté. Laat de paté afkoelen en garneer hem voor het opdienen met de partjes citroen.

Risotto met garnalen

Ingrediënten

4 personen

1 ui, gesnipperd
 1 teentje knoflook, geplet
 25 g boter
 225 g kastanjechampignons, in vieren
 225 g risottorijst
 1 citroen, geraspte schil en sap
 2,5 ml saffraandraadjes, gekneusd
 300 ml hete groentebouillon
 300 ml witte wijn
 100 g diepvrieserwten
 300 g gekookte en gepelde garnalen
 30 ml bieslook, fijngehakt

Benodigheden: 1 grote Pyrex® ovenschaal

Accessoires: geen

Vul het waterreservoir

1. Doe de ui, knoflook, boter en champignons in een grote Pyrex® ovenschaal. Plaats de schaal op de ovenbodem en stoof het mengsel 10 minuten, stand STOOM 1 + MAGNETRON 440 W. Voeg vervolgens de rijst, het sap, de citroenschil, saffraan en wijn toe.
2. 10 minuten bereiden op stand STOOM 1 + MAGNETRON 440 W. Roer de risotto om. Voeg de erwten toe en stoof 8 minuten, stand STOOM 1 + MAGNETRON 440 W. Voeg de garnalen en de bieslook toe en laat het geheel 4 minuten stoven, stand STOOM 1 + MAGNETRON 440 W.
3. Laat de risotto voor het opdienen 2-3 minuten rusten.

Moules marinière

Ingrediënten

2 personen

900 g mosselen (inclusief schelp)
 15 g boter
 2 sjalotjes, fijngesneden
 1 teentje knoflook, geplet
 150 ml witte wijn
 1 bosje bladpeterselie, fijngehakt
 100 ml room

Benodigheden: 1 grote Pyrex® ovenschaal met deksel, 1 serveerschaal

Accessoires: Vierkante panacrunch-pan

Vul het waterreservoir

1. Borstel de mosselen schoon, trek de baarden eraf en gooi gebroken of open schelpen weg.
2. Doe de boter, sjalotjes en knoflook in een grote Pyrex® schaal en plaats het deksel erop. Plaats de kom op de ovenbodem en kook de jam 3 minuten, stand MAGNETRON 1000 W.
3. Voeg de wijn toe en stoof 3 minuten, stand MAGNETRON 1000 W. Neem de schaal uit de oven.
4. Spreid de mosselen uit op de vierkante panacrunch-pan en plaats deze op het bovenste ovenniveau. Kook de mosselen 20 minuten, stand STOOM 1. Gooi ongeopende schelpen weg.
5. Voeg de peterselie en room toe aan de saus en schenk hier ook de helft van de vloeistof uit de panacrunch-pan bij. Kook de saus 3 minuten op stand MAGNETRON 1000 W met het deksel op de schaal. Leg de mosselen op een serveerschaal en schenk de saus erover.

Gestoomde knoflookgarnalen

Ingrediënten

2 personen

25 g boter
4 teentjes knoflook, geplet
250 ml witte wijn
400 ml kippenbouillon
zout en peper
450 g rauwe, grote garnalen (gamba's)
15 ml maïzena
1 handvol peterselle, gehakt

Benodigheden: 1 grote Pyrex® ovenschaal met deksel

Accessoires: Vierkante panacrunch-pan
Vul het waterreservoir

1. Doe de boter en knoflook in de Pyrex® ovenschaal en doe het deksel op de schaal. Plaats de schaal 1 minuut op de ovenbodem, stand MAGNETRON 1000 W.
2. Voeg de wijn en kippenbouillon toe en stooft het geheel 5 minuten op stand MAGNETRON 1000 W met het deksel op de schaal. Verwijder daarna het deksel en stooft nogmaals 5 minuten. Voeg zout en peper toe en neem de schaal uit de oven.
3. Leg de garnalen op de vierkante panacrunch-pan en plaats de pan op het bovenste ovenniveau. Laat de garnalen 15 minuten garen, stand STOOM 1.
4. Neem de garnalen uit de oven. Voeg de maïzena en peterselle toe aan de saus en roer goed door. Dek de schaal af en stooft de saus nog 3 minuten op stand MAGNETRON 1000 W. Roer de saus halverwege de bereidingstijd een keer door.
5. Voeg de garnalen toe aan de saus en serveer met knapperig brood.

Kabeljauw en pillote

Ingrediënten

4 personen

280 g gesneden Aziatische groentemix (bv. met paksoi)
4 kabeljauwfilets
½ sinaasappel, sap en geraspte schil
45 ml verse basilicum, fijngesneden
2 teentjes knoflook, geplet
120 ml droge witte wijn
15 ml olijfolie
½ venkel, in dunne plakjes
1 wortel, julienne gesneden

Benodigheden: geen

Accessoires: Vierkante panacrunch-pan
Vul het waterreservoir en vul het opnieuw na 30 minuten kooktijd

1. Knip vier vierkante stukken bakpapier van 30 cm. Leg een kwart van de gesneden Aziatische groente in het midden van elk stuk bakpapier.
2. Leg de vis op de groente en bestrooi het geheel met sinaasappelrasp, sap, basilicum, knoflook, wijn, olie, venkel en wortel en breng op smaak met zout en peper. Vouw het papier dicht en draai de uiteinden goed in elkaar zodat er stevige pakketjes ontstaan. Zorg voor een beetje lucht in de pakketjes zodat de ingrediënten kunnen stomen.
3. Leg de pakketjes in de vierkante panacrunch-pan en plaats de pan op het onderste ovenniveau. Stel de oven in op 35-45 minuten, stand STOOM 1. Open een van de pakketjes om te controleren of de vis gaar is. De vis moet gemakkelijk uiteen vallen.
4. Het waterreservoir moet na 30 minuten kooktijd opnieuw worden gevuld.

Provençaalse visfilets

Ingrediënten

4 personen

1 courgette, in plakjes
 4 tomaten, in plakjes
 10 ml gemengde kruiden
 4 zalmfilets
 30 ml olijfolie
 12 zwarte olijven, zonder pit
 zout en peper

Benodigheden: geen

Accessoires: Vierkante panacrunch-pan

Vul het waterreservoir

1. Leg de plakjes courgette naast elkaar in de vierkante panacrunch-pan. Leg de plakjes tomaat erbovenop. Bestrooi met de helft van de gemengde kruiden. Leg de zalmfilets op de groenten en strooi de resterende kruiden erover. Besprenkel met olijfolie.
2. Zet de pan op het onderste ovenniveau en gaar de zalmfilets 18 minuten, stand STOOM 1 + MAGNETRON 300 W. Voeg de olijven toe en zet de pan nog 2-3 minuten terug.

Bouillabaisse

Ingrediënten

6-8 personen

75 ml olijfolie
 30 ml tomatenpuree
 2 middelgrote rode uien, gesnipperd
 1 grote prei, gesneden
 4 teentjes knoflook, geplet
 225 g tomaten, ontveld en in vieren
 1,2 liter hete visbouillon
 150 ml droge witte wijn
 4 takjes tijm
 zout en peper
 Geraspte schil van 1 middelgrote sinaasappel
 4 saffraandraadjes
 5 ml chilisaus
 450 g witte vis, zonder vel en in grote stukken gesneden
 450 g gemengde zeevruchten
 4 grote rauwe garnalen
 1 bosje dille, gehakt

Benodigheden: 1 Pyrex® ovenschaal met deksel, inhoud 3 liter

Accessoires: geen

1. Doe de olie en tomatenpuree in een grote Pyrex® ovenschaal, dek de schaal af en plaats hem op de ovenbodem. Verwarm het mengsel 1 minuut, stand MAGNETRON 600 W, en roer goed door.
2. Voeg de uien en prei toe, dek de schaal af en stook het geheel ca. 5-6 minuten op stand MAGNETRON 1000 W tot de uien en prei zacht zijn.
3. Voeg de knoflook, tomaten, bouillon, wijn, tijm, zout, peper, sinaasappelrasp, saffraan en chilisaus toe. Dek de schaal af en stook nogmaals gedurende 4-5 minuten, stand MAGNETRON 1000 W.
4. Voeg de vis aan de tomatensaus toe. Dek de schaal af en plaats hem ca. 7-8 minuten op de ovenbodem, stand MAGNETRON 1000 W, tot de vis gaar is.
5. Voeg de gemengde zeevruchten en de garnalen toe en plaats de schaal nogmaals ca. 3-4 minuten in de oven op stand MAGNETRON 1000 W tot het gerecht warm is. Let erop dat de vis niet te gaar wordt. Verwijder de tijm. Garneer met dille.

Lasagne

Ingrediënten

4 personen

Vleessaas:

1 ui, gesnipperd
1 teentje knoflook, geplet
5 ml olie
400 g tomatenblokjes in blik
150 ml rode wijn
30 ml tomatenpuree
5 ml gemengde kruiden
500 g rundergehakt
zout en peper

Lasagne

1 hoeveelheid bechamelsaus
(zie pagina 121)
100 g geraspte cheddarkaas
5 ml mosterd
zout en peper
250 g verse lasagnebladen
50 g geraspte parmezaan

Benodigheden: 1 Pyrex®
ovenschaal met deksel, inhoud 1,5 liter
1 grote Pyrex® gratinschotel

Accessoires: geen

1. Doe de uien, knoflook en olie in de Pyrex® ovenschaal. Plaats de schaal op de ovenbodem en stooft het mengsel 2-3 minuten op stand MAGNETRON 1000 W. Voeg alle overige ingrediënten voor de vleessaas toe. Roer alles goed door elkaar. Dek de schaal af en stel de oven in op 10 minuten, stand MAGNETRON 1000 W. Stel de oven vervolgens in op ca. 15-20 minuten, stand MAGNETRON 600 W tot alle ingrediënten gaar zijn.
2. Voeg de mosterd en geraspte kaas aan de bechamelsaus toe.
3. Bedek de bodem van de Pyrex® gratinschotel met een laag bechamelsaus, leg hierop een laag lasagnebladen en vervolgens een laag hete vleessaas. Bouw de lasagne op in lagen door een laag lasagnebladen af te wisselen met een laag vleessaas en eindig met een laag bechamelsaus. Bestrooi met parmezaan.
4. Plaats de schaal op de ovenbodem en bak de lasagne 10 minuten op stand GRILL 1 + MAGNETRON 440 W. Zet de oven tenslotte nog ca. 5-10 minuten op stand GRILL 1 tot de lasagne goudbruin is.

Mini-ossenhaas in bladerdeeg

Ingrediënten

4 personen

15 g gedroogd eekhoorntjesbrood
15 g boter
225 g champignons
1 grote ui, gesnipperd
150 ml rode wijn
4 stuks ossenhaas van ca. 150 g per stuk
375 g bladerdeeg
1 groot ei, geklopt
zout en peper

Benodigheden: 1 kleine Pyrex® kom
1 grote Pyrex® ovenschaal

Accessoires: Vierkante panacrunch-pan

1. Week het eekhoorntjesbrood 20 minuten in heet water in een kleine Pyrex® kom. Giet het eekhoorntjesbrood af en hak het fijn.
2. Doe de boter, het eekhoorntjesbrood en de uien in een grote Pyrex® ovenschaal en dek de schaal af. Plaats de kom op de ovenbodem en kook de jam 3 minuten, stand MAGNETRON 1000 W. Voeg de wijn toe aan het mengsel en laat alles 7-8 minuten stoven, stand MAGNETRON 1000 W.
3. Verwarm de oven voor op OVEN 220 °C. Leg de ossenhaasjes op de vierkante panacrunch-pan en zet de pan op het onderste ovenniveau. Bak het vlees 10-15 minuten, stand OVEN 200 °C. Laat de ossenhaasjes afkoelen. Reinig de panacrunch-pan.
4. Snijd het deeg in 4 stukken en rol elk stuk uit tot een vierkant van 15 cm en bestrijk elk vierkant met het geklopte ei.
5. Laat het paddenstoelmengsel uitlekken. Leg in het midden van iedere plak deeg een kwart van het paddenstoelmengsel met een ossenhaasje erop. Breng op smaak met zout en peper. Vouw de hoeken van het deeg naar het midden. Bekleed de panacrunch-pan met bakpapier. Leg de deegpakketjes in de pan.
6. Bestrijk de bovenkant met het geklopte ei. Bak de pakketjes op het onderste ovenniveau, stand OVEN 220 °C: 25 minuten voor medium en 30 minuten voor goed doorbakken.

Gestoomde kip en noedels

Ingrediënten

4 personen

2 grote kipfilets
45 ml verse koriander, gehakt
2,5 cm gember, in reepjes gesneden
6-8 bosuitjes, fijngesneden
2 teentjes knoflook, geplet
1 rode chilipeper, fijngehakt
45 ml sojasaus
30 ml rijstazijn
5 ml lichtbruine basterdsuiker
30 ml arachideolie
15 ml plantaardige olie
15 ml sesamolie
200 g verse eiernoedels

Benodigheden: 2 kleine Pyrex® kommen, 1 grote Pyrex® kom

Accessoires: Vierkante panacrunch-pan

Vul het waterreservoir

1. Leg de kipfilets tussen twee vellen huishoudfolie en sla ze plat met een vleeshamer of deegroller. Verwijder de huishoudfolie, leg de kipfilets op de vierkante panacrunch-pan en breng ze op smaak met zout en peper. Plaats de pan op het bovenste ovenniveau en stel de oven in op ca. 15-20 minuten, stand STOOM 1 om de kip te garen.
2. Doe de gehakte koriander, gember, bosuitjes, geplette knoflook, rode chilipeper, sojasaus, rijstazijn en lichtbruine basterdsuiker in een kleine Pyrex® kom en meng alles goed door elkaar.
3. Doe de drie soorten olie in een kleine Pyrex® kom. Plaats de kom op de ovenbodem en verwarm de olie 1-2 minuten, stand MAGNETRON 600 W. Schenk de olie over het uienmengsel en roer alles goed door.
4. Doe de noedels in een grote kom en schenk er kokend water op tot ze onderstaan. Plaats de kom 8 minuten op de ovenbodem, stand STOOM 1. Giet af en laat uitlekken.
5. Serveer de gekookte noedels in een ondiepe schaal. Snijd de gekookte kip, schep het uienmengsel over de kip en besprenkel het geheel met het sap uit de kom.

Varkensvlees met linzen

Ingrediënten

4 personen

250 g bruine linzen
1 grote ui, gesnipperd
4 plakjes gerookt spek, in blokjes
1 mespuntje tijm
1 bouillonblokje
230 g gerookte worstjes
zout en peper

Benodigheden: 1 Pyrex® ovenschaal met deksel, inhoud 2 liter

Accessoires: geen

1. Doe de linzen in een Pyrex® ovenschaal. Voeg koud water bij tot de linzen onderstaan. Plaats de schaal op de ovenbodem en kook de linzen 7-8 minuten, stand MAGNETRON 1000 W. Afgieten en laten afkoelen.
2. Doe de linzen met de gesnipperde ui, spekblokjes, mespuntje tijm en bouillonblokje in de schaal. Voeg water bij zodat de ingrediënten onderstaan.
3. Plaats de afgedekte schaal 12 minuten op de ovenbodem, stand MAGNETRON 1000 W, en vervolgens 40-50 minuten op stand MAGNETRON 300 W. Voeg 20 minuten voor het einde van de bereidingstijd de gerookte worstjes toe. Breng op smaak met zout en peper.

Griekse lamsstoofschotel

Ingrediënten

4 personen

700 g lamfilet, in stukken
2 uien, gesnipperd
1 rode chilipeper
2 teentjes knoflook, geplet
1 takje rozemarijn
275 ml witte wijn
400 g tomatenblokjes in blik
45 ml zwarte olijven, in ringen
100 g linguine, gebroken
150 g fetakaas, in blokjes
15 ml verse munt, gehakt

Benodigheden: 1 Pyrex® ovenschaal met deksel, inhoud 3 liter

Accessoires: geen

Vul het waterreservoir

1. Leg de lamfilet en uien in de Pyrex® ovenschaal en dek de schaal af. Plaats de schaal op de ovenbodem en stoof de lamfilet 10 minuten, stand STOOM 1 + MAGNETRON 440 W.
2. Snijd de chilipeper in de lengte in tot 1 cm van de bovenkant en verwijder de zaadjes. Zo wordt de stoofschotel lekker pittig maar niet te heet.
3. Voeg de chilipeper, knoflook, rozemarijn, wijn en tomatenblokjes toe. Laat het gerecht afgedekt 40 minuten garen, stand MAGNETRON 440 W, en roer het halverwege de bereidingstijd een keer door. Voeg de zwarte olijven en de linguine toe en laat het gerecht nog ca. 15 minuten garen, stand MAGNETRON 440 W, tot de linguine zacht is.
4. Verwijder de chilipeper en de rozemarijn. Roer voor het opdienen de blokjes fetakaas en munt door de stoofschotel.

Gehaktbrood

Ingrediënten

4 personen

500 g rundergehakt
50 g broodkruim
1 middelgroot ei, geklopt
1 ui, gesnipperd
50 g champignons, gehakt
30 ml kappertjes
15 ml peterselie, fijngehakt
60 ml sojasaus
peper
150 g bacon, gesneden
125 ml bouillon (instant)
4 plakjes Gouda kaas

Benodigheden: 1 grote Pyrex® kom,
1 Pyrex® ovenschaal voor gehaktbrood
(diepe, smalle schaal)

Accessoires: geen

1. Doe de eerste 9 ingrediënten van het gehaktbrood in een grote kom en meng alles goed. U kunt dit het beste met uw handen doen.
2. Doe het gehaktmengsel in de Pyrex® ovenschaal, druk het aan en maak de bovenkant vlak. Leg het spek er bovenop en giet de bouillon eroverheen.
3. Plaats de schaal 18 minuten op de ovenbodem, stand MAGNETRON 1000 W.
4. Leg de kaas op het gehaktbrood en bak het geheel nog 5-6 minuten, stand GRILL 1 + MAGNETRON 440 W.

Gestoomde kip met citroen en tijm

Ingrediënten

4 personen

2 citroenen, in dunne schijfjes
1 bosje tijm
4 kipfilets
2 teentjes knoflook, fijngehakt
200 ml yoghurt, naturel
15 ml honing
5 ml dijonmosterd

Benodigheden: 1 kleine Pyrex® kom
Accessoires: Vierkante panacrunch-pan
Vul het waterreservoir

1. Leg de gesneden citroenen in de vierkante panacrunch-pan en bestrooi ze met de helft van de tijm.
2. Leg de kipfilets tussen twee vellen huishoudfolie en sla ze plat met een vleeshamer of deegroller. Verwijder de huishoudfolie en leg de kip op de citroen; strooi de resterende tijm erover. Voeg de knoflook toe en breng op smaak met zout en peper.
3. Zet de pan op het onderste ovenniveau 20 minuten in de oven, stand STOOM 1 + MAGNETRON 300 W.
4. Bereiding yoghurt dressing Meng de yoghurt, honing en mosterd in een kleine Pyrex® kom goed door elkaar. Serveer de dressing bij de kip.

Cannelloni

Ingrediënten

4 personen

8 cannelloni's (vlugkokend)
1 hoeveelheid bechamelsaus
(zie pagina 121)
50 g geraspte cheddarkas
Vulling
100 g verse spinazie
150 g gekookte ham, gesneden
1 ei, geklopt
15 ml peterselie, fijngehakt
15 ml bosuities, fijngesneden
90 ml parmezaan, geraspt

Benodigheden: 1 grote Pyrex® kom
1 middelgrote gratinschotel
Accessoires: Vierkante panacrunch-pan

1. Voeg de geraspte kaas toe aan de bechamelsaus, goed mengen. Zet apart.
2. Verwarm de oven voor op OVEN 190 °C
3. Doe alle ingrediënten voor de vulling in de grote Pyrex® kom en voeg 30 ml van de parmezaan toe. Schep de vulling met een theelepel aan weerskanten in de cannelloni's.
4. Leg de cannelloni's in de middelgrote gratinschotel. Schenk de saus over de cannelloni's en bestrooi ze met de resterende 60 ml parmezaan.
5. Plaats de panacrunch-pan op het onderste ovenniveau en bak de cannelloni's in ca. 25-30 minuten gaar tot ze goudbruin zijn en de saus borrelt, stand OVEN 190 °C.

Ratatouille

Ingrediënten

4 personen

1 aubergine, in plakjes
1 ui, in ringen
30 ml olijfolie
1 teentje knoflook, geplet
1 courgette, in plakjes
1 groene paprika, gesneden
400 g tomatenblokjes in blik
15 ml gemengde kruiden
zout en peper

Benodigheden: 1 grote Pyrex®
ovenschaal met deksel

Accessoires: geen

1. Doe alle ingrediënten in een Pyrex® ovenschaal.
2. Dek de schaal af en plaats hem ca. 20-25 minuten op de ovenbodem, stand MAGNETRON 440 W tot de groente zacht is. Roer het gerecht halverwege de bereidingstijd een keer door.

Gestoomde wortels met sinaasappel, komijn en tijm

Ingrediënten

4 personen

1 mespuntje suiker
Geraspte schil van een ¼ sinaasappel
1 mespuntje komijnzaad
15 ml tijm
60 g zachte boter
250 g wortels, gesneden

Benodigheden: Vijzel

Accessoires: Vierkante panacrunch-
pan

Vul het waterreservoir

1. Gebruik een vijzel om de suiker, geraspte schil, komijnzaad en tijm gezamenlijk te vermalen. Voeg de boter toe en meng alles goed. Schep het mengsel op een stuk bakpapier en maak er een rol van. Draai beide uiteinden stevig dicht. Leg de rol in de vriezer om op te stijven.
2. Leg de gesneden wortels in de vierkante panacrunch-pan. Plaats de pan op het bovenste ovenniveau en stel de oven in op het programma AUTO STOOM VERSE GROENTEN.
3. Verdeel stukjes gekruide boter over de wortels en laat de boter voor het serveren smelten.

Gestoomde courgettes met tomaten en chilipeper

Ingrediënten

4 personen

1 teentje knoflook, gehakt
½ rode chilipeper, zaden verwijderd en
fijngesneden
2 zongedroogde tomaten in olie,
uitgelekt en grofgehakt
60 g zachte boter
300 g courgette, in plakjes

Benodigheden: Vijzel

Accessoires: Vierkante panacrunch-
pan

Vul het waterreservoir

1. Vermaal de knoflook, chilipeper en zongedroogde tomaten met de vijzel tot een pasta. Voeg de boter toe en meng alles goed. Schep het mengsel op een stuk bakpapier en maak er een rol van. Draai beide uiteinden stevig dicht. Leg de rol in de vriezer om op te stijven.
2. Leg de courgette in de vierkante panacrunch-pan. Plaats de pan op het bovenste ovenniveau en stel de oven in op het programma AUTO STOOM VERSE GROENTEN.
3. Snijd de gekruide boter en serveer de courgettes met daarop de gesmolten boter.

Gestoomde peultjes met citrusboter

Ingrediënten

4 personen

½ citroen, geraspte schil en sap
zout en peper
60 g zachte boter
200 g peultjes

Benodigheden: 1 kleine Pyrex® mengkom,

Accessoires: Vierkante panacrunch-pan

Vul het waterreservoir

1. Meng alle ingrediënten behalve de peultjes door elkaar. Schep het mengsel op een stuk bakpapier en maak er een rol van. Draai beide uiteinden stevig dicht. Leg de rol in de koelkast.
2. Leg de peultjes op de vierkante panacrunch-pan. Plaats de pan op het bovenste ovenniveau en stel de oven in op het programma AUTO STOOM VERSE GROENTEN.
3. Snijd de gekruide boter en serveer de peultjes met daarop de gesmolten boter.

Enchilada's met bonen

Ingrediënten

4 personen

1 ui, gesnipperd
250 g wortels, geraspt
15 ml olijfolie
10 ml milde chilipoeder
5 ml gemalen komijn
400 g tomatenblokjes in blik
400 g witte bonen in blik, uitgelekt
400 g gemengde bonen in blik, uitgelekt
6 kleine tortilla's
200 g magere yoghurt, naturel
50 g kaas, geraspt

Benodigheden: 1 grote Pyrex® ovenschaal met deksel, 1 middelgrote, vierkante Pyrex® schaal.

Accessoires: Vierkante panacrunch-pan

1. Doe de uien en wortelen met de olijfolie in de grote Pyrex® ovenschaal. Plaats de schaal 5-6 minuten op de ovenbodem, stand MAGNETRON 1000 W. Roer het gerecht halverwege de bereidingstijd een keer door.
2. Roer de chilipoeder en gemalen komijn erdoor. Zet opnieuw 1 minuut in de oven op stand MAGNETRON 1000 W. Roer de tomatenblokjes en bonen door het mengsel. Dek de schaal af en kook het geheel 8-10 minuten, stand MAGNETRON 1000 W, en vervolgens onder af en toe roeren 10 minuten, stand MAGNETRON 300 W.
3. Strijk een dunne laag van het mengsel over de bodem van de vierkante Pyrex®-schaal. Vul iedere tortilla met een paar eetlepels van het mengsel, vouw de zijkanten naar binnen en rol de tortilla dicht. Leg de tortilla's met de dichtgevouwen zijde naar beneden in de schaal. Bedek de tortilla's met de rest van het mengsel. Meng de yoghurt en de geraspte kaas door elkaar en schep dit mengsel gelijkmatig over het gerecht.
4. Zet de schaal op de vierkante panacrunch-pan, plaats de pan op het onderste ovenniveau en rooster de enchilada's 10-15 minuten, stand GRILL 1, tot ze mooi bruin zijn.

Risotto met eekhoortjesbrood

Ingrediënten

4 personen

40 g gedroogd eekhoortjesbrood
1 ui, gesnipperd
250 g risottorijst
50 g boter
1 teentje knoflook, geplet
1 blokje groentebouillon
1 klein bosje basilicumblaadjes, fijngehakt

Benodigheden: 1 kleine Pyrex® kom, 1 grote Pyrex® ovenschaal, inhoud 3 liter

Accessoires: geen

Vul het waterreservoir

1. Leg het eekhoortjesbrood in een kleine Pyrex® kom en week het minimaal 2 uur in 400 ml warm water.
2. Meng de uien, rijst en boter in de Pyrex® ovenschaal. Plaats de schaal 6 minuten op de ovenbodem, stand STOOM 1 + MAGNETRON 440 W.
3. Vul het weekwater van het eekhoortjesbrood met water aan tot 1 liter en voeg het samen met de geplette knoflook en het blokje groentebouillon toe aan de rijst.
4. Plaats de kom zonder deksel 20 minuten op de ovenbodem, stand STOOM 1. Voeg halverwege de bereidingstijd de grofgehakte champignons en basilicum toe en zo nodig een beetje water. Breng op smaak met zout en peper.

Gevulde courgettes

Ingrediënten

4 personen

2 courgettes, in de lengte gehalveerd
10 ml extra vierge olijfolie

Vulling

30 g broodkruim
20 g pijnboompitten
3 bosuitjes, fijngesneden
1 teentje knoflook, geplet
5 ml gedroogde tijm
20 g geraspte parmezaan

Benodigheden: 1 kleine Pyrex® kom

Accessoires: Vierkante panacrunch-pan

Vul het waterreservoir

1. Leg de courgettes in de vierkante panacrunch-pan en plaats de pan op het bovenste ovenniveau. Laat de garnalen 15 minuten garen, stand STOOM 1.
2. Verwarm de oven voor op OVEN 200 °C.
3. Meng alle ingrediënten voor de vulling in een kleine Pyrex® kom. Strooi het mengsel over de courgettes en sprenkel de resterende olijfolie erover.
4. Plaats de panacrunch-pan op het onderste ovenniveau en bak de courgettes in ca. 10-15 minuten goudbruin, stand OVEN 200 °C.

Vegetarische couscous

Ingrediënten

4 personen

350 g couscous
5 ml kurkuma (geelwortel)
2,5 ml kaneel
500 ml hete groentebouillon
1 ui, gesnipperd
15 ml olijfolie
1 teentje knoflook, geplet
1 rode paprika, in blokjes
1 oranje paprika, in blokjes
2 kleine courgettes, in plakjes
100 g champignons
100 g gehalveerde cherrytomaten
1 citroen, sap en geraspte schil
½ bosje koriander, grofgehakt

Benodigheden: 2 grote Pyrex®

ovenschaalen met deksel

Accessoires: geen

Vul het waterreservoir

1. Doe de couscous, kurkuma en kaneel in een grote Pyrex® ovenschaal. Schenk de bouillon over de couscous. Plaats de schaal 10 minuten op de ovenbodem, stand STOOM 1 + MAGNETRON 440 W. Maak eventuele klontjes fijn met een vork.
2. Doe de uien, olijfolie en knoflook in een grote Pyrex® ovenschaal. Plaats de schaal op de ovenbodem. Zet de schaal met het deksel erop ca. 4-5 minuten op stand MAGNETRON 1000 W in de oven tot de uien zacht zijn.
3. Voeg de paprika's, courgettes en champignons toe. Zet de schaal opnieuw met het deksel erop 8-10 minuten in de oven, stand MAGNETRON 1000 W.
4. Meng de gekookte groente, tomaten, citroen en koriander door de couscous.

Croque Monsieur

Ingrediënten

2 stuks

4 sneetjes wit brood met boter
5 ml dijonmosterd
2 plakken gerookt ham
100 g kaas, plakjes

Benodigdheden: geen

Accessoires: Vierkante panacrunch-pan

1. Verwarm de grill voor op GRILL 1. Leg het brood met de beboterde zijde naar boven op de vierkante panacrunch-pan en plaats de pan op het bovenste ovenniveau. Rooster het brood in ca. 3-4 minuten bruin, stand GRILL 1.
2. Bestrijk de niet-geroosterde zijde van 2 sneetjes brood met mosterd en beleg deze met ham en kaas. Leg de andere sneetjes er bovenop, met de geroosterde zijde naar boven.
3. Leg de sneetjes terug in de panacrunch-pan en plaats de pan op het bovenste ovenniveau. Kies stand GRILL 2 + MAGNETRON 300 W en rooster ca. 1 minuut 30 seconden - 2 minuten tot de kaas is gesmolten.

Taartjes met kaas en rode pesto

Ingrediënten

12 stuks

375 g kruimeldeeg
90 g rode pesto
1 teentje knoflook, geplet
25 g zwarte olijven zonder pit, gehakt
125 g geraspte mozzarella
2 middelgrote tomaten, ontveld, zaden verwijderd en in stukjes gesneden
25 g geraspte parmezaan
5 ml gedroogde oregano

Benodigdheden: 1 muffinvorm met

12 vormpjes, 1 kleine Pyrex® kom

Accessoires: Vierkante panacrunch-pan

1. Rol het kruimeldeeg uit tot een dikte van circa 3 mm en snijd hier met een deegsnijder 12 cirkels uit van 7,5 cm. Leg de cirkels in de licht ingevette muffinvorm. Zet de vorm 30 minuten in de koelkast.
2. Verwarm de oven voor op OVEN 200 °C.
3. Meng in een kleine Pyrex® kom de rode pesto, knoflook, zwarte olijven, mozzarella en tomaten. Vul de deegvormpjes met het mengsel. Strooi de parmezaan en oregano erover.
4. Zet de muffinvorm op de vierkante panacrunch-pan en plaats de pan op het bovenste ovenniveau. Bak de taartjes ca. 15-20 minuten, stand OVEN 200 °C, tot ze goudbruin zijn.

Zwitsers kaastaartje

Ingrediënten

6 personen

200 g bloem
100 g boter
water om te mengen
Vulling
250 g geraspte gruyère
30 ml bloem
2 eieren, geklopt
300 ml melk
60 ml witte wijn
1 teentje knoflook, geplet
5 ml selderijzout
1 mespuntje nootmuskaat

Benodigdheden: 1 middelgrote

Pyrex® kom, 1 taartvorm van

22,5 cm, 1 kleine Pyrex® kom,

1 Pyrex® maatbeker

Accessoires: Vierkante panacrunch-pan

1. Wrijf de boter en bloem in een middelgrote Pyrex® kom door elkaar totdat het mengsel op broodkruim lijkt. Voeg water toe en kneed het geheel tot een deeg. Rol het deeg uit en bekleed de taartvorm. Prik met een vork gaatjes in de deegbodem. Zet de vorm 15 minuten in de koelkast.
2. Verwarm de oven voor op OVEN 180 °C.
3. Dek het deeg af met bakpapier en vul de vorm met gedroogde peulvruchten (blinde vulling). Zet de vorm op de vierkante panacrunch-pan en plaats de pan op het onderste ovenniveau. Bak de taart 20-25 minuten, stand OVEN 180 °C.
4. Meng de geraspte kaas en bloem in een kleine Pyrex® kom. Meng alle resterende ingrediënten in een beker. Voeg de kaas toe en roer alles goed door.
5. Schenk het mengsel in de taartvorm en bestrooi met nootmuskaat. Bak de taart in ca. 30 minuten gaar en goudbruin, stand OVEN 200 °C.

Bechamelsaus

Ingrediënten

Voor circa 500 ml

35 g boter
35 g bloem
500 ml volle melk
zout en peper
nootmuskaat

Benodigheden: 1 middelgrote Pyrex® kom, 1 Pyrex® beker van 1,5 liter

Accessoires: geen

1. Doe de boter in een middelgrote Pyrex® kom en zet deze op de ovenbodem. Smelt de boter in 1 minuut op stand MAGNETRON 600 W. Voeg de bloem toe, roer door en verwarm nogmaals 1 minuut, stand MAGNETRON 600 W. Zet apart.
2. Verwarm de melk in de beker, 2 minuut 30 seconden - 3 minuten, stand MAGNETRON 1000 W. Schenk de melk over het mengsel van boter en bloem, terwijl u voortdurend klopt. Verwarm de saus onder regelmatig roeren nog 5-6 minuten. Let op dat de saus niet overkookt.
3. Voeg een mespunt geraspte nootmuskaat toe en indien nodig zout en peper.

Pepersaus

Ingrediënten

4-6 personen

1 ui, gesnipperd
40 g boter
30 g bloem
400 ml hete bouillon, van 2 bouillonblokjes
10 ml witte peper
5 ml cognac
200 ml crème fraîche

Benodigheden: 1 middelgrote Pyrex® kom

Accessoires: geen

1. Doe de ui en boter in een middelgrote Pyrex® kom en plaats deze op de ovenbodem. Stof de uien 2-3 minuten, stand MAGNETRON 1000 W.
2. Meng de bloem erdoor en verwarm nog 1 minuut op stand MAGNETRON 1000 W.
3. Voeg de bouillon en witte peper toe. Verwarm de saus 3 minuten, stand MAGNETRON 1000 W; niet afdekken. Neem de kom uit de oven en voeg de cognac en crème fraîche toe. Voor het opdienen op smaak brengen met zout en peper, goed doorroeren.

Roquefortsaus

Ingrediënten

4 personen

50 g roquefort, in kleine stukjes
200 ml room
10 ml maïzena
15 ml koud water
zout en peper

Benodigheden: 1 middelgrote Pyrex® kom

Accessoires: geen

1. Doe de roquefort in een middelgrote Pyrex® kom. Plaats de kom op de ovenbodem en smelt de kaas 1 minuut 30 seconden, stand MAGNETRON 600 W.
2. Voeg de room en maïzena toe, vermengd met 15ml water. Verwarm de saus 2 minuten 30 seconden - 3 minuten, stand MAGNETRON 1000 W, en roer hem halverwege de bereidingstijd goed door. Breng op smaak met zout en peper. Deze saus is voortreffelijk bij rood vlees.

Rijstebrij

Ingrediënten

4 personen

100 g gebroken rijst
1 liter volle melk
80 g fijne suiker
Klein stuk kaneelstok
1 vanillestokje

Benodigheden: 1 grote Pyrex® kom

Accessoires: geen

1. Doe de rijst, melk en suiker in een grote Pyrex® kom. Voeg de kaneel en het gespleten vanillestokje toe. Dek de kom af.
2. Plaats de kom op de ovenbodem en breng de melk in 7-8 minuten aan de kook, stand MAGNETRON 1000 W. Let op dat de melk niet overkookt.
3. Kook de rijstebrij vervolgens 60 minuten, stand MAGNETRON 300 W. Verwijder het kaneel- en vanillestokje.

Gestoomde vanillecake met custard

Ingrediënten

6-8 personen

250 g boter, plus extra voor invetten
250 g fijne suiker
4 eieren, geklopt
5 ml vanille-extract
250 g bloem
5 ml bakpoeder
50 ml volle melk
Custard
250 ml volle melk
2 eidooiers
25 g fijne suiker
10 ml maïzena
Enkele druppels vanille-extract

Benodigheden: 1 middelgrote Pyrex® kom, 1 Pyrex® puddingvorm, inhoud 1,5 liter, 1 Pyrex® beker van 1,5 liter, 1 Pyrex® kom, inhoud 1,5 liter

Accessoires: Vierkante panacrunch-pan
Vul het waterreservoir en vul het opnieuw na 30 minuten kooktijd

1. Mix voor het cakebeslag de boter en suiker in een middelgrote Pyrex® kom tot een licht en luchtig mengsel. Voeg eieren één voor één toe, mix goed na elk ei en voeg vervolgens het vanille-extract toe. Zeef de bloem en het bakpoeder in een grote Pyrex® kom en schep het mengsel door het beslag. Roer er tot slot de melk door. Vul de ingevette puddingvorm met het beslag.
2. Leg de puddingvorm op de vierkante panacrunch-pan en plaats de pan op het onderste ovenniveau, stand STOOM 1. De baktijd van de cake is 1 uur 30 minuten - 2 uur, maar de oven kan uitsluitend worden ingesteld op een maximale baktijd van 30 minuten. Stel de tijd na 30 minuten opnieuw in en vul het waterreservoir bij.
3. Breng voor de custard de melk aan de kook in een Pyrex® beker. Plaats de beker op de ovenbodem en kook de melk 2 minuten, stand MAGNETRON 1000 W.
4. Mix de eidooiers, suiker, maïzena en het vanille-extract in een middelgrote Pyrex® kom. Schenk de hete melk over het eiernmengsel en roer goed door. Verwarm de custard 1 minuut in de oven, stand MAGNETRON 600 W, roer door en verwarm nogmaals 1 minuut of tot de custard voldoende is ingedikt. Schenk de custard voor het serveren over de cake.

Crème karamel

Ingrediënten

4 personen

500 ml melk
1 vanillestokje, gespleten
4 eieren, geklopt
50 g fijne suiker
Karamel
50 g fijne suiker
15 ml water

Benodigheden: 2 kleine Pyrex®
kommen,

1 Pyrex® kom van 3 liter,
4 ovenschaaltjes (ramekins), 1 bakblik
van 26 x 18 cm.

Accessoires: Vierkante panacrunch-pan

1. Verwarm de melk en het vanillestokje 5 minuten in een kleine Pyrex® kom, stand MAGNETRON 1000 W. Neem de kom uit de magnetron en laat de melk 5 minuten trekken.
2. Doe de eieren en suiker in een middelgrote Pyrex® kom en klop tot de ingrediënten goed zijn vermengd. Verwijder het vanillestokje en klop de melk door de eieren met suiker.
3. Bereiden van de karamel. Verwarm het water en de suiker 2-2,5 minuut in een kleine Pyrex® kom, stand MAGNETRON 1000 W. LET GOED OP. Stop zodra het mengsel licht goudbruin wordt.
4. Schenk de karamel in vier ovenschaaltjes. Draai de vormpjes snel rond, zodat de zijanten goed worden bedekt.
5. Verwarm de oven voor op OVEN 150 °C.
6. Schenk de custard door een zeef en dan in de vormpjes. Plaats de vormpjes in een klein bakblik dat voor de helft is gevuld met kokend water. Zet het bakblik op de vierkante panacrunch-pan en plaats de pan op het onderste ovenniveau. Stel de oven in op 40 minuten, stand OVEN 150 °C.
7. Laat de crème karamel in de koelkast afkoelen voordat u ze uit de vormpjes haalt.

Koekjes met chocoladestukjes

Ingrediënten

12 personen

100 g boter
100 g fijne suiker
1 ei, geklopt
175 g bloem
50 g witte chocolade, gehakt
50 g pure chocolade, gehakt

Benodigheden: 1 grote Pyrex® kom

Accessoires: Vierkante panacrunch-pan

1. Verwarm de oven voor op OVEN 170 °C.
2. Mix in een grote Pyrex® kom de boter en suiker tot een licht en romig mengsel en klop daarna het ei erdoor. Voeg de bloem toe en als deze goed vermengd is, mengt u de chocoladestukjes door het beslag.
3. Bekleed de panacrunch-pan met bakpapier. Maak 6 balletjes deeg ter grootte van een walnoot, leg ze met voldoende tussenruimte op de vierkante panacrunch-pan en druk ze iets plat met een vork. Plaats de pan op het onderste ovenniveau en bak de koekjes 15-20 minuten, stand OVEN 170 °C. Neem de koekjes uit de pan en laat ze op een rooster afkoelen.
4. Bak van het resterende deeg de koekjes op dezelfde wijze.

Strudelmuffins

Ingrediënten

6 stuks

Strudel-toplaag:

50 g boter
75 g bloem
30 ml kristalsuiker
15 ml gemalen gemengde specerijen

Muffins:

200 g bloem
2,5 ml zuiveringszout
10 ml bakpoeder
1 mespuntje zout
75 g fijne suiker
75 g boter
200 ml karnemelk
1 middelgroot ei, geklopt
100 g verse bessen

Benodigheden: 2 kleine Pyrex®
kommen, 1 grote Pyrex® kom,
1 muffinvorm met 6 vormpjes

Accessoires: Vierkante panacrunch-pan

1. Doe voor de strudel-toplaag de boter in een kleine Pyrex® kom en plaats deze op de ovenbodem. Smelt de boter in 10-20 seconden, stand MAGNETRON 1000 W. Voeg de overige ingrediënten voor de toplaag toe en kneed het geheel tot een zacht deeg. Leg het deeg in de koelkast.
2. Zeef bloem, zuiveringszout, bakpoeder en zout in een grote Pyrex® kom. Roer de suiker erdoor. Doe voor de muffins de boter in een kleine Pyrex® kom en smelt de boter 30 seconden - 1 minuut, stand MAGNETRON 1000 W. Laat de boter iets afkoelen en meng dan de karnemelk en het ei erdoor.
3. Roer het karnemelkmengsel voorzichtig door het bloemmengsel. Schep het fruit er voorzichtig door.
4. Verwarm de oven voor op OVEN 170 °C.
5. Verdeel het beslag gelijkmatig over de 6 muffinvormpjes. Strooi voor de strudel-toplaag wat van het kruimeldeeg over iedere muffin.
6. Plaats de vorm op de vierkante panacrunch-pan op het onderste ovenniveau en bak de muffins ca. 25-30 minuten, stand OVEN 170 °C, tot ze bruin en goed gerezen zijn.

Appeltaart

Ingrediënten

6-8 personen

400 g zoet kruimeldeeg
250 g appelmoes
2-3 appels, geschild, zonder klokhuis en
in dunne schijfjes gesneden
30 ml abrikozenjam

Benodigheden: 1 taartvorm, diameter
27 cm, 1 kleine Pyrex® kom

Accessoires: Vierkante panacrunch-pan

1. Verwarm de oven voor op OVEN 210 °C.
2. Bekleed de taartvorm met het deeg. Schenk de appelmoes in de vorm en leg de appelschijfjes er in een rosetvorm over.
3. Zet de vorm op de vierkante panacrunch-pan en plaats de pan op het onderste ovenniveau. Bak de taart in ca. 35-40 minuten gaar, stand OVEN 210 °C. Neem taartvorm van de bakplaat en laat deze op een rooster afkoelen.
4. Meng 3 eetlepels abrikozenjam met een eetlepel water; verwarm 1 minuut, stand MAGNETRON 1000 W, en bestrijk de appels ermee.

Clafoutis met kersen

Ingrediënten

6 personen

125 g bloem
4 middelgrote eieren, geklopt
30 ml fijne suiker
1 mespuntje zout
600 ml melk
500 g kersen in blik, uitgelekt
45 ml brandewijn
15 ml fijne suiker om te versieren

Benodigheden: 1 middelgrote, platte
Pyrex® schaal 1 grote kom

Accessoires: Vierkante panacrunch-pan

1. Verwarm de oven voor op OVEN 180 °C.
2. Zeef de bloem boven een grote mengkom. Maak een kuiltje in het midden en doe daar de eieren, suiker en zout in. Meng alle ingrediënten goed door elkaar. Schenk de melk erbij en klop het mengsel tot een glad beslag.
3. Schenk de helft van het beslag in de platte Pyrex® schaal, schep de kersen erover en voeg het resterende beslag toe. Sprenkel de brandewijn over het beslag.
4. Zet de schaal op de vierkante panacrunch-pan en plaats de pan op het onderste ovenniveau. Bak de clafoutis in ca. 40 minuten goudbruin, stand OVEN 180 °C. Bestrooi met suiker en serveer warm.

Broodjes

Ingrediënten

6-8 broodjes

450 g bakkersmeel
1 zakje gedroogde gist
5 ml zout

15 g boter of margarine
275 ml warm water

Voor volkorenbrood:

gebruik 225 g volkorenmeel en 225 g wit bakkersmeel

Voor grof volkorenbrood:

gebruik 450 g grof volkorenmeel in plaats van wit bakkersmeel

Benodigdheden: 1 grote Pyrex® kom

Accessoires: Vierkante panacrunch-pan

Vul het waterreservoir

1. Meng bloem, gist en zout in een grote Pyrex® kom. Wrijf de boter of margarine erdoor. Voeg het warme water toe en meng het geheel tot een deeg. Leg het deeg op een met bloem bestoven oppervlak en kneed het 10 minuten.
2. Verdeel het deeg in 8 balletjes en vorm er broodjes van. Leg de broodjes op de met bakpapier beklede, vierkante panacrunch-pan.
3. Dek het deeg af met magnetronfolie en laat het op een warme plaats of in de oven op het onderste ovenniveau, stand OVEN 40 °C, 40 minuten rijzen totdat het volume is verdubbeld.
4. Verwarm de oven voor op OVEN 200 °C. Bestrijk de broodjes met losgeklopt ei en strooi er desgewenst zaden over. Plaats de panacrunch-pan op het onderste ovenniveau en bak de broodjes in 25-30 minuten gaar, stand OVEN 200 °C. Schakel op 2/3 van de baktijd de functie STOOMSTOOT 3 minuten in.

Pizza

Ingrediënten

2-4 personen

2 uien, in dunne plakjes
3 teentjes knoflook, geplet
15 ml olijfolie
1 rol pizzadeeg
100 g passata
10 ml oregano
100 g mozzarella, geraspt

Benodigdheden: 1 grote Pyrex® kom

Accessoires: Vierkante panacrunch-pan

Vul het waterreservoir

1. Doe de uien en knoflook met olijfolie in een grote Pyrex® kom. Plaats de kom op de ovenbodem en stooft het mengsel 5 minuten, stand MAGNETRON 1000 W. Laat afkoelen.
2. Bekleed de panacrunch-pan met bakpapier. Spreid het deeg met de hand uit in de vierkante panacrunch-pan; maak geen opstaande randen.
3. Verdeel de saus, uien, oregano, zout en peper over het deeg zodat het helemaal is bedekt.
4. Verwarm de oven voor op OVEN 220 °C. Bak de pizza 15-20 minuten, stand OVEN 220 °C.
5. Voeg de kaas toe en bak nogmaals 8-10 minuten op stand OVEN 220 °C. Schakel aan het begin van de baktijd 3 minuten de functie STOOMSTOOT in.

Focaccia

Ingrediënten

1 brood

400 g bakkersmeel
1 zakje gedroogde gist
10 ml zout
75 g olijfolie
10 ml grof zeezout

Benodigheden: 2 grote Pyrex®
kommen, 1 rond bakblik, diameter
25 cm

Accessoires: Vierkante panacrunch-pan
Vul het waterreservoir

1. Meng bloem, gist en zout in een grote Pyrex® kom. Voeg er geleidelijk de olijfolie en 5-10 eetlepels warm water aan toe totdat u een zacht deeg hebt. Leg het deeg op een met bloem bestoven oppervlak en kneed het 10 minuten.
2. Leg de deegbal in grote, ingevette Pyrex® kom, dek de kom af en laat het deeg rijzen tot het volume is verdubbeld. Zet de kom op een warme plaats of in de oven op stand OVEN 40 °C. Kneed het deeg nogmaals enkele minuten.
3. Druk het deeg in de ingevette, ronde bakvorm, dek de vorm af en laat het deeg circa 30 minuten rijzen op een warme plaats of in de oven, stand OVEN 40 °C.
4. Verwarm de oven voor op OVEN 190 °C. Maak kuiltjes in de bovenkant van het deeg. Besprenkel de bovenkant met wat extra olijfolie en strooi er grof zeezout over. Plaats de vorm op de vierkante panacrunch-pan en bak de focaccia op stand OVEN 190 °C in 30 minuten gaar. Schakel op 2/3 van de baktijd 3 minuten de functie STOOMSTOOT in. Neem de focaccia voorzichtig uit de vorm en laat hem afkoelen op een rooster.

Broodjes met zongedroogde tomaten

Ingrediënten

6 broodjes

250 g wit bakkersmeel
1 zakje gedroogde gist
5 ml zout
25 g zongedroogde tomaten, grofgehakt
45 ml olijfolie
75 ml passata
75 ml warm water
5 ml olijfolie

Benodigheden: 1 grote Pyrex® kom

Accessoires: Vierkante panacrunch-pan

1. Meng de bloem, gist en zout in een grote Pyrex® kom en roer de tomaten erdoor. Voeg er geleidelijk de olijfolie, passata en 3-5 eetlepels warm water aan toe en kneed het geheel tot een zacht deeg. Leg het deeg op een met bloem bestoven oppervlak en kneed het 10 minuten.
2. Bekleed de panacrunch-pan met bakpapier. Verdeel het deeg in 6 broodjes en leg ze op de vierkante panacrunch-pan. Laat het deeg op een warme plaats of in de oven rijzen tot het volume is verdubbeld, stand OVEN 40 °C.
3. Verwarm de oven voor op OVEN 220 °C. Besprenkel de bovenkant van de broodjes met wat extra olijfolie en strooi er grof zeezout over. Bak de broodjes in ca. 15-20 minuten goudbruin, stand OVEN 220 °C.

Richtlijnen

Jam, marmelade en chutney bereiden in de magnetron gaat veel sneller en schoner dan in een pan op het fornuis. Een van de grootste voordelen is dat u deze conserven, met vers of diepgevroren fruit, in kleine porties kunt bereiden wanneer u maar wilt.

Grootte van de kom

Gebruik altijd een zeer grote glazen kom. Gebruik **NOOIT** een jampan of gewone pan in de magnetron.

Afdekken

Dek de jam niet af tijdens het koken.

Potten steriliseren

Jampotten kunt u in de magnetron steriliseren. Vul de potten voor de helft met water en verhit ze tot het water kookt (circa 3 minuten voor 2 potten), stand MAGNETRON 1000 W. Giet het water uit de potten en laat ze omgekeerd op keukenpapier drogen. De potten moeten nog warm zijn als ze met jam worden gevuld.

Gebruik de magnetron niet voor het steriliseren van babyflessen.

Gebruik de magnetron niet voor het sluiten van weckpotten.

Roeren

Gebruik een houten lepel om te roeren in de jam/conserven, maar laat de lepel er tijdens het koken **NOOIT** in staan.

Bereidingstijd

Druppel wat jam of marmelade op een koude schotel (zet de schotel alvast in de koelkast tijdens de bereiding). Laat afkoelen. De jam is klaar als het oppervlak van de jam rimpelt wanneer u er zachtjes op drukt.

Pruimenjam

Ingrediënten

Circa 1,5 kg

675 g pruimen of damastpruimen
200 ml water
675 g geleisuiker
30 ml citroensap
5 ml boter

Benodigheden: 1 Pyrex® kom,
inhoud 2 liter

Accessoires: geen

1. Prik een paar gaatjes in de schil van de pruimen en leg ze in een grote Pyrex® kom gevuld met water. Plaats de kom op de ovenbodem en kook de pruimen in ca. 10 minuten zacht, stand MAGNETRON 600 W.
2. Voeg de rest van de ingrediënten toe en kook de jam nogmaals 5 minuten, stand MAGNETRON 1000 W. Regelmatig roeren. Strijk eventuele suikerkorrels aan de zijkant van de kom in het mengsel en breng de jam aan de kook, stand MAGNETRON 1000 W.
3. Laat de jam ongeveer 25-30 minuten inkoken tot de gewenste dikte is bereikt, stand MAGNETRON 1000 W.
4. Jam even af laten koelen, pitten verwijderen en in een pot schenken. Pot afsluiten en voorzien van een etiket.

Jam van zacht fruit

Ingrediënten

2 potten

450 g zacht fruit, gewassen
250 g geleisuiker
200 g kristalsuiker
2,5 ml citroensap
5 ml boter

Benodigheden: 1 Pyrex® kom,
inhoud 2 liter

Accessoires: geen

1. Doe alle ingrediënten in een grote Pyrex® kom. Plaats de kom op de ovenbodem en kook de jam 5 minuten, stand MAGNETRON 1000 W. (10-15 minuten voor bevroren fruit.) Roer af en toe door. Verwarm het mengsel totdat de suiker is opgelost. Strijk eventuele suikerkorrels aan de zijkant van de kom in het mengsel.
2. Breng de jam aan de kook, stand MAGNETRON 1000 W. Laat de jam ongeveer 15-20 minuten inkoken tot de gewenste dikte is bereikt.
3. Laat de jam even afkoelen, roer hem door, giet hem in een pot, sluit deze af en plak er een etiket op.

Lemoncurd

Ingrediënten

2 potten

4 onbespoten citroenen, geraspte schil
en sap
400 g kristalsuiker
4 middelgrote eieren, geklopt
100 g boter

Benodigheden: 1 grote Pyrex® kom

Accessoires: geen

1. Doe alle ingrediënten in een grote Pyrex® kom en meng alles goed door elkaar. Plaats de kom op de ovenbodem en kook de lemoncurd 5-6 minuten, stand MAGNETRON 1000 W. Roer het mengsel eerst elke minuut en vervolgens elke 30 seconden door tot het indikt. Stop met verwarmen als het mengsel aan de achterkant van een lepel blijft plakken, anders worden de eieren te gaar. Het mengsel dikt verder in als het afkoelt.
2. Vul de potten met de nog hete lemoncurd, sluit ze af en keer ze om. Bewaar de lemoncurd in de koelkast.