

Panasonic®

Bedienungsanleitung und Kochbuch
Mode d'emploi et livre de recettes
Istruzioni e Ricettario

Deutsch

Français

Italiano

Four combi-vapeur
Forno a vapore combinato
Dampfkombinationsofen

NN-DS596M



NN-DS596M

NUR FÜR DEN PRIVATEN GEBRAUCH
À USAGE DOMESTIQUE UNIQUEMENT
PER USO DOMESTICO

WICHTIGE SICHERHEITSHINWEISE: Bitte sorgfältig durchlesen und zur weiteren Benutzung aufbewahren.

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

ISTRUZIONI IMPORTANTI PER LA SICUREZZA. Leggere attentamente queste istruzioni e conservarle per consultazioni future.

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

© Panasonic Corporation 2016

F0003BU00WP
PA0316-0
Printed in P.R.C

Vielen Dank, dass Sie dieses Gerät von Panasonic gekauft haben.

Inhalt

Bedienungsanleitung	2-68	Kurzinfo zum Kochzubehör	73
Sicherheitshinweise	2-8	Mikrowellenleistungsstufen.....	74
Entsorgung des Produkts	9	Grillen	74
Installation und Anschluss	10	Ober-/Unterhitze	75-76
Platzierung des Geräts	10	Dampfgaren.....	76
Wichtige Sicherheitshinweise	11-15	Kombifunktion.....	77
Zubehörhinweise	15	Welche Kombifunktion sollten Sie wählen?	78
Geräteteile	16-17	Kochen mit der Kombifunktion – Gefäße und Zubehör	79
Gerätezubehör.....	18	Hinweise zum Aufwärmen und Garen.....	80-81
Bedienfeld.....	19	Aufwärm- und Gartabellen.....	82-89
Zubereitungsmodi.....	20	Gartabelle nur Dampffunktion.....	89
Kombinationskochmodi	21	Tipps für das Garen im Mikrowellengerät.	90
Laufschrift	22	Richtlinien für das Auftauen.....	91
Uhr einstellen.....	23	Auftautabelle.....	92-93
Kindersicherung.....	23	Fleisch und Geflügel.....	94-99
Kochen und Auftauen		Fisch	100-101
in der Mikrowelle.....	24-25	Gemüse	102-103
Grillen	26-27	Gartabellen	104-105
Panacrunch (Grillen).....	28-29	Eier und Käse	106
Garen mit Ober-/Unterhitze	30-31	Trockene stärkehaltige Nahrungsmittel und Gemüse	107
Dampfgaren.....	32-34	Desserts - Gebäck.....	108
Dampfstoß	35-36	Allgemeine Tipps für das Zubereiten und Backen mit der Mikrowelle.....	109
Kombinationskochen mit Dampf.....	37-38	Traditionelles Backen mit Ober-/ Unterhitze	109
Kombination Grill und Mikrowelle	39-40	Antworten auf häufige Fragen	110-111
Mehrstufiges Kochen.....	41-43		
Verwendung der Zeitschaltuhr.....	44-45	Rezept	
Turbo-Auftauen.....	46-48	Suppen und Vorspeisen	112-114
Automatische Dampfprogramme.....	49-51	Fisch.....	115-117
Automatische Kochprogramme	52-55	Fleisch	118-120
Panacrunch-Programme	56-59	Gemüse.....	121-123
Systemreinigungsprogramme	60-61	Käse	124
Wasserbehälter reinigen.....	62	Saucen	125
Fragen und Antworten	63-65	Desserts	126-128
Pflege Ihres Geräts.....	66-67	Brot.....	129-130
Spezifikationen	68	Konfitüre	131-132
Kochbuch	69-132		
Inverter	69		
Grundsätzliches für den Umgang mit Mikrowellengeräten.....	70		
Allgemeine Richtlinien	71-72		

Bedienungsanleitung

Sicherheitshinweise

- Wichtige Sicherheitshinweise. Bitte sorgfältig durchlesen und zur weiteren Benutzung aufbewahren.
- Dieses Gerät kann von Kindern ab 8 Jahren und Personen mit eingeschränkten körperlichen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten oder mangelnder Erfahrung und Kenntnis verwendet werden, wenn sie beaufsichtigt werden oder Anleitung für die sichere Verwendung des Gerätes von einer für ihre Sicherheit verantwortlichen Person erhalten haben und die diesbezüglichen Risiken verstehen, auch bezüglich entweichendem Dampf. Kinder sollten mit dem Gerät nicht spielen. Reinigung und Wartung sollte nicht von Kindern durchgeführt werden, die dabei ohne Aufsicht sind. Halten Sie das Gerät mitsamt Kabel von Kindern unter 8 Jahren fern.
- Wenn dieses Gerät installiert ist, sollte es möglich sein, das Gerät ohne Schwierigkeiten von der Stromversorgung zu trennen, indem der Stecker herausgezogen oder ein Trennschalter benutzt wird.
- Wenn das Netzkabel beschädigt ist, muss es vom Hersteller oder dessen Kundendiensttechniker oder von einer gleichermaßen qualifizierten Person ersetzt werden, um Gefahren zu vermeiden.
- Warnung! Das Gerät sollte auf Beschädigungen an den Türabdichtungen und an den Türabdichtungsbereichen überprüft werden und wenn diese Bereiche Schäden aufweisen, darf das Gerät so lange nicht in Betrieb genommen werden, bis diese von einem vom Hersteller geschulten Kundendiensttechniker behoben sind.

Sicherheitshinweise

- Warnung! Nehmen Sie an der Tür, dem Gehäuse des Bedienfelds, den Sicherheitsverriegelungsschaltern oder anderen Teilen des Ofens keine Veränderungen vor und führen Sie keine unsachgemäßen eigenmächtigen Reparaturen durch.
- Warnung! Das Außengehäuse des Geräts, das vor einem Kontakt mit der Mikrowellenenergie schützt, darf zu keiner Zeit abgenommen werden.
- Reparaturen dürfen nur von einem qualifizierten Kundendiensttechniker vorgenommen werden.
- Warnung! Flüssigkeiten und sonstige Nahrungsmittel dürfen nicht in versiegelten Behältern aufgewärmt werden, da sie explodieren können.
- Warnung! Gestatten Sie Kindern nur dann, das Gerät unbeaufsichtigt zu benutzen, wenn ihnen ausreichende Anweisungen gegeben wurden, so dass sie das Gerät auf sichere Weise benutzen können und die Gefahren verstehen, die durch eine unsachgemäße Benutzung entstehen können.
- Das Gerät ist ausschließlich als Tischgerät geeignet. Es ist nicht als Einbaugerät oder zur Benutzung in einem Schrank gedacht.

Als Tischgerät:

- Das Gerät muss auf einer ebenen und stabilen Fläche 85 cm über dem Boden mit der Rückseite des Ofens gegen eine Wand aufgestellt werden. Für den ordnungsgemäßen Betrieb des Geräts müssen zwecks Belüftung die folgenden Abstände zur Wand gewährleistet sein: mindestens 5 cm auf einer Seite, die andere Seite muss offen liegen; 15 cm Freiraum nach oben und 10 cm an der Rückseite.

Sicherheitshinweise

- Wenn Sie Nahrungsmittel in Kunststoff- oder Papierbehältern aufwärmen, überprüfen Sie das Gerät häufig, da diese Art Behälter Feuer fangen, wenn Sie überhitzt werden.
- Sollte Rauch aus dem Gerät steigen oder sollten sich Flammen im Gerät bilden, drücken Sie Stopp/Abbrechen und lassen Sie die Tür geschlossen, um eventuelle Flammen zu ersticken. Ziehen Sie den Stecker heraus oder schalten Sie den Strom an der Sicherung oder mit dem Trennschalter aus.
- Dieses Gerät ist nur zur Benutzung zu Haushaltszwecken ausgelegt.
- Wenn Sie Flüssigkeiten, wie Suppen, Saucen und Getränke in Ihrem Gerät aufwärmen, kann ein Überhitzen der Flüssigkeit über den Siedepunkt hinaus auftreten, ohne dass Anzeichen von Blasenbildung sichtbar wären. Dies kann ein plötzliches Überkochen der heißen Flüssigkeit zur Folge haben.
- Der Inhalt von Babyflaschen oder Gläschen mit Babynahrung muss geschüttelt oder umgerührt werden. Vor dem Verzehr muss die Temperatur überprüft werden, um Verbrennungen zu vermeiden.
- Kochen Sie mit der **Mikrowelle** keine Eier in ihrer Schale oder hart gekochte Eier. Es könnte sich Druck aufbauen, welcher die Eier zum Explodieren bringt, sogar dann noch, wenn die Mikrowellenerwärmung beendet ist.

Sicherheitshinweise

- Reinigen Sie das Innere des Geräts, die Türdichtungen und den Türdichtungsbereich regelmäßig. Wenn Nahrungsmittel spritzen oder verschüttete Flüssigkeiten an den Gerätewänden, am Boden, an den Türdichtungen und an den Türdichtungsbereichen haften, wischen Sie diese mit einem feuchten Tuch ab. Bei starker Verschmutzung kann eine milde Seifenlösung benutzt werden. Die Verwendung starker Reinigungs- oder Scheuermittel wird nicht empfohlen.
- **Verwenden Sie keine kommerziellen Backofenreiniger.**
- Wenn Sie die Betriebsarten **Grill, Ober-/Unterhitze, Dampf, Panacrunch** oder **Kombination** nutzen, kann es unweigerlich vorkommen, dass Fett von Lebensmitteln an die Geräteinnenwand spritzt. Wird das Gerät nicht von Zeit zu Zeit gereinigt, ist während des Betriebs eine Rauchentwicklung möglich.
- Wird das Gerät nicht in sauberem Zustand gehalten, kann dies zu einer Zerstörung der Oberflächen führen, welche die Lebensdauer des Geräts beeinträchtigen und mögliche Gefahren für den Benutzer mit sich bringen kann.
- **Warnung!** In den Betriebsarten **Grill, Ober-/Unterhitze, Dampf, Panacrunch** und **Kombination** ist es möglich, dass die erreichbaren Geräteteile heiß werden. Kinder unter 8 Jahren sollen vom Gerät fern gehalten werden. Kinder sollten das Gerät aufgrund der von ihm erzeugten hohen Temperaturen nur unter Aufsicht eines Erwachsenen benutzen.
- Zur Reinigung des Geräts darf kein Dampfreiniger verwendet werden.

Sicherheitshinweise

- Benutzen Sie keine aggressiven, scheuernden Reinigungsmittel oder scharfe Metallspachtel, um die Glastür des Geräts zu reinigen, da diese die Oberfläche zerkratzen können, was zu einem Zerspringen des Glases führen kann.
- Die äußeren Ofenflächen, einschließlich der Lüftungsöffnungen am Gehäuse und die Ofentür werden während der Betriebsarten **Grill, Ober-/Unterhitze, Dampf, Panacrunch** und **Kombination** heiß. Deshalb gilt beim Öffnen und Schließen der Tür und beim Einschieben oder Herausnehmen von Nahrungsmitteln und Zubehör besondere Vorsicht!
- Dieses Gerät ist nicht für den Betrieb mittels einer externen Zeitschaltuhr oder eines getrennten Fernbedienungssystems ausgelegt.
- Verwenden Sie nur solche Utensilien, die für die Verwendung in Mikrowellengeräten geeignet sind.
- Warnung! Dieses Gerät erzeugt kochend heißen Dampf.
- Halten Sie während und nach dem Kochen mit der Dampffunktion das Gesicht nicht zu dicht an das Gerät, wenn Sie die Tür öffnen. Lassen Sie beim Öffnen der Tür Vorsicht walten, da heißer Dampf zu Verletzungen führen kann.
- Warnung! Beim Öffnen der Tür können Dampfschwaden austreten. Wenn sich heißer Dampf im Gerät befindet, greifen Sie nicht mit nackten Händen hinein! Es besteht Verbrennungsgefahr! Verwenden Sie Ofenhandschuhe.
- Hinweise zum richtigen Gebrauch des Zubehörs finden Sie auf Seite 18.

Sicherheitshinweise

- Das Gerät hat zwei Grillheizer im oberen Ofenbereich und zwei Heizelemente im unteren Ofenbereich. Nach dem Gebrauch der Funktionen **Grill, Ober-/Unterhitze, Dampf, Panacrunch** und **Kombination** sind die Innenflächen des Ofens sehr heiß. Deshalb gilt besondere Vorsicht, um das Berühren der Heizelemente im Gerät zu vermeiden. Um Verbrennungen zu vermeiden, sollten die Innenoberflächen des Geräts möglichst nicht berührt werden.
- Dieses Kombigerät dient nur dem Erwärmen von Lebensmitteln und Getränken. Seien Sie vorsichtig, wenn Sie Nahrungsmittel mit einem geringen Feuchtigkeitsgehalt aufwärmen, z. B. Brotprodukte, Schokolade, Kekse und Gebäck. Diese können schnell verbrennen, austrocknen oder Feuer fangen, wenn sie zu lange erhitzt werden. Wir raten davon ab, Nahrungsmittel mit geringer Feuchtigkeit aufzuwärmen, z. B. Popcorn oder Papadam. Das Trocknen von Nahrungsmitteln, Zeitungen oder Kleidungsstücken und das Erwärmen von Wärmekissen, Hausschuhen, Schwämmen, feuchten Tüchern, Weizensäcken, Wärmflaschen und ähnlichen Produkten kann zu Verletzungen, Entzündung oder einem Brand führen.
- Die Lampe des Geräts darf nur von einem Servicetechniker ersetzt werden, der vom Hersteller geschult wurde. Versuchen Sie **nicht**, das Gehäuse des Ofens zu entfernen.
- Bevor Sie das Gerät verwenden, bringen Sie die Auffangrinne in Position. Hinweise zur richtigen Installation finden Sie auf Seite 16.

Sicherheitshinweise

- Der Zweck der Auffangrinne besteht darin, überschüssiges Wasser während des **Dampf**- und **Mikrowellen**-Modus aufzusammeln. Sie sollte nach jedem **Dampf**- und **Mikrowellen**-Betrieb geleert werden.
- Benutzen Sie den Wassertank nicht, wenn er Risse aufweist oder beschädigt ist, da das Wasser auslaufen könnte und zu einem Ausfall der Elektrik oder einem Stromschlag führen könnte. Wenn der Wassertank Schäden aufweist, kontaktieren Sie bitte Ihren Händler.
- **Vorsicht!** Um das Risiko eines unbeabsichtigten Zurücksetzens der thermischen Abschaltung zu vermeiden, darf dieses Gerät nicht über einen externen Schalter, z. B. eine Zeitschaltuhr, versorgt werden, oder an einen Stromkreis angeschlossen werden, der vom Energieversorger regelmäßig aus- und eingeschaltet wird.

Entsorgung des Produkts



Informationen für
Benutzer zur Entsorgung
von Elektro- und
Elektronik-Altgeräten
(Privathaushalte)

Dieses Symbol auf den
Produkten und/oder den Begleitdokumenten
bedeutet, dass gebrauchte elektrische
und elektronische Produkte nicht mit dem
allgemeinen Haushaltsmüll zusammen
entsorgt werden dürfen.

Zur ordnungsgemäßen Behandlung,
Rückgewinnung und Recyclingverarbeitung
müssen diese Produkte bei den hierfür
vorgesehenen Annahmestellen abgegeben
werden. Dort werden sie kostenfrei
entgegengenommen. In einigen Ländern ist
es auch möglich, Ihrem Einzelhändler das
Produkt beim Kauf eines entsprechenden
neuen Produkts zur Entsorgung
zurückzugeben.

Die ordnungsgemäße Entsorgung
dieses Produkts trägt dazu bei, wertvolle
Ressourcen einzusparen und potenzielle
negative Auswirkungen auf die menschliche
Gesundheit und die Umwelt zu vermeiden,
die anderweitig durch eine unangemessene
Entsorgung bedingt werden könnten.
Informationen zur nächstgelegenen
Annahmestelle erhalten Sie auf Anfrage bei
der zuständigen örtlichen Behörde.

Für eine unsachgemäße Entsorgung dieses
Abfalls gelten u. U. Strafen entsprechend
der national geltenden Gesetze.

Für gewerbliche Anwender in der
Europäischen Union

Wenn Sie elektrische oder elektronische
Geräte entsorgen möchten, wenden Sie
sich bitte an Ihren Händler oder Lieferanten
zwecks weiterer Informationen.

Informationen über die
Entsorgung in anderen Ländern
außerhalb der Europäischen
Union

Dieses Symbol ist nur in der Europäischen
Union gültig.

Wenn Sie dieses Produkt entsorgen
möchten, kontaktieren Sie Ihre Ortsbehörde
oder Ihren Händler und fragen Sie nach der
korrekten Entsorgungsmethode.

Installation und Anschluss

Überprüfen Sie Ihr Mikrowellengerät

Nehmen Sie das Gerät aus der Verpackung, entfernen Sie alles Verpackungsmaterial und überprüfen Sie das Gerät auf Beschädigungen wie Dellen, abgebrochene Türgriffe oder Risse in der Tür. Sollten Sie Schäden feststellen, informieren Sie umgehend Ihren Händler. Installieren Sie kein beschädigtes Mikrowellengerät.



Wichtig!

Dieses Gerät muss zur persönlichen Sicherheit ordnungsgemäß geerdet werden.

Erdungsanweisungen

Wenn Ihre Wechselstrom-Steckdose nicht geerdet ist, liegt es in der persönlichen Verantwortung des Kunden, diese durch eine ordnungsgemäß geerdete Steckdose ersetzen zu lassen.

Betriebsspannung

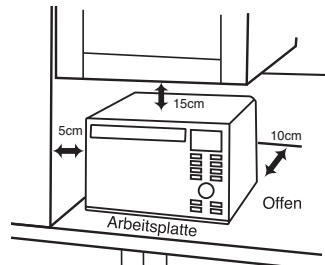
Die Spannung muss der Spannung entsprechen, die auf dem Schild angegeben ist, das sich am Gerät befindet. Wird eine höhere Spannung als angegeben benutzt, kann dies zu Feuer oder Schäden führen.

Platzierung des Geräts

Das Gerät ist ausschließlich als Tischgerät geeignet. Es ist nicht als Einbaugerät oder zur Benutzung in einem Schrank gedacht.

Benutzung auf der Tischplatte oder Arbeitsfläche

Wenn die eine Seite des Geräts ganz an die Wand gerückt wird, darf die andere Seite oder das Oberteil des Geräts nicht blockiert sein. Halten Sie einen Abstand von 15 cm über dem Mikrowellengerät ein.



1. Stellen Sie das Gerät auf eine flache und stabile Oberfläche, die sich mehr als 85 cm über dem Boden befindet.
2. Wenn dieses Gerät installiert ist, sollte es möglich sein, das Gerät ohne Schwierigkeiten von der Stromversorgung zu trennen, indem der Stecker herausgezogen oder ein Trennschalter benutzt wird.
3. Für ordnungsgemäßen Betrieb stellen Sie sicher, dass das Gerät ausreichend belüftet ist.
4. Platzieren Sie dieses Gerät nicht in der Nähe eines Elektro- oder Gasherdes.
5. Die Füße dürfen nicht entfernt werden.
6. Es darf nicht im Freien benutzt werden.
7. Vermeiden Sie eine Benutzung des Geräts in sehr feuchter Umgebung.
8. Das Stromkabel sollte das Äußere des Geräts nicht berühren. Halten Sie das Kabel von heißen Oberflächen fern. Lassen Sie das Kabel nicht über die Kante des Tisches oder die Arbeitsfläche hängen. Das Kabel, den Stecker oder das Gerät nicht in Wasser eintauchen.
9. Die Lüftungsöffnungen auf der rechten Geräteseite dürfen nicht blockiert werden. Sind diese Öffnungen während des Betriebs blockiert, kann sich die Mikrowelle überhitzen. In diesem Fall ist es durch einen Überhitzungsschutz geschützt und nimmt den Betrieb erst wieder auf, nachdem es abgekühlt ist.
10. Dieses Gerät ist nur zur Benutzung zu Haushaltszwecken ausgelegt.

Wichtige Sicherheitshinweise

Bitte sorgfältig durchlesen und zum Nachschlagen aufbewahren.



Warnung!

Wichtige Sicherheitshinweise

1. Die Türabdichtungen und Türabdichtungsbereiche sollten mit einem feuchten Tuch gereinigt werden. Das Gerät sollte auf Beschädigungen an den Türabdichtungen und an den Türabdichtungsbereichen überprüft werden, und wenn diese Bereiche Schäden aufweisen, darf das Gerät so lange nicht in Betrieb genommen werden, bis diese von einem vom Hersteller geschulten Kundendiensttechniker behoben wurden.
2. Nehmen Sie an der Tür, dem Gehäuse des Bedienfelds, den Sicherheitsverriegelungsschaltern oder anderen Teilen des Ofens keine Veränderungen vor und führen Sie keine unsachgemäßen eigenmächtigen Reparaturen durch. Das Außengehäuse des Geräts, das vor einem Kontakt mit der Mikrowellenenergie schützt, darf zu keiner Zeit abgenommen werden. **Reparaturen dürfen nur von einem qualifizierten Kundendiensttechniker vorgenommen werden.**
3. Nehmen Sie dieses Gerät nicht in Betrieb, wenn **Stromkabel oder Stecker** beschädigt sind oder wenn das Gerät fallen gelassen oder beschädigt wurde. Das Durchführen von Reparaturen ist gefährlich, außer für einen vom Hersteller geschulten Kundendiensttechniker.
4. Wenn das Stromkabel beschädigt ist, muss es vom Hersteller oder einem Kundendiensttechniker oder einer gleichermaßen qualifizierten Person ersetzt werden, um Gefahren zu vermeiden.
5. Benutzen Sie den Wassertank nicht, wenn er Risse aufweist oder beschädigt ist, da das Wasser auslaufen könnte und zu einem Ausfall der Elektrik oder einem Stromschlag führen könnte. Wenn der Wassertank Schäden aufweist, kontaktieren Sie bitte Ihren Händler.
6. Gestatten Sie Kindern nur dann, das Gerät unbeaufsichtigt zu benutzen, wenn ihnen ausreichende Anweisungen gegeben wurden, so dass sie das Gerät auf sichere Weise benutzen können und die Gefahren verstehen, die durch eine unsachgemäße Benutzung entstehen können.
7. Flüssigkeiten und sonstige Nahrungsmittel dürfen nicht in versiegelten Behältern aufgewärmt werden, da sie explodieren können.



Dieses Gerät erzeugt kochend heißen Dampf

8. Dieses Gerät kann von Kindern ab 8 Jahren und Personen mit eingeschränkten körperlichen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten oder mangelnder Erfahrung und Kenntnis verwendet werden, wenn sie beaufsichtigt werden oder Anleitung für die sichere Verwendung des Gerätes von einer für ihre Sicherheit verantwortlichen Person erhalten haben und die diesbezüglichen Risiken verstehen, auch bezüglich entweichendem Dampf. Kinder sollten mit dem Gerät nicht spielen. Reinigung und Wartung sollte nicht von Kindern durchgeführt werden, die dabei ohne Aufsicht sind. Halten Sie das Gerät mitsamt Kabel von Kindern unter 8 Jahren fern.

Wichtige Sicherheitshinweise

Benutzung des Geräts

1. Benutzen Sie das Gerät zu keinem anderen Zweck als zur Zubereitung von Nahrungsmitteln. Das Gerät wurde speziell dazu konzipiert, Nahrungsmittel aufzuwärmen oder zu kochen. Benutzen Sie dieses Gerät nicht dazu, Chemikalien oder sonstige Produkte, die keine Nahrungsmittel sind, aufzuwärmen.
2. Vergewissern Sie sich vor der Benutzung, dass Ihre Utensilien/ Behälter zur Benutzung in der Mikrowelle geeignet sind.
3. Der Mikrowellenherd dient nur zum Erwärmen von Lebensmittel und Getränken. Seien Sie vorsichtig, wenn Sie Nahrungsmittel mit einem geringen Feuchtigkeitsgehalt aufwärmen, z. B. Brotprodukte, Schokolade, Kekse und Gebäck. Diese können schnell verbrennen, austrocknen oder Feuer fangen, wenn sie zu lange erhitzt werden. Wir raten davon ab, Nahrungsmittel mit nur geringer Feuchte aufzuwärmen, z. B. Popcorn oder Papadam. Das Trocknen von Nahrungsmitteln, Zeitungen oder Kleidungsstücken und das Erwärmen von Wärmekissen, Hausschuhen, Schwämmen, feuchten Tüchern, Weizensäckchen, Wärmflaschen und ähnlichen Produkten kann zu Verletzungen, Entzündung oder einem Brand führen.
4. Bewahren Sie keine Objekte im Gerät auf, wenn dieses nicht benutzt wird, falls es versehentlich eingeschaltet wird.
5. Das Gerät darf in den Betriebsarten **Mikrowelle** oder **Kombination** nicht verwendet werden, **wenn sich keine Speisen im Gerät befinden**, da dies zu Schäden am Gerät führen könnte. Ausnahme ist Punkt 1 unter „Heizungsbetrieb“.
6. Sollte Rauch aus dem Gerät steigen oder sollten sich Flammen im Gerät bilden, drücken Sie Stopp/Abbrechen und lassen Sie die Tür geschlossen, um eventuelle Flammen zu ersticken. Ziehen Sie den Stecker heraus oder schalten Sie den Strom an der Sicherung oder mit dem Trennschalter aus.
7. Halten Sie während und nach dem Kochen mit der **Dampffunktion** das Gesicht nicht zu dicht an das Gerät, wenn Sie die Tür öffnen. Lassen Sie beim Öffnen der Tür Vorsicht walten, da heißer Dampf zu Verletzungen führen kann.



Vorsicht

Es können Dampfschwaden austreten, wenn Sie die Tür öffnen. Wenn sich heißer Dampf im Gerät befindet, greifen Sie nicht mit nackten Händen hinein! Es besteht Verbrennungsgefahr! Verwenden Sie Ofenhandschuhe.

Wichtige Sicherheitshinweise

Betrieb des Heizelements

1. Bevor Sie die **Ober-/Unterhitze, Dampf, Grill, Panacrunch-** oder **Kombination**-Funktion zum ersten Mal nutzen, wischen Sie überschüssiges Öl im Innenraum des Geräts ab und nehmen Sie das Gerät ohne Nahrungsmittel und Zubehör mit **Ober-/Unterhitze** bei 220 °C für 10 Minuten in Betrieb. Dadurch wird das als Rostschutz verwendete Öl verbrannt. Dies ist das einzige Mal, an dem das Gerät in leerem Zustand benutzt wird.
2. Die äußeren Ofenflächen, einschließlich der Lüftungsöffnungen am Gehäuse und die Ofentür werden während der Betriebsarten **Grill, Ober-/Unterhitze, Dampf, Panacrunch** und **Kombination** heiß. Deshalb gilt beim Öffnen und Schließen der Tür und beim Einschieben oder Herausnehmen von Nahrungsmitteln und Zubehör besondere Vorsicht!
3. Das Gerät hat zwei Grillheizer im oberen Ofenbereich und zwei Heizelemente im unteren Ofenbereich. Nach dem Gebrauch der Funktionen **Grill, Dampf, Ober-/Unterhitze, Panacrunch** und **Kombination** sind die Innenflächen des Ofens sehr heiß. Deshalb gilt besondere Vorsicht, um das Berühren der Heizelemente im Gerät zu vermeiden.



Vorsicht! Heiße Oberflächen.
Nach dem Kochen mit diesen Funktionen ist das Zubehör des Gerätes sehr heiß.

4. In den Betriebsarten **Grill, Ober-/Unterhitze, Dampf, Panacrunch** und **Kombination** ist es möglich, dass die erreichbaren Geräteteile heiß werden. Kinder von unter 8 Jahren müssen vom Gerät ferngehalten werden und im Allgemeinen sollten Kinder das Gerät aufgrund der Hitzeentwicklung nur unter Aufsicht von Erwachsenen benutzen.

Betrieb des Kühlgebläses

Nach dem Betrieb des Gerätes, kann es sein, dass der Gebläsemotor ein paar Minuten nachläuft, um die Elektrokomponenten zu kühlen. Dies ist normal und Sie können das Lebensmittel auch bei laufendem Gebläsemotor herausnehmen. Das Gerät kann währenddessen weiter verwendet werden.

Wassertank

Benutzen Sie den Wassertank nicht, wenn er Risse aufweist oder beschädigt ist, da das Wasser auslaufen könnte und zu einem Ausfall der Elektrik oder einem Stromschlag führen könnte. Wenn der Wassertank Schäden aufweist, kontaktieren Sie bitte Ihren Händler.

Innenbeleuchtung

Wenn es erforderlich wird, die Beleuchtung des Geräts auszuwechseln, wenden Sie sich bitte an Ihren Händler.

Garzeiten

Die im Kochbuch angegebenen Garzeiten sind nur ungefähre Werte. Die Garzeit hängt von Zustand, Temperatur, Menge der Nahrungsmittel sowie der Art des Kochgeschirrs ab.

Beginnen Sie mit der Mindestgarzeit, um ein Verkochen zu verhindern. Wenn die Nahrungsmittel nicht ausreichend gegart sind, können Sie sie immer noch etwas länger kochen.



Wenn die empfohlene Kochzeit überschritten wird, können die Nahrungsmittel ungenießbar werden und in extremen Fällen Feuer fangen und das Innere des Geräts beschädigen

Wichtige Sicherheitshinweise

Fleischthermometer

Verwenden Sie erst dann ein Thermometer zum Überprüfen des Garzustandes von Braten und Geflügel, wenn das Fleisch bereits aus dem Gerät genommen wurde. Verwenden Sie im Mikrowellengerät kein herkömmliches Fleischthermometer, da dies Funkenbildung verursachen kann.

Kleine Nahrungsmittelmengen

Kleine Mengen von Nahrungsmitteln oder Lebensmittel mit einem geringen Feuchtegehalt können schnell verbrennen, austrocknen oder Feuer fangen, wenn sie zu lange erhitzt werden. Sollten sich Substanzen innerhalb des Geräts entzünden, halten Sie die Tür des Geräts geschlossen, schalten Sie das Gerät aus und ziehen Sie den Stecker aus der Steckdose.

Eier

Kochen Sie mit der **Mikrowelle** keine Eier in ihrer Schalen oder hart gekochte Eier. Es könnte sich Druck aufbauen, welcher die Eier zum Explodieren bringt, sogar dann noch, wenn die Mikrowellenerwärmung beendet ist.

Haut einstechen

Nahrungsmittel mit einer unporösen Haut wie Kartoffeln, Eigelb und Würstchen müssen vor dem Kochen mit der **Mikrowelle** eingestochen werden, um zu verhindern, dass sie platzen.

Flüssigkeiten

Wenn Sie Flüssigkeiten wie Suppen, Saucen und Getränke in Ihrem Mikrowellengerät aufwärmen, kann ein Überhitzen der Flüssigkeit über den Siedepunkt hinaus auftreten, ohne dass Anzeichen von Blasenbildung sichtbar wären. Dies kann ein plötzliches Überkochen der heißen Flüssigkeit zur Folge haben.

Um dies zu verhindern, sollten die folgenden Schritte unternommen werden:

- Vermeiden Sie die Verwendung von Behältern mit geraden Wänden und engen Hälsen.
- Nicht überhitzen.
- Rühren Sie die Flüssigkeit um, bevor Sie den Behälter in das Gerät stellen und rühren Sie nochmals nach halber Kochzeit.
- Lassen Sie die Flüssigkeit nach dem Erwärmen eine kurze Weile im Gerät stehen, rühren Sie nochmals um und nehmen Sie den Behälter dann vorsichtig aus dem Gerät.

Papier/Kunststoff

Wenn Sie Nahrungsmittel in Kunststoff- oder Papierbehältern aufwärmen, überprüfen Sie das Gerät häufig, da diese Art Behälter Feuer fangen, wenn Sie überhitzt werden.

Verwenden Sie keine recycelten Papierprodukte (z. B. Küchenrolle), es sei denn, das Papierprodukt ist als mikrowellensicher gekennzeichnet. Recycelte Papierprodukte können Unreinheiten enthalten, die während der Benutzung Funken und/oder Feuer verursachen können.

Entfernen Sie die Drahtverschlüsse von Bratbeuteln, bevor Sie den Beutel in das Gerät legen.

Wichtige Sicherheitshinweise

Utensilien/Folie

Erwärmen Sie keine geschlossenen Dosen oder Flaschen, da diese explodieren können.

Metallbehälter oder Schüsseln mit Metallverzierungen sollten beim Mikrowellenkochen nicht benutzt werden. Es kann zu Funkenbildung kommen.

Wenn Sie Aluminiumfolie, Fleischspieße oder Kochgeschirr aus Metall benutzen, muss der Abstand zwischen diesen und den Gerätewänden mindestens 2 cm betragen, um eine Funkenbildung zu verhindern.

Babyflaschen/Gläschen mit Babynahrung

Oberteil und Sauger oder Deckel müssen von Babyflaschen oder Gläsern mit Babynahrung abgenommen werden, bevor sie in das Gerät gestellt werden.

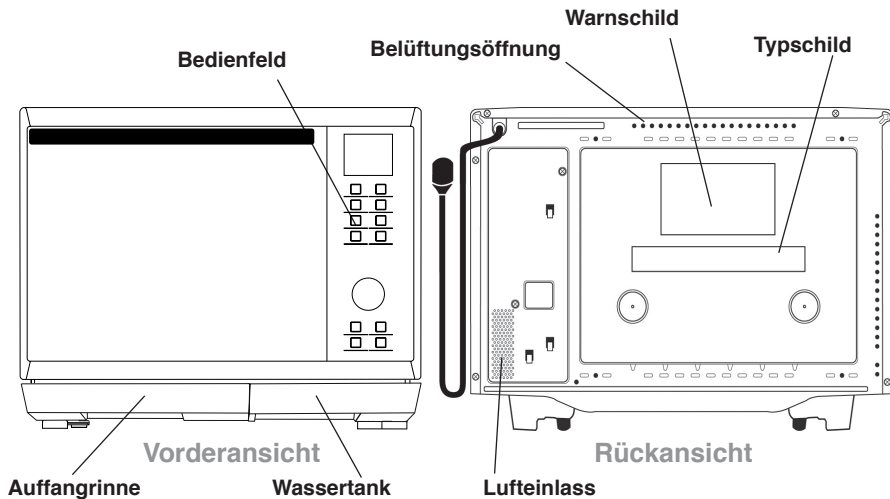
Der Inhalt der Babyflaschen oder Gläsern mit Babynahrung muss geschüttelt oder umgerührt werden.

Vor dem Verzehr muss die Temperatur überprüft werden, um Verbrennungen zu vermeiden.

Zubehörhinweise

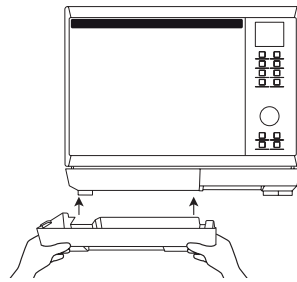
1. Garen Sie keine Nahrungsmittel direkt auf dem Geräteboden. Legen Sie die Lebensmittel immer auf/in ein/e mikrowellensichere/s Platte/Gefäß.
2. Das mitgelieferte Gerätezubehör darf nur wie vorgeschrieben in den Betriebsarten **Grill**, **Ober-/Unterhitze**, **Dampf**, **Panacrunch** und **Kombination** ohne Mikrowelle verwendet werden. **Verwenden Sie niemals Metallzubehör, wenn Sie nur im Mikrowellenbetrieb kochen.** Verwenden Sie es nicht, wenn Sie das Gerät mit einer Lebensmittelmenge von weniger als 200 g mit einem manuellen Kombinationsprogramm verwenden. Das maximale Gewicht, das auf das Gerätezubehör aufgelegt werden kann, beträgt 3,2 kg. **Wenn Sie das Zubehör nicht ordnungsgemäß nutzen, kann dies zu Schäden am Gerät führen.**
3. Beim Kochen mit der **Mikrowelle** kann es zu einem Funkendurchschlag kommen, wenn nicht die korrekte Lebensmittelmenge verwendet wird, ein Metallbehälter nicht ordnungsgemäß verwendet wird oder das Gerätezubehör beschädigt ist. Wenn dies der Fall ist, schalten Sie das Gerät sofort aus. Sie können dann nur in den Betriebsarten **Grill**, **Dampf** oder **Ober-/Unterhitze** weiter kochen.
4. Lesen Sie immer die Anweisungen für den korrekten Gebrauch des Zubehörs in allen Automatikprogrammen durch.

Geräteteile



Auffangrinne

1. Bevor Sie das Gerät verwenden, muss die Auffangrinne eingesetzt werden, da diese während des Kochens überschüssiges Wasser auffängt. Die Auffangrinne sollte regelmäßig entfernt und gereinigt werden.
2. Die Auffangrinne wird wieder eingesetzt, indem sie in die Vorderfüße des Gerätes eingerastet wird, während sie mit beiden Händen gehalten wird.
3. Zum Herausnehmen der Auffangrinne halten Sie diese mit beiden Händen und ziehen diese langsam und vorsichtig nach vorne. Waschen Sie diese mit warmem Seifenwasser. Setzen Sie die Auffangrinne wieder ein, indem Sie diese wieder in die Füße einhängen.
4. **Reinigen Sie die Auffangrinne nicht in einem Geschirrspüler.**



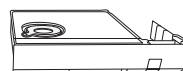
Setzen Sie die Auffangrinne wieder ein, indem Sie diese wieder in die Füße einhängen.

Wassertank

Lesen Sie dazu die Anleitung für den Wassertank auf Seite 33.



Auffangrinne



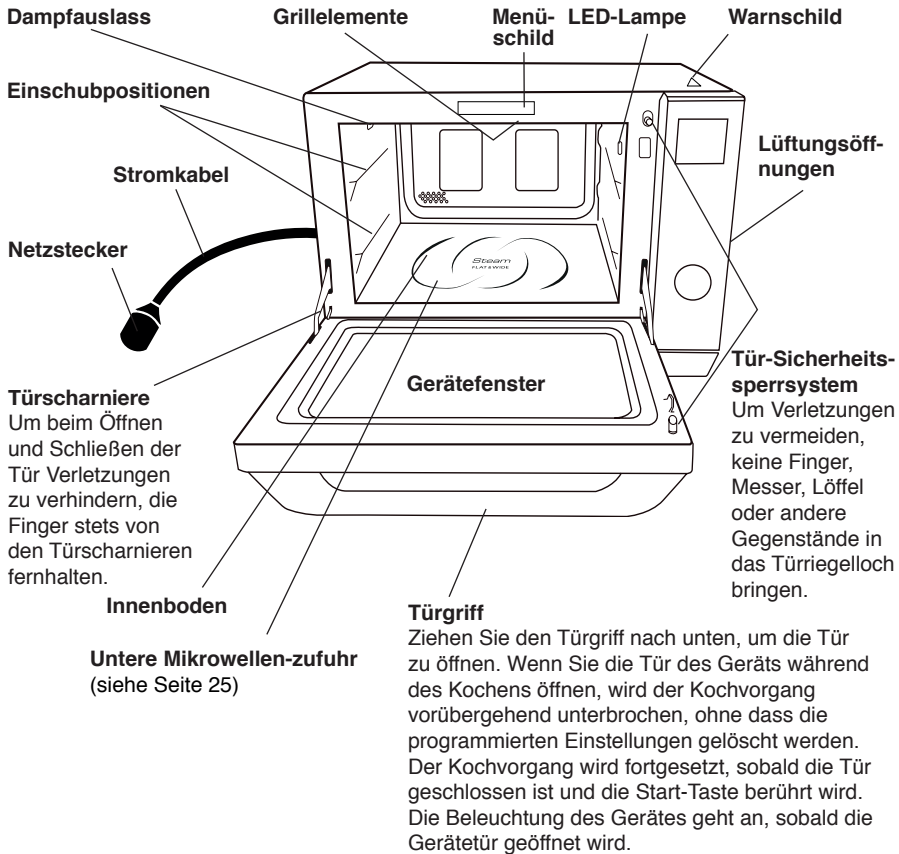
Wassertank



Hinweis

Die obige Abbildung dient lediglich der Information.

Geräteteile



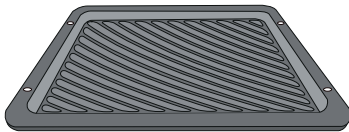
Hinweis

Die obige Abbildung dient lediglich der Information.

Gerätezubehör

Der Ofen wird mit einem Zubehörteil geliefert; dem Panacrunch-Blech. Halten Sie sich immer an die Anweisungen, die zur Benutzung des Zubehörs gegeben werden. Das Zubehör dient verschiedenen Zwecken:

1. Wir empfehlen die Verwendung des Blechs in der oberen Einschubposition in der Betriebsart **Dampf** 1, 2 oder 3. Beim Dampfgaren von größeren Lebensmitteln schieben Sie das Blech in die untere Einschubposition ein. Beim Dampfgaren sammelt sich Bratensaft im Wasserlauf des Blechs.
2. Zum **Grillen** kleinerer flacher Lebensmittel kann das Blech in der oberen Einschubposition eingeschoben werden. Es kann auch zum Grillen größerer Teile in eine untere Einschubposition eingeschoben werden.
3. Das Blech kann in der Betriebsart **Ober-/Unterhitze** bei 100 - 220 °C oder 40 °C in die obere oder untere Einschubposition eingeschoben werden.



Panacrunch-Blech

4. Das Blech kann auch als **Panacrunch-Blech** für die Panacrunch-Automatikprogramme in die obere Einschubposition eingeschoben werden. Es kann auch im manuellen Betrieb zum Bräunen und Rösten der Ober- und Unterseite von Lebensmitteln in der oberen oder unteren Einschubposition verwendet werden.

Verwenden des Panacrunch-Bleches (manueller Betrieb)

1. Schieben Sie es in die untere Einschubposition ein. Betätigen Sie die Grill-Taste 4 mal, um die Betriebsart Panacrunch auszuwählen. Näheres hierzu siehe Seite 28.
2. Garen Sie entsprechend den Richtlinien in der Garzeittabelle auf Seite 29.
3. Verwenden Sie nach dem Garen Ofenhandschuhe, da das Blech sehr heiß wird.

Pflege des Blechs

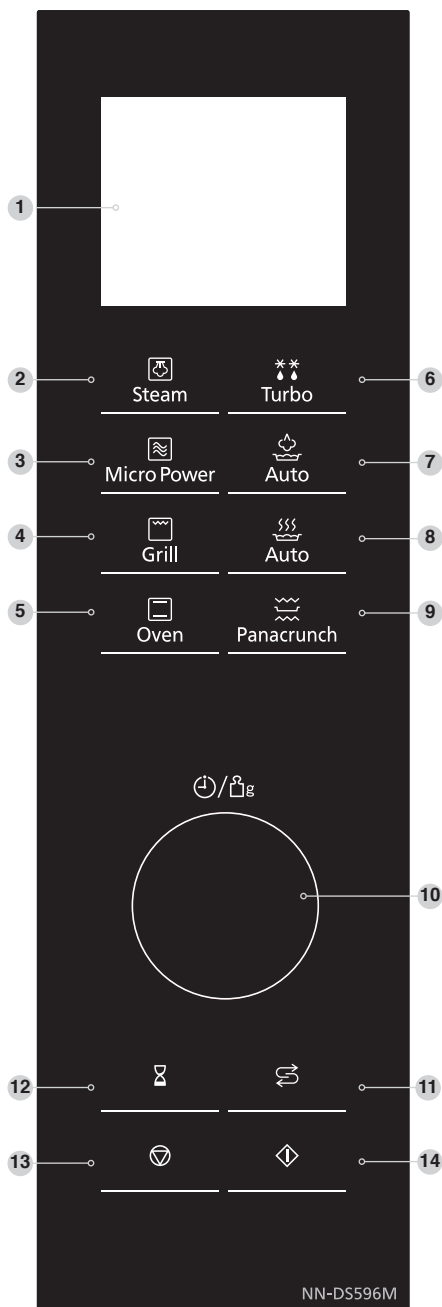
1. Verwenden Sie niemals scharfe Utensilien für das Blech, da diese die Antihafbeschichtung beschädigen.
2. Spülen Sie das Blech nach dem Gebrauch mit warmer Seifenlauge und dann mit heißem Wasser ab. Benutzen Sie keine aggressiven Reinigungsmittel oder Scheuerschwämme, da diese die Oberfläche des Blechs beschädigen.
3. Das Blech ist spülmaschinenfest.



Hinweis

1. Blech nicht vorheizen.
2. Fassen Sie das heiße Blech immer nur mit Ofenhandschuhen an.
3. Stellen Sie sicher, dass vor dem Kochen alle Verpackungen von den Speisen entfernt wurden.
4. Bringen Sie keine hitzeempfindlichen Materialien mit dem heißen Blech in Berührung, da diese verbrennen könnten.
5. Zwecks richtigem Gebrauch der einzelnen Zubereitungsmodi lesen Sie die Seiten 24-40.

Bedienfeld



1. **Displayfenster**
2. **Dampf** (Seiten 32-34)
3. **Mikrowelle** (Seiten 24-25)
4. **Grill** (Seiten 26-27)
5. **Ober-/Unterhitze** (Seiten 30-31)
6. **Turboauftauen** (Seiten 46-48)
7. **Automatik-Dampfprogramme** (Seiten 49-51)
8. **Automatische Kochprogramme** (Seiten 52-55)
9. **Panacrunch-Programme** (Seiten 56-59)
10. **Zeit/Gewicht-Drehregler**
11. **Systemreinigung** (Seiten 60-61)
12. **Zeitschaltuhr/Uhr**
13. **Stopp/Abbrechen:**

Vor dem Garen: Einmaliges Antippen löscht Ihre Anweisungen.

Während des Garens: Einmaliges Antippen unterbricht das Kochprogramm vorübergehend. Ein weiteres Antippen löscht alle Ihre Anweisungen und stattdessen wird ein Doppelpunkt oder die Uhrzeit im Display angezeigt.

14. **Start:** Betätigen Sie die Start-Taste, um das Gerät in Betrieb zu nehmen. Wird während des Garens die Tür geöffnet oder die Stopp/Abbrechen-Taste einmal berührt, müssen Sie die Start-Taste nochmals betätigen, um den Garvorgang fortzuführen.



Akustisches Signal

Beim Antippen einer Taste ertönt ein akustisches Signal. Sollte dieses Signal nicht ertönen, sind die Einstellungen falsch. Wenn das Gerät von einer Funktion zu einer anderen überwechselt, ertönen zwei Signaltöne. Nach Beendigung des Kochvorgangs ertönen fünf Signaltöne.

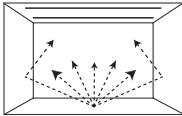
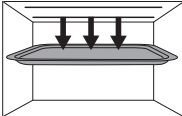
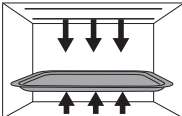
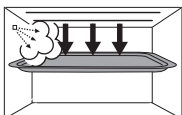
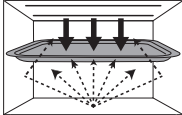


Hinweis

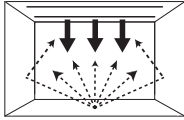
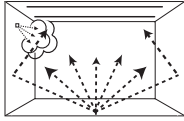
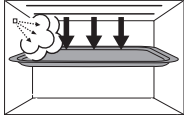
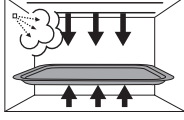
- Das Gerät geht in den Standby-Betrieb über, nachdem die letzte Funktion ausgeführt wurde. Im Standby-Betrieb ist die Helligkeit des Displays verringert.
- Ist das Gerät im Standby-Betrieb, muss die Gerätetür zunächst geöffnet und dann geschlossen werden.
- Wenn Sie eine Funktion auswählen und die Start-Taste nicht innerhalb von 6 Minuten betätigen, wird der Vorgang automatisch abgebrochen. Das Display kehrt zum Doppelpunkt oder in den Uhrzeitanzeige-Modus zurück.

Zubereitungsmodi

Die Darstellungen unten sind Beispiele für das Zubehör. Dies kann je nach Rezept/Gericht variieren. Weitere Informationen finden Sie im Kochbuch.

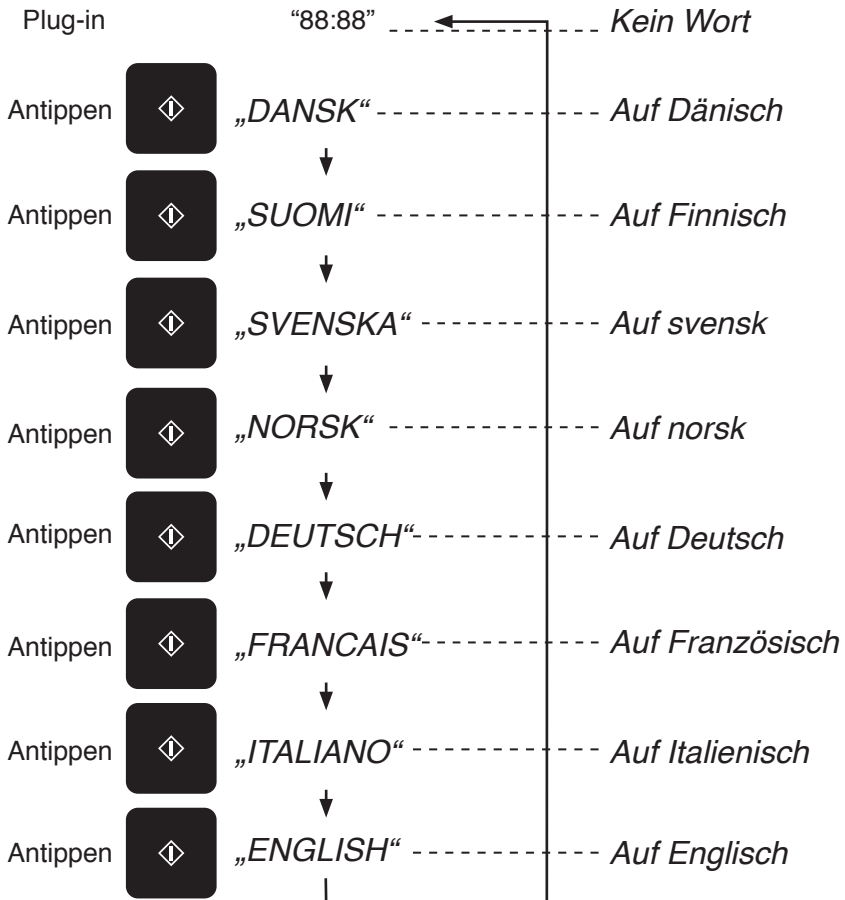
Zubereitungsmodi	Verwendung	Geeignete Kochutensilien	Gefäße
<p>MIKROWELLE</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Auftauen • Aufwärmen • Schmelzen: Butter, Schokolade, Käse. • Garen von Fisch, Gemüse, Obst, Eiern. • Zubereitung: Obstkompott, Marmelade, Soßen, Pudding, Gebäck, Karamell, Fleisch, Fisch. • Backen von Kuchen ohne Bräunung. <p>Kein Vorheizen</p>	-	Stellen Sie Ihr eigenes Pyrex®-Geschirr direkt unten in den Ofen.
<p>GRILL</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Grillen von Fleisch oder Fisch. • Überbacken von Toast. • Bräunen von Gratins oder Kuchen mit Baiser. <p>Vorheizen ist ratsam</p>	Panacrunch-Blech.	Hitzebeständig, Metallblech kann auf dem Panacrunch-Blech in der unteren oder oberen Einschubposition oder auf dem Ofenboden verwendet werden.
<p>OBER-/UNTERHITZE</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Backen von Kleingebäck mit kurzen Garzeiten: Blätterteig, Kekse, Biskuitrolle. • Besonderes Gebäck, Brötchen, oder Brioches. • Backen von Pizza und Blechkuchen. <p>Vorheizen ist ratsam</p>	Panacrunch-Blech.	Hitzebeständig, Metallblech kann auf dem Panacrunch-Blech in der unteren oder oberen Einschubposition verwendet werden. Stellen Sie keine Gefäße direkt auf den Geräteboden.
<p>DAMPF</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Garen von Fisch, Gemüse, Hühnchen, Reis und Kartoffeln. <p>Kein Vorheizen</p>	Panacrunch-Blech.	Legen Sie Lebensmittel direkt auf das Panacrunch-Blech oder stellen Sie es in einem hitzebeständigen Gefäß auf das Panacrunch-Blech.
<p>PANACRUNCH</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Braten von kleinen Fleisch- oder Geflügelstücken. • Aufwärmen und knusprig backen (Pizza, Brot, Kartoffelprodukte). <p>Kein Vorheizen</p>	Panacrunch-Blech in der unteren oder oberen Einschubposition.	-

Kombinationskochmodi

Zubereitungsmodi	Verwendung	Zubehör geeignet	Gefäße
<p>GRILL + MIKROWELLE</p>  <p>Anweisungen zur Verwendung des Grills + Mikrowelle im Panacrunch-Modus finden Sie auf Seite 28-29.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Zubereiten von Lasagne, Fleisch, Kartoffel- oder Gemüsegratins. <p>Kein Vorheizen</p>	-	Mikrowelleneignete und hitzebeständige Gefäße direkt auf den Geräteboden stellen.
<p>DAMPF + MIKROWELLE</p> 	<ul style="list-style-type: none"> Garen von Fisch, Gemüse, Hühnchen, Reis und Kartoffeln. <p>Kein Vorheizen</p>	-	Mikrowelleneignete und hitzebeständige Gefäße direkt auf den Geräteboden stellen.
<p>GRILL + DAMPF</p> 	<ul style="list-style-type: none"> Backen von Gratins Fleischspieße Fischfilets Ganzer Fisch Vorgebackene Brötchen <p>Kein Vorheizen</p>	Panacrunch-Blech.	Mikrowelleneignete und hitzebeständig. Gefäße können auf dem Panacrunch-Blech in der unteren oder oberen Einschubposition oder direkt auf dem Geräteboden verwendet werden.
<p>OBER-/UNTERHITZE + DAMPF</p> 	<ul style="list-style-type: none"> Backen von Kuchen Blätterteiggebäck <p>Vorheizen ist ratsam</p>	Panacrunch-Blech.	Mikrowelleneignete und hitzebeständig. Gefäße können auf dem Panacrunch-Blech in der unteren oder oberen Einschubposition verwendet werden. Stellen Sie keine Gefäße direkt auf den Geräteboden.

Laufschrift

Laufschrift



Diese Modelle haben eine einzigartige Laufschrift-Funktion, die Sie durch den Betrieb Ihrer Mikrowelle führt. Nachdem Sie das Gerät an der Steckdose angeschlossen haben, betätigen Sie die Start-Taste, bis Sie Ihre Sprache gefunden haben. Wenn Sie die Taste antippen, wird im Display die nächste Anweisung angezeigt. Dadurch wird die Möglichkeit reduziert Fehler zu machen. Wenn Sie aus irgendeinem Grund die Sprache ändern möchten, ziehen Sie den Stecker aus der Steckdose und wiederholen Sie diesen Vorgang.

Wenn Sie die Taste „Zeitschaltuhr/Uhr“ 4 mal antippen, dann schaltet dies die Bedienung aus. Um die Bedienung erneut aufzurufen, betätigen Sie die Zeitschaltuhr/Uhr-Taste viermal.

Uhr einstellen

Wenn das Gerät zum ersten Mal eingesteckt wird, erscheint „88:88“ im Display.



Zeitschaltuhr/Uhr zweimal antippen. „ZEIT EINGEBEN“ erscheint im Display und der Doppelpunkt beginnt zu blinken.



Geben Sie die Uhrzeit durch Drehen des Zeit-/Gewicht-Drehreglers ein. Die Zeit erscheint im Display und der Doppelpunkt blinkt, z. B. 13:25 (24-Stunden-Anzeige).



Die Zeitschaltuhr/Uhr-Taste zweimal antippen. Der Doppelpunkt hört auf zu blinken. Uhrzeit wird nun im Display angezeigt.

Deutsch



Hinweis

1. Eine Umdrehung des Drehreglers erhöht oder vermindert die Uhrzeit um 1 Minute. Durch beständiges Drehen des Reglers wird die Zeit schneller umgestellt.
2. Um die Uhrzeit erneut einzustellen, wiederholen Sie alle obigen Schritte.
3. Die Uhr behält die Zeiteinstellung solange das Gerät eingesteckt ist und mit Strom versorgt.
4. Diese Uhr läuft im 24-Stunden-Format.

Kindersicherung

Durch Verwendung der Kindersicherung wird das Bedienfeld des Geräts außer Betrieb gesetzt; die Tür kann jedoch weiterhin geöffnet werden. Die Kindersicherung kann eingestellt werden, wenn das Display einen Doppelpunkt oder die Uhrzeit anzeigt.

Einstellen:



Die Starttaste drei Mal antippen. Die Uhrzeit wird nicht mehr angezeigt. Die aktuelle Uhrzeit geht dabei nicht verloren. Auf dem Display erscheint „*“.

Abbrechen:



Stopp/Abbrechen drei Mal antippen. Die Uhrzeit wird wieder auf dem Display angezeigt.

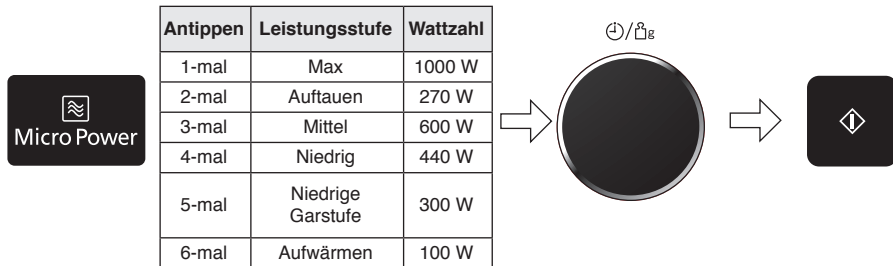


Hinweis

Zur Aktivierung der Kindersicherung drücken Sie die Start-Taste dreimal innerhalb von 10 Sekunden. Die Kindersicherung kann eingestellt werden, wenn im Display ein Doppelpunkt oder die Uhrzeit angezeigt wird.

Kochen und Auftauen in der Mikrowelle

Es stehen 6 verschiedene Mikrowellen-Leistungsstufen zur Verfügung. Legen Sie keine Nahrungsmittel direkt auf den Geräteboden. Stellen Sie Ihre eigenen Gefäße, Platten oder Schüsseln, die sie mit einem Deckel oder einer Frischhaltefolie abgedeckt haben, auf den Geräteboden.



Drücken Sie die Taste Micro Power bis die gewünschte Leistung auf dem Display erscheint.

Wählen Sie die Kochzeit, indem Sie den Zeit-/Gewicht-Drehregler drehen.

Auf Start tippen. Das Garprogramm startet und die auf dem Display angezeigte Zeit zählt rückwärts.



Vorsicht

Das Gerät läuft automatisch mit einer Mikrowellenleistung von 1000 W (Max), wenn eine Kochzeit eingegeben wird, ohne dass die Leistungsstufe gewählt wurde.



Hinweis

1. Die maximale Zeit bei maximaler Leistung von 1000 W beträgt 30 Minuten. Bei allen anderen Leistungsstufen liegt die maximale Zeit, die eingestellt werden kann, bei 1 Stunde 30 Minuten.
2. Sie können die Kochzeit bei Bedarf während des Kochens verändern. Drehen Sie den Regler um die Garzeit zu verlängern oder zu verkürzen. Die Kochzeit lässt sich in Schritten von jeweils 1 Minute verlängern/verkürzen (bis zu 10 Minuten). Wenn Sie den Drehregler auf Null setzen, wird der Kochvorgang beendet.
3. **Versuchen Sie nicht**, die Mikrowellen-Funktion mit einem Metallgefäß im Gerät zu verwenden.
4. **Legen Sie Lebensmittel nicht** direkt auf den Geräteboden. Legen Sie diese in ein mikrowellengeeignetes oder ein Glasgefäß. Wenn Sie Lebensmittel mit der **Mikrowelle** aufwärmen oder zubereiten, dann sollten Sie diese mit einem Deckel oder eingestochener Frischhaltefolie abdecken, wenn nichts anderweitiges angegeben ist.
5. Zeitangaben für das manuelle Auftauen finden Sie in der Tabelle zum Auftauen auf den Kochbuchseiten 92-93.
6. Informationen zum mehrstufigen Kochen finden Sie auf den Seiten 41-43.
7. Die Ruhezeit kann nach der Mikrowellenleistung und der Zeiteinstellung programmiert werden. Informationen zur Verwendung der Zeitschaltuhr finden Sie auf den Seiten 44-45.

Bodeneinspeisungstechnologie

Bitte beachten Sie, dass dieses Gerät die Bodeneinspeisungstechnologie für die Verteilung der Mikrowellen nutzt. Diese Technologie unterscheidet sich von der herkömmlichen Seiteneinspeisung mit Drehteller und schafft mehr nutzbaren Raum für Gerichte unterschiedlicher Größe.

Diese Art der Mikrowelleneinspeisung kann (im Mikrowellen-Modus) zu anderen Erhitzungszeiten als bei Geräten mit Seiteneinspeisung führen. Das ist ganz normal und sollte keinen Grund zur Besorgnis darstellen. Siehe dazu die Aufwärm- und Gartabellen im Kochbuch.




Grillen



Mit dem Grillsystem des Geräts können Sie viele verschiedene Lebensmittel schnell und effizient zubereiten, z. B. Würstchen, Steaks, Toast, usw.

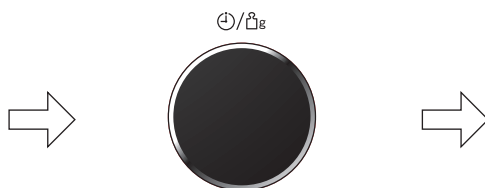
Es stehen 3 verschiedene Grill-Einstellungen zur Verfügung.

Antippen	Leistungsstufe	Wattzahl
1-mal	Grill 1 (Max)	1200 W
2-mal	Grill 2 (Mittel)	850 W
3-mal	Grill 3 (Niedrig)	650 W
4-mal	Panacrunch (siehe Seiten 28-29)	



Drücken Sie die Taste Grill bis die gewünschte Leistung auf dem Display erscheint.

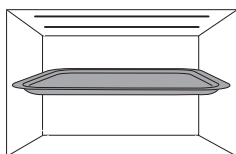
Zum Vorheizen tippen Sie auf die Start-Taste. Im Displayfenster wird ein „P“ angezeigt. Wenn der Ofen vorgewärmt ist, ertönt ein akustisches Signal und das „P“ blinkt. Öffnen Sie die Tür und stellen Sie die Speisen in das Gerät.
** Dieser Schritt wird ausgelassen, wenn ein Vorheizen nicht erforderlich ist.*



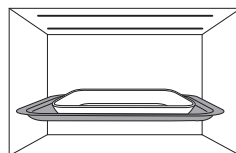
Wählen Sie die Kochzeit, indem Sie den Zeit-/Gewicht-Drehregler drehen. Die maximale Garzeit beträgt 90 Minuten.

Auf Start tippen. Das Garprogramm startet und die auf dem Display angezeigte Zeit zählt rückwärts.

Verwendung von Zubehör



Legen Sie das Lebensmittel direkt auf das Gerätezubehör und schieben Sie es in der oberen Einschubposition ein. Beim Grillen von größeren Lebensmitteln schieben Sie das Blech weiter unten ein. Beim Grillen sammelt sich Bratensaft im Wasserlauf des Blechs.



Legen Sie das Lebensmittel in einem hitzebeständigen Gefäß auf das Gerätezubehör und schieben Sie es in der unteren Einschubposition ein.



Hinweis

1. Beim Grillen dürfen Speisen keinesfalls abgedeckt werden.
2. Der Grill funktioniert nur bei geschlossener Gerätetür.
3. Wenn Sie nur „**Grillen**“ eingestellt haben, dann garen Sie völlig ohne Mikrowellenenergie.
4. Die meisten Lebensmittel müssen nach der Hälfte der Garzeit gewendet werden. Zum Drehen des Lebensmittels öffnen Sie die Gerätetür und nehmen das Gerätezubehör **vorsichtig** und unter Verwendung von Ofenhandschuhen heraus.
5. Nach dem Wenden geben Sie das Lebensmittel in das Gerät zurück und schließen Sie Gerätetür. Nachdem Sie die Gerätetür geschlossen haben, tippen Sie auf die Start-Taste. Die Zeitanzeige des Gerätes zählt dann die verbleibende Grillzeit weiter herunter. Sie können die Gerätetür während des Grillvorgangs jederzeit recht gefahrlos öffnen, um den Garzustand zu prüfen.
6. Die Grillheizspirale glüht während des Garvorgangs mal mehr und mal weniger - das ist normal. Reinigen Sie das Gerät immer nach Verwendung des Grills und vor Verwendung der **Mikrowelle** oder des **Kombinations-Modus**.
7. Sie können die Kochzeit bei Bedarf während des Kochens verändern. Drehen Sie den Zeit-/Gewicht-Drehregler, um die Kochzeit zu verlängern oder zu verkürzen. Die Kochzeit lässt sich in Schritten von jeweils 1 Minute verlängern/verkürzen (bis zu 10 Minuten). Wenn Sie den Drehregler auf Null setzen, wird der Kochvorgang beendet.



Vorsicht

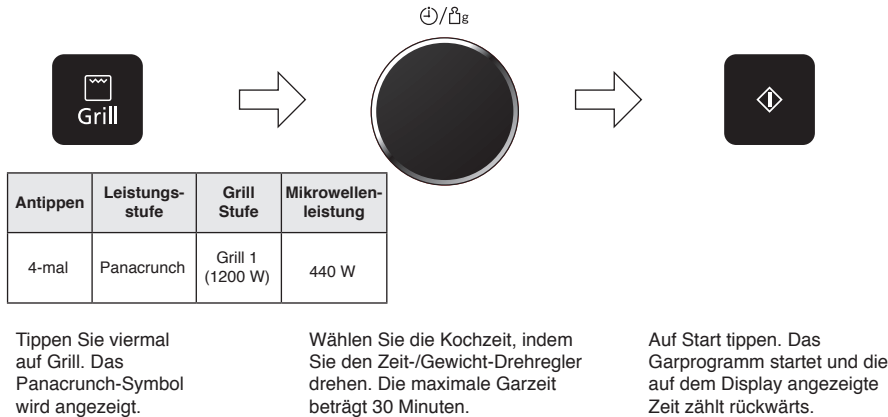
Verwenden Sie Ofenhandschuhe, wenn Sie Zubehör entnehmen. Berühren Sie aufgrund der hohen Temperaturen niemals das äußere Fenster und die innen liegenden Metallteile der Tür oder des Geräts, wenn Sie Speisen in das Gerät stellen bzw. entnehmen.

Panacrunch (Grillen)



Die Panacrunch-Methode

Einige in der Mikrowelle zubereitete Speisen haben eine weiche und matschige Kruste. Mit dem Panacrunch-Blech werden Pizzas, tiefgefrorene Kartoffelprodukte, Quiches, Kuchen und panierte Produkte braun und knusprig. Die Speisen werden sowohl durch das Blech, durch die Aufnahme von Mikrowellen, als auch durch den Grill erhitzt. Der Boden der Pfanne absorbiert Mikrowellen und verwandelt sie in ausstrahlende Wärme. Dann wird die Hitze durch das Blech zu den Speisen geleitet. Der Hitzeeffekt wird durch die Antihafbeschichtung maximiert.



Wichtig

Um Panacrunch mit der Grillstufe 2 oder 3 bzw. 440 W oder 300 W zu verwenden, betätigen Sie zunächst die Grill-Taste und wählen dann die gewünschte Grillstufe. Dann tippen Sie auf Mikrowelle und wählen 440 W oder 300 W aus. Danach wählen Sie die Garzeit aus und tippen auf Start.

Panacrunch (Grillen)

Empfohlene Garoptionen

Kategorie	Gewicht	Leistungsstufe	Einschubpositionen	Garzeit
Tiefgefrorene Pfannenpizza	440 g	Panacrunch	Unten	10 Min.
Tiefgefrorene dünne knusprige Pizza	350 g	Panacrunch	Oben	7-8 Min.
Wurst im Brötchen, gekühlt	160 g (1)	Panacrunch	Oben	6-7 Min.
Croissants /Brioche (Zimmertemperatur)	Beliebig	Panacrunch	Oben	4 Min.
Zwiebel-Bhajjis / Samosas, gekühlt	200 g	Panacrunch	Oben	5 Min.
Panierter Fisch, gekühlt	255 g (2)	Panacrunch	Oben	6 Min.



Vorsicht

Das Zubehör und der Geräteinnenraum werden sehr heiß. Verwenden Sie Ofenhandschuhe.



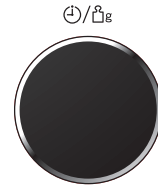
Hinweis

Sie können die Kochzeit bei Bedarf während des Kochens verändern. Drehen Sie den Zeit-/Gewicht-Drehregler, um die Kochzeit zu verlängern oder zu verkürzen. Die Kochzeit lässt sich in Schritten von jeweils 1 Minute verlängern/verkürzen (bis zu 10 Minuten). Wenn Sie den Drehregler auf Null setzen, wird der Kochvorgang beendet.

Garen mit Ober-/Unterhitze

Ihr Kombinationsgerät kann auch als Backofen mit Ober- und Unterhitze verwendet werden. Um beste Ergebnisse zu erzielen, sollten Sie den Ofen immer vorheizen, bevor Sie Lebensmittel hinein geben. In der Betriebsart „Ober-/Unterhitze“ können Sie das Panacrunch-Blech in einer oberen oder unteren Einschubposition einschieben.

Während des Vorheizens bei Ober-/Unterhitze darf das Panacrunch-Blech nicht eingeschoben sein.



Oven antippen Der Backofen beginnt bei 150 °C. Tippen Sie auf Ober-/Unterhitze und die Temperatur wird in Schritten von 10 °C erhöht, bis auf 220 °C, dann auf 40 °C und 100 °C.



Zum Vorheizen tippen Sie auf die Start-Taste. Im Displayfenster wird ein „P“ angezeigt. Wenn der Ofen vorgewärmt ist, ertönt ein akustisches Signal und das „P“ blinkt. Öffnen Sie die Tür und stellen Sie die Speisen in das Gerät.

** Dieser Schritt wird ausgelassen, wenn ein Vorheizen nicht erforderlich ist.*

Wählen Sie die Kochzeit, indem Sie den Zeit-/Gewicht-Drehregler drehen. Die maximale Garzeit beträgt 90 Minuten.



Auf Start tippen.

Hinweis: Vergewissern Sie sich, dass das Ober-/Unterhitze-Symbol  weiter im Display angezeigt wird. Wenn das Mikrowellensymbol  angezeigt wird, dann ist dies nicht korrekt und das Programm sollte abgebrochen werden. Wählen Sie erneut die Ober-/Unterhitze-Einstellung auf.



Vorsicht

Das Zubehör und der Geräteinnenraum werden sehr heiß. Verwenden Sie Ofenhandschuhe.



Hinweis zum Vorheizen

1. Die Tür des Gerätes darf während des Vorheizens nicht geöffnet werden. Nach dem Vorheizen ertönen 3 Signaltöne und das „P“ blinkt im Display-Fenster. Wird die Tür des Geräts nach dem Vorheizen nicht geöffnet, behält das Gerät die gewählte Temperatur bei. Nach 30 Minuten, einschließlich Vorheizen, schaltet sich das Gerät automatisch ab und kehrt zurück zur Uhrzeitanzeige.
2. Wenn Sie ohne Vorheizen kochen möchten, stellen Sie die Kochzeit ein, nachdem Sie die gewünschte Temperatur gewählt haben, und betätigen Sie die Start-Taste.
3. Das Gerät kann nicht auf 40 °C vorgeheizt werden.

Garen mit Ober-/Unterhitze



In der Betriebsart **Ober-/Unterhitze** können Sie Speisen direkt auf dem Panacrunch-Blech zubereiten, in der oberen oder unteren Einschubposition. Oder Sie können Ihre üblichen Metallbackformen oder feuerfesten Formen auf das Panacrunch-Blech stellen und in die untere Einschubposition einschieben. Stellen Sie keine Blechback- oder feuerfesten Formen direkt auf den Geräteboden, wenn Sie das Gerät in der Betriebsart **Ober-/Unterhitze** verwenden.

Rösten von Gemüse / Kartoffeln:

Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition.



Aufwärmen: Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition.



Sie können das Panacrunch-Blech als Backform oder zum Rösten von Kartoffeln oder Gemüse und zum Backen von Kuchen oder Brötchen verwenden. Er eignet sich außerdem ideal zum Aufbacken von vorgebackenen Backwaren.

Fleischbraten zubereiten: Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition.



Backen: Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition.



Hinweis

1. Öffnen Sie die Tür indem Sie den Griff nach unten ziehen, denn wenn Sie Stopp/Abbrechen antippen, wird das Programm möglicherweise abgebrochen.
2. Sie können die Kochzeit bei Bedarf während des Kochens verändern. Drehen Sie den Zeit-/Gewicht-Drehregler, um die Kochzeit zu verlängern oder zu verkürzen. Die Kochzeit lässt sich in Schritten von jeweils 1 Minute verlängern/verkürzen (bis zu 10 Minuten). Wenn Sie den Drehregler auf Null setzen, wird der Kochvorgang beendet.
3. Die gewählte Temperatur lässt sich nach Drücken der Start-Taste wieder aufrufen und ändern. Betätigen Sie die Ober-/Unterhitze-Taste einmal, um die Temperatur im Display-Fenster anzuzeigen. Die angezeigte Temperatur lässt sich durch Betätigen der Ober-/Unterhitze-Taste ändern.
4. Das Gerät hält die eingestellte Vorheiztemperatur ca. 30 Minuten lang aufrecht. Wurden keine Speisen im Mikrowellenherd platziert oder wurde keine Garzeit eingestellt, so wird das Kochprogramm automatisch abgebrochen und es erscheint wieder der Doppelpunkt oder die Uhrzeit.



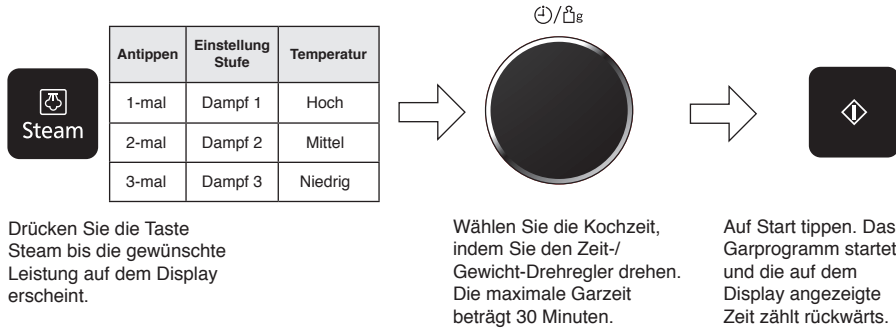
Vorsicht

Tragen Sie stets Ofenhandschuhe, wenn Sie die Nahrungsmittel und das Zubehör nach dem Kochen aus dem Gerät nehmen, da Gerät und Zubehör dann sehr heiß sind.

Dampfgaren



Das Gerät kann auch als Dampfgarer programmiert werden, um Gemüse, Fisch, Hühnchen und Reis zuzubereiten. Es stehen 3 verschiedene Dampf-Einstellungen zur Verfügung.



Hinweis

1. Füllen Sie den Wassertank, bevor Sie die **Dampf-Funktion** verwenden.
2. Die maximale Kochzeit in diesem Modus beträgt 30 Minuten. Wenn eine längere Kochzeit erforderlich ist, füllen Sie den Wassertank erneut und wiederholen Sie den obigen Vorgang für die verbleibende Zeit.
3. Sollte der Wasserbehälter während des Betriebs leer werden, stellt das Gerät seinen Betrieb ein. Die Anzeige im Display wird Sie auffordern, den Wasserbehälter erneut zu füllen. Stellen Sie den Wasserbehälter nach erneutem Auffüllen zurück in das Gerät und tippen Sie auf die Start-Taste. Das Gerät läuft solange nicht weiter, bis der Wassertank neu gefüllt ist und die Start-Taste gedrückt ist.
4. Sie können die Kochzeit bei Bedarf während des Kochens verändern. Drehen Sie den Zeit-/Gewicht-Drehregler, um die Kochzeit zu verlängern oder zu verkürzen. Die Kochzeit lässt sich in Schritten von jeweils 1 Minute verlängern/verkürzen (bis zu 10 Minuten). Wenn Sie den Drehregler auf Null setzen, wird der Kochvorgang beendet.
5. Es ist möglich, den Wasserbehälter zu jedem beliebigen Zeitpunkt während des Kochens aufzufüllen, ohne zuerst Stopp/Abbrechen drücken zu müssen.
6. Das überschüssige Wasser im Innenraum des Geräts muss u. U. nach dem **Dampfgaren** abgewischt werden.



Vorsicht

Das Zubehör und der Geräteinnenraum werden sehr heiß. Verwenden Sie Ofenhandschuhe.

Beim Herausnehmen von Nahrungsmitteln oder Zubehör kann heißes Wasser von der Decke des Geräteinnenraumes herunter tropfen.

Beim Öffnen der Tür können Dampfschwaden austreten. Wenn sich heißer Dampf im Gerät befindet, greifen Sie nicht mit nackten Händen hinein! Es besteht Verbrennungsgefahr! Verwenden Sie Ofenhandschuhe.

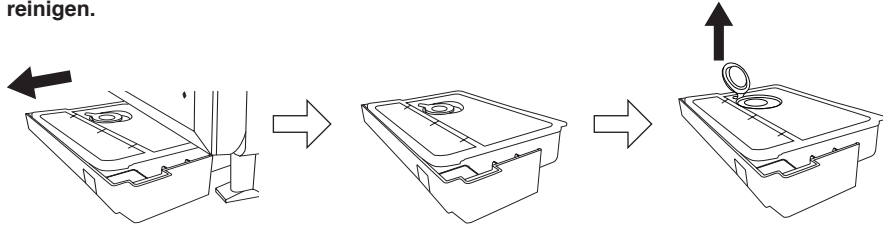
Seien Sie vorsichtig, wenn Sie die Auffangrinne entnehmen. Wasser, das von der linken Seite des Ofens tropft, abwischen. Das ist normal.

Dampfgaren



Hinweise zum Wassertank

Nehmen Sie den Wasserbehälter vorsichtig aus dem Gerät. Nehmen Sie den Deckel ab und füllen Sie ihn mit Leitungswasser (benutzen Sie kein Mineralwasser). Setzen Sie den Deckel wieder auf und den Behälter wieder in das Gerät ein. Vergewissern Sie sich, dass der Deckel fest geschlossen ist und sicher sitzt, da sonst Wasser austreten kann. Es wird empfohlen, den Wasserbehälter einmal wöchentlich in warmem Wasser zu reinigen.



Vorsicht

Das Zubehör und der Geräteinnenraum werden sehr heiß. Verwenden Sie Ofenhandschuhe.

Verwendung von Zubehör

Legen Sie das Lebensmittel zum Dampfgaren direkt auf das Gerätezubehör und schieben Sie es in der oberen Einschubposition ein. Beim **Dampfgaren** von größeren Lebensmitteln schieben Sie das Blech in die untere Einschubposition ein. Beim Dampfgaren sammelt sich Bratensaft im Wasserlauf des Blechs.

Tragen Sie Ofenhandschuhe, wenn Sie Zubehör aus dem Gerät nehmen, da dieses dann sehr heiß ist, ebenso wie die Geräteinnenseiten.

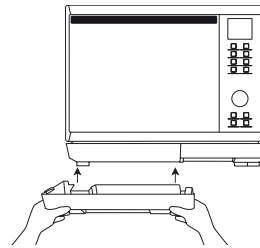


Dampfgaren



Richtlinien

1. Wenn Sie nur „**Dampf**“ eingestellt haben, dann garen Sie völlig ohne Mikrowellenenergie.
2. Verwenden Sie die mitgelieferten Zubehörteile wie oben beschrieben.
3. Die **Dampf-Funktion** funktioniert nur bei geschlossener Gerätetür.
4. **Halten Sie während und nach dem Kochen mit der Dampffunktion das Gesicht nicht zu dicht an das Gerät, wenn Sie die Tür öffnen. Lassen Sie beim Öffnen der Tür Vorsicht walten, da heißer Dampf zu Verletzungen führen kann.**
5. **Tragen Sie stets Ofenhandschuhe, wenn Sie Nahrungsmittel und Zubehör nach dem Kochen mit Dampf aus dem Gerät nehmen, da Gerät und Zubehör dann sehr heiß sind.**
6. Nehmen Sie die Auffangrinne nach jedem Dampfbetrieb vorsichtig aus dem Gerät. Auffangrinne vorsichtig nach vorne ziehen, dabei mit beiden Händen festhalten. Nach dem Entleeren waschen Sie diese in warmem Seifenwasser. Um die Auffangrinne erneut in Position zu bringen, lassen Sie sie wieder an den Gerätebeinen einrasten.



Dampfstoß

Mit dieser Funktion können Sie während des Kochens Dampf zugeben (1, 2 oder 3 Minuten lang). Sie können den Dampfstoß in sieben Kombinationen verwenden -

MIKROWELLE

GRILL

OBER-/UNTERHITZE

GRILL + MIKROWELLE

PANACRUNCH

Deutsch

Das Hinzugeben von Dampf beim Kochen verbessert die Wärmeverteilung und unterstützt das Aufgehen von Brot, Kuchen und Gebäck.

Stellen Sie das gewünschte Programm ein und führen Sie es aus.



Optional

Je nach Bedarf halten Sie die Taste Steam während des Betriebs 2 Sekunden lang gedrückt, um 1 Minute hinzuzufügen.

Wenn Sie 2 oder 3 Minuten hinzufügen möchten, tippen Sie die Taste Steam zwei oder drei mal innerhalb von 3 Sekunden nach Schritt 2 an. Die angezeigte Zeit beinhaltet die Zeit des Dampfstoßes.



Hinweis

1. Der Dampfstoß steht während des Vorheizens oder bei 40 °C Ober-/Unterhitze nicht zur Verfügung.
2. Füllen Sie vor der Verwendung den Wassertank.
3. Das ursprüngliche Programm zählt während des Dampfstoßes weiter herunter.
4. Die Dampfstoßzeit darf nicht länger als die verbleibende Garzeit sein.
5. Wenn Sie 2 oder 3 Minuten hinzufügen, muss die Taste Steam 2 oder 3 mal innerhalb von 3 Sekunden angetippt werden.
6. Wischen Sie überschüssiges Wasser im Geräteinnenraum und um die Wassertanks herum ab, nachdem Sie mit **Dampf** gekocht haben.
7. Während eines Dampfstoßes kann die Ofentemperatur und die Kochzeit nicht geändert werden.

Dampfstoß



Vorsicht

Das Zubehör und der Geräteinnenraum werden sehr heiß. Verwenden Sie Ofenhandschuhe.

Beim Herausnehmen von Nahrungsmitteln oder Zubehör kann heißes Wasser von der Decke des Geräteinnenraumes herunter tropfen.

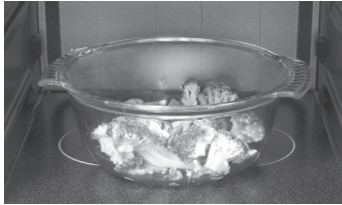
Beim Öffnen der Tür können Dampfschwaden austreten. Wenn sich heißer Dampf im Gerät befindet, greifen Sie nicht mit nackten Händen hinein! Es besteht Verbrennungsgefahr! Verwenden Sie Ofenhandschuhe.

Kategorie	Kochmodus	Dampfstoß
Blätterteiggebäck	Ober-/Unterhitze	$\frac{2}{3}$ Gesamtzeit fügt 3 Minuten hinzu. Dampfstoß
Brot	Ober-/Unterhitze	$\frac{2}{3}$ Gesamtzeit fügt 3 Minuten hinzu. Dampfstoß
Biskuitkuchen	Ober-/Unterhitze	$\frac{1}{2}$ Gesamtzeit fügt 3 Minuten hinzu. Dampfstoß
Vorgebackene Brötchen	Ober-/Unterhitze oder Grill	$\frac{2}{3}$ Gesamtzeit fügt 3 Minuten hinzu. Dampfstoß

Kombinationskochen mit Dampf

Sie können die **Dampffunktion gleichzeitig mit der Betriebsart Mikrowelle, Grill oder Ober-/Unterhitze verwenden. Dies hilft oft, die reguläre Garzeit zu verkürzen und das Lebensmittel vor dem Austrocknen zu schützen.**

Geeignetes Zubehör



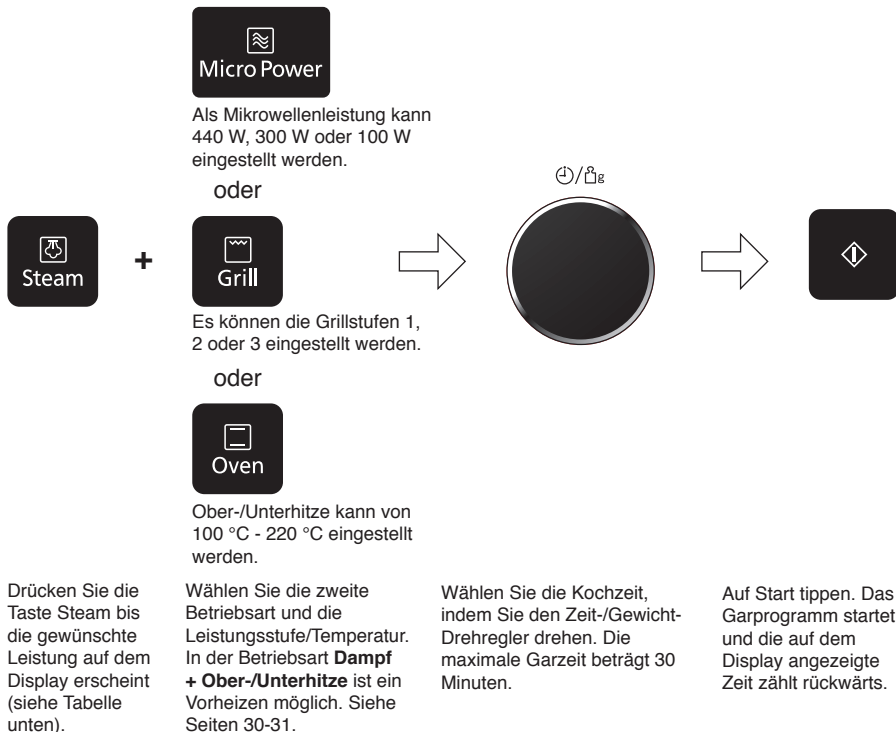
Dampf + Mikrowelle

Direkt auf dem Geräteboden in einem mikrowelleneigneten und hitzebeständigen Gefäß.



Ober-/Unterhitze oder Grill + Dampf

Panacrunch-Blech in der unteren oder oberen Einschubposition.



Leistungs- und Temperaturbereich

Antippen	Leistungsstufe	Temperatur
1-mal	Dampf 1	Hoch
2-mal	Dampf 2	Mittel
3-mal	Dampf 3	Niedrig

Kombinationskochen mit Dampf



Hinweis

1. Befüllen Sie den Wassertank, bevor Sie die **Dampf**funktion verwenden.
2. Die maximale Kochzeit in diesem Modus beträgt 30 Minuten. Wenn eine längere Kochzeit erforderlich ist, füllen Sie den Wassertank erneut und wiederholen Sie den obigen Vorgang für die verbleibende Zeit.
3. Sollte der Wasserbehälter während des Betriebs leer werden, stellt das Gerät seinen Betrieb ein. Die Anzeige im Display wird Sie auffordern, den Wasserbehälter erneut zu füllen. Stellen Sie den Wasserbehälter nach erneutem Auffüllen zurück in das Gerät und tippen Sie auf die Start-Taste. Das Gerät läuft solange nicht weiter, bis der Wassertank neu gefüllt ist und die Start-Taste gedrückt ist.
4. In den Betriebsarten **Dampf + Mikrowelle** und **Dampf + Grill** ist Vorheizen nicht möglich.
5. Sie können die Kochzeit bei Bedarf während des Kochens verändern. Drehen Sie den Zeit-/Gewicht-Drehregler, um die Kochzeit zu verlängern oder zu verkürzen. Die Kochzeit lässt sich in Schritten von jeweils 1 Minute verlängern/verkürzen (bis zu 10 Minuten). Wenn Sie den Drehregler auf Null setzen, wird der Kochvorgang beendet.
6. Es ist möglich, den Wasserbehälter zu jedem beliebigen Zeitpunkt während des Kochens aufzufüllen, ohne zuerst Stopp/Abbrechen drücken zu müssen.
7. Das überschüssige Wasser im Innenraum des Geräts muss u. U. nach dem **Dampfkochen** abgewischt werden.



Richtlinien

1. Halten Sie während und nach dem Kochen mit der **Dampf-Funktion** das Gesicht nicht zu dicht an das Gerät, wenn Sie die Tür öffnen. Lassen Sie beim Öffnen der Tür Vorsicht walten, da heißer Dampf zu Verletzungen führen kann.
2. Tragen Sie stets Ofenhandschuhe, wenn Sie die Nahrungsmittel und das Zubehör nach dem Kochen aus dem Gerät nehmen, da Gerät und Zubehör dann sehr heiß sind.
3. Nehmen Sie die Auffangrinne nach jedem **Dampfbetrieb** vorsichtig aus dem Gerät. Auffangrinne vorsichtig nach vorne ziehen, dabei mit beiden Händen festhalten. Nach dem Entleeren waschen Sie ihn in warmem Seifenwasser. Um die Auffangrinne erneut in Position zu bringen, lassen Sie sie wieder an den Gerätebeinen einrasten (siehe Seite 16).



Vorsicht

1. Das Zubehör und der Geräteinnenraum werden sehr heiß. Verwenden Sie Ofenhandschuhe.
2. Beim Herausnehmen von Nahrungsmitteln oder Zubehör kann heißes Wasser von der Decke des Geräteinnenraumes herunter tropfen.
3. Beim Öffnen der Tür können Dampfschwaden austreten. Wenn sich heißer Dampf im Gerät befindet, greifen Sie nicht mit nackten Händen hinein! Es besteht Verbrennungsgefahr! Verwenden Sie Ofenhandschuhe.
4. Seien Sie vorsichtig, wenn Sie den Auffangbehälter entnehmen.

Kombination Grill und Mikrowelle



Auf dem Geräteboden mit Ihren eigenen mikrowelleneigneten und hitzebeständigen Gefäßen können Sie in dieser Betriebsart Lasagne, Gratin, Fleisch oder Kartoffeln zubereiten.

Für ein zufriedenstellendes Ergebnis beim **Kombinationskochen** sollten Sie immer mindestens 200 g Lebensmittel verwenden. Kleinere Mengen sollten in den Betriebsarten **Ober-/Unterhitze, Grill** oder **Dampf** gegart werden.

Bei dieser Kombination ist ein Vorheizen nicht möglich und die Lebensmittel sollten immer unbedeckt gegart werden. Die Grillheizspirale glüht während des Garvorgangs mal mehr und mal weniger - das ist normal. Anweisungen zur Verwendung des **Grills und der Mikrowelle** im Panacrunch-Modus finden Sie auf Seiten 28-29.



Tippen Sie auf die Grill-Taste, um die gewünschte Grill-Leistungsstufe auszuwählen.



Tippen Sie auf die Micro Power-Taste, um die gewünschte Mikrowellen-Leistungsstufe auszuwählen. Die Leistungsstufen **1000 W / 600 W / 270 W (Max / Mittel / Auftauen)** sind nicht verfügbar.



Antippen	Leistungsstufe	Wattzahl
1-mal	Grill 1 (Hoch)	1200 W
2-mal	Grill 2 (Mittel)	850 W
3-mal	Grill 3 (Niedrig)	650 W

Antippen	Leistungsstufe	Wattzahl
1-mal	Niedrig	440 W
2-mal	Niedrige Garstufe	300 W
3-mal	Aufwärmen	100 W

Wählen Sie die Kochzeit, indem Sie den Zeit-/Gewicht-Drehregler drehen. Die maximale Garzeit beträgt 90 Minuten.



Auf Start tippen.



Hinweis

1. In der Betriebsart **Grill + Mikrowelle** ist kein Vorheizen möglich.
2. Die Leistungsstufen **1000 W / 600 W / 270 W (Max / Mittel / Auftauen)** sind nicht verfügbar.
3. Sie können die Kochzeit bei Bedarf während des Kochens verändern. Drehen Sie den Zeit-/Gewicht-Drehregler, um die Kochzeit zu verlängern oder zu verkürzen. Die Kochzeit lässt sich in Schritten von jeweils 1 Minute verlängern/verkürzen (bis zu 10 Minuten). Wenn Sie den Drehregler auf Null setzen, wird der Kochvorgang beendet.
4. Um Lebensmittel umzudrehen, ziehen Sie zum Öffnen den Türgriff nach unten, drehen Sie die Lebensmittel um, schieben sie in den Ofen zurück, schließen die Tür und tippen auf die Start-Taste. Die Zeitanzeige des Gerätes zählt dann die verbleibende Garzeit weiter herunter.

Kombination Grill und Mikrowelle



Direkt auf dem Geräteboden in einem mikrowellengeeigneten und hitzebeständigen Gefäß.

Angaben zu Garzeiten finden Sie in der Gartabelle und bei den Rezepten im Kochbuch. Lebensmittel sollten immer solange gegart werden, bis sie gebräunt und kochend heiß sind.



Geeignete Kochutensilien

Verwenden Sie keine Mikrowellengefäße aus Kunststoff für Kombinationsprogramme (es sei denn, diese wären für Kombinationskochen geeignet). Die Gefäße müssen die Hitze des oberen Grillelements aushalten können - ideal sind hierfür hitzebeständiges Glas, z. B. Pyrex® oder Keramik.



Vorsicht

Das Zubehör und der Geräteinnenraum werden sehr heiß. Verwenden Sie Ofenhandschuhe.



Richtlinien

Lebensmittel werden immer **unbedeckt** gegart.

Mehrstufiges Kochen

2- oder 3-stufiges Kochen



Tippen Sie auf die Micro Power-Taste, um die gewünschte Leistungsstufe auszuwählen.



Wählen Sie die Kochzeit, indem Sie den Zeit-/Gewicht-Drehregler drehen.



Tippen Sie auf die Micro Power-Taste, um die gewünschte Leistungsstufe auszuwählen.



Wählen Sie die Kochzeit, indem Sie den Zeit-/Gewicht-Drehregler drehen.

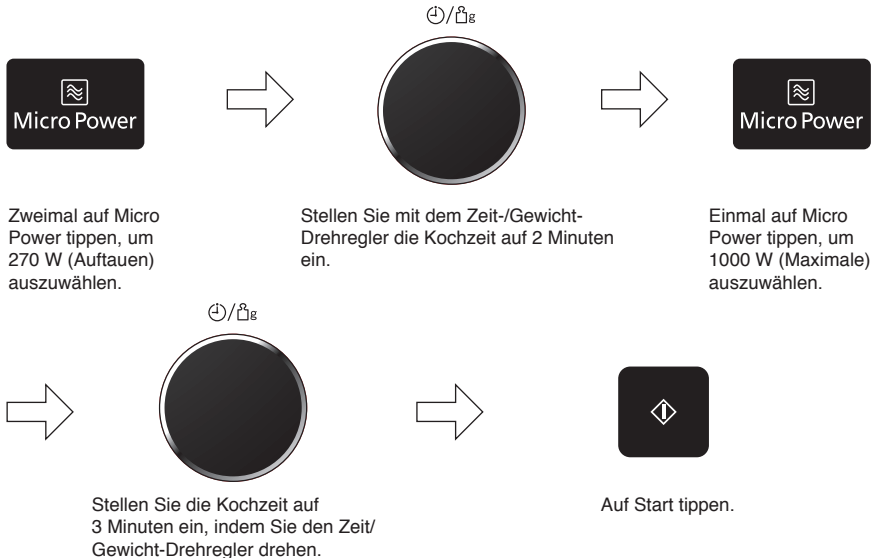


Auf Start tippen. Das Garprogramm startet und die auf dem Display angezeigte Zeit zählt rückwärts.

Mehrstufiges Kochen

Beispiel:

270 W (Auftauen) 2 Minuten und Garen bei 1000 W (Max) 3 Minuten lang.



Hinweis

1. Zum dreistufigen Kochen geben Sie ein weiteres Kochprogramm ein, bevor Sie Start antippen.
2. Wird während des Betriebs die Stopp/Abbrechen-Taste angetippt, so wird der Betrieb beendet. Durch Antippen von Start wird der programmierte Betrieb neu gestartet. Wird die Stopp/Abbrechen-Taste zweimal berührt, so wird der programmierte Betrieb beendet und das eingestellte Programm gelöscht.
3. Wird die Stopp/Abbrechen-Taste berührt, während das Gerät nicht in Betrieb ist, so wird das eingestellte Programm gelöscht.
4. Auto-Programme können nicht in Verbindung mit dem mehrstufigen Kochen benutzt werden.
5. Die Betriebsarten **Ober-/Unterhitze** und **Panacrunch** können nicht in Verbindung mit dem mehrstufigen Kochen verwendet werden.

Mehrstufiges Kochen

Beispiel:

Grillen auf Stufe 3 (Niedrig) für 4 Minuten und Mikrowellen-Garen von Nahrungsmitteln bei 440 W (Niedrig) für 5 Minuten.



Zur Auswahl der Grillstufe 3 (niedrig) die Grill-Taste 3 mal antippen.

Stellen Sie mit dem Zeit-/Gewicht-Drehregler die Kochzeit auf 4 Minuten ein.

Viermal auf Micro Power tippen, um 440 W (Niedrig) Leistung auszuwählen.



Stellen Sie mit dem Zeit-/Gewicht-Drehregler die Kochzeit auf 5 Minuten ein.

Auf Start tippen. Das Garprogramm startet und die auf dem Display angezeigte Zeit zählt rückwärts.



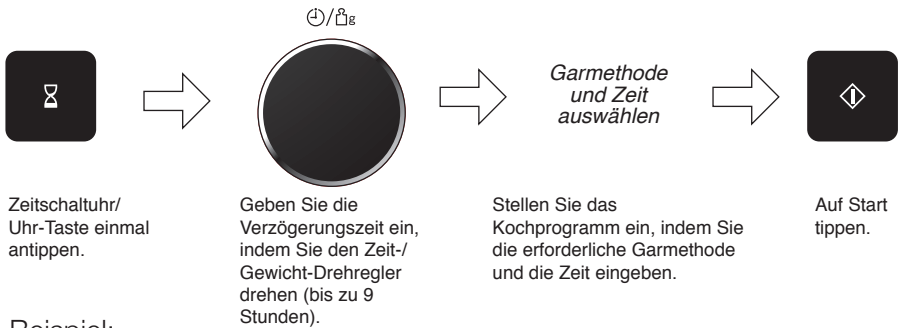
Hinweis

1. Zum dreistufigen Kochen geben Sie ein weiteres Kochprogramm ein, bevor Sie Start antippen.
2. Wird während des Betriebs die Stopp/Abbrechen-Taste angetippt, so wird der Betrieb beendet. Durch Berühren von Start wird der programmierte Betrieb neu gestartet. Wird die Stopp/Abbrechen-Taste zweimal berührt, so wird der programmierte Betrieb beendet und das eingestellte Programm gelöscht.
3. Wird die Stopp/Abbrechen-Taste berührt, während das Gerät nicht in Betrieb ist, so wird das eingestellte Programm gelöscht.
4. Auto-Programme können nicht in Verbindung mit dem mehrstufigen Kochen benutzt werden.
5. Die Betriebsarten **Ober-/Unterhitze** und **Panacrunch** können nicht in Verbindung mit dem mehrstufigen Kochen verwendet werden.

Verwendung der Zeitschaltuhr

Verzögerung des Kochbeginns

Mit der Zeitschaltuhr können Sie den Beginn des Kochvorgangs verzögern.



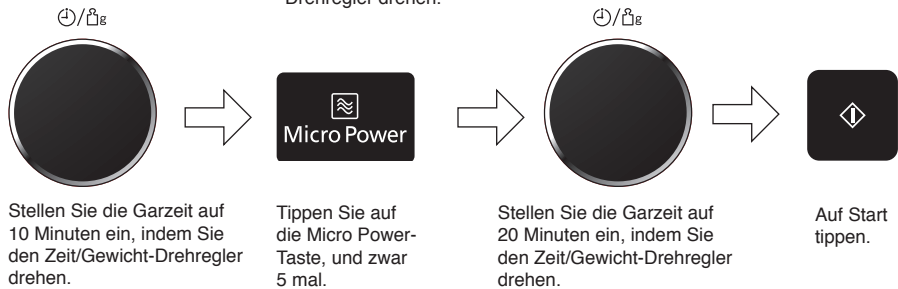
Beispiel:

Verzögerung des

Kochbeginns: 1 Stunde

1000 W (Max): 10 Min

300 W (Niedrige Garstufe): 20 Min



Hinweis

1. Es kann dreistufiges Kochen programmiert werden, einschließlich der Verzögerung des Kochbeginns.
2. Wenn die Tür des Geräts während der Verzögerungszeit geöffnet wird, wird der Countdown der Zeit im Display-Fenster fortgesetzt.
3. Wenn die programmierte Verzögerungszeit eine Stunde überschreitet, erfolgt der Countdown in Minuteneinheiten. Beträgt sie weniger als eine Stunde, erfolgt der Countdown in Sekundeneinheiten.
4. Die Verzögerung des Kochbeginns kann nicht vor Auto-Programmen programmiert werden.

Verwendung der Zeitschaltuhr

Ruhezeit einstellen:

Mit der Zeitschaltuhr können Sie die Ruhezeit nach dem Kochvorgang einstellen oder den Ofen als Kurzzeitwecker verwenden.

Garmethode
und Zeit
auswählen



Stellen Sie das Kochprogramm ein, indem Sie die erforderliche Garmethode und die Zeit eingeben.

Zeitschaltuhr/ Uhr-Taste einmal antippen.

Geben Sie die Ruhezeit ein, indem Sie den Zeit-/ Gewicht-Drehregler drehen (bis zu 9 Stunden).

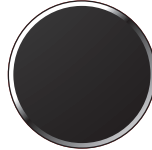
Auf Start tippen.

Beispiel:

1000 W (Max.): 4 Min

Ruhezeit: 5 Min

1000 W (Max.): 2 Min



Tippen Sie einmal auf die Micro Power-Taste.

Stellen Sie mit dem Zeit-/ Gewicht-Drehregler die Kochzeit auf 4 Minuten ein.

Zeitschaltuhr/Uhr-Taste einmal antippen.



Stellen Sie mit dem Zeit-/ Gewicht-Drehregler die Ruhezeit auf 5 Minuten ein.

Tippen Sie einmal auf die Micro Power-Taste.

Stellen Sie mit dem Zeit-/ Gewicht-Drehregler die Kochzeit auf 2 Minuten ein.

Auf Start tippen.



Hinweis

1. Es kann Dreistufenkochen programmiert werden, einschließlich Ruhezeit.
2. Wenn die Tür des Geräts, während der Ruhezeit oder während die Zeitschaltuhr läuft, offen ist, wird der Countdown der Zeit im Display-Fenster fortgesetzt.
3. Wenn die programmierte Ruhezeit eine Stunde überschreitet, erfolgt der Countdown in Minuteneinheiten. Beträgt sie weniger als eine Stunde, erfolgt der Countdown in Sekundeneinheiten.
4. Diese Funktion kann auch als Kurzzeitwecker verwendet werden. In diesem Fall tippen Sie auf Zeitschaltuhr/Uhr, stellen die Zeit ein und betätigen die Starttaste.
5. Nach einem Auto-Programm kann die Ruhezeit nicht verwendet werden.

Turbo-Auftauen



Mit dieser Funktion können Sie Hackfleisch auftauen oder Koteletts, Hühnchenteile, Bratenteile und Brot. Tippen Sie Turbo-Auftauen an und wählen Sie die korrekte Auftaukategorie aus. Dann geben Sie das Lebensmittelgewicht in Gramm ein (siehe Seiten 47-48).

Die Lebensmittel sollten in ein geeignetes Gefäß gegeben werden. Ganze Hähnchen oder Fleischbraten sollten auf eine umgedrehte Untertasse oder eine mikrowellengeeignete Platte gelegt werden. Koteletts, Hühnchenteile und Brotscheiben sollten nur in einer Lage aufgelegt werden. Es ist nicht erforderlich, die Lebensmittel abzudecken.

Wenn Sie die Gewichtsautomatikprogramme zum Auftauen verwenden, können Sie schnell und sogar gleichmäßiger auftauen. Das System nutzt Mikrowellenstöße nach dem Zufallsprinzip, wodurch der Auftauvorgang beschleunigt wird. Während das Programm läuft, ertönt immer wieder ein Signal, damit Sie das Lebensmittel prüfen können. **Es ist wichtig, dass Sie das Lebensmittel häufig umrühren und wenden und, falls erforderlich, abdecken. Wenn Sie das erste Signal hören, sollten Sie das Lebensmittel drehen und abdecken (falls möglich).** Beim zweiten Signal sollten Sie das Lebensmittel umdrehen oder aufbrechen/teilen.

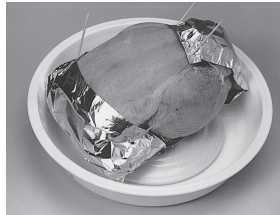
1. Signal

Drehen oder abdecken



1. Signal

Drehen oder abdecken



2. Signal

Drehen oder aufbrechen/
teilen



Hinweis

1. Lebensmittel während dem Auftauen prüfen. Lebensmittel tauen unterschiedlich schnell auf.
2. Es ist nicht erforderlich, Nahrungsmittel abzudecken.
3. Lebensmittel immer wenden oder umrühren, besonders wenn das Gerät „piept“. Abdecken, falls erforderlich (siehe Punkt 5).
4. Hackfleisch/Koteletts/Hühnchenteile sollten aufgebrochen oder geteilt werden, sobald dies möglich ist, und dann einlagig aufgelegt werden.
5. Abdeckungen verhindern ein Garen der Lebensmittel. Dies ist wichtig, wenn Sie Hühnchenteile oder Bratenstücke auftauen. Die äußeren Bereiche tauen zuerst auf. Deshalb sollten Teile wie Flügel, Brust, Fett mit glatter Alufolie geschützt werden und mit Zahnstochern gesichert.
6. Lassen Sie die Lebensmittel eine Zeit lang ruhen, damit auch das Innere auftauen kann (mindestens 1-2 Stunden bei Bratenstücken oder ganzen Hähnchen).
7. Wenn im Display „GARRAUM ZU WARM“ angezeigt wird, dann ist die Ofentemperatur aufgrund der vorherigen Nutzung noch zu hoch und es ist nicht möglich ein Automatikprogramm einzustellen. Es kann jedoch trotzdem manuell eine Betriebsart und eine Zeit eingestellt werden.

Turbo-Auftauen






Mit dieser Funktion können Sie tiefgefrorene Nahrungsmittel ihrem Gewicht entsprechend auftauen. Wählen Sie die Kategorie aus und stellen Sie das Gewicht des Nahrungsmittels ein. Das Gewicht wird in Gramm programmiert. Um eine schnelle Wahl zu ermöglichen, beginnt das Gewicht mit dem in der jeweiligen Kategorie am häufigsten genutzten Gewicht.



Turbo-Auftauen antippen.
Einmal für kleine Teile/Stücke.
Zweimal für große Teile/
Stücke. Dreimal für Brot.

Geben Sie das Gewicht des
Nahrungsmittels ein, indem Sie den
Zeit-/Gewicht-Drehregler drehen.
Der Zeit-/Gewicht-Drehregler kann in
Schritten von 10 g eingestellt werden.

Auf Start
tippen.

Programm	Gewicht	Anweisungen
 1. KLEINE TEILE	100 g - 1200 g	Zum Auftauen kleinerer Stücke Fleisch, Hühnchenteile, Koteletts, Steaks, Hackfleisch. Legen Sie diese auf einen Teller oder ein flaches Pyrex®-Gefäß. Wählen Sie Programm 1 aus. Geben Sie das Gewicht der kleinen Teile ein. Auf Start tippen. Wenn das Signal ertönt wenden und abdecken.
 2. GROSSE TEILE	400 g - 2000 g	Zum Auftauen ganzer Hähnchen, Bratenstücke. Legen Sie das Stück auf eine umgedrehte Untertasse, die auf einem Teller steht. Wählen Sie Programm 2 aus. Geben Sie das Gewicht des großen Stückes ein. Auf Start tippen. Wenn das Signal ertönt wenden und abdecken.
 3. BROT	100 g - 900 g	Zum Auftauen von Brötchen, Brotscheiben und Brotlaiben. Legen Sie die Teile auf einen Teller. Wählen Sie Programm 3 aus. Geben Sie das Gewicht des Brotes ein. Auf Start tippen. Nach dem Ertönen des akustischen Signals wenden.



Richtlinien

1. KLEINE TEILE (Hackfleisch/Kotelett/Hühnchenteile)

Kotelett und Hühnchenteile sollten eine einzige Lage bilden und beim Auftauen häufig gewendet werden. Hackfleisch muss beim Auftauen häufig aufgebrochen und geteilt werden und dies erfolgt am besten in einer flachen Pyrex®-Schale. 20 bis 30 Minuten ruhen lassen. **Nicht geeignet für Würstchen**, diese können manuell aufgetaut werden. Angaben dazu finden Sie in der Auftautabelle im Kochbuch auf Seite 92-93.

2. GROSSE TEILE

Ganze Hähnchen und Fleischstücke müssen während dem Auftauvorgang geschützt werden, besonders wenn es sich um fette Stücke handelt. Damit soll verhindert werden, dass äußere Bereiche beginnen zu garen. Schützen Sie Flügel-, Brust- und fette Teile mit glatter Aluminiumfolie, die mit Cocktailspeisen gesichert wird. **Die Folie darf die Ofenwände nicht berühren.** Nach dem Auftauen sollten Fleischstücke mindestens 1-2 Stunden ruhen können.

3. BROT

Dieses Programm eignet sich für kleinere Stücke, die sofort verwendet werden sollen. Diese können sich unmittelbar nach dem Auftauen warm anfühlen. Mit diesem Programm können auch Laibe aufgetaut werden, aber diese erfordern eine längere Ruhezeit, damit sie auch bis zur Mitte aufgetaut sind. Die Ruhezeit kann verkürzt werden, wenn die Scheiben getrennt und Brötchen/Brotlaibe halbiert werden. Beim Auftauen sollten die Teile gedreht werden. 10 bis 30 Minuten ruhen lassen. Bei größeren Laiben ist möglicherweise eine längere Ruhezeit erforderlich. **Dieses Programm eignet sich nicht für Cremetorten oder Desserts**, z. B. Käsekuchen.



Hinweis

1. Form und Größe des Nahrungsmittels entscheiden über das Höchstgewicht, das in das Gerät passt.
2. Halten Sie eine Ruhezeit ein, um sicherzustellen, dass das Nahrungsmittel vollkommen aufgetaut ist.
3. Wenn im Display „GARRAUM ZU WARM“ angezeigt wird, dann ist die Ofentemperatur aufgrund der vorherigen Nutzung noch zu hoch und es ist nicht möglich ein Automatikprogramm einzustellen. Es kann jedoch trotzdem manuell eine Betriebsart und eine Zeit eingestellt werden.

Automatische Dampfprogramme



Diese Funktion ermöglicht es Ihnen, einige Ihrer Lieblingsgerichte mit Dampf zu garen, indem Sie nur das Gewicht einstellen. Das Gerät bestimmt die Dampfstufe und die Garzeit automatisch. Wählen Sie die Kategorie aus und stellen Sie das Gewicht des Nahrungsmittels ein. Das Gewicht wird in Gramm programmiert. Um eine schnelle Wahl zu ermöglichen, beginnt das Gewicht mit dem in der jeweiligen Kategorie am häufigsten genutzten Gewicht.



Wählen Sie das gewünschte automatische Dampfprogramm aus. Die Lebensmittelkategorie erscheint im Fenster.

Geben Sie das Gewicht des Nahrungsmittels ein, indem Sie den Zeit-/Gewicht-Drehregler drehen. Der Zeit-/Gewicht-Drehregler kann in Schritten von 10 g eingestellt werden.

Auf Start tippen. Das Garprogramm startet und die auf dem Display angezeigte Zeit zählt rückwärts.

Wenn Sie ein Automatikprogramm verwenden, erscheint das Symbol der Betriebsart in der Anzeige, die verwendet wird, und die Symbole der benötigten Zubehörteile. Informationen zu den verwendeten Symbolen finden Sie unten:



Panacrunch-Blech



Dampf


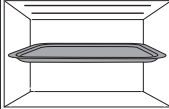

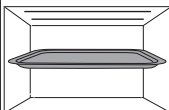

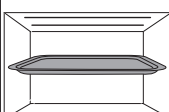

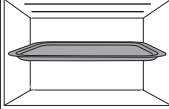


Richtlinien

1. Die Automatik-Dampfprogramme dürfen **nur** für die beschriebenen Nahrungsmittel benutzt werden.
2. Garen Sie nur Nahrungsmittel innerhalb der angegebenen Gewichtsbereiche.
3. Ermitteln Sie stets das Gewicht der Nahrungsmittel selbst, anstatt sich auf die Packungsinformationen zu verlassen.
4. Verwenden Sie nur das auf den Seiten 50-51 angegebene Zubehör.
5. Bei höheren Gewichten für Hähnchenbrust und Reis in den Automatikprogrammen ist es notwendig, während dem Garvorgang Wasser in den Wassertank nachzufüllen.
6. Decken Sie die Nahrungsmittel bei Verwendung eines automatischen Dampfprogramms nicht ab.
7. Nach dem Kochen mit einem Automatikprogramm sollten die meisten Nahrungsmittel eine Weile **ruhen**, damit die Wärme weiter in die Mitte geleitet wird.
8. Prüfen Sie vor dem Servieren, dass die Nahrungsmittel gründlich durchgegart und ausreichend heiß sind.
9. Als Temperatur von Tiefkühlgut wird von -18 °C bis -20 °C ausgegangen, bei gekühlten Lebensmitteln von +5 °C bis +8 °C (Kühlschranktemperatur).
10. Wenn im Display „GARRAUM ZU WARM“ angezeigt wird, dann ist die Ofentemperatur aufgrund der vorherigen Nutzung noch zu hoch und es ist nicht möglich ein Automatikprogramm einzustellen. Es kann jedoch trotzdem manuell eine Betriebsart und eine Zeit eingestellt werden.


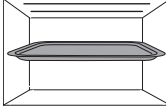

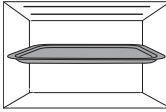

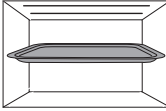
Automatische Dampfprogramme



Programm	Gewicht	Zubehör	Anweisungen
 <p>4. FRISCHES GEMUESE</p>	200 g - 320 g		<p>Zum Dämpfen von frischem Gemüse, z. B. Karotten, Brokkoli, Blumenkohl, grüne Bohnen.</p> <p>Wassertank füllen. Legen Sie das vorbereitete Gemüse auf das Panacrunch-Blech. Schieben Sie es in die untere Einschubposition ein. Wählen Sie Programm 4 aus. Geben Sie das Gewicht des frischen Gemüses ein. Auf Start tippen.</p>
 <p>5. GEFRORENES GEMUESE</p>	200 g - 320 g		<p>Zum Dämpfen von gefrorenem Gemüse, z. B. Karotten, Brokkoli, Blumenkohl, grüne Bohnen.</p> <p>Wassertank füllen. Legen Sie das Gemüse auf das Panacrunch-Blech. Schieben Sie es in die untere Einschubposition ein. Wählen Sie Programm 5 aus. Geben Sie das Gewicht des gefrorenen Gemüses ein. Auf Start tippen.</p>
 <p>6. SALZ-KARTOFFELN</p>	200 g - 500 g		<p>Wassertank füllen. Schälen Sie die Kartoffeln und schneiden Sie sie in gleich große Stücke. Schieben Sie es in die untere Einschubposition ein. Wählen Sie Programm 6 aus. Geben Sie das Gewicht der Kartoffeln ein. Auf Start tippen.</p>
 <p>7. HAEHNCHENBRUST</p>	200 g - 650 g		<p>Zum Zubereiten von frischer Hähnchenbrust. Das Gewicht der einzelnen Hähnchenbrüste sollte zwischen 100 und 250 g liegen. Wassertank füllen. Legen Sie die Hähnchenteile auf das Panacrunch-Blech. Schieben Sie es in die untere Einschubposition ein. Wählen Sie Programm 7 aus. Geben Sie das Gewicht der Hähnchenbrüste ein. Auf Start tippen. Prüfen Sie während des Garvorgangs den Wassertank und füllen sie bei Bedarf nach.</p>

Automatische Dampfprogramme



Programm	Gewicht	Zubehör	Anweisungen
 8. FRISCHE FISCHFILETS	200 g - 500 g		<p>Zum Zubereiten von frischen Fischfilets, z. B. Lachs, Kabeljau, Schellfisch, Scholle. Wassertank füllen. Legen Sie den frischen Fisch auf das Panacrunch-Blech. Schieben Sie es in die untere Einschubposition ein. Wählen Sie Programm 8 aus. Geben Sie das Gewicht des frischen Fisches ein. Auf Start tippen.</p>
 9. GEFRORENE FISCHFILETS	200 g - 500 g		<p>Zum Zubereiten von tiefgefrorenen Fischfilets, z. B. Lachs, Kabeljau, Schellfisch. Wassertank füllen. Legen Sie den tiefgefrorenen Fisch auf das Panacrunch-Blech. Schieben Sie es in die untere Einschubposition ein. Wählen Sie Programm 9 aus. Geben Sie das Gewicht des gefrorenen Fisches ein. Auf Start tippen.</p>
 10. REIS	100 g - 200 g		<p>Zum Kochen von Reis für pikante Gerichte, nicht für Reispudding (Thai-, Basmati-, Jasmin-, Langkornreis) Waschen Sie den Reis in kaltem Wasser. Wassertank füllen. Reis in ein flaches Pyrex®-Gefäß geben. 3 Teile Wasser auf 2 Teile Reis hinzugeben. Nicht abdecken. Stellen Sie das Gefäß auf das Panacrunch-Blech. Schieben Sie es in die untere Einschubposition ein. Wählen Sie Programm 10 aus. Geben Sie nur das Gewicht des Reis ein. Auf Start tippen. Prüfen Sie während des Garvorgangs den Wassertank und füllen Sie bei Bedarf Wasser nach.</p>

Automatische Kochprogramme

Diese Funktion ermöglicht es Ihnen, einige Ihrer Lieblingsgerichte zu garen, indem Sie nur das Gewicht einstellen. Das Gerät bestimmt die Leistungsstufe der Mikrowelle und/oder der Kombination und die Garzeit automatisch. Wählen Sie die Kategorie aus und stellen Sie das Gewicht des Nahrungsmittels ein. Das Gewicht wird in Gramm programmiert. Um eine schnelle Auswahl zu ermöglichen, beginnt das Gewicht mit dem in der jeweiligen Kategorie am häufigsten genutzten Gewicht.

Beispiel:



Wählen Sie das gewünschte automatische Kochprogramm. Die Lebensmittelkategorie erscheint im Fenster.



Geben Sie das Gewicht des Nahrungsmittels ein, indem Sie den Zeit-/Gewicht-Drehregler drehen. Der Zeit-/Gewicht-Drehregler kann in Schritten von 10 g eingestellt werden.



Auf Start tippen. Das Garprogramm startet und die auf dem Display angezeigte Zeit zählt rückwärts.

Wenn Sie ein Automatikprogramm verwenden, erscheint das Symbol der Betriebsart in der Anzeige, die verwendet wird, und die Symbole der benötigten Zubehörteile. Informationen zu den verwendeten Symbolen finden Sie unten:



Microweller





Grill






Richtlinien

1. Die Automatikprogramme dürfen **nur für die beschriebenen Nahrungsmittel verwendet werden**.
2. Garen Sie nur Nahrungsmittel innerhalb der angegebenen Gewichtsbereiche.
3. Ermitteln Sie stets das Gewicht der Nahrungsmittel selbst, anstatt sich auf die Packungsinformationen zu verlassen.
4. Als Temperatur von Tiefkühlgut wird von -18 °C bis -20 °C ausgegangen, bei gekühlten Lebensmitteln von +5 °C bis +8 °C (Kühlschranktemperatur).
5. Das Zubehör wird nicht für die Automatikprogramme verwendet. Die Gefäße werden direkt auf den Geräteboden gestellt.
6. Die Programme 11-16 sind **nur Mikrowelle**. Programm 17 ist eine Kombination aus **Mikrowelle + Grill**.
7. Nach dem Kochen mit einem Automatikprogramm sollten die meisten Nahrungsmittel eine **Weile ruhen**, damit sich die Wärme weiter bis zur Mitte ausbreiten kann.
8. Prüfen Sie vor dem Servieren, dass die Nahrungsmittel gründlich durchgegart und ausreichend heiß sind.
9. Wenn im Display „GARRAUM ZU WARM“ angezeigt wird, dann ist die Ofentemperatur aufgrund der vorherigen Nutzung noch zu hoch und es ist nicht möglich ein Automatikprogramm einzustellen. Es kann jedoch trotzdem manuell eine Betriebsart und eine Zeit eingestellt werden.





Programm	Gewicht	Anweisungen
 <p>11. GEKUEHLTE MAHLZEIT</p>	<p>200 g - 1000 g</p>	<p>Zum Aufwärmen von frischen vorgegarten Gerichten. Die Nahrungsmittel sollten möglichst Kühlschranktemperatur (ca. 5 °C) haben. Im originalen Behälter (so, wie gekauft) aufwärmen. Die Deckfolie mit einem scharfen Messer einmal in der Mitte und vier Mal am Rand perforieren. Wird die Speise in eine Schüssel gegeben, diese mit perforierter Frischhaltefolie abdecken. Den Behälter auf den Boden des Gerätes stellen. Wählen Sie Programm 11 aus. Gewicht eingeben und auf Start tippen. Nach dem Ertönen des akustischen Signals durchrühren. Am Ende des Programms noch einmal umrühren und einige Minuten stehen lassen. Große Fleisch-/Fischstücke in einer dünnen Soße brauchen eventuell etwas länger. Dieses Programm eignet sich nicht für stärkehaltige Nahrungsmittel, wie zum Beispiel Reis, Nudeln oder Kartoffeln. Für Speisen in unregelmäßig geformten Behältern ist gegebenenfalls eine längere Garzeit nötig.</p>
 <p>12. GEFRORENE MAHLZEIT</p>	<p>200 g - 1000 g</p>	<p>Zum Aufwärmen von tiefgefrorenen vorgegarten Gerichten. Alle Nahrungsmittel müssen vorgegart und tiefgekühlt (-18 °C) sein. Im originalen Behälter (wie gekauft) aufwärmen. Die Deckfolie mit einem scharfen Messer einmal in der Mitte und vier Mal am Rand perforieren. Wird die Speise in eine Schüssel gegeben, diese mit perforierter Frischhaltefolie abdecken. Den Behälter auf den Boden des Gerätes stellen. Wählen Sie Programm 12 aus. Geben Sie das Gewicht des gefrorenen Gerichts ein. Auf Start tippen. Bei Ertönen des Signaltons umrühren und etwaige Blöcke in Stücke schneiden. Am Ende des Programms noch einmal umrühren und einige Minuten stehen lassen. Große Fleisch-/Fischstücke in einer dünnen Soße brauchen eventuell etwas länger. Dieses Programm eignet sich nicht für stärkehaltige Nahrungsmittel, wie zum Beispiel Reis, Nudeln oder Kartoffeln. Für Speisen in unregelmäßig geformten Behältern ist gegebenenfalls eine längere Garzeit nötig.</p>



Programm	Gewicht	Anweisungen
 <p>13. FRISCHES GEMUESE</p>	<p>200 g - 1000 g</p>	<p>Zum Garen von frischem Gemüse, z. B. Karotten, Brokkoli, Blumenkohl, grüne Bohnen. Das vorbereitete Gemüse in ein Pyrex®-Gefäß geeigneter Größe geben. Pro 100 g Gemüse 15 ml (1 EL) Wasser darüber sprengeln. Mit perforierter Frischhaltefolie oder einem Deckel abdecken. Die Speise im Gefäß auf den Boden des Gerätes stellen. Wählen Sie das automatische Kochprogramm 13 aus. Geben Sie das Gewicht des frischen Gemüses ein. Auf Start tippen. Nach dem Ertönen des akustischen Signals durchrühren.</p>
 <p>14. GEFRORENES GEMUESE</p>	<p>200 g - 1000 g</p>	<p>Zum Garen von gefrorenem Gemüse, z. B. Karotten, Brokkoli, Blumenkohl, grüne Bohnen. Das gefrorene Gemüse in ein Pyrex®-Gefäß geeigneter Größe geben. Mit 15 - 45 ml (1 - 3 EL) Wasser besprenkeln. Mit perforierter Frischhaltefolie oder einem Deckel abdecken. Das Gefäß auf den Boden des Gerätes stellen. Wählen Sie das automatische Kochprogramm 14 aus. Geben Sie das Gewicht des gefrorenen Gemüses ein. Auf Start tippen. Nach dem Ertönen des akustischen Signals durchrühren.</p>
 <p>15. FRISCHE FISCHFILETS</p>	<p>200 g - 800 g</p>	<p>Zum Zubereiten von frischen Fischfilets, z. B. Lachs, Kabeljau, Schellfisch, Scholle. In ein flaches Pyrex®-Gefäß geben. Dünnere Teile schützen. Darauf achten, dass sich die Fischportionen nicht überlappen. Dünnere Enden unterschlagen. 15 - 45 ml (1 - 3 EL) Wasser dazugeben. Mit perforierter Frischhaltefolie oder einem Deckel abdecken. Das Gefäß auf den Boden des Gerätes stellen. Wählen Sie das automatische Kochprogramm 15 aus. Geben Sie das Gewicht des frischen Fisches ein. Auf Start tippen. Mit der Hautseite nach unten garen und bei Ertönen des Signaltons wenden. Anschließend einige Minuten stehen lassen.</p>

Automatische Kochprogramme



Programm	Gewicht	Anweisungen
 16. SALZ-KARTOFFELN	200 g - 1000 g	<p>Zum Garen von Kartoffeln ohne Schale. Schälen Sie die Kartoffeln und schneiden Sie sie in gleich große Stücke. Vorbereitete Kartoffeln in ein Pyrex®-Gefäß geben. 15 ml (1 EL Wasser) pro 100 g Kartoffeln hinzugeben. Mit perforierter Frischhaltefolie oder einem Deckel abdecken. Wählen Sie das automatische Kochprogramm 16 aus. Geben Sie das Gewicht der Kartoffeln ein. Auf Start tippen. Nach dem Ertönen des akustischen Signals durchrühren.</p>
 17. KARTOFFEL-AUFLAUF	-	<p>Siehe Rezept unten. Vorbereiteten Kartoffelgratin auf den Boden des Gerätes stellen. Wählen Sie das automatische Kochprogramm 17 aus. Auf Start tippen (eine Eingabe des Gewichts ist nicht notwendig). Nach dem Kochen 5 Minuten ruhen lassen.</p>

Gratin Dauphinois (Kartoffelgratin)

Zutaten

Für 4 Personen

700 g geschälte Kartoffeln,
 1 Knoblauchzehe
 70 g Emmentaler, gerieben,
 Salz und Pfeffer
 200 ml Sahne
 200 ml Milch

Gefäß: Flache Pyrex®-Form,
 1 x 25 cm

Zubehör: entfällt

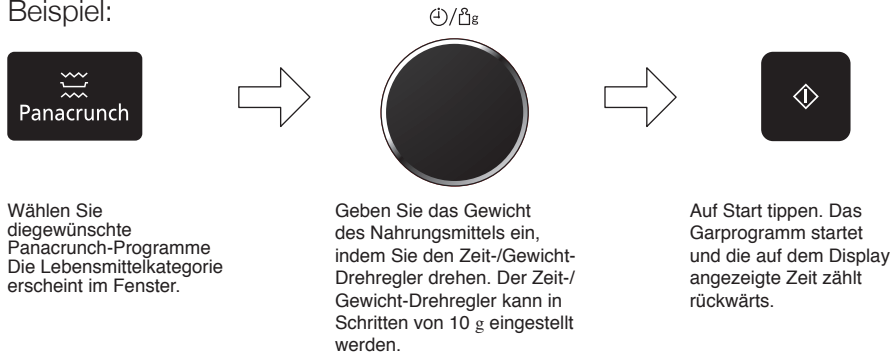
1. Kartoffeln in dünne Scheiben schneiden. Die Knoblauchzehe schälen und hacken.
2. Die Kartoffelscheiben in die flache Pyrex®-Form legen. Mit dem Knoblauch, der Hälfte des Käses, Salz und Pfeffer bestreuen.
3. Sahne und Milch darüber gießen. Mit dem restlichen Käse bestreuen. Auf den Boden des Gerätes stellen.
4. Wählen Sie das automatische Kochprogramm 17 aus. Auf Start tippen. Nach dem Garen 5 Minuten ruhen lassen.

Panacrunch-Programme



Diese Funktion ermöglicht es Ihnen, einige Ihrer Lieblingsgerichte zu garen, indem Sie nur das Gewicht einstellen. Das Gerät bestimmt die Leistungsstufe der Mikrowelle und/oder der Kombination und die Garzeit automatisch. Wählen Sie die Kategorie aus und stellen Sie das Gewicht des Nahrungsmittels ein. Das Gewicht wird in Gramm programmiert. Um eine schnelle Wahl zu ermöglichen, beginnt das Gewicht mit dem in der jeweiligen Kategorie am häufigsten genutzten Gewicht.

Beispiel:



Wenn Sie ein Automatikprogramm verwenden, erscheint das Symbol der Betriebsart in der Anzeige, die verwendet wird, und die Symbole der benötigten Zubehörteile. Informationen zu den verwendeten Symbolen finden Sie unten:



Mikrowelle



Grill



Panacrunch-Blech



Dampf


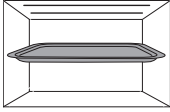

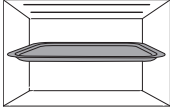

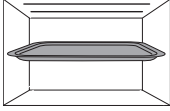


Richtlinien

1. Die Panacrunch-Programme dürfen **nur** für die beschriebenen Nahrungsmittel verwendet werden.
2. Garen Sie nur Nahrungsmittel innerhalb der angegebenen Gewichtsbereiche.
3. Ermitteln Sie stets das Gewicht der Nahrungsmittel selbst, anstatt sich auf die Packungsinformationen zu verlassen.
4. Als Temperatur von Tiefkühlgut wird von -18 °C bis -20 °C ausgegangen, bei gekühlten Lebensmitteln von +5 °C bis +8 °C (Kühlschranktemperatur).
5. Die Programme 18-20 sind eine Kombination aus **Grill + Mikrowelle**. Die Programme 21-23 sind eine Kombination aus **Dampf + Grill**.
6. Verwenden Sie nur das auf den Seiten 57-59 angegebene Zubehör.
7. Nach dem Kochen mit einem Automatikprogramm sollten die meisten Nahrungsmittel eine **Weile ruhen**, damit sich die Wärme weiter bis zur Mitte ausbreiten kann.
8. Prüfen Sie vor dem Servieren, dass die Nahrungsmittel gründlich durchgegart und ausreichend heiß sind.
9. Wenn im Display „GARRAUM ZU WARM“ angezeigt wird, dann ist die Ofentemperatur aufgrund der vorherigen Nutzung noch zu hoch und es ist nicht möglich ein Automatikprogramm einzustellen. Es kann jedoch trotzdem manuell eine Betriebsart und eine Zeit eingestellt werden.



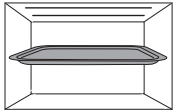


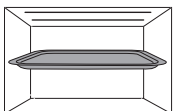
Panacrunch-Programme



Programm	Gewicht	Zubehör	Anweisungen
 18. POMMES FRITES	100 g - 500 g		<p>Zur Zubereitung tiefgefrorener Backofen-Pommes und anderer Kartoffelprodukte, z. B. Bratkartoffeln, Waffelkartoffeln, usw. Kartoffelprodukte auf dem Panacrunch-Blech ausbreiten und in die untere Einschubposition einschieben. Wählen Sie Programm 18 aus. Geben Sie das Gewicht der gefrorenen Kartoffelprodukte ein. Auf Start tippen. Für ein optimales Resultat nur in einer Ebene garen. Hinweis: Kartoffelprodukte unterscheiden sich erheblich. Wir empfehlen, ein paar Minuten vor Ende der Garzeit die Bräunung zu prüfen. Nicht für Kartoffelkroketten geeignet.</p>
 19. GEKUEHLTE PIZZA	100 g - 400 g		<p>Zum Aufwärmen und Bräunen gekühlter Fertigpizza. Verpackung vollständig entfernen und Pizza auf das Panacrunch-Blech legen, dann in der oberen Einschubposition einschieben. Wählen Sie Programm 19 aus. Gewicht der gekühlten Pizza eingeben und auf Start tippen. Dieses Programm eignet sich nicht für Pfannenpizza, Calzone oder sehr dünne Pizzas.</p>
 20. GEFRORENE PIZZA	300 g - 500 g		<p>Zum Aufwärmen und Bräunen tiefgefrorener Fertigpizza. Verpackung vollständig entfernen und Pizza auf das Panacrunch-Blech legen, dann in der oberen Einschubposition einschieben. Wählen Sie Programm 20 aus. Gewicht der gefrorenen Pizza eingeben und auf Start tippen. Dieses Programm eignet sich nicht für Pfannenpizza, Calzone oder sehr dünne Pizzas.</p>


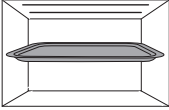
Panacrunch-Programme



Programm	Gewicht	Zubehör	Anweisungen
 +  21 FRISCHE FISCHFILETS	300 g - 750 g		<p>Zum Zubereiten von frischen Fischfilets, z. B. Lachs, Kabeljau, Schellfisch, mit einem Gewicht von jeweils maximal 180 g in der Betriebsart Dampf + Grill.</p> <p>Wassertank füllen. Legen Sie den frischen Fisch mit der Hautseite nach oben auf das Panacrunch-Blech. Streichen Sie mit einem Pinsel Öl auf die Haut. Schieben Sie es in die untere Einschubposition ein. Wählen Sie Programm 21 aus. Geben Sie das Gewicht des frischen Fishs ein. Auf Start tippen.</p>
 +  22. FRISCHER GANZER FISCH	200 g - 650 g		<p>Zum Zubereiten von frischem ganzen Fisch, z. B. Forelle, Seebrasse, Makrele, Wolfsbarsch, Sardinen, mit einem Gewicht von jeweils 100 g - 400 g in der Betriebsart Dampf + Grill.</p> <p>Wassertank füllen. Legen Sie den ganzen Fisch direkt auf das Panacrunch-Blech. Fettarme Fischarten (Wolfsbarsch, Forelle) vor dem Garen mit Öl einpinseln. Schieben Sie es in die untere Einschubposition ein. Wählen Sie Programm 22 aus. Geben Sie das Gewicht des ganzen frischen Fishs ein. Auf Start tippen.</p>

Panacrunch-Programme

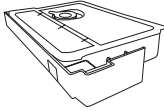


Programm	Gewicht	Zubehör	Anweisungen
 <p>23. HAEHNCHEN-TEILE</p>	<p>200 g - 650 g</p>		<p>Zum Zubereiten von frischen Hühnchenteilen, z. B. Hühnerschlegel oder Oberkeulen, in der Betriebsart Dampf + Grill. Jedes Hühnchenteil sollte zwischen 100 g - 180 g wiegen. Haut vor dem Garen an ein paar Stellen einstechen. Wassertank füllen. Legen Sie die Hühnchenteile auf das Panacrunch-Blech. Schieben Sie es in die untere Einschubposition ein. Wählen Sie Programm 23 aus. Geben Sie das Gewicht der Hühnchenteile ein. Auf Start tippen. Prüfen Sie während des Garvorgangs den Wassertank und füllen sie bei Bedarf nach.</p>

Systemreinigungsprogramme

F1. WASSER ABLASSEN

Das Wasser wird zur Reinigung der Rohre durch das System gepumpt. Das Wasser wird dann in die Auffangrinne abgelassen.



Geben Sie 100 g Wasser in den Wassertank. Vergewissern Sie sich, dass die Auffangrinne leer ist.

Tippen Sie einmal auf „SYSTEMREINIGUNG“ bis im Display das Programm „F1 WASSER ABLASSEN“ erscheint.

Auf Start tippen. Leeren Sie nach Ablauf des Programms die Auffangrinne.



Hinweis

1. Führen Sie dieses Programm nur mit 100 g Wasser im Tank aus.
2. Entfernen Sie die Auffangrinne während des Wasserablassvorgangs nicht.
3. Leeren Sie die Auffangrinne nach Ablauf des Programms und spülen diese mit klarem Leitungswasser aus.



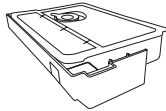
Vorsicht

4. **Wenn Sie das WASSERABLASSPROGRAMM direkt nach einem Dampfkochprogramm ausführen, dann wird möglicherweise heißes Wasser in die Auffangrinne abgelassen.**

Systemreinigungsprogramme

F2. SYSTEMREINIGUNG

In der ersten Phase dieses Programms wird das System mit einer Zitronensäurelösung gereinigt. In der zweiten Phase läuft Wasser durch das System, um die Rohre zu spülen.



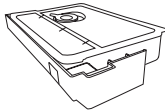
Stellen Sie eine Lösung aus 16 g Zitronensäure und 200 g Wasser her und geben Sie die Lösung in den Wassertank. Vergewissern Sie sich, dass die Auffangrinne leer ist.



Tippen Sie zweimal auf „Systemreinigung“ bis im Display das Programm „F2 SYSTEMREINIGUNG“ erscheint.



Auf Start tippen. Das Programm läuft etwa 29 Minuten.




Wenn das Programm unterbricht, leeren Sie die Auffangrinne und füllen den Wassertank erneut mit Wasser (bis zur Maximalmarkierung).



Auf Start tippen. Das Programm läuft etwa 1 Minute. Leeren Sie nach Ablauf des Programms die Auffangrinne.

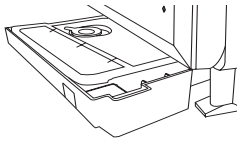


Hinweis

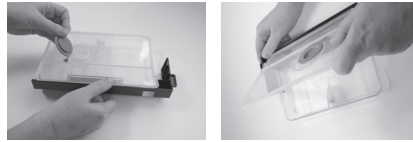
1. Das -Symbol erscheint im Display, wenn die Programme WASSER ABLASSEN und SYSTEMREINIGUNG laufen.
2. Wenn das SYSTEMREINIGUNGSPROGRAMM nicht regelmäßig durchgeführt wird, verstopfen die Rohre und die Leistung der Dampffunktion lässt nach.
3. Entfernen Sie die Auffangrinne während des WASSERABLASSPROGRAMM nicht.
4. Leeren Sie die Auffangrinne nach Ablauf des Programms und spülen diese mit klarem Leitungswasser aus.

Wasserbehälter reinigen

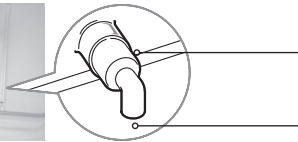
Verwenden Sie einen weichen Schwamm und Wasser zur Reinigung.



Entfernen Sie den Wassertank und reinigen Sie die Aufnahme, in welche der Behälter eingesetzt ist.



Öffnen Sie die Wasserzufuhrkappe, entfernen Sie den Deckel und die Rohrkappe und reinigen diese.



Rohrkappe

Vergewissern Sie sich, dass diese nach unten zeigt.

Wenn die Rohrkappe nur schwer entfernt werden kann, rütteln sie ein wenig hin und her. Stellen Sie beim Wiedereinbau sicher, dass das Rohr nach unten zeigt (siehe Grafik).

Die Vorderseite des Tanks kann zwecks Reinigung ebenfalls abgenommen werden.

Vordere Abdeckung entfernen



1. Verdrehen Sie die Abdeckung leicht, bis sich das andere Ende löst.
2. Drehen Sie weiter, bis sich auch diese Seite löst.

Vordere Abdeckung wieder anbringen



1. Bringen Sie die Vertiefung der Abdeckung auf die Höhe der Öffnungen im Tank.
2. Einschieben und herunterdrücken, bis es „klick“ macht.



Hinweis

- Reinigen Sie den Wassertank mindestens einmal die Woche, um die Bildung von Kalk zu verhindern.
- Der Wassertank darf nicht in der Spülmaschine gereinigt werden; dies gilt auch für Teile des Wassertanks.

Fragen und Antworten

- F: Warum geht mein Gerät nicht an?
- A: Wenn Ihr Gerät nicht angeht, überprüfen Sie Folgendes:
1. Ist der Stecker richtig eingesteckt? Ziehen Sie den Stecker aus der Steckdose, warten Sie 10 Sekunden und stecken Sie ihn wieder hinein.
 2. Überprüfen Sie den Trennschalter und die Sicherung. Stellen Sie den Trennschalter zurück und wechseln Sie die Sicherung aus, wenn diese ausgelöst wurden oder durchgebrannt sind.
 3. Wenn Trennschalter und Sicherung in Ordnung sind, schließen Sie ein anderes Gerät an die gleiche Steckdose an. Wenn das andere Gerät funktioniert, liegt das Problem wahrscheinlich beim Gerät. Wenn das andere Gerät nicht funktioniert, liegt das Problem wahrscheinlich bei der Steckdose.
- Wenn das Problem bei Ihrem Gerät zu liegen scheint, kontaktieren Sie einen autorisierten Kundendienst.
- F: Mein Gerät verursacht Störungen in meinem Fernseher. Ist das normal?
- A: Einige Radios, Fernseher, W-LAN, kabellose Telefone, Babyphon, Bluetooth- oder sonstige kabellose Geräte können gestört werden, wenn Sie mit der Mikrowelle kochen. Diese Störungen sind ähnlich wie die durch Kleingeräte wie Mixer, Staubsauger, Haartrockner etc. verursachten Störungen. Dies sind keine Anzeichen für ein Problem an Ihrem Gerät.
- F: Das Gerät will mein Programm nicht akzeptieren. Warum?
- A: Das Gerät akzeptiert keine falschen Programme. Eine vierte Phase wird z.B. nicht akzeptiert.
- F: Manchmal kommt warme Luft aus den Lüftungsöffnungen des Geräts. Warum?
- A: Die Wärme, die von den gekochten Speisen abgegeben wird, erwärmt die Luft im Innern des Geräts. Die erwärmte Luft wird vom Luftstrom aus dem Gerät getragen. In dieser Luft befinden sich keine Mikrowellen. Die Lüftungsöffnungen des Geräts dürfen während des Kochens nie blockiert werden.

Fragen und Antworten

- F: Ich kann kein automatisches Programm einstellen und in der Anzeige erscheint „GARRAUM ZU WARM“. Warum?
- A: Wenn im Display „GARRAUM ZU WARM“ angezeigt wird, dann ist die Ofentemperatur aufgrund der vorherigen Nutzung noch zu hoch und es ist nicht möglich ein Automatikprogramm einzustellen. Es kann jedoch trotzdem manuell eine Betriebsart und eine Zeit eingestellt werden.
- F: Kann ich ein herkömmliches Ofenthermometer im Dampf-Mikrowellengerät benutzen?
- A: Nur, wenn die Betriebsarten **Grill bzw. Ober-/Unterhitze** verwendet werden. Das Metall in manchen Thermometern kann zu Lichtbogenbildung in Ihrem Gerät führen, weshalb in den Betriebsarten **Mikrowelle** und **Kombination** keine Thermometer verwendet werden dürfen.
- F: Wenn ich mit **Kombination** koche, macht mein Gerät Summ- und Klickgeräusche. Wodurch werden diese Geräusche verursacht?
- A: Die Geräusche treten auf, wenn das Gerät automatisch von **Mikrowelle** auf **Grill/Ober-/Unterhitze** schaltet, um die Kombinationseinstellung herzustellen. Das ist normal.
- F: Mein Gerät riecht merkwürdig und erzeugt Rauch, wenn ich die **Kombinations-, Ober-/Unterhitze-** und **Grill-**Funktion nutze. Warum?
- A: Nach mehrfacher Benutzung wird empfohlen, das Gerät zu reinigen und es ohne Nahrungsmittel laufen zu lassen. Dadurch werden etwaige Nahrungsmittelreste, Ablagerungen oder Fett verbrannt, welche Geruch und/oder Rauch erzeugen können.
- F: Das Gerät stoppt den Mikrowellen-Garvorgang und die Meldung „H97“ oder „H98“ erscheint im Display. Warum?
- A: Diese Fehlermeldung weist auf ein Problem bei der Mikrowellenerzeugung hin. Bitte wenden Sie sich an einen autorisierten Kundendienstvertreter.
- F: Der Lüfter läuft nach dem Kochen weiter. Warum?
- A: Nach Gebrauch des Geräts kann der Lüftermotor zu Kühlung der elektrischen Bauteile weiter laufen. Dies ist völlig normal. Das Gerät kann währenddessen weiter verwendet werden.

Fragen und Antworten

- F: Kann ich die voreingestellte Temperatur des Gerätes während des Kochens oder Vorheizens in der Betriebsart **Ober-/Unterhitze** überprüfen?
- A: Ja. Drücken Sie die Oven Taste, und die Temperatur des Geräts wird 2 Sekunden lang im Display-Fenster angezeigt.
- F: „D“ erscheint im Display und das Gerät will nicht kochen. Warum?
- A: Das Gerät wurde im **Demo-Modus** programmiert. Dieser Modus dient nur zu Demonstrationszwecken im Einzelhandel. Zum Deaktivieren dieses Modus drücken Sie einmal die Micro Power-Taste und dann viermal die Stopp/Abbrechen-Taste.
- F: Auf dem Display ist keine Laufschrift mehr zu sehen, nur noch Nummern. Warum?
- A: Eventuell wurde die Laufschrift nach einem Stromausfall deaktiviert. Ziehen Sie den Stecker und lassen Sie das Gerät ein paar Minuten lang ausgesteckt, bevor sie es wieder einstecken. Wenn „88:88“ angezeigt wird, tippen Sie so oft auf Start, bis Ihre Sprache erscheint. Stellen Sie dann die Uhrzeit ein. Siehe Seite 23.
- F: Auf dem Display ist keine Bedienungsführung mehr zu sehen, nur noch Nummern. Warum?
- A: Die Bedienungsführung wurde abgeschaltet, indem viermal die Taste Zeitschaltuhr/Uhr betätigt wurde. Wenn ein Doppelpunkt oder die Uhrzeit angezeigt werden, betätigen Sie viermal die Taste Zeitschaltuhr/Uhr, um die Bedienungsführung wieder einzuschalten.
- F: Das Gerät arbeitet nicht mehr im Modus "Dampf" oder "Kombination mit Dampf" und in der Anzeige erscheint „U14“. Warum?
- A: Der Wassertank ist leer und die Benutzerführung ist abgeschaltet. Füllen Sie den Wassertank erneut und setzen Sie ihn wieder in das Gerät ein; dann tippen Sie auf Start, um weiter zu kochen. Wenn dies dreimal während des Betriebs passiert, wird der Kochvorgang gestoppt. Drücken Sie zum Zurücksetzen die Stopp/Abbrechen-Taste.
- F: Die Tasten des Bedienfelds reagieren nicht, wenn ich sie antippe. Warum?
- A: Überzeugen Sie sich davon, dass das Gerät an der Stromquelle angeschlossen ist. Der Mikrowellenherd ist eventuell im Standby-Betrieb. Öffnen und schließen Sie die Tür, um das Gerät zu aktivieren.

Pflege Ihres Geräts



Wichtig

Für den sicheren Betrieb des Gerätes ist es sehr wichtig, dass es sauber gehalten wird und nach jeder Benutzung ausgereinigt wird. Wird das Dampf-Mikrowellengerät nicht sauber gehalten, kann dies zu einer Zerstörung der Oberflächen führen, welche die Lebensdauer des Geräts beeinträchtigen und mögliche Gefahren für den Benutzer mit sich bringen kann.

1. **Schalten Sie das Gerät vor der Reinigung aus** und ziehen, wenn möglich, den Stecker aus der Steckdose.
2. **Halten Sie das Innere des Geräts, die Türdichtungen und den Türdichtungsbereich sauber.**
Wenn Nahrungsmittel spritzen oder verschüttete Flüssigkeiten an den Geräterwänden, Türdichtungen und den Türdichtungsbereichen haften, wischen Sie sie mit einem feuchten Tuch ab. Bei starker Verschmutzung kann eine milde Seifenlösung benutzt werden. Die Benutzung starker Reinigungs- oder Scheuermittel wird nicht empfohlen.
3. Nachdem Sie das Gerät in den Betriebsarten **Grill, Ober-/Unterhitze, Dampf** und **Kombination** verwendet haben, sollten Sie die Innenwände mit einem weichen Tuch und Seifenlauge reinigen. Sie sollten besonders darauf achten, dass der Fensterbereich sauber gehalten wird, insbesondere nach Verwendung der Betriebsarten **Grill, Ober-/Unterhitze, Dampf** und **Kombination**. Hartnäckige Flecken im Gerät können mit einer kleinen Menge eines herkömmlichen Backofenreinigers gereinigt werden, der auf ein weiches Tuch gesprüht wird. Mit dem Tuch auf die Flecken auftragen, gemäß den Produktempfehlungen einwirken lassen und dann abwischen. **Nicht direkt in den Innenraum des Gerätes sprühen.**
4. Wischen Sie nach dem Kochen mit **Dampffunktion** alles überschüssige Wasser weg, das u. U. im Innern des Geräts kondensiert ist. Leeren Sie die Auffangrinne (siehe Seite 16).
5. Benutzen Sie für die Reinigung der **Glastür des Gerätes** keine aggressiven Reinigungsmittel oder scharfe Metallspachtel, da diese die Oberfläche zerkratzen könnten, was dazu führen kann, dass das Glas zerspringt.
6. Die **Außenseite des Geräts** sollte mit einem feuchten Tuch gereinigt werden. Um die Betriebsteile im Innern des Geräts nicht zu beschädigen, sollte verhindert werden, dass Wasser durch die Lüftungsöffnungen ins Innere des Geräts dringt.
7. Wenn das **Bedienfeld** schmutzig wird, reinigen Sie es mit einem weichen, trockenen Tuch. Benutzen Sie **keine** aggressiven Reinigungs- oder Scheuermittel für das Bedienfeld. Wenn Sie das Bedienfeld reinigen, lassen Sie die Tür des Geräts offen, um zu verhindern, dass das Gerät versehentlich eingeschaltet wird. Drücken Sie nach dem Reinigen auf die Stopp/Abbrechen-Taste, um das Display zu löschen.
8. Wenn sich in, um oder außen an der Tür des Geräts **Dampf ansammelt**, wischen Sie sie mit einem weichen Tuch ab. Dies kann auftreten, wenn das Mikrowellengerät bei hoher Feuchtigkeit benutzt wird, und lässt keinesfalls auf eine Fehlfunktion oder Undichtigkeit des Geräts schließen.

Pflege Ihres Geräts

9. Der **Boden des Geräteinneren** sollte regelmäßig gereinigt werden. Wischen Sie die Bodenfläche des Geräts einfach mit einem milden Reinigungsmittel und warmem Wasser ab und trocknen Sie sie mit einem sauberen Tuch. Bei wiederholtem Gebrauch sammeln sich Kochdünste an, die aber die Bodenfläche in keiner Form beeinträchtigen.
10. In den Betriebsarten **Grill, Ober-/Unterhitze, Dampf** oder **Kombination** können manche Lebensmittel Fettspritzer an den Innenwänden verursachen. Wenn das Gerät nicht gereinigt wird und das Fett entfernt, dann kann sich dies ansammeln und dazu führen, dass sich beim Gebrauch „**Rauch**“ entwickelt. Solche Flecken können später nur unter größeren Schwierigkeiten entfernt werden.
11. Zur Reinigung des Geräts darf kein **Dampfreiniger** verwendet werden.
12. Stellen Sie sicher, dass das Gerätezubehör sauber gehalten wird, besonders nach Gebrauch der Mikrowelle oder der Kombinationsprogramme.
13. Halten Sie die **Lüftungsöffnungen** zu allen Zeiten frei. Vergewissern Sie sich, dass die Lüftungsöffnungen auf der rechten Seite des Geräts nicht durch Staub oder sonstiges Material verstopft werden. Wenn die Lüftungsöffnungen verstopft sind, kann dies zu einem Überhitzen des Geräts. Dies könnte sich auf den Betrieb des Gerätes auswirken und möglicherweise zu einer gefährlichen Situation führen.
14. Führen Sie das **SYSTEMREINIGUNGSPROGRAMM** aus, wenn das Symbol dafür im Display erscheint. Siehe Seiten 60-61. Reinigen Sie den Wassertank mindestens einmal die Woche, um die Bildung von Kalk zu verhindern. Siehe Seite 62.

Spezifikationen

Hersteller		Panasonic
Modell		NN-DS596M WPG
Stromversorgung		230 V, 50 Hz
Betriebsfrequenz:		2450 MHz
Eingangsleistung:	Maximum	2010 W
	Mikrowelle	1000 W
	Grill	1220 W
	Ober-/Unterhitze	1270 W
	Dampf	1020 W
Ausgangsleistung:	Mikrowelle	1000 W (IEC-60705)
	Grill	1200 W
	Ober-/Unterhitze	1250 W
Grillelement oben		1200 W
Außenmaße		512 mm (B) x 400 mm (T) x 347 mm (H)
Innenmaße B x T x H (mm)		335 mm (B) x 350 mm (T) x 238 mm (H)
Gewicht ohne Verpackung (ca.)		16,4 kg
Geräusche		56 dB

Die angegebenen Gewichte und Abmessungen sind Annäherungswerte.

Dieses Produkt ist ein Gerät, das dem Europäischen Standard für Funktionsfähigkeit unter elektromagnetischer Umgebungsbeeinflussung (EMV = Elektromagnetische Verträglichkeit) EN 55011 entspricht. Entsprechend diesem Standard ist dieses Produkt ein Gerät der Gruppe 2, Klasse B und liegt innerhalb der erforderlichen Grenzwerte. Gruppe 2 bedeutet, dass Radiofrequenz-Energie absichtlich in Form von elektromagnetischer Strahlung zum Aufwärmen oder Zubereiten von Nahrungsmitteln erzeugt wird. Klasse B bedeutet, dass dieses Produkt in normalen Haushaltsbereichen benutzt werden kann.

Hergestellt von: Panasonic Appliances Microwave Oven (Shanghai) Co., Ltd.
888, 898 Longdong Road. Pudong, Shanghai, 201203, China.

Import durch: Panasonic Marketing Europe GmbH

Vertreter EU: Panasonic Testing Centre
Winsbergring 15, 22525 Hamburg, Deutschland

Kochbuch

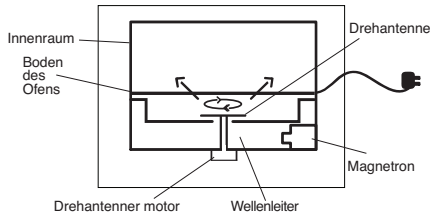


Ihr Panasonic-Ofen ist mit der neuesten Technik ausgestattet, die unter dem Namen Invertertechnologie bekannt ist. Diese einzigartige Technologie wird in Japan bereits seit Langem für Mikrowellenherde verwendet und bietet eine deutliche Verbesserung bei der Kochleistung Ihres Ofens. Das System benötigt auch weniger Bauelemente, so dass sich das Volumen im Innenraum vergrößert und das Gewicht reduziert, ohne dass Sie dadurch mehr Platz auf Ihrer Arbeitsfläche benötigen.

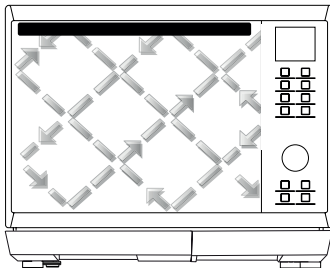
Die Beschreibungen in diesem Buch dienen lediglich als Richtlinien. Die gesamte Garzeit hängt von der Ausgangstemperatur des Nahrungsmittels und vom verwendeten Gefäß ab. Prüfen Sie immer, ob das Nahrungsmittel kochend heiß ist, bevor Sie es verzehren.

Grundsätzliches für den Umgang mit Mikrowellengeräten

Mikrowellen sind immer und überall in der Atmosphäre vorhanden - sowohl aus natürlichen als auch aus künstlichen Quellen. Zu den künstlichen Quellen, das heißt vom Menschen erzeugte Mikrowellen, gehören beispielsweise Radar-, Funk- und Fernsehwellen sowie Wellen durch Telekommunikationsverbindungen und Mobiltelefone.



In einem Mikrowellengerät wird Strom im Magnetron in Mikrowellen verwandelt. Informationen zur Bodeneinspeisungstechnologie finden Sie auf Seite 25 der Bedienungsanleitung.

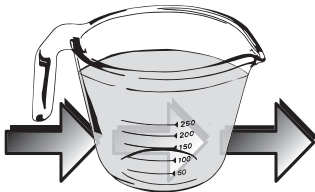


Reflexion

Die Mikrowellen prallen an den metallischen Wänden und am Metalleinsatz in der Tür ab.

Übertragung

Sie dringen dann durch das Kochgeschirr hindurch und werden von den Wassermolekülen im Lebensmittel absorbiert, denn alle Lebensmittel enthalten mehr oder weniger Wasser.



Wichtiger Hinweis

Das zum Garen oder Aufwärmen der Speisen verwendete Geschirr erwärmt sich während des Garvorgangs;

die Hitze überträgt sich von den Speisen auf das Geschirr. Deshalb benötigt man auch beim Garen mit der Mikrowelle Ofenhandschuhe oder Topflappen! **Metalle sind nicht mikrowellendurchlässig; deshalb darf beim Garen mit der Mikrowellenfunktion allein keinesfalls Kochgeschirr aus Metall verwendet werden.**

Wie garen Mikrowellen Lebensmittel

Die Mikrowellen bringen die Wassermoleküle zum vibrieren. Dies erzeugt **Reibung** und damit **Wärme**. Mit dieser Wärme wird dann das Lebensmittel gegart.

Mikrowellen werden auch von Fett- und Zuckerpartikeln angezogen, weshalb Lebensmittel, die viel davon enthalten, schneller garen. Mikrowellen dringen nur etwa 4-5 cm tief in die Speisen ein, und da die Wärme wie bei einem herkömmlichen Backofen vom Äußeren der Speisen ins Innere geleitet wird, garen diese von außen nach innen.

Speisen, die sich nicht dazu eignen, ausschließlich mit der Mikrowelle gegart zu werden

Soufflés usw. dies liegt daran, dass diese Speisen trockene Wärme von außen benötigen, um richtig zu garen. Diese sollten Sie nicht mit der Mikrowelle zubereiten.

Auch Speisen, die frittiert werden müssen, können nicht im Mikrowellengerät zubereitet werden.

Ruhezeit

Wird ein Mikrowellengerät ausgeschaltet, garen die Speisen durch diese Wärmeleitung weiter - **nicht durch Mikrowellenenergie**. Deshalb ist die **Ruhezeit** beim Kochen mit der Mikrowelle besonders wichtig, besonders für sehr dichte Lebensmittel, d.h. Fleisch, Kuchen und wieder aufgewärmte Mahlzeiten (siehe Seite 71).



Gekochte Eier

Kochen Sie keine Eier in ihrer Mikrowelle. Eier, die in der Schale gekocht werden, können explodieren und zu ernsthaften Verletzungen führen.

Allgemeine Richtlinien

Ruhezeit

Dichte Lebensmittel wie beispielsweise Fleisch, Kartoffeln in der Schale und Kuchen benötigen nach dem Kochen eine **Ruhezeit** (innerhalb oder außerhalb des Geräts), damit der Garvorgang durch die in das Innere geleitete Hitze abgeschlossen werden kann.

■ Kartoffeln in der Schale

Wickeln Sie diese nach dem Garen mit der Mikrowellenfunktion alleine in Alufolie ein. 5 Minuten ruhen lassen. Kartoffeln in der Schale, die mit der **Kombinationsfunktionen** gekocht wurden, benötigen keine Ruhezeit.

■ Fisch

2-3 Minuten ruhen lassen.

■ Eiergerichte

1-2 Minuten ruhen lassen.

■ Vorgegarte Fertigprodukte

2-3 Minuten ruhen lassen.



Feuchtigkeitsgehalt

Viele frische Lebensmittel, z. B. Gemüse und Obst, unterscheiden sich über die Saison stark in Bezug auf ihren Feuchtigkeitsgehalt. Kartoffeln in der Schale sind ein besonders gutes Beispiel dafür. Aus diesem Grund ist unter Umständen eine Anpassung der angegebenen Garzeiten erforderlich. Trockene Lebensmittel wie Reis, Nudeln etc. können während der Lagerung noch austrocknen, so dass die Garzeiten von denen frisch gekaufter Produkte abweichen können.



Perforieren

Bei manchen Speisen führt die Schale oder Haut dazu, dass sich während des Garvorgangs Dampf sammelt. Diese Speisen müssen vor dem Garen entweder perforiert oder ein Streifen der Schale entfernt werden, damit der Dampf entweichen kann. Eier,

■ Bratenstücke

15 Minuten in Alufolie eingewickelt ruhen lassen.

■ Tellergerichte

2-3 Minuten ruhen lassen.

■ Gemüse

Gekochte Kartoffeln gelingen mit einer Ruhezeit von 1-2 Minuten besser; die meisten anderen Gemüsesorten können jedoch direkt serviert werden.

■ Auftauen

Die Ruhezeit ist für diesen Prozess von wesentlicher Bedeutung. Diese kann von 5 Minuten (z. B. bei Himbeeren) bis zu 1-2 Stunden (bei Braten) variieren. Siehe Seiten 92-93.

Sollten die Speisen nach der **Ruhezeit** noch nicht durchgegart sein, garen Sie sie noch eine Weile im Gerät weiter.

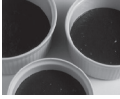
Kartoffeln, Äpfel, Würstchen etc. müssen vor dem Garen perforiert werden. **Versuchen Sie keinesfalls, Eier in der Schale zu kochen.**



Frischhaltefolie

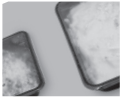
Frischhaltefolie hält die Feuchtigkeit in den Speisen, und der eingeschlossene Dampf beschleunigt den Garvorgang. Sie sollte jedoch eingestochen werden, damit übermäßiger Dampf entweichen kann. Seien Sie beim Abnehmen der Folie immer besonders vorsichtig, da der entweichende Dampf sehr heiß ist. Verwenden Sie nur Frischhaltefolie, die ausdrücklich als mikrowelleneignend gekennzeichnet ist, und verwenden Sie sie nur zum Abdecken der Speisen. Verwenden Sie sie nicht zum Auskleiden des Kochgeschirrs. Decken Sie die Speisen nicht ab, wenn sie die Betriebsarten **Grill**, **Ober-/Unterhitze** oder **Kombination** verwenden.

Allgemeine Richtlinien



Geschirrgröße

Halten Sie sich an die im Rezept angegebene Geschirrgröße, da diese einen Einfluss auf die Gar- und Aufwärmzeit hat. Dieselbe Menge an Lebensmitteln erwärmt sich schneller, wenn sie in einem größeren Behälter verteilt ist.



Menge

Kleine Mengen garen schneller als große; kleine Portionen lassen sich auch schneller aufwärmen als große.



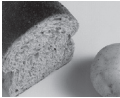
Abstand

Speisen garen schneller und gleichmäßiger, wenn sie mit Abstand angeordnet werden. Speisen sollten **keinesfalls** gestapelt werden.



Form

Gleichmäßige Formen garen gleichmäßig. In runden Behältern garen Speisen im Mikrowellengerät gleichmäßiger als in eckigen.



Dichte

Poröse, luftige Lebensmittel erwärmen sich schneller als dichte, schwere.



Deckel

Speisen mit Frischhaltefolie oder dem zum Geschirr gehörenden Deckel abdecken. Fisch, Gemüse, Eintöpfe, Suppen abdecken. Kuchen, Saucen, Kartoffeln in der Schale und Backwaren nicht abdecken. Weitere Informationen finden Sie in den Gartabellen und Rezepten.



Anordnen

Einzelteile wie, z. B. Hähnchenstücke oder Koteletts sollten mit den dickeren Stellen nach außen in das Geschirr gelegt werden.



Zutaten

Speisen, die Fett, Zucker oder Salz enthalten, erhitzen sich sehr schnell. Es kann also sein, dass die Füllung viel heißer ist als die Teighülle. Seien Sie vorsichtig beim Essen. Achten Sie darauf, die Speisen **nicht** zu überhitzen, selbst wenn der Teig nicht sehr heiß zu sein scheint.



Starttemperatur

Je kälter die Speisen, umso länger dauert es, bis sie erwärmt sind. Speisen aus dem Kühlschrank brauchen länger zum Aufwärmen als bei Zimmertemperatur aufbewahrte Speisen. Die Lebensmitteltemperatur sollte vor dem Kochen bei 5-8 °C liegen.



Wenden und Umrühren

Bestimmte Speisen müssen während des Garvorgangs umgerührt werden. Fleisch und Geflügel sollten nach der Hälfte der Garzeit gewendet werden.



Flüssigkeiten

Alle Flüssigkeiten müssen **vor, während und nach** dem Aufwärmen umgerührt werden. Insbesondere Wasser muss vor und während des Aufwärmens umgerührt werden, um ein Aufwallen zu vermeiden. Flüssigkeiten, die zuvor gekocht wurden, nicht erwärmen. **Nicht überhitzen.**



Speisen prüfen


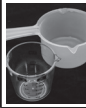



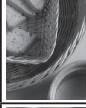
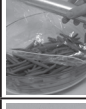
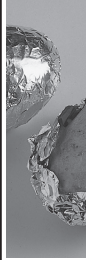
Es ist sehr wichtig, dass Sie Speisen während und nach der empfohlenen Garzeit prüfen, auch wenn Sie ein **Automatikprogramm** verwendet haben (genauso wie Sie dies beim Kochen auf einem herkömmlichen Herd tun würden). Geben Sie die Speisen gegebenenfalls noch einmal in das Gerät, um sie weiter zu kochen.



Reinigen

Da Mikrowellen alle Partikel von Speisen erwärmen, muss das Gerät stets sauber gehalten werden. Hartnäckige Speisereste können mit einem speziellen Ofenreiniger entfernt werden, der auf ein weiches Tuch gesprüht wird. Gerät nach dem Reinigen immer trockenwischen. Kunststoffteile und Türbereich aussparen. Vermeiden Sie es, direkt in den Innenraum des Geräts zu sprühen.

Kurzinfo zum Kochzubehör

Kochgeschirr		für Mikrowelle	für Grill	für Ober-/Unterhitze	für Dampf	für Kombination (Mikrowelle + Grill + Dampf + Mikrowelle, Dampf + Grill, Dampf + Ober-/Unterhitze)
Hitzebeständiges Glas		✓	✓	✓	✓	✓
Mikrowellensicheres Kunststoffgeschirr		✓	✗	✗	✗	✗
Hitzebeständiges Porzellan und Keramik Verwenden Sie kein Geschirr mit Metallrand oder -muster; oder Krüge oder Tassen mit geklebten Henkeln.		✓	✓	✓	✓	✓
Hitzebeständige Keramik, Tongeschirr, Steingut		✗	✓	✓	✗	✗
Folie/Metall Gefäße		✗	✓	✓	✗	✗
Weiden-, Holz-, Strohkörbchen		✗	✗	✗	✗	✗
Klarsichtfolie		✓	✗	✗	✗	✗
Aluminiumfolie Kleine Mengen Aluminiumfolie können als Schutz verwendet werden, um zu verhindern dass Lebensmittel beim Garen oder Auftauen überhitzen. Achten Sie darauf, dass die Folie nicht die Innenseiten oder die Decke des Gerätes berührt.		✓	✓	✓	✗	✗

Mikrowellenleistungsstufen



Leistungsstufe	Vorgehensweise
1000 W	Aufwärmen von Speisen und Saucen, Garen von Fisch, Gemüse, Saucen und Eingemachtem
270 W (**)	Auftauen tiefgekühlter Lebensmittel
600 W	Braten; Eiersaucen, Backen von Biskuitkuchen; Erwärmen von Milch
440 W	Kochen und Aufwärmen von Hähnchen, Eintöpfen und Quiche
300 W	Kochen von Eintöpfen, Schmorgerichten, Reispudding, reichhaltigen Trockenfrüchtekuchen und Eierpudding
100 W	Erwärmen von Butter, Käse, Obst oder Eiscreme, Warmhalten von Hauptgerichten



Hinweis

(*) AUFTAUZYKLUS mit automatischer Ruhezeit (siehe Seite 91).

Grillen



Der Grill in Ihrem Gerät dient dazu, eine ganze Reihe von Speisen zu bräunen und knusprig zu braten.

Das Gerät verfügt über 3

Grilleinstellungen:

1 x tippen Grill 1	1200 W
2 x tippen Grill 2	850 W
3 x tippen Grill 3	650 W
4 x tippen Panacrunch (Grill 1 + Mikrowelle)	1200 W + 440 W

Bezüglich der Betriebsart Panacrunch lesen Sie bitte Seiten 28-29 der Bedienungsanleitung.

Legen Sie Speisen, die Sie grillen möchten, direkt auf das Panacrunch-Blech in der unteren oder oberen Einschubposition. Die zu grillende Speise sollte normalerweise nach der Hälfte der Grillzeit gewendet werden.

Beim Grillen dürfen Speisen keinesfalls abgedeckt werden.

Die **Grillfunktion alleine ist ohne Mikrowellenenergie.**

Ungefähre Grillzeiten (Grill 1; kein Vorheizen)

	Erste Seite	Zweite Seite	Einschubposition
Rinderbraten 450 g	18-20 Min.	ca. 10-15 Min.	Untere Einschubposition
Wurstchen 350 g (6 Stck.)	6-8 Min.	ca. 3-5 Min.	Obere Einschubposition
1 Hühnerschlegel 250 g	13-15 Min.	13-15 Min.	Untere Einschubposition
Toast 2 Scheiben 50 g	3-5 Min.	2-3 Min.	Obere Einschubposition



Vorsicht

Das Zubehör und der Geräteinnenraum werden sehr heiß. Verwenden Sie Ofenhandschuhe.

Ober-/Unterhitze

In dieser Betriebsart können Sie Gerichte mit Ober- und Unterhitze garen. Bei Ober-/Unterhitze kommen **keine Mikrowellen** zum Einsatz: **Sie können deshalb alle Metallformen und andere hitzebeständige Gefäße benutzen oder verwenden.**

Hinweis: Temperaturen zwischen 40 und 100 °C, die beim herkömmlichen Kochen nicht genutzt werden, stehen hier nicht zur Verfügung.

Vorheizen

Denken Sie daran, das Gerät vorzuheizen, um beste Ergebnisse zu erzielen, wenn Sie Fleisch, Kuchen und Gebäck zubereiten. Wir empfehlen, die Gerätetür nicht zu öffnen, solange vorgeheizt wird. **Vor dem Vorheizen alles Zubehör aus dem Gerät nehmen.**

Zubehör

Sie können Speisen direkt auf dem Panacrunch-Blech in der unteren oder oberen Einschubposition zubereiten. Sie können jedoch auch Ihre üblichen Metallbackformen und feuerfesten Formen in der unteren Einschubposition auf das Panacrunch-Blech stellen. **Legen Sie in der Betriebsart Ober-/Unterhitze keine Blech- oder feuerfesten Formen direkt auf den Geräteboden.**

Empfohlen für Blätterteig, Plätzchen, gerollte Kuchen, Brioche, Biskuitkuchen, Pizza, Kuchen und Torten.



Hinweis

Stellen Sie keine Gefäße oder Speisen, die mehr als 3,2 kg wiegen, auf das Panacrunch-Blech.



Vorsicht

Das Zubehör und der Geräteinnenraum werden sehr heiß. Verwenden Sie Ofenhandschuhe.

Ober-/Unterhitze



Stufe	Temperatur	Fertiggerichte (vorgeheiztes Gerät)
Niedrig	40 °C	Temperatur für das Aufgehen von Brot- oder Pizzateig.
	120 °C-130 °C-140 °C	Fleisch- und Fischpastete, eingekochtes Fleisch, Kräuter trocknen.
Mittel	150 °C-160 °C	Gebackene Eier, Macarons
	170 °C-180 °C	Puddings, Puddingdessert, Plätzchen, Biskuitkuchen, Kekse, weißes Fleisch, langsam gegartes oder geschmortes Fleisch.
Hoch	190 °C-200 °C-210 °C	Gugelhupf, Gratin, ganzer Fisch, Savarin.
	220 °C	Geflügel, Brötchen, Pizza, Blätterteig-Knabbergebäck, Obstkuchen.



Hinweis

Die Tabelle oben gilt nur für Ober-/Unterhitze und nicht für die Kombifunktion.

Dampfgaren



Es stehen 3 verschiedene Dampf-Einstellungen zur Verfügung. Verwenden Sie die Betriebsart „Dampf“, um Gemüse, Fisch, Hähnchen und Reis zu garen.

Das Gerät verfügt über 3

Dampfeinstellungen:

1 x tippen Dampf 1

2 x tippen Dampf 2

3 x tippen Dampf 3

Zubehör und Gefäße

Legen Sie zum Dampfgaren die Speisen direkt auf das Ofenzubehör in der oberen Einschubposition. Größere Portionen schieben Sie zum Dampfgaren in der unteren Einschubposition ein. Beim Dampfgaren sammelt sich Bratensaft im Wasserlauf des Blechs. (Siehe Seiten 32-34 der Bedienungsanleitung)



Hinweis

Informationen zum Dampfstoß finden Sie auf Seiten 35-36 der Bedienungsanleitung.



Vorsicht

Das Zubehör und der Geräteinnenraum werden sehr heiß. Verwenden Sie Ofenhandschuhe.

Beim Herausnehmen von Nahrungsmitteln oder Zubehör kann heißes Wasser von der Decke des Geräteinnenraumes herunter tropfen.

Beim Öffnen der Tür können Dampfschwaden austreten. Wenn sich heißer Dampf im Gerät befindet, greifen Sie nicht mit nackten Händen hinein! Es besteht Verbrennungsgefahr! Verwenden Sie Ofenhandschuhe.

Seien Sie vorsichtig, wenn Sie die Auffangrinne entnehmen. Wasser, das von der linken Seite des Ofens tropft, abwischen. Das ist normal.

Kombifunktion

Was ist die Kombifunktion?

Bei der Kombifunktion werden Mikrowellen mit der traditionellen Garmethode kombiniert, um den Geschmack der traditionellen Zubereitung zu erreichen und dabei die Garzeiten zwischen einem Drittel und der Hälfte zu verringern.

Wie funktioniert das?

Gehen Sie nach den Anweisungen auf den Seiten 37-40 der Bedienungsanleitung vor.

Warnung!

Wählen Sie die Garmethoden in der richtigen Reihenfolge. Die Kombigarmethoden in diesem Buch sind in der Reihenfolge angegeben, in der sie gewählt werden können. Wenn Sie während des Kochens einfach auf die Ober-/Unterhitze-Taste tippen, dann wird die verwendete Temperatur angezeigt. Die Temperatur kann geändert werden, indem Sie auf die Taste Ober-/Unterhitze tippen, während die Temperatur angezeigt wird. Es ist jedoch nicht möglich, die Mikrowellenleistung zu ändern, während Sie die Kombifunktion nutzen.

Wann sollten Sie vorheizen?

Zum langsamen Garen oder Kochen, bei großen Stücken Fleisch, Geflügel, den meisten Kuchen, Puddings oder Gratins ist es nicht notwendig, das Gerät vorzuheizen. Bei kurzen Garzeiten, kleinen Stücken Fleisch (Garzeiten von weniger als 20 Minuten), flachen Kuchen,

Torten oder Desserts mit Blätterteig ist es notwendig, das Gerät vorzuheizen. Bei der Kombifunktion nur mit dem Grill darf und kann der Ofen nicht vorgeheizt werden.

Der Innenraum des Gerätes ist kleiner als der von herkömmlichen Backöfen. Achten Sie deshalb besonders darauf sich nicht zu verbrennen, wenn Sie das Gefäß in den Ofen stellen.

Mit Vorheizen

Sie können nur in den Betriebsarten Dampf und Ober-/Unterhitze vorheizen. Wählen Sie die Kombifunktion und drücken dann Start, bevor Sie die Garzeit eingeben.

Für das Vorheizen werden keine Mikrowellen benutzt. Das Zubehör zum Vorheizen nicht in den Ofen schieben.

Wenn der Ofen die gewünschte Temperatur erreicht hat, erklingen drei Signaltöne und im Display blinkt „P“. Stellen Sie das Gericht in den Ofen (ohne die Stopp/Abbrechen-Taste zu betätigen), stellen Sie die Garzeit ein und tippen Sie auf Start. Wenn Sie dies nicht tun, hält der Ofen seine Temperatur 30 Minuten lang und schaltet sich dann aus.

Ohne Vorheizen

Wählen Sie die Kombifunktion, lassen Sie die Garzeit anzeigen und tippen dann auf Start.

Welche Kombifunktion sollten Sie wählen?

Kombifunktion Garen	Ober-/Unterhitze	Grill	Dampf	Mikrowelle	Empfohlene Verwendung	Zubehör/Gefäß
Grill + Mikrowelle (kein Vorheizen)	-	1, 2 oder 3	-	440 W, 300 W oder 100 W	Fleisch oder Gemüsegratins / überbackene Gerichte, gegrilltes Fleisch.	Direkt auf dem Geräteboden in einem mikrowellengeeigneten und hitzebeständigen Gefäß.
Panacrunch	-	1, 2 oder 3	-	440 W, 300 W oder 100 W	Pizza, tiefgefrorene Kartoffelprodukte, panierte Produkte, Kleingebäck.	Panacrunch-Blech in der unteren oder oberen Einschubposition.
Dampf + Mikrowelle	-	-	1, 2 oder 3	440 W, 300 W oder 100 W	Fisch, Gemüse, Hühnchen, Reis und Kartoffeln.	Direkt auf dem Geräteboden in einem mikrowellengeeigneten und hitzebeständigen Gefäß.
Grill + Dampf	-	1, 2 oder 3	1, 2 oder 3	-	Gratins, Fleischspieße, ganzer Fisch, vorgebackenes Brot, Hähnchenteile.	Panacrunch-Blech in der unteren oder oberen Einschubposition.
Ober-/Unterhitze + Dampf	100 °C - 220 °C	-	1, 2 oder 3	-	Gratins, Fleischspieße, Backen von Kuchen, Brötchen, ganzer Fisch.	Panacrunch-Blech in der unteren oder oberen Einschubposition.

Kochen mit der Kombifunktion – Gefäße und Zubehör

Für die meisten Rezepte ist es am besten, Gefäße zu verwenden, die sowohl mikrowellengeeignet wie auch hitzebeständig sind (Pyrex® oder feuerfestes Porzellan).

- Wenn Sie Funken beobachten, schalten Sie das Gerät aus und verwenden nur Ober-/Unterhitze weiter oder wechseln Sie, falls möglich, das Gefäß.

- Verwenden Sie **kein** Porzellan mit Gold-oder Silber-Verzierung. Dies könnte zu einer Funkenbildung und zur Beschädigung des Dekors führen.

- Verwenden Sie in der Kombifunktion keine Frischhaltefolie, auch nicht, um ein Blech damit auszulegen.

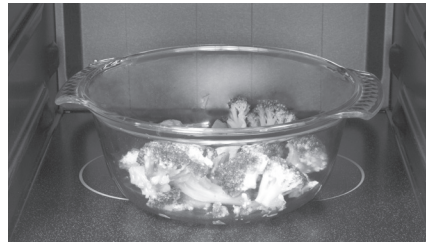
Deutsch

Beispiele für Gefäße und Zubehör:



Grill + Mikrowelle

Direkt auf dem Geräteboden in einem mikrowellengeeigneten und hitzebeständigen Gefäß.



Dampf + Mikrowelle

Direkt auf dem Geräteboden in einem mikrowellengeeigneten und hitzebeständigen Gefäß.



Panacrunch

Panacrunch-Blech in der oberen Einschubposition.



Ober-/Unterhitze + Dampf

Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition.



Grill + Dampf

Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition.

Hinweise zum Aufwärmen und Garen

Die meisten Lebensmittel werden in Ihrem Gerät bei einer Leistung von 1000 W sehr schnell wieder warm. Gerichte können innerhalb nur weniger Minuten auf Serviertemperatur gebracht werden und schmecken wie frisch zubereitet. Prüfen Sie stets, ob das Gericht kochend heiß ist und stellen Sie es, falls notwendig, noch einmal in das Gerät.

Generell sollten flüssige/feuchte Gerichte, z. B. Suppen, Eintöpfe und Tellergerichte, stets abgedeckt werden. Trockene Lebensmittel, z. B. Brötchen, Pastetchen mit Hackfüllung, Würstrollchen, usw., werden nicht abgedeckt.

In den Tabellen auf den Seiten 82-89 finden Sie die besten Zubereitungs- oder Aufwärmmethoden für Ihre Lieblingsgerichte. Diese hängt jeweils von der Art des Gerichts oder Lebensmittels ab.

Die Aufwärmmethode, d. h. entweder nur Mikrowellen- oder Kombifunktion, hängt von der Art der zu erwärmenden Speisen ab. Gerichte, die nicht gebräunt werden müssen, werden mit der Mikrowellenfunktion aufgewärmt.

Denken Sie beim Aufwärmen oder Zubereiten eines Lebensmittels daran, dass es möglichst umgerührt oder gewendet werden sollte. Auf diese Weise wird sichergestellt, dass die Speisen außen und innen gleichmäßig warm oder gar werden.

Wann ist ein Gericht ausreichend aufgewärmt?

Aufgewärmte oder zubereitete Speisen sollten „kochend heiß“ serviert werden, d. h. an allen Stellen der Speise sollte aufsteigender Dampf sichtbar sein. Sofern bei der Zubereitung und Aufbewahrung der Speisen auf die richtige Hygiene geachtet wurde, stellt das Kochen oder Aufwärmen kein Sicherheitsrisiko dar.

Bei Speisen, die nicht umgerührt werden können, sollte durch einen Messerschnitt überprüft werden, ob sie ausreichend durchgewärmt sind. Auch wenn Sie sich an die Herstelleranweisungen bzw. die im Kochbuch angegebenen Aufwärmzeiten gehalten haben, ist es wichtig zu

überprüfen, ob die Speisen auch wirklich durchgewärmt sind. Im Zweifelsfall erhitzen Sie sie noch kurz weiter.

Wenn Sie dasselbe Lebensmittel nicht in der Tabelle finden, wählen Sie eine ähnliche Art oder Größe aus der Tabelle aus und passen die Garzeiten entsprechend an.

Denken Sie daran, dass auch wenn sich die Teighülle kalt anfühlt, die Füllung kochend heiß ist und die Teighülle durchwärmen wird. Achten Sie darauf, die Speise nicht zu überhitzen, da sie sonst aufgrund des hohen Fett- und Zuckergehalts der Füllung verbrennen kann. Prüfen Sie vor dem Verzehr die Temperatur der Füllung, um sich nicht den Mund zu verbrennen.

Lassen Sie es nicht unbeaufsichtigt. Fügen Sie keinen zusätzlichen Alkohol hinzu.



Vorsicht - Babyfläschchen

Milch oder Säuglingsnahrung **müssen vor und nach dem Erhitzen gründlich durchgeschüttelt vor dem des Säuglings sorgfältig getestet werden**. Die Flüssigkeit oben in der Flasche wird in der Regel sehr viel heißer als weiter unten. Die Flasche muss vor Gebrauch gründlich geschüttelt und probiert werden.



Hinweis

Wir empfehlen, die Mikrowelle nicht zur Sterilisierung von Babyfläschchen zu verwenden.

Wenn Sie einen speziellen Mikrowellensterilisierer besitzen, bitten wir dringend um extreme Vorsicht wegen der geringen Wassermenge, die dabei eingesetzt wird. Es ist lebenswichtig, sich bedingungslos an die Herstelleranweisungen zu halten.

Hinweise zum Aufwärmen und Garen

Lebensmittel in Dosen

Nehmen Sie die Lebensmittel aus der Dose und geben Sie diese vor dem Aufwärmen in ein geeignetes Gefäß.

Suppen

Verwenden Sie eine Schüssel und rühren Sie den Inhalt vor dem Aufwärmen um, mindestens einmal während dem Aufwärmen und dann nochmal zum Schluss.

Schmorgerichte

Einmal nach der Hälfte der Zeit und einmal nach dem Aufwärmen umrühren.

Tellergerichte

Jeder Mensch hat einen anderen Appetit und die Aufwärmzeiten hängen von der Menge und Art des Gerichts ab. Dichte Lebensmittel, z. B. Kartoffelbrei, sollten weit ausgebreitet werden. Wenn viel Soße dazugegeben wird, kann mehr Zeit erforderlich sein. Dichtere Lebensmittel sollten am Rand des Tellers platziert werden. Eine durchschnittliche Portion braucht bei 1000 W Leistung etwa 4-7 Minuten um warm zu werden.

Aufwärm- und Gartabellen

Kategorie	Gewicht/ Menge	Leistungs- stufe	Garzeit (ca.)	Anweisungen
Leichte Speisen und Snacks				
Schinkentoast mit Käse	150 g (1 Stck.)	G1 + 300 W	5-6 Min.	Auf das Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition legen. Wenn leicht gebräunt, Gargut wenden.
	300 g (2 Stck.)	G1 + 300 W	6-8 Min.	
Schinkentoast mit Käse (tiefgefroren)	150 g (1 Stck.)	G1 + 440 W	7-8 Min.	Auf das Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition legen. Wenn leicht gebräunt, Gargut wenden.
Käsecroissant	110 g (1 Stck.)	G1 + 300 W	3-4 Min.	Auf das Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition legen.
Käsecroissant (tiefgefroren)	110 g (1 Stck.)	G1 + 440 W	4-6 Min.	Auf das Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition legen.
Hot Dog	140 g (1 Stck.)	G1 + 300 W	5-6 Min.	Auf das Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition legen.
Gefüllte Teigtasche (tiefgefroren)	115 g (2 Stck.)	G1 + 440 W	6-8 Min.	Auf das Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition legen. 2 Minuten ruhen lassen.
Fleischpastete (tiefgefroren)	140 g (1 Stck.)	G3 + 440 W	11-13 Min.	Auf das Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition legen. 2 Minuten ruhen lassen.
	360 g (2 Stck.)	G3 + 440 W	16-18 Min.	
Schinken-Käse- Pastete	150 g (1 Stck.)	G1 + 440 W	5-7 Min.	Auf das Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition legen.
Schinken-Käse- Pastete (tiefgefroren)	150 g (1 Stck.)	G2 + 440 W	10-12 Min.	Auf das Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition legen. 2 Minuten ruhen lassen.
Hühnchen Vol-au-vents	100 g (6 Stck.)	G2 + 300 W	4-5 Min.	Auf das Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition legen. 2 Minuten ruhen lassen.
	200 g (12 Stck.)	G2 + 300 W	5-6 Min.	
Miniblätterteigsnacks (zum Backen) (tiefgefroren)	325 g (20 Stck.)	190 °C	25-27 Min.	Auf dem Panacrunch-Blech verteilen, in untere Einschubposition einschieben.
Törtchen (tiefgefroren)	290 g (20 Stck.)	G2 + 440 W	6-8 Min.	Auf das Panacrunch-Blech in der oberen Einschubposition legen.
Mini-Filoteigsnacks (tiefgefroren)	180 g (12 Stck.)	190 °C	16-17 Min.	Auf das Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition legen.
Minikäsegebäck (zum Backen) (tiefgefroren)	280 g	190 °C	23-25 Min.	Auf das Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition legen.
Blinis	60 g (8 Stck.)	G1 + 100 W	1 Min. 30 Sek.- 2 Min.	Auf das Panacrunch-Blech in der oberen Einschubposition legen. Nach der halben Zeit umdrehen.

G = Grill

Aufwärm- und Gartabellen

Kategorie	Gewicht/ Menge	Leistungs- stufe	Garzeit (ca.)	Anweisungen
Leichte Speisen und Snacks				
Blinis (tiefgefroren)	60 g (8 Stck.)	G1 + 440 W dann G1	1 Min. dann 3 Min.	Auf das Panacrunch-Blech in der oberen Einschubposition legen. Nach der halben Zeit umdrehen.
Frühlingsrollen	240 g (4 Stck.)	G1 + 100 W	10-11 Min.	Auf das Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition legen.
Frühlingsrollen (tiefgefroren)	240 g (4 Stck.)	G2 + 440 W	10-11 Min.	Auf das Panacrunch-Blech in der oberen Einschubposition legen.
Samosas	180 g (4 Stck.)	G2 + 300 W	6-7 Min.	Auf das Panacrunch-Blech in der oberen Einschubposition legen. Nach der halben Zeit umdrehen.
Samosas (tiefgefroren)	180 g (4 Stck.)	G2 + 440 W	7-8 Min.	Auf das Panacrunch-Blech in der oberen Einschubposition legen. Nach der halben Zeit umdrehen.
Samosas mit Gemüse	250 g (2 Stck.)	G2 + 300 W	7-8 Min.	Auf das Panacrunch-Blech in der oberen Einschubposition legen. Nach der halben Zeit umdrehen.
Samosas mit Gemüse (tiefgefroren)	250 g (2 Stck.)	G2 + 440 W	9-10 Min.	Auf das Panacrunch-Blech in der oberen Einschubposition legen. Nach der halben Zeit umdrehen.
Gefüllte Ofen- Kartoffeln mit Käse	225 g (1 Stck.)	600 W	5-6 Min.	In eine feuerfeste Form geben und diese auf den Boden des Gerätes stellen.
	500 g (2 Stck.)		8-9 Min.	
Gefüllte Ofen- Kartoffeln mit Käse (tiefgefroren)	225 g (1 Stck.)	600 W	7-8 Min.	In eine feuerfeste Form geben und diese auf den Boden des Gerätes stellen.
	500 g (2 Stck.)		10-12 Min.	
Würstchen im Schlafrock	160 g (1 Stck.)	G1 + 440 W	6-7 Min.	Auf das Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition legen.
	260 g (4 Stck.)		6-7 Min.	
Würstchen im Schlaf- rock (tiefgefroren)	160 g (1 Stck.)	G1 + 440 W	8-9 Min.	Auf das Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition legen.
	260 g (6 Stck., Snackgröße)		11-13 Min.	
Einfache, Zwiebel- oder spanische Tortilla	160 g (1 Stck.)	G1 + 440 W	6-8 Min.	Auf das Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition legen. Nach halber Garzeit wenden.
	500 g (1 Stck.)	G1 + 440 W	8-9 Min.	
Einfache, Zwiebel- oder spanische Tortilla (tiefgefroren)	500 g (1 Stck.)	G1 + 440 W	17-18 Min.	Auf das Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition legen. Nach halber Garzeit wenden.
Quiche	400 g (1 Stck.)	G2 + 300 W	12-13 Min.	Auf das Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition legen.

G = Grill

Aufwärm- und Gartabellen

Kategorie	Gewicht/ Menge	Leistungs- stufe	Garzeit (ca.)	Anweisungen
Leichte Speisen und Snacks				
Quiche (tiefgefroren)	400 g (1 Stck.)	G2 + 440 W	14-16 Min.	Auf das Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition legen. 5 Minuten ruhen lassen.
Gemüse-Tarte	400 g (1 Stck.)	G2 + 300 W	12-13 Min.	Auf das Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition legen.
Käseflan (tiefgefroren)	400 g (1 Stck.)	G2 + 440 W	16-18 Min.	Auf das Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition legen.
Flammkuchen (Speck, Sauerrahm und Zwiebeln)	170 g (1 Stck.)	G2 + 300 W	8-9 Min.	Auf das Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition legen. 2 Minuten ruhen lassen.
	330 g (1 Stck.)		12-13 Min.	
Flammkuchen (Speck, Sauerrahm und Zwiebeln) (tiefgefroren)	170 g (1 Stck.)	G2 + 440 W	14-15 Min.	Auf das Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition legen. 2 Minuten ruhen lassen.
	330 g (1 Stck.)		15-18 Min.	
Focaccia	300 g (1 Stck.)	G1 + Dampf 1	7-8 Min.	Auf das Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition legen.
Focaccia (tiefgefroren)	300 g (1 Stck.)	440 W dann G1 + Dampf 1	5 Min. dann 8-9 Min.	Auf das Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition legen.
Gratins (Dauphinois, Moussaka, Lasagne, Tartiflette, Shepherd's Pie, Makkaroni)	350 g	G2 + 440 W	9-10 Min.	In eine feuerfeste Form geben und diese auf den Boden des Gerätes stellen.
	800 g	G1 + 440 W	12-13 Min.	
	1 kg	G1 + 440 W dann G1	14-15 Min. dann 5 Min.	
	1,3 kg	G1 + 440 W dann G1	16-17 Min. dann 5 Min.	
Gemüsegratin (mit oder ohne Fleisch) Gratinierte oder gefüllte Tomaten	300 g	G1 + 440 W dann G1	5-6 Min. dann 5 Min.	In eine feuerfeste Form geben und diese auf den Boden des Gerätes stellen
	400 g		7-9 Min. dann 5 Min.	
	1 kg		15-16 Min. dann 5 Min.	
Gefüllte Pilze	400 g (4 Stck.)	G2 + 300 W	13-15 Min.	Auf das Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition legen.
Gefüllte Auberginen	460 g (2 Stck.)	G1 + 440 W	7-8 Min.	In feuerfeste Form geben und diese auf den Boden des Gerätes stellen.
Fisch in Weißweinsoße (tiefgefroren)	440 g (3 Stck.)	600 W	10-12 Min.	In eine feuerfeste Form mit Deckel geben und diese auf den Boden des Gerätes stellen. Nach der halben Zeit umdrehen.
Jakobsmuscheln	200 g (12 Stck.)	G1 + 300 W	5-7 Min.	Auf das Panacrunch-Blech in der oberen Einschubposition legen.

G = Grill

Aufwärm- und Gartabellen

Kategorie	Gewicht/ Menge	Leistungs- stufe	Garzeit (ca.)	Anweisungen
Beilagen				
Stärkehaltige Lebensmittel	200 g	600 W	2-3 Min.	In eine feuerfeste Form mit Deckel geben und diese auf den Boden des Gerätes stellen.
Ofen-Pommes, Wedges, Rösti, Bratkartoffeln und andere Kartoffelgerichte	300 g	220 °C	13-15 Min.	Ofen vorheizen. Auf das Panacrunch- Blech in der oberen Einschubposition legen. Nach halber Garzeit umdrehen.
Gemüse	100 g	1000 W	1 Min.- 1 Min. 30 Sek.	In eine feuerfeste Form mit Deckel geben und diese auf den Boden des Gerätes stellen. Nach halber Garzeit umrühren.
	200 g		1-2 Min.	
Kartoffelbrei	500 g	1000 W	5-6 Min.	In eine feuerfeste Form mit Deckel geben und diese auf den Boden des Gerätes stellen. Nach halber Garzeit umrühren.
Gemüsepüree	200 g	1000 W	1-2 Min.	In eine feuerfeste Form mit Deckel geben und diese auf den Boden des Gerätes stellen. Nach halber Garzeit umrühren.
	500 g		4-5 Min.	
Gemüsepüree (tiefgefroren)	200 g	1000 W	3-5 Min.	In eine feuerfeste Form mit Deckel geben und diese auf den Boden des Gerätes stellen. Nach halber Garzeit umrühren.
	500 g		8 Min.	
Reis (Mit 30 ml kaltem Wasser)	200 g	1000 W	1 Min. 30 Sek. - 2 Min.	In eine feuerfeste Form mit Deckel geben und diese auf den Boden des Gerätes stellen. Nach halber Garzeit umrühren.
	500 g		3 Min. 30 Sek. - 4 Min.	
Spaghetti mit Soße	200 g	1000 W	2-3 Min.	In feuerfeste Form mit Deckel geben und diese auf den Boden des Gerätes stellen. Nach halber Garzeit umrühren.
	500 g		4 Min.	
	1 kg		7-8 Min.	
Spaghetti mit Soße (tiefgefroren)	1 kg	1000 W	16-18 Min.	
Fleisch und Fisch				
Enten-Confit	420 g	G2 + 300 W	11-12 Min.	In eine feuerfeste Form geben und diese auf den Boden des Gerätes stellen.
Cassoulet mit Wurst	500 g	440 W	10-11 Min.	In eine feuerfeste Form mit Deckel geben und diese auf den Boden des Gerätes stellen.
Panierte Fischfilets (tiefgefroren)	130 g (1 Stck.)	G2 + 440 W	9-10 Min.	Auf das Panacrunch-Blech in der oberen Einschubposition legen.
Panierte Fischfilets	160 g	G2 + 440 W	6-8 Min.	Auf das Panacrunch-Blech in der oberen Einschubposition legen.

G = Grill

Aufwärm- und Gartabellen

Kategorie	Gewicht/ Menge	Leistungs- stufe	Garzeit (ca.)	Anweisungen
Gegartes Fleisch				
Hacksteak, Hamburger	65 g	600 W	1 Min. - 1 Min. 30 Sek.	In eine feuerfeste Form mit Deckel geben und diese auf den Boden des Gerätes stellen.
Weißes Fleisch	130 g (2 Stck.)	600 W	1 Min. 30 Sek- 2 Min.	
Rotes Fleisch	130 g (3 Stck.)	440 W	1 Min.- 1 Min. 30 Sek.	
Hähnchenkeulen	200 g (1 Stck.)	1000 W	1 Min. 50 Sek.- 2 Min. 20 Sek.	
Saucen				
Sauce	250 g	1000 W	2 Min.- 2 Min. 30 Sek.	In eine feuerfeste Form mit Deckel geben und diese auf den Boden des Gerätes stellen. Nach halber Zeit umrühren.
	500 g		4-5 Min.	
Suppe	300 ml	1000 W	2-3 Min.	In eine feuerfeste Form mit Deckel geben und diese auf den Boden des Gerätes stellen. Nach halber Zeit umrühren.
	600 ml		5-6 Min.	
Getränke				
1 Tasse	235 ml	1000 W	1 Min. 30 Sek.	Auf den Boden des Gerätes stellen.
2 Tassen	470 ml		3 Min.	
3 Tassen	705 ml		3 Min. 30 Sek.	
4 Tassen	940 ml		5 Min.	
Milch 1 Schüssel/ Becher	250 ml	600 W	2 Min.- 2 Min. 30 Sek.	Auf den Boden des Gerätes stellen.
1 Karton	600 ml	600 W	4 Min. 30 Sek. - 4 Min. 50 Sek.	In eine feuerfeste Form geben und diese auf den Boden des Gerätes stellen. Nach halber Zeit umrühren.
Babynahrung	70 g	600 W	15-25 Sek.	In eine feuerfeste Form mit Deckel geben und diese auf den Boden des Gerätes stellen. Nach halber Zeit umrühren.
	125 g		20-30 Sek.	
	190 g		30-40 Sek.	

G = Grill

Aufwärm- und Gartabellen

Kategorie	Gewicht/ Menge	Leistungs- stufe	Garzeit (ca.)	Anweisungen
Backwaren				
Brezen	300 g (3 Stck.)	220 °C	10-12 Min.	Vorheizen. Panacrunch-Blech mit Backpapier auslegen. Auf unterer Einschubposition backen.
Croissants	330 g (6 Stck.)	180 °C	18-20 Min.	Vorheizen. Auf Panacrunch-Blech in unterer Einschubposition backen.
Schokoladenbrötchen	360 g (6 Stck.)	180 °C	18-20 Min.	Vorheizen. Auf Panacrunch-Blech in unterer Einschubposition backen.
Microcroissants (tiefgefroren)	200 g (6 Stck.)	180 °C	15-16 Min.	Vorheizen. Auf Panacrunch-Blech in unterer Einschubposition backen.
	300 g (10 Stck.)			
Stollen (tiefgefroren & vorgebacken)	400 g (11 Stck.)	300 W dann G2	9 Min. dann 5 Min.	Auf das Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition legen.
Minikuchen und Gebäck (gefroren & vorgebacken)	170 g (6 Stck.)	G2 + 440 W	3-4 Min.	Auf das Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition legen. Nach halber Garzeit wenden.
Mini-Schoko-Croissant (tiefgefroren)	300 g (10 Stck.)	180 °C	15-17 Min.	Vorheizen. Auf Panacrunch-Blech in unterer Einschubposition backen.
Brot				
Vollkornbrot (gefroren)	400 g	G3 + 300 W	9-10 Min.	In eine feuerfeste Form geben und diese auf den Boden des Gerätes stellen. 5 Minuten ruhen lassen.
Naan-Brot (tiefgefroren)	250 g (2 Stck.)	G1 + 100 W	6-7 Min.	Auf das Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition legen. Nach halber Garzeit wenden.
Kurzbaguette	115 g (1 Stck.)	1000 W dann G2	30-60 Sek. dann 3 Min.	In eine feuerfeste Form geben und diese auf den Boden des Gerätes stellen.
	200 g (2 Stck.)		40-60 Sek. dann 3 Min.	
Vorgebackene Brötchen	300 g (6 Stck.)	G2 + 100 W	14-15 Min.	Auf das Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition legen.

G = Grill

Aufwärm- und Gartabellen

Kategorie	Gewicht/ Menge	Leistungs- stufe	Garzeit (ca.)	Anweisungen
Desserts				
Brownies (tiefgefroren)	120 g (2 Stck.)	G1 + 300 W	3-4 Min.	Auf das Panacrunch-Blech in der oberen Einschubposition legen.
Süße Pfannkuchen	70 g (1 Stck.)	1000 W	20-30 Sek.	In eine feuerfeste Form geben und diese auf den Boden des Gerätes stellen.
	140 g (2 Stck.)		40-50 Sek.	
Süße Pfannkuchen (tiefgefroren)	70 g (1 Stck.)		40-50 Sek.	
	140 g (2 Stck.)		1 Min. - 1 Min. 20 Sek.	
Donuts einfach (tiefgefroren)	50 g (1 Stck.)	G1 + 100 W	3-4 Min.	Auf das Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition legen. Nach halber Garzeit wenden. 2 Minu- ten Ruhen lassen.
	100 g (2 Stck.)		4-5 Min.	
Waffeln (tiefgefroren)	30 g (1 Stck.)	G1 + 100 W	2-3 Min.	Auf das Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition legen. Nach halber Garzeit wenden. 2 Minuten ruhen lassen.
	60 g (2 Stck.)	G1 + 300 W	3-4 Min.	
Apfelstreusel (tiefgefroren)	600 g	G1 + 440 W	12-13 Min.	In eine feuerfeste Form geben und diese auf den Boden des Gerätes stellen.
Makronen (tiefgefroren)	130 g (12 Stck.)	300 W	1 Min.	In eine feuerfeste Form geben und diese auf den Boden des Gerätes stellen.
Schokoladenkuchen mit weicher Mitte	130 g (1 Stck.)	Dampf 1 + 440 W	1 Min. 30 Sek. - 2 Min.	Auf den Boden des Gerätes stellen. Folienabdeckung einstechen.
Schokoladenkuchen mit weicher Mitte (tiefgefroren)	130 g (1 Stck.)	Dampf 1 + 440 W	3 Min. - 3 Min. 30 Sek.	Auf den Boden des Gerätes stellen. Folienabdeckung einstechen.
	220 g (1 Stck.)		3-4 Min.	
Minikuchen mit weicher Mitte (tiefgefroren)	240 g (12 Stck.)	Dampf 1 + 440 W	2-3 Min.	In eine feuerfeste Form geben und diese auf den Boden des Gerätes stellen.
Zitronen-Meringue- Torte (tiefgefroren)	500 g (1 Stck.)	G3 + 440 W	4-5 Min.	In eine feuerfeste Form geben und diese auf den Boden des Gerätes stellen.
Apfelkuchen (tiefgefroren & vorgebacken)	460 g (1 Stck.)	200 °C	18-20 Min.	Ofen vorheizen. Auf Panacrunch- Blech in unterer Einschubposition backen.

G = Grill

Aufwärm- und Gartabellen

Kategorie	Gewicht/ Menge	Leistungs- stufe	Garzeit (ca.)	Anweisungen
Desserts				
Tarte Tatin (vorgebacken)	545 g (1 Stck.)	210 °C	25-30 Min.	Ofen vorheizen. Auf dem Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition backen.
Rhabarberkuchen (vorgebacken)	450 g (1 Stck.)	200 °C	18-20 Min.	Ofen vorheizen. Auf Panacrunch-Blech in unterer Einschubposition backen.
Apfelstrudel (vorgebacken)	300 g (1 Stck.)	G2 + 440 W	13-15 Min.	Auf dem Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition backen.

G = Grill

Deutsch

Gartabelle nur Dampffunktion

Füllen Sie vor der Verwendung der Dampffunktion den Wassertank.

Kategorie	Gewicht/ Menge	Leistungs- stufe	Garzeit (ca.)	Anweisungen
Frisches Gemüse, z. B. Karotten, Brokkoli	200 g	Dampf 1	11-13 Min.	Gemüse vorbereiten. Auf das Panacrunch-Blech in der oberen Einschubposition legen.
	300 g		13-15 Min.	
Kartoffeln	200 g	Dampf 1	22-24 Min.	Schneiden Sie die Kartoffeln in gleich große Stücke. Auf das Panacrunch-Blech in der oberen Einschubposition legen.
	300 g		27-29 Min.	
Tiefgefrorenes Gemüse, z. B. Karotten, Brokkoli	200 g	Dampf 1	13-15 Min.	Auf das Panacrunch-Blech in der oberen Einschubposition legen.
	300 g		15-17 Min.	
Frischer Fisch	200 g	Dampf 1	9-11 Min.	Auf das Panacrunch-Blech in der oberen Einschubposition legen. Fisch in nur einer Lage auslegen. Nicht überlappen lassen.
	500 g		14-16 Min.	
Tiefgefrorener Fisch	200 g	Dampf 1	14-16 Min.	Auf das Panacrunch-Blech in der oberen Einschubposition legen. Fisch in nur einer Lage auslegen. Nicht überlappen lassen.
	500 g		19-21 Min.	
Hähnchenbrust	200 g	Dampf 1	27-30 Min.	Das Gewicht der einzelnen Bruststücke sollte jeweils zwischen 100-250 g liegen. Auf das Panacrunch-Blech in der oberen Einschubposition legen.

Tipps für das Garen im Mikrowellengerät

Streichfähig machen von Butter nach Entnahme aus dem Kühlschrank. 1 Minute-1 Minute 30 Sekunden lang bei 100 W weich werden lassen (bei 250 g). Entfernen Sie zuvor die Verpackung.

Quellen lassen von Trockenfrüchten. Geben Sie 6 EL Wasser auf 200 g Pflaumen oder Rosinen (oder nehmen Sie Rum für bestimmte Kuchenrezepte). Umrühren und bei 1000 W 2-3 Minuten erhitzen. Lassen Sie es für 2 Minuten ruhen.

Käse auf Zimmertemperatur bringen. Käse, der im Kühlschrank aufbewahrt wurde, sollte in den Ofen gelegt und 30 Sekunden-1 Minute lang (Je nach Größe) bei 300 W „gewärmt“ werden.

Mandeln oder Haselnüsse schälen. Mit heißem Wasser bedecken und 3-6 Minuten bei 1000 W erhitzen (bis das Wasser kocht). Mit kaltem Wasser abschrecken und abgießen. Die äußere Haut lässt sich nun leichter entfernen.

Zubereitung von Karamell. 100 g Zucker mit 2 EL Wasser in einer Schüssel erhitzen, 3-4 Minuten lang bei 1000 W, nach 1 Minute 30 Sekunden sorgfältig prüfen. Nehmen Sie das Karamell heraus, bevor es dunkel wird, es gart außerhalb des Ofens fertig. Sie können dies unterbrechen, indem Sie mit 2 EL sehr heißem Wasser ablöschen. (Vorsichtig, damit es nicht spritzt.)

Verflüssigen von hart gewordenem Honig. Nehmen Sie den Deckel ab, stellen Sie das Glas in das Gerät und erhitzen Sie es bei 300 W 20-40 Sekunden lang, je nach Menge. Umrühren und bei Bedarf wiederholen.

Mehr Saft aus einer Orange oder Zitrone pressen. Vor dem Auspressen erhitzen Sie 1 Orange oder 1 Zitrone 20-30 Sekunden lang bei 1000 W, dann gleich auspressen: Sie erhalten dann mehr Saft.

Schmelzen von Schokolade. Brechen Sie die Schokolade in kleine Stücke und geben Sie sie in eine Schüssel und erhitzen Sie diese bei 600 W 1 Minute 30 Sekunden-2 Minuten 30 Sekunden lang bei 100 g (die Schmelzzeit kann variieren, je nach Kakao- und Zuckeranteil). Rühren Sie während des Erhitzens mindestens einmal um.

Butter zerlassen. 100 g Butter in ein Souffléförmchen geben, mit einer Untertasse abdecken und 1 Minute-1 Minute 20 Sekunden bei 600 W schmelzen.

Speiseeis aus dem Gefrierschrank erweichen. Eiscreme nach Möglichkeit aus der Verpackung nehmen und auf einen Teller legen. 1-2 Minuten bei 100 W bei einem halben Liter oder 2-3 Minuten bei einem Liter erwärmen.

Teig gehen lassen. Abgedeckten Teig in das Gerät legen und ca. 5 Minuten bei 100 W erwärmen (für 500 g Teig). Teig (vor Luftzug geschützt) im Gerät stehen lassen, bis er sein Volumen verdoppelt hat.

Glühwein kochen. 20 cl Rotwein in ein feuerfestes Glas (oder eine feuerfeste Tasse) geben und die Schale einer Zitrone, eine Prise Zimt, eine Gewürznelke und 2-4 Zuckerwürfel nach Geschmack zugeben. Bei 1000 W 1 Minute-1 Minute 30 Sekunden erhitzen.

Gerät von Gerüchen befreien. Um das Gerät von Fischgeruch zu befreien, eine Schüssel mit heißem Wasser mit Zitronensaft in das Gerät stellen. 5 Minuten bei 1000 W erhitzen. Niederschlag mit einem Tuch von den Gerätewänden abwischen.

Richtlinien für das Auftauen



Die größte Schwierigkeit beim Auftauen im Mikrowellengerät besteht darin, das Innere aufzutauen, bevor das Äußere anfängt zu garen. Aus diesem Grund hat Panasonic die Auftaufunktion an Ihrem Gerät als

Auftauzyklus eingerichtet. Wählen Sie einfach die 270-Watt-Leistungsstufe und stellen Sie die gewünschte Zeit ein. Das Gerät unterteilt diese Zeit in 8 Phasen. Diese Phasen wechseln zwischen Auftauzeit (insgesamt 4) und Ruhezeit (insgesamt 4).

Während der Ruhephasen wird keine Mikrowellenleistung eingesetzt, auch wenn das Licht eingeschaltet bleibt. Durch die automatischen Ruhezeiten wird ein gleichmäßigeres Auftausergebnis gewährleistet, und bei kleineren Teilen kann die übliche zusätzliche Ruhezeit entfallen.

Auftautipps

Prüfen Sie das Auftausergebnis mehrfach, auch wenn Sie die automatische Funktion wählen. Beachten Sie die Ruhezeiten.

Ruhezeiten

Einzelne Portionen können fast sofort nach dem Auftauen gegart werden. Es ist normal, dass große Portionen in der Mitte noch gefroren sind. Bevor Sie diese zubereiten sollten Sie diese **mindestens eine Stunde** stehen lassen. Während dieser Ruhezeit verteilt sich die Temperatur gleichmäßig und das Lebensmittel wird durch die Wärmeleitung aufgetaut. Hinweis: Soll das Produkt nicht sofort gegart werden, bewahren Sie es im Kühlschrank auf. Aufgetaute Produkte dürfen nicht wieder eingefroren werden, ohne sie vorher zu kochen.

Bratenstücke und Geflügel

Es ist empfehlenswert, Bratenstücke auf einen umgedrehten Teller oder einen Kunststoffrost zu legen, damit sie nicht mit der Auftauflüssigkeit in Berührung kommen. Empfindliche oder herausragende Teile müssen mit kleinen Folienstücken geschützt werden, damit sie nicht vorzeitig garen.

Es ist nicht gefährlich, kleine Alufolienstücke Folienstücke in Ihrem Gerät zu verwenden, sofern sie nicht die Geräteinnenwände berühren.

Hackfleisch, gewürfeltes Fleisch und Meeresfrüchte

Da das Äußere dieser Lebensmittel sehr schnell auftaut, muss man sie trennen, die Blöcke während des Auftauvorgangs häufig in Stücke teilen und aufgetaute Stücke entfernen.

Kleine Portionen

Koteletts und Hähnchenteile müssen so rasch wie möglich voneinander getrennt werden, damit sie gleichmäßig auftauen. Fettthaltige Teile und Enden tauen schneller auf. Platzieren Sie diese nahe der Mitte eines Glastellers oder schützen Sie sie anderweitig.

Brot

Damit die Mitte eines Brotlaibs richtig auftaut, ist eine Ruhezeit von 5-15 Minuten erforderlich. Die Ruhezeit kann verkürzt werden, wenn die Scheiben getrennt und Brötchen/Brotlaibe halbiert werden.

Akustisches Signal

Während der automatischen Auftauprogramme ertönen Signaltöne. Diese erinnern daran, das Kochgut zu prüfen, umzurühren, die Stücke zu trennen oder kleinere Teile abzudecken. Wird dies versäumt, könnten die Nahrungsmittel ungleichmäßig auftauen.



Auftautabelle

Kategorie	Gewicht/Menge	Leistung und Auftauddauer	Mindestruhezeit
Fleisch			
Bratfleisch am Knochen #*	500 g	270 W 18-20 Min.	60 Min.
- Braten #*	700 g	270 W 18-20 Min.	60 Min.
- Kotelett #	500 g	270 W 10-12 Min.	20 Min.
- Kotelett #	250 g	270 W 6-7 Min.	10 Min.
- Nierchen, gewürfelt*	400 g	270 W 13-15 Min.	5 Min.
- dünnes Steak* (2 Stck.)	300 g	270 W 7-8 Min.	20 Min.
- Entrecote*	170 g	270 W 5-7 Min.	20 Min.
Hackfleisch, Mett*	500 g	270 W 12-14 Min.	15 Min.
- Hamburger* (1 Stck.)	100 g	270 W 3-4 Min.	10 Min.
(2 Stck.)	200 g	270 W 6-7 Min.	15 Min.
(4 Stck.)	400 g	270 W 8-10 Min.	30 Min.
- Gulasch*	400 g	270 W 13-14 Min.	30 Min.
- Geflügel im Ganzen #	1,5 kg	270 W 30-35 Min.	60 Min.
- Geflügelteile #* (4 Stck.)	700 g	270 W 17 Min.	60 Min.
- Stubenküken #	500 g	270 W 19-21 Min.	40 Min.
Entenbrustfilets* (2 Stck.)	400 g	270 W 12 Min.	30 Min.
Würstchen* (2 Stck.)	130 g	270 W 4 Min.	15 Min.
Fertige Desserts			
Biskuittorte	350 g	270 W 4-5 Min.	10 Min.
Schwarzwälder Kirschtorte (Sahne)	650 g	270 W 6-8 Min.	90 Min.
Zitronentarte	470 g	270 W 6-7 Min.	15 Min.
Schokoladenkuchen	450 g	270 W 4-6 Min.	15 Min.
Käsekuchen	500 g	270 W 7 Min.	20 Min.
Teige			
Mürbteig#	500 g	270 W 4-5 Min.	30 Min.
- Block			
- gerollt*	320 g	270 W 5-6 Min.	20 Min.
Pizzateig-Kugel*	220 g	270 W 5-6 Min.	20 Min.

Auftautabelle

Kategorie	Gewicht/Menge	Leistung und Auftaudauer	Mindestruhezeit
Fisch			
Ganz# (2 Stck.)	500 g	270 W 13-15 Min.	20 Min.
Filets # (4 Stck.)	600 g	270 W 9-11 Min.	30 Min.
Fischsteak* (2 Stck.)	270 g	270 W 7-9 Min.	15 Min.
Krabben*	200 g	270 W 6-8 Min.	15 Min.
Panierter Fisch* (2 Stck.)	240 g	270 W 6 Min.	10 Min.
Verschiedenes			
Brot scheiben *	400 g	270 W 6 Min.	10 Min.
Butter *	250 g	270 W 3-5 Min.	20 Min.
Beerenobst*	300 g	270 W 6-7 Min.	10 Min.
	500 g	270 W 12-13 Min.	30 Min.
Weichobst*	500 g	270 W 13 Min.	30 Min.



Hinweis

Bei den angegebenen Zeiten handelt es sich lediglich um Richtwerte. Öffnen Sie zwischendurch die Gerätetür und kontrollieren Sie, wie weit das Produkt aufgetaut ist. Gegebenenfalls setzen Sie den Auftauprozess anschließend fort. Es ist nicht erforderlich, Nahrungsmittel beim Auftauen abzudecken.



Hinweis

„#“ Diese Nahrungsmittel nach der Hälfte der Auftauzeit wenden und Enden und vorstehende Teile zum Schutz mit Folie abdecken.

„**“ Während des Auftauens die Nahrungsmittel mehrmals umrühren, wenden oder voneinander trennen.

Fleisch und Geflügel

Mit Ihrem Gerät können Sie Fleisch mit der **Kombi-Funktion** zubereiten (Grill + Mikrowelle), ideal für kleine Stücke Fleisch oder Geflügel. Traditionelle Methoden-**Ober-/Unterhitze** zum Braten von Fleisch und Geflügel. **Grill-Funktion alleine** für kleine Stücke oder bestimmte Rezepte. Die **Mikrowelle alleine** kann dazu verwendet werden, Frikassee, Geflügel in Sauce oder Fleisch vom Grill schnell fertig zu garen.

Nach dem Garen ist es wichtig, das gebratene Fleisch aus dem Gerät zu nehmen, in Alufolie zu wickeln und 10-15 Minuten ruhen zu lassen, damit es zu Ende gar und leichter zu schneiden ist.

Zubehör und Gefäße

Für manuelles **Kombinationskochen** und für die **Grillfunktion alleine**, bei kleinen flachen Fleischstücken, empfehlen wir, das Fleisch direkt auf das Panacrunch-Blech zu legen, und zwar in der unteren oder oberen Einschubposition. Größere Stücke sollten Sie in einem Pyrex®-Gefäß direkt auf den Geräteboden stellen. In der Betriebsart **Ober-/Unterhitze** legen Sie Bratenstücke und Geflügel direkt auf das Panacrunch-Blech, und zwar in der unteren Einschubposition. Nicht abdecken.

Hinweise zum Garen mit der Kombifunktion

Geben Sie kein Salz an das Fleisch, bevor Sie es garen. Dies sollten Sie erst danach tun.

Es ist wichtig, die Speise während des Garvorgangs mehrfach zu kontrollieren, um gegebenenfalls die Garzeit anpassen zu können.

Ordnen Sie die Hähnchenschlegel oder sonstigen Geflügelteile so an, dass sich die fleischigen Teile am Rand des Gefäßes befinden.

Ober-/Unterhitze

Sie können Fleisch auch auf herkömmliche Art im Ofen zubereiten, indem Sie den Ofen in der Betriebsart Ober-/Unterhitze vorheizen. Dies gilt für weißes und rotes Fleisch und für Geflügel. Es ist wichtig, den Ofen vorzuheizen, um die Poren des Fleisches bzw. des Geflügels zu "versiegeln".

Grillen

Mit dem Grill garen Sie dünne Fleischstücke: Kotelett, Lammkoteletts, Würstchen. Es wird empfohlen, den Grill vorzuheizen.



Hinweis

In den Betriebsarten Ober-/Unterhitze, Grill oder Kombination darf das Fleisch nicht abgedeckt werden, weil die Hitze von außen kommt.

Garen nur mit Mikrowellenenergie:

Weißes Fleisch und Geflügelteile lassen sich perfekt nur mit Mikrowellenenergie zubereiten. Dies ist die schnellste Garmethode für solche Gerichte. Kochen mit Mikrowellenenergie eignet sich für die Zubereitung kleiner Fleisch- oder Geflügelstücke, die in Sauce serviert werden, oder um ein Frikassee oder mit dem Grill angebratenes Fleisch zu Ende zu garen.

Fleischstücke in ein mikrowellensicheres Gefäß legen und dieses auf den Geräteboden stellen. Beim ausschließlichen Kochen mit Mikrowelle wird empfohlen, das Fleisch mit einem Deckel oder Klarsichtfolie abzudecken, um den Garprozess zu beschleunigen und Spritzer zu vermeiden. Es ist normal, dass sich nach dem Garen im Kochgefäß eine Menge Flüssigkeit befindet. Durch die Geschwindigkeit des Garprozesses und mangels Strahlungshitze kann diese Flüssigkeit nicht so rasch verdampfen wie bei traditionellen Garmethoden. Der Gewichtsverlust ist nicht größer als bei traditioneller Zubereitung.

Eintöpfe und langsam geschmorte Gerichte

Es ist möglich, Eintöpfe/Schmorgerichte nur mit Mikrowellenenergie zu garen. Dies geht jedoch nicht schneller als mit traditionellen Zubereitungsmethoden. Das Fleisch haftet jedoch nicht am Boden des Gefäßes an und der Energieverbrauch ist geringer. Verwenden Sie Pyrex® oder feuerfeste Porzellanformen mit Deckel.

Fleisch und Geflügel

Davor: Gemüse sollte in gleich große Stücke geschnitten und vorgegart werden. Bei vielen Eintopf- und Schmorgericht-Rezepten sollen die Fleischstücke beehmt werden, damit die Soße besser anhaftet.

Es ist wichtig, dass die Fleischstücke **während** des Garens mit Flüssigkeit bedeckt sind. Verwenden Sie eine Untertasse oder einen umgedrehten Teller, um ein Austrocknen des Fleisches zu verhindern. Da Eintopf- und Schmorgerichte lange garen und dabei reichlich Flüssigkeit verdampfen kann, müssen Sie gegebenenfalls während des Garens Flüssigkeit zugeben. Decken Sie den Behälter mit einem Deckel ab, damit nicht zu viel Flüssigkeit verdampfen kann. Bringen Sie den Eintopf oder das Schmorgericht bei 1000 W zum Kochen und lassen Sie ihn/es 10-15 Minuten

kochen. Danach lassen Sie ihn/es für die restliche erforderliche Zeit bei 300 W Mikrowellenleistung weiter köcheln.

Ruhezeit:

Nach dem Kochen ist es wichtig, das Fleisch abzudecken und es außerhalb des Gerätes 10-15 Minuten ruhen zu lassen, damit der Garvorgang abgeschlossen werden kann und sich die Temperatur ausgleicht.



Fleisch und Geflügel (Garzeiten pro 500g)

Da das Fleisch beim Kochen in der Mikrowelle nicht gebräunt wird, beziehen sich die angegebenen Garzeiten in der Mikrowelle auf Fleisch, das vorher in einer Pfanne von allen Seiten angebraten wurde (Schweinefleisch, Kalbfleisch, Lamm, Rindfleisch) oder das keine Bräunung erfordert (Geflügel, Kaninchenfilets). Fleisch sollte zur Hälfte der Garzeit gewendet werden und nach dem Garen 5-8 Minuten ruhen, wenn nichts anderes angegeben ist.

Fleischart	Nur Mikrowelle	Garzeit	Ober-/Unterhitze	Anweisungen	Ca. Garzeit (in Minuten)
Rind					
Braten	-	-	220 °C dann 160 °C	Vorheizen. Auf Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition. Nach halber Garzeit wenden.	10 Min. dann 15-20 Min. (medium) 25-30 Min. (durchgebraten)
Braten	-	-	220 °C	Vorheizen. Auf Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition. Anschließend in Folie wickeln und 10-20 Min. nach dem Garen ruhen lassen.	20-22 Min. (rare) Pro 450 g
Braten	-	-	220 °C	Vorheizen. Auf das Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition legen. Falls das Fleisch beim Garen zu stark austrocknet, Wasser in Blech geben. Anschließend in Folie wickeln und 10-20 Min. ruhen lassen.	40-50 Min. (durchgebraten) Pro 450 g

Fleisch und Geflügel

Da das Fleisch beim Kochen in der Mikrowelle nicht gebräunt wird, beziehen sich die angegebenen Garzeiten in der Mikrowelle auf Fleisch, das vorher in einer Pfanne von allen Seiten angebraten wurde (Schweinefleisch, Kalbfleisch, Lamm, Rindfleisch) oder das keine Bräunung erfordert (Geflügel, Kaninchenfilets). Fleisch sollte zur Hälfte der Garzeit gewendet werden und nach dem Garen 5-8 Minuten ruhen, wenn nichts anderes angegeben ist.

Fleischart	Nur Mikrowelle	Garzeit	Ober-/Unterhitze	Anweisungen	Ca. Garzeit (in Minuten)
Rind					
Braten	1000 W	8-10 Min. (rare) 10-12 Min. (durchgebraten)	-	In Pyrex®-Form mit Deckel geben und diese auf den Boden des Gerätes stellen. Während des Garens wenden. Anschließend in Folie wickeln und 10 Min. ruhen lassen.	-
Schmortopf (450-675 g)	-	-	160 °C	Vorheizen. In Pyrex®-Form mit Deckel geben. Geben Sie Brühe und Gemüse dazu. Legen Sie den Deckel auf und stellen Sie die Form auf das Panacrunch-Blech, in der unteren Einschubposition. Nach der Hälfte der Garzeit umrühren.	1 Std.-1 Std. 30 Min.
Lamm					
Keule oder Schulter mit Knochen	<1200 g 1000 W	Bei 500 g: 8-12 Min. (rosa) 10-14 Min. (durchgebraten)	-	In Pyrex®-Form mit Deckel geben und diese auf den Boden des Gerätes stellen.	-
	-	-	180 °C	Auf dem Panacrunch Blech in unterer Einschubposition backen. Nach halber Garzeit wenden. Anschließend in Folie wickeln und 10 Minuten nach dem Garen ruhen lassen.	20 Min. Pro 450 g plus 20 Min. (rosa) 30 Min. Pro 450 g plus 25 Min. (durchgebraten)
Lamm					
Schnitzel 400 g (4 Stck.)	-	-	G1	Vorheizen. Auf das Panacrunch-Blech in der oberen Einschubposition legen. Nach halber Garzeit wenden.	12-14 Min. (medium) 16-18 Min. (durchgebraten)
Rollbraten	-	-	180 °C	Auf dem Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition. Nach halber Garzeit wenden. Anschließend in Folie wickeln und 10 Min. ruhen lassen.	40-50 Min. (rosa) 55-60 Min. (durchgebraten)
Eintopf/Schmorgericht (1,5 kg maximal)	-	-	160 °C	Ofen vorheizen. In Auflaufform mit Deckel geben. Geben Sie Brühe und Gemüse dazu. Legen Sie den Deckel auf und stellen Sie die Form auf das Panacrunch-Blech, in der unteren Einschubposition. Nach der halben Zeit umrühren.	1 Std. 20 Min.- 1 Std. 30 Min.

Fleisch und Geflügel

Da das Fleisch beim Kochen in der Mikrowelle nicht gebräunt wird, beziehen sich die angegebenen Garzeiten in der Mikrowelle auf Fleisch, das vorher in einer Pfanne von allen Seiten angebraten wurde (Schweinefleisch, Kalbfleisch, Lamm, Rindfleisch) oder das keine Bräunung erfordert (Geflügel, Kaninchenfilets). Fleisch sollte zur Hälfte der Garzeit gewendet werden und nach dem Garen 5-8 Minuten ruhen, wenn nichts anderes angegeben ist.

Fleischart	Nur Mikrowelle	Garzeit	Ober-/Unterhitze	Anweisungen	Ca. Garzeit (in Minuten)
Kalb					
Braten	-	-	180 °C	Vorheizen. Auf das Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition legen. Nach halber Garzeit wenden. Anschließend in Folie wickeln und 10 Min. ruhen lassen.	50-55 Min.
	600 W	10-12 Min.	-	In Pyrex®-Form mit Deckel geben und diese auf den Boden des Gerätes stellen.	-
Eintopf/ Schmorgericht (1,5 kg maximal)	-	-	160 °C	Vorheizen. In Pyrex®-Form mit Deckel geben. Geben Sie Brühe und Gemüse dazu. Legen Sie den Deckel auf und stellen Sie die Form auf das Panacrunch-Blech, in der unteren Einschubposition. Nach der Hälfte der Garzeit umrühren.	1 Std. 20 Min.- 1 Std. 30 Min.
Schwein					
Schlegel	-	-	220 °C	Vorheizen. Auf dem Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition. Nach halber Garzeit wenden. Anschließend in Folie wickeln und 10 Min. ruhen lassen.	220 °C für 30 Min. dann 190 °C für 60 Min. pro 500 g
	600 W	20-24 Min.	-	In Pyrex®-Form mit Deckel geben. Nach halber Garzeit wenden.	-
Schwein					
Lendenbraten	-	-	180 °C	Vorheizen. Auf dem Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition. Nach der halben Garzeit umdrehen. Anschließend in Folie wickeln und 10 Min. ruhen lassen.	56-60 Min.
	600 W	25-30 Min.	-	In Pyrex®-Form mit Deckel geben. Nach halber Garzeit wenden.	-
Schweineleendchen 440 g (4 Stck.)	-	-	G1	Auf das Panacrunch-Blech in der oberen Einschubposition legen. Nach halber Garzeit wenden.	18-20 Min.

G = Grill

Fleisch und Geflügel

Da das Fleisch beim Kochen in der Mikrowelle nicht gebräunt wird, beziehen sich die angegebenen Garzeiten in der Mikrowelle auf Fleisch, das vorher in einer Pfanne von allen Seiten angebraten wurde (Schweinefleisch, Kalbfleisch, Lamm, Rindfleisch) oder das keine Bräunung erfordert (Geflügel, Kaninchenfilets). Fleisch sollte zur Hälfte der Garzeit gewendet werden und nach dem Garen 5-8 Minuten ruhen, wenn nichts anderes angegeben ist.

Fleischart	Nur Mikrowelle	Garzeit	Ober-/Unterhitze / Grill Funktion	Anweisungen	Ca. Garzeit (in Minuten)
Eintopf/ Schmorgericht (1,5 kg)	-	-	160 °C	Vorheizen. In Pyrex®-Form mit Deckel geben. Geben Sie Brühe und Gemüse dazu. Legen Sie den Deckel auf und stellen Sie die Form auf das Panacrunch-Blech, in der unteren Einschubposition. Nach der halben Zeit umrühren.	1 Std. 20 Min.- 1 Std. 30 Min.
Hähnchen, Perlhuhn, Truthahn					
Bratgeflügel im Ganzen	-	-	190 °C	Vorheizen. Auf dem Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition. Anschließend in Folie wickeln und 10 Min. ruhen lassen.	30 Min. pro 450 g
Teile	-	-	G1 + 440 W dann G1	Auf das Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition legen. Auf der Hautseite beginnen und nach der halben Zeit umdrehen.	15-17 Min. dann 2 Min.
Teile	1000 W	7-8 Min.	-	In Pyrex®-Form mit Deckel geben. Nach halber Garzeit wenden.	-
Truthahnbraten ohne Knochen	-	-	190 °C	Vorheizen. Auf das Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition legen. Nach halber Garzeit wenden.	40-45 Min.
Truthahnkeule	-	-	190 °C	Vorheizen. Auf das Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition legen. Nach halber Garzeit wenden.	47-49 Min.
Stubenküken	-	-	190 °C	Vorheizen. Auf dem Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition. Nach halber Garzeit wenden.	52-54 Min.
Ente					
Ganze Ente	-	-	190 °C	Vorheizen. Haut einstechen. Auf das Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition legen.	25-27 Min. pro 450 g
Entenschlegel (280 g)	-	-	G1 + 440 W dann G1	Haut einstechen. Mit der Hautseite nach unten in ein flaches Pyrex®-Gefäß legen und auf den Geräteboden stellen. Nach halber Garzeit wenden.	12-14 Min. dann 5 Min.
Brust 400 g (2 Stck.)	-	-	200 °C	Vorheizen. Haut einstechen. Auf das Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition legen.	40 Min.

G = Grill

Fleisch und Geflügel

Da das Fleisch beim Kochen in der Mikrowelle nicht gebräunt wird, beziehen sich die angegebenen Garzeiten in der Mikrowelle auf Fleisch, das vorher in einer Pfanne von allen Seiten angebraten wurde (Schweinefleisch, Kalbfleisch, Lamm, Rindfleisch) oder das keine Bräunung erfordert (Geflügel, Kaninchenfilets). Fleisch sollte zur Hälfte der Garzeit gewendet werden und nach dem Garen 5-8 Minuten ruhen, wenn nichts anderes angegeben ist.

Fleischart	Nur Mikrowelle	Garzeit	Ober-/Unterhitze / Grill Funktion	Anweisungen	Ca. Garzeit (in Minuten)
Kaninchen					
Ganzes Kaninchen	1000 W	7-8 Min.	-	In Form mit Deckel geben und diese auf den Boden des Gerätes stellen. Nach halber Garzeit wenden.	-
Wild					
Braten	-	-	180 °C	Vorheizen. Auf das Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition legen. Nach halber Garzeit wenden. Anschließend in Folie wickeln und 10 Min. ruhen lassen.	20-25 Min. pro 450 g + 20 Min.
Braten	1000 W	7-9 Min. pro 500 g	-	In Pyrex®-Form mit Deckel geben und diese auf den Boden des Gerätes stellen. Nach der halben Zeit umdrehen.	-
Wurst					
Chipolatas, Merguez, frisch 440 g (14 Stck.)	-	-	G1 + 100 W	Auf das Panacrunch-Blech in der oberen Einschubposition legen. Nach halber Garzeit wenden.	12-14 Min.
Chipolatas, Merguez, frisch 440 g (14 Stck.)	1000 W	5-7 Min.	-	In Pyrex®-Form mit Deckel geben und diese auf den Boden des Gerätes stellen.	-
Chipolatas, tiefgefroren 270 g (10 Stck.)	-	-	G1 + 300 W	Auf das Panacrunch-Blech in der oberen Einschubposition legen. Nach halber Garzeit wenden.	9-11 Min.
Dicke Wurst-Schwein und Rind 450 g (8 Stck.)	-	-	G1	Vorheizen. Auf das Panacrunch-Blech in der oberen Einschubposition legen. Nach halber Garzeit wenden.	12-15 Min.
Tiefgefroren 230 g (5 Stck.)	-	-	G1 + 440 W	Auf das Panacrunch-Blech in der oberen Einschubposition legen. Nach halber Garzeit wenden.	10-12 Min.

G = Grill

Fisch

Fisch lässt sich sehr gut in der Mikrowelle garen, da es nicht austrocknet, und man vermeidet den Fischgeruch, der in gewöhnlichen Backöfen zurückbleibt.



Anordnen

Dünne Fischfilets, d. h. Scholle, sollten vor dem Garen aufgerollt werden, um ein Zerkochen der dünneren Ränder außen und des Schwanzes zu vermeiden.



Flüssigkeit

Frischer Fisch kann mit 30 ml Zitronensaft oder weißem Essig beträufelt werden. Bei gefrorenem Fisch empfiehlt es sich, die gleiche Menge Flüssigkeit beizugeben, um ein gleichmäßiges Garresultat zu erhalten.



Großer Fisch (über 400 g)

Es wird empfohlen, diesen nach der Hälfte der Garzeit zu wenden und Schwanz und Kopf mit einem kleinen Stück Aluminiumfolie vor übermäßigem Garen zu schützen. (Achtung: die Aluminiumfolie darf die Innenwände des Gerätes nicht berühren.)



Deckel

Fisch sollte immer abgedeckt werden, entweder mit einer Mikrowellenfolie oder einem Gefäß mit passendem Deckel.



Fischsteaks

Fischsteaks sollten in einem Kreis angeordnet werden – wobei die dickeren Seiten nach außen zeigen sollten – um ein Zerkochen und Zerfallen der Schwanzenden zu vermeiden.

Wann ist Fisch gar?

Fisch ist gar, wenn das Fleisch nicht mehr glasig ist und leicht auseinander fällt. Beachten Sie, dass fetthaltiger Fisch (Lachs, Makrele, Heilbutt) schneller gar wird als magerer Fisch (Kabeljau, Nilbarsch, Tilapia).

Ruhezeit

Fisch sollte nach dem Garen 2-3 Minuten ruhen. Dies kann auch außerhalb des Gerätes sein, damit darin noch etwas anderes zubereitet werden kann.

Fisch in Folie gegart

Fisch in Folie kann nicht nur mit Alufolie zubereitet werden sondern auch mit einem mikrowellengeeigneten Butterbrotpapier (oder Pergamentpapier)

Ganzer Fisch

Wenn Sie 2 ganze Fische zusammen zubereiten, dann sollten diese zwecks gleichmäßigem Garen Kopf an Schwanz angeordnet werden. Bei großen ganzen Fischen müssen Kopf und Schwanz bis zur Hälfte der Garzeit mit glatten Alufoliestückchen geschützt werden, die mit Zahnstochern gesichert sind.

Salz

Fisch **nicht** vor dem Garen salzen, da er dadurch austrocknen könnte.

Fisch

Fisch grillen oder im Kombinationsverfahren garen. Den Fisch mit geschmolzener Butter oder Öl bestreichen, um Austrocknen zu verhindern auf das Panacrunch-Blech legen. Nicht salzen! Den Fisch ggf. mit Pfeffer oder Kräutern bestreuen. Mit Kombinationseinstellung Grill 1 + 300 W ca. 6-8 Minuten lang garen. (3-4 Minuten pro Seite) bei kleinen Fischen (Forelle, Makrele). Kombinationseinstellung Grill 1 + 440 W für größeren Fisch (Seebrasse, Barsch) verwenden. 2 Seebrassen, etwa 600 g, werden 9 Minuten gegart (4 Minuten 30 Sekunden pro Seite), und zwar mit Kombinationseinstellung Grill 1 + 440 W.

Mit Ober-/Unterhitze garen
Zum Garen von Fischpaketen in Alufolie oder großen Fischen den Ofen auf 180 °C vorheizen und das Panacrunch-Blech in die untere Einschubposition einschieben. 500 g Lachs, 4 Filets mit je ca. 125 g, werden mit Ober-/Unterhitze gegart, bei 180 °C für etwa 25 Minuten.

Die Garzeitangabe gilt für 500 g in Minuten und in einem Gefäß auf dem Geräteboden.

Kategorie	Frisch		Tiefgefroren	
	Einstellung	Zeit	Einstellung	Zeit
Dünne Fischfilets	600 W	5-7 Min.	1000 W	9-10 Min.
Dicke Fischfilets	600 W	6-7 Min.	1000 W	10-12 Min.
Fischsteaks	600 W	6-8 Min.	1000 W	11-13 Min.
Ganzer Fisch	600 W	5-7 Min.	1000 W	10-12 Min.
Krabben*	600 W	5-7 Min.	-	-
Muscheln*	600 W	5-7 Min.	-	-
Jakobsmuscheln*	600 W	5-7 Min.	-	-
Tintenfisch*	600 W	6-7 Min.	1000 W	10-11 Min.
Dünne Fischfilets 350 g **	Dampf 1 + 440 W	6-8 Min.	-	-
Lachsfilet, 400 g **	Dampf 1 + 440 W	6-8 Min.	-	-

*: Wir empfehlen, das Automatikprogramm nicht für diese Arten von Fisch zu verwenden und auch nicht für Schalentiere.
** In den Betriebsarten Dampf + Mikrowelle keine Flüssigkeit zugeben und nicht abdecken.



Zugabe von Wasser

Sehr durch wasserhaltiges Gemüse wie Tomaten, Zucchini, Auberginen, gefrorenem Gemüse für Ratatouille, Pilzen, Spinat, Chicorée, Salat, Zwiebeln, fast allen Früchten usw. sollte kein Wasser zugefügt werden, da beim Mikrowellenkochen das vorhandene Wasser verwendet wird.

Eher wasserhaltiges Gemüse, denen pro 100 g Gemüse 1 EL Wasser hinzugefügt werden sollte, um den Dampf zu erzeugen, mit dem die Gemüse gegart werden und der sie vor dem Austrocknen schützt, sind Folgende: Blumenkohl, Lauch, Brokkoli, Rosenkohl, Fenchel, Karotten, Sellerie, Spargel, Buschbohnen, Kartoffeln, Kraut, Rüben, Artischocken, usw. Bei tiefgefrorenem Gemüse geben Sie 1-3 EL Wasser hinzu.

Gemüse, das relativ wenig Wasser enthält, kann möglicherweise mehr Wasserzugaben benötigen, um für eine ausreichende Wassereinlagerung zu sorgen: Erbsen, dicke Bohnen, Stangenbohnen, Brechbohnen.

In allen Fällen gilt: Gemüse muss mit einer Leistung von 1000 W gekocht werden (außer ganzer Blumenkohl) und darf nicht vor dem Kochen sondern erst danach gesalzen werden. Dies liegt daran, dass Salz die natürliche Feuchtigkeit des Gemüses entzieht und es deshalb eher austrocknet.

Zerschneiden Sie Gemüse möglichst in gleich große Stücke. Es ist wichtig, dass Sie Ihr Gemüse in einen Behälter von ausreichender Größe geben. Decken Sie den Behälter mit perforierter Frischhaltefolie oder einem Deckel ab. Große Behälter sind besser geeignet als schmale oder hohe.



Gemüse



Gartabellen für frisches/tiefgefrorenes Gemüse - 1000 W Leistung für 500 g verwenden
(Dauer in Minuten) Nach halber Kochzeit umdrehen.

Gemüse	Frisch	Tiefgefroren
Artischocken:		
- im Ganzen 250 g (1 Stck.)	9-10	-
- Herzen 150 g (2 Stck.)	9-11	8
Spargel*	8-10	-
Auberginen	9-11	-
Rote Beete* (gehackt)	15-17	-
Mangold	7-9	13-14
Brokkoli, Romanesco	8-9	12-13
Pilze	8-9	11-12
Karotten:		
- in Scheiben	8-10	12-13
- in Streifen	12-14	12
Kohl*	12-14	-
Rosenkohl	9-10	9-11
Blumenkohl	8-10	9-10
Knollensellerie- gewürfelt	8-9	10
Stangensellerie*	15-17	-
Zucchini	7-8	10-12
Chicorée 400 g	10-12	16-17
Spinat:		
- gehackt (ohne Wasserzugabe)	-	12
- Blattspinat (300 g)	7-8	-
Dicke Bohnen* (mit Wasserzugabe)	16-19	18-20
Fenchel		
- halbiert	10-12	-
- in feine Scheiben geschnitten	12-14	-
Grüne Bohnen	12-13	11-13
Stangenbohnen	10-12	-
Gemischtes Gemüse*	-	14 bis 16
Maiskolben (2 Kolben)	8-10	12-15
Gemüsemais	3-4	-

Gemüse	Frisch	Tiefgefroren
Rübchen - gewürfelt	10-12	11-13
Zwiebeln - gehackt	9-10	14-16
Pastinaken - Scheibchen	7-9	-
Süßkartoffeln	10-11	-
Erbsen*	10-12	13-15
Zuckerschoten	10-12	-
Lauch:		
- fein geschnitten	8-10	14-15
- in Scheiben	8-10	14-15
Kürbis - gehackt	9-10	11
Paprika - geschnitten	8-10	13
Kartoffeln:		
- im Ganzen (< 220 g)	12-13	-
- in Scheiben	10-11	-
Schwarzwurzel	10-14	12-15
Tomaten* (ohne Wasserzugabe)	4-5	-



Hinweis

„**“ Zum Garen dieser Gemüsesorten wird von der Verwendung der Auto-Menü-Einstellung abgeraten.



Ein ganzer Blumenkohl muss mit dem Kopf nach unten gegart werden, 12-14 Minuten bei 600 W (je nach Größe) unter Zugabe vom 150 ml Wasser.

Gartabellen



Kategorie	Gewicht/ Menge	Leistungs- stufe	Zeitwahl (ca.)	Anweisungen/Hinweise
TIEFKÜHLGEMÜSE				
Dicke Bohnen	200 g	Dampf 1 + 440 W	8 Min.	In Pyrex®-Form geben und diese auf den Boden des Gerätes stellen.
Bohnen - grün	200 g	Dampf 1 + 440 W	8 Min.	
Brokkoliröschen	250 g	Dampf 1 + 440 W	8 Min.	
Karotten - in Scheiben	200 g	Dampf 1 + 440 W	7 Min.	
Blumenkohl	250 g	Dampf 1 + 440 W	10 Min.	
Gemischtes Gemüse	200 g	Dampf 1 + 440 W	8 Min.	
Erbsen	200 g	Dampf 1 + 440 W	7 Min.	
Sojabohnen	200 g	Dampf 1 + 440 W	8 Min.	
Gedämpftes Gemüse	150 g	Dampf 1 + 440 W	5 Min.	
Gemüsemais	200 g	Dampf 1 + 440 W	8 Min.	
FRISCHGEMÜSE				
Spargel (schlank)	200 g	Dampf 1 + 440 W	6 Min.	In Pyrex®-Form geben und diese auf den Boden des Gerätes stellen.
Babymais	200 g		5 Min.	
Dicke Bohnen	200 g		8 Min.	
Stangenbohnen	200 g		8 Min.	
Rote Beete	450 g		15 Min.	
Brokkoli	250 g		8 Min.	
Rosenkohl	200 g		6 Min.	

Gartabellen



Kategorie	Gewicht/ Menge	Leistungs- stufe	Zeitwahl (ca.)	Anweisungen/Hinweise
FRISCHGEMÜSE				
Spinat	200 g	Dampf 1 + 440 W	5 Min.	In Pyrex®-Form geben und diese auf den Boden des Gerätes stellen.
Kohl - geschnitten	300 g		12 Min.	
Karotten - in Scheiben	200 g		8 Min.	
Blumenkohlröschen	300 g		7 Min.	
Zucchini - in Scheiben	250 g		8 Min.	
Maiskolben	2 Stck.		13 Min.	
Pastinaken	300 g		6 Min.	
in Scheiben zum Backen vorgekocht	300 g		7 Min.	
Erbsen	200 g		5 Min.	
Zuckererbsen	200 g		8 Min.	
Kartoffeln - gekocht	500 g		15 Min.	
Kartoffeln - vorgekocht	500 g		12 Min.	
Kartoffeln in der Schale - à 250 g	1 Stck.	1000 W	7 Min.	In Pyrex®-Form geben und diese auf den Boden des Gerätes stellen.
	2 Stck.		12 Min.	
	4 Stck.		23 Min.	
	1 Stck.	G1 + 440 W	15 Min.	
	2 Stck.		23 Min.	
	4 Stck.		35 Min.	
Butternut-Kürbis	300 g	Dampf 1 + 440 W	12 Min.	In Pyrex®-Form geben und diese auf den Boden des Gerätes stellen.
Steckrüben - gewürfelt	400 g		12 Min.	
Süßkartoffel - zerkleinert	400 g		12 Min.	
Rübchen - gewürfelt	300 g		12 Min.	

Deutsch



Kontrollen

Nach dem Garen in der Mikrowelle müssen Speisen immer gleichmäßig durcherhitzt sein. Im Zweifelsfall die Speise im Ofen noch weiter erwärmen. Eine **RUHEZEIT** ist erforderlich, besonders bei Speisen, die nicht umgerührt werden können. Je dichter das Nahrungsmittel, desto länger muss die Ruhezeit sein.

Eier und Käse

Eier sind empfindliche Nahrungsmittel, die eine spezielle Behandlung benötigen. Legt man sie direkt in das Mikrowellengerät, explodieren sie aufgrund des Drucks, der innerhalb der Schale entsteht. Auch beim aufgeschlagenen Ei explodiert der Dotter, wenn die ihn streichende umgebende Hülle nicht perforiert wird. Stechen Sie am besten mit der Spitze eines Zahnstochers in die Mitte des Eidotters. Wenn das Ei frisch ist, tritt das Eigelb nicht aus. Eigelb und Eiweiß reagieren unterschiedlich auf Mikrowellen; leider gart das Eigelb rascher als das Eiweiß. Werden Eier als Omelette zubereitet, sollten die Ränder nach der Hälfte der Garzeit zur Mitte umgeschlagen werden.

Pochierte Eier

50 ml Wasser mit Salz und einem Spritzer Essig in einer Schüssel 1 Minute lang bei 1000 W erhitzen. Ei aufschlagen, in das kochende Wasser geben, Eigelb und Eiweiß vorsichtig mit einem Zahnstocher anstechen und abdecken; je nach Größe des Eis 40-60 Sekunden bei 600 W garen. 1 Minute ruhen lassen, abgießen und servieren.

Rührei

2 rohe Eier in einer Schüssel aufschlagen und mit ein wenig Sahne oder Milch, etwas Butter, Salz und Pfeffer verrühren. Abdecken und bei 1000 W 40 Sekunden garen. Herausnehmen und kräftig mit einer Gabel schlagen. Weitere 30-50 Sekunden bei 1000 W garen. Die Eier sollten noch cremig sein.

Ei im Glas

Ei aufschlagen, in ein gebuttertes Soufflécup geben, mit Salz und Pfeffer würzen, Eigelb und Eiweiß mit einem Zahnstocher anstechen. Gewünschte Zutaten (Sahne, Champignons, Seehasenrogen etc.) hinzufügen. Abdecken und garen, 1 Minute 20 Sekunden- 2 Minuten 10 Sekunden pro Ei bei 300 W, je nach Größe des Eis und der Menge der Zutaten.

Käse

Käse reagiert je nach Art unterschiedlich: je fetter desto schneller schmilzt er. Ist die Kochzeit zu lang, wird er hart. Wenn möglich, sollte geriebener Käse erst im letzten Moment zugegeben werden (z. B. bei Nudeln, Gratin etc.)



Trockene stärkehaltige Nahrungsmittel und Gemüse

Die Garzeiten für Trockengemüse in der Mikrowelle entsprechen in etwa denen beim traditionellen Kochen. Andererseits lassen sich diese Lebensmittel rasch aufwärmen, ohne ihren Geschmack zu verändern, solange sie in einem geschlossenen Gefäß mit untergemischter Butter oder Sauce sind.

Zum Garen ein großes Gefäß nehmen, um ein Überkochen zu vermeiden. Vollständig mit Wasser oder Brühe bedecken. Nach dem Kochen mindestens 5-8 Minuten ruhen lassen.

Reis, Weizen und Quinoa

Wenn das Wasser zu kochen beginnt, Reis etwa 17-20 Minuten bei 300 W kochen, unabhängig von der Menge, und Weizen und Quinoa 14-18 Minuten bei 300 W kochen. Diese Garzeiten gelten nicht für vorgekochten (Parboiled) Reis oder Weizen.

Nudeln

Denken Sie daran, das Kochwasser zu salzen und einmal während des Kochens umzurühren. Wenn die Flüssigkeit sprudelt, 10-12 Minuten bei 1000 W kochen, bei 250 g Nudeln und 1 Liter Wasser.

Trockengemüse

Vollständig mit Wasser bedecken und über Nacht einweichen. Am nächsten Tag abspülen und abtropfen lassen. Mit Wasser bedecken. Vor dem Kochen nicht salzen (Trockengemüse wird sonst nicht weich). 10 Minuten bei 1000 W kochen, dann 15-30 Minuten bei 300 W weiter garen. Kochvorgang überwachen und gegebenenfalls Wasser hinzufügen; das Trockengemüse muss stets mit Flüssigkeit bedeckt sein.

Kartoffeln in der Schale

Je nach Größe eignen sich Kartoffeln unterschiedlich gut für die Zubereitung im Mikrowellengerät. Die ideale Größe einer Kartoffel für das Garen in der Mikrowelle oder mit der Kombifunktion liegt bei 200 g - 250 g. Die Zubereitung mit Mikrowelle von Kartoffeln in der Schale geht schneller als mit der Kombifunktion, das Ergebnis ist jedoch eine weichere Kartoffel. Die Zubereitung mit der Kombifunktion ergibt eine trockenere, knusprigere Struktur. Wenn Sie die Bräunung am Ende des Garens verstärken wollen, schalten Sie den **Grill** zu (siehe nachstehende Tabelle).

Kartoffeln vor dem Kochen waschen und Schale mehrfach einstechen.

Nach dem Garen aus dem Gerät nehmen und zum Warmhalten in Alufolie wickeln. 5 Minuten ruhen lassen.



Kartoffeln in der Schale im Pyrex®-Gefäß auf dem Geräteboden - manuelle Gartabelle

Menge	Min. bei 1000 W	Min. bei G1 + 440 W
1 Stck. (ca. 250 g)	7 Min.	13-15 Min.
2 Stck. (ca. 500 g)	12 Min.	22-24 Min.
4 Stck. (ca. 1 kg)	23 Min.	35 Min.

Desserts - Gebäck

In Ihrem Ofen können Sie auf verschiedene Weise backen, je nach gewünschtem Ergebnis.

■ Die Zubereitung in der **Mikrowelle** eignet sich perfekt für schnelle Puddings, Saucen, gedünstetes Obst und Kompott, sowie für Kuchen mit Backtriebmittel, die nicht braun werden müssen (Schokoladenkuchen oder Biskuit, der gefüllt werden soll).

■ **Traditionelles Backen** (Ober-/Unterhitze) ist für bestimmte Kuchen und Desserts besonders wichtig: Savarins, Kekse, süße Knabbereien, Mürbteiggebäck, Blätterteigknabbereien und Torten.

■ **Dampfgaren** eignet sich ideal für luftige Törtchen, die dadurch eine leichte und saftige Textur erhalten. Durch einen zusätzlichen Dampfstoß verbessert sich die Wärmeverteilung bei Biskuit- und Blätterteiggebäck und fördert das Aufgehen (siehe Seiten 35-36 der Bedienungsanleitung).

Garen nur mit Mikrowellenenergie:

Mikrowellen garen Obst, Kompott, Pudding und Feingebäck schnell und perfekt. Außerdem lassen sich mit der Mikrowelle prima stärkehaltige Süßspeisen wie Milchreis, Grütze und Grießbrei zubereiten, ohne dass sie am Boden des Gefäßes ansetzen. Außerdem ist die Mikrowelle auch bei traditionell zubereiteten Desserts sehr nützlich, z. B. um Butter, Schokolade und Gelee zu schmelzen und Karamell zuzubereiten.

Gefäße und Zubehör

Stellen Sie das mikrowellensichere Gefäß direkt auf den Geräteboden. Verwenden Sie vorzugsweise runde Gefäße.

Deckel

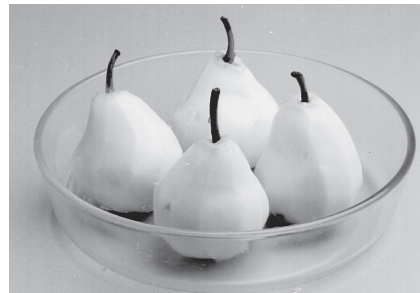
- Kuchen: **Nicht** abdecken.
- Obst: Obstkompott kann abgedeckt werden, wenn es nicht viel Wasser enthält. Kompott mit hohem Wassergehalt kann ohne Abdeckung zubereitet werden.

Obst

4 mittelgroße geschälte Birnen garen abgedeckt in 5-7 Minuten bei 1000 W (nicht vergessen nach der Hälfte der Kochzeit zu wenden). 500 g Äpfel oder Birnen (geviertelt) garen abgedeckt mit 5 EL Wasser in 5-7 Minuten bei 1000 W. (Ganze Früchte brauchen je nach Größe ein wenig länger.) Bei Kompott garen 500 g geschälte, in Würfel geschnittene Früchte in 6-8 Minuten bei 1000 W. Keine Flüssigkeit zugeben. Die Garzeiten hängen von dem Reifegrad der Früchte und ihrem Zuckergehalt ab. Wenn Sie einen Kuchenteig mit Trockenfrüchten zubereiten, achten Sie darauf, dass keine Früchte obenauf sind, da diese aufgrund ihres hohen Zuckergehalts verbrennen würden.

Gut zu wissen

Ein Soufflé kann in der Mikrowelle nicht zubereitet werden, da es zusammenfallen würde, sobald man es aus dem Gerät nimmt. Gebäck aus Brandteig geht nicht auf, da sich keine Kruste bildet, die die Luft im Innern des Gebäcks einschließen kann. Fertigbackteige gelingen in der Mikrowelle jedoch sehr gut. Der Kuchen muss gemäß den Anweisungen auf der Packung zubereitet und in einer mikrowellensicheren Form 4-7 Minuten bei 600 W gegart werden.



Allgemeine Tipps für das Zubereiten und Backen mit der Mikrowelle

Prüfen Sie den Kuchen während dem Garen: Wenn Sie nur die Mikrowelle verwenden, dann genügen ein paar Minuten Garzeit. Jede weitere Minute kann den Kuchen austrocknen. Wenn der Kuchen nach dem Auskühlen hart wird, war er entweder zu lange im Gerät, oder die Temperatur war zu hoch.

Sie können auf übliche Weise prüfen, ob der Kuchen fertig ist, indem Sie mit einem Messer oder einem Holzspießchen in die Mitte stechen (es darf nichts daran haften bleiben), oder indem sie sich vergewissern, dass sich die Seiten des Kuchens leicht von der Form lösen.

Gefäße

Wenn Sie eine ganz andere als die im Rezept angegebene Form verwenden (z. B. mehrere Souffléförmchen anstelle einer

runden Kuchenform), wird das Ergebnis auch anders ausfallen. Die gleiche Menge backt in mehreren kleinen Förmchen rascher als in einer großen. Legen Sie die Formen mit Backpapier aus, damit sich der Kuchen besser aus der Form lösen lässt.

Kuchen aufbewahren

Wenn der Kuchen ausgekühlt ist, wickeln Sie ihn in Klarsichtfolie oder Alufolie ein, damit er weich bleibt.



Traditionelles Backen mit Ober-/Unterhitze

Sehr wichtig für Gebäck wie Savarins, Kekse, Biskuitkuchen, Muffins, Clafoutis, Creme Caramel, Obsttorten.

Zubehör:

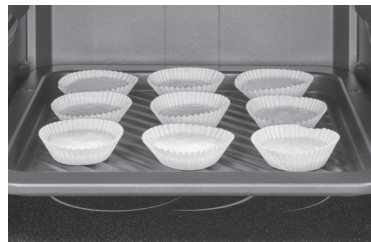
Damit der Kuchenboden gut aufbackt, sollten sie Metallbleche verwenden und den **Ofen auf Ober-/Unterhitze** auf 220 °C vorheizen. Senken Sie die Temperatur ab, nachdem Sie den Kuchen in den Ofen gestellt haben.

In der Betriebsart Ober-/Unterhitze können Sie Speisen direkt auf dem Panacrunch-Blech zubereiten, und zwar in der oberen oder unteren Einschubposition, z. B. Plätzchen, Kekse, Croissants, kleine Kuchen.

Sie können jedoch auch Ihre üblichen Metallbackformen und feuerfesten Formen in der unteren Einschubposition auf das Panacrunch-Blech stellen, z. B. für Biskuitböden, Obstkuchen.

Gefäße

Sie können alle hitzebeständigen Gefäße verwenden (Metall, Silikon, Pyrex® oder backofenfestes Porzellan). Vergewissern Sie sich, dass die Backform, die Sie auf das Panacrunch-Blech stellen möchten, nicht größer als 25 x 25 cm ist. **Vorheizen empfohlen. Während des Vorheizens bei Ober-/Unterhitze darf das Panacrunch-Blech nicht eingeschoben sein.**



Antworten auf häufige Fragen

Problem	Ursache	Lösung
Speise kühlt nach Erhitzen mit der Mikrowelle schnell ab.	Speise ist nicht durchgewärmt.	Stellen Sie sie noch einmal in den Ofen. Denken Sie daran, dass Lebensmittel mit Kühlschranktemperatur mehr Garzeit benötigen als Lebensmittel mit Zimmertemperatur.
Reispudding, Schmorgericht oder Auflauf kocht beim Garen mit der Mikrowelle über.	Gefäß ist zu klein.	Verwenden Sie für flüssige Lebensmittel ein Gefäß, das ein doppelt so großes Volumen wie das Lebensmittel hat.
Lebensmittel gart beim Kochen mit der Mikrowelle zu langsam.	Gerät wird nicht richtig mit Leistung versorgt.	Gerät sollte an einer eigenen Steckdose angeschlossen sein.
	Lebensmitteltemperatur aus dem Kühlschrank ist kälter als Zimmertemperatur.	Kältere Lebensmittel benötigen mehr Zeit beim Kochen.
Fleisch ist hart, wenn mit der Mikrowelle oder Kombifunktion gegart.	Leistung ist zu hoch eingestellt.	Für Fleisch eine niedrigere Leistungsstufe verwenden.
	Fleisch vor dem Garen gesalzen.	Salzen Sie nicht vor dem Garen. Geben Sie, falls nötig, nach dem Garen Salz dazu.
Kuchen ist beim Garen mit der Mikrowelle in der Mitte nicht durch.	Zu kurze Gar- und/oder Ruhezeit.	Länger garen und/oder ruhen lassen.
Rühr- oder pochierte Eier sind hart und gummiartig, wenn sie in der Mikrowelle gegart wurden.	Zu lange Garzeit.	Seien Sie vorsichtig, wenn Sie kleine Mengen an Eiern zubereiten. Wenn sie einmal verdorben sind, können sie nicht gerettet werden.
Quiche bzw. Eierpudding sind hart und gummiartig, wenn sie in der Mikrowelle gegart wurden.	Leistungsstufe ist zu hoch eingestellt.	Für diese Speisen eine niedrigere Leistungsstufe verwenden.
Käsesoße ist hart und fädig, wenn sie in der Mikrowelle gekocht wurde.	Käse wurde mit der Soße gekocht.	Käse erst am Ende der Garzeit dazugeben. Die Hitze der Soße wird den Käse schmelzen.

Antworten auf häufige Fragen

Problem	Ursache	Lösung
Gemüse ist trocken, wenn es in der Mikrowelle gegart wurde.	Ohne Abdeckung gekocht.	Mit einem Deckel oder Klarsichtfolie abdecken.
	Geringe Feuchtigkeit, z. B. altes Wurzelgemüse.	Geben Sie 2-4 EL mehr Wasser dazu.
	Salz vor dem Garen dazugegeben.	Falls nötig nach dem Garen salzen.
Feuchtigkeit schlägt sich im Gerät nieder.	Das ist normal und bedeutet, dass die Speise schneller kocht als die Feuchtigkeit aus dem Gerät abtransportiert werden kann.	Wischen Sie diese mit einem weichen Tuch ab.
Im Bereich der Türdichtung tritt warme Luft aus.	Die Gerätetür ist nicht luftdicht versiegelt.	Dies ist normal und deutet nicht auf ein Austreten von Mikrowellen hin.
Blaue Funken oder Lichtbögen sind zu sehen, wenn Metallutensilien verwendet werden.	Es ist nicht richtig, Metallzubehör zu verwenden, wenn die Mikrowelle alleine verwendet wird. Wenn Sie ein Kombiprogramm verwenden, prüfen Sie das Zubehör auf Schäden.	Schalten Sie das Gerät sofort aus. Verwenden Sie kein Metallzubehör, wenn Sie die Mikrowelle alleine verwenden.
Der Grill schaltet sich regelmäßig bei Verwendung der Grill- oder Kombifunktion aus.	Während des Betriebs schaltet sich der Grill immer wieder aus und ein, damit die Speisen nicht verbrennen, bevor sie in der Mitte gar sind.	Das ist normal.
Auf dem Display ist keine Laufschrift mehr zu sehen, nur noch Nummern.	Eventuell wurde die Laufschrift nach einem Stromausfall deaktiviert.	Ziehen Sie den Stecker und lassen Sie das Gerät ein paar Sekunden lang ausgesteckt, bevor Sie es wieder einstecken. Wenn „88:88“ angezeigt wird, berühren Sie Start so oft, bis Ihre Sprache erscheint. Stellen Sie dann die Uhrzeit ein.

Süßkartoffel-Suppe

Zutaten

Für 4 Personen

1 mittlere Zwiebel, grob gehackt
15 ml Olivenöl
2 Knoblauchzehen, zerdrückt
700 g Süßkartoffeln, geschält und zerkleinert
1 große rote Paprikaschote, entkernt und zerkleinert
700 ml Gemüsebrühe
150 ml Kokosmilch
Salz und Pfeffer

Gefäß: 1 x 3 Liter Pyrex®-Auflaufform mit Deckel
Zubehör: entfällt
Wassertank füllen

1. Öl, Zwiebeln und Knoblauch in eine Auflaufform geben.
2. Auf den Boden des Gerätes stellen und 4 Minuten bei DAMPF 1 + MIKROWELLE 440 W garen.
3. Kartoffeln und Paprika hinzugeben. Bei DAMPF 1 + MIKROWELLE 440 W 10 Minuten lang garen. Bouillon hinzugeben, Deckel aufsetzen und bei 300 W MIKROWELLE 20 Minuten lang oder bis die Kartoffeln weich sind garen. Nach der Hälfte der Garzeit umrühren.
4. Ein wenig abkühlen lassen. Im Mixer fein pürieren. Die Kokosmilch unterrühren und nach Geschmack würzen.
5. Bei 600 W MIKROWELLE 3 Minuten lang oder bis die Suppe kochend heiß ist erwärmen.

Suppe aus Tomaten und roten Paprika

Zutaten

Für 4 Personen

5 große Tomaten
30 ml Olivenöl
1 gehackte Zwiebel
450 g rote Paprika in dünnen Streifen
30 ml Tomatenmark
1 Prise Zucker
475 ml Gemüsebrühe
Salz und Pfeffer

Gefäß: 1 mittlere Pyrex®-Schüssel,
1 große Pyrex®-Auflaufform mit Deckel
Zubehör: entfällt

1. Häuten Sie die Tomaten, indem Sie diese in einer mittelgroßen Schüssel in kochendem Wasser 30 Sekunden blanchieren. Hacken Sie das Fruchtfleisch klein und sammeln Sie den Saft. Geben Sie die Hälfte des Öls in die Pyrex®-Auflaufform, zusammen mit der Zwiebel, und verschließen Sie die Form mit perforierter Frischhaltefolie. Auf den Boden des Gerätes stellen und mit MIKROWELLE 1000 W 2 Minuten lang garen. Dabei einmal umrühren.
2. Geben Sie die Paprika und das restliche Öl hinzu und vermischen Sie es gut. Abdecken und mit MIKROWELLE 1000 W 5 Minuten lang kochen und nach der Hälfte der Garzeit umrühren. Rühren Sie die gehackten Tomaten, das Tomatenmark, die Gewürze, Zucker und ein paar Esslöffel Brühe hinein.
3. Abdecken und mit MIKROWELLE 1000 W 4 Minuten lang kochen, nach der Hälfte der Garzeit umrühren, so lange bis das Gemüse weich ist. Den Rest der Brühe und des Tomatenmarks einrühren, in einen Mixer oder eine Küchenmaschine geben und mixen. Sieben Sie die Suppe durch, um die Schalen zu entfernen, und würzen sie nach Geschmack.

Überbackene Weißbrotscheiben mit Brie und Cranberry

Zutaten

Für 4 Personen

1 kleines französisches Baguette, in Scheiben
60 ml Cranberrysauce
175 g Brie, in Scheiben
Sesamkörner, wahlweise

Gefäß: entfällt
Zubehör: Panacrunch-Blech

1. Gerät auf GRILL 1 vorheizen.
2. Baguettescheiben auf das Panacrunch-Blech legen, in obere Einschubposition einschieben und 2-3 Minuten lang mit GRILL 1 leicht tosten.
3. Scheiben wenden und etwas Cranberrysauce darauf verteilen. Mit Brie belegen und mit Sesamsamen bestreuen.
4. Mit GRILL 1 + MIKROWELLE 300 W garen, 6-8 Minuten lang oder bis der Käse zu schmelzen beginnt und die Sesamkörner goldbraun geröstet sind.

Gefüllte Pilze

Zutaten

Für 4 Personen

2 Scheiben durchwachsener Frühstücksspeck
25 g Cheddarkäse, gerieben
2,5 ml Dijon-Senf
50 g Semmelbrösel
1 Ei, verquirlt
60 ml Milch
15 ml frische Petersilie, gehackt
4 große flache Champignons, Stiele entfernt
4 Scheiben Cheddarkäse
1 Tomate, in dünne Scheiben geschnitten

Gefäß: 1 Pyrex®-Schüssel, mittelgroß

1 großer Teller

Zubehör: Panacrunch-Blech

Wassertank füllen

1. Frühstücksspeck-Scheiben auf einen Teller legen und mit DAMPF 1 + MIKROWELLE 300 W 2 Minuten lang garen. Abkühlen lassen und zerkleinern.
2. In einer mittleren Pyrex®-Schüssel den geriebenen Käse, Speck, Senf und die Semmelbrösel mischen. Verrührtes Ei, Milch, Petersilie und die Gewürze hinzugeben. Gut vermischen. Die Pilzhohlräume mit der Masse füllen. Legen Sie die Käsescheiben auf die Füllung. Eine Tomatenscheibe auf jeden Pilz legen.
3. Legen Sie die Pilze auf das Panacrunch-Blech und schieben Sie es in die untere Einschubposition. Garen Sie mit DAMPF 1 + GRILL 1 für 15-17 Minuten oder bis der Käse zu schmelzen beginnt und die Pilze gerade so durch sind.

Zwiebel- und Fetatörtchen

Zutaten

Für 6 Personen

250 g Blätterteig
30 ml Olivenöl
150 g fein geschnittene Zwiebeln
25 g Pinienkerne
75 g Fetakäse, gewürfelt
25 g schwarze Oliven, entsteint und gehackt
25 g sonnengetrocknete Tomaten in Öl, grob gehackt
10 g Kapern
Salz und Pfeffer
Frischer Oregano

Gefäß: 1 mittlere Pyrex®-Schüssel

Zubehör: Panacrunch-Blech

Wassertank füllen

1. Blätterteig ausrollen und 6 Kreise von je ca. 10 cm Durchmesser ausstechen. Teig etwa 30 Minuten lang kühl stellen.
2. Öl und Zwiebel in eine mittlere Pyrex®-Schüssel geben. Bei DAMPF 1 + MIKROWELLE 440 W 10 Minuten lang garen. Pinienkerne, Käse, Oliven, Tomaten und Kapern zu den Zwiebeln geben. Abschmecken.
3. Gerät auf OBER-/UNTERHITZE 220 °C vorheizen.
4. Panacrunch-Blech mit Backpapier auslegen. Die 6 Teigscheiben auf das mit Backpapier belegte Panacrunch-Blech legen, mit einer Gabel einstechen.
5. Die Masse auf den 6 Teigscheiben verteilen. Die Törtchen in der unteren Einschubposition bei OBER-/UNTERHITZE 220 °C für 15 Minuten oder bis sie goldbraun sind garen. Mit frischem Oregano bestreuen.

Französische Zwiebelsuppe

Zutaten

Für 4-6 Personen

225 g Zwiebeln, in Ringe geschnitten
50 g Butter
25 g Mehl
1 Liter heiße Rinderbrühe
1 Lorbeerblatt
Baguette, in Scheiben
25 g Käse, gerieben

Gefäß: 1 große Pyrex®-Auflaufform mit Deckel

Zubehör: Panacrunch-Blech

1. Geben Sie die Zwiebeln und den Butter in eine Pyrex®-Auflaufform, decken Sie sie ab und stellen sie auf den Boden des Gerätes. Garen bei 1000 W MIKROWELLE 3-4 Minuten lang bis sie weich sind.
2. Mehl einrühren, nach und nach die heiße Brühe dazu geben, dabei gut umrühren. Würzen und Lorbeerblatt dazu geben.
3. Wieder abdecken und mit MIKROWELLE 1000 W 8-10 Minuten lang garen. Lorbeerblatt herausnehmen.
4. Legen Sie das Brot auf das Panacrunch-Blech in der oberen Einschubposition und toasten Sie es 3-4 Minuten leicht in der Einstellung GRILL 1. Umdrehen und mit dem geriebenen Käse bestreuen. Noch einmal auf GRILL 1 für weitere 4 Minuten oder bis der Käse geschmolzen ist grillen.
5. Suppe in Teller füllen und jeweils eine Weißbrotscheibe darauf legen.

Champignon a la grecque

Zutaten

Für 4 Personen

1 mittlere Zwiebel, gewürfelt
15 ml Öl
1 Knoblauchzehe, zerdrückt
60 ml Tomatenmark
150 ml Weißwein
5 ml getrocknete Kräuter
350 g Champignons

Gefäß: 1 große Pyrex®-Auflaufform mit Deckel

Zubehör: entfällt

Wassertank füllen

1. Geben Sie die Zwiebel und das Öl in eine Pyrex®-Auflaufform. Abdecken, auf den Boden des Gerätes stellen und mit MIKROWELLE 1000 W garen, 3-4 Minuten oder bis die Zwiebel weich ist.
2. Alle sonstigen Zutaten untermischen und ohne Abdeckung 10 Minuten oder bis die Pilze weich sind bei DAMPF 1 + MIKROWELLE 440 W auf dem Geräteboden garen. Warm oder kalt servieren.

Scharfwürzige Chicken Wings

Zutaten

Ergibt 6 Stück

6 Hühnerflügel
30 ml klarer Honig
30 ml Sojasauce
30 ml trockener Sherry
1 Knoblauchzehe, zerdrückt
2,5 cm Ingwerwurzel, gerieben
10 g Stärkemehl
150 ml Orangensaft
3 fein gehackte Frühlingszwiebeln
5 ml Tomatenmark
15 g weicher Rohrzucker

Gefäß: 1 flache Pyrex®-Form

1 kleine Pyrex®-Schüssel

Zubehör: Panacrunch-Blech

1. Geben Sie die Hühnerflügel in eine flache Pyrex®-Form und stellen sie auf den Boden des Gerätes. Garen bei 1000 W MIKROWELLE, 8-10 Minuten lang bis sie gar sind.
2. Saucenzutaten in einer kleinen Pyrex®-Schüssel mischen, auf den Boden des Gerätes stellen und mit MIKROWELLE 1000 W garen, 3-4 Minuten oder bis die Sauce bindet.
3. Flügel mit der Hälfte der Soße übergießen. Auf dem Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition 6 Minuten lang auf GRILL 1 braten, umdrehen und mit der restlichen Soße übergießen und weitere 5-6 Minuten grillen bis sie ganz gar sind.

Italienische Hühnerleberpastete

Zutaten

Für 6 Personen

1 kleine Zwiebel, fein gehackt
1 Knoblauchzehe, zerdrückt
25 g Butter
225 g Hühnerleber, gehackt
5 ml getrockneter Oregano
15 ml trockener Wermut
50 g Butter
2 Zitronenscheiben, geviertelt

Gefäß: 1 kleine Pyrex®-Schüssel,

1 kleine Pyrex®-Auflaufform mit Deckel,

2 kleine Soufflieförmchen

Zubehör: entfällt

1. Butter, Zwiebel und Knoblauch in die Pyrex®-Auflaufform geben. Abdecken, auf den Boden des Mikrowellengerätes stellen und 3-4 Minuten bei MIKROWELLE 1000 W garen oder bis die Zwiebel weich ist.
2. Hühnerleber und Oregano zugeben. Abdecken und auf dem Boden des Mikrowellengerätes 6-8 Minuten bei MIKROWELLE 1000 W garen. Zwischendurch einmal umrühren. Hinweis: Beim Garen der Hühnerleber sind kleine, explosionsartige Geräusche zu hören.
3. Masse 5 Minuten lang abkühlen lassen, dann Wermut und Gewürze zugeben und fein pürieren. Masse auf die Soufflieförmchen verteilen und Oberfläche glatt streichen.
4. 50 g Butter in einer kleinen Schüssel auf dem Boden der MIKROWELLE 30-40 Sekunden lang bei 1000 W zerlassen. Klare Butter von weißen Rückständen trennen und auf die Pastete geben. Rasch mit Zitronenvierteln verzieren und vor dem Servieren kühlen.

Krabben-Risotto

Zutaten

Für 4 Personen

1 Zwiebel, fein gehackt
 1 Knoblauchzehe, zerdrückt
 25 g Butter
 225 g Egerlinge, geviertelt
 225 g Risotto-Reis
 1 Zitrone, geriebene Schale und Saft
 2,5 ml Safranfäden, zerdrückt
 300 ml heiße Gemüsebrühe
 300 ml Weißwein
 100 g Tiefkühlerbsen
 300 g Krabben, gekocht und geschält
 30 ml Schnittlauch, fein gehackt

Gefäß: 1 große Pyrex®-Auflaufform

Zubehör: entfällt

Wassertank füllen

1. Zwiebel, Knoblauch, Butter und Pilze in eine große Pyrex®-Auflaufform geben. Auf den Boden des Gerätes stellen und 10 Minuten bei DAMPF 1 + MIKROWELLE 440 W garen. Reis, Zitronensaft und -schale, Safran, Brühe und Wein der Pilzmischung zugeben.
2. Bei DAMPF 1 + MIKROWELLE 440 W 10 Minuten lang garen. Risotto umrühren. Die Erbsen hinzugeben und bei DAMPF 1 + 440 W MIKROWELLE 8 Minuten garen. Krabben und Schnittlauch hinzugeben und bei DAMPF 1 + 440 W MIKROWELLE 4 Minuten lang garen.
3. 2-3 Minuten ruhen lassen, danach servieren.

Marinierte Muscheln

Zutaten

Für 2 Personen

900 g Muscheln (Gewicht mit Schalen)
 15 g Butter
 2 fein geschnittene Schalotten
 1 Knoblauchzehe, zerdrückt
 150 ml Weißwein
 1 Bund glatte Petersilie, fein gehackt
 100 ml Crème Double

Gefäß: 1 große Pyrex®-Auflaufform mit

Deckel, 1 Servierform

Zubehör: Panacrunch-Blech

Wassertank füllen

1. Muscheln schrubben und von den Bärten befreien. Alle Muscheln mit defekter oder geöffneter Schale wegwerfen.
2. Butter, Schalotten und Knoblauch in die große Pyrex®-Auflaufform geben und abdecken. Auf den Boden des Gerätes stellen und 3 Minuten bei MIKROWELLE 1000 W garen.
3. Wein dazugeben und 3 Minuten bei MIKROWELLE 1000 W garen. Beiseite stellen.
4. Muscheln auf dem Panacrunch-Blech verteilen und in der oberen Einschubposition einschieben. 20 Minuten bei DAMPF 1 garen. Nicht geöffnete Muscheln wegwerfen.
5. Petersilie und Crème Double sowie die Hälfte der im Panacrunch-Blech gesammelten Kochflüssigkeit zugeben, Deckel auflegen und 3 Minuten bei MIKROWELLE 1000 W garen. Muscheln in Serviergefäß geben und mit Sauce übergießen.

Gedämpfte Knoblauchgarnelen

Zutaten

Für 2 Personen

25 g Butter
 4 Knoblauchzehen, zerdrückt
 250 ml Weißwein
 400 ml Hühnerbrühe
 Salz und Pfeffer
 450 g rohe Riesengarnelen
 15 g Stärkemehl
 1 Hand voll gehackte Petersilie

Gefäß: 1 große Pyrex®-Auflaufform mit Deckel

Zubehör: Panacrunch-Blech
Wassertank füllen

1. Butter und Knoblauch in die Pyrex®-Auflaufform geben und Deckel auflegen. Auf den Boden des Mikrowellengerätes stellen und 1 Minute bei MIKROWELLE 1000 W garen.
2. Wein und Hühnerbrühe zugeben und mit aufgelegtem Deckel 5 Minuten bei MIKROWELLE 1000 W garen, dann Deckel abnehmen und weitere 5 Minuten garen. Abschmecken und beiseite stellen.
3. Garnelen auf das Panacrunch-Blech legen, in die obere Einschubposition einschieben und 15 Minuten bei DAMPF 1 garen.
4. Garnelen aus dem Ofen nehmen. Stärkemehl und Petersilie zur Sauce geben, gut verrühren und abgedeckt weitere 3 Minuten bei MIKROWELLE 1000 W garen. Nach der halben Garzeit umrühren.
5. Garnelen in die Sauce geben und mit knusprigem Brot servieren.

Kabeljau in Folie gegart

Zutaten

Für 4 Personen

280 g gemischtes asiatisches Gemüse, z. B. Pak Choi, gehackt
 4 Kabeljaufiletts
 ½ Orange, Saft und abgeriebene Schale
 45 ml frischer Basilikum, fein zerhackt
 2 Knoblauchzehen, zerdrückt
 120 ml trockener Weißwein
 15 ml Olivenöl
 ½ Fenchel, in dünne Scheiben geschnitten
 1 Karotte, in dünne Streifen geschnitten

Gefäß: entfällt

Zubehör: Panacrunch-Blech
Wassertank füllen und nach 30 Minuten Garzeit nachfüllen

1. Vier 30 cm große Quadrate aus Backpapier zurecht schneiden. Ein Viertel des gehackten asiatischen Grüngemüses in die Mitte jedes Backpapierblattes legen.
2. Den Fisch darauf legen und geriebene Orangenschale, Orangensaft, Basilikum, Knoblauch, Wein, Öl, Fenchel, Karotte und Gewürze darüber geben. Das Backpapier zu einer Tasche zusammenfalten, dabei ein wenig Luft einschließen, um das Dämpfen der Zutaten zu ermöglichen. Die Kanten so verdrehen, dass sie dicht sind.
3. Päckchen auf das Panacrunch-Blech legen und in der unteren Einschubposition einschieben. 35-45 Minuten bei DAMPF 1 garen. Eine der Taschen öffnen und prüfen, ob der Fisch gar ist. Er sollte sich einfach in Stücke zerpfücken lassen.
4. Der Wassertank muss nach 30 Minuten Garzeit aufgefüllt werden.

Fischfilets nach Art der Provence

Zutaten

Für 4 Personen

1 Zucchini, in Scheiben geschnitten
 4 Tomaten, in Scheiben geschnitten
 10 ml gemischte Kräuter
 4 Lachsfilets
 30 ml Olivenöl
 12 schwarze Oliven, entsteint
 Salz und Pfeffer

Gefäß: entfällt

Zubehör: Panacrunch-Blech

Wassertank füllen

1. Die Zucchini in einer einzigen Schicht auf dem Panacrunch-Blech auslegen und die Tomaten darauf verteilen. Mit der Hälfte der gemischten Kräuter bestreuen. Lachsfilets auf das Gemüse legen und mit den restlichen Kräutern bestreuen. Mit dem Olivenöl besprenkeln.
2. Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition einschieben und 18 Minuten bei DAMPF 1 + 300 W MIKROWELLE garen. Oliven dazugeben und weitere 2-3 Minuten garen.

Französische Fischsuppe, Bouillabaisse

Zutaten

Für 6-8 Personen

75 ml Olivenöl
 30 ml Tomatenmark
 2 mittlere Zwiebel, gehackt
 1 große Lauchstange, in Ringe geschnitten
 4 Knoblauchzehen, zerdrückt
 225 g Tomaten, gehäutet und geviertelt
 1,2 Liter heiße Fischbrühe
 150 ml trockener Weißwein
 4 Thymianzweige
 Salz und Pfeffer
 1 mittlere Orange, abgeriebene Schale
 4 Safranfäden
 5 ml Chilisauce
 450 g weißer Fisch, enthäutet und in große Stücke geschnitten
 450 g gemischte Meeresfrüchte
 4 große frische Garnelen
 1 Bund Dill, gehackt

Gefäß: 1 x 3 Liter Pyrex®-Auflaufform mit Deckel

Zubehör: entfällt

1. Öl und Tomatenpüree in eine große Pyrex®-Auflaufform geben, abdecken und auf dem Boden des Mikrowellengerätes 1 Minute bei MIKROWELLE 600 W garen, dann gut verrühren.
2. Zwiebeln und Lauch zugeben, 5-6 Minuten oder bis das Gemüse weich ist bei MIKROWELLE 1000 W garen.
3. Knoblauch, Tomaten, Fischfond, Wein, Thymian, Salz, Pfeffer, Orangenschale, Safran und Chilisauce zugeben. Abdecken und 4-5 Minuten bei MIKROWELLE 1000 W garen.
4. Fisch zugeben. Abdecken, auf den Boden des Mikrowellengerätes stellen und 7-8 Minuten oder bis der Fisch gar ist bei MIKROWELLE 1000 W garen.
5. Gemischte Meeresfrüchte und Garnelen zugeben und erneut 3-4 Minuten lang garen bis diese heiß sind. Darauf achten, dass der Fisch nicht übergart wird. Thymianzweige herausnehmen. Mit Dill garnieren.

Lasagne

Zutaten

Für 4 Personen

Fleischsauce:

1 gehackte Zwiebel
1 Knoblauchzehen, zerdrückt
5 ml Öl
400 g gehackte Dosentomaten
150 ml Rotwein
30 ml Tomatenmark
5 ml gemischte Kräuter
500 g Rinderhack
Salz und Pfeffer

Lasagne

1 Portion weiße Sauce (siehe Seite 125)
100 g Cheddarkäse, gerieben
5 ml Senf
Salz und Pfeffer
250 g frische Lasagnenudeln
50 g Parmesan, gerieben

Gefäß: 1 x 1,5 Liter Pyrex®-Auflaufform mit Deckel
1 große Pyrex®-Auflaufform
Zubehör: entfällt

1. Öl, Zwiebel und Knoblauch in die Pyrex®-Auflaufform geben. Auf den Boden des Mikrowellengerätes stellen und 2-3 Minuten bei MIKROWELLE 1000 W garen. Die restlichen Zutaten der Fleischsauce in die Auflaufform geben. Gut umrühren. Abdecken und 10 Minuten bei MIKROWELLE 1000 W garen. Dann 15-20 Minuten bei MIKROWELLE 600 W weiter garen oder bis die Sauce durchgegart ist.
2. Senf und geriebenen Käse zur weißen Sauce geben.
3. Boden der Pyrex®-Auflaufform mit einer Lage weißer Soße bedecken, dann eine Lage Lasagnenudeln darauf legen gefolgt von einer Lage der heißen Fleischsoße. Dann wieder eine Lage Lasagnenudeln, dann Fleisch, usw. Mit einer Lage der weißen Soße abschließen. Parmesan obenauf streuen.
4. Auf den Boden des Gerätes stellen und 10 Minuten bei GRILL 1 + MIKROWELLE 440 W garen. Dann 5-10 Minuten bei GRILL 1 überbacken bis die Kruste schön gebräunt ist.

Rinderfilet im Schlafrock

Zutaten

Für 4 Personen

15 g getrocknete Steinpilze
15 g Butter
225 g Champignons
1 große Zwiebel, fein gehackt
150 ml Rotwein
4 Filetsteaks (etwa jeweils 150 g)
375 g Blätterteig
1 großes Ei, verquirt
Salz und Pfeffer

Gefäß: 1 kleine Pyrex®-Schüssel
1 große Pyrex®-Auflaufform
Zubehör: Panacrunch-Blech

1. In einer kleinen Pyrex®-Schüssel die getrockneten Steinpilze in kochend heißem Wasser 20 Minuten einweichen. Abgießen und Pilze fein hacken.
2. Die Butter, alle Pilze und Zwiebeln in eine große Pyrex®-Auflaufform geben und abdecken. Auf den Boden des Gerätes stellen und 3 Minuten bei MIKROWELLE 1000 W garen. Den Wein zur Pilzmischung geben und 7-8 Minuten bei MIKROWELLE 1000 W garen.
3. Ofen auf OBER-/UNTERHITZE auf 200 °C vorheizen. Die Filets auf das Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition legen und 10-15 Minuten bei OBER-/UNTERHITZE auf 200 °C garen. Abkühlen lassen. Panacrunch-Blech abspülen.
4. Blätterteig in 4 Teile teilen und jeden Teil auf 15 cm x 15 cm quadratisch auswellen und mit verquirltem Ei bestreichen.
5. Pilzmischung abtropfen lassen und jeweils ein Viertel davon in die Mitte eines Teigblattes geben und ein Filet darauf legen. Würzen. Teigecken zur Mitte schlagen und Kanten zusammendrücken. Panacrunch-Blech mit Backpapier auslegen. Blätterteigtaschen auf das Panacrunch-Blech legen.
6. Mit verquirltem Ei bestreichen. In der unteren Einschubposition bei OBER-/UNTERHITZE 220 °C garen, und zwar 25 Minuten (medium) oder 30 Minuten (gut durch).

Gedünstetes Hähnchen mit Nudeln

Zutaten

Für 4 Personen

2 große Hähnchenbrüste
45 ml frischer Koriander, gehackt
Ein 2,5 cm großes Stück Ingwer, in Streifen geschnitten
6-8 Frühlingszwiebeln, fein gehackt
2 Knoblauchzehen, zerdrückt
1 rote Chilischote, fein gehackt
45 ml Sojasauce
30 ml Reissessig
5 ml hellbrauner Rohrzucker
30 ml Erdnussöl
15 ml Pflanzenöl
15 ml Sesamöl
200 g frische Eiernudeln

Gefäß: 2 kleine Pyrex®-Schüsseln,

1 große Pyrex®-Schüssel

Zubehör: Panacrunch-Blech

Wassertank füllen

1. Die Hähnchenbrüste zwischen zwei Bahnen Klarsichtfolie legen und mit einem Fleischklopper oder Nudelholz dünn klopfen. Die Klarsichtfolie entfernen, die Hähnchenbrüste auf das Panacrunch-Blech legen und gut würzen. In die obere Einschubposition einschieben und 15-20 Minuten bei DAMPF 1 garen oder bis das Hähnchenfleisch gar ist.
2. Den gehackten Koriander, Ingwer, Frühlingszwiebeln, zerdrückten Knoblauch, roten Chili, Sojasauce, Reissessig und den hellbraunen Zucker in eine kleine Pyrex®-Schüssel geben und gut verrühren.
3. Öle in eine kleine Pyrex®-Schüssel geben und auf den Boden des Gerätes stellen, 1-2 Minuten bei MIKROWELLE 600 W erhitzen. Die Frühlingszwiebel-Mischung darüber geben und gut vermischen.
4. Die Nudeln in eine große Schüssel geben und kochendes Wasser dazugeben. Auf den Boden des Gerätes stellen und 8 Minuten bei DAMPF 1 garen. Abgießen.
5. Zum Servieren Eiernudeln in eine flache Servierschüssel geben. Das gegarte Hähnchenfleisch in Streifen schneiden und mit einem Löffel über die Frühlingszwiebel-Mischung geben. Den Saft aus der Schüssel darüber träufeln.

Schweinefleisch mit Linsen

Zutaten

Für 4 Personen

250 g braune Linsen
1 große Zwiebel, gehackt
4 Scheiben geräucherter Frühstücksspeck, gewürfelt
1 Prise Thymian
1 Brühwürfel
230 g gerauchte Wurst
Salz und Pfeffer

Gefäß: 1 x 2 Liter Pyrex®-Auflaufform mit Deckel

Zubehör: entfällt

1. Geben Sie die Linsen in eine Pyrex®-Auflaufform. Mit kaltem Wasser bedecken. Auf den Boden des Gerätes stellen und 7-8 Minuten bei MIKROWELLE 1000 W zum Kochen bringen. Abgießen und abkühlen lassen.
2. Linsen mit der gehackten Zwiebel, dem gewürfelten gerauchten Speck, einer Prise Thymian und dem Brühwürfel in das Gefäß geben. Mit Wasser bedecken.
3. Zudecken, auf den Boden des Mikrowellengerätes stellen und zunächst 12 Minuten bei MIKROWELLE 1000 W und dann 40-50 Minuten bei MIKROWELLE 300 W garen. 20 Minuten vor Ende der Garzeit Räucherwürste zugeben. Abschmecken und servieren.

Griechisches Lammragout

Zutaten

Für 4 Personen

700 g Lammfilet, in Würfel geschnitten
2 Zwiebeln, gehackt
1 rote Chilischote
2 Knoblauchzehen, zerdrückt
1 Zweig Rosmarin
275 ml Weißwein
400 g gehackte Dosentomaten
45 ml schwarze Oliven, in Scheibchen geschnitten
100 g Linguine-Nudeln, in kleine Stücke zerbrochen
150 g Fetakäse, gewürfelt
15 ml frische Minze, gehackt

Gefäß: 1 x 3 Liter Pyrex®-Auflaufform mit Deckel

Zubehör: entfällt

Wassertank füllen

1. Lamm und Zwiebel in Pyrex®-Auflaufform geben und Deckel auflegen. Auf den Boden des Gerätes stellen und 10 Minuten bei DAMPF 1 + MIKROWELLE 440 W garen.
2. Chilischote der Länge nach aufschneiden, aber das obere Ende intakt lassen, Samen entfernen – dadurch wird dem Ragout zusätzlich Geschmack ohne zu viel Schärfe verliehen.
3. Chili, Knoblauch, Rosmarin, Wein und Tomaten unter das Lammfleisch rühren. Zugedeckt 40 Minuten bei MIKROWELLE 440 W garen. Nach der halben Garzeit umrühren. Die schwarzen Oliven und die Linguine unterrühren. Bei MIKROWELLE 440 W für weitere 15 Minuten garen oder bis die Linguine fertig sind.
4. Chili und Rosmarin entfernen und wegwerfen. Vor dem Servieren Fetakäse und Minze unterrühren.

Hackbraten

Zutaten

Für 4 Personen

500 g Rinderhack
 50 g Semmelbrösel
 1 mittelgroßes Ei, verquirt
 1 gehackte Zwiebel
 50 g Champignons, gehackt
 30 ml Kapern
 15 ml Petersilie, gehackt
 60 ml Sojasauce
 Pfeffer
 150 g Frühstücksspeck, in Scheiben
 125 ml Bouillon (löslich)
 4 Scheiben Gouda

Gefäß: 1 große Pyrex®-Schüssel,
 1 Pyrex®-Form, länglich
Zubehör: entfält

1. Die ersten neun Zutaten in eine Schüssel geben und gründlich vermengen – am besten mit den Händen.
2. Masse in die längliche Pyrex®-Form geben, festdrücken und glatt streichen. Mit Speckscheiben abdecken und mit Bouillon übergießen.
3. Offen auf den Boden des Gerätes stellen und 18 Minuten bei MIKROWELLE 1000 W garen.
4. Käse auf den Hackbraten legen und weitere 5-6 Minuten bei GRILL 1 und MIKROWELLE 440 W garen.

Gedünstetes Hähnchen mit Zitrone und Thymian

Zutaten

Für 4 Personen

2 Zitronen, in dünne Scheiben geschnitten
 1 Bund Thymian
 4 Hähnchenbrüste
 2 Knoblauchzehen, fein gehackt
 200 ml Naturjoghurt
 15 ml Honig
 5 ml Dijon-Senf

Gefäß: 1 kleine Pyrex®-Schüssel
Zubehör: Panacrunch-Blech
Wassertank füllen

1. Die Zitronenscheiben auf das Panacrunch-Blech legen und die Hälfte des Thymians darüber verteilen.
2. Die Hähnchenbrüste zwischen zwei Bahnen Klarsichtfolie legen und mit einem Fleischklopper oder Nudelholz dünn klopfen. Die Frischhaltefolie entfernen und das Hähnchen auf die Zitrone legen, zusammen mit dem restlichen Thymian, Knoblauch und Gewürze hinzufügen.
3. Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition einschieben und 20 Minuten bei DAMPF 1 + 300 W MIKROWELLE garen.
4. Zubereitung des Joghurt-Dressings: Joghurt, Honig und Senf in einer kleinen Pyrex®-Schüssel gut verrühren. Das Dressing zum Hähnchen reichen.

Cannelloni

Zutaten

Für 4 Personen

8 Schnellkoch-Cannelloni
 1 Portion weiße Sauce (siehe Seite 125)
 50 g Cheddarkäse, gerieben
Füllung
 100 g frischer Spinat
 150 g gekochter Schinken, gehackt
 1 Ei, verquirt
 15 ml Petersilie, gehackt
 15 ml Frühlingszwiebeln, fein gehackt
 90 ml Parmesan, gerieben

Gefäß: 1 große Pyrex®-Schüssel
 1 mittlere Auflaufform
Zubehör: Panacrunch-Blech

1. Geriebenen Käse zur weißen Soße geben und gut verrühren. Beiseite stellen.
2. Ofen auf OBER-/UNTERHITZE 190 °C vorheizen.
3. Alle Zutaten der Füllung und 30 ml vom Parmesan in eine große Pyrex®-Schüssel geben und mischen. Füllung mit einem Teelöffel von beiden Enden aus in die Cannelloni einfüllen.
4. Cannelloni in die mittelgroße Auflaufform legen. Sauce darüber geben und mit den restlichen 60 ml Parmesan bestreuen.
5. Auf dem Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition bei OBER-/UNTERHITZE 190 °C etwa 25-30 Minuten garen oder bis Blasen aufsteigen und sie eine goldbraune Farbe haben.

Ratatouille

Zutaten

Für 4 Personen

1 Aubergine, in Scheiben geschnitten
 1 Zwiebel, in Scheiben geschnitten
 30 ml Olivenöl
 1 Knoblauchzehe, zerdrückt
 1 Zucchini, in Scheiben geschnitten
 1 grüne Paprikaschote, in Scheiben
 400 g gehackte Dosentomaten
 15 ml gemischte Kräuter
 Salz und Pfeffer

Gefäß: 1 große Pyrex®-Auflaufform mit Deckel

Zubehör: entfällt

1. Alle Zutaten in eine Pyrex®-Auflaufform geben.
2. Abdecken, auf den Boden des Gerätes stellen und 20-25 Minuten bei MIKROWELLE 440 W garen oder bis das Gemüse weich ist. Nach der Hälfte der Garzeit umrühren.

Gedünstete Karotten mit Orange, Kreuzkümmel

Zutaten

Für 4 Personen

1 Prise Zucker
 ¼ Orange, abgeriebene Schale
 1 Prise Kreuzkümmel (ganz)
 15 ml Thymian
 60 g weiche Butter
 250 g Karotten, in Scheiben geschnitten

Gefäß: Mörser

Zubehör: Panacrunch-Blech

Wassertank füllen

1. Zucker, geriebene Orangenschale, Kreuzkümmel und Thymian im Mörser zerstoßen. Anschließend die Butter hinzugeben und gut verrühren. Mit einem Löffel die Masse auf ein Blatt Butterbrotpapier geben und zu einem Zylinder rollen; beide Enden verdrehen, sodass der Zylinder dicht ist. In den Gefrierschrank stellen und fest werden lassen.
2. In Scheiben geschnittene Karotten auf das Panacrunch-Blech legen. Im AUTOMATIKPROGRAMM FÜR FRISCHES GEMUESE MIT DAMPF in der oberen Einschubposition garen.
3. Die Würzbutter in Scheiben schneiden, auf die Karotten geben und diese mit der darauf geschmolzenen Butter servieren.

Gedünstete Zucchini mit Tomate und Chili

Zutaten

Für 4 Personen

1 Knoblauchzehe, gehackt
 ½ rote Chilischote, entkernt und fein gehackt
 2 sonnengetrocknete Tomaten in Öl, abgetropft und grob gehackt
 60 g weiche Butter
 300 g Zucchini, in Scheiben geschnitten

Gefäß: Mörser

Zubehör: Panacrunch-Blech

Wassertank füllen

1. Knoblauch, Chili und sonnengetrocknete Tomaten im Mörser zu einer Paste verarbeiten. Die Butter hinzugeben und gut verrühren. Mit einem Löffel die Masse auf ein Blatt Butterbrotpapier geben und zu einem Zylinder rollen; beide Enden verdrehen, sodass der Zylinder dicht ist. In den Gefrierschrank stellen und fest werden lassen.
2. Zucchini auf das Panacrunch-Blech legen. Im AUTOMATIKPROGRAMM FÜR FRISCHES GEMUESE MIT DAMPF in der oberen Einschubposition garen.
3. Die Würzbutter in Scheiben schneiden und auf die Zucchini geben, diese mit der darauf geschmolzenen Butter servieren.

Gedünstete Zuckerschoten mit Zitronenbutter

Zutaten

Für 4 Personen

½ Zitrone, geriebene Schale und Saft
Salz und Pfeffer
60 g weiche Butter
200 g Zuckerschoten

Gefäß: 1 kleine Pyrex®-Schüssel
Zubehör: Panacrunch-Blech
Wassertank füllen

1. Alle Zutaten außer den Zuckerschoten vermengen. Mit einem Löffel die Masse auf ein Blatt Backpapier geben und zu einem Zylinder rollen; beide Enden verdrehen, sodass der Zylinder dicht ist. Im Kühlschrank aufbewahren.
2. Zuckerschoten auf das Panacrunch-Blech legen. Im AUTOMATIKPROGRAMM FÜR FRISCHES GEMÜESE MIT DAMPF in der oberen Einschubposition garen.
3. Die Zitronenbutter in Scheiben schneiden, auf die Zuckerschoten geben und diese mit der darauf geschmolzenen Butter servieren.

Bohnen-Enchiladas

Zutaten

Für 4 Personen

1 gehackte Zwiebel
250 g Karotten, gerieben
15 ml Olivenöl
10 ml Chilipulver, mild
5 ml Kreuzkümmel, gemahlen
400 g gehackte Dosentomaten
400 g Baked Beans, abgetropft
400 g gemischte Bohnen, abgetropft
6 kleine Tortillas
200 g fettarmer Naturjogurt
50 g Käse, gerieben

Gefäß: 1 große Pyrex®-Auflaufform mit Deckel, 1 mittlere quadratische Pyrex®-Form.
Zubehör: Panacrunch-Blech

1. Geben Sie die Zwiebel mit den Karotten und dem Olivenöl in eine große Pyrex®-Auflaufform. Auf den Boden des Gerätes stellen und 5-6 Minuten bei MIKROWELLE 1000 W garen. Nach der Hälfte der Garzeit umrühren.
2. Chilipulver und Kreuzkümmel unterrühren. 1 Minute bei MIKROWELLE 1000 W garen. Tomaten und Bohnen unterrühren. Abdecken und 8-10 Minuten bei MIKROWELLE 1000 W zum Kochen bringen, dann 10 Minuten bei MIKROWELLE 300 W fortgaren, dabei gelegentlich umrühren.
3. Eine dünne Lage der Masse in der quadratischen Pyrex®-Auflaufform verteilen. Die Tortillas jeweils mit einigen Esslöffeln der Masse füllen, die Enden einschlagen und zum Verschließen eindrehen. Tortillaröllchen mit der Verschlussseite nach unten in die Auflaufform legen. Mit der restlichen Gemüsemasse bedecken. Jogurt und geriebenen Käse vermengen und gleichmäßig auf die Masse verteilen.
4. Form auf das Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition stellen und 10-15 Minuten bei GRILL 1 bräunen.

Porcini-Pilz-Risotto

Zutaten

Für 4 Personen

40 g getrocknete Steinpilze
1 gehackte Zwiebel
250 g Risotto-Reis
50 g Butter
1 Knoblauchzehe, zerdrückt
1 Würfel Gemüsebouillon
1 kleiner Bund Basilikumblätter, gehackt

Gefäß: 1 kleine Pyrex®-Schüssel,
1 x 3 Liter Pyrex®-Auflaufform
Zubehör: entfällt
Wassertank füllen

1. Die Steinpilze in einer kleinen Pyrex®-Schüssel in 400 ml warmem Wasser mindestens 2 Stunden lang einweichen.
2. Zwiebel, Reis und Butter in der Pyrex®-Auflaufform mischen. Auf den Boden des Mikrowellengerätes stellen und 6 Minuten bei DAMPF 1 + MIKROWELLE 440 W garen.
3. Das mit Wasser auf einen Liter Flüssigkeit aufgefüllte Einweichwasser der Steinpilze, die zerdrückte Knoblauchzehe und den Gemüsebouillonwürfel hinzugeben.
4. Offen auf den Boden des Gerätes stellen und 20 Minuten bei DAMPF 1 garen. Nach der Hälfte der Kochzeit die grob gehackten Steinpilze und das Basilikum und bei Bedarf noch etwas Wasser hinzufügen. Abschmecken und servieren.

Gefüllte Zucchini

Zutaten

Für 4 Personen

2 Zucchini, längs halbiert
10 ml natives Olivenöl

Füllung

30 g Semmelbrösel
20 g Pinienkerne
3 fein gehackte Frühlingszwiebeln
1 Knoblauchzehe, zerdrückt
5 ml getrockneter Thymian
20 g Parmesan, gerieben

Gefäß: 1 kleine Pyrex®-Schüssel

Zubehör: Panacrunch-Blech

Wassertank füllen

1. Die Zucchini auf das Panacrunch-Blech legen und in der oberen Einschubposition einschieben und 15 Minuten bei DAMPF 1 garen.
2. Ofen bei OBER-/UNTERHITZE auf 200 °C vorheizen.
3. Für die Füllung alle Zutaten in einer kleinen Pyrex®-Schüssel mischen. Die Mischung über den Zucchini verteilen und mit dem restlichen Olivenöl beträufeln.
4. Auf dem Panacrunch-Blech in der unteren Einschubposition 10-15 Minuten bei OBER-/UNTERHITZE 200 °C garen oder bis sie eine goldbraune Farbe haben.

Gemüse-Couscous

Zutaten

Für 4 Personen

350 g Couscous
5 ml Kurkuma
2,5 ml Zimt
500 ml heiße Gemüsebrühe
1 gehackte Zwiebel
15 ml Olivenöl
1 Knoblauchzehe, zerdrückt
1 rote Paprikaschote, gehackt
1 orange Paprikaschote, gehackt
2 kleine Zucchini in Scheiben
100 g Champignons
100 g Cocktailtomaten, halbiert
1 Zitrone, Saft und abgeriebene Schale
½ Sträußchen Koriander, grob gehackt

Gefäß: 2 große Pyrex® -Auflaufform mit Deckel

Zubehör: entfällt

Wassertank füllen

1. Geben Sie den Couscous, Kurkuma und Zimt in eine große Pyrex®-Auflaufform. Brühe über den Couscous gießen. Auf den Boden des Gerätes stellen und bei DAMPF 1 + MIKROWELLE 440 W 10 Minuten lang garen. Masse mit einer Gabel auflockern.
2. Geben Sie die Zwiebel, das Olivenöl und den Knoblauch in eine große Pyrex®-Auflaufform. Form unten in den Ofen stellen. Zudecken und 4-5 Minuten oder bis alles weich ist bei 1000 W garen.
3. Paprika, Zucchini und Pilze dazugeben. Bei 1000 W zugedeckt 8-10 Minuten garen.
4. Das gegarte Gemüse, die Tomaten, Zitrone und Koriander unter den Couscous mischen.

Schinkentoast mit Käse

Zutaten

Ergibt 2 Stück

4 Scheiben Brot, mit Butter bestrichen
5 ml Dijon-Senf
2 Scheiben gekochter Schinken
100 g Käse in Scheiben

Gefäß: entfällt

Zubehör: Panacrunch-Blech

1. Gerät auf GRILL 1 vorheizen. Brotscheiben mit Butterseite nach oben auf das Panacrunch-Blech legen und in der oberen Einschubposition einschieben. 3-4 Minuten auf GRILL 1 bräunen.
2. Zwei der Brotscheiben auf der ungetoasteten Seite mit Senf bestreichen, dann mit Schinken und Käse belegen. Die anderen Brotscheiben mit der gebräunten Seite nach oben darauf legen.
3. Auf das Panacrunch-Blech zurücklegen und in die obere Einschubposition einschieben. 1 Minute 30 Sekunden-2 Minuten, oder bis der Käse geschmolzen ist, auf GRILL 2 + MIKROWELLE 300 W backen.

Käsetörtchen mit rotem Pesto

Zutaten

Ergibt 12 Stück

375 g Mürbteig
90 g rotes Pesto
1 Knoblauchzehe, zerdrückt
25 g schwarze Oliven, entsteint und gehackt
125 g Mozzarella, gerieben
2 mittelgroße Tomaten, gehäutet, entkernt und gewürfelt
25 g Parmesan, gerieben
5 ml getrockneter Oregano

Gefäß: 1 Muffin-Backblech mit

12 Mulden

1 kleine Pyrex®-Schüssel

Zubehör: Panacrunch-Blech

1. Mürbteig etwa 3 mm dick ausrollen. Mit einem runden Ausstecher von 7,5 cm Durchmesser 12 Kreise ausstechen. Die Mulden der beiden leicht eingefetteten Backbleche damit auslegen. Teig 30 Minuten lang kühl stellen.
2. Ofen bei OBER-/UNTERHITZE auf 200 °C vorheizen.
3. In einer kleinen Pyrex®-Schüssel das rote Pesto, Knoblauch, schwarze Oliven, Mozzarella und Tomaten vermischen. Diese Mischung in die Teigformen füllen. Törtchen mit Parmesan und Oregano bestreuen.
4. Muffinblech auf das Panacrunch-Blech stellen und in der oberen Einschubposition einschieben. Bei 200 °C OBER-/UNTERHITZE 15-20 Minuten backen oder bis sie eine goldbraune Farbe haben.

Käse-Quiche

Zutaten

Für 6 Personen

200 g Haushaltsmehl
100 g Butter
Wasser zum Binden des Teigs

Füllung

250 g Gruyère, gerieben
30 g Mehl
2 Eier, verquirlt
300 ml Milch
60 ml Weißwein
1 Knoblauchzehe, zerdrückt
5 ml Sellarisalz
1 Prise Muskat

Gefäß: 1 mittlere Pyrex®-Schüssel,

1 x 22,5 cm Quicheform, 1 kleine

Pyrex®-Schüssel, 1 Pyrex®-Krug

Zubehör: Panacrunch-Blech

1. In der mittleren Pyrex®-Schüssel Butter und Mehl mit den Händen zu feinen Streuseln verarbeiten. Mit genügend Wasser zu einem Teig verarbeiten. Ausrollen und die Quicheform auslegen. Teig mit der Gabel einstechen. 15 Minuten kühl stellen.
2. Ofen auf OBER-/UNTERHITZE auf 180 °C vorheizen.
3. Teig mit Backpapier und Backbohnen abdecken. Auf das Panacrunch-Blech stellen und in der unteren Einschubposition einschieben und bei OBER-/UNTERHITZE bei 180 °C 20-25 Minuten backen.
4. In einer kleinen Pyrex®-Schüssel den geriebenen Käse und das Mehl mischen. Restliche Zutaten im Krug mischen. Käse dazugeben und gut durchrühren.
5. Auf den Tortenboden geben und mit Muskat bestreuen. Bei OBER-/UNTERHITZE mit 200 °C 30 Minuten backen oder bis die Masse stockt und eine goldbraune Farbe hat.

Weißer Sauce

Zutaten

Ergibt ca. 500 ml

35 g Butter
35 g Haushaltsmehl
500 ml Vollmilch
Salz und Pfeffer
Muskat

Gefäß: 1 Pyrex®-Schüssel, mittelgroß

1 x 1,5 Liter Pyrex®-Krug

Zubehör: entfällt

1. Butter 1 Minute in einer mittleren Pyrex®-Schüssel schmelzen, auf dem Geräteboden bei MIKROWELLE 600 W. Mehl einrühren und 1 weitere Minute bei MIKROWELLE 600 W garen. Beiseite stellen.
2. Milch in einem Krug 2 Minuten 30 Sekunden-3 Minuten bei 1000 W MIKROWELLE erhitzen. Heiße Milch auf die Butter-Mehl-Mischung gießen, dabei mit dem Schneebesen kräftig rühren. Noch einmal 5-6 Minuten kochen, dabei mehrmals kräftig durchschlagen und gut darauf achten, dass die Soße nicht überkocht.
3. Abschmecken und etwas geriebene Muskatnuss hinzufügen.

Pfeffersauce

Zutaten

Für 4-6 Personen

1 gehackte Zwiebel
40 g Butter
30 g Haushaltsmehl
400 ml heiße Brühe aus 2 Brühwürfeln
10 ml weißer Pfeffer
5 ml Cognac
200 ml Crème Fraîche

Gefäß: 1 mittlere Pyrex®-Schüssel

Zubehör: entfällt

1. Geben Sie die Zwiebeln und den Butter in eine mittlere Pyrex®-Schüssel und stellen sie auf den Boden des Gerätes. Bei 1000 W MIKROWELLE 2-3 Minuten garen.
2. Mehl dazugeben, vermischen, noch einmal 1 Minute bei 1000 W MIKROWELLE garen.
3. Brühe und weißen Pfeffer dazugeben. Ohne Abdeckung bei MIKROWELLE 1000 W 3 Minuten lang garen. Aus dem Gerät nehmen und einen Schuss Cognac und die Crème Fraîche zugeben. Gut verrühren und vor dem Servieren mit Salz würzen.

Roquefortsauce

Zutaten

Für 4 Personen

50 g Roquefort-Käse, klein gewürfelt
200 ml Sahne
10 g Stärkemehl
15 ml kaltes Wasser
Salz und Pfeffer

Gefäß: 1 mittlere Pyrex®-Schüssel

Zubehör: entfällt

1. In einer mittleren Pyrex®-Schüssel den Roquefort schmelzen. Dazu auf den Geräteboden stellen und Gerät 1 Minute 30 Sekunden bei 600 W einschalten.
2. Sahne und mit 15 ml Wasser gemischte Speisestärke hinzufügen. 2 Minuten 30 Sekunden-3 Minuten bei 1000 W aufkochen, dabei nach der Hälfte der Kochzeit mit einem Schneebesen kräftig durchschlagen. Würzen. Diese Sauce ist ideal als Beilage zu rotem Fleisch.

Reispudding

Zutaten

Für 4 Personen
 100 g Rundkornreis
 1 Liter Vollmilch
 80 g Puderzucker
 Kleine Zimtstange
 1 Vanilleschote.

Gefäß: 1 große Pyrex®-Schüssel
Zubehör: entfällt

1. Reis, Milch und Zucker in eine große Pyrex®-Schüssel geben. Zimtstange und aufgeschnittene Vanilleschote zugeben. Bedecken.
2. Bei MIKROWELLE 1000 W auf dem Boden des Geräts in 7-8 Minuten zum Kochen bringen. Dabei gut aufpassen, dass die Milch nicht überkocht.
3. Dann 60 Minuten bei MIKROWELLE 300 W garen. Zimtstange und aufgeschnittene Vanilleschote herausnehmen.

Dampfgegartter Rührkuchen mit Vanillesauce

Zutaten

Für 6-8 Personen
 250 g Butter, und zusätzliche etwas
 Butter zum Einfetten
 250 g Puderzucker
 4 Eier, verquirlt
 5 ml Vanilleextrakt
 250 g Haushaltsmehl
 5 g Backpulver
 50 ml Vollmilch
 Vanillesauce
 250 ml Vollmilch
 2 Eigelb
 25 g Puderzucker
 10 g Stärkemehl
 Einige Tropfen Vanilleextrakt

Gefäß: 1 mittlere Pyrex®-Schüssel,
 1 x 1,5 Liter Pyrex®-Puddingform,
 1 x 1,5 Liter Pyrex®-Krug
 1 x 1,5 Liter Pyrex®-Schüssel
Zubehör: Panacrunch-Blech
**Wassertank befüllen und während
 der Garzeit alle 30 Minuten
 nachfüllen.**

1. Für den Rührkuchen Butter und Zucker in einer Pyrex®-Schüssel schlagen bis die Masse schaumig und hell ist. Einzeln nacheinander die Eier hinzugeben, zwischendurch jeweils gut vermischen, dann den Vanilleextrakt hinzugeben. Mehl und Backpulver in die große Pyrex®-Schüssel sieben und unter den Rührteig heben. Zuletzt die Milch unter die Masse rühren. Rührteig in die gefettete Puddingform geben.
2. Form auf das Panacrunch-Blech stellen und in der unteren Einschubposition einschieben. DAMPF 1 einstellen. Der Rührkuchen benötigt etwa 1 Stunde 30 Minuten-2 Stunden Backzeit; die maximale Backzeit kann jeweils immer nur auf 30 Minuten eingestellt werden. Alle 30 Minuten muss die Zeit zurückgestellt und der Wassertank aufgefüllt werden.
3. Für die Vanillesauce bringen Sie die Milch in einem Pyrex®-Krug zum kochen. Stellen Sie dazu den Krug auf den Geräteboden. Dies sollte bei 1000 W Mikrowelle 2 Minuten dauern.
4. Schlagen Sie die Eigelb, den Zucker, die Stärke und den Vanilleextrakt in einer mittleren Pyrex®-Schüssel auf. Die heiße Milch auf die Eimischung gießen und gut verquirlen. Bei 600 W in der MIKROWELLE 1 Minute aufkochen, dann mit dem Schneebesen durchschlagen und 1 weitere Minute kochen bzw. solange bis sie dick wird. Sauce zum Servieren über den Kuchen gießen.

Karamellcreme

Zutaten

Für 4 Personen

500 ml Milch
 1 Vanilleschote, längs aufgeschnitten
 4 Eier, verquirlt
 50 g Puderzucker
 Karamell
 50 g Puderzucker
 15 ml Wasser

Gefäß: 2 kleine Pyrex®-Schüsseln,
 1 x 3-Liter-Pyrex®-Schüssel,
 4 Soufflédörmchen, 1 tiefes Backblech
 26 X 18 cm.

Zubehör: Panacrunch-Blech

1. Milch und Vanilleschote in eine kleine Pyrex®-Schüssel geben und 5 Minuten bei MIKROWELLE 1000 W erhitzen. Aus dem Mikrowellengerät herausnehmen und 5 Minuten lang durchziehen lassen.
2. Eier und Zucker in eine mittlere Pyrex®-Schüssel geben und mit dem Schneebesen gut durchrühren. Die Vanilleschote wegwerfen und die Milch in die Ei- und Zuckermasse einquirlen.
3. Karamell zubereiten. Dazu Wasser und Zucker in eine kleine Pyrex®-Schüssel geben und mit der MIKROWELLE bei 1000 W 2 Minuten-2 Minuten 30 Sekunden kochen. DIE GESAMTE ZEIT ÜBER BEOBACHTEN. Sobald sich die Mischung leicht goldbraun färbt, das Garen beenden.
4. Karamell auf die vier Soufflédörmchen verteilen. Die Formen schnell drehen, damit der Karamell die Seiten der Formen bedeckt.
5. Gerät auf OBER-/UNTERHITZE 150 °C vorheizen.
6. Eiercreme absieben und in die Formen gießen und diese in ein kleines hohes Backblech füllen, dass zur Hälfte mit kochendem Wasser gefüllt ist. Das Backblech auf das Panacrunch-Blech stellen und in der unteren Einschubposition einschieben. 40 Minuten bei OBER-/UNTERHITZE bei 150 °C garen.
7. Im Kühlschrank kühlen, bevor die Speise aus den Formen gestürzt wird.

Kekse mit Schokostückchen

Zutaten

Für 12 Personen

100 g Butter
 100 g Puderzucker
 1 Ei, verquirlt
 175 g Haushaltsmehl
 50 g weiße Schokolade, gehackt
 50 g dunkle Schokolade, gehackt

Gefäß: 1 große Pyrex®-Schüssel

Zubehör: Panacrunch-Blech

1. Ofen auf OBER-/UNTERHITZE auf 170 °C vorheizen.
2. Butter und Zucker in einer großen Pyrex®-Schüssel aufschlagen bis eine blasse Masse entsteht, dann das Ei unterrühren. Mehl zugeben und gut vermengen, dann die Schokolade zugeben.
3. Panacrunch-Blech mit Backpapier auslegen. Mit dem Löffel 6 walnussgroße Teigportionen nicht zu nah nebeneinander auf das Panacrunch-Blech geben, mit einer Gabel leicht flach drücken. In untere Einschubposition einschieben und bei OBER-/UNTERHITZE bei 170 °C 15-20 Minuten backen. Kekse vom Blech nehmen und auf einem Kuchengitter abkühlen lassen.
4. Den restlichen Teig wie oben beschrieben verbacken.

Streusel-Muffins

Zutaten

Ergibt 6 Stück

Streuselbelag:

50 g Butter
75 g Haushaltsmehl
30 g Kristallzucker
15 ml Backgewürzmischung

Muffins:

200 g Haushaltsmehl
2,5 ml Backnatron
10 ml Backpulver
1 Prise Salz
75 g Puderzucker
75 g Butter
200 ml Buttermilch
1 mittelgroßes Ei, verquirlt
100 g frische Beeren

Gefäß: 2 kleine Pyrex®-Schüsseln,
1 große Pyrex®-Schüssel,
1 Muffin-Backblech mit 6 Mulden
Zubehör: Panacrunch-Blech

1. Für die Streusel schmelzen Sie die Butter in einer kleinen Pyrex®-Schüssel, die Sie direkt auf den Geräteboden stellen, 10-20 Sekunden bei 1000 W MIKROWELLE. Restliche Streuselzutaten dazugeben und zu einem weichen Teig verarbeiten. Kalt stellen.
2. Mehl, Backnatron, Backpulver und Salz in eine große Pyrex®-Schüssel sieben. Zucker einrühren. Schmelzen Sie die Butter für die Muffins in einer kleinen Pyrex®-Schüssel 30 Sekunden-1 Minute bei 1000 W MIKROWELLE. Leicht abkühlen lassen und dann die Buttermilch und Eier darunter rühren.
3. Buttermilchmischung vorsichtig in die Mehlmischung rühren. Beeren sanfte darunterheben.
4. Ofen auf OBER-/UNTERHITZE auf 170 °C vorheizen.
5. Mischung gleichmäßig auf die 6 Muffin-Förmchen verteilen. Auf jedem Muffin eine kleine Portion Streusel verteilen.
6. Das Muffin-Backblech auf das Panacrunch-Blech stellen, bei OBER-/UNTERHITZE und 170 °C 25-30 Minuten backen bzw. bis Muffins braun und gut aufgegangen sind.

Apfelkuchen

Zutaten

Für 6-8 Personen

400 g backfertiger Mürbteig
250 g Apfelkompott
2-3 Äpfel, geschält, Kernhaus entfernt
und in dünne Scheiben geschnitten
30 ml Aprikosenmarmelade

Gefäß: 1 Kuchenform 27 cm
Durchmesser

1 kleine Pyrex®-Schüssel
Zubehör: Panacrunch-Blech

1. Ofen auf OBER-/UNTERHITZE auf 210 °C vorheizen.
2. Kuchenform mit dem Teig auslegen. Apfelkompott auf dem Teig verteilen und die Apfelscheiben kränzförmig auf die Apfelmasse legen.
3. Auf das Panacrunch-Blech stellen und in der unteren Einschubposition einschieben und bei OBER-/UNTERHITZE bei 210 °C etwa 35-40 Minuten oder bis er durch ist backen. Kuchen aus der Form nehmen und auf einem Kuchenrost abkühlen lassen.
4. 3 Löffel Aprikosenmarmelade und einen Löffel Wasser in einem Schälchen verrühren, bei 1000 W MIKROWELLE 1 Minute erhitzen und den Apfelkuchen damit bestreichen.

Kirschclafoutis

Zutaten

Für 6 Personen

125 g Haushaltsmehl
4 mittelgroße Eier, verquirlt
30 ml Puderzucker
1 Prise Salz
600 ml Milch
500 g eingekochte Kirschen, abgetropft
45 ml Brandy
15 ml Puderzucker als Dekoration

Gefäß: 1 mittelgroße flache Pyrex®-
Form

1 große Schüssel
Zubehör: Panacrunch-Blech

1. Ofen auf OBER-/UNTERHITZE auf 180 °C vorheizen.
2. Mehl in die große Schüssel sieben. In der Mitte eine Kuhle eindrücken und Eier, Zucker und Salz hinein geben. Alle Zutaten miteinander vermischen und darauf achten, dass alles Mehl eingearbeitet ist. Milch dazugeben und solange schlagen, bis ein weicher Teig entstanden ist.
3. Die Hälfte des Teiges in die flache Pyrex®-Form gießen, mit einem Löffel die Kirschen darauf verteilen und dann den restlichen Teig darüber gießen. Brandy über den Teig spritzen.
4. Form auf das Panacrunch-Blech stellen und bei OBER-/UNTERHITZE bei 180 °C in der unteren Einschubposition einschieben und 40 Minuten oder bis der Kuchen stockt und eine goldbraune Farbe hat backen. Mit Zucker bestreuen und noch warm servieren.

Brötchen

Zutaten

Ergibt etwa 6-8 Brötchen

450 g Weizenmehl Type 550

1 Tütchen Trockenhefe

5 ml Salz

15 g Butter oder Margarine

275 ml warmes Wasser

Für Vollkornbrot:

Je 225 g Vollkornmehl und Weizenmehl

Type 550

Für braunes Brot:

450 g Weizenmehl Type 1050 anstatt des

Weizenmehls Type 550 verwenden

Gefäß: 1 große Pyrex®-Schüssel

Zubehör: Panacrunch-Blech

Wassertank füllen

1. In einer großen Pyrex®-Schüssel Mehl, Hefe und Salz vermengen. Butter oder Margarine hineinkneten. Das warme Wasser zugeben und die Zutaten zu einem Teig verarbeiten. Auf eine bemehlte Fläche geben und 10 Minuten lang kneten.
2. Den Teig in 8 Portionen teilen und zu Brötchen formen. Die Brötchen auf ein mit Backpapier ausgelegtes Panacrunch-Blech legen.
3. Mit Klarsichtfolie abdecken und an einem warmen Ort oder mit OBER-/UNTERHITZE bei 40 °C in der unteren Einschubposition 40 Minuten gehen lassen, bis sich das Teigvolumen verdoppelt hat.
4. Ofen bei OBER-/UNTERHITZE auf 200 °C vorheizen. Die Brötchen mit geschlagenem Ei bestreichen und mit Samen bestreuen, falls gewünscht. Panacrunch-Blech in die untere Einschubposition einschieben und mit OBER-/UNTERHITZE bei 200 °C 25-30 Minuten backen. Nach etwa 2/3 der Backzeit einen DAMPFSTOSS von 3 Minuten geben.

Pizza

Zutaten

Für 2-4 Personen

2 fein geschnittene Zwiebeln

3 Knoblauchzehen, zerdrückt

15 ml Olivenöl

1 Rolle Pizzateig

100 g Passata

10 ml Oregano

100 g Mozzarella, gerieben

Gefäß: 1 große Pyrex®-Schüssel

Zubehör: Panacrunch-Blech

Wassertank füllen

1. Die Zwiebeln und den Knoblauch in eine große Pyrex®-Schüssel geben, zusammen mit dem Olivenöl. Auf den Boden des Gerätes stellen und 5 Minuten bei MIKROWELLE 1000 W garen. Abkühlen lassen.
2. Panacrunch-Blech mit Backpapier auslegen. Den Teig mit den Händen auf dem Panacrunch-Blech verteilen, ohne einen Rand hochzuziehen.
3. Sauce, Zwiebeln und Oregano gleichmäßig auf dem ganzen Teig verteilen.
4. Ofen mit OBER-/UNTERHITZE auf 220 °C vorheizen, dann auf OBER-/UNTERHITZE bei 220 °C 15-20 Minuten backen.
5. Anschließend den Käse hinzugeben und bei OBER-/UNTERHITZE mit 220 °C weitere 8-10 Minuten backen. Zu Beginn dieser Garstufe für 3 Minuten DAMPFSTOSS aktivieren.

Focaccia

Zutaten

Ergibt 1 Laib

400 g Weizenmehl Type 550
1 Tütchen Trockenhefe
10 ml Salz
75 g Olivenöl
10 ml grobes Meersalz

Gefäß: 2 große Pyrex®-Schüsseln,
1 runde Backform, 25 cm

Zubehör: Panacrunch-Blech
Wassertank füllen

1. In einer großen Pyrex®-Schüssel Mehl, Hefe und Salz vermengen. Das Olivenöl und 5-10 EL warmes Wasser allmählich hinzugeben, bis ein weicher Teig entsteht. Auf eine bemehlte Fläche geben und 10 Minuten lang kneten.
2. In eine große gefettete Pyrex®-Schüssel geben, abdecken und an einem warmen Ort oder im Gerät bei OBER-/UNTERHITZE bei 40 °C gehen lassen, bis sich das Teigvolumen verdoppelt hat. Den Teig zurück drücken und noch einmal einige Minuten durchkneten.
3. Teig in eine gefettete, runde Backform mit einem Durchmesser von 25 cm drücken, zudecken und an einem warmen Ort oder bei OBER-/UNTERHITZE bei 40 °C etwa 30 Minuten lang gehen lassen.
4. Ofen mit OBER-/UNTERHITZE auf 190 °C vorheizen. Teigoberfläche mit dem Finger eindrücken. Ein wenig extra Olivenöl darauf träufeln und mit grobkörnigem Meersalz bestreuen. Bei OBER-/UNTERHITZE mit 190 °C 30 Minuten backen. Nach 2/3 der Backzeit einen DAMPFSTOSS mit 3 Minuten ausführen. Focaccia vorsichtig aus der Backform nehmen und auf einem Metallrost abkühlen lassen.

Brötchen mit sonnengetrockneten Tomaten

Zutaten

Ergibt 6 Brötchen

250 g Weizenmehl Type 550
1 Tütchen Trockenhefe
5 ml Salz
25 g sonnengetrocknete Tomaten, grob gehackt
45 ml Olivenöl
75 ml passierte Tomaten
75 ml warmes Wasser
5 ml Olivenöl

Gefäß: 1 große Pyrex®-Schüssel

Zubehör: Panacrunch-Blech

1. In einer großen Pyrex®-Schüssel vermengen Sie Mehl, Hefe und Speisesalz und rühren die Tomaten dazu. Olivenöl, passierte Tomaten und 3-5 EL warmes Wasser allmählich hinzugeben, bis ein weicher Teig entsteht. Auf eine bemehlte Fläche geben und 10 Minuten lang kneten.
2. Panacrunch-Blech mit Backpapier auslegen. Teig in 6 Portionen teilen und auf das Panacrunch-Blech legen. An einem warmen Ort oder bei OBER-/UNTERHITZE mit 40 °C etwa 40 Minuten gehen lassen bis sich das Teigvolumen verdoppelt hat.
3. Ofen mit OBER-/UNTERHITZE auf 220 °C vorheizen. Mit ein wenig Olivenöl beträufeln und mit grobem Meersalz bestreuen. Bei OBER-/UNTERHITZE mit 220 °C 15-20 Minuten oder bis die Brötchen goldbraun sind backen.

Richtlinien

Die Herstellung von Konfitüre, Marmelade und Chutneys geht in der Mikrowelle viel schneller und leichter vonstatten als in einem großen Topf auf dem Herd. Der Hauptvorteil dieser Vorgehensweise besteht darin, dass frisches oder tiefgefrorenes Obst in kleinen Mengen verarbeitet werden kann, sodass Sie den geeigneten Zeitpunkt selbst bestimmen können.

Geschirrgröße

Wählen Sie immer eine sehr große hitzebeständige Glasschüssel. Verwenden Sie **NIE** einen Einkochtopf oder Kochgeschirr aus Metall im Mikrowellenherd.

Deckel

Beim Einkochen von Obst keinen Deckel auflegen.

Sterilisieren von Gläsern

Sie können die Einmachgläser für Ihre Konfitüre in der Mikrowelle sterilisieren. Dazu füllen Sie die Gläser zur Hälfte mit Wasser und erhitzen sie bei 1000 W bis das Wasser siedet (ca. 3 Minuten bei 2 Konfitüregläsern). Leeren Sie die Gläser dann aus und lassen Sie sie umgedreht auf Küchenpapier abtropfen. Beim Einfüllen der Konfitüre müssen die Gläser warm sein.

Verwenden Sie die Mikrowelle nicht zur Sterilisierung von Babyfläschchen.

Versiegeln Sie keine Einmachgläser in ihrer Mikrowelle.

Rühren

Halten Sie einen hölzernen Kochlöffel zum Umrühren Ihres Einkochguts bereit, aber lassen Sie den Kochlöffel **NICHT** während der Garzeit im Ofen.

Gelierungspunkt

Geben Sie etwas Marmelade oder Konfitüre auf eine kalte Untertasse (stellen Sie eine in den Kühlschrank, solange Sie die Konfitüre kochen). Lassen Sie die Probe abkühlen. Die Konfitüre sollte an der Oberfläche faltig werden, wenn Sie mit dem Finger leicht darüber fahren.

Pflaumenkonfitüre

Zutaten

Ergibt ca. 1,5 kg

675 g Pflaumen oder Zwetschgen
200 ml Wasser
675 g Gelierzucker
30 ml Zitronensaft
5 ml Butter

Gefäß: 1 x 2 Liter Pyrex®-Schüssel
Zubehör: entfällt

1. Pflaumen anstechen und mit dem Wasser eine große Pyrex®-Schüssel geben. Auf den Boden des Gerätes stellen und bei **MIKROWELLE 600 W** garen, 10 Minuten lang oder bis das Obst weich ist.
2. Die restlichen Zutaten zugeben und bei **MIKROWELLE 1000 W** 5 Minuten lang garen, dabei häufig umrühren. Alle Zuckerkrystalle um die Schüssel herum einrühren und auf **MIKROWELLE** mit 1000 W zum Kochen bringen.
3. Bei **MIKROWELLE 1000 W** weiter kochen bis der Gelierungspunkt erreicht ist – ca. 25-30 Minuten.
4. Leicht abkühlen lassen, Pflaumensteine entfernen, Konfitüre in Gläser füllen, versiegeln und beschriften.

Beerenkonfitüre

Zutaten

Ergibt 2 Gläser

450 g Beerenobst, gewaschen
 250 g Gelierzucker
 200 g Kristallzucker
 2,5 ml Zitronensaft
 5 ml Butter

Gefäß: 1 x 2 Liter Pyrex®-Schüssel

Zubehör: entfällt

1. Alle Zutaten in eine große Pyrex®-Schüssel geben. Auf den Boden des Gerätes stellen und 5 Minuten bei MIKROWELLE 1000 W garen. (Bei Verwendung von tiefgefrorenem Obst beträgt die Garzeit 10-15 Minuten) Gelegentlich umrühren. Fortgaren, bis sich der Zucker aufgelöst hat. An der Schüsselwand haftende Zuckerkristalle in die Masse zurückstreichen.
2. Menge bei MIKROWELLE 1000 W zum Kochen bringen. Mit MIKROWELLE 1000 W weiter kochen bis der Gelierpunkt erreicht ist – ca. 15-20 Minuten.
3. Leicht abkühlen lassen, umrühren, in Gläser füllen, versiegeln und beschriften.

Lemon curd, Zitronencreme

Zutaten

Ergibt 2 Gläser

4 ungewaschte Zitronen, geriebene Schale und Saft
 400 g Kristallzucker
 4 mittelgroße Eier, verquirlt
 100 g Butter

Gefäß: 1 große Pyrex®-Schüssel

Zubehör: entfällt

1. Alle Zutaten in eine große Pyrex®-Schüssel geben und gut mischen. Auf den Geräteboden stellen und bei 1000 W in der MIKROWELLE 5-6 Minuten erhitzen, dabei zunächst jede Minute, dann alle 30 Sekunden umrühren, bis die Masse zu stocken beginnt. Wenn die Masse am Löffel hängen bleibt, herausnehmen, bevor die Eier gerinnen. Die Mischung stockt beim Abkühlen noch nach.
2. Gläser mit der heißen Creme befüllen, verschließen und umdrehen. Zitronencreme im Kühlschrank aufbewahren.

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, essuyez-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

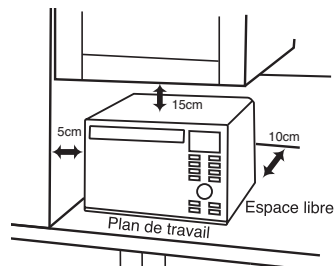
Utilisez la tension indiquée sur le four à micro-ondes. Si vous utilisez une tension supérieure à celle spécifiée, l'appareil risque de prendre feu ou de présenter un danger.

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.

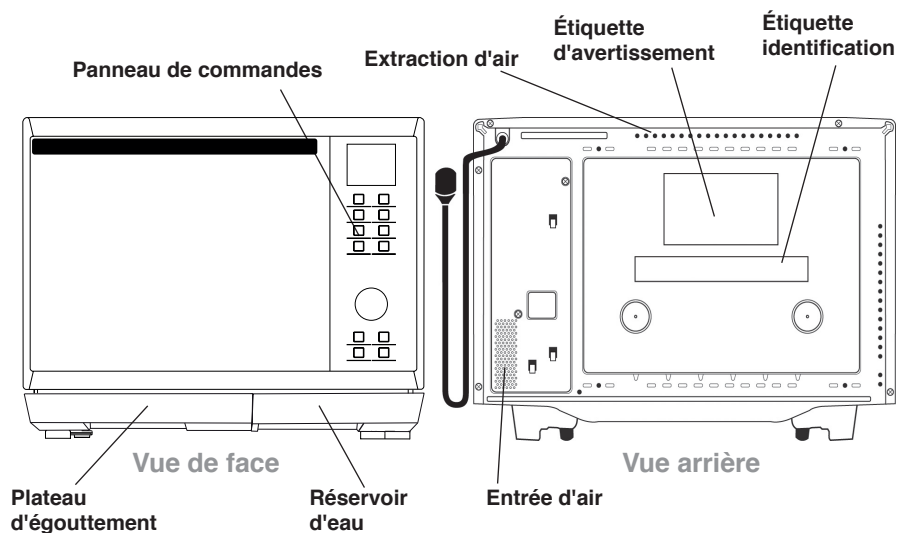
Mélangez ou agitez le contenu des biberons et des petits pots.

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

Conseils concernant les accessoires

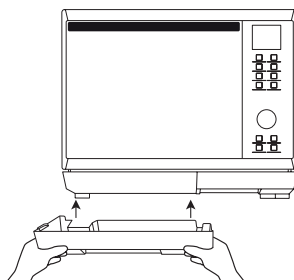
1. Ne placez rien directement en bas du four. Placez toujours les aliments dans un plat pouvant aller au micro-ondes.
2. Les accessoires fournis avec le four doivent **uniquement** être utilisés comme indiqué pour les modes **gril, four, vapeur, Panacrunch et combiné** sans cuisson micro-ondes. **N'utilisez 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

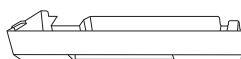
1. Avant d'utiliser le four, le plateau d'égouttement doit être installé puisqu'il recueille l'excès d'eau pendant la cuisson. Le plateau d'égouttement doit être retiré et nettoyé à intervalles réguliers.
2. Installez le plateau d'égouttement en le tenant à deux mains et en l'insérant sur les pattes 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.**



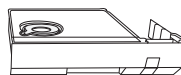
Re-placez le plateau d'égouttement en le cliquant à nouveau sur les pattes du four.

Réservoir d'eau

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



Plateau d'égouttement



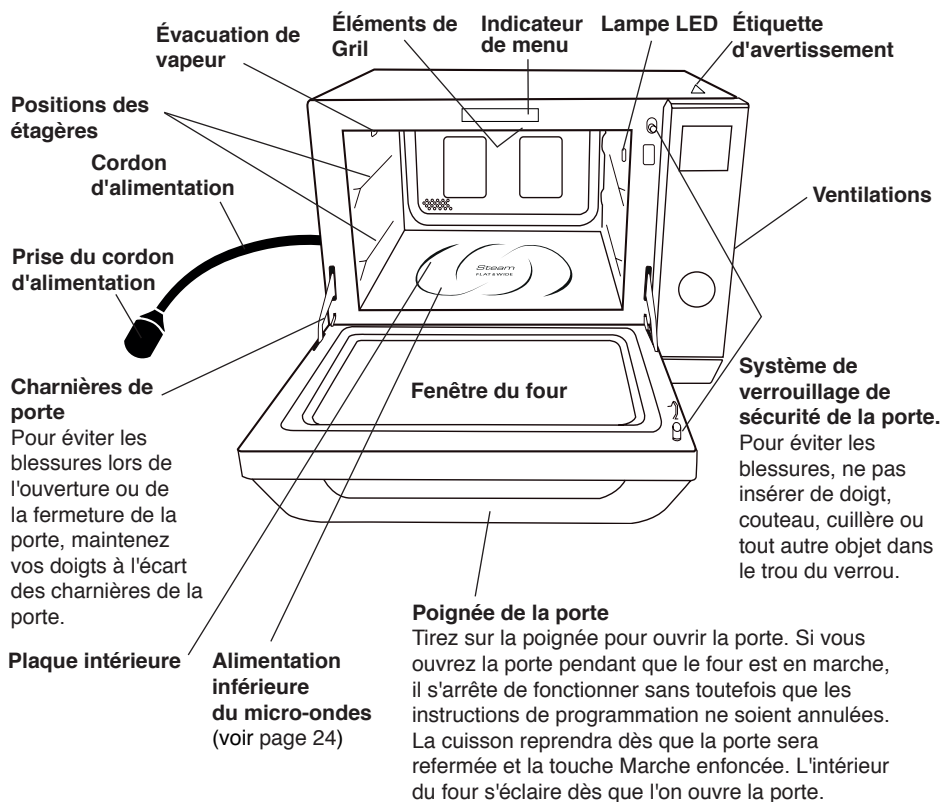
Réservoir d'eau



Remarque

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

Parties du four



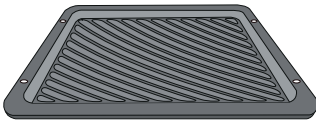
Remarque

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

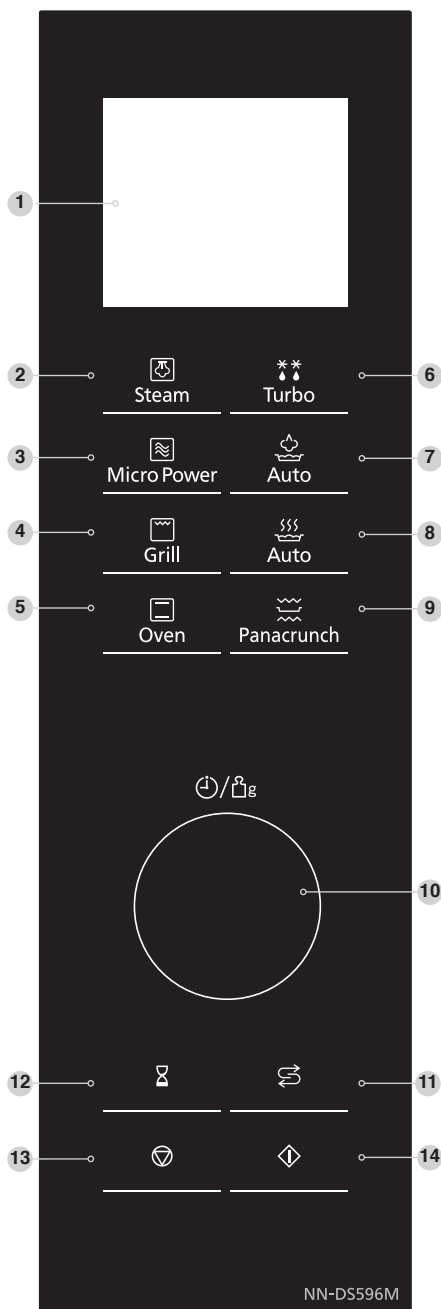
1. N'utilisez jamais d'ustensiles tranchants sur le plat car cela pourrait endommager sa surface antiadhésive.
2. Après utilisation, lavez le plat dans de l'eau chaude savonneuse et rincez-le à l'eau chaude. N'utilisez pas de produits de nettoyage abrasifs ou de tampons à récurer car ils pourraient endommager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

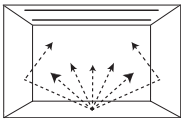
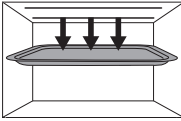
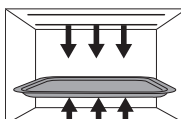
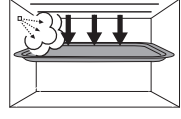
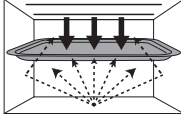


Remarque

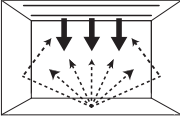
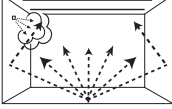
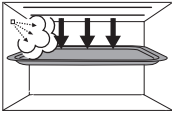
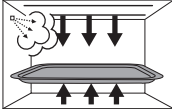
- Le four se met en mode veille quand la dernière opération est terminée. En mode veille, la luminosité de l'écran est réduite.
- Dans ce mode veille, il faut ouvrir et fermer le four.
- Si une opération est programmée et que la touche Marche n'est pas actionnée dans les 6 minutes, le four annule automatiquement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

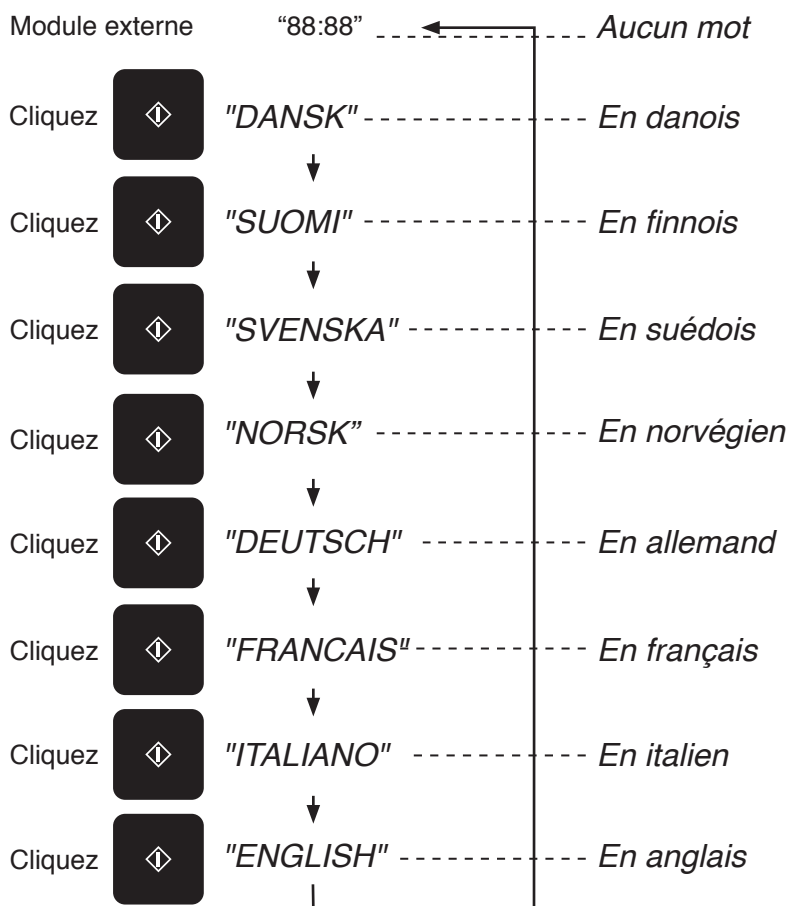
Modes de cuisson	Utilisations	Accessoires à utiliser	Conteneurs
<p>MICRO-ONDES</p> 	<ul style="list-style-type: none"> Décongélation Réchauffage Fondre : le beurre, le chocolat, le fromage. Cuisson du poisson, des légumes, des fruits, des œufs. Préparation : compotes, confitures, sauces, crèmes, choux, 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.



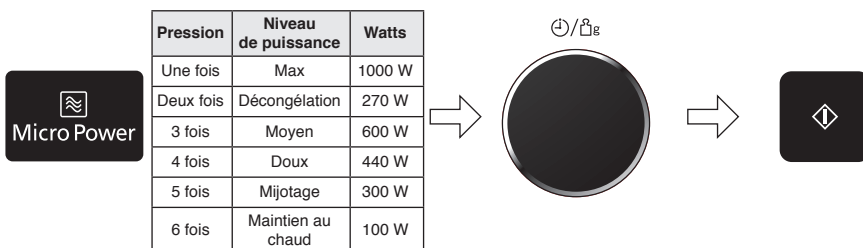
Remarque

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



Français

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.

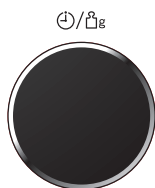
Trois niveaux de gril différents sont disponibles.

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.

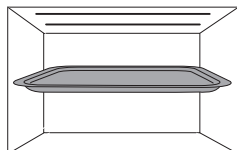
Appuyez sur Marche pour préchauffer. Un « P » s'affiche dans la fenêtre d'affichage. Quand le four est préchauffé, il émet un bip et le « P » se met à clignoter. Ouvrez alors la porte et placez les aliments à l'intérieur.
** Ignorez cette étape lorsque le préchauffage n'est pas nécessaire.*



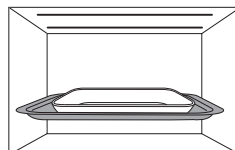
Choisissez la durée de cuisson à l'aide du sélecteur de Poids/Durée. Le temps maximum de cuisson est de 90 minutes.

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

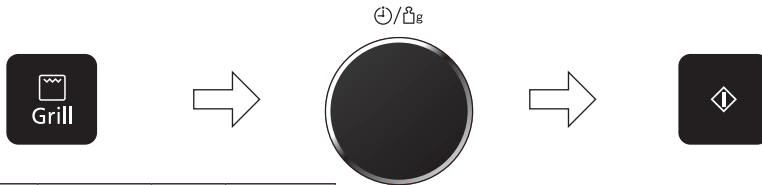
Utilisez des gants lorsque vous retirez l'accessoire. Ne touchez jamais le vitre extérieure ou les parties métalliques à l'intérieur de la porte ou du four lorsque vous mettez ou enlevez l'aliment, ce en raison des températures élevées impliquées.

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.



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.



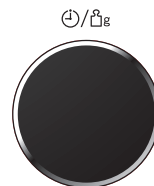
Remarque

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.

** 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.

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.



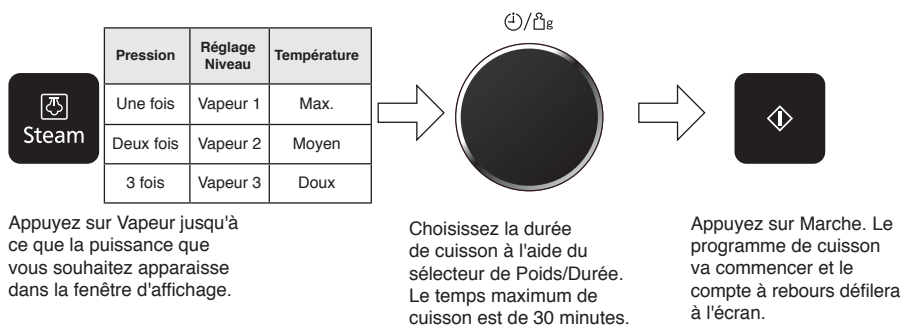
Attention

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.

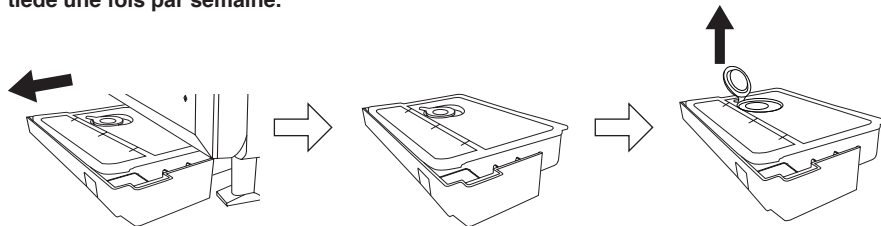
Faites attention lorsque vous retirez le plateau d'égouttement. Essayez l'eau qui coule du côté gauche du four. Ceci est normal.

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.

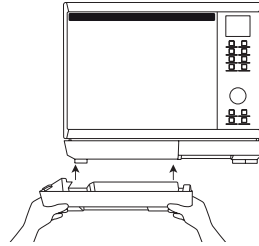


Cuisson à la vapeur



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.

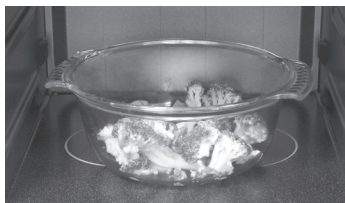
De la vapeur peut s'échapper lorsque vous ouvrez la porte. S'il y a de la vapeur dans le four, ne tentez pas de saisir quoique ce soit à mains nues ! Risque de brûlures ! Utilisez des maniques.

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 préculs	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.

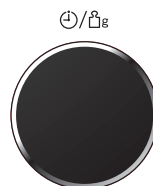
Cuisson combinée gril et micro-ondes



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.

Français



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.

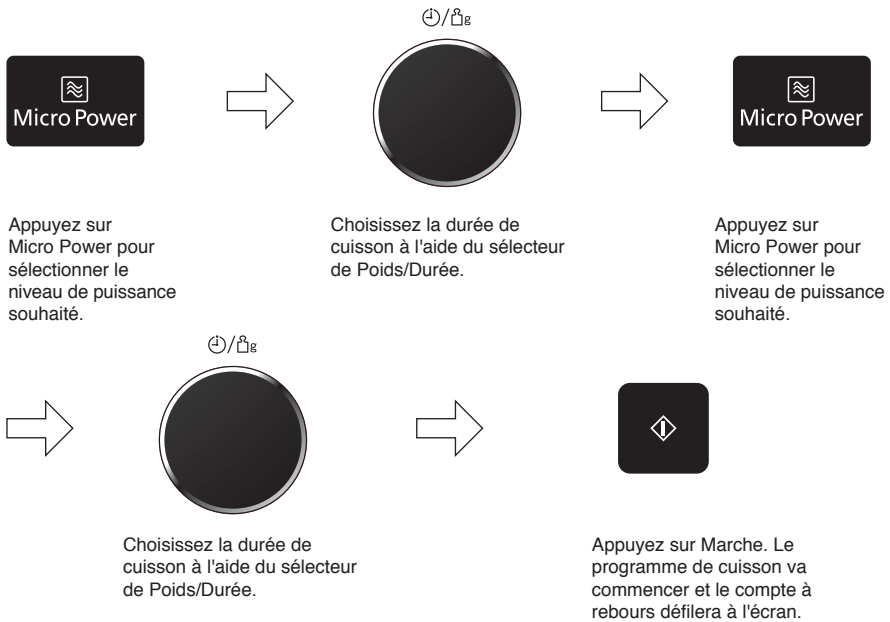


Instructions

Les aliments sont toujours cuits **découverts**.

Cuisson en plusieurs étapes

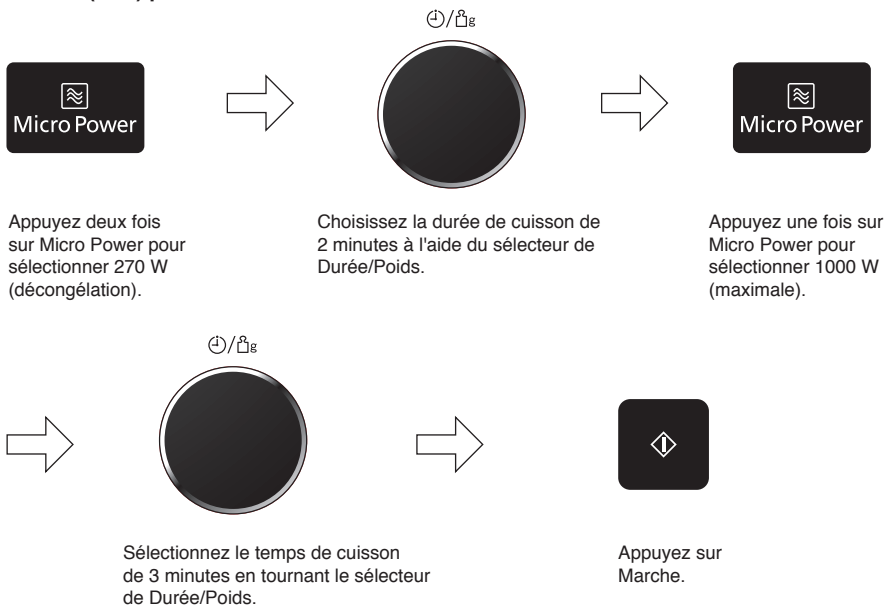
Cuisson en 2 ou 3 étapes



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.



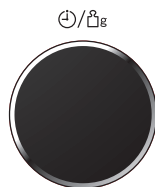
Remarque

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 :

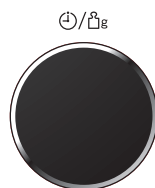
Pour cuire au Gril 3 (léger) pendant 4 minutes et cuisson d'aliment au micro-ondes à la puissance de 440 W (faible) pendant 5 minutes.



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.



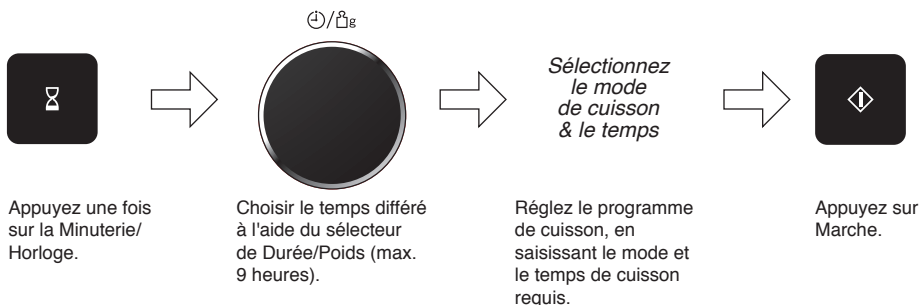
Remarque

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

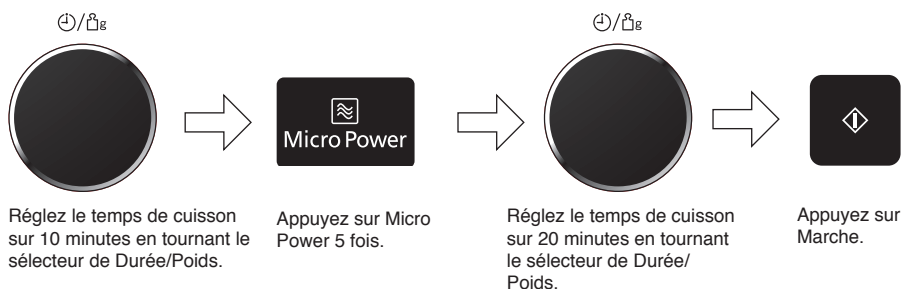
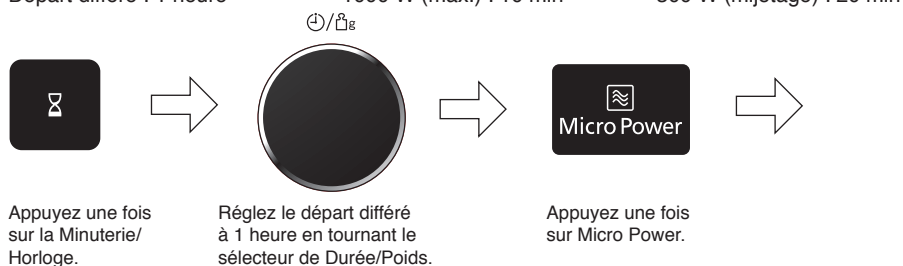


Exemple :

Départ différé : 1 heure

1000 W (max.) : 10 min

300 W (mijotage) : 20 min



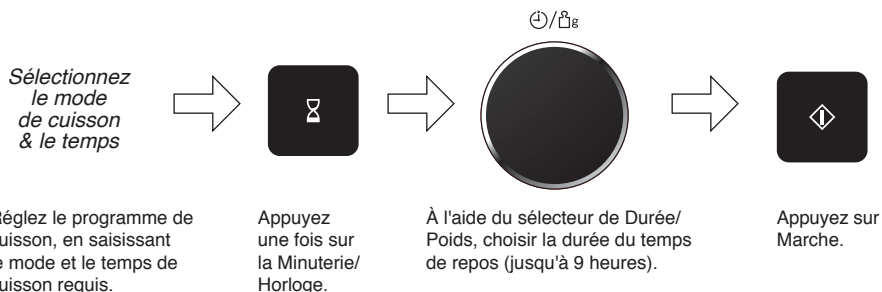
Remarque

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.

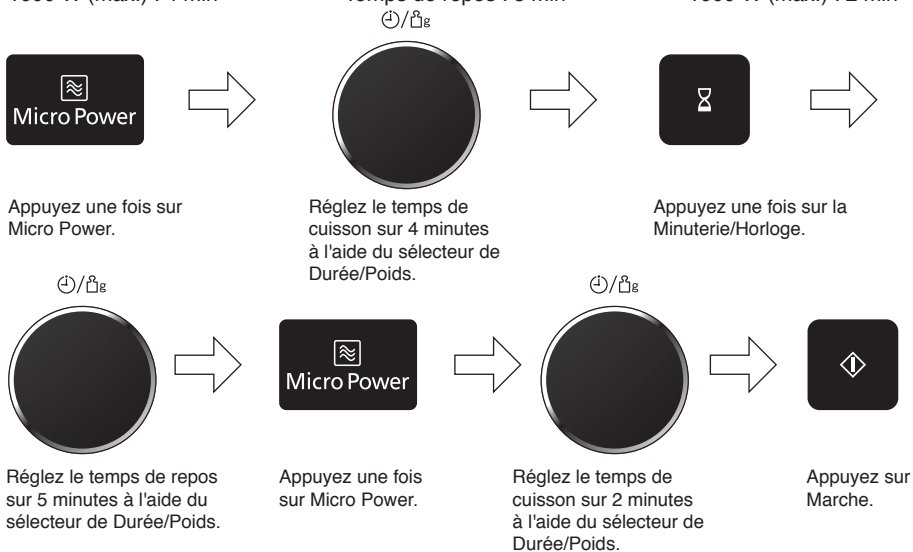


Exemple :

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).

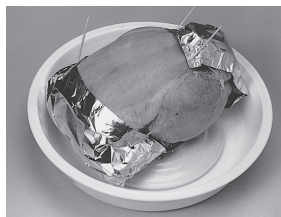
Les aliments doivent être disposés dans un plat adapté, la viande et les poulets entiers doivent être placés dans une soucoupe ouverte ou un plat micro-ondable. Les morceaux, les parties de poulet et les tranches de pain doivent être placés en une seule couche. Il n'est pas nécessaire de recouvrir les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



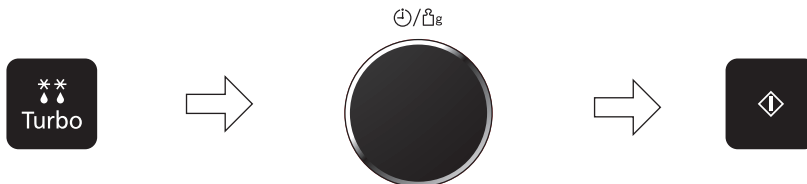
Remarque

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.

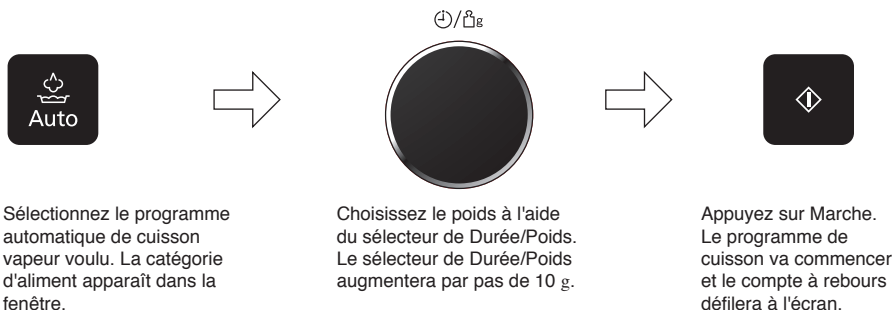


Remarque

- 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




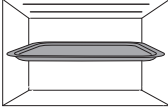

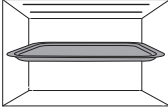

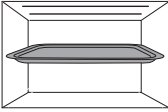

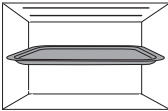
Vapeur




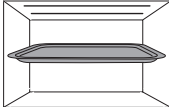

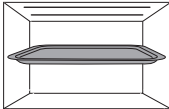

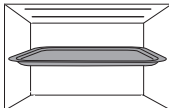
Instructions

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.

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
 <p>11. PLAT CUISINE</p>	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>
 <p>12. PLAT SURGELE</p>	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>
 <p>13. LEGUMES FRAIS</p>	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

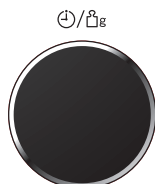
1. Coupez les pommes de terre en fines tranches. Épluchez et hachez la gousse d'ail.
2. Disposez les tranches de pommes de terre dans le plat Pyrex® peu profond. Éparpillez l'ail, la moitié du fromage et le sel et poivre.
3. Ajoutez la crème et le lait. Recouvrez du reste de fromage râpé. Placez dans 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



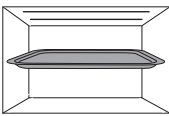


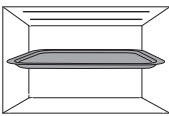


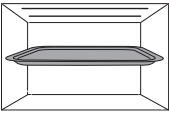


Instructions

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.


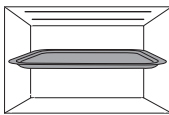

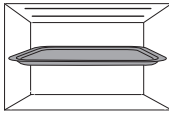

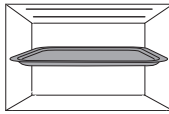
Programmes Panacrunch



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

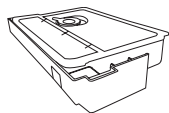


Programme	Poids	Accessoires	Conseils d'utilisation
 21. FILETS DE POISSON FRAIS	300 g - 750 g		<p>Pour cuire des filets de poisson frais, comme le saumon, le cabillaud ou l'aiglefin, d'un poids maximal de 180 g chacun, en mode vapeur + grill. Remplissez le réservoir d'eau. Disposez le poisson frais, 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.



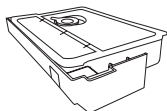
Attention

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

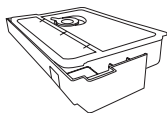
La première étape de ce programme nettoie le système avec une solution d'acide citrique. La deuxième étape fait circuler de l'eau à travers le système pour rincer les tuyaux.



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.



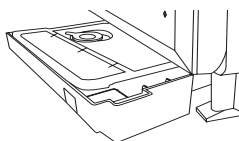
Remarque



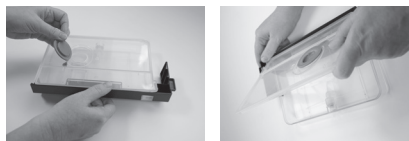
1. Le symbole  apparaît à l'écran lors de l'exécution du programme DRAINER CIRCUIT EAU et DETARTRAGE CIRCUIT VAPEUR.
2. Si le programme de DETARTRAGE CIRCUIT VAPEUR n'est pas utilisé régulièrement, le tuyau va se bloquer et la performance de la cuisson à la vapeur sera moins efficace.
3. Ne retirez pas 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

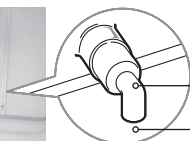
Nettoyez-le à l'eau avec une éponge douce.



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.

Dépose du 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-DS596M WPG
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

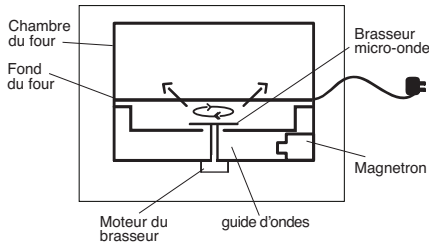


Votre four Panasonic est doté de la toute dernière technologie Inverter. Utilisée depuis longtemps au Japon dans les fours micro-ondes, cette technologie unique améliore considérablement les résultats de cuisson avec votre four. Ce système réduit aussi le nombre de composants, donnant au four un plus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

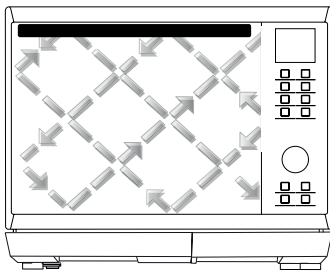
Les informations de ce livret sont données uniquement à titre d'indication. Le temps total variera en fonction de la température de départ des aliments et du récipient utilisé. Vérifiez toujours la température des aliments avant consommation pour ne pas vous brûler.

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.

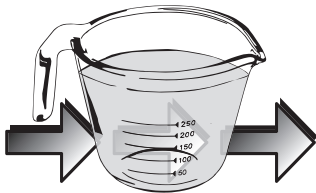


Dans un four à micro-ondes, le magnétron convertit l'électricité en micro-ondes. Pour une alimentation par le bas, consultez la page 24 du manuel.



Réflexion

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



Transmission

Ensuite, elles traversent les conteneurs 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.

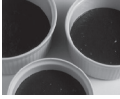
terre, pommes, saucisses etc. doivent tous être percés avant la cuisson. **Ne pas essayer de cuire des œufs dans leur coque.**



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.



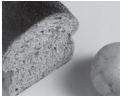
Espacement

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


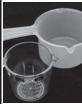





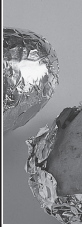
Il est essentiel de vérifier les aliments pendant et après la durée de cuisson recommandée, même si un **programme automatique** a été utilisé (tout comme on vérifie les aliments cuits dans un four classique). Remettre les aliments dans le four pour continuer la cuisson si nécessaire.



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 génoises, 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.

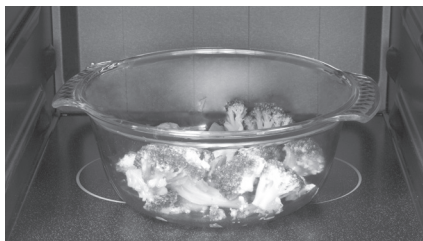
- N'utilisez pas de film alimentaire pendant la cuisson combinée, même pour chemiser l'intérieur d'un récipient.

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 croustillier Panacrunch avec la grille en position supérieure.



Four + Vapeur

Plat croustillier Panacrunch avec la grille en position inférieure.



Gril + Vapeur

Plat croustillier 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 croustillier 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 croustillier Panacrunch avec la grille en position supérieure.
Filet de poisson pané	160 g	G2 + 440 W	6-8 min	Mettez sur le plat croustillier 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 gril

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 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.	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 croustilleur 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 croustilleur 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 croustilleur 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 croustilleur 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 croustilleur Panacrunch avec la grille en position inférieure. Retournez à mi-cuisson.	40-45 min
Pilon de dinde	-	-	190 °C	Préchauffez. Mettez sur le plat croustilleur Panacrunch avec la grille en position inférieure. Retournez à mi-cuisson.	47-49 min
Poussin	-	-	190 °C	Préchauffez. Faites cuire sur le plat croustilleur 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 faire cuire les parties plus minces, qui se désintégreraient.

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

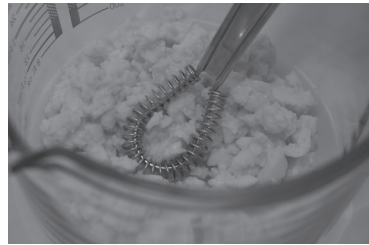
Mélangez 2 œufs frais dans un bol avec un peu de crème fraîche ou de lait, une noix de beurre, du sel et du poivre. Couvrez et faites cuire pendant 40 secondes à 1000 W. Sortez du four et battez énergiquement avec une fourchette. Remettez à cuire à 1000 W pour encore 30-50 secondes. Les œufs doivent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

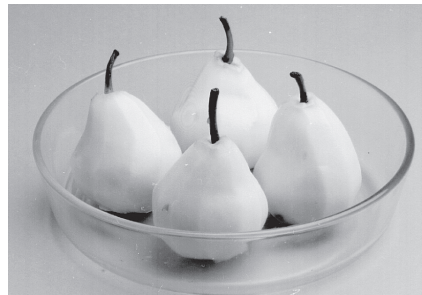
- Gâteaux **Ne pas** couvrir.
- Fruits : vous pouvez couvrir les compotes qui contiennent peu d'eau mais laissez les compotes contenant beaucoup d'eau découvertes.

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 :

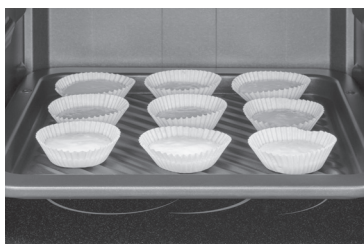
Pour bien cuire les fonds de tarte, utilisez des plats en métal dans **un four préchauffé** à 220 °C, en abaissant la température après avoir mis la tarte au four.

En mode four, vous pouvez cuire les aliments directement sur le plat croustillier 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 croustillier 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 croustillier Panacrunch ne font pas plus de 25 x 25 cm. **Préchauffage recommandé. Ne pas réchauffer en mode four avec le plat croustillier 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 croustillleur
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 croustillleur 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 croustillleur
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 croustillleur Panacrunch avec du papier sulfurisé. Disposez les 6 cercles de pâte sur le plat croustillleur 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 croustillleur
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 croustillleur 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 croustillleur

Panacrunch

Remplissez le réservoir d'eau.

1. Placez les courgettes sur le plat croustillleur 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 croustillleur 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.

Grazie per aver acquistato questo apparecchio Panasonic.

Sommario

Manuale d'istruzioni	2-64
Istruzioni sulla sicurezza.....	2-7
Smaltimento dei rifiuti.....	8
Installazione e connessione.....	9
Posizionamento del forno.....	9
Importanti istruzioni di sicurezza.....	10-14
Consigli per gli accessori.....	14
Parti del forno.....	15-16
Accessorio del forno.....	17
Pannello di controllo.....	18
Modalità di cottura.....	19
Modalità di cottura combinata.....	20
Display di informazioni.....	21
Impostazione dell'orologio.....	22
Blocco di sicurezza bambini.....	22
Cottura e scongelamento con la modalità microonde.....	23-24
Grill.....	25-26
Panacrunch (Grill).....	27-28
Modalità forno.....	29-30
Cottura a vapore.....	31-33
Extra vapore.....	34-35
Cottura combinata con vapore.....	36-37
Cottura combinata con grill e microonde.....	38-39
Cottura con programmazione multifase.....	40-42
Utilizzo del timer.....	43-44
Scongelo turbo.....	45-47
Programmi di cottura automatica a vapore.....	48-50
Programmi di cottura automatica.....	51-53
Programmi Panacrunch.....	54-56
Programmi di pulizia del sistema.....	57-58
Pulizia del serbatoio dell'acqua.....	59
Domande e risposte.....	60-61
Cura del forno.....	62-63
Specifiche.....	64
Ricettario	65-128
Inverter.....	65

Principi di funzionamento delle microonde.....	66
Linee guida generali.....	67-68
Guida rapida agli utensili da cottura.....	69
Livelli di potenza delle microonde.....	70
Grill.....	70
Cottura a forno tradizionale.....	71-72
Cottura a vapore.....	72
Cottura combinata.....	73
Quale combinazione scegliere?.....	74
Cottura combinata: contenitori e accessori.....	75
Linee guida per il riscaldamento e la cottura.....	76-77
Tabelle per la cottura e il riscaldamento.....	78-85
Tabella per la cottura solo a vapore.....	85
Suggerimenti per la cottura a microonde.....	86
Linee guida per lo scongelamento.....	87
Tabella di scongelamento.....	88-89
Carne e pollame.....	90-95
Pesce.....	96-97
Verdure.....	98-99
Tabelle di cottura.....	100-101
Uova e formaggio.....	102
Verdure e alimenti ricchi di amido secchi.....	103
Dolci e dessert.....	104
Consigli generali per la cottura a microonde.....	105
Cottura a forno tradizionale.....	105
Risposte alle domande frequenti.....	106-107
Ricetta	
Zuppe e antipasti.....	108-110
Pesce.....	111-113
Carne.....	114-116
Verdure.....	117-119
Formaggio.....	120
Salse.....	121
Dessert.....	122-124
Pane.....	125-126
Marmellate.....	127-128

Manuale d'istruzioni

Istruzioni sulla sicurezza

- Importanti istruzioni di sicurezza. Leggere attentamente queste note e conservarle per riferimento futuro.
- Questo apparecchio può essere utilizzato da bambini di età superiore agli 8 anni e da persone con capacità fisiche, sensoriali e mentali ridotte oppure inesperte solo nel caso in cui ricevano supervisione o istruzioni da parte di una persona responsabile della loro sicurezza per quanto riguarda l'uso sicuro dell'apparecchio e siano consapevoli dei rischi che si corrono, inclusa la fuoriuscita di vapore. I bambini non devono giocare con l'apparecchio. Le operazioni di pulizia e manutenzione non devono essere eseguite da bambini senza opportuna supervisione. Tenere l'apparecchio e il cavo fuori dalla portata dei bambini di età inferiore agli 8 anni.
- Il forno dovrebbe essere installato in modo tale da poter essere facilmente isolato dall'alimentazione elettrica estraendo la spina o azionando un interruttore di circuito.
- Se il cavo di alimentazione è danneggiato, deve essere sostituito dal produttore, da un incaricato della manutenzione o da personale con qualifica analoga in modo da prevenire eventuali pericoli.
- Avvertenza! Assicurarsi che le guarnizioni e le zone circostanti non siano danneggiate; in caso contrario, astenersi dall'azionare l'apparecchio prima di averlo fatto riparare da un tecnico di un Centro Assistenza qualificato e debitamente formato dal produttore.
- Avvertenza! Non tentare di manomettere, modificare o riparare da soli lo sportello, l'alloggiamento del pannello di controllo, gli interruttori di sicurezza o qualsiasi altra parte del forno.

Istruzioni sulla sicurezza

- Avvertenza! Non rimuovere il pannello esterno di protezione dalle microonde.
- Gli interventi di riparazione devono essere eseguiti solo presso un Centro Assistenza qualificato.
- Avvertenza! Per evitare ogni rischio di esplosione, non riscaldare liquidi e altri alimenti in contenitori sigillati.
- Avvertenza! Consentire ai bambini di utilizzare il forno senza supervisione solo dopo una previa e adeguata istruzione, affinché possano servirsene in tutta sicurezza e comprendere i rischi derivanti da un uso improprio dell'apparecchio.
- Il forno è progettato per essere utilizzato esclusivamente su un piano di lavoro. Non deve essere incorporato o incassato in altri elementi.

Per un uso su ripiano:

- Il forno deve essere sistemato su una superficie stabile e piana, a più di 85 cm da terra, con il retro posto contro una parete posteriore. Per un funzionamento corretto il forno deve essere sufficientemente arieggiato, ossia su un lato la distanza dalla parete deve essere di 5 cm, l'altro lato è aperto, sopra la parte superiore devono esserci 15 cm di spazio libero e 10 cm nella parte posteriore.
- Quando si riscaldano degli alimenti in contenitori di plastica o di carta, controllare il forno frequentemente poiché, se scaldati eccessivamente, questi tipi di contenitori possono prendere fuoco.

Istruzioni sulla sicurezza

- In caso di emissione di fumo o incendio all'interno del forno, premere il tasto Arresto/Annullamento e lasciare lo sportello chiuso allo scopo di soffocare eventuali fiamme. Staccare il cavo di alimentazione oppure interrompere l'alimentazione a livello del fusibile o del pannello dell'interruttore di circuito.
- Questo forno è destinato a un uso esclusivamente domestico.
- Quando si scaldano dei liquidi, ad es. minestre, sughi e bevande, nel forno, è possibile che l'alimento vada oltre la temperatura di ebollizione senza produrre bolle e il liquido caldo potrebbe traboccare dal contenitore.
- Mescolare o agitare il contenuto di biberon e vasetti di omogeneizzati. Per evitare ustioni, controllare la temperatura prima di somministrare l'alimento.
- Non cuocere in modalità **microonde** uova con il guscio e uova sode intere. Infatti la pressione potrebbe aumentare a dismisura facendole scoppiare, anche una volta terminato il riscaldamento.
- Pulire regolarmente la parte interna del forno, le guarnizioni dello sportello e la zona circostante le guarnizioni. Quando gli schizzi di alimenti o di liquidi aderiscono alle pareti del forno, alla base, alle guarnizioni dello sportello e alla zona circostante, rimuoverli con un panno umido. In caso di sporco ostinato, utilizzare un detergente neutro. Si sconsiglia l'impiego di detergenti aggressivi o abrasivi.
- **Non utilizzare i prodotti specifici per la pulizia del forno che si trovano in commercio.**

Istruzioni sulla sicurezza

- Quando si usano le modalità di cottura a **grill, forno, vapore, Panacrunch** o **combinata**, alcuni alimenti depositeranno inevitabilmente schizzi di grasso sulle pareti del forno. Se il forno non viene regolarmente pulito, ciò può causare emissioni di "fumo".
- Se il forno non viene tenuto pulito, le superfici si possono deteriorare e, di conseguenza, l'apparecchio potrebbe durare meno ed eventualmente diventare pericoloso.
- Avvertenza! Nelle modalità di cottura a **grill, forno, vapore, Panacrunch** e **combinata** le parti accessibili possono raggiungere temperature elevate. I bambini di età inferiore agli 8 anni devono stare lontani dal forno. Viste le alte temperature generate, i bambini devono utilizzare il forno solo con la supervisione di un adulto.
- Non utilizzare getti di vapore per pulire l'apparecchio.
- Non utilizzare detergenti abrasivi o raschietti di metallo appuntiti per pulire il vetro del forno in quanto possono graffiare la superficie e, di conseguenza, danneggiare il vetro.
- Le superfici esterne del forno, inclusi gli sfii dell'aria sull'alloggiamento e lo sportello del forno, raggiungono temperature elevate durante le modalità di cottura a **grill, forno, vapore, Panacrunch** e **combinata**. Prestare quindi attenzione quando si apre o si chiude lo sportello, nonché quando si inseriscono o tolgono gli alimenti e l'accessorio.
- Questo apparecchio non deve essere utilizzato con timer esterni o telecomandi separati.
- Utilizzare esclusivamente utensili che siano adatti per forni a microonde.

Istruzioni sulla sicurezza

- **Avvertenza!** Questo apparecchio produce vapore bollente.
- Durante e dopo la cottura a vapore, non avvicinare il volto mentre si apre lo sportello del forno. Prestare attenzione nell'apertura dello sportello in quanto il vapore può causare lesioni.
- **Avvertenza!** Quando si apre lo sportello, potrebbe fuoriuscire del vapore. Se nel forno è presente del vapore, non avvicinarsi a mani nude. Rischio di ustioni: indossare guanti da forno.
- Leggere le istruzioni a pagina 17 per un corretto montaggio dell'accessorio.
- Il forno è dotato di due riscaldatori grill situati nella parte alta del forno e di due riscaldatori situati sulla base del forno. Dopo l'uso delle funzioni di cottura a **grill, forno, vapore, Panacrunch e combinata**, le superfici interne del forno raggiungono temperature elevate. Prestare attenzione onde evitare di toccare gli elementi di riscaldamento situati all'interno del forno. Per evitare ustioni, non toccare le superfici interne del forno.
- Questo forno combinato è indicato esclusivamente per il riscaldamento di alimenti e bevande. Prestare attenzione nel riscaldamento di alimenti a basso contenuto di umidità come prodotti a base di pane, cioccolato, biscotti e prodotti da forno. Se cotti troppo a lungo possono bruciarsi, asciugarsi o prendere fuoco facilmente. Non consigliamo di riscaldare alimenti a basso contenuto di umidità come popcorn o poppadom. L'essiccazione di alimenti, giornali o tessuto, compreso il riscaldamento di cuscini imbottiti, pantofole, spugne, panni umidi, borse per i cereali, borse dell'acqua calda o simili, possono causare rischio di lesioni, ignizione o incendio.

Istruzioni sulla sicurezza

- La lampadina del forno deve essere sostituita da un tecnico di un Centro Assistenza formato dal produttore. **Non** tentare di staccare l'alloggiamento esterno dal resto del forno.
- Prima di utilizzare il forno, posizionare il vassoio di raccolta. Leggere le istruzioni a pagina 15 per una corretta installazione.
- Nel vassoio viene raccolta l'acqua prodotta durante la cottura a **vapore** e **microonde**. Svuotarlo dopo ogni utilizzo nelle modalità di cottura a **vapore** e **microonde**.
- Se il serbatoio dell'acqua è spaccato o rotto, non utilizzarlo; altrimenti il liquido che ne fuoriesce potrebbe provocare corti circuiti e scosse elettriche. Ai primi segnali di danneggiamento, contattare il proprio rivenditore.
- **Attenzione!** Per evitare pericoli causati da un involontario azzeramento del limitatore di temperatura, l'apparecchio non può essere alimentato da un dispositivo di commutazione esterno, quale ad esempio un timer, né può essere collegato a un circuito elettrico regolarmente attivato e disattivato da un dispositivo.

Smaltimento dei rifiuti



Informazioni per gli utenti sullo smaltimento di materiale elettrico ed elettronico (privati)

Questo simbolo apposto sul prodotto e/o sui documenti di accompagnamento sta a indicare che i prodotti elettrici ed elettronici devono essere smaltiti separatamente dai rifiuti domestici in generale.

Per un trattamento, un recupero e un riciclaggio appropriati, portare questi prodotti presso un centro di raccolta specifico, nel quale verranno ritirati gratuitamente. In alternativa, in certi Paesi è possibile restituire il prodotto al rivenditore locale in cambio dell'acquisto di un apparecchio nuovo equivalente.

Un corretto smaltimento di questi rifiuti riduce lo spreco di risorse non rinnovabili e impedisce potenziali effetti negativi sull'uomo e sull'ambiente che potrebbero derivare da una gestione impropria dei rifiuti. Per ulteriori informazioni sul punto di raccolta più vicino, contattare le autorità locali competenti.

Ogni smaltimento inadeguato di questi rifiuti potrà essere perseguito penalmente, in base alla legislazione locale.

Per le aziende nell'Unione Europea

Per ulteriori informazioni sullo smaltimento di apparecchi elettrici ed elettronici, contattare il proprio rivenditore o fornitore.

Informazioni sullo smaltimento in Paesi non appartenenti all'Unione Europea

Questo simbolo è valido solo entro i confini dell'Unione Europea.

Per informazioni sul corretto smaltimento di questo prodotto, contattare le autorità locali o il proprio rivenditore.

Installazione e connessione

Controllare le condizioni del forno a microonde

Aprire la confezione, rimuovere tutto il materiale di imballaggio e controllare se il forno è danneggiato, ad esempio se presenta ammaccature e se le maniglie o lo sportello sono rotti. Nel caso si riscontrino danni, avvisare immediatamente il proprio rivenditore. Non installare il forno a microonde se danneggiato.



Importante!

Per la sicurezza personale, è importante che l'unità sia dotata di adeguata messa a terra.

Istruzioni per la messa a terra

Se la presa CA è priva di massa, il cliente ha la responsabilità di sostituirla con una presa a muro dotata di regolare collegamento a terra.

Voltaggio operativo

Il voltaggio deve corrispondere a quello specificato sull'etichetta apposta sul forno. L'utilizzo di un voltaggio superiore potrebbe causare incendi e altri danni.

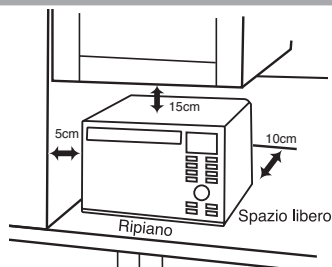
Posizionamento del forno

Il forno è progettato per essere utilizzato esclusivamente su un piano di lavoro. Non deve essere incorporato o incassato in altri elementi.

Utilizzo del forno sul piano di lavoro

Se un lato dell'apparecchio è a contatto con una parete, la parte superiore o l'altro lato deve essere libero. Lasciare 15 cm di spazio sopra la parte superiore del forno.

1. Posizionare il forno su una superficie piana e stabile, a un'altezza di almeno 85 cm da terra.
2. Il forno dovrebbe essere installato in modo tale da poter essere facilmente isolato dall'alimentazione elettrica estraendo la spina o azionando un interruttore di circuito.
3. Per un corretto funzionamento dell'apparecchio, assicurare sempre un adeguato ricircolo dell'aria.
4. Non posizionare l'apparecchio in prossimità di fornelli elettrici o a gas.
5. Non rimuovere i supporti del forno.
6. Non utilizzarlo all'aperto.
7. Evitare di utilizzarlo in presenza di elevata umidità.



8. Il cavo di alimentazione non deve essere a contatto con la parte esterna del forno. Tenere il cavo lontano dalle superfici molto calde. Non lasciare che il cavo sporga da un tavolo o da un ripiano di lavoro. Non immergere il cavo, la spina o il forno in acqua.
9. Non ostruire gli sfiiati sulla parte destra del forno. L'ostruzione di queste aperture durante il funzionamento del forno può causarne il surriscaldamento. Se ciò dovesse accadere, scatterà un apposito dispositivo di sicurezza termico e il forno riprenderà a funzionare solo dopo che si sarà raffreddato.
10. Questo forno è destinato a un uso esclusivamente domestico.

Importanti istruzioni di sicurezza

Leggere attentamente e conservare per futuro riferimento.



Avvertenza!

Importanti istruzioni di sicurezza

1. Pulire le guarnizioni dello sportello e le zone circostanti con un panno umido. Assicurarsi che le guarnizioni e le zone circostanti non siano danneggiate; in caso contrario, astenersi dall'azionare l'apparecchio prima di averlo fatto riparare da un tecnico di un Centro Assistenza qualificato e debitamente formato dal produttore.
2. Non tentare di manomettere, modificare o riparare da soli lo sportello, l'alloggiamento del pannello di controllo, gli interruttori di sicurezza o qualsiasi altra parte del forno. Non rimuovere il pannello esterno di protezione dalle microonde. **Gli interventi di riparazione devono essere eseguiti solo presso un Centro Assistenza qualificato.**
3. Non azionare l'apparecchio in caso di danni del **cavo o della spina**, se il forno non funziona correttamente, se è stato danneggiato o se è caduto. Solo i tecnici dei Centri Assistenza formati dal produttore sono in grado di eseguire in piena sicurezza gli interventi di riparazione.
4. Se il cavo di alimentazione è danneggiato, deve essere sostituito dal produttore, da un incaricato della manutenzione o da personale con qualifica analoga in modo da prevenire eventuali pericoli.
5. Se il serbatoio dell'acqua è spaccato o rotto, non utilizzarlo; altrimenti il liquido che ne fuoriesce potrebbe provocare corti circuiti e scosse elettriche. Ai primi segnali di danneggiamento, contattare il proprio rivenditore.
6. Consentire ai bambini di utilizzare il forno senza supervisione solo dopo una previa e adeguata istruzione, affinché possano servirsene in tutta sicurezza e comprendere i rischi derivanti da un uso improprio dell'apparecchio.
7. Per evitare ogni rischio di esplosione, non riscaldare liquidi e alimenti in contenitori sigillati.
8. Questo apparecchio può essere utilizzato da bambini di età superiore agli 8 anni e da persone con capacità fisiche, sensoriali e mentali ridotte oppure inesperte solo nel caso in cui ricevano supervisione o istruzioni da parte di una persona responsabile della loro sicurezza per quanto riguarda l'uso sicuro dell'apparecchio e siano consapevoli dei rischi che si corrono, inclusa la fuoriuscita di vapore. I bambini non devono giocare con l'apparecchio. Le operazioni di pulizia e manutenzione non devono essere eseguite da bambini senza opportuna supervisione. Tenere l'apparecchio e il cavo fuori dalla portata dei bambini di età inferiore agli 8 anni.



Questo apparecchio produce vapore bollente

Importanti istruzioni di sicurezza

Utilizzo del forno

1. Utilizzare il forno solo per la preparazione di alimenti. Questo apparecchio è progettato specificamente per riscaldare o cuocere gli alimenti. Non utilizzarlo, quindi, per riscaldare sostanze chimiche o altri prodotti non alimentari.
2. Accertarsi che gli utensili e i contenitori che si adopereranno siano adatti per forni a microonde.
3. Il forno a microonde è indicato esclusivamente per il riscaldamento di alimenti e bevande. Prestare attenzione nel riscaldamento di alimenti a basso contenuto di umidità come prodotti a base di pane, cioccolato, biscotti e prodotti da forno. Se cotti troppo a lungo possono bruciarsi, asciugarsi o prendere fuoco facilmente. Non consigliamo di riscaldare alimenti a basso contenuto di umidità come popcorn o poppadom. L'essiccazione di alimenti, giornali o tessuto, compreso il riscaldamento di cuscinetti imbottiti, pantofole, spugne, panni umidi, borse per i cereali, borse dell'acqua calda o simili, possono causare rischio di danno, ignizione o incendio.
4. Nei periodi di inattività, non conservare nel forno oggetti per evitare problemi in caso di azionamento accidentale dell'apparecchio.
5. Il forno non deve essere utilizzato in modalità di cottura **microonde o combinata in assenza di alimenti al suo interno**. In caso contrario, l'apparecchio potrà subire dei danni. Fa eccezione a questa avvertenza il punto 1 sotto "Riscaldamento".
6. Se nel forno si sviluppa fumo o si verifica un incendio, premere il pulsante Arresto/Annullamento lasciando chiuso lo sportello per soffocare le fiamme. Staccare il cavo di alimentazione oppure interrompere l'alimentazione a livello del fusibile o del pannello dell'interruttore di circuito.
7. Durante e dopo la cottura a vapore non avvicinare il volto mentre si apre lo sportello del forno. Prestare attenzione nell'apertura dello sportello in quanto il vapore può causare lesioni.



Attenzione

Quando si apre lo sportello, potrebbe fuoriuscire del vapore. Se nel forno è presente del vapore, non avvicinarsi a mani nude. Rischio di ustioni: indossare guanti da forno.

Importanti istruzioni di sicurezza

Riscaldamento

1. Prima di utilizzare la modalità di cottura a **forno, vapore, grill, Panacrunch** o **combinata** per la prima volta, rimuovere l'olio protettivo all'interno del forno e azionare l'apparecchio senza inserire alcun alimento né accessorio selezionando la funzione **forno** a 220 °C per 10 minuti. In questo modo l'olio antiruggine verrà consumato dal calore. Questa è l'unica occasione in cui il forno deve essere azionato da vuoto.
2. Le superfici esterne del forno, inclusi gli sfiati sull'alloggiamento e lo sportello del forno, raggiungono temperature elevate durante le modalità di cottura a **grill, forno, vapore, Panacrunch** e **combinata**. Prestare quindi attenzione quando si apre o si chiude lo sportello, nonché quando si inseriscono o tolgono gli alimenti e l'accessorio.
3. Il forno è dotato di due riscaldatori grill situati nella parte alta del forno e di due riscaldatori situati sulla base del forno. Dopo l'uso delle funzioni di cottura a **grill, forno, vapore, Panacrunch** e **combinata**, le superfici interne del forno raggiungono temperature elevate. Prestare attenzione onde evitare di toccare gli elementi di riscaldamento situati all'interno del forno.



Attenzione! Superfici molto calde

Dopo aver cucinato con queste modalità, l'accessorio del forno sarà molto caldo.

4. Le parti accessibili possono raggiungere temperature elevate nelle modalità di cottura a **grill, forno, vapore, Panacrunch** e **combinata**. I bambini di età inferiore agli 8 anni devono stare lontani dal forno. Viste le alte temperature generate, i bambini devono utilizzare il forno solo con la supervisione di un adulto.

Funzionamento del motore della ventola

Dopo l'uso del forno, il motore della ventola può continuare a girare per qualche minuto per raffreddare i componenti elettrici. Questo è perfettamente normale ed è possibile sfornare la pietanza quando la ventola è ancora in funzione. Durante questo periodo di tempo è possibile continuare a utilizzare il forno.

Serbatoio dell'acqua

Se il serbatoio dell'acqua è spaccato o rotto, non utilizzarlo; altrimenti il liquido che ne fuoriesce potrebbe provocare corti circuiti e scosse elettriche. Ai primi segnali di danneggiamento, contattare il proprio rivenditore.

Luce del forno

Qualora fosse necessario sostituire la lampadina del forno, rivolgersi al proprio rivenditore.

Tempi di cottura

I tempi di cottura indicati nel nostro ricettario sono indicativi: essi dipendono dalle caratteristiche, dalla temperatura, dalla quantità degli alimenti e dal tipo di pentola.

Iniziare con il tempo minimo indicato per evitare di cuocere eccessivamente le pietanze. Se l'alimento non è cotto a sufficienza, si può sempre rimediare infornandolo nuovamente.



Se si superano i tempi di cottura indicati, la pietanza si rovina o potrebbe addirittura prendere fuoco e danneggiare l'interno del forno.

Importanti istruzioni di sicurezza

Termometro per carne

Verificare il grado di cottura di pollame e arrostiti con un termometro per carne solo dopo aver tolto dal forno la pietanza. Non utilizzare un termometro per carne convenzionale nel forno a microonde perché potrebbe causare scintille.

Piccole quantità di alimenti

Se cotte troppo a lungo, le porzioni più piccole o con basso tenore di umidità rischiano di bruciarsi, asciugarsi completamente o prendere fuoco. In quest'ultima evenienza, tenere chiuso lo sportello, spegnere il forno e staccare la spina dell'alimentazione.

Uova

Non cuocere in modalità **microonde** uova con il guscio e uova sode intere. Infatti la pressione potrebbe aumentare a dismisura facendole scoppiare, anche una volta terminato il riscaldamento.

Forare la superficie

Prima di cuocere in modalità **microonde** gli alimenti con buccia o superficie non porosa, come patate, tuorli e insaccati, è necessario praticare dei fori per evitare che scoppino.

Liquidi

Quando si scaldano dei liquidi, ad es. minestre, sughi e bevande, nel forno a microonde, è possibile che l'alimento vada oltre la temperatura di ebollizione senza produrre bolle e il liquido caldo potrebbe traboccare dal contenitore.

Per evitare questo problema, procedere come segue:

- Evitare di utilizzare contenitori con pareti dritte e collo stretto.
- Non scaldare eccessivamente.
- Mescolare il liquido prima di collocare il contenitore nel forno, quindi ancora una volta a metà cottura.
- Dopo aver scaldato il liquido, lasciarlo nel forno per breve tempo, mescolare ancora e togliere dal contenitore prestando la massima cautela.

Carta/Plastica

Quando si riscaldano degli alimenti in contenitori di plastica o di carta, controllare il forno frequentemente poiché, se scaldati eccessivamente, questi tipi di contenitori possono prendere fuoco.

Non utilizzare prodotti in carta riciclata (ad es. carta assorbente), a meno che non sia indicato che il prodotto è adatto per il forno a microonde. Infatti, a volte la carta riciclata contiene impurità che possono provocare scintille o fiamme.

Se un alimento è avvolto in una retina da arrostiti, rimuovere lo spago prima di introdurre l'alimento nel forno.

Importanti istruzioni di sicurezza

Utensili/Contenitori di metallo

Non riscaldare barattoli o bottiglie chiusi in quando potrebbero scoppiare.

I contenitori metallici o i piatti con decorazioni in metallo non devono essere utilizzati con la modalità di cottura a microonde, in quanto possono produrre scintille.

Se si utilizzano contenitori in foglio di alluminio, spiedi o altri oggetti metallici, la loro distanza dalle pareti del forno deve essere di almeno 2 cm per evitare scintille.

Biberon/Vasetti di omogeneizzati

Prima di inserire biberon e vasetti di omogeneizzati nel forno, rimuovere la tettarella o il coperchio.

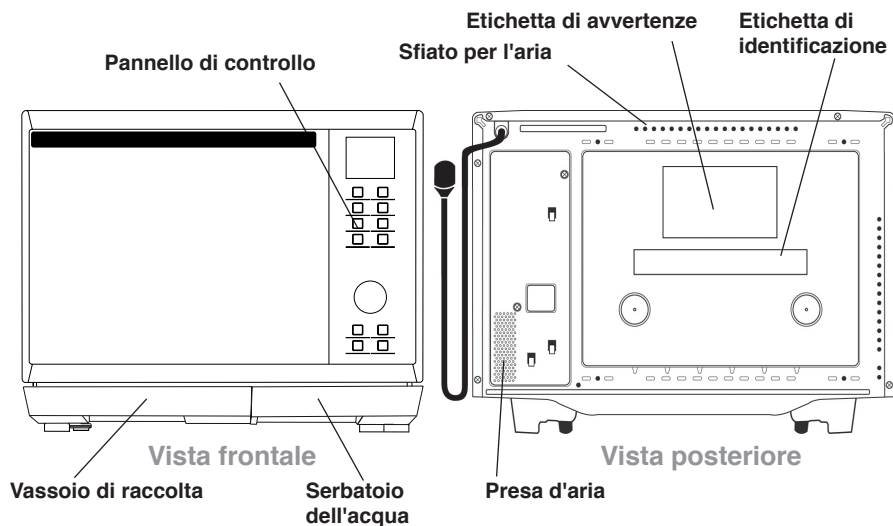
Mescolare o agitare il contenuto di biberon e vasetti di omogeneizzati.

Per evitare ustioni, controllare la temperatura prima di somministrare l'alimento.

Consigli per gli accessori

1. Non cucinare gli alimenti direttamente sulla base del forno. Disporre sempre l'alimento in un contenitore adatto per forno a microonde.
2. L'accessorio del forno in dotazione deve essere utilizzato **solo** per la cottura a **grill, forno, vapore, Panacrunch e combinata**, come indicato nelle istruzioni, e non per la cottura a microonde. **Non utilizzare mai accessori in metallo per la cottura in modalità solo microonde.** Non utilizzare un programma di cottura combinata manuale per quantità di alimenti inferiori a 200 g. Il peso massimo che può essere collocato sull'accessorio del forno è 3,2 kg. **Un uso scorretto dell'accessorio può danneggiare il forno.**
3. Durante la cottura in modalità **microonde** possono verificarsi archi elettrici nel caso in cui venga utilizzato un peso errato degli alimenti, vi sia un uso scorretto di un contenitore in metallo oppure se l'accessorio del forno è stato danneggiato. Se ciò si verifica, arrestare immediatamente l'apparecchio. Sarà possibile proseguire la cottura solo in modalità **grill, vapore o forno**.
4. Per un uso corretto dell'accessorio con tutti i programmi di cottura automatica fare sempre riferimento alle istruzioni.

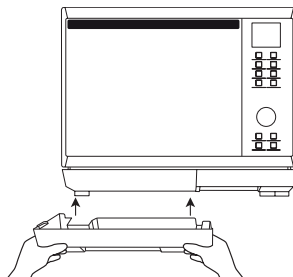
Parti del forno



Italiano

Vassoio di raccolta

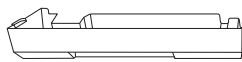
1. Prima di usare il forno, occorre posizionare il vassoio di raccolta in modo da raccogliere l'acqua in eccesso prodotta durante la cottura. Il vassoio deve essere rimosso e pulito regolarmente.
2. Inserire il vassoio di raccolta spingendolo con entrambe le mani tra i supporti del forno finché non scatta in posizione.
3. Per rimuovere il vassoio di raccolta, tirarlo in avanti delicatamente tenendolo con entrambe le mani. Lavarlo in acqua calda e sapone. Riposizionare il vassoio di raccolta inserendolo nei supporti finché non scatta in posizione.
4. **Non lavare il vassoio di raccolta in lavastoviglie.**



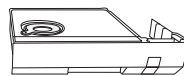
Riposizionare il vassoio di raccolta inserendolo nei supporti finché non scatta in posizione.

Serbatoio dell'acqua

Per istruzioni sul serbatoio dell'acqua vedere pagina 32.



Vassoio di raccolta



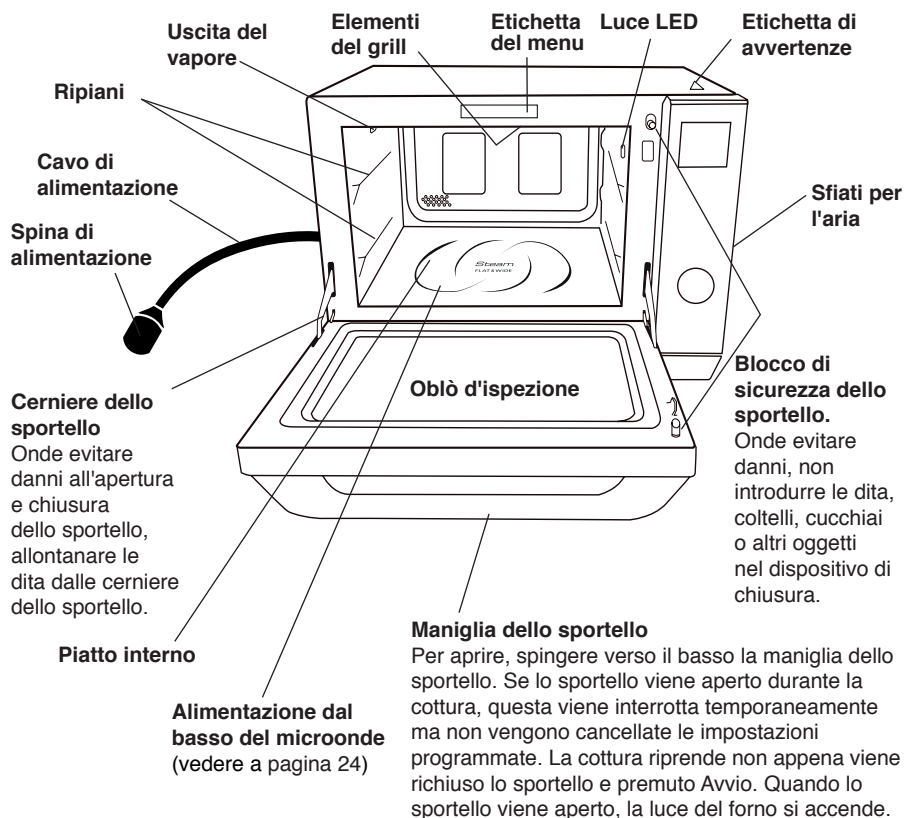
Serbatoio dell'acqua



Nota

L'illustrazione riportata sopra è fornita solo a titolo di riferimento.

Parti del forno



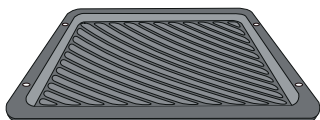
Nota

L'illustrazione riportata sopra è fornita solo a titolo di riferimento.

Accessorio del forno

Il forno è dotato di un accessorio, la teglia Panacrunch quadrata. Per il suo utilizzo, seguire le indicazioni. L'accessorio può essere utilizzato in vari modi:

1. Si consiglia di utilizzare la teglia collocandola sul ripiano superiore in modalità **vapore** 1, 2 o 3. Per la cottura a vapore di alimenti più grandi, collocare la teglia sul ripiano inferiore. Durante la cottura a vapore, i sughi di cottura si raccolgono sul fondo della teglia.
2. La teglia può essere utilizzata per la cottura a **grill** di alimenti di piccole dimensioni sul ripiano superiore. Può essere utilizzata sul ripiano inferiore, invece, per la cottura a grill di alimenti più grandi.
3. La teglia può essere collocata sul ripiano superiore o inferiore per la cottura a **forno** tra 100 °C - 220 °C o a 40 °C.



Teglia Panacrunch quadrata

4. La teglia può essere utilizzata come una **teglia Panacrunch quadrata** sul ripiano superiore per i programmi di cottura automatica Panacrunch. Può essere utilizzata sul ripiano superiore o inferiore nel funzionamento manuale per la doratura e la gratinatura della parte superiore e del fondo degli alimenti.

Uso della teglia Panacrunch quadrata (funzionamento manuale)

1. Collocare sul ripiano superiore. Premere Grill 4 volte per selezionare la modalità Panacrunch. Vedere a pagina 27.
2. Cuocere attenendosi a quanto indicato nella tabella di cottura a pagina 28.
3. Dopo la cottura utilizzare i guanti da forno in quanto la teglia sarà molto calda.

Cura della teglia

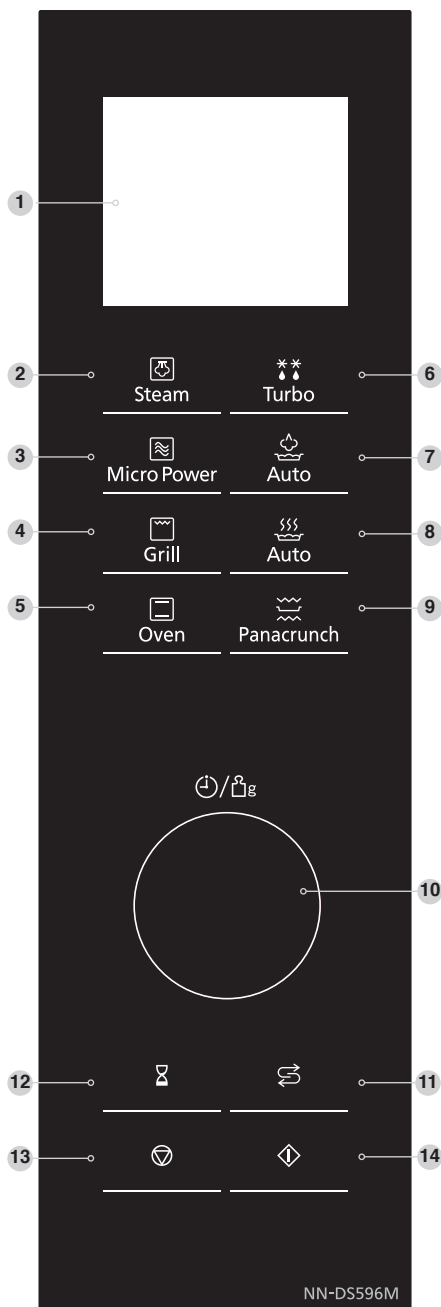
1. Non utilizzare mai utensili affilati sulla teglia per non danneggiarne la superficie antiaderente.
2. Dopo l'utilizzo, lavare la teglia con acqua calda e sapone, quindi risciacquare con acqua calda. Non utilizzare detergenti abrasivi o pagliette onde evitare di danneggiare la superficie.
3. La teglia è lavabile in lavastoviglie.



Nota

1. Non preriscaldare la teglia.
2. Utilizzare sempre guanti da forno quando si maneggia la teglia calda.
3. Prima di cuocere un alimento, accertarsi che tutta la confezione sia stata rimossa.
4. Non collocare materiali sensibili al calore sulla teglia calda perché potrebbero bruciarsi.
5. Per un uso corretto dell'accessorio per ogni modalità di cottura, vedere alle pagine 23-39.

Pannello di controllo



1. **Display**
2. **Vapore** (pagine 31-33)
3. **Micro Power** (pagine 23-24)
4. **Grill** (pagine 25-26)
5. **Forno** (pagine 29-30)
6. **Scongelamento turbo** (pagine 45-47)
7. **Programmi di cottura automatica a vapore** (pagine 48-50)
8. **Programmi di cottura automatica** (pagine 51-53)
9. **Programmi Panacrunch** (pagine 54-56)
10. **Manopola dell'ora/del peso**
11. **Pulizia sistema** (pagine 57-58)
12. **Timer/Orologio**

13. Arresto/Annullamento:

Prima di iniziare la cottura: Premere una volta per azzerare le istruzioni.

Durante la cottura: Premere una seconda volta per arrestare temporaneamente il programma di cottura. Premere una seconda volta per azzerare tutte le istruzioni; sul display viene visualizzato il segno dei due punti oppure l'orologio.

14. Avvio:

Premere Avvio per mettere in funzione il forno. Se durante la cottura viene aperto lo sportello o premuto una volta Arresto/Annullamento, occorre premere nuovamente Avvio per continuare la cottura.



Segnale acustico

Quando si preme un tasto, viene emesso un segnale acustico. Se non viene emesso alcun segnale, l'impostazione non è corretta. Quando il forno passa da una funzione all'altra, vengono emessi due segnali acustici. Al termine della cottura, vengono emessi cinque segnali acustici.

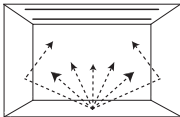
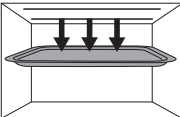
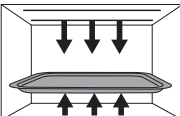
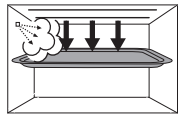
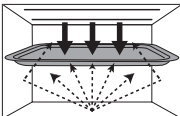


Nota

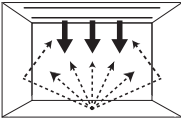
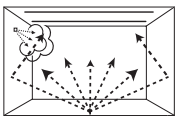
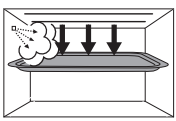
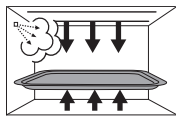
- Al termine dell'ultima operazione, il forno si porta in modalità stand-by. Quando il forno si trova in modalità stand-by, diminuisce la luminosità del display.
- Quando il forno si trova in modalità stand-by è necessario aprirlo e chiuderlo.
- Quando viene impostata un'operazione e Avvio non viene premuto entro 6 minuti, il forno azzerava automaticamente l'operazione. Sul display viene visualizzato nuovamente il segno dei due punti o l'orologio.

Modalità di cottura

Negli schemi riportati di seguito vengono forniti alcuni esempi di utilizzo degli accessori. Le soluzioni possono variare in base alla ricetta/all'alimento. Per ulteriori informazioni, consultare il nostro ricettario.

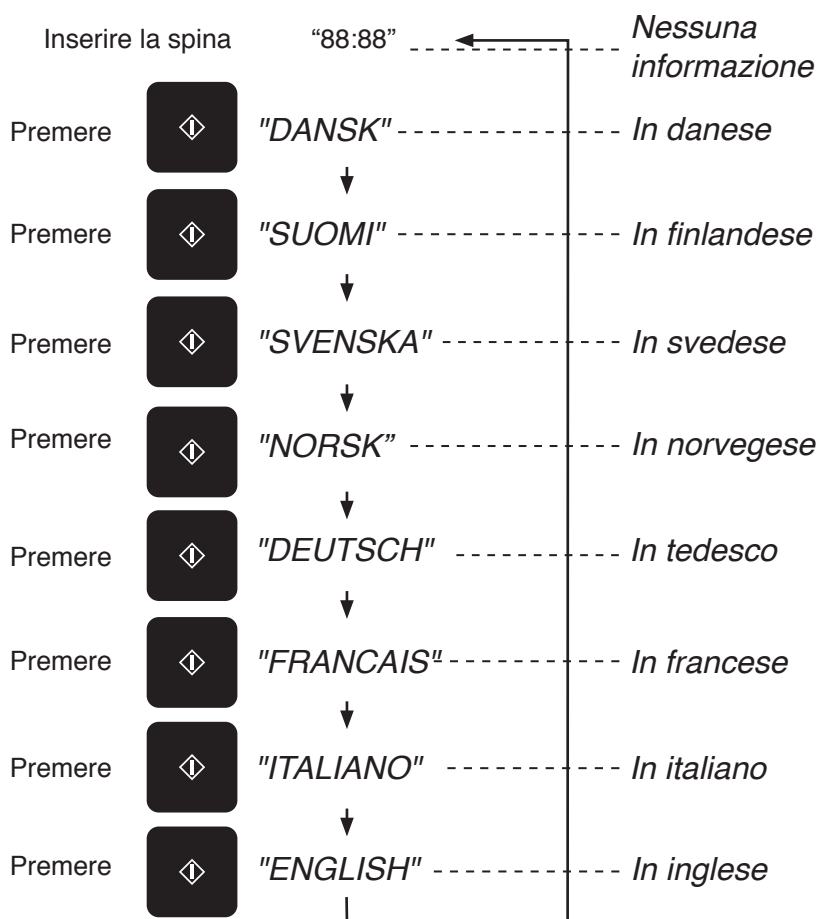
Modalità di cottura	Utilizzo	Accessori da utilizzare	Contenitori
<p>MICROONDE</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Scongelamento • Riscaldamento • Fusione: burro, cioccolato, formaggio. • Cottura di pesce, verdura, frutta, uova. • Preparazione di composte, marmellate, salse, creme, bigné, prodotti da forno, caramello, carne, pesce. • Cottura di dolci senza doratura. <p>Nessun preriscaldamento</p>	-	Utilizzare piatti, pirofile o terrine in Pyrex® collocandole direttamente sulla base del forno.
<p>GRILL</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Cottura alla griglia di carne e pesce. • Tostatura alla griglia. • Doratura di piatti gratinati o meringhe. <p>Preriscaldamento consigliato</p>	Teglia Panacrunch quadrata	È possibile utilizzare un contenitore resistente al calore sulla teglia Panacrunch quadrata collocando quest'ultima sul ripiano superiore o inferiore o sulla base del forno.
<p>FORNO</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Cottura di alimenti piccoli con tempi di cottura brevi: pasta sfoglia, biscotti, dolci arrotolati. • Prodotti da forno speciali, panini, brioche, pan di Spagna. • Cottura di pizze e tartine. <p>Preriscaldamento consigliato</p>	Teglia Panacrunch quadrata	È possibile utilizzare un contenitore resistente al calore sulla teglia Panacrunch quadrata collocando quest'ultima sul ripiano superiore o inferiore. Non collocare i contenitori direttamente sulla base del forno.
<p>VAPORE</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Cottura di pesce, verdura, pollo, riso e patate. <p>Nessun preriscaldamento</p>	Teglia Panacrunch quadrata	Disporre l'alimento direttamente sulla teglia Panacrunch quadrata o in un contenitore resistente al calore a sua volta collocato sulla teglia Panacrunch quadrata.
<p>PANACRUNCH</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Cottura arrosto di piccoli pezzi di carne e pollame. • Riscaldamento e gratinatura (pizza, pane, prodotti a base di patate). <p>Nessun preriscaldamento</p>	Teglia Panacrunch quadrata sul ripiano superiore o inferiore.	-

Modalità di cottura combinata

Modalità di cottura	Utilizzo	Accessori da utilizzare	Contenitori
<p>GRILL + MICROONDE</p>  <p>Per utilizzare la cottura a grill e microonde in modalità Panacrunch, vedere a pagine 27-28.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Cottura di lasagne, carne, patate o gratin di verdure. <p>Nessun preriscaldamento</p>	-	Contenitori per forno a microonde e resistenti al calore collocati direttamente sulla base del forno.
<p>VAPORE + MICROONDE</p> 	<ul style="list-style-type: none"> Cottura di pesce, verdura, pollo, riso e patate. <p>Nessun preriscaldamento</p>	-	Contenitori per forno a microonde e resistenti al calore collocati direttamente sulla base del forno.
<p>GRILL + VAPORE</p> 	<ul style="list-style-type: none"> Cottura di gratin Kebab Filetti di pesce freschi Pesce intero Pane parzialmente cotto <p>Nessun preriscaldamento</p>	Teglia Panacrunch quadrata	Contenitori per forno a microonde e resistenti al calore. I contenitori possono essere collocati sulla teglia Panacrunch quadrata sul ripiano superiore o inferiore o direttamente sulla base del forno.
<p>FORNO + VAPORE</p> 	<ul style="list-style-type: none"> Cottura di dolci Tartine di pasta sfoglia <p>Preriscaldamento consigliato</p>	Teglia Panacrunch quadrata	Contenitori per forno a microonde e resistenti al calore. I contenitori possono essere collocati sulla teglia Panacrunch quadrata sul ripiano superiore o inferiore. Non collocare i contenitori direttamente sulla base del forno.

Display di informazioni

Display di informazioni



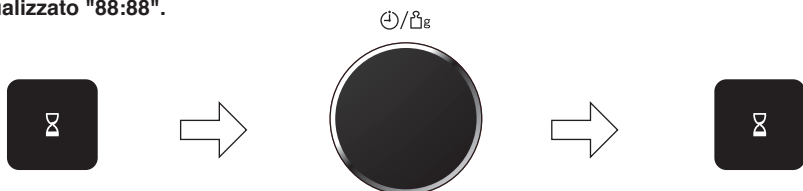
Italiano

Questi modelli sono dotati di una funzione speciale "Display di informazioni" che agevola l'utente nell'utilizzo del microonde. Dopo aver inserito la spina, premere Avvio fino a impostare la lingua desiderata. Quando si preme un tasto, il display fa scorrere l'istruzione successiva eliminando ogni possibilità di errore. Se per qualunque ragione si desidera cambiare lingua, staccare la spina e ripetere la procedura.

Premere Timer/Orologio quattro volte per disattivare la funzione. Premere Timer/Orologio quattro volte per riattivarla.

Impostazione dell'orologio

Quando il forno viene collegato all'alimentazione per la prima volta, sul display viene visualizzato "88:88".



Premere Timer/Orologio due volte. Sul display viene visualizzato "INSERTE IL TEMPO" (Imposta ora) e i due punti iniziano a lampeggiare.

Inserire l'ora ruotando la manopola dell'ora/del peso. Sul display viene visualizzata l'ora e i due punti lampeggiano. Ad es. 13:25 (formato di 24 h).

Premere Timer/Orologio. I due punti smettono di lampeggiare. L'ora del giorno è adesso impostata sul display.

Nota

1. Una rotazione della manopola aumenta o diminuisce l'ora di 1 minuto. Ruotando in modo continuo la manopola, l'ora viene aumentata o diminuita rapidamente.
2. Per reimpostare l'ora, ripetere questa procedura.
3. L'orologio manterrà l'ora del giorno finché il forno sarà collegato all'alimentazione e verrà erogata corrente.
4. Si tratta di un orologio con formato di 24 h.

Blocco di sicurezza bambini

L'utilizzo di questo sistema rende i comandi del forno inutilizzabili; tuttavia è possibile aprire lo sportello. Il sistema di blocco di sicurezza bambini può essere impostato quando sul display sono visualizzati i due punti o l'orologio.

Impostazione:



Premere Avvio tre volte. L'ora del giorno scompare. Benché non visualizzata, l'impostazione dell'ora rimane attiva. Su display appare "*".

Annullamento:



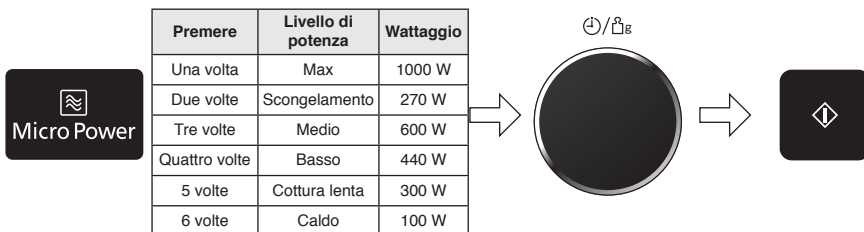
Premere Arresto/Annullamento tre volte. L'ora del giorno verrà nuovamente visualizzata.

Nota

Per attivare il blocco di sicurezza bambini, premere Avvio tre volte entro 10 secondi. Il blocco di sicurezza bambini può essere impostato quando sul display sono visualizzati i due punti o l'orologio.

Cottura e scongelamento con la modalità microonde

Si possono selezionare 6 diversi livelli di potenza microonde. Non collocare gli alimenti direttamente sulla base del forno. Utilizzare piatti, pirofile o terrine coperte con pellicola forata o un coperchio direttamente sulla base del forno.



Premere il pulsante Micro Power fino a quando la potenza desiderata non viene visualizzata sul display.

Selezionare il tempo di cottura ruotando la manopola dell'ora/del peso.

Premere Avvio. Inizia il programma di cottura e sul display appare il conto alla rovescia del tempo rimanente.



Attenzione

Se viene impostato un tempo di cottura senza selezionare alcun livello di potenza, il forno funzionerà automaticamente a 1000 W (il livello massimo).

Cottura e scongelamento con la modalità microonde



Nota

1. Il tempo massimo impostabile con 1000 W (massima) è 30 minuti. Per tutti gli altri livelli di potenza il tempo massimo impostabile è 1 ora e 30 minuti.
2. Se necessario, è possibile modificare il tempo durante la cottura. Per aumentare o diminuire il tempo di cottura, ruotare la manopola. Il tempo può essere aumentato/diminuito con incrementi di 1 minuto, fino a 10 minuti. L'azzeramento della manopola causa l'interruzione della cottura.
3. **Non** utilizzare la modalità solo microonde con contenitori in metallo nel forno.
4. **Non** collocare gli alimenti direttamente sulla base del forno. Disponli in un contenitore per forno a microonde o in vetro. Gli alimenti riscaldati o cucinati in modalità **microonde** devono essere coperti solo con pellicola forata o un coperchio, se non diversamente indicato.
5. Per i tempi di scongelamento manuale, vedere la tabella di scongelamento alle pagine 88-89 del ricettario.
6. Per la cottura con programmazione multifase vedere alle pagine 40-42.
7. Il tempo di riposo può essere programmato dopo aver impostato il tempo di cottura e il livello di potenza del forno a microonde. Per l'utilizzo del timer vedere alle pagine 43-44.

Tecnologia di alimentazione dal basso

Questo prodotto sfrutta la tecnologia di alimentazione dal basso per la distribuzione delle microonde, che differisce dai tradizionali metodi di alimentazione laterale del piatto girevole e crea più spazio utilizzabile per una ricca gamma di piatti di diversa forma.

Rispetto agli apparecchi ad alimentazione laterale, questa modalità produce delle differenze a livello di tempi di riscaldamento (in modalità Microonde). Tali differenze sono però normali e non devono essere motivo di preoccupazione. Al riguardo, vedere le tabelle di riscaldamento e cottura riportate nel ricettario.

Grill



Il sistema a grill sul forno consente una cottura veloce ed efficiente di una vasta varietà di alimenti, ad es. salsicce, bistecche, toast, ecc.

Si possono selezionare tre diverse impostazioni del grill.

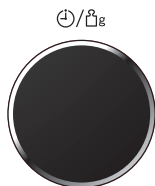
Premere	Livello di potenza	Wattaggio
Una volta	Grill 1 (Massimo)	1200 W
Due volte	Grill 2 (Medio)	850 W
Tre volte	Grill 3 (Basso)	650 W
Quattro volte	Panacrunch (vedere a pagina 27-28)	



Premere Grill fino a quando la potenza desiderata non viene visualizzata sul display.

Premere Avvio per preriscaldare. Sul display appare una "P". Quando il forno è preriscaldato, emette un segnale acustico e la "P" lampeggia. Aprire lo sportello e introdurre gli alimenti.

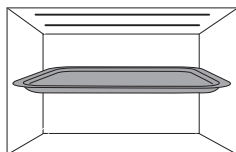
** Saltare questo passaggio quando non è necessario preriscaldare.*



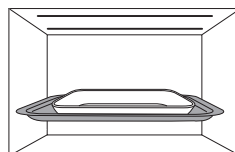
Selezionare il tempo di cottura ruotando la manopola dell'ora/del peso. Il tempo massimo di cottura è 90 minuti.

Premere Avvio. Inizia il programma di cottura e sul display appare il conto alla rovescia del tempo rimanente.

Utilizzo dell'accessorio



Disporre l'alimento direttamente sull'accessorio del forno e collocare l'accessorio sul ripiano superiore. Per la cottura a grill di alimenti più grandi, collocare la teglia sul ripiano inferiore. Durante la cottura a grill, i sughi di cottura si raccolgono sul fondo della teglia.



Disporre l'alimento su un contenitore resistente al calore sull'accessorio del forno sul ripiano inferiore.



Nota

1. Non coprire mai gli alimenti durante la cottura al grill.
2. Il grill funziona solo se lo sportello del forno è chiuso.
3. Nel programma "**solo grill**" non viene emessa alcuna microonda.
4. La maggior parte degli alimenti deve essere girata a metà cottura. Durante questa operazione, aprire lo sportello ed estrarre delicatamente l'accessorio del forno utilizzando guanti da forno.
5. Una volta girato l'alimento, infornarlo nuovamente e chiudere lo sportello. Una volta chiuso lo sportello del forno, premere Avvio. Il conto alla rovescia del tempo di cottura a grill restante sul display riprenderà automaticamente. È possibile aprire lo sportello del forno in qualsiasi momento per controllare il progresso della cottura al grill dell'alimento.
6. Durante la cottura il grill diventerà incandescente a tratti; ciò è normale. Pulire sempre il forno dopo aver usato il grill e prima di utilizzare la modalità di cottura a **microonde** o **combinata**.
7. Se necessario, è possibile modificare il tempo durante la cottura. Per aumentare/diminuire il tempo di cottura, ruotare la manopola dell'ora/del peso. Il tempo può essere aumentato/diminuito con incrementi di 1 minuto, fino a 10 minuti. L'azzeramento della manopola causa l'interruzione della cottura.



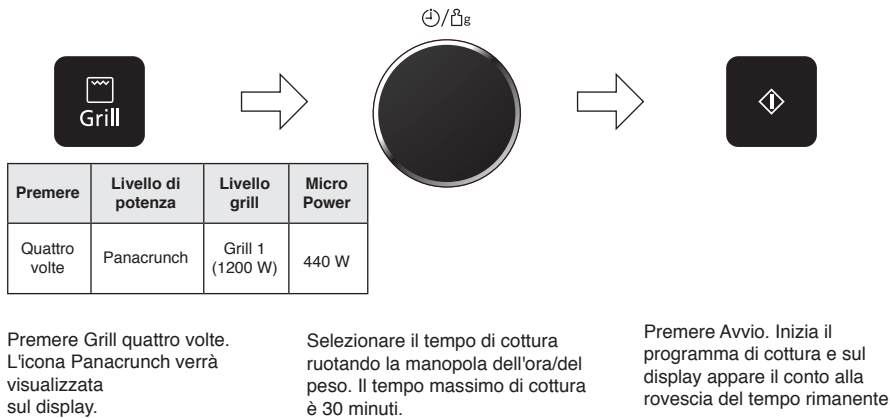
Attenzione

Usare i guanti da forno per rimuovere l'accessorio. Non toccare mai l'esterno dell'oblò o le parti metalliche interne dello sportello o del forno durante l'introduzione o l'estrazione degli alimenti dal forno dato che queste parti raggiungono temperature elevate.

Panacrunch (Grill)

Il concetto "Panacrunch"

Alcuni alimenti cotti con modalità microonde possono avere una consistenza morbida e una crosta molle. La teglia Panacrunch quadrata consente di dorare e rendere croccanti pizze, alimenti congelati a base di patate, quiche, torte e alimenti impanati. L'alimento viene cotto attraverso l'azione del grill e della teglia Panacrunch quadrata, che viene riscaldata mediante assorbimento delle microonde dalla base e conversione di queste in calore. Il calore viene quindi condotto attraverso la teglia all'alimento. L'effetto riscaldante è potenziato dalla superficie antiaderente della teglia.



Italiano



Importante

Per utilizzare la modalità Panacrunch con i livelli del grill 2 o 3 oppure 440 W o 300 W, premere prima Grill per selezionare il livello del grill desiderato. Quindi premere Micro Power per selezionare 440 W o 300 W. Selezionare quindi il tempo di cottura e premere Avvio.

Panacrunch (Grill)

Opzioni di cottura consigliate

Alimento	Peso	Livello di potenza	Ripiano	Tempo di cottura
Pizze alte congelate	440 g	Panacrunch	Inferiore	10 min.
Pizze basse e croccanti congelate	350 g	Panacrunch	Superiore	7-8 min.
Hot dog refrigerati	160 g (1)	Panacrunch	Superiore	6-7 min.
Croissant/brioche (temp. ambiente)	Qualsiasi	Panacrunch	Superiore	4 min.
Bhaji/samosa alla cipolla refrigerati	200 g	Panacrunch	Superiore	5 min.
Pesce impanato refrigerato	255 g (2)	Panacrunch	Superiore	6 min.



Attenzione

Gli accessori e l'area circostante del forno raggiungono temperature molto elevate: indossare guanti da forno.



Nota

Se necessario, è possibile modificare il tempo durante la cottura. Per aumentare/diminuire il tempo di cottura, ruotare la manopola dell'ora/del peso. Il tempo può essere aumentato/diminuito con incrementi di 1 minuto, fino a 10 minuti. L'azzeramento della manopola causa l'interruzione della cottura.

Modalità forno



Il forno combinato può essere utilizzato come un **forno** convenzionale utilizzando la modalità forno, che impiega il calore dalla parte superiore e da quella inferiore. Per risultati migliori, preriscaldare sempre il forno prima di inserire l'alimento. Durante l'uso in modalità **forno**, la teglia Panacrunch quadrata può essere collocata sul ripiano superiore o inferiore.

Non preriscaldare in modalità forno con la teglia Panacrunch quadrata all'interno.



Oven



Premere Oven. Il forno inizia la cottura alla temperatura di 150 °C. Premere Forno, la temperatura aumenta a incrementi di 10 °C fino a 220 °C, poi 40 °C e 100 °C.



Premere Avvio per preriscaldare. Sul display appare una "P". Quando il forno è preriscaldato, emette un segnale acustico e la "P" lampeggia. Aprire lo sportello e introdurre gli alimenti.

** Saltare questo passaggio quando non è necessario preriscaldare.*

Selezionare il tempo di cottura ruotando la manopola dell'ora/del peso. Il tempo massimo di cottura è 90 minuti.



Premere Avvio.

Nota: controllare che sul display sia visualizzato solo il simbolo del forno . Se viene visualizzato il simbolo del microonde , si è verificato un errore e il programma deve essere azzerato. Ripselezionare l'impostazione Oven.



Attenzione

L'accessorio e l'area circostante del forno raggiungono temperature molto elevate: indossare guanti da forno.



Nota sul preriscaldamento

1. Non aprire lo sportello durante il preriscaldamento. Al termine del preriscaldamento verranno emessi 3 segnali acustici e sul display lampeggerà una "P". Se lo sportello non viene aperto al termine del preriscaldamento, il forno manterrà la temperatura impostata. Dopo 30 minuti, preriscaldamento incluso, il forno si spegne e sul display viene nuovamente visualizzato l'orologio.
2. Per cuocere senza preriscaldamento, selezionare la temperatura desiderata, impostare il tempo di cottura e premere Avvio.
3. Il forno non può essere preriscaldato a 40° C.

Modalità forno



In modalità **forno** è possibile cuocere gli alimenti direttamente nella teglia Panacrunch quadrata collocata sul ripiano inferiore o superiore. Oppure è possibile collocare i contenitori di metallo standard e tutte le stoviglie da forno sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano inferiore. Non collocare i contenitori e le stoviglie da forno direttamente sulla base del forno in modalità **forno**.

Patate/verdure arrosto: Teglia Panacrunch quadrata sul ripiano inferiore.



Riscaldamento: Teglia Panacrunch quadrata sul ripiano inferiore.



La teglia Panacrunch quadrata può essere utilizzata per cuocere arrosto patate o altra verdura, nonché per cuocere muffin e biscotti. È l'ideale anche per riscaldare comodi prodotti da forno precotti.

Arrosti: Teglia Panacrunch quadrata sul ripiano inferiore.



Torte e biscotti: Teglia Panacrunch quadrata sul ripiano inferiore.



Nota

1. Aprire lo sportello utilizzando la maniglia poiché se viene premuto il pulsante Arresto/Annullamento, il programma potrebbe essere azzerato.
2. Se necessario, è possibile modificare il tempo durante la cottura. Per aumentare/diminuire il tempo di cottura, ruotare la manopola dell'ora/del peso. Il tempo può essere aumentato/diminuito con incrementi di 1 minuto, fino a 10 minuti. L'azzeramento della manopola causa l'interruzione della cottura.
3. È possibile richiamare e modificare la temperatura selezionata anche dopo aver premuto Avvio. Premere Oven una volta per visualizzare la temperatura sul display. Mentre è visualizzata sul display, la temperatura può essere modificata premendo Oven.
4. Il forno mantiene la temperatura di preriscaldamento selezionata per circa 30 minuti. Se non si introducono alimenti o non viene impostato un tempo di cottura, il forno azzerata automaticamente il programma di cottura e sul display viene visualizzato il segno dei due punti o l'orologio.



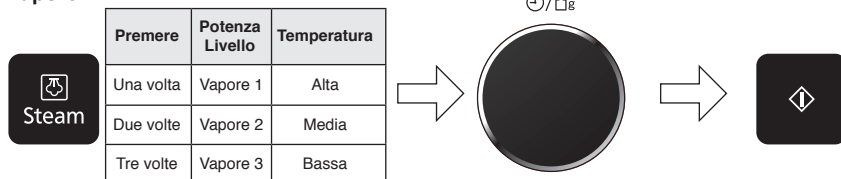
Attenzione

Indossare sempre i guanti da forno per rimuovere la pietanza e l'accessorio dopo la cottura, in quanto il forno e l'accessorio raggiungono temperature elevate.

Cottura a vapore



Il forno può essere programmato come una pentola a vapore per cucinare verdure, pesce, pollo e riso. Si possono selezionare tre diverse impostazioni della cottura a vapore.



Premere Steam fino a quando la potenza desiderata non viene visualizzata sul display.

Selezionare il tempo di cottura ruotando la manopola dell'ora/del peso. Il tempo massimo di cottura è 30 minuti.

Premere Avvio. Inizia il programma di cottura e sul display appare il conto alla rovescia del tempo rimanente.



Nota

1. Prima di utilizzare la funzione di cottura a **vapore**, riempire il serbatoio dell'acqua.
2. Il tempo massimo di cottura con questa modalità è di 30 minuti. Se la cottura deve essere prolungata, riempire il serbatoio con acqua e ripetere la procedura riportata sopra per il tempo rimanente.
3. Se durante la cottura l'acqua nel serbatoio si esaurisce, il forno si spegnerà. Sul display verrà indicato di riempire il serbatoio. Dopo aver riempito il serbatoio e averlo ricollocato nel forno, premere Avvio. Il forno non procede con la cottura finché il serbatoio non viene riempito e non viene premuto Avvio.
4. Se necessario, è possibile modificare il tempo durante la cottura. Per aumentare/diminuire il tempo di cottura, ruotare la manopola dell'ora/del peso. Il tempo può essere aumentato/diminuito con incrementi di 1 minuto, fino a 10 minuti. L'azzeramento della manopola causa l'interruzione della cottura.
5. È possibile riempire il serbatoio dell'acqua in qualsiasi momento durante la cottura, senza dover premere Arresto/Annullamento.
6. Dopo la cottura a **vapore** potrebbe essere necessario asciugare l'acqua in eccesso all'interno del forno.



Attenzione

Gli accessori e l'area circostante del forno raggiungono temperature molto elevate: indossare guanti da forno.

Quando si rimuovono le pietanze o gli accessori, dalla parte superiore del forno potrebbero cadere delle gocce di acqua calda.

Quando si apre lo sportello, potrebbe fuoriuscire del vapore. Se nel forno è presente del vapore, non avvicinarsi a mani nude. Rischio di ustioni: indossare guanti da forno.

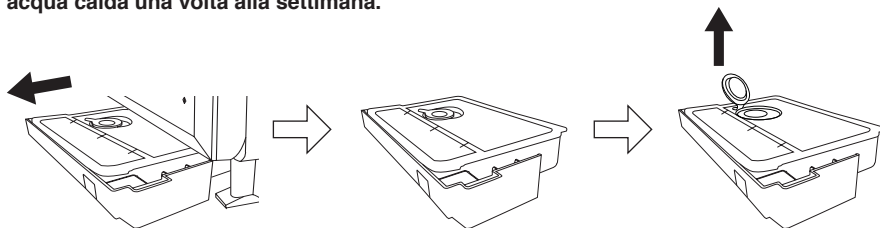
Fare attenzione quando si estrae il vassoio di raccolta. Pulire l'acqua che gocciola dal lato sinistro del forno. È normale.

Cottura a vapore



Linee guida per il serbatoio dell'acqua

Rimuovere con cautela il serbatoio dell'acqua dal forno. Sollevare il coperchio e riempire con acqua di rubinetto (non utilizzare acqua minerale). Richiudere il coperchio e riposizionare nel forno. Assicurarsi che il coperchio sia chiuso e posizionato correttamente per evitare fuoriuscite d'acqua. Si consiglia di lavare il serbatoio con acqua calda una volta alla settimana.



Attenzione

Gli accessori e l'area circostante del forno raggiungono temperature molto elevate: indossare guanti da forno.

Utilizzo dell'accessorio

Durante la cottura a vapore disporre l'alimento direttamente sull'accessorio del forno e collocare l'accessorio sul ripiano superiore. Per la cottura a vapore di alimenti più grandi, collocare la teglia sul ripiano inferiore. Durante la cottura a **vapore**, i sughi di cottura si raccolgono sul fondo della teglia.

Indossare sempre i guanti da forno per rimuovere l'accessorio a causa delle temperature elevate. Allo stesso modo, anche le pareti e la copertura del forno saranno molto caldi.

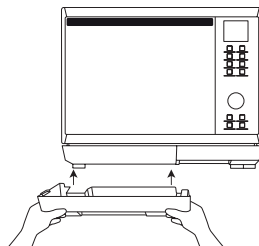


Cottura a vapore



Linee guida

1. Nel programma "**solo vapore**" non viene emessa alcuna microonda.
2. Utilizzare gli accessori in dotazione come illustrato in precedenza.
3. Il **vapore** funziona solo se lo sportello è chiuso.
4. **Durante e dopo la cottura con la funzione vapore, aprire lo sportello tenendo il volto lontano dal forno. Prestare attenzione nell'apertura dello sportello in quanto il vapore può causare lesioni.**
5. **Indossare sempre i guanti da forno per rimuovere la pietanza e l'accessorio dopo la cottura, in quanto il forno e l'accessorio raggiungono temperature elevate.**
6. Dopo la cottura a vapore, rimuovere il vassoio di raccolta dalla parte anteriore del forno prestando la massima attenzione. Tirare in avanti delicatamente tenendo il vassoio con entrambe le mani. Svuotarlo e quindi lavarlo in acqua calda e sapone. Per reinserire il vassoio, spingerlo tra i supporti del forno fino al clic.



Extra vapore

Questa funzione consente di aggiungere vapore durante la cottura (per 1, 2 o 3 minuti). È possibile utilizzare la modalità extra vapore in 5 combinazioni:

MICROONDE

GRILL

FORNO

GRILL + MICROONDE

PANACRUNCH

L'aggiunta di vapore durante la cottura migliora la distribuzione del calore e favorisce il processo di lievitazione di pane, dolci e prodotti da forno.

Impostare e mettere in funzione il programma desiderato.



Opzionale

Se richiesto durante il funzionamento, tenere premuto il pulsante Steam per 2 secondi e verrà aggiunto 1 minuto.

Se si desidera aggiungere 2 o 3 minuti, premere Steam per 2 o 3 volte entro 3 secondi dopo il passaggio 2. Il tempo rimanente visualizzato include il tempo di modalità extra vapore.



Nota

1. La funzione extra vapore non è disponibile durante il preriscaldamento o con il forno a 40 °C.
2. Prima dell'uso riempire il serbatoio dell'acqua.
3. Il programma originale conteggia il tempo residuo durante il funzionamento in modalità extra vapore.
4. Il tempo in modalità extra vapore non può superare il tempo di cottura rimanente.
5. Se si desidera aggiungere 2 o 3 minuti, il pulsante Steam deve essere premuto 2 o 3 volte entro 3 secondi.
6. Dopo la cottura a **vapore**, asciugare l'interno del forno e la zona intorno al serbatoio dell'acqua.
7. Non è possibile modificare la temperatura del forno e il tempo di cottura durante la modalità extra vapore.

Extra vapore



Attenzione

Gli accessori e l'area circostante del forno raggiungono temperature molto elevate: indossare guanti da forno.

Quando si rimuovono le pietanze o gli accessori, dalla parte superiore del forno potrebbero cadere delle gocce di acqua calda.

Quando si apre lo sportello, potrebbe fuoriuscire del vapore. Se nel forno è presente del vapore, non avvicinarsi a mani nude. Rischio di ustioni: indossare guanti da forno.

Alimento	Modalità di cottura	Extra vapore
Pasta sfoglia	Forno	$\frac{2}{3}$ del tempo totale per aggiungere 3 min. di extra vapore
Pane	Forno	$\frac{2}{3}$ del tempo totale per aggiungere 3 min. di extra vapore
Pan di Spagna	Forno	$\frac{1}{2}$ del tempo totale per aggiungere 3 min. di extra vapore
Panini parzialmente cotti	Forno o Grill	$\frac{2}{3}$ del tempo totale per aggiungere 3 min. di extra vapore

Cottura combinata con vapore

Il vapore può essere utilizzato per cucinare alimenti in modo simultaneo in modalità microonde, grill o forno. Ciò spesso riduce i tempi di cottura del forno tradizionale e mantiene l'umidità degli alimenti.

Accessori del forno da utilizzare



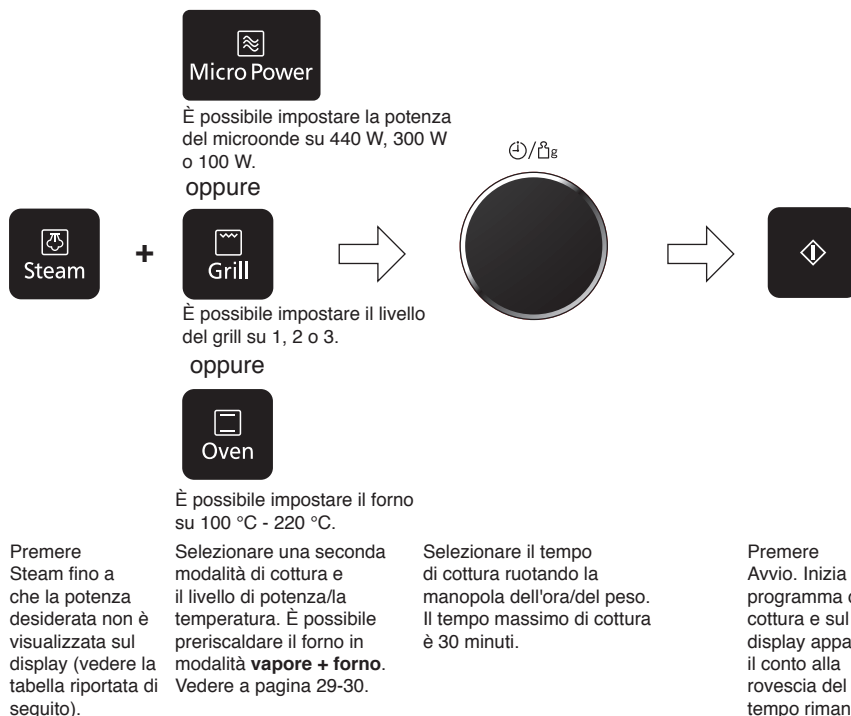
Vapore + microonde

Direttamente sulla base del forno in un contenitore per forno a microonde e resistente al calore.



Forno o grill + vapore

Teglia Panacrunch quadrata sul ripiano superiore o inferiore.



Combinazioni di potenza e temperatura

Premere	Livello di potenza	Temperatura
Una volta	Vapore 1	Alta
Due volte	Vapore 2	Media
Tre volte	Vapore 3	Bassa

Cottura combinata con vapore



Nota

1. Aggiungere acqua nel serbatoio prima della cottura a **vapore**.
2. Il tempo massimo di cottura con questa modalità è di 30 minuti. Se la cottura deve essere prolungata, riempire il serbatoio con acqua e ripetere la procedura riportata sopra per il tempo rimanente.
3. Se durante la cottura l'acqua nel serbatoio si esaurisce, il forno si spegnerà. Sul display verrà indicato di riempire il serbatoio. Dopo aver riempito il serbatoio e averlo ricollocato in forno, premere Avvio. Il forno non procede con la cottura finché il serbatoio non viene riempito e non viene premuto Avvio.
4. La funzione di preriscaldamento non è disponibile con le modalità **vapore + microonde** e **vapore + grill**.
5. Se necessario, è possibile modificare il tempo durante la cottura. Per aumentare/diminuire il tempo di cottura, ruotare la manopola dell'ora/del peso. Il tempo può essere aumentato/diminuito con incrementi di 1 minuto, fino a 10 minuti. L'azzeramento della manopola causa l'interruzione della cottura.
6. È possibile riempire il serbatoio dell'acqua in qualsiasi momento durante la cottura, senza dover premere Arresto/Annullamento.
7. Dopo la cottura a **vapore** potrebbe essere necessario asciugare l'acqua in eccesso all'interno del forno.



Linee guida

1. Durante e dopo la cottura a **vapore**, non avvicinare il volto mentre si apre lo sportello del forno. Prestare attenzione nell'apertura dello sportello in quanto il vapore può causare lesioni.
2. Indossare sempre i guanti da forno per rimuovere la pietanza e gli accessori in quanto il forno e gli accessori stessi sono molto caldi.
3. Dopo la cottura a **vapore**, rimuovere il vassoio di raccolta dalla parte anteriore del forno prestando la massima attenzione. Tirare in avanti delicatamente tenendo il vassoio con entrambe le mani. Svuotarlo e quindi lavarlo in acqua calda e sapone. Per reinserire il vassoio, spingerlo tra i supporti del forno fino al clic. (Vedere a pagina 15).



Attenzione

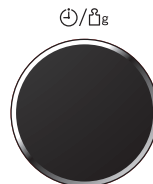
1. Gli accessori e l'area circostante del forno raggiungono temperature molto elevate: indossare guanti da forno.
2. Quando si rimuovono le pietanze o gli accessori, dalla parte superiore del forno potrebbero cadere delle gocce di acqua calda.
3. Quando si apre lo sportello, potrebbe fuoriuscire del vapore. Se nel forno è presente del vapore, non avvicinarsi a mani nude. Rischio di ustioni: indossare guanti da forno.
4. Fare attenzione quando si estrae il serbatoio.

Cottura combinata con grill e microonde

Questa modalità è idonea per la cottura di lasagne, gratin, carne e patate sulla base del forno in appositi contenitori per microonde o forno.

Per ottenere i migliori risultati nella cottura **combinata** è necessario utilizzare sempre almeno 200 g di alimenti. Quantità più piccole dovrebbero essere invece cotte a **forno, grill o vapore**.

Quando si utilizza la modalità di cottura combinata non è possibile preriscaldare il forno e gli alimenti devono essere sempre cotti scoperti. Durante la cottura il grill diventerà incandescente a tratti; ciò è normale. Per utilizzare la cottura a **grill + microonde** in modalità Panacrunch, vedere a pagine 27-28.



Premere Grill per selezionare il livello di potenza desiderato del grill.

Premere Micro Power per selezionare il livello di potenza desiderato del microonde. **Le potenze 1000 W / 600 W / 270 W (massima / media / scongelamento) non sono disponibili.**

Premere	Livello di potenza	Wattaggio
Una volta	Grill 1 (Alto)	1200 W
Due volte	Grill 2 (Medio)	850 W
Tre volte	Grill 3 (Basso)	650 W

Premere	Livello di potenza	Wattaggio
Una volta	Bassa	440 W
Due volte	Cottura lenta	300 W
Tre volte	Caldo	100 W

Selezionare il tempo di cottura ruotando la manopola dell'ora/del peso. Il tempo massimo di cottura è 90 minuti.



Premere Avvio.

Nota

1. Il preriscaldamento non è disponibile in modalità **grill + microonde**.
2. Le potenze del microonde **1000 W / 600 W / 270 W (massima / media / scongelamento)** non sono disponibili per la cottura combinata.
3. Se necessario, è possibile modificare il tempo durante la cottura. Per aumentare/diminuire il tempo di cottura, ruotare la manopola dell'ora/del peso. Il tempo può essere aumentato/diminuito con incrementi di 1 minuto, fino a 10 minuti. L'azzeramento della manopola causa l'interruzione della cottura.
4. Per girare l'alimento, spingere la maniglia dello sportello verso il basso per aprirlo, girare l'alimento, reinserirlo nel forno, chiudere lo sportello e premere Avvio. Il conto alla rovescia del tempo di cottura restante sul display riprenderà automaticamente.

Cottura combinata con grill e microonde



Direttamente sulla base del forno in un contenitore per forno a microonde e resistente al calore.

Per informazioni sui tempi di cottura, vedere le tabelle e le ricette riportate nel ricettario. Gli alimenti devono sempre essere lasciati cuocere finché non sono ben dorati e bollenti.



Contenitori da utilizzare

Non utilizzare contenitori per microonde in plastica con i programmi di cottura combinata (a meno che non siano idonei per la cottura combinata). I contenitori devono resistere al calore del grill superiore, ovvero devono essere in vetro resistente al calore. Sono ideali, ad esempio, Pyrex® e ceramica.



Attenzione

L'accessorio e l'area circostante del forno raggiungono temperature molto elevate: indossare guanti da forno.



Linee guida

Gli alimenti sono sempre **scoperti** durante la cottura.

Cottura con programmazione multifase

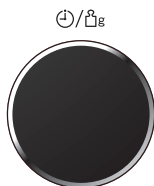
Cottura con 2 o 3 fasi



Premere Micro Power per selezionare il livello di potenza desiderato.

Selezionare il tempo di cottura ruotando la manopola dell'ora/del peso.

Premere Micro Power per selezionare il livello di potenza desiderato.



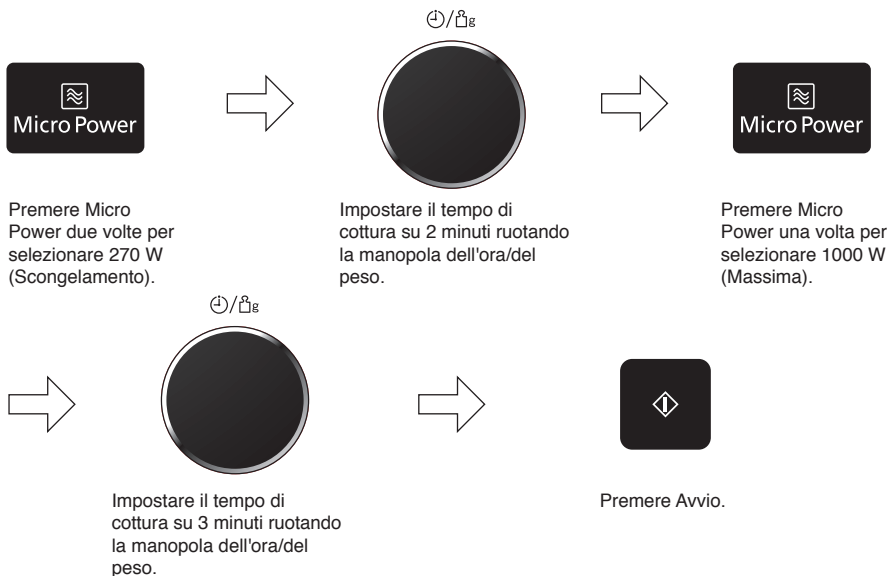
Selezionare il tempo di cottura ruotando la manopola dell'ora/del peso.

Premere Avvio. Inizia il programma di cottura e sul display appare il conto alla rovescia del tempo rimanente.

Cottura con programmazione multifase

Esempio:

Per scongelare a 270 W per 2 minuti e cuocere alla potenza di 1000 W (Massima) per 3 minuti.



Italiano



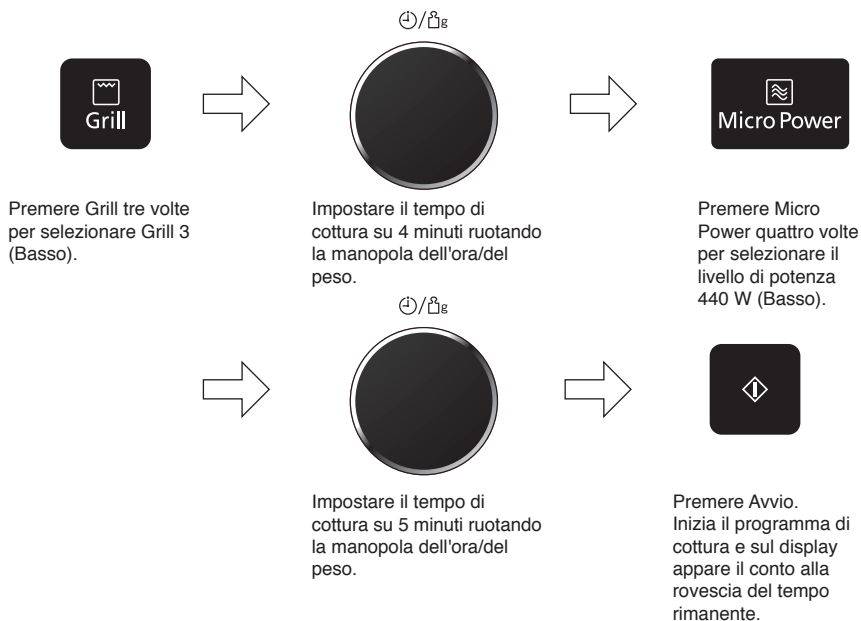
Nota

1. Per la cottura a tre fasi, inserire un altro programma di cottura prima di premere Avvio.
2. Durante il funzionamento, premere Arresto/Annullamento una volta per arrestare il funzionamento. Premere Avvio per riavviare il funzionamento programmato. Premere Arresto/Annullamento due volte per arrestare il funzionamento e azzerare l'operazione programmata.
3. Quando il forno non è in funzione, premere Arresto/Annullamento per azzerare il programma selezionato.
4. I programmi automatici non possono essere utilizzati per la cottura con programmazione multifase.
5. I programmi **forno** e **Panacrunch** non possono essere utilizzati per la cottura con programmazione multifase.

Cottura con programmazione multifase

Esempio:

Per cucinare a grill 3 (Basso) per 4 minuti e a microonde a 440 W (Basso) per 5 minuti.



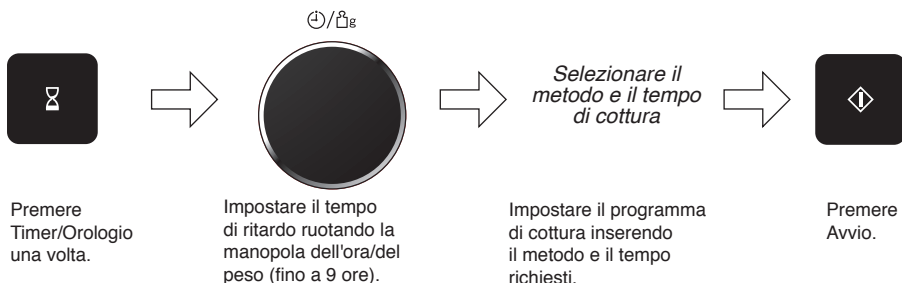
Nota

1. Per la cottura a tre fasi, inserire un altro programma di cottura prima di premere Avvio.
2. Durante il funzionamento, premere Arresto/Annullamento una volta per arrestare il funzionamento. Premere Avvio per riavviare il funzionamento programmato. Premere Arresto/Annullamento due volte per arrestare il funzionamento e azzerare l'operazione programmata.
3. Quando il forno non è in funzione, premere Arresto/Annullamento per azzerare il programma selezionato.
4. I programmi automatici non possono essere utilizzati per la cottura con programmazione multifase.
5. I programmi **forno** e **Panacrunch** non possono essere utilizzati per la cottura con programmazione multifase.

Utilizzo del timer

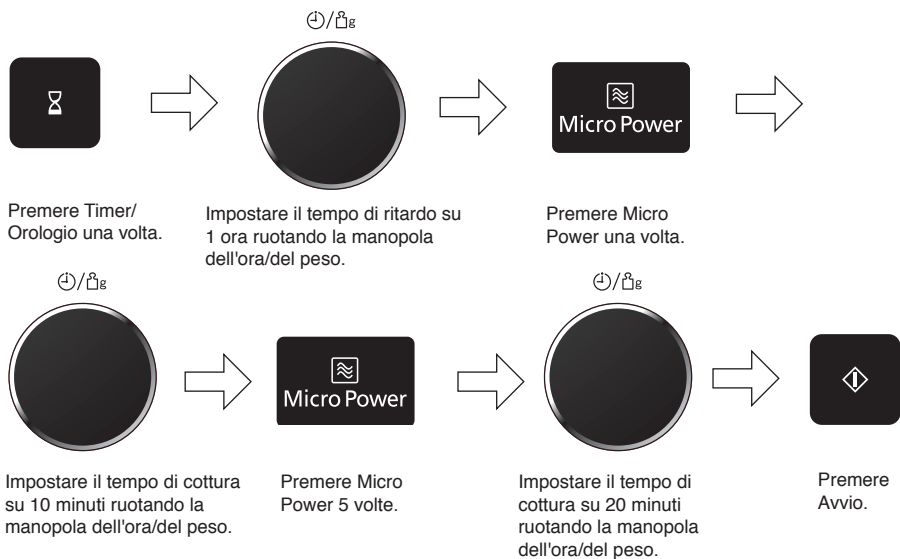
Cottura con avvio differito

Utilizzando il timer, è possibile programmare la cottura con avvio differito.



Esempio:

Avvio differito: 1 ora 1000 W (Massimo): 10 minuti 300 W (cottura lenta): 20 minuti



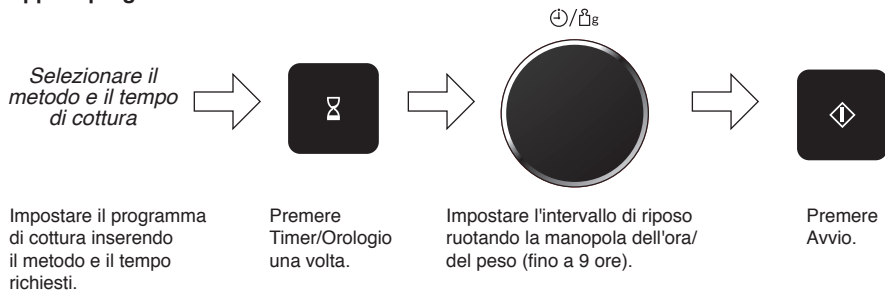
Nota

1. È possibile programmare una cottura in tre fasi che includa la cottura con avvio differito.
2. Se si apre lo sportello del forno durante l'intervallo di ritardo, il conto alla rovescia del tempo di cottura visualizzato sul display continuerà.
3. Se il tempo di ritardo programmato è superiore a un'ora, viene conteggiato in minuti. Se è inferiore a un'ora, invece, viene conteggiato in secondi.
4. L'avvio differito non può essere programmato prima dei programmi automatici.

Utilizzo del timer

Per impostare un tempo di riposo

Usando il timer, è possibile programmare il tempo di riposo al termine della cottura oppure programmare il forno come un timer a minuti.

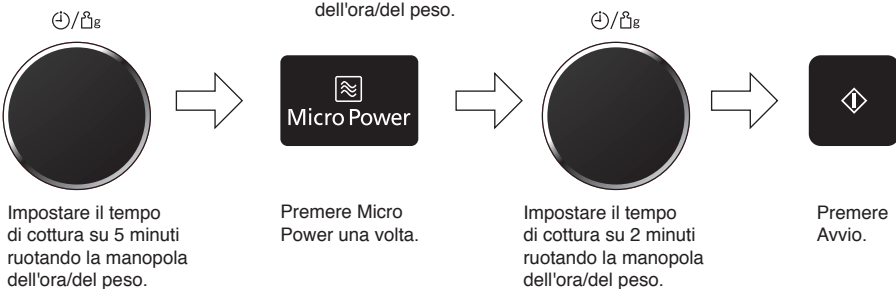
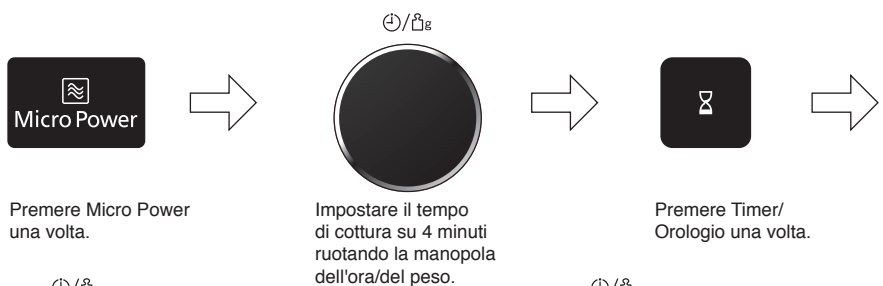


Esempio:

1000 W (Massima): 4 minuti

Tempo di riposo: 5 minuti

1000 W (Massima): 2 minuti



Nota

1. È possibile programmare una cottura in tre fasi che includa un tempo di riposo.
2. Se si apre lo sportello del forno durante il tempo di riposo o mentre è in funzione il timer a minuti, il conteggio alla rovescia del tempo di cottura visualizzato sul display continuerà.
3. Se il tempo di riposo programmato è superiore a un'ora, viene conteggiato in minuti. Se è inferiore a un'ora, invece, viene conteggiato in secondi.
4. Questa funzione può essere usata anche come un timer a minuti. In tal caso, premere Timer/Orologio, impostare il tempo, quindi premere Avvio.
5. Il tempo di riposo non può essere programmato dopo un programma automatico.

Scongelamento turbo



Questa funzione consente di scongelare carne macinata, costolette, porzioni di pollo, tagli di carne e pane. Premere Turbo per selezionare la categoria di scongelamento corretta e inserire il peso dell'alimento in grammi (vedere a pagine 46-47).

Gli alimenti devono essere disposti in un contenitore idoneo. Il pollo intero e i tagli di carne devono essere disposti su un sottocoppa capovolto o un contenitore per microonde. Costolette, porzioni di pollo e fette di pane devono essere disposte in un solo strato. Non è necessario coprire gli alimenti.

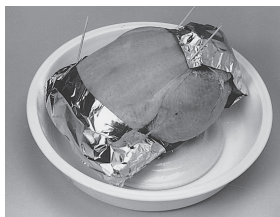
Il principio utilizzato nei programmi di scongelamento automatico con peso consente di ottenere uno scongelamento rapido e più uniforme. Il sistema utilizza una sequenza casuale di energia a microonde a impulsi che accelera il processo di scongelamento. Durante il programma il forno emette un segnale acustico per ricordare di controllare gli alimenti.

È essenziale girare e mescolare gli alimenti frequentemente e coprirli se necessario. Al primo segnale acustico emesso occorre girare e coprire (se possibile). Al secondo segnale acustico emesso occorre girare gli alimenti o separarli.

1° segnale acustico
Girare o coprire



1° segnale acustico
Girare o coprire



2° segnale acustico
Girare o separare



Nota

1. Controllare gli alimenti durante lo scongelamento. La velocità di scongelamento è diversa a seconda dell'alimento.
2. Non è necessario coprire gli alimenti.
3. Girare o mescolare sempre gli alimenti, specialmente quando viene emesso il segnale acustico. Coprire se necessario (vedere punto 5).
4. La carne macinata, le cotolette e le porzioni di pollo devono essere separate e spezzate il prima possibile e disposte in un solo strato.
5. La copertura impedisce all'alimento di cuocere. È essenziale nello scongelamento di polli e tagli di carne. Poiché le parti esterne si scongelano per prime, è necessario coprire le ali, il petto e il grasso con fogli di alluminio fissati con bastoncini per cocktail.
6. Lasciar riposare in modo che anche il centro dell'alimento si scongeli (almeno 1 o 2 ore per i tagli di carne e il pollo intero).
7. Se sul display appare "CALDO", la temperatura del forno è troppo alta a causa di un utilizzo precedente e il programma automatico non può essere impostato. La modalità e il tempo di cottura possono tuttavia essere impostati manualmente.

Scongelamento turbo




Questa funzione consente di scongelare gli alimenti congelati in base al loro peso. Selezionare la categoria e impostare il peso dell'alimento. Il peso è programmato in grammi. Per selezionare rapidamente il peso, il forno comincia da quello più utilizzato per ciascuna categoria.



Premere Turbo: una volta per pezzi piccoli; due volte per pezzi grandi; tre volte per il pane.

Selezionare il peso ruotando la manopola dell'ora/del peso. La manopola avanza a intervalli di 10 g.

Premere Avvio.

Programma	Peso	Istruzioni
 1. PEZZI PICCOLI	100 g - 1200 g	Per scongelare piccoli pezzi di carne, porzioni di pollo, costolette, bistecche e carne macinata. Disporre su un piatto o contenitore in Pyrex® poco profondo. Selezionare il programma numero 1. Inserire il peso dei pezzi piccoli. Premere Avvio. Girare quando vengono emessi i segnali acustici e coprire.
 2. PEZZO GRANDE	400 g - 2000 g	Per scongelare un pollo intero e pezzi di carne. Disporre su un piatto sopra un sottocoppa rovesciato. Selezionare il programma numero 2. Inserire il peso del pezzo grande. Premere Avvio. Girare quando vengono emessi i segnali acustici e coprire.
 3. PANE	100 g - 900 g	Per scongelare sfilatini, panini, fette di pane e pagnotte. Disporre su un piatto. Selezionare il programma numero 3. Inserire il peso del pane. Premere Avvio. Girare quando vengono emessi i segnali acustici.



Linee guida

1. PEZZI PICCOLI (carne macinata/costolette/porzioni di pollo)

Le costolette e le porzioni di pollo devono essere disposte in un solo strato e girate frequentemente durante lo scongelamento. La carne macinata deve essere spezzata frequentemente durante lo scongelamento; inoltre, i risultati migliori si ottengono utilizzando un contenitore in Pyrex® ampio e poco profondo. Tempo di scongelamento: 20-30 minuti. **Questa funzione non è idonea per le salsicce**, che devono invece essere scongelate manualmente. Vedere la tabella per lo scongelamento a pagine 88-89 del ricettario.

2. PEZZO GRANDE

Il pollo intero e i tagli di carne, in particolare i pezzi grassi, devono essere coperti durante lo scongelamento. Ciò evita che gli alimenti inizino a cuocere dai bordi esterni. Proteggere le ali, il petto e il grasso con fogli lisci di alluminio fissati con bastoncini per cocktail. **Assicurarsi che il foglio non tocchi le pareti del forno**. I tranci dovrebbero essere lasciati riposare almeno 1-2 ore dopo lo scongelamento.

3. PANE

Questo programma è ideale per piccoli alimenti di utilizzo immediato; possono essere caldi immediatamente dopo lo scongelamento. Le pagnotte possono essere scongelate con questo programma, ma richiedono un tempo di riposo per consentirne lo scongelamento fin nella parte centrale. Il tempo di riposo può essere ridotto se si separano le fette e si tagliano a metà i panini e le pagnotte. Gli alimenti devono essere girati durante lo scongelamento. Tempo di scongelamento: 10-30 minuti. Per le pagnotte più grandi potrebbe essere necessario un tempo maggiore. **Questo programma non è idoneo per dolci alla crema e dessert**, ad es. cheesecake.



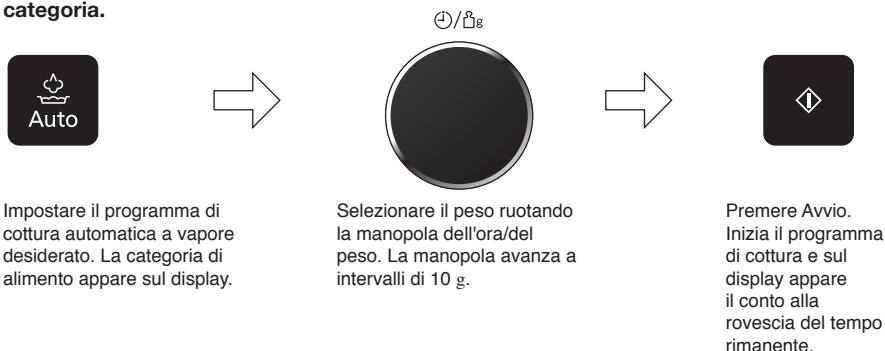
Nota

1. La quantità di alimento ospitata nel forno dipende dalla forma e dalla dimensione della pietanza.
2. Lasciare a riposare l'alimento per farlo scongelare completamente.
3. Se sul display appare "CALDO", la temperatura del forno è troppo alta a causa di un utilizzo precedente e il programma automatico non può essere impostato. La modalità e il tempo di cottura possono tuttavia essere impostati manualmente.

Programmi di cottura automatica a vapore



Questa funzione consente di cuocere a vapore molti cibi solo impostando il peso. Il forno determina automaticamente il livello di vapore e il tempo di cottura. Selezionare la categoria e impostare il peso dell'alimento. Il peso è programmato in grammi. Per selezionare rapidamente il peso, il forno comincia da quello più utilizzato per ciascuna categoria.



Quando si seleziona un programma automatico, sul display vengono visualizzati vari simboli per mostrare la modalità di cottura che verrà utilizzata e gli accessori necessari. I simboli hanno i significati riportati di seguito:



Teglia Panacrunch quadrata



Vapore


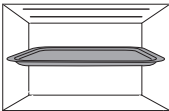

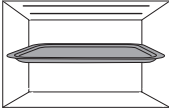

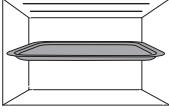

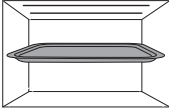


Linee guida per l'utilizzo

1. È possibile utilizzare i programmi di cottura automatica a vapore **solo** per gli alimenti descritti.
2. Cucinare solo alimenti che rientrano negli intervalli di peso descritti.
3. Pesare sempre gli alimenti al posto di fare affidamento sulle informazioni relative al peso riportate sulla confezione.
4. Utilizzare gli accessori solo come indicato alla pagine 49-50.
5. Quando si utilizzano i programmi di cottura automatica per petti di pollo e riso di peso maggiore, è necessario riempire il serbatoio dell'acqua durante la cottura.
6. Non coprire i cibi quando si usano i programmi di cottura automatica a vapore.
7. Dopo la cottura con un programma di cottura automatica, la maggior parte degli alimenti trae vantaggio da un tempo di **riposo**, per consentire al calore di penetrare nella parte centrale.
8. Poiché gli alimenti sono soggetti a variazioni, verificare che l'alimento sia completamente cotto e caldo fumante prima di servirlo.
9. Si presume che la temperatura degli alimenti congelati sia compresa tra -18 °C e -20 °C, mentre quella degli alimenti refrigerati sia compresa tra +5 °C e +8 °C (temperatura di frigorifero).
10. Se sul display appare "CALDO", la temperatura del forno è troppo alta a causa di un utilizzo precedente e il programma automatico non può essere impostato. La modalità e il tempo di cottura possono tuttavia essere impostati manualmente.


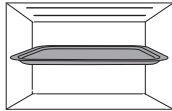

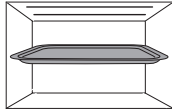

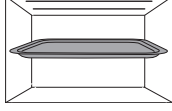
Programmi di cottura automatica a vapore



Programma	Peso	Accessori	Istruzioni
 4. VERDURE FRESCHE	200 g - 320 g		<p>Per cuocere a vapore le verdure fresche, ad es. carote, broccoli, cavolfiore, piselli. Riempire il serbatoio dell'acqua. Disporre le verdure preparate sulla teglia Panacrunch quadrata. Collocare sul ripiano superiore. Selezionare il programma numero 4. Inserire il peso delle verdure fresche. Premere Avvio.</p>
 5. VERDURE SURGELATE	200 g - 320 g		<p>Per cuocere a vapore verdure congelate, ad es. carote, broccoli, cavolfiore, piselli. Riempire il serbatoio dell'acqua. Disporre le verdure sulla teglia Panacrunch quadrata. Collocare sul ripiano superiore. Selezionare il programma numero 5. Inserire il peso delle verdure congelate. Premere Avvio.</p>
 6. PATATE LESSE	200 g - 500 g		<p>Per cuocere a vapore le patate. Riempire il serbatoio dell'acqua. Pelare le patate e tagliarle a pezzi uniformi. Disporre le patate preparate sulla teglia Panacrunch quadrata. Collocare sul ripiano superiore. Selezionare il programma numero 6. Inserire il peso delle patate. Premere Avvio.</p>
 7. PETTI DI POLLO	200 g - 650 g		<p>Per cucinare petti di pollo freschi. Ogni petto di pollo dovrebbe pesare tra 100 g - 250 g. Riempire il serbatoio dell'acqua. Disporre i petti di pollo sulla teglia Panacrunch quadrata. Collocare sul ripiano superiore. Selezionare il programma numero 7. Inserire il peso dei petti di pollo. Premere Avvio. Controllare il serbatoio dell'acqua durante la cottura e riempire se necessario.</p>

Programmi di cottura automatica a vapore



Programma	Peso	Accessori	Istruzioni
 8. FILETTI DI PESCE FRESCO	200 g - 500 g		<p>Per cuocere filetti di pesce fresco, ad es. salmone, merluzzo, eglefino, platessa. Riempire il serbatoio dell'acqua. Disporre il pesce fresco sulla teglia Panacrunch quadrata. Collocare sul ripiano superiore. Selezionare il programma numero 8. Inserire il peso del pesce fresco. Premere Avvio.</p>
 9. FILETTI DI PESCE CONGELATI	200 g - 500 g		<p>Per cuocere filetti di pesce congelati, ad es. salmone, merluzzo, eglefino. Riempire il serbatoio dell'acqua. Disporre il pesce congelato sulla teglia Panacrunch quadrata. Collocare sul ripiano superiore. Selezionare il programma numero 9. Inserire il peso del pesce congelato. Premere Avvio.</p>
 10. RISO	100 g - 200 g		<p>Per cuocere riso per piatti saporiti (thai, basmati, jasmine, long grain), non il riso per budino. Coprire il riso con acqua fredda. Riempire il serbatoio dell'acqua. Disporre il riso in un contenitore in Pyrex® poco profondo. Aggiungere 3 parti di acqua fredda e 2 parti di riso. Non coprire. Collocare il contenitore sulla teglia Panacrunch quadrata. Collocare sul ripiano superiore. Selezionare il programma numero 10. Inserire il peso del solo riso. Premere Avvio. Controllare il serbatoio dell'acqua durante la cottura e riempire se necessario.</p>

Programmi di cottura automatica

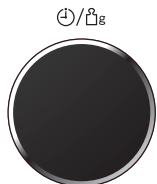


Questa funzione consente di cuocere vari cibi solo impostando il peso. Il forno determina automaticamente la potenza della cottura a microonde e/o combinata e il tempo di cottura. Selezionare la categoria e impostare il peso dell'alimento. Il peso è programmato in grammi. Per selezionare rapidamente il peso, il forno comincia da quello più utilizzato per ciascuna categoria.

Esempio:



Selezionare il programma di cottura automatica desiderato. La categoria di alimento appare sul display.



Selezionare il peso ruotando la manopola dell'ora/del peso. La manopola avanza a intervalli di 10 g.



Premere Avvio. Inizia il programma di cottura e sul display appare il conto alla rovescia del tempo rimanente.

Quando si seleziona un programma automatico, sul display vengono visualizzati vari simboli per mostrare la modalità di cottura che verrà utilizzata e gli accessori necessari. I simboli hanno i significati riportati di seguito:



Microonde



Grill






Linee guida

1. È possibile utilizzare i programmi di cottura automatica **solo per gli alimenti descritti**.
2. Cucinare solo alimenti che rientrano negli intervalli di peso descritti.
3. Pesare sempre gli alimenti al posto di fare affidamento sulle informazioni relative al peso riportate sulla confezione.
4. Si presume che la temperatura degli alimenti congelati sia compresa tra -18 °C e -20 °C, mentre quella degli alimenti refrigerati sia compresa tra +5 °C e +8 °C (temperatura di frigorifero).
5. L'accessorio non viene utilizzato per i programmi di cottura automatica. I piatti sono collocati direttamente sulla base del forno.
6. I programmi da 11-16 sono **esclusivamente per microonde**. Il programma 17 utilizza una combinazione di **microonde + grill**.
7. Dopo un programma di cottura automatica, la maggior parte degli alimenti trae vantaggio da un **tempo di riposo**, per consentire al calore di completare la cottura della parte centrale.
8. Poiché gli alimenti sono soggetti a variazioni, verificare che l'alimento sia completamente cotto e caldo fumante prima di servirlo.
9. Se sul display appare "CALDO", la temperatura del forno è troppo alta a causa di un utilizzo precedente e il programma automatico non può essere impostato. La modalità e il tempo di cottura possono tuttavia essere impostati manualmente.






Programmi di cottura automatica



Programma	Peso	Istruzioni
 <p>11. PASTO FRESCO</p>	200 g - 1000 g	<p>Per riscaldare un alimento precotto fresco. Gli alimenti devono essere a una temperatura di frigorifero di circa 5 °C. Riscaldarli nel contenitore in cui sono stati acquistati. Forare la pellicola di copertura con un coltello affilato, una volta al centro e quattro volte lungo il bordo. Se invece si dispongono gli alimenti su un piatto, coprire con pellicola trasparente forata. Collocare il contenitore sulla base del forno. Selezionare il programma numero 11. Digitare il peso degli alimenti e premere Avvio. Mescolare quando vengono emessi i segnali acustici. Mescolare di nuovo alla fine del programma e lasciare riposare per alcuni minuti. Il pesce o la carne di grandi dimensioni in salsa diluita può richiedere un tempo di cottura maggiore. Questo programma non è adatto per alimenti ricchi di amido, quali riso, pasta e patate. Gli alimenti in contenitori di forma irregolare possono richiedere un tempo di cottura maggiore.</p>
 <p>12. PASTO SURGELATO</p>	200 g - 1000 g	<p>Per riscaldare un alimento precotto congelato. Tutti gli alimenti devono essere precotti e congelati (-18 °C). Riscaldare nel contenitore in cui sono stati acquistati. Forare la pellicola di copertura con un coltello affilato, una volta al centro e quattro volte lungo il bordo. Se invece si dispongono gli alimenti su un piatto, coprire con pellicola trasparente forata. Collocare il contenitore sulla base del forno. Selezionare il programma numero 12. Inserire il peso degli alimenti congelati. Premere Avvio. Mescolare quando vengono emessi i segnali acustici e tagliare i blocchi in vari pezzi. Mescolare di nuovo alla fine del programma e lasciare riposare per alcuni minuti. Il pesce o la carne di grandi dimensioni in salsa diluita può richiedere un tempo di cottura maggiore. Questo programma non è adatto per alimenti ricchi di amido, quali riso, pasta e patate. Gli alimenti in contenitori di forma irregolare possono richiedere un tempo di cottura maggiore.</p>
 <p>13. VERDURE FRESCHE</p>	200 g - 1000 g	<p>Per cuocere le verdure fresche, ad es. carote, broccoli, cavolfiore, piselli. Disporre le verdure preparate in un contenitore in Pyrex® di dimensioni adeguate. Aggiungere 15 ml (1 cucchiaino da tè) di acqua per ogni 100 g di verdura. Coprire con pellicola trasparente forata o un coperchio. Collocare il contenitore sulla base del forno. Selezionare il programma di cottura automatica 13. Inserire il peso delle verdure fresche. Premere Avvio. Mescolare quando vengono emessi i segnali acustici.</p>

Programmi di cottura automatica



Programma	Peso	Istruzioni
 14. VERDURE SURGELATE	200 g - 1000 g	Per cuocere le verdure congelate , ad es. carote, broccoli, cavolfiore, piselli. Disporre le verdure congelate in un contenitore Pyrex® di dimensioni adeguate. Aggiungere 15 - 45 ml (1 - 3 cucchiaini da tè) di acqua. Coprire con pellicola trasparente forata o un coperchio. Collocare il contenitore sulla base del forno. Selezionare il programma di cottura automatica 14. Inserire il peso delle verdure congelate. Premere Avvio. Mescolare quando vengono emessi i segnali acustici.
 15. FILETTI DI PESCE FRESCO	200 g - 800 g	Per cuocere filetti di pesce fresco , ad es. salmone, merluzzo, platessa, eglefino. Collocare in un contenitore in Pyrex® poco profondo. Coprire le porzioni più sottili. Assicurarsi che il pesce non si sovrapponga. Piegare i bordi sottili. Aggiungere 15 - 45 ml (1 - 3 cucchiaini da tè) di acqua. Coprire con pellicola trasparente forata o un coperchio. Collocare il contenitore sulla base del forno. Selezionare il programma di cottura automatica 15. Inserire il peso del pesce fresco. Premere Avvio. Cuocere con la pelle rivolta verso il basso e girare quando vengono emessi i segnali acustici. Lasciare riposare per qualche minuto.
 16. PATATE LESSE	200 g - 1000 g	Per cuocere le patate pelate. Pelare le patate e tagliarle a pezzi uniformi. Disporre le patate preparate su un contenitore in Pyrex®. Aggiungere 15 ml di acqua (1 cucchiaino da tè) per ogni 100 g di patate. Coprire con pellicola trasparente forata o un coperchio. Selezionare il programma di cottura automatica 16. Inserire il peso delle patate. Premere Avvio. Mescolare quando vengono emessi i segnali acustici.
 +  17. GRATIN DI PATATE	-	Vedere la ricetta di seguito. Collocare il gratin di patate sulla base del forno. Selezionare il programma di cottura automatica 17. Premere Avvio (non è necessario inserire il peso dell'alimento). Dopo la cottura lasciare riposare per 5 minuti.

Gratin dauphinois

ingredienti

4 porzioni

700 g di patate pelate
 1 spicchio d'aglio
 70 g di emmental grattugiato
 sale e pepe
 200 ml di panna da cucina liquida
 200 ml di latte

Contenitore: 1 contenitore in Pyrex® poco profondo da 25 cm

Accessori: nessuno

1. Tagliare le patate a fette sottili. Sbucciare e tritare l'aglio.
2. Distribuire le fette di patate in un contenitore in Pyrex® poco profondo. Spargere sopra l'aglio, metà del formaggio, sale e pepe.
3. Versare sopra la panna e il latte. Coprire con il resto del formaggio grattugiato. Collocare sulla base del forno.
4. Selezionare il programma di cottura automatica 17. Premere Avvio. Dopo la cottura lasciare riposare per 5 minuti.

Programmi Panacrunch

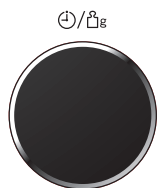


Questa funzione consente di cuocere vari cibi solo impostando il peso. Il forno determina automaticamente la potenza della cottura a microonde e/o combinata e il tempo di cottura. Selezionare la categoria e impostare il peso dell'alimento. Il peso è programmato in grammi. Per selezionare rapidamente il peso, il forno comincia da quello più utilizzato per ciascuna categoria.

Esempio:



Selezionare il programma Panacrunch desiderato. La categoria di alimento appare sul display.



Selezionare il peso ruotando la manopola dell'ora/del peso. La manopola avanza a intervalli di 10 g.



Premere Avvio. Inizia il programma di cottura e sul display appare il conto alla rovescia del tempo rimanente.

Quando si seleziona un programma automatico, sul display vengono visualizzati vari simboli per mostrare la modalità di cottura che verrà utilizzata e gli accessori necessari. I simboli hanno i significati riportati di seguito:



Microonde



Grill



Teglia Panacrunch quadrata



Vapore



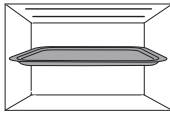


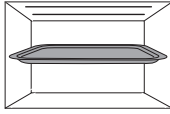


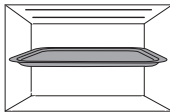


Linee guida

1. È possibile utilizzare i programmi Panacrunch **solo per gli alimenti descritti**.
2. Cucinare solo alimenti che rientrano negli intervalli di peso descritti.
3. Pesare sempre gli alimenti al posto di fare affidamento sulle informazioni relative al peso riportate sulla confezione.
4. Si presume che la temperatura degli alimenti congelati sia compresa tra -18 °C e -20 °C, mentre quella degli alimenti refrigerati sia compresa tra +5 °C e +8 °C (temperatura di frigorifero).
5. I programmi da 18-20 utilizzano una combinazione di **grill + microonde**. I programmi da 21-23 utilizzano una combinazione di **vapore + grill**.
6. Utilizzare solo gli accessori indicati alle pagine 55-56.
7. Dopo un programma di cottura automatica, la maggior parte degli alimenti trae vantaggio da un **tempo di riposo**, per consentire al calore di completare la cottura della parte centrale.
8. Poiché gli alimenti sono soggetti a variazioni, verificare che l'alimento sia completamente cotto e caldo fumante prima di servirlo.
9. Se sul display appare "CALDO", la temperatura del forno è troppo alta a causa di un utilizzo precedente e il programma automatico non può essere impostato. La modalità e il tempo di cottura possono tuttavia essere impostati manualmente.


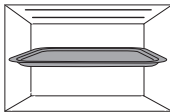

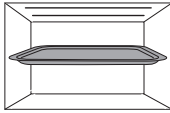

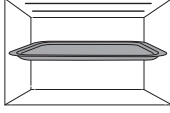
Programmi Panacrunch



Programma	Peso	Accessori	Istruzioni
 +  18. PATATE SURGELATE	100 g - 500 g		<p>Per cuocere chip per forno e alimenti a base di patate congelati, ad es. "hash brown" (frittelle di patate), "waffle" ecc., disporre gli alimenti sulla teglia Panacrunch quadrata e collocarla sul ripiano superiore. Selezionare il programma numero 18. Inserire il peso degli alimenti a base di patate congelati. Premere Avvio. Per risultati ottimali, disporre su un solo strato. Nota: gli alimenti a base di patata sono molto diversi. Consigliamo di verificare alcuni minuti prima del termine della cottura per valutare il livello di doratura. Non idoneo per crochette di patate.</p>
 +  19. PIZZA REFRIGERATA	100 g - 400 g		<p>Per riscaldare e dorare le pizze refrigerate acquistate. Rimuovere completamente la confezione, disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocarla sul ripiano superiore. Selezionare il programma numero 19. Digitare il peso della pizza refrigerata e premere Avvio. Programma non adatto per pizze alte, pizze con crosta farcita o pizze molto sottili.</p>
 +  20. PIZZA SURGELATA	300 g - 500 g		<p>Per riscaldare e dorare le pizze congelate acquistate. Rimuovere completamente la confezione, disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocarla sul ripiano superiore. Selezionare il programma numero 20. Digitare il peso della pizza congelata e premere Avvio. Programma non adatto per pizze alte, pizze con crosta farcita o pizze molto sottili.</p>

Programmi Panacrunch

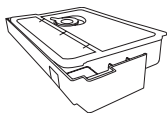


Programma	Peso	Accessori	Istruzioni
 21. FILETTI DI PESCE FRESCO	300 g - 750 g		<p>Per cuocere filetti di pesce fresco, ad es. salmone, merluzzo, eglefino, del peso massimo di 180 g ciascuno a vapore + grill. Riempire il serbatoio dell'acqua. Disporre il pesce fresco con la pelle rivolta verso l'alto sulla teglia Panacrunch quadrata. Ungere la pelle con olio. Collocare sul ripiano superiore. Selezionare il programma numero 21. Inserire il peso del pesce fresco. Premere Avvio.</p>
 22. PESCE INTERO FRESCO	200 g - 650 g		<p>Per cuocere il pesce fresco, ad es. trote, orate, sgombri, spigole e sardine, del peso compreso tra 100 g e 400 g ciascuno a vapore + grill. Riempire il serbatoio dell'acqua. Disporre il pesce intero direttamente sulla teglia Panacrunch quadrata. Ungere con olio i pesci non grassi (spigola, trota) prima della cottura. Collocare sul ripiano superiore. Selezionare il programma numero 22. Inserire il peso del pesce intero fresco. Premere Avvio.</p>
 23. PEZZI DI POLLO	200 g - 650 g		<p>Per cuocere dei pezzi di pollo freschi, ad es. cosce o sovracosce di pollo, a vapore + grill. Ogni pezzo di pollo dovrebbe pesare tra 100 g e 180 g. Forare la pelle in alcuni punti prima di cuocere. Riempire il serbatoio dell'acqua. Disporre i pezzi di pollo sulla teglia Panacrunch quadrata. Collocare sul ripiano superiore. Selezionare il programma numero 23. Inserire il peso dei pezzi di pollo. Premere Avvio. Controllare il serbatoio dell'acqua durante la cottura e riempire se necessario.</p>

Programmi di pulizia del sistema

F1. DRENARE ACQUA

L'acqua viene pompata all'interno del sistema per pulire le tubature. L'acqua viene raccolta nel vassoio di raccolta.



Aggiungere 100 g di acqua nel serbatoio dell'acqua. Assicurarsi che il vassoio di raccolta sia vuoto.

Premere Pulizia sistema una volta finché sul display non viene visualizzato il programma "F1 DRENARE ACQUA".

Premere Avvio. Al termine del programma svuotare il vassoio di raccolta.



Nota

1. Eseguire questo programma solo con 100 g di acqua nel serbatoio.
2. Non rimuovere il vassoio di raccolta durante il programma DRENARE ACQUA.
3. Svuotare il vassoio di raccolta e risciacquare con acqua corrente al termine del programma.



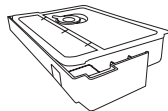
Attenzione

4. **Se il programma DRENARE ACQUA viene utilizzato subito dopo un programma di cottura a vapore, nel vassoio potrebbe raccogliersi dell'acqua calda.**

Programmi di pulizia del sistema

F2. SISTEMA DI PULIZIA

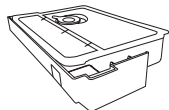
Con la prima fase del programma il sistema viene pulito con una soluzione di acido citrico. Con la seconda fase le tubature del sistema vengono risciacquate con acqua.



Preparare una soluzione di 16 g di acido citrico e 200 g di acqua e aggiungerla nel serbatoio dell'acqua. Assicurarsi che il vassoio di raccolta sia vuoto.

Premere Sistema di Pulizia due volte finché sul display non viene visualizzato il programma "F2 SISTEMA DI PULIZIA".

Premere Avvio. Il programma viene eseguito per circa 29 minuti.




Al termine del programma, svuotare il vassoio di raccolta e riempire con acqua il serbatoio (fino al livello massimo).

Premere Avvio. Il programma viene eseguito per circa 1 minuto. Al termine del programma svuotare il vassoio di raccolta.

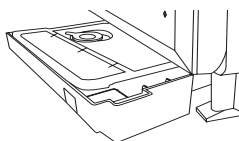


Nota

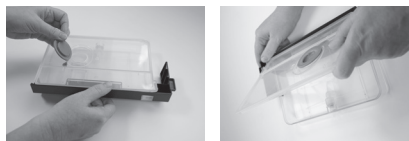
1. Il simbolo  viene visualizzato sul display durante l'esecuzione dei programmi DRENARE ACQUA e SISTEMA DI PULIZIA.
2. Se il programma di pulizia del sistema non viene utilizzato regolarmente, le tubature possono ostruirsi e le prestazioni della cottura a vapore saranno inferiori.
3. Non rimuovere il vassoio di raccolta durante il programma DRENARE ACQUA.
4. Svuotare il vassoio di raccolta e risciacquare con acqua di rubinetto al termine del programma.

Pulizia del serbatoio dell'acqua

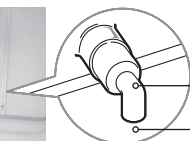
Pulire con una spugna morbida immergendolo in acqua.



Rimuovere il serbatoio dell'acqua e pulire lo scomparto in cui è inserito.



Aprire il cappuccio per il riempimento dell'acqua, rimuovere il coperchio e il tubicino e pulire.



Tubicino

Assicurarsi che sia rivolto verso il basso

Se il tubicino è difficile da rimuovere, spostarlo lateralmente. Nel reinserirlo, assicurarsi che sia rivolto verso il basso (vedere figura).

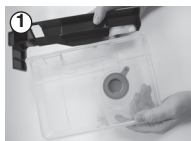
Anche la parte anteriore del serbatoio può essere rimossa per essere pulita.

Rimozione della copertura anteriore



1. Ruotare leggermente la copertura finché la parte opposta alla mano non si sgancia.
2. Continuare a girare finché non si sgancia anche la parte più vicina alla mano.

Reinserimento della copertura anteriore



1. Allineare le fessure sulla copertura con i fori sul serbatoio.
2. Inserire e premere finché non scatta in posizione.



Nota

- Pulire il serbatoio dell'acqua almeno una volta alla settimana per evitare l'accumulo di calcare
- Non lavare il serbatoio o le sue parti in lavastoviglie.

Domande e risposte

- D: Perché il forno non si accende?
- R: Se il forno non si accende, controllare i seguenti punti:
1. La spina è inserita correttamente? Estrarre la spina dalla presa, aspettare 10 secondi e reinserirla.
 2. Controllare l'interruttore di circuito e il fusibile. Reimpostare l'interruttore di circuito o sostituire il fusibile se è saltato o bruciato.
 3. Se, invece, questi elementi sono integri, provare a inserire nella presa un altro elettrodomestico. Se quest'ultimo funziona, il problema riguarda probabilmente il forno. Se non funziona, il problema riguarda probabilmente la presa.
- Nel caso il problema riguardi il forno, contattare un Centro Assistenza autorizzato.
- D: Il forno causa interferenze con il televisore. È normale?
- R: Possono verificarsi delle interferenze con alcuni apparecchi radio, televisori, sistemi Wi-Fi, telefoni cordless, monitor per bambini, dispositivi Bluetooth o altri apparecchi senza fili durante l'utilizzo del forno a microonde. Tali disturbi sono simili a quelli causati da piccoli elettrodomestici quali mixer, aspirapolvere, phon e così via. Ciò non indica un problema del forno.
- D: Il forno non accetta il programma immesso. Perché?
- R: Il forno è progettato per non accettare programmi errati. Ad esempio, non accetterà una quarta fase.
- D: A volte fuoriesce dell'aria calda dagli sfiati del forno. Perché?
- R: Il calore prodotto durante la cottura surriscalda l'aria all'interno del forno. Questa viene espulsa dagli sfiati presenti, ma non contiene microonde. Non ostruire mai gli sfiati durante la cottura.
- D: Non riesco a impostare un programma di cottura automatico e sul display appare il messaggio "CALDO". Perché?
- R: Se sul display appare "CALDO", la temperatura del forno è troppo alta a causa di un utilizzo precedente e il programma automatico non può essere impostato. La modalità e il tempo di cottura possono tuttavia essere impostati manualmente.
- D: È possibile utilizzare un termometro per forno convenzionale nel forno?
- R: Solo in modalità **grill/forno**. Il metallo di alcuni termometri, infatti, potrebbe causare archi elettrici e non deve quindi essere utilizzato con la modalità **microonde** e la cottura **combinata**.
- D: Durante la cottura **combinata** si avvertono ronzii e scatti provenienti dal forno. Qual è la causa?
- R: Questi rumori vengono prodotti quando il forno passa automaticamente dalla modalità **microonde** a quella **grill/forno** in base alla combinazione prescelta. È normale.

Domande e risposte

- D: Quando si utilizzano le funzioni di cottura a **forno, combinata e grill**, il forno produce fumo e uno strano odore. Perché?
- R: Dopo aver usato varie volte il forno, è consigliabile pulirlo e poi farlo funzionare a vuoto. In questo modo il calore consumerà i depositi di cibo e unto che potrebbero essere alla base dello strano odore e del fumo.
- D: Il forno interrompe la cottura come forno microonde e sul display viene visualizzato il codice "H97" o "H98". Perché?
- R: Il display segnala un problema del sistema di generazione delle microonde. Si prega di contattare un Centro servizi autorizzato.
- D: La ventola continua a girare anche dopo la cottura. Perché?
- R: Quando si finisce di utilizzare il forno, è possibile che la ventola di raffreddamento continui a girare per raffreddare i componenti elettrici. Ciò è normale e allo stesso tempo non impedisce di continuare a usare il forno.
- D: È possibile controllare la temperatura preimpostata del forno durante la cottura o il preriscaldamento del **forno** stesso?
- R: Sì. Toccare Oven per visualizzare la temperatura del forno sul display per 2 secondi.
- D: Sul display viene visualizzata una "D" e il forno non scalda. Perché?
- R: Il forno è programmato per la **modalità demo** (dimostrativa). Questa modalità è progettata per l'esposizione in negozio. Per disattivarla, premere Micro Power una volta, quindi Arresto/Annullamento quattro volte.
- D: Dal display è scomparsa la funzione Display di informazioni. Vedo solo numeri. Perché?
- R: Potrebbe essersi verificata un'interruzione di corrente che ha disattivato la funzione. Scollegare la spina del forno dalla rete di alimentazione per qualche secondo, quindi collegarla di nuovo. Quando sul display appare la scritta "88:88", premere Avvio fino a quando non viene visualizzata la lingua desiderata. Quindi impostare l'orologio. Vedere a pagina 22.
- D: Dal display è scomparsa la funzione "Funzionamento". Vedo solo numeri. Perché?
- R: La funzione Funzionamento viene disattivata premendo Timer/Orologio quattro volte. Quando viene visualizzato il segno dei due punti oppure l'orologio, premere Timer/Orologio quattro volte per riattivare la funzione.
- D: Il forno arresta la cottura a vapore o combinata con vapore e sul display viene visualizzato "U14". Perché?
- R: Il serbatoio dell'acqua è vuoto e la funzione Funzionamento è stata disattivata. Riempire il serbatoio dell'acqua, reinserirlo nel forno e premere Avvio per riprendere la cottura. Se questa condizione si verifica per tre volte durante il funzionamento, la cottura si arresta. Premere il pulsante Arresto/Annullamento per ripristinare il forno.
- D: I tasti del pannello di controllo non rispondono al comando. Perché?
- R: Assicurarsi che il forno sia collegato alla rete elettrica. Il forno potrebbe essere nella modalità stand-by. Aprire e chiudere lo sportello per attivare il forno.

Cura del forno



Importante

Per il funzionamento sicuro del forno è essenziale assicurarsi che sia pulito dopo ogni utilizzo. Se il forno non viene tenuto pulito, le superfici si possono deteriorare e, di conseguenza, l'apparecchio potrebbe durare meno ed eventualmente diventare pericoloso.

1. **Spegnere il forno prima della pulizia** e se possibile scollegare la spina dalla rete elettrica.
2. **Mantenere pulite la parte interna del forno, le guarnizioni dello sportello e le zone circostanti.** Rimuovere eventuali schizzi di cibo o di liquidi che aderiscono a queste parti con un panno umido. In caso di sporco ostinato, utilizzare un detergente neutro. Si sconsiglia l'impiego di detergenti aggressivi o abrasivi.
3. Dopo aver utilizzato la cottura a **grill, forno, vapore e combinata**, le pareti del forno devono essere pulite con un panno morbido e acqua e sapone. Prestare particolare attenzione all'area dell'oblò, in particolare dopo la cottura a **grill, forno, vapore e combinata**. Le macchie ostinate all'interno del forno possono essere rimosse spruzzando una piccola quantità di detergente per forno comunemente reperibile in commercio su un panno morbido e umido. Passare sulle macchie, lasciar agire il tempo consigliato e quindi rimuovere. **Non spruzzare direttamente all'interno del forno.**
4. Al termine della cottura con la **funzione vapore**, asciugare l'eventuale condensa formatasi nel forno. Svuotare il vassoio di raccolta (vedere a pagina 15).
5. Non utilizzare detergenti abrasivi o raschietti di metallo appuntiti per pulire il **vetro del forno** in quanto possono graffiare la superficie e, di conseguenza, danneggiare il vetro.
6. Pulire la **superficie esterna del forno** con un panno umido. Per non danneggiare le parti operative che si trovano all'interno del forno, non lasciare che penetri acqua nelle aperture di ventilazione.
7. Per pulire il **pannello di controllo**, adoperare un panno morbido e asciutto. **Non** utilizzare detergenti aggressivi o abrasivi sul pannello di controllo. Quando si pulisce questa zona, lasciare aperto lo sportello per evitare di azionare il forno involontariamente. Al termine, premere il pulsante Arresto/Annullamento per azzerare il display.
8. **Se si accumula del vapore** all'interno o all'esterno dello sportello, asciugarlo con un panno morbido. Ciò può succedere quando l'umidità della stanza è elevata e non è assolutamente un indice di malfunzionamento dell'apparecchio o di perdita del microonde.

Cura del forno

9. Pulire regolarmente il **fondo del forno**. È sufficiente lavare la superficie inferiore interna con acqua calda e un detergente neutro, quindi asciugare con un panno asciutto. I vapori di cottura raccolti in seguito all'uso ripetuto non influiscono sulla superficie del fondo.
10. Durante la cottura a **grill, forno, vapore o combinata** il grasso di alcuni cibi potrebbe finire sulle pareti del forno. Se il forno non viene pulito, il grasso può accumularsi e produrre del **fumo** dal forno durante l'uso. Tali macchie sono difficili da pulire se non rimosse tempestivamente.
11. Non utilizzare **getti di vapore** per pulire il forno.
12. Assicurarsi che l'accessorio del forno sia sempre pulito, specialmente quando si utilizzano i programmi di cottura a microonde o combinata.
13. Mantenere gli **sfiati** sempre liberi da ostruzioni. Accertarsi che gli sfiati sul lato destro del forno non siano ostruiti da polvere o altro materiale. L'ostruzione degli sfiati potrebbe causare il surriscaldamento del forno, pregiudicandone il funzionamento e causando una situazione potenzialmente pericolosa.
14. Eseguire il programma di Pulizia del Sistema quando sul display viene visualizzato il relativo simbolo (vedere a pagina 57-58). Pulire il serbatoio dell'acqua almeno una volta alla settimana per evitare l'accumulo di calcare (vedere a pagina 59).

Specifiche

Produttore	Panasonic	
Modello	NN-DS596M WPG	
Alimentazione	230 V 50 Hz	
Frequenza operativa:	2450 MHz	
Potenza in ingresso:	Massimo	2010 W
	Microonde	1000 W
	Grill	1220 W
	Forno	1270 W
	Vapore	1020 W
Potenza in uscita:	Microonde	1000 W (IEC-60705)
	Grill	1200 W
	Forno	1250 W
Top grill	1200 W	
Dimensioni esterne	512 (L) x 400 (P) x 347 (H) mm	
Dimensioni interne	335 (L) x 350 (P) x 238 (H) mm	
Peso senza imballo (circa)	16,4 kg	
Rumorosità	56 dB	

Il peso e le dimensioni riportati sono approssimativi.

Questo prodotto rispetta la norma europea per le emissioni EMC (EMC = Compatibilità elettromagnetica) EN 55011. Ai sensi di tale norma, il prodotto è un apparecchio di gruppo 2, classe B e rientra nei limiti imposti. Il gruppo 2 indica che la radiofrequenza viene prodotta intenzionalmente in forma di radiazione elettromagnetica per il riscaldamento o la cottura dei cibi. Per classe B, invece, si intende che questo prodotto può essere utilizzato nei comuni ambienti domestici.

Prodotto da: Panasonic Appliances Microwave Oven (Shanghai) Co., Ltd.
888, 898 Longdong Road. Pudong, Shanghai, 201203, China.

Importato da: Panasonic Marketing Europe GmbH

REP. EU: Panasonic Testing Centre
Winsbergring 15, 22525 Hamburg, Germania

Ricettario

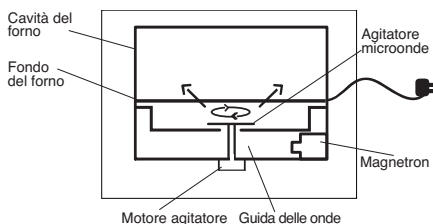


Il forno Panasonic è dotato della tecnologia all'avanguardia meglio conosciuta con il nome di tecnologia Inverter. Questa originale tecnologia è utilizzata da tempo in Giappone per i forni a microonde e offre un notevole miglioramento delle capacità di cottura del forno. Il sistema riduce inoltre il numero di componenti, dando al forno un maggiore volume interno e un peso ridotto senza occupare più spazio sulla superficie di lavoro.

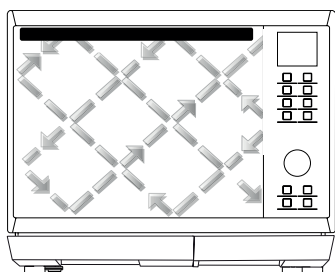
Le informazioni fornite in questo volume fungono esclusivamente da linee guida. I tempi totali varieranno in base alla temperatura iniziale del cibo e al contenitore utilizzato. Controllare sempre se l'alimento è caldo fumante prima di consumarlo.

Principi di funzionamento delle microonde

Le microonde sono sempre presenti nell'atmosfera, sia in modo naturale sia mediante fonti create dall'uomo stesso. Queste ultime includono le onde radar, radio e televisive, i collegamenti delle telecomunicazioni e dei telefoni cellulari.

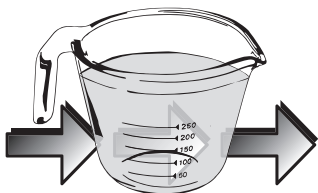


Il forno a microonde converte l'elettricità in microonde mediante il Magnetron. Per l'alimentazione dal basso, vedere a pagina 24 del Manuale di istruzioni.



Riflessione

Le microonde si riflettono sulle pareti e sullo sportello in metallo.



Trasmissione

Le microonde passano quindi attraverso il contenitore delle pietanze per essere assorbite dalle molecole d'acqua, che, in maggiore o minore quantità, sono presenti in tutti gli alimenti.



Importante

Durante la cottura, il recipiente utilizzato per cuocere o per riscaldare diventa caldo, perché il calore

si trasmette dagli alimenti per conduzione. Anche nella cottura a microonde è necessario munirsi di guanti! **Le microonde non passano attraverso il metallo; per questo per cuocere in sola modalità a microonde non si possono utilizzare utensili in metallo.**

Come fanno le microonde a cuocere gli alimenti?

Le microonde fanno sì che le molecole dell'acqua vibrino. Questo, a sua volta, provoca una **frizione**, ovvero **calore**. È tale calore a cuocere gli alimenti.

Le microonde sono inoltre attratte dalle particelle di grasso e zucchero. Per questo motivo, gli alimenti con alto contenuto di questi elementi cuociono più velocemente. Le microonde possono penetrare solo fino a una profondità di 4-5 cm e, poiché il calore si diffonde negli alimenti per conduzione, come nei forni tradizionali, la cottura avviene dall'esterno verso l'interno.

Alimenti non adatti per una cottura esclusivamente a microonde

Soufflé ecc., poiché, per una cottura corretta, questi alimenti si affidano al calore esterno secco. Non tentare di cuocerli a microonde.

Non è nemmeno possibile cuocere alimenti che richiedono una lunga frittura nel grasso.

Tempo di riposo

Quando si spegne il forno a microonde, gli alimenti continuano a cuocere per conduzione, **non a causa dell'energia delle microonde**. Quindi, nella cottura a microonde è molto importante il **tempo di riposo**, particolarmente per gli alimenti densi, come carne e torte, e per il riscaldamento degli alimenti (vedere a pagina 67).



Uova sode

Non bollire uova nel forno a microonde. Le uova crude, nel loro guscio, possono esplodere e causare gravi danni.

Linee guida generali

Tempo di riposo

Gli alimenti densi, ad esempio la carne, le patate con la buccia e le torte, dopo la cottura necessitano di un **tempo di riposo** (dentro o fuori del forno), per consentire al calore di completare la cottura.

■ Patate con la buccia

Dopo aver cotto le patate solo a microonde, avvolgerle in un foglio di alluminio. Lasciar riposare 5 minuti. Non è necessario cuocere le patate con la buccia in modalità **combinata**.

■ Pesce

Lasciar riposare per 2-3 minuti.

■ Piatti a base di uova

Lasciar riposare per 1-2 minuti.

■ Alimenti precotti

Lasciar riposare per 2-3 minuti.



Contenuto di umidità

Molti alimenti freschi, come le verdure e la frutta, hanno un contenuto di umidità diverso a seconda della stagione. Un esempio del genere sono le patate con la buccia. Per questo motivo è necessario variare i tempi di cottura nelle diverse stagioni dell'anno. Gli ingredienti secchi, come riso e pasta, possono essiccarsi durante la conservazione e i tempi di cottura possono essere diversi da quelli degli stessi alimenti freschi.



Foratura

Durante la cottura la pelle o la buccia di alcuni alimenti provoca la formazione di vapore. Prima della cottura, per consentire al vapore di fuoriuscire, forare tali alimenti o rimuovere un pezzo di pelle o buccia. Uova, patate, mele, salsicce, ecc. devono essere forate prima della cottura. **Non cuocere le uova con il guscio.**

■ Arrostiti

Avvolgere in un foglio di alluminio e lasciar riposare 15 minuti.

■ Alimenti impiattati

Lasciar riposare per 2-3 minuti.

■ Verdure

Le patate bollite traggono beneficio da un tempo di riposo di 1-2 minuti, mentre gli altri tipi di verdure possono essere portati in tavola immediatamente.

■ Scongellamento

Il tempo di riposo, che può variare, ad esempio, dai 5 minuti per i lamponi a 1-2 ore per un arrosto, è essenziale per il completamento del processo. Vedere a pagina 87-89.

Se, dopo il **tempo di riposo**, l'alimento non è cotto, rimetterlo nel forno e proseguire la cottura.



Pellicola trasparente

Le pellicole trasparenti servono per conservare l'umidità degli alimenti, consentendo al vapore trattenuto di accelerare i tempi di cottura. Si raccomanda, tuttavia, di forare la pellicola prima della cottura per consentire la fuoriuscita del vapore in eccesso. Prestare sempre la massima attenzione quando si rimuove la pellicola trasparente da un piatto in quanto il vapore formatosi all'interno può essere molto caldo. Acquistare sempre pellicole trasparenti specifiche per cottura a microonde e utilizzarle solo come copertura. Non avvolgere i piatti con pellicola trasparente. Non coprire gli alimenti per la cottura a **grill, forno o combinata**.

Linee guida generali



Dimensioni del piatto

Attenersi alle dimensioni dei piatti fornite nelle ricette, perché influiscono sui tempi di cottura e di riscaldamento. La stessa quantità di un alimento in un recipiente più grande cuoce e si riscalda più rapidamente.



Quantità

Piccole quantità cuociono più rapidamente di grandi quantità; così come porzioni piccole si scaldano più rapidamente di porzioni abbondanti.



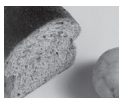
Distanza

Gli alimenti cuociono più rapidamente e uniformemente se sono distanziati fra loro. **Non** sovrapporre mai gli alimenti.



Forma

Le forme regolari cuociono in modo più uniforme. Nella cottura a microonde, gli alimenti cuociono meglio se disposti in un contenitore rotondo invece che in uno quadrato.



Densità

Gli alimenti porosi e leggeri si riscaldano più rapidamente di quelli densi e pesanti.



Copertura

Coprire gli alimenti con pellicola trasparente per microonde oppure con un coperchio adatto. Coprire pesce, verdure, pasticci, minestre/zuppe. Non coprire torte, salse, patate con la buccia, dolci. Per ulteriori informazioni, consultare le tabelle di cottura e le ricette.



Disposizione

I singoli alimenti, ad esempio le porzioni di pollo o le costolette, devono essere disposti sul piatto in modo che le parti più spesse si trovino sulla parte esterna.



Ingredienti

Gli alimenti contenenti grasso, zucchero o sale si riscaldano molto velocemente. Il ripieno si riscalda di più della crosta. Fare

attenzione quando si mangia. **Non** riscaldare troppo, anche se sembra che la crosta non sia molto calda.



Temperatura iniziale

Più freddo è l'alimento, più tempo impiega a riscaldarsi. Un alimento appena tolto dal frigorifero impiega più tempo a riscaldarsi di uno a temperatura ambiente. Prima della cottura, gli alimenti dovrebbero essere a una temperatura di circa 5-8°C.



Rigirare e mescolare

Durante la cottura, alcuni alimenti devono essere mescolati. A metà cottura, carne e pollame devono essere girati.



Liquidi

Tutti i liquidi devono essere mescolati **prima, durante e dopo il riscaldamento**. Soprattutto, l'acqua deve essere mescolata prima e durante il riscaldamento, per evitare la fuoriuscita dal recipiente. Non riscaldare liquidi che sono stati bolliti in precedenza. **Non scaldare eccessivamente.**



Controllare il cibo

È fondamentale controllare il cibo durante e dopo i tempi di cottura raccomandati, anche se è stato utilizzato un **programma automatico** (proprio come si controllerebbe la cottura in un forno tradizionale). Se necessario, rimettere in forno l'alimento per proseguire la cottura.



Pulizia


Poiché le microonde agiscono sulle particelle degli alimenti, tenere sempre il forno pulito. Le macchie più ostinate di alimenti possono essere rimosse con un prodotto di marca per la pulizia dei forni, spruzzato su un panno morbido. Dopo la pulizia, asciugare sempre il forno. Evitare le parti in plastica e l'area dello sportello. Non spruzzare direttamente nel vano del forno.

Guida rapida agli utensili da cottura

Recipienti per la cottura		Per Microonde	Per Grill	Per Forno	Per Vapore	Per cottura combinata (Microonde + Grill, Vapore + Microonde, Vapore + Grill, Vapore + Forno)
Vetro resistente al calore		✓	✓	✓	✓	✓
Contenitore in plastica per microonde		✓	✗	✗	✗	✗
Porcellana e ceramica resistente al calore Non utilizzare piatti con bordi o motivi in metallo né caraffe o tazze con manici incollati.		✓	✓	✓	✓	✓
Stoviglie, terraglia e terracotta resistente al calore		✗	✓	✓	✗	✗
Contenitori in alluminio / metallo		✗	✓	✓	✗	✗
Cestini in vimini, legno e paglia		✗	✗	✗	✗	✗
Pellicola trasparente		✓	✗	✗	✗	✗
Foglio di alluminio È possibile utilizzare piccole quantità di fogli di alluminio come PROTEZIONE per evitare il surriscaldamento degli alimenti durante la cottura o lo scongelamento. Fare attenzione a non far toccare il foglio con le pareti o la parte superiore del forno.		✓	✓	✓	✗	✗

Livelli di potenza delle microonde



Livello di potenza	Utilizzo
1000 W	Riscaldare alimenti e salse, cuocere pesce, verdure, salse e conserve
270 W  (**)	Scongelare alimenti congelati
600 W	Arrostire, cuocere salse a base di uovo e pan di Spagna; riscaldare il latte
440 W	Cuocere e riscaldare pollo in umido e quiche
300 W	Cuocere stufati, spezzatini, budini di riso, torte alla frutta, creme all'uovo
100 W	Scaldare burro, formaggi, frutta o gelato; tenere in caldo le pietanze



Nota

(*) SCONGELAMENTO CICLICO con tempo di riposo automatico (vedere a pagina 87).

Grill



Il forno è dotato di grill per arrostire e rendere croccante un'ampia varietà di alimenti.

Vi sono 3 diverse impostazioni per il grill:

1 tocco	Grill 1	1200 W
2 tocchi	Grill 2	850 W
3 tocchi	Grill 3	650 W
4 tocchi	Panacrunch	1200 W +
	(Grill 1 + microonde)	440 W

Per la modalità Panacrunch, vedere a pagine 27-28 del Manuale di istruzioni.

Collocare gli alimenti da cuocere al grill sulla teglia Panacrunch quadrata sul ripiano superiore o inferiore. Solitamente, gli alimenti devono essere girati a metà della cottura con grill.

Non coprire mai gli alimenti durante la cottura a grill.

Nel programma "**solo grill**" non vengono emesse microonde.

Tempi approssimativi per la cottura a grill (Grill 1; senza preriscaldamento)

	Primo lato	Secondo lato	Ripiano
Costoletta di manzo 450 g	18-20 min.	circa 10-15 min.	Ripiano inferiore
Salsicce 350 g (6 pezzi)	6-8 min.	circa 3-5 min.	Ripiano superiore
1 coscia di pollo 250 g	13-15 min.	13-15 min.	Ripiano inferiore
Toast 2 fette 50 g	3-5 min.	2-3 min.	Ripiano superiore



Attenzione

Gli accessori e l'area circostante del forno raggiungono temperature molto elevate: indossare guanti da forno.

Cottura a forno tradizionale



La cottura a forno tradizionale consente di cuocere gli alimenti utilizzando il calore dalla parte superiore e da quella inferiore. **Non vengono emesse microonde** nella cottura a forno tradizionale: è possibile quindi utilizzare piatti di metallo o contenitori resistenti al calore.

NB: le temperature comprese tra 40 e 100 °C, non utilizzate nella cottura tradizionale, non sono disponibili su questo forno.

Preriscaldamento

Per risultati ottimali, preriscaldare il forno per cuocere carne, dolci e biscotti. Si consiglia di non aprire lo sportello del forno durante il preriscaldamento. **Non preriscaldare il forno con l'accessorio all'interno.**

Accessori

È possibile cucinare gli alimenti direttamente sulla teglia Panacrunch quadrata sul ripiano superiore o inferiore. Oppure è possibile collocare i contenitori di metallo standard e tutte le stoviglie da forno sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano inferiore. **Non collocare i contenitori e le stoviglie da forno direttamente sulla base del forno nella cottura a forno tradizionale.**

Raccomandata per pasta sfoglia, biscotti, rotoli, brioche, pan di Spagna, pizze e crostate.



Nota

Non poggiare piatti o alimenti di peso superiore a 3,2 kg sulla teglia Panacrunch quadrata.



Attenzione

Gli accessori e l'area circostante del forno raggiungono temperature molto elevate: indossare guanti da forno.

Cottura a forno tradizionale



Livello	Temperatura	Piatti pronti (forno preriscaldato)
Basso	40 °C	Lievitazione dell'impasto di pane o pizza.
	120°C-130°C-140°C	Paté di carne e pesce, terrine, essiccazione di erbe.
Medio	150°C-160°C	Uova al tegamino, amaretti
	170°C-180°C	Sformati, dolci al bicchiere, biscotti, pan di Spagna, pasticcini, carne bianca, brasati o carni a cottura lenta.
Alto	190°C-200°C-210°C	Kugelhupf, gratin, pesce intero, babà.
	220 °C	Pollame, panini, pizza, snack di pasta sfoglia, crostate di frutta.



Nota

La tabella qui sopra si riferisce alla cottura a forno tradizionale e non alla cottura combinata.

Cottura a vapore



Si possono selezionare tre diversi livelli di cottura a vapore. Utilizzare la modalità Vapore per cuocere verdure, pesce, pollo e riso.

Sono possibili tre diverse impostazioni per la cottura a vapore:

1 tocco Vapore 1

2 tocchi Vapore 2

3 tocchi Vapore 3

Accessori e contenitori

Durante la cottura a vapore disporre l'alimento direttamente sull'accessorio del forno e collocare l'accessorio sul ripiano superiore. Per la cottura a vapore di alimenti più grandi, collocare l'accessorio sul ripiano inferiore. Durante la cottura a vapore, i oli di cottura si raccolgono sul fondo della teglia (vedere a pagine 31-33 del Manuale di istruzioni).



Nota

Per lo Extra vapore, vedere a pagine 34-35 del Manuale di istruzioni.



Attenzione

Gli accessori e l'area circostante del forno raggiungono temperature molto elevate: indossare guanti da forno.

Quando si rimuovono le pietanze o gli accessori, dalla parte superiore del forno potrebbero cadere delle gocce di acqua calda.

Quando si apre lo sportello, potrebbe fuoriuscire del vapore. Se nel forno è presente del vapore, non avvicinarsi a mani nude. Rischio di ustioni: indossare guanti da forno.

Fare attenzione quando si estrae il vassoio di raccolta. Pulire l'acqua che gocciola dal lato sinistro del forno. È normale.

Cottura combinata

Cos'è la cottura combinata?

La cottura combinata aggiunge microonde al processo di cottura tradizionale per ottenere il gusto dei cibi cotti in modo tradizionale riducendo però i tempi di cottura di un terzo o della metà.

Come funziona?

Seguire le istruzioni alle pagine 36-39 del Manuale di istruzioni.

Attenzione!

Scegliere le modalità di cottura nel giusto ordine. Le modalità di cottura combinata contenuti in questo libro sono ordinati in base a come possono essere scelti. Durante la cottura, toccando semplicemente Oven (Forno), verrà visualizzata la temperatura. Da qui, è possibile quindi modificare la temperatura toccando Oven (Forno), sebbene non sia possibile modificare la potenza delle microonde durante la cottura combinata.

Quando preriscaldare?

Per cotture lente, sobbollitura, pezzi di carne grandi, pollame, gran parte dei dolci, flan e gratin, non è necessario preriscaldare il forno. Per cotture veloci, pezzi di carne piccoli (tempi di cottura inferiori a 20 minuti), crostate, torte, dolci con pasta sfoglia, è

necessario preriscaldare il forno. Per la cottura combinata con solo grill il forno non deve e non può essere preriscaldato.

L'interno del forno è più piccolo di un forno tradizionale; prestare dunque particolare attenzione a non ustionarsi quando si introducono gli alimenti.

Con preriscaldamento

È possibile preriscaldare il forno solo in modalità Vapore e Forno. Scegliere la cottura combinata, quindi toccare Avvio prima di inserire il tempo di cottura.

Il preriscaldamento avviene senza l'uso di microonde. Non preriscaldare con l'accessorio all'interno.

Quando il forno raggiunge la temperatura richiesta, emette 3 segnali acustici e sul display lampeggia una "P". Inserire il piatto nel forno (senza toccare Arresto/Annullamento), scegliere il tempo di cottura e premere Avvio. Se non si procede in questo modo, il forno manterrà la temperatura per 30 minuti per poi spegnersi automaticamente.

Senza preriscaldamento

Scegliere la cottura combinata, visualizzare il tempo di cottura, quindi premere Avvio.

Quale combinazione scegliere?

Cottura combinata	Forno	Grill	Vapore	Microonde	Usi raccomandati	Accessorio/ contenitore
Grill + Microonde (nessun preriscaldamento)	-	1, 2 o 3	-	440 W, 300 W o 100 W	Carne o verdure al gratin / gratinature, carne grigliata.	Direttamente sulla base del forno in un contenitore per forno a microonde e resistente al calore.
Panacrunch	-	1, 2 o 3	-	440 W, 300 W o 100 W	Pizza, prodotti congelati a base di patate, panature, piccola pasticceria.	Teglia Panacrunch quadrata sul ripiano superiore o inferiore.
Vapore + Microonde	-	-	1, 2 o 3	440 W, 300 W o 100 W	Pesce, verdura, pollo, riso e patate.	Direttamente sulla base del forno in un contenitore per forno a microonde e resistente al calore.
Grill + Vapore	-	1, 2 o 3	1, 2 o 3	-	Gratin, kebab, pesce intero, pane parzialmente cotto, pollo in pezzi.	Teglia Panacrunch quadrata sul ripiano superiore o inferiore.
Forno + Vapore	100 °C fino a 220 °C	-	1, 2 o 3	-	Gratin, kebab, dolci lievitati, panini, pesce intero.	Teglia Panacrunch quadrata sul ripiano superiore o inferiore.

Cottura combinata: contenitori e accessori

Per la maggior parte delle ricette è meglio utilizzare contenitori **adatti al microonde e resistenti al calore** (Pyrex® o ceramica da forno).

- In caso di scintille, arrestare il forno e continuare la cottura utilizzando la cottura a forno tradizionale o, se possibile, cambiare il recipiente.

- **Non** utilizzare porcellana con decorazioni in oro o argento. Eventuali scintille potrebbero danneggiare la decorazione.

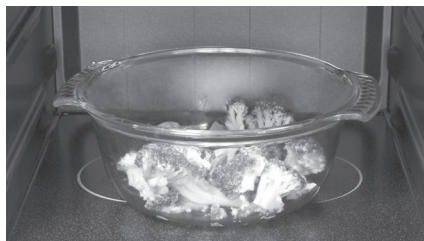
- **Non** utilizzare pellicola trasparente per la cottura combinata, neppure per rivestire l'interno della teglia.

Esempi di contenitori e accessori:



Grill + Microonde

Direttamente sulla base del forno in un contenitore per forno a microonde e resistente al calore.



Vapore + Microonde

Direttamente sulla base del forno in un contenitore per forno a microonde e resistente al calore.



Panacrunch

Teglia Panacrunch quadrata sul ripiano superiore.



Forno + Vapore

Teglia Panacrunch quadrata sul ripiano inferiore.



Grill + Vapore

Teglia Panacrunch quadrata sul ripiano inferiore.

Linee guida per il riscaldamento e la cottura

La maggior parte degli alimenti si riscalda velocemente nel forno a una potenza di 1000 W. Bastano pochi minuti per portare le pietanze alla giusta temperatura tanto da sembrare come appena cotte. Controllare sempre che gli alimenti siano bollenti e, se necessario, rimetterli nel forno.

In generale, coprire sempre gli alimenti bagnati, come zuppe, stufati e pietanze impiattate. Non coprire gli alimenti asciutti, come panini, torte ripiene, wurstel ecc.

Le tabelle alle pagine 78-85 indicano le modalità più adatte per cuocere o riscaldare gli alimenti. Il metodo migliore dipende dal tipo di alimento.

Il metodo di riscaldamento, cioè solo cottura a microonde o cottura combinata, dipende dal tipo di alimento da riscaldare. Nel caso di alimenti che non richiedano doratura, riscaldare con solo cottura a microonde.

È importante ricordare che, ove possibile, quando si cuoce o si riscalda qualsiasi alimento, è bene mescolarlo o girarlo. In questo modo si ottiene una cottura o un riscaldamento uniforme all'esterno e all'interno.

Quando è riscaldato l'alimento?
Gli alimenti riscaldati o cotti devono essere serviti "caldi fumanti", cioè il vapore deve fuoriuscire in modo uniforme. Se durante la preparazione e la conservazione dell'alimento si sono seguite le normali indicazioni igieniche, la cottura o il riscaldamento non presentano alcun rischio per la sicurezza.

Per verificare l'effettivo riscaldamento degli alimenti che non possono essere mescolati, tagliarli con un coltello. Anche se si sono seguite le istruzioni fornite dal produttore o le tempistiche indicate nel ricettario, è sempre importante verificare che l'alimento si sia completamente riscaldato. Nel dubbio, rimettere in forno e riscaldare ancora.

Se nella tabella non è riportato un

particolare alimento, sceglierne uno simile per tipo e dimensioni e, se necessario, regolare il tempo di cottura.

È bene **ricordare** che anche se la pasta sfoglia è fredda al tatto, il ripieno sarà bollente e, a sua volta, la riscalderà. Attenzione a non riscaldare troppo, altrimenti si rischia di bruciare la pasta sfoglia a causa dell'alto contenuto di grasso e zucchero del ripieno. Per evitare di scottarsi la bocca, controllare la temperatura del ripieno prima di consumare l'alimento.

Non lasciare incustodito. Non aggiungere alcool.

Attenzione - biberon



Il latte o il latte in polvere **deve** essere agitato accuratamente prima e dopo il riscaldamento, nonché provato attentamente prima della somministrazione. Il liquido in cima al biberon sarà molto più caldo di quello sul fondo. Agitare bene il biberon e controllare la temperatura del liquido prima di somministrarlo.

Nota



Si sconsiglia l'uso del microonde per la sterilizzazione dei biberon.

Se si dispone di uno speciale sterilizzatore a microonde, prestare molta attenzione, perché usa una scarsa quantità d'acqua. È fondamentale seguire alla lettera le istruzioni del produttore.

Linee guida per il riscaldamento e la cottura

Alimenti in scatola

Rimuovere gli alimenti dalla scatola e collocarli su un piatto adeguato prima del riscaldamento.

Zuppe

Utilizzare una ciotola e mescolare prima, durante (almeno una volta) e dopo il riscaldamento.

Stufati

Mescolare a metà e alla fine del riscaldamento.

Alimenti impiattati

I gusti sono diversi e i tempi di riscaldamento dipendono dalla quantità di alimento. Gli alimenti densi, come il purè di patate, devono essere distribuiti per bene. Se si aggiunge molta salsa, può essere necessario un periodo di riscaldamento più lungo. Sistemare gli alimenti più densi verso il bordo del piatto. 4-7 minuti a 1000 W di potenza saranno sufficienti per riscaldare una porzione di dimensioni medie.

Tabelle per la cottura e il riscaldamento

Alimento	Peso/ quantità	Livello di potenza	Tempo di cottura (appross.)	Istruzioni
Antipasti e stuzzichini				
Croque-monsieur	150 g (1 pz.)	G1 + 300 W	5-6 min.	Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano inferiore. Girare quando dorato.
	300 g (2 pz.)	G1 + 300 W	6-8 min.	
Croque-monsieur (congelato)	150 g (1 pz.)	G1 + 440 W	7-8 min.	Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano inferiore. Girare quando dorato.
Croissant al formaggio	110 g (1 pz.)	G1 + 300 W	3-4 min.	Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano inferiore.
Croissant al formaggio (congelato)	110 g (1 pz.)	G1 + 440 W	4-6 min.	Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano inferiore.
Hot dog	140 g (1 pz.)	G1 + 300 W	5-6 min.	Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano inferiore.
Hot Pocket (congelato)	115 g (2 pz.)	G1 + 440 W	6-8 min.	Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano inferiore. Lasciare riposare per 2 minuti.
Tortino di carne (congelato)	140 g (1 pz.)	G3 + 440 W	11-13 min.	Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano inferiore. Lasciare riposare per 2 minuti.
	360 g (2 pz.)	G3 + 440 W	16-18 min.	
Pasticcio di prosciutto e formaggio	150 g (1 pz.)	G1 + 440 W	5-7 min.	Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano inferiore.
Pasticcio di prosciutto e formaggio (congelato)	150 g (1 pz.)	G2 + 440 W	10-12 min.	Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano inferiore. Lasciare riposare per 2 minuti.
Vol-au-vent di pollo	100 g (6 pz.)	G2 + 300 W	4-5 min.	Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano inferiore. Lasciare riposare per 2 minuti.
	200 g (12 pz.)	G2 + 300 W	5-6 min.	
Mini stuzzichini di pasta sfoglia (da cuocere) (congelato)	325 g (20 pz.)	190°C	25-27 min.	Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano inferiore.
Tortine (congelate)	290 g (20 pz.)	G2 + 440 W	6-8 min.	Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano superiore.
Mini stuzzichini di pasta filo (congelati)	180 g (12 pz.)	190°C	16-17 min.	Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano inferiore.
Mignon al formaggio (da cuocere) (congelato)	280 g	190°C	23-25 min.	Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano inferiore.

G = riscaldamento con grill

Tabelle per la cottura e il riscaldamento

Alimento	Peso/ quantità	Livello di potenza	Tempo di cottura (appross.)	Istruzioni
Antipasti e stuzzichini				
Blinis	60 g (8 pz.)	G1 + 100 W	1 min. e 30 sec. - 2 min.	Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano superiore. Girare a metà cottura.
Blinis (congelato)	60 g (8 pz.)	G1 + 440 W poi G1	1 min. poi 3 min.	Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano superiore. Girare a metà cottura.
Involtni primavera	240 g (4 pz.)	G1 + 100 W	10-11 min.	Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano inferiore.
Involtni primavera (congelato)	240 g (4 pz.)	G2 + 440 W	10-11 min.	Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano superiore.
Samosa	180 g (4 pz.)	G2 + 300 W	6-7 min.	Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano superiore. Girare a metà cottura.
Samosa (congelato)	180 g (4 pz.)	G2 + 440 W	7-8 min.	Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano superiore. Girare a metà cottura.
Samosa di verdure	250 g (2 pz.)	G2 + 300 W	7-8 min.	Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano superiore. Girare a metà cottura.
Samosa di verdure (congelati)	250 g (2 pz.)	G2 + 440 W	9-10 min.	Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano superiore. Girare a metà cottura.
Patate ripiene al forno con formaggio	225 g (1 pz.)	600 W	5-6 min.	Disporre su un contenitore resistente al calore e collocare quest'ultimo sulla base del forno.
	500 g (2 pz.)		8-9 min.	
Patate ripiene al forno con formaggio (congelato)	225 g (1 pz.)	600 W	7-8 min.	Disporre su un contenitore resistente al calore e collocare quest'ultimo sulla base del forno.
	500 g (2 pz.)		10-12 min.	
Wurstel	160 g (1 pz.)	G1 + 440 W	6-7 min.	Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano inferiore.
	260 g (4 pz.)		6-7 min.	
Wurstel (congelato)	160 g (1 pz.)	G1 + 440 W	8-9 min.	Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano inferiore.
	260 g (6 pz., formato snack)		11-13 min.	

G = riscaldamento con grill

Tabelle per la cottura e il riscaldamento

Alimento	Peso/ quantità	Livello di potenza	Tempo di cottura (appross.)	Istruzioni
Antipasti e stuzzichini				
Tortilla semplice, di cipolle o spagnola	160 g (1 pz.)	G1 + 440 W	6-8 min.	Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano inferiore. Girare a metà cottura.
	500 g (1 pz.)	G1 + 440 W	8-9 min.	
Tortilla semplice, di cipolle o spagnola (congelato)	500 g (1 pz.)	G1 + 440 W	17-18 min.	Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano inferiore. Girare a metà cottura.
Quiche	400 g (1 pz.)	G2 + 300 W	12-13 min.	Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano inferiore.
Quiche (congelata)	400 g (1 pz.)	G2 + 440 W	14-16 min.	Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano inferiore. Lasciare riposare per 5 minuti.
Torta salata di verdure	400 g (1 pz.)	G2 + 300 W	12-13 min.	Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano inferiore.
Flan al formaggio (congelato)	400 g (1 pz.)	G2 + 440 W	16-18 min.	Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano inferiore.
Tarte flambee (flan di cipolle, bacon e panna)	170 g (1 pz.)	G2 + 300 W	8-9 min.	Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano inferiore. Lasciare riposare per 2 minuti.
	330 g (1 pz.)		12-13 min.	
Tarte flambee (flan di cipolle, bacon e panna) (congelato)	170 g (1 pz.)	G2 + 440 W	14-15 min.	Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano inferiore. Lasciare riposare per 2 minuti.
	330 g (1 pz.)		15-18 min.	
Focaccia	300 g (1 pz.)	G1 + Vapore 1	7-8 min.	Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano inferiore.
Focaccia (congelata)	300 g (1 pz.)	440 W poi G1 + Vapore 1	5 min. poi 8-9 min	Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano inferiore.
Gratin (patate dauphine, moussaka, lasagna, tartiflette, pasticcio di carne, pasta al forno)	350 g	G2 + 440 W	9-10 min.	Disporre su un contenitore resistente al calore e collocare quest'ultimo sulla base del forno.
	800 g	G1 + 440 W	12-13 min.	
	1 kg	G1 + 440 W poi G1	14-15 min. poi 5 min.	
	1,3 kg	G1 + 440 W poi G1	16-17 min. poi 5 min.	
Gratin di verdure (con o senza carne), pomodori ripieni gratinati	300 g	G1 + 440 W poi G1	5-6 min. poi 5 min.	Collocare in un contenitore resistente al calore sulla base del forno.
	400 g		7-9 min. poi 5 min.	
	1 kg		15-16 min. poi 5 min.	

G = riscaldamento con grill

Tabelle per la cottura e il riscaldamento

Alimento	Peso/ quantità	Livello di potenza	Tempo di cottura (appross.)	Istruzioni
Antipasti e stuzzichini				
Funghi ripieni	400 g (4 pz.)	G2 + 300 W	13-15 min.	Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano inferiore.
Melanzane ripiene	460 g (2 pz.)	G1 + 440 W	7-8 min.	Disporre in un contenitore resistente al calore e collocare quest'ultimo sulla base del forno.
Pesce in salsa al vino bianco (congelato)	440 g (3 pz.)	600 W	10-12 min.	Disporre in un contenitore resistente al calore, coprire e collocare sulla base del forno. Girare a metà cottura.
Cappesante gratinate	200 g (12 pz.)	G1 + 300 W	5-7 min.	Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano superiore.
Contorni				
Alimenti ricchi di amido	200 g	600 W	2-3 min.	Disporre in un contenitore resistente al calore, coprire e collocare sulla base del forno.
Patate fritte da forno, patate a spicchi, rōsti, patate arrosto e altri piatti a base di patate	300 g	220°C	13-15 min.	Preriscaldare il forno. Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano superiore. Girare a metà cottura.
Verdure	100 g	1000 W	1 min. - 1 min. e 30 sec.	Disporre in un contenitore resistente al calore, coprire e collocare sulla base del forno. Mescolare a metà cottura.
	200 g		1-2 min.	
Purè di patate	500 g	1000 W	5-6 min.	Disporre in un contenitore resistente al calore, coprire e collocare sulla base del forno. Mescolare a metà cottura.
Purè di verdure	200 g	1000 W	1-2 min.	Disporre in un contenitore resistente al calore, coprire e collocare sulla base del forno. Mescolare a metà cottura.
	500 g		4-5 min.	
Purè di verdure (congelato)	200 g	1000 W	3-5 min.	Disporre in un contenitore resistente al calore, coprire e collocare sulla base del forno. Mescolare a metà cottura.
	500 g		8 min.	
Riso (con 30 ml di acqua fredda)	200 g	1000 W	1 min. e 30 sec. - 2 min.	Disporre in un contenitore resistente al calore, coprire e collocare sulla base del forno. Mescolare a metà cottura.
	500 g		3 min. e 30 sec. - 4 min.	
Spaghetti al sugo	200 g	1000 W	2-3 min.	Disporre in un contenitore resistente al calore, coprire e collocare sulla base del forno. Mescolare a metà cottura.
	500 g		4 min.	
	1 kg		7-8 min.	
Spaghetti al sugo (congelato)	1 kg	1000 W	16-18 min.	

G = riscaldamento con grill

Tabelle per la cottura e il riscaldamento

Alimento	Peso/ quantità	Livello di potenza	Tempo di cottura (appross.)	Istruzioni
Carne e pesce				
Confit d'anatra	420 g	G2 + 300 W	11-12 min.	Disporre su un contenitore resistente al calore e collocare quest'ultimo sulla base del forno.
Cassoulet di salsiccia	500 g	440 W	10-11 min.	Disporre in un contenitore resistente al calore con coperchio e collocare sulla base del forno.
Filetti di pesce impanati (congelato)	130 g (1 pz.)	G2 + 440 W	9-10 min.	Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano superiore.
Filetti di pesce impanati	160 g	G2 + 440 W	6-8 min.	Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano superiore.
Porzioni di carne cotta				
Hamburger	65 g	600 W	1 min. - 1 min. e 30 sec.	Disporre su un contenitore resistente al calore coperto e collocare sulla base del forno.
Carne bianca	130 g (2 pz.)	600 W	1 min. e 30 sec. - 2 min.	
Carne rossa	130 g (3 pz.)	440 W	1 min. - 1 min. e 30 sec.	
Coscia di pollo	200 g (1 pz.)	1000 W	1 min. e 50 sec. - 2 min. e 20 sec.	
Salse				
Salsa	250 g	1000 W	2 min. - 2 min. e 30 sec.	Disporre in un contenitore resistente al calore, coprire e collocare sulla base del forno. Mescolare a metà cottura.
	500 g		4-5 min.	
Zuppa	300 ml	1000 W	2-3 min.	Disporre in un contenitore resistente al calore, coprire e collocare sulla base del forno. Mescolare a metà cottura.
	600 ml		5-6 min.	
Bevande				
1 tazza	235 ml	1000 W	1 min. e 30 sec.	Collocare sulla base del forno.
2 tazze	470 ml		3 min.	
3 tazze	705 ml	1000 W	3 min. e 30 sec.	
4 tazze	940 ml		5 min.	
Latte, 1 tazza/ bicchiere	250 ml	600 W	2 min. - 2 min. e 30 sec.	Collocare sulla base del forno.

G = riscaldamento con grill

Tabelle per la cottura e il riscaldamento

Alimento	Peso/ quantità	Livello di potenza	Tempo di cottura (appross.)	Istruzioni
Carne e pesce				
1 cartone	600 ml	600 W	4 min. e 30 sec. - 4 min. e 50 sec.	Disporre in un contenitore resistente al calore e collocare quest'ultimo sulla base del forno. Mescolare a metà cottura.
Omogeneizzato	70 g	600 W	15-25 sec.	Disporre in un contenitore resistente al calore, coprire e collocare sulla base del forno. Mescolare a metà cottura.
	125 g		20-30 sec.	
	190 g		30-40 sec.	
Pasticceria				
Pretzel	300 g (3 pz.)	220 °C	10-12 min.	Preriscaldare. Rivestire l'interno della teglia Panacrunch con carta da forno. Collocare sul ripiano inferiore.
Croissant	330 g (6 pz.)	180 °C	18-20 min.	Preriscaldare. Collocare sulla teglia Panacrunch quadrata sul ripiano inferiore.
Pain au chocolat	360 g (6 pz.)	180 °C	18-20 min.	Preriscaldare. Collocare sulla teglia Panacrunch quadrata sul ripiano inferiore.
Mini croissant (congelato)	200 g (6 pz.)	180 °C	15-16 min.	Preriscaldare. Collocare sulla teglia Panacrunch quadrata sul ripiano inferiore.
	300 g (10 pz.)			
Panini alla frutta (congelati e precotti)	400 g (11 pz.)	300 W poi G2	9 min. poi 5 min.	Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano inferiore.
Dolcetti e prodotti di pasticceria (congelati e precotti)	170 g (6 pz.)	G2 + 440 W	3-4 min.	Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano inferiore. Girare a metà cottura.
Mini pain au chocolat (congelati)	300 g (10 pz.)	180 °C	15-17 min.	Preriscaldare. Collocare sulla teglia Panacrunch quadrata sul ripiano inferiore.
Pane				
Pane ai cereali (congelato)	400 g	G3 + 300 W	9-10 min.	Disporre in un contenitore resistente al calore e collocare quest'ultimo sulla base del forno. Lasciare riposare per 5 minuti.
Pane Naan (congelato)	250 g (2 pz.)	G1 + 100 W	6-7 min.	Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano inferiore. Girare a metà cottura.
Mezza baguette	115 g (1 pz.)	1000 W poi G2	30-60 sec. poi 3 min.	Disporre su un contenitore resistente al calore e collocare quest'ultimo sulla base del forno.
	200 g (2 pz.)		40-60 sec. poi 3 min.	

G = riscaldamento con grill

Tabelle per la cottura e il riscaldamento

Alimento	Peso/ quantità	Livello di potenza	Tempo di cottura (appross.)	Istruzioni
Pane				
Panini precotti	300 g (6 pz.)	G2 + 100 W	14-15 min.	Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano inferiore.
Dessert				
Brownies (congelati)	120 g (2 pz.)	G1 + 300 W	3-4 min.	Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano superiore.
Pancake dolci	70 g (1 pz.)	1000 W	20-30 sec.	Disporre su un contenitore resistente al calore e collocare sulla base del forno.
	140 g (2 pz.)		40-50 sec.	
Pancake dolci (congelati)	70 g (1 pz.)		40-50 sec.	
	140 g (2 pz.)		1 min. - 1 min. e 20 sec.	
Donut semplici (congelato)	50 g (1 pz.)	G1 + 100 W	3-4 min.	Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano inferiore. Girare a metà cottura. Lasciar riposare per 2 minuti.
	100 g (2 pz.)		4-5 min.	
Waffle (congelato)	30 g (1 pz.)	G1 + 100 W	2-3 min.	Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano inferiore. Girare a metà cottura. Lasciar riposare per 2 minuti.
	60 g (2 pz.)	G1 + 300 W	3-4 min.	
Crumble di mele (congelato)	600 g	G1 + 440 W	12-13 min.	Disporre in un contenitore resistente al calore e collocare quest'ultimo sulla base del forno.
Amaretti (congelato)	130 g (12 pz.)	300 W	1 minuto	Disporre in un contenitore resistente al calore e collocare quest'ultimo sulla base del forno.
Torta al cioccolato dal cuore morbido	130 g (1 pz.)	Vapore 1 + 440 W	1 min. e 30 sec. - 2 min.	Collocare sulla base del forno. Forare la pellicola trasparente di copertura.
Torta al cioccolato dal cuore morbido (congelato)	130 g (1 pz.)	Vapore 1 + 440 W	3 min. - 3 min. e 30 sec.	Collocare sulla base del forno. Forare la pellicola trasparente di copertura.
	220 g (1 pz.)		3-4 min.	
Mini tortini al cioccolato dal cuore morbido (congelati)	240 g (12 pz.)	Vapore 1 + 440 W	2-3 min.	Disporre in un contenitore resistente al calore e collocare sulla base del forno.
Torta meringata al limone (congelata)	500 g (1 pz.)	G3 + 440 W	4-5 min.	Disporre in un contenitore resistente al calore e collocare sulla base del forno.
Torta di mele (congelata e precotta)	460 g (1 pz.)	200 °C	18-20 min.	Preriscaldare il forno. Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano inferiore.

Tabelle per la cottura e il riscaldamento

Alimento	Peso/ quantità	Livello di potenza	Tempo di cottura (appross.)	Istruzioni
Dessert				
Tarte Tatin (precotta)	545 g (1 pz.)	210 °C	25-30 min.	Preriscaldare il forno. Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano inferiore.
Torta al rabarbaro (precotta)	450 g (1 pz.)	200 °C	18-20 min.	Preriscaldare il forno. Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano inferiore.
Strudel di mele (precotto)	300 g (1 pz.)	G2 + 440 W	13-15 min.	Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano inferiore.

G = riscaldamento con grill

Tabella per la cottura solo a vapore

Prima di iniziare la cottura, riempire il serbatoio dell'acqua.

Alimento	Peso/ quantità	Livello di potenza	Tempo di cottura (appross.)	Istruzioni
Verdure fresche, ad es. carote, broccoli	200 g	Vapore 1	11-13 min.	Preparare le verdure. Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano superiore.
	300 g		13-15 min.	
Patate	200 g	Vapore 1	22-24 min.	Tagliare le patate a pezzi uniformi. Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano superiore.
	300 g		27-29 min.	
Verdure congelate, ad es. carote, broccoli	200 g	Vapore 1	13-15 min.	Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano superiore.
	300 g		15-17 min.	
Pesce fresco	200 g	Vapore 1	9-11 min.	Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano superiore. Disporre il pesce in un solo strato. Non sovrapporre.
	500 g		14-16 min.	
Pesce congelato	200 g	Vapore 1	14-16 min.	Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano superiore. Disporre il pesce in un solo strato. Non sovrapporre.
	500 g		19-21 min.	
Petto di pollo	200 g	Vapore 1	27-30 min.	Ogni petto di pollo dovrebbe pesare tra 100 - 250 g. Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano superiore.

Suggerimenti per la cottura a microonde

Ammorbidire il burro conservato in frigorifero. Ammorbidire per 1 minuto - 1 minuto e 30 secondi a 100 W (per 250 g). Rimuovere prima la confezione.

Reidratare la frutta secca. Aggiungere 6 cucchiai di acqua per 200 g di prugne o uvetta (o utilizzare del rum per la preparazione di alcuni dolci). Mescolare e scaldare a 1000 W per 2-3 minuti. Lasciar riposare per 2 minuti.

Portare il formaggio a temperatura ambiente. Il formaggio conservato in frigo dovrebbe essere messo in forno e "riscaldato" per 30 secondi - 1 minuto (a seconda delle dimensioni) a 300 W.

Decorticare mandorle e nocciole. Coprire con acqua calda e cuocere per 3-6 minuti a 1000 W (finché l'acqua non bolle). Sciacquare in acqua fredda e sgocciolare. La pellicina esterna può essere quindi rimossa più facilmente.

Caramellare lo zucchero. Cuocere 100 g di zucchero con 2 cucchiai di acqua in una ciotola per 3-4 minuti a 1000 W controllando con attenzione dopo 1 minuto e 30 secondi. Rimuovere il caramello prima che si scurisca; terminerà la cottura fuori dal forno. È possibile interrompere la cottura aggiungendo 2 cucchiai di acqua molto calda (attenzione a non farla schizzare).

Ammorbidire il miele solidificato. Rimuovere il coperchio, collocare il barattolo nel forno e scaldare a 300 W per 20-40 secondi in base alla quantità. Mescolare e ripetere se necessario.

Ottenere più succo da arance o limoni. Prima della spremitura, scaldare 1 arancia o 1 limone per 20-30 secondi a 1000 W e spremere subito: si otterrà più succo.

Fondere il cioccolato. Spezzettare il cioccolato in una ciotola e scaldare a 600 W per 1 minuto e 30 secondi - 2 minuti e 30 secondi per 100 g (i tempi variano a seconda della percentuale di cacao e di zucchero). Durante la cottura, mescolare almeno una volta.

Fondere il burro. 100 g di burro in un pirottino coperto con un piattino fonderà in 1 minuto - 1 minuto e 20 secondi a 600 W.

Ammorbidire il gelato appena uscito dal freezer. Se possibile, rimuovere il gelato dalla confezione e collocarlo su un piatto. Scaldare per 1-2 minuti a 100 W per mezzo litro e 2-3 minuti per 1 litro.

Far lievitare l'impasto. Collocare l'impasto coperto nel forno e scaldare per circa 5 minuti a 100 W (per 500 g di impasto). Lasciar riposare l'impasto nel forno (lontano da correnti d'aria) fino a quando sarà raddoppiato di volume.

Preparare il vin brulé. In un bicchiere (o tazza) resistente al calore mescolare 20 cl di vino rosso, la scorza di un limone, un pizzico di cannella, un chiodo di garofano e 2-4 cucchiaini di zucchero, in base ai propri gusti. Scaldare a 1000 W per 1 minuto - 1 minuto e 30 secondi.

Rimuovere il cattivo odore del forno. Per rimuovere dal forno l'odore persistente del pesce, posizionare all'interno una ciotola di acqua calda e succo di limone. Scaldare a 1000 W per 5 minuti. Asciugare la condensa dalle pareti del forno con un panno per pulire.

Linee guida per lo scongelamento



Il principale problema dello scongelamento di alimenti nel microonde è rappresentato dal fatto di riuscire a scongelare la parte interna prima che quella esterna inizi a cuocere. Per questo motivo Panasonic ha creato lo **scongelo ciclico**: basta selezionare il livello di potenza 270 W e impostare il tempo desiderato. Il forno divide il tempo indicato in 8 fasi. Le fasi alternano lo scongelamento (4 in totale) e il riposo (4 in totale).

Durante le fasi di riposo, non vengono emesse microonde, sebbene la luce rimanga accesa e il piatto continui a girare. I tempi di riposo automatico assicurano uno scongelamento più uniforme, e, per gli alimenti più piccoli, è anche possibile eliminare il normale tempo di riposo.

Suggerimenti per lo scongelamento

Controllare spesso lo scongelamento, anche se si utilizza un programma automatico. Rispettare i tempi di riposo.

Tempi di riposo

Piccole porzioni di alimenti possono essere cotte quasi immediatamente dopo lo scongelamento. È normale che le porzioni grandi rimangano congelate al centro. Prima di procedere alla cottura, lasciar riposare **almeno un'ora**. In questo intervallo, la temperatura si distribuisce uniformemente e l'alimento si scongela per conduzione. Nota: se non si deve cuocere subito l'alimento, riporlo in frigorifero. Non ricongelare mai un alimento scongelato senza prima averlo cotto.

Tranci di carne e pollame

È preferibile disporre i tranci su una piastra rialzata o su una griglia in plastica, in modo che non riposino nei propri succhi. È essenziale proteggere le parti delicate o sporgenti di questo alimento con pezzetti di foglio di alluminio, per impedirne la cottura.

Non è pericoloso utilizzare pezzetti di foglio di alluminio nel microonde, a patto che non entrino in contatto con le pareti del forno.

Carne macinata o spezzatino di carne e pesce

Poiché la parte esterna di questi alimenti si scongela rapidamente, è necessario separarli, separare i blocchi frequentemente durante lo scongelamento e rimuoverli una volta scongelati.

Piccole porzioni di alimenti

I pezzi di pollo e spezzatino devono essere separati prima possibile in modo che possano scongelarsi uniformemente. Le parti grasse e le estremità scongelano più rapidamente. Posizionarle in prossimità del centro di un contenitore di vetro o proteggerle.

Pane

Le pagnotte richiedono un tempo di riposo di 5-15 minuti per consentire alla parte centrale di scongelarsi. Tale tempo può essere ridotto se si separano le fette e i panini e le pagnotte sono tagliate a metà.

Segnali acustici

Durante i programmi di scongelamento automatico vengono emessi dei segnali acustici che servono a ricordare di verificare, mescolare, separare i pezzi o proteggere le parti piccole. Non seguire tali indicazioni potrebbe provocare uno scongelamento non omogeneo.



Tabella di scongelamento

Alimento	Peso/quantità	Potenza e tempo di scongelamento	Tempo di riposo minimo
Carne			
Carré #*	500 g	270 W 18-20 min.	60 min.
- arrosto #*	700 g	270 W 18-20 min.	60 min.
- costolette #	500 g	270 W 10-12 min.	20 min.
- cotolette #	250 g	270 W 6-7 min.	10 min.
- rognone a pezzi*	400 g	270 W 13-15 min.	5 min.
- fettina* (2 pz.)	300 g	270 W 7-8 min.	20 min.
- entrecôte*	170 g	270 W 5-7 min.	20 min.
Carne macinata, impasto di salsiccia*	500 g	270 W 12-14 min.	15 min.
- hamburger* (1 pz.)	100 g	270 W 3-4 min.	10 min.
(2 pz.)	200 g	270 W 6-7 min.	15 min.
(4 pz.)	400 g	270 W 8-10 min.	30 min.
- spezzatino per stufato*	400 g	270 W 13-14 min.	30 min.
- pollame intero #	1,5 kg	270 W 30-35 min.	60 min.
- pollame in pezzi #* (4 pz.)	700 g	270 W 17 min.	60 min.
- galletto #	500 g	270 W 19-21 min.	40 min.
Filetti di petto d'anatra* (2 pz.)	400 g	270 W 12 min.	30 min.
Salsicce* (2 pz.)	130 g	270 W 4 min.	15 min.
Dolci cotti			
Pan di Spagna farcito	350 g	270 W 4-5 min.	10 min.
Torta foresta nera (panna)	650 g	270 W 6-8 min.	90 min.
Crostata al limone	470 g	270 W 6-7 min.	15 min.
Torta al cioccolato	450 g	270 W 4-6 min.	15 min.
Cheesecake	500 g	270 W 7 min.	20 min.
Pasticcini / Impasti			
Pasta frolla o al burro # - blocco	500 g	270 W 4-5 min.	30 min.
- arrotolata*	320 g	270 W 5-6 min.	20 min.
Impasto per pizza - palla*	220 g	270 W 5-6 min.	20 min.

Tabella di scongelamento

Alimento	Peso/quantità	Potenza e tempo di scongelamento	Tempo di riposo minimo
Pesce			
Intero # (2 pz.)	500 g	270 W 13-15 min.	20 min.
Filetti # (4 pz.)	600 g	270 W 9-11 min.	30 min.
Tranci di pesce* (2 pz.)	270 g	270 W 7-9 min.	15 min.
Gamberi*	200 g	270 W 6-8 min.	15 min.
Pesce impanato* (2 pz.)	240 g	270 W 6 min.	10 min.
Varie			
Pane a fette*	400 g	270 W 6 min.	10 min.
Burro*	250 g	270 W 3-5 min.	20 min.
Bacche*	300 g	270 W 6-7 min.	10 min.
	500 g	270 W 12-13 min.	30 min.
Frutti di bosco*	500 g	270 W 13 min.	30 min.



Nota

I tempi indicati sono puramente indicativi. Controllare sempre il cibo durante lo scongelamento aprendo lo sportello, quindi riavviare lo scongelamento. Non è necessario coprire gli alimenti durante lo scongelamento.



Nota

"#" girare a metà dello scongelamento e proteggere le estremità e le parti che sporgono con un foglio di alluminio.

"**" mescolare, girare o separare più volte durante lo scongelamento.

Carne e pollame

Il forno consente di cucinare la carne utilizzando la **cottura combinata** (Grill + Microonde), ideale per piccoli pezzi di carne o pollame. Metodi tradizionali - **cottura a forno tradizionale**, per arrostitire carne e pollame. **Solo grill** per piccoli pezzi o ricette specifiche. La cottura **solo microonde** è indicata per terminare rapidamente la cottura di fricassea, pollame con salsa o carne alla griglia.

A fine cottura, è importante lasciar riposare la carne arrosto fuori dal forno avvolta in un foglio di alluminio per 10 -15 minuti, in modo da far terminare la cottura e rendere più facile il taglio.

Accessori e contenitori

Per la cottura manuale **combinata e solo grill**, per fettine di carne, si consiglia di disporre la carne direttamente sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano inferiore. Per alimenti più grandi, utilizzare un recipiente in Pyrex® e collocarlo sulla base del forno. Se si usa la modalità solo **forno**, disporre la carne e il pollame direttamente sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano inferiore. Non coprire.

Consigli per la cottura combinata

Non aggiungere sale alla carne prima di cuocerla ma salarla successivamente.

È importante controllare gli alimenti diverse volte durante la cottura, in modo da poterne regolare i tempi se necessario.

Disporre le cosce di pollo o altro pollame in modo che le parti con più carne si trovino sul bordo del piatto.

Cottura a forno tradizionale

Il forno può essere utilizzato per arrostitire in modo tradizionale carne bianca e rossa e pollame, preriscaldandolo in modalità Forno. Il preriscaldamento è essenziale al fine di sigillare la carne o il pollame.

Cottura a grill

Il grill è adatto per cuocere pezzi di carne sottili: cotolette, costolette di agnello, salsicce. Si consiglia di preriscaldare il grill.



Nota

Nella cottura a forno, grill o combinata, la carne non deve essere coperta poiché si cuoce attraverso il calore esterno.

Cottura solo a microonde

Carni bianche e pezzi di pollame si cuociono perfettamente utilizzando il microonde, che si rivela essere il metodo di cottura più rapido. La cottura a microonde è utile per piccoli pezzi di carne o di pollame da servire con una salsa o per finire velocemente la cottura di fricassee o carne grigliata.

Disporre i pezzi di carne su un piatto adatto per il forno microonde e collocare quest'ultimo sulla base del forno. Quando si usa la modalità solo microonde, si consiglia di coprire la carne con un coperchio o della pellicola trasparente per velocizzare la cottura ed evitare schizzi. A cottura ultimata, è normale che vi sia molto liquido nel piatto. La velocità della cottura a microonde e l'assenza di calore radiante fanno in modo che il liquido non evapori come accade durante la cottura tradizionale. La perdita di peso non è superiore a quella che si verifica durante la cottura tradizionale.

Stufati e piatti a cottura lenta

È possibile cucinare stufati utilizzando la sola cottura a microonde, ma il tempo necessario non sarà inferiore a quello necessario con un metodo di cottura tradizionale. La carne, tuttavia, non si attaccherà sul fondo del recipiente e l'energia impiegata sarà minore. Utilizzare casseruole in Pyrex® o porcellana da forno con coperchio.

Carne e pollame

Prima: tagliare le verdure in pezzi uguali e cuocerle parzialmente. Per molte ricette di stufati, è necessario infarinare i pezzi di carne per far sì che il sugo vi aderisca.

Durante la cottura, è fondamentale che la carne rimanga immersa nel liquido utilizzando una salsiera o un piatto rovesciato (per impedire alla carne di seccarsi). Poiché gli stufati hanno dei tempi di cottura lunghi con conseguente evaporazione abbondante, se necessario aggiungere liquidi durante la cottura. Coprire il contenitore con un coperchio per limitare l'evaporazione. Portare a ebollizione lo stufato a 1000 W per 10-15 minuti, poi continuare la cottura per il tempo necessario a una potenza microonde bassa di 300 W.

Tempo di riposo:

Dopo la cottura è importante coprire la carne e lasciarla riposare fuori dal forno per 10-15 minuti per completare la cottura e consentire una distribuzione uniforme della temperatura.



Carne e pollame (tempo di cottura per 500 g)

La cottura solo a microonde non conferisce alla carne la classica colorazione. Per questo motivo, i tempi di cottura indicati per il microonde si applicano a carni precedentemente rosolate in padella (maiale, vitello, agnello e manzo) o a carni che non necessitano di colorazione (pollame, coniglio). La carne dovrebbe essere girata a metà cottura e lasciata riposare per 5-8 minuti alla fine, salvo ove diversamente indicato.

Tipo di carne	Solo microonde	Tempo di cottura	Cottura a forno/grill	Istruzioni	Tempo di cottura approssimativo (in minuti)
Manzo					
Costina	-	-	220 °C poi 160 °C	Preriscaldare. Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano inferiore. Girare a metà cottura.	10 min. poi 15-20 min. (cottura media) 25-30 min. (ben cotta)
Arrosto	-	-	220 °C	Preriscaldare. Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano inferiore. Avvolgere in un foglio di alluminio e lasciar riposare per 10-20 min. dopo la cottura.	20-22 min. (al sangue) per 450 g
Arrosto	-	-	220 °C	Preriscaldare. Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano inferiore. Aggiungere acqua se la carne si secca durante la cottura. Avvolgere in un foglio di alluminio e lasciar riposare per 10-20 min. dopo la cottura.	40-50 min. (ben cotta) per 450 g

Carne e pollame

La cottura solo a microonde non conferisce alla carne la classica colorazione. Per questo motivo, i tempi di cottura indicati per il microonde si applicano a carni precedentemente rosolate in padella (maiale, vitello, agnello e manzo) o a carni che non necessitano di colorazione (pollame, coniglio). La carne dovrebbe essere girata a metà cottura e lasciata riposare per 5-8 minuti alla fine, salvo ove diversamente indicato.

Tipo di carne	Solo microonde	Tempo di cottura	Cottura a forno/ grill	Istruzioni	Tempo di cottura approssimativo (in minuti)
Manzo					
Arrostò	1000 W	8-10 min. (al sangue) 10-12 min. (ben cotto)	-	Cuocere in una casseruola in Pyrex® con coperchio sulla base del forno. Girare durante la cottura. Avvolgere in un foglio di alluminio e lasciar riposare per 10 min. dopo la cottura.	-
Stufato (450-675 g)	-	-	160 °C	Preriscaldare. Disporre in una casseruola in Pyrex® con coperchio. Aggiungere il brodo e le verdure. Coprire, collocare sulla teglia Panacrunch quadrata sul ripiano inferiore. Mescolare a metà cottura.	1 h - 1 h e 30 min.
Agnello					
Coscio o spalla con osso	< 1200 g 1000 W	Per 500 g: 8-12 min. (rosa) 10-14 min. (ben cotto)	-	Disporre in una casseruola in Pyrex® con coperchio e collocare quest'ultima sulla base del forno.	-
	-	-	180 °C	Cuocere sulla teglia Panacrunch quadrata sul ripiano inferiore. Girare a metà cottura. Avvolgere in un foglio di alluminio e lasciar riposare per 10 min. dopo la cottura.	20 min. per 450 g più 20 min. (rosa) 30 min. per 450 g più 25 min. (ben cotto)
Agnello					
Costolette 400 g (4 pz.)	-	-	G1	Preriscaldare. Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano superiore. Girare a metà cottura.	12-14 min. (cottura media) 16-18 min. (ben cotto)
Arrostò disossato, rollé	-	-	180 °C	Cuocere nella teglia Panacrunch quadrata sul ripiano inferiore. Girare a metà cottura. Avvolgere in un foglio di alluminio e lasciar riposare per 10 min. dopo la cottura.	40-50 min. (rosa) 55-60 min. (ben cotto)
Stufato (1,5 kg max.)	-	-	160 °C	Preriscaldare il forno. Disporre in una casseruola con coperchio. Aggiungere il brodo e le verdure. Coprire, collocare sulla teglia Panacrunch quadrata sul ripiano inferiore. Mescolare a metà cottura.	1 h 20 min.- 1 h 30 min.

G = riscaldamento con grill

Carne e pollame

La cottura solo a microonde non conferisce alla carne la classica colorazione. Per questo motivo, i tempi di cottura indicati per il microonde si applicano a carni precedentemente rosolate in padella (maiale, vitello, agnello e manzo) o a carni che non necessitano di colorazione (pollame, coniglio). La carne dovrebbe essere girata a metà cottura e lasciata riposare per 5-8 minuti alla fine, salvo ove diversamente indicato.

Tipo di carne	Solo microonde	Tempo di cottura	Cottura a forno/grill	Istruzioni	Tempo di cottura approssimativo (in minuti)
Vitello					
Arrosto	-	-	180 °C	Preriscaldare. Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano inferiore. Girare a metà cottura. Avvolgere in un foglio di alluminio e lasciar riposare per 10 min. dopo la cottura.	50-55 min.
	600 W	10-12 min.	-	Disporre in una casseruola in Pyrex® con coperchio e collocare quest'ultima sulla base del forno.	-
Stufato (1,5 kg max.)	-	-	160 °C	Preriscaldare. Disporre in una casseruola in Pyrex® con coperchio. Aggiungere il brodo e le verdure. Coprire, collocare sulla teglia Panacrunch quadrata sul ripiano inferiore. Mescolare a metà cottura.	1 h 20 min.- 1 h 30 min.
Maiale					
Arrosto di fesa	-	-	220 °C	Preriscaldare. Cuocere nella teglia Panacrunch quadrata sul ripiano inferiore. Girare a metà cottura. Avvolgere in un foglio di alluminio e lasciar riposare per 10 min. dopo la cottura.	220 °C per 30 min. poi 190 °C per 60 min. per 500 g
	600 W	20-24 min.	-	In una casseruola in Pyrex® con coperchio. Girare a metà cottura.	-
Arrosto di lombo	-	-	180 °C	Preriscaldare. Cuocere nella teglia Panacrunch quadrata sul ripiano inferiore. Girare a metà cottura. Avvolgere in un foglio di alluminio e lasciar riposare per 10 min. dopo la cottura.	56-60 min.
	600 W	25-30 min.	-	In una casseruola in Pyrex® con coperchio. Girare a metà cottura.	-
Bistecche di suino 440 g (4 pz.)	-	-	G1	Collocare sulla teglia Panacrunch quadrata sul ripiano superiore. Girare a metà cottura.	18-20 min.
Stufato (1,5 kg)	-	-	160 °C	Preriscaldare. Disporre in una casseruola in Pyrex® con coperchio. Aggiungere il brodo e le verdure. Coprire, collocare sulla teglia Panacrunch quadrata sul ripiano inferiore. Mescolare a metà cottura.	1 h 20 min. - 1 h 30 min.

G = riscaldamento con grill

Carne e pollame

La cottura solo a microonde non conferisce alla carne la classica colorazione. Per questo motivo, i tempi di cottura indicati per il microonde si applicano a carni precedentemente rosolate in padella (maiale, vitello, agnello e manzo) o a carni che non necessitano di colorazione (pollame, coniglio). La carne dovrebbe essere girata a metà cottura e lasciata riposare per 5-8 minuti alla fine, salvo ove diversamente indicato.

Tipo di carne	Solo microonde	Tempo di cottura	Cottura a forno/grill	Istruzioni	Tempo di cottura approssimativo (in minuti)
Pollo, faraona, tacchino					
Arrosto intero	-	-	190°C	Preriscaldare. Cuocere nella teglia Panacrunch quadrata sul ripiano inferiore. Avvolgere in un foglio di alluminio e lasciare riposare per 10 min. dopo la cottura.	30 min. per 450 g
A pezzi	-	-	G1 + 440 W poi G1	Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano inferiore. Iniziare la cottura con la parte con la pelle verso il basso e girare a metà cottura.	15-17 min. poi 2 min.
A pezzi	1000 W	7-8 min.	-	In una casseruola in Pyrex® con coperchio. Girare a metà cottura.	-
Arrosto di tacchino disossato	-	-	190°C	Preriscaldare. Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano inferiore. Girare a metà cottura.	40-45 min.
Coscia di tacchino	-	-	190°C	Preriscaldare. Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano inferiore. Girare a metà cottura.	47-49 min.
Galletto	-	-	190°C	Preriscaldare. Cuocere nella teglia Panacrunch quadrata sul ripiano inferiore. Girare a metà cottura.	52-54 min.
Anatra					
Anatra intera	-	-	190°C	Preriscaldare. Forare la pelle. Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano inferiore.	25-27 min. per 450 g
Cosce (280 g)	-	-	G1 + 440 W poi G1	Forare la pelle. Disporre con la pelle verso il basso in un contenitore in Pyrex® poco profondo e collocare sulla base del forno. Girare a metà cottura.	12-14 min., poi 5 min.
Petto 400 g (2 pz.)	-	-	200 °C	Preriscaldare. Forare la pelle. Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano inferiore.	40 min.

G = riscaldamento con grill

Carne e pollame

La cottura solo a microonde non conferisce alla carne la classica colorazione. Per questo motivo, i tempi di cottura indicati per il microonde si applicano a carni precedentemente rosolate in padella (maiale, vitello, agnello e manzo) o a carni che non necessitano di colorazione (pollame, coniglio). La carne dovrebbe essere girata a metà cottura e lasciata riposare per 5-8 minuti alla fine, salvo ove diversamente indicato.

Tipo di carne	Solo microonde	Tempo di cottura	Cottura a forno/grill	Istruzioni	Tempo di cottura approssimativo (in minuti)
Coniglio					
Coniglio intero	1000 W	7-8 min.	-	Disporre in un contenitore coperto e collocare sulla base del forno. Girare a metà cottura.	-
Cacciagione					
Arrosto	-	-	180 °C	Preriscaldare. Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano inferiore. Girare a metà cottura. Avvolgere in un foglio di alluminio e lasciar riposare per 10 min. dopo la cottura.	20-25 min. per 450 g + 20 min.
Arrosto	1000 W	7-9 min. per 500 g	-	Disporre in una casseruola in Pyrex® con coperchio e collocare quest'ultima sulla base del forno. Girare a metà cottura.	-
Salsicce					
Chipolata, salsicce fresche sottili 440 g (14 pz.)	-	-	G1 + 100 W	Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano superiore. Girare a metà cottura.	12-14 min.
Chipolata, salsicce fresche sottili 440 g (14 pz.)	1000 W	5-7 min.	-	Disporre in una casseruola in Pyrex® con coperchio e collocare quest'ultima sulla base del forno.	-
Chipolata congelata 270 g (10 pz.)	-	-	G1 + 300 W	Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano superiore. Girare a metà cottura.	9-11 min.
Salsicce classiche - maiale e vitello 450 g (8 pz.)	-	-	G1	Preriscaldare. Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano superiore. Girare a metà cottura.	12-15 min.
Congelate 230 g (5 pz.)	-	-	G1 + 440 W	Disporre sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano superiore. Girare a metà cottura.	10-12 min.

G = riscaldamento con grill

Pesce

La cottura a microonde è ottima per il pesce in quanto non lo secca ed evita gli odori persistenti dei forni tradizionali.



Disposizione

I filetti di pesce sottili, come ad esempio quelli di platessa, dovrebbero essere arrotolati prima della cottura per evitare che i bordi più sottili e la coda cuociano troppo.



Liquido

Si può insaporire il pesce fresco con 30 ml di succo di limone o vino bianco. Quando si cucina il pesce congelato, per una cottura uniforme si consiglia di aggiungere i liquidi sopra indicati.



Pesci grandi (più di 400 g)

Si raccomanda di girarli a metà cottura e proteggere la testa e la coda con un foglio di alluminio per evitare che cuociano troppo. (Attenzione: il foglio di alluminio non deve toccare le pareti del forno).



Copertura

Coprire sempre il pesce con pellicola trasparente per microonde oppure utilizzare un contenitore con coperchio.



Tranci di pesce

Disporre i tranci di pesce in cerchio, con la parte più spessa verso l'esterno, per evitare che le estremità della coda cuociano troppo.

Quando è cotto il pesce?

Il pesce è cotto quando si sfalda facilmente e diventa opaco. Tenere a mente che i pesci più grassi (salmone, sgombrò, halibut) cuociono più rapidamente di quelli più magri (merluzzo, persico, tilapia).

Tempo di riposo

Il pesce deve **riposare** dopo la cottura per 2-3 minuti. Questo può avvenire fuori dal forno, così da poter cuocere altre pietanze durante l'attesa.

Pesce al cartoccio

Si può preparare del pesce al cartoccio sostituendo il foglio di alluminio con carta da forno per microonde (o carta oleata).

Pesce intero

Se si cuociono 2 pesci interi allo stesso tempo, si consiglia di disporli l'uno con la testa vicino alla coda dell'altro al fine di garantire una cottura uniforme.

A metà cottura, proteggere testa e coda di pesci di grandi dimensioni con un foglio di alluminio fissato con stuzzicadenti.

Sale

Non salare il pesce prima di cuocerlo in quanto potrebbe renderlo asciutto.

Pesce

Cottura a grill o combinata del pesce

Cospargere il pesce con burro fuso oppure olio per mantenere l'umidità. Disporlo sulla teglia Panacrunch quadrata. NON aggiungere sale, ma cospargere con pepe o erbe se necessario. Utilizzare la combinazione Grill 1 + 300 W per circa 6-8 minuti. (3-4 minuti per ogni lato) per pesci di piccole dimensioni (trota, sgombrò). Utilizzare la combinazione Grill 1 + 440 W per i pesci più grandi (orata, spigola). Ad esempio, 2 orate di circa 600 g cuoceranno in 9 minuti (4 minuti e 30 secondi per lato) utilizzando la combinazione Grill 1 + 440 W.

Cottura a forno tradizionale

Per pesce al cartoccio, oppure per pesci grandi, preriscaldare il forno a 180 °C, disporre il pesce sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano inferiore. Per 500 g, 4 filetti di salmone di circa 125 g ciascuno, cuocere in modalità Forno a 180 °C per circa 25 minuti.

Tempo di cottura per 500 g in minuti, in contenitore sulla base del forno.

Alimento	Fresco		Congelato	
	Potenza	Tempo	Potenza	Tempo
Pesce a filetti sottili	600 W	5-7 min.	1000 W	9-10 min.
Pesce a filetti spessi	600 W	6-7 min.	1000 W	10-12 min.
Tranci di pesce	600 W	6-8 min.	1000 W	11-13 min.
Pesce intero	600 W	5-7 min.	1000 W	10-12 min.
Gamberi *	600 W	5-7 min.	-	-
Cozze*	600 W	5-7 min.	-	-
Capesante*	600 W	5-7 min.	-	-
Calamari*	600 W	6-7 min.	1000 W	10-11 min.
Pesce a filetti sottili 350 g**	Vapore 1 + 440 W	6-8 min.	-	-
Filetto di salmone 400 g**	Vapore 1 + 440 W	6-8 min.	-	-

*: per questi tipi di pesce e per i frutti di mare, non è consigliato utilizzare il programma Automatico.

** : per la cottura Vapore + Microonde, non aggiungere liquidi e non coprire.



Aggiunta di acqua

Non aggiungere acqua o aggiungere solo poca per verdure molto ricche di acqua come pomodori, zucchine, melanzane, verdure congelate per ratatouille, funghi, spinaci, indivia, lattuga, cipolle, la maggior parte della frutta, ecc. poiché le microonde cuociono utilizzando l'acqua contenuta naturalmente nel cibo.

Aggiungere

1 cucchiaino d'acqua ogni 100 g per verdure con un discreto contenuto di acqua per creare il vapore che serve a cuocere le verdure ed evitare la disidratazione: cavolfiore, porro, broccolo, cavolini di Bruxelles, finocchi, carote, sedano rapa, asparagi, fagiolini nani, patate, verza, rapa, carciofi ecc. Per le verdure congelate aggiungere 1-3 cucchiaini di acqua.

Le verdure con un contenuto relativamente basso di acqua possono richiedere più acqua per favorire l'idratazione: piselli, fave, fagioli corallo, fagiolini.

In tutti i casi: le verdure devono essere cotte a 1000 W di potenza (tranne che il cavolfiore intero) e non devono essere salate prima della cottura ma dopo. Questo perché il sale assorbe l'umidità naturale delle verdure e favorisce la disidratazione.

Quando possibile, tagliare le verdure a pezzi di dimensioni regolari. È importante disporre le verdure in un contenitore di dimensioni adatte. Coprire il contenitore con un coperchio o con pellicola trasparente forata. I contenitori larghi sono preferibili a quelli stretti e alti.



Verdure



Tabelle di cottura manuale per verdure fresche/congelate - Utilizzare 1000 W di potenza per 500 g (tempi in minuti). Girare a metà cottura.

Verdure	Fresche	Congelate
Carciofi:		
- intero 250 g (1 pz.)	9-10	-
- cuori 150 g (2 pz.)	9-11	8
Asparagi*	8-10	-
Melanzane	9-11	-
Barbabietola* (a pezzi)	15-17	-
Bietola	7- 9	13-14
Broccolo romanesco	8- 9	12-13
Funghi	8-9	11-12
Carote:		
- rondelle	8-10	12-13
- bastoncino	12-14	12
Verza*	12-14	-
Cavolini di Bruxelles	9-10	9-11
Cavolfiore	8-10	9-10
Sedano rapa - a cubetti	8- 9	10
Sedano*	15-17	-
Zucchine	7-8	10-12
Indivia 400 g	10-12	16-17
Spinaci:		
- tritati (senza aggiunta di acqua)	-	12
- foglie (300 g)	7-8	-
Fave*		
aggiungere acqua extra	16-19	18-20
Finocchio:		
- tagliato a metà	10-12	-
- a fette sottili	12-14	-
Fagiolini verdi	12-13	11-13
Fagioli corallo	10-12	-
Verdure miste*	-	14-16
Pannocchie di mais (2 pannocchie)*	8-10	12-15
Mais dolce	3-4	-

Verdure	Fresche	Congelate
Rape - a cubetti	10-12	11-13
Cipolle - a pezzi	9-10	14-16
Pastinaca - a fette	7-9	-
Patate dolci	10-11	-
Piselli*	10-12	13-15
Taccole	10-12	-
Porri:		
- a fette sottili	8-10	14-15
- a rondelle	8-10	14-15
Zucca a pezzi	9-10	11
Peperoni - a fette	8 - 10	13
Patate:		
- patate intere (<220 g)	12-13	-
Patate a fette	10-11	-
Scorzobianca	10-14	12-15
Pomodori* (senza aggiunta di acqua)	4-5	-



Nota

*: si sconsiglia di cuocere queste verdure con il programma Auto.



Il cavolfiore intero deve essere cotto a testa in giù, a 600 W di potenza, per 12-14 minuti (in base alle dimensioni) in 150 ml di acqua.

Tabelle di cottura



Alimento	Peso/ quantità	Livello di potenza	Tempo da sele- zionare (appross.)	Istruzioni/linee guida
Verdure congelate				
Fave	200 g	Vapore 1 + 440 W	8 min.	Disporre in un contenitore di Pyrex® e collocare quest'ultimo sulla base del forno.
Fagiolini	200 g	Vapore 1 + 440 W	8 min.	
Broccolo	250 g	Vapore 1 + 440 W	8 min.	
Carote - a fette	200 g	Vapore 1 + 440 W	7 min.	
Cavolfiore	250 g	Vapore 1 + 440 W	10 min.	
Verdure miste	200 g	Vapore 1 + 440 W	8 min.	
Piselli	200 g	Vapore 1 + 440 W	7 min.	
Fagioli di soia	200 g	Vapore 1 + 440 W	8 min.	
Verdure al vapore	150 g	Vapore 1 + 440 W	5 min.	
Mais dolce	200 g	Vapore 1 + 440 W	8 min.	
Verdure fresche				
Asparagi (sottili)	200 g	Vapore 1 + 440 W	6 min.	Disporre in un contenitore di Pyrex® e collocare quest'ultimo sulla base del forno.
Pannocchiette	200 g		5 min.	
Fave	200 g		8 min.	
Fagioli corallo	200 g		8 min.	
Barbabietola	450 g		15 min.	
Broccoli	250 g		8 min.	
Cavolini di Bruxelles	200 g		6 min.	

Tabelle di cottura



Alimento	Peso/ quantità	Livello di potenza	Tempo da sele- zionare (appross.)	Istruzioni/linee guida
Verdure fresche				
Spinaci	200 g	Vapore 1 + 440 W	5 min.	Disporre in un contenitore di Pyrex® e collocare quest'ultimo sulla base del forno.
Verza - a fette	300 g		12 min.	
Carote - a fette	200 g		8 min.	
Cavolfiore - inflore- scenza	300 g		7 min.	
Zucchine - a fette	250 g		8 min.	
Pannocchia di mais	2		13 min.	
Pastinaca	300 g		6 min.	
sbollentata da arrostitre a fette	300 g		7 min.	
Piselli	200 g		5 min.	
Pisellini dolci	200 g		8 min.	
Patate - lessate	500 g		15 min.	
Patate - sbollentate	500 g		12 min.	
Patate con la buccia - 250 g ognuna	1	1000 W	7 min.	Disporre in un contenitore di Pyrex® e collocare quest'ultimo sulla base del forno.
	2		12 min.	
	4		23 min.	
	1	G1 + 440 W	15 min.	
	2		23 min.	
	4		35 min.	
Zucchina trombetta	300 g	Vapore 1 + 440 W	12 min.	Disporre in un contenitore di Pyrex® e collocare quest'ultimo sulla base del forno.
Rapa svedese - a cubetti	400 g		12 min.	
Patate dolci - a pezzi	400 g		12 min.	
Rapa - a cubetti	300 g		12 min.	

Italiano



Punti da verificare

Verificare sempre che l'alimento sia caldo fumante dopo averlo cotto a microonde. In caso di dubbi rimettere in forno. Gli alimenti avranno sempre bisogno di un **tempo di riposo**, specialmente se non possono essere mescolati. Più è denso l'alimento, più deve essere lungo il tempo di riposo.

Uova e formaggio

Le uova sono prodotti delicati che richiedono la massima attenzione. Se inserite direttamente nel forno, esplodono a causa della pressione creata all'interno del guscio. Se vengono rotte, anche il tuorlo esplose se non si fora la pellicola che lo ricopre. Inserire la punta di uno stuzzicadenti nel centro del tuorlo; se l'uovo è fresco, il tuorlo non fuoriuscirà. Il tuorlo e l'albume reagiscono diversamente alle microonde: il tuorlo cuoce più rapidamente. Quando le uova vengono sbattute (omelette), durante la cottura i bordi devono essere messi al centro a metà cottura.

Uova in camicia

Scaldare per 1 minuto a 1000 W 50 ml di acqua salata con una goccia di aceto. Rompere l'uovo nell'acqua bollente e forare con cautela il tuorlo e l'albume con uno stuzzicadenti. Coprire e cuocere a 600 W per 40-60 secondi (a seconda della dimensione dell'uovo). Lasciare riposare per 1 minuto, poi scolare e servire.

Uova strapazzate

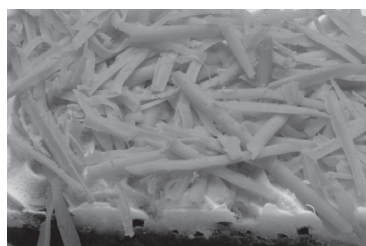
Sbattere due uova in una ciotola con un po' di panna o latte, una noce di burro, sale e pepe. Coprire e cuocere per 40 secondi a 1000 W. Rimuovere e sbattere rapidamente con una forchetta. Riprendere la cottura a 1000 W per altri 30-50 secondi. Le uova dovrebbero rimanere cremose.

Uova in cocotte

Rompere l'uovo in un pirottino imburato, insaporire con sale e pepe, forare il tuorlo e l'albume con uno stuzzicadenti. Aggiungere gli ingredienti desiderati (panna, funghi, uova di lompo ecc.). Coprire e cuocere per 1 minuto e 20 secondi - 2 minuti e 10 secondi per uovo a 300 W, a seconda delle dimensioni dell'uovo e della quantità di altri ingredienti.

Formaggi

I formaggi reagiscono in modo diverso a seconda del tipo: quelli più grassi si sciolgono più rapidamente. Se vengono cotti troppo a lungo, si induriscono. Ove possibile, è preferibile aggiungere il formaggio grattugiato all'ultimo momento (per pasta, gratin ecc.).



Verdure e alimenti ricchi di amido secchi

Il tempo di cottura a microonde delle verdure disidratate è più o meno lo stesso di quello della cottura tradizionale. D'altra parte, questi alimenti si riscaldano molto rapidamente, senza acquistare il sapore del cibo riscaldato, se contenuti in recipienti chiusi, mescolati con burro o salsa.

Per la cottura, utilizzare un recipiente grande (per evitare versamenti di liquido). Coprire completamente con acqua o brodo. Lasciare riposare per almeno 5-8 minuti dopo la cottura.

Riso, grano e quinoa

Quando l'acqua bolle, cuocere per circa 17-20 minuti a 300 W per qualsiasi quantità di riso e per 14-18 minuti a 300 W per il grano e la quinoa. Questi tempi di cottura non valgono per il riso o grano parboiled.

Pasta

Salare l'acqua di cottura e mescolare una volta durante la cottura. Quando l'acqua bolle, cuocere per 10-12 minuti a 1000 W per 250 g di pasta (in 1 litro di acqua).

Verdure disidratate

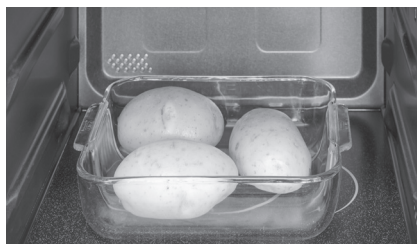
Coprire completamente con acqua e lasciare in ammollo tutta la notte. Il giorno seguente, sciacquare e sgocciolare. Coprire con acqua. Non salare prima della cottura (ciò indurirebbe le verdure disidratate). Cuocere per 10 minuti a 1000 W poi per 15-30 minuti a 300 W. Controllare la cottura e se necessario, aggiungere acqua: le verdure disidratate devono sempre essere coperte d'acqua.

Patate con la buccia

I vari tipi di patate sono più o meno adatti alla cottura a microonde. La misura ideale per le patate da cuocere a microonde o in modalità combinata è di 200 g - 250 g. Cuocere a microonde le patate con la buccia richiede meno tempo rispetto alla cottura combinata, ma le patate risultano più morbide. Con la cottura combinata si ottiene un cibo più asciutto e croccante. Se si desidera migliorare ancora la doratura a fine cottura, utilizzare la funzione **grill** (vedere la tabella seguente).

Prima della cottura, lavare le patate e forarne la buccia diverse volte.

Dopo la cottura, rimuoverle dal forno e avvolgerle in un foglio di alluminio per trattenere il calore. Lasciar riposare per 5 minuti.



Patate con la buccia in un contenitore in Pyrex® sulla base del forno -
Tabella di cottura manuale

Quantità	Min. a 1000 W	Min. a G1 + 440 W
1 pz. (circa 250 g)	7 min.	13-15 min.
2 pz. (circa 500 g)	12 min.	22-24 min.
4 pz. (circa 1 kg)	23 min.	35 min.

Dolci e dessert

Il forno offre diversi modi di cottura, a seconda del risultato desiderato.

- Cucinare con le **microonde** è il modo migliore e più rapido per le creme, i budini, la frutta cotta e le composte nonché per i dolci con agenti lievitanti che non devono dorarsi (dolci al cioccolato e pan di Spagna da farcire).
- La **cottura a forno tradizionale** è fondamentale per alcuni dolci e dessert: babà, biscotti, pasticcini, pasta frolla, pasta sfoglia e crostate.
- La **cottura a vapore** è l'ideale per pudding lievitati, per ottenere una consistenza umida e leggera. È inoltre possibile aggiungere uno extra vapore alla cottura di pan di Spagna e pasta sfoglia per una migliore distribuzione del calore e una migliore lievitazione (vedere a pagine 34-35 del Manuale di istruzioni).

Cottura solo a microonde:

La cottura a microonde consente di cuocere rapidamente e alla perfezione frutta, composte e creme ed è ottima per cuocere pudding di alimenti ricchi di amido come riso, tapioca, semolino, senza rischiare che l'impasto si attacchi allo stampo. Infine, quando si preparano dolci a cottura tradizionale, le microonde sono molto utili per sciogliere burro, cioccolato e gelatina, nonché per preparare il caramello.

Contenitori e accessori

Collocare un contenitore adatto per forno a microonde direttamente sulla base del forno. Preferire i contenitori rotondi.

Coperchio

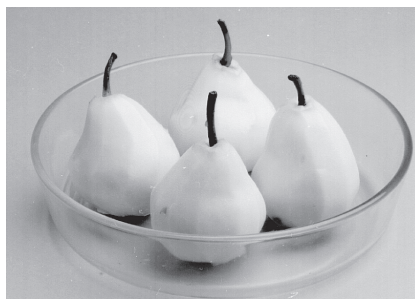
- Dolci: **Non** coprire.
- Frutta: si possono coprire le composte di frutta a basso contenuto di acqua e lasciare scoperte le composte con alto contenuto di acqua.

Frutta

Cuocere 4 pere sbucciate di medie dimensioni coperte per 5-7 minuti a 1000 W (girare sempre a metà cottura).
Cuocere 500 g di mele o pere tagliate in quattro coperte per 5-7 minuti a 1000 W con 5 cucchiaini di acqua (i frutti interi richiederanno tempi di cottura leggermente più lunghi, a seconda delle dimensioni).
Per le composte, cuocere 500 g di frutta sbucciata e tagliata a cubetti per 6-8 minuti a 1000 W. Non aggiungere liquidi. I tempi di cottura varieranno sempre a seconda del grado di maturazione e dal contenuto di zucchero della frutta. Se si aggiunge frutta secca all'impasto di dolci, assicurarsi che non rimanga sopra in quanto brucerebbe a causa dell'alto contenuto di zucchero.

Buono a sapersi

I soufflé non possono essere cotti a microonde in quanto si sgonfiano appena estratti dal forno. Le bignè non si gonfiano perché non si crea la crosta esterna che trattiene l'aria. Le miscele pronte per dolci, invece, cuociono molto bene a microonde. Seguire le istruzioni riportate sulla confezione e cuocere a 600 W per 4-7 minuti in un contenitore adatto per il forno a microonde.



Consigli generali per la cottura a microonde

Controllare il dolce durante la cottura: quando si utilizza solo la cottura a microonde, pochi minuti sono sufficienti e anche un minuto in più potrebbe far seccare il dolce. Se, una volta raffreddato, il dolce si indurisce vuol dire che è stato cotto troppo o a una temperatura troppo alta.

Si può controllare se il dolce è cotto con il metodo tradizionale di inserire al centro la punta di un coltello (deve uscire pulito) o controllando se i bordi del dolce si staccano facilmente dalla teglia.

Contenitori

Se si utilizza un contenitore molto diverso da quello consigliato nella ricetta (ad es. diversi pirottini invece di un'unica teglia rotonda), il risultato finale sarà differente. La stessa quantità cuocerà più rapidamente se suddivisa in diversi contenitori piccoli

invece che in un unico contenitore. Rivestire gli stampi con carta da forno per facilitarne la rimozione.

Conservare i dolci

Una volta raffreddato, avvolgere il dolce in pellicola trasparente o foglio di alluminio per mantenerlo soffice.



italiano

Cottura a forno tradizionale

Fondamentale per cuocere dolci come babà, biscotti, pan di Spagna, muffin, clafoutis, crème caramel, crostate di frutta.

Accessori:

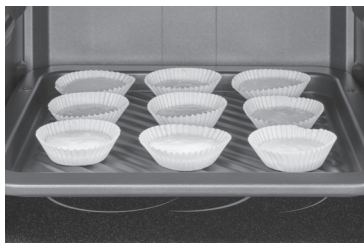
Per cuocere alla perfezione le basi dei dolci, utilizzare contenitori di metallo e collocare nel **forno** preriscaldato a 220 °C, quindi abbassare la temperatura.

In modalità Forno, è possibile cuocere i cibi, ad es. biscotti, croissant, piccoli dolci, direttamente nella teglia Panacrunch quadrata collocata sul ripiano inferiore o superiore.

È possibile collocare i contenitori di metallo standard e tutte le stoviglie da forno sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano inferiore per cuocere, ad es., pan di Spagna, crostate di frutta.

Contenitori

Si può utilizzare qualsiasi contenitore resistente al calore (metallo, silicone, Pyrex® o ceramica da forno). Assicurarsi che le teglie da collocare sulla teglia Panacrunch quadrata non siano più grandi di 25 x 25 cm. **Si raccomanda di preriscaldare il forno. Non preriscaldare in modalità Forno con la teglia Panacrunch quadrata all'interno.**



Risposte alle domande frequenti

Problema	Causa	Soluzione
Gli alimenti cotti a microonde si raffreddano rapidamente .	Alimenti non completamente cotti.	Rimettere in forno per un altro po' di tempo. Tenere a mente che gli alimenti a temperatura di frigorifero richiedono tempi di cottura maggiori rispetto a quelli a temperatura ambiente.
Le pietanze cotte in casseruola o il budino di riso fuoriescono durante la cottura a microonde .	Contenitore troppo piccolo.	Per i cibi liquidi, utilizzare un contenitore di volume doppio rispetto al liquido.
I cibi cuociono troppo lentamente in modalità microonde .	Il forno non riceve la giusta potenza.	Il forno deve essere inserito in una presa indipendente.
	La temperatura degli alimenti dal frigorifero è minore della temperatura ambiente.	Sono necessari tempi maggiori per cuocere gli alimenti più freddi.
La carne cotta a microonde o in modalità combinata è dura.	Livello di potenza troppo elevato.	Per la carne, utilizzare un livello di potenza ridotto.
	Carne salata prima della cottura.	Non salare prima della cottura. Se necessario, aggiungere il sale dopo la cottura.
I dolci rimangono crudi al centro quando vengono cotti a microonde .	Tempi di cottura/riposo troppo brevi.	Far cuocere/riposare per più tempo.
Le uova strapazzate o in camicia sono dure e gommosse se cotte a microonde .	Tempo di cottura troppo lungo.	Fare attenzione quando si cuociono piccole quantità di uova: se vengono danneggiate, non possono essere recuperate.
Le quiche/creme a base di uovo sono dure e gommosse se cotte a microonde .	Livello di potenza troppo elevato.	Per questi alimenti, utilizzare livelli di potenza ridotti.
La salsa al formaggio è dura e gommosa se cotta a microonde .	Formaggio cotto con salsa	Aggiungere il formaggio a fine cottura. Il calore della salsa farà sciogliere il formaggio.

Risposte alle domande frequenti

Problema	Causa	Soluzione
Le verdure sono secche se cotte a microonde .	Cottura senza coperchio.	Coprire con pellicola trasparente o un coperchio.
	Basso contenuto di umidità, ad es. radici non fresche.	Aggiungere 2-4 cucchiaini di acqua in più.
	Sale aggiunto prima della cottura.	Se necessario, salare dopo la cottura.
Nel forno compare della condensa.	È normale e significa che l'alimento sta cuocendo più rapidamente rispetto alla velocità con cui l'umidità viene espulsa dal forno.	Asciugare con un panno morbido.
Dalle guarnizioni dello sportello si sente aria calda.	Lo sportello del forno non è a chiusura stagna.	È normale e non indica alcuna perdita di microonde.
Quando si usano utensili in metallo si verificano scintille blu o archi voltaici.	In modalità microonde non si devono utilizzare accessori di metallo. Se si utilizza un programma combinato, controllare che gli accessori non si siano danneggiati.	Spegnere immediatamente il forno. Non utilizzare accessori in metallo per la cottura a sole microonde .
Il grill si spegne periodicamente durante la cottura a grill o combinata.	Durante la cottura, il grill si accende e si spegne a fasi alterne in modo che il cibo non si bruci esternamente prima di cuocere al centro.	È normale.
Dal display è scomparsa la funzione Display di informazioni. Vedo solo numeri.	Potrebbe essersi verificata un'interruzione di corrente che ha disattivato la funzione.	Scollegare la spina del forno dalla rete di alimentazione per qualche secondo, quindi collegarla di nuovo. Quando sul display appare la scritta "88:88", premere Avvio fino a quando non viene visualizzata la lingua desiderata. Quindi impostare l'orologio.

Zuppa di patate dolci

Ingredienti

4 porzioni

1 cipolla media, tritata grossolanamente
 15 ml di olio d'oliva
 2 spicchi d'aglio schiacciati
 700 g di patate dolci, sbucciate e tagliate a pezzi
 1 peperone rosso grande, senza semi e tagliato a pezzi
 700 ml di brodo vegetale
 150 ml di latte di cocco
 sale e pepe

Contenitori: 1 casseruola da 3 litri in Pyrex® con coperchio

Accessori: nessuno

Riempire il serbatoio dell'acqua

1. Mettere la cipolla, l'olio e l'aglio in una casseruola.
2. Collocare sulla base del forno e cuocere a VAPORE 1 + MICROONDE a 440 W per 4 minuti.
3. Aggiungere le patate e il peperone. Cuocere a VAPORE 1 + MICROONDE a 440 W per 10 minuti. Aggiungere il brodo, coprire e cuocere in modalità MICROONDE a 300 W per 20 minuti o fino a quando le patate non sono morbide, mescolando a metà cottura.
4. Lasciar raffreddare leggermente. Versare in un mixer e frullare fino a ottenere una consistenza uniforme. Aggiungere il latte di cocco e condire a piacere.
5. Scaldare a MICROONDE 600 W per 3 minuti o finché non diventa bollente.

Zuppa di pomodoro e peperone rosso

Ingredienti

4 porzioni

5 pomodori grandi
 30 ml di olio d'oliva
 1 cipolla tritata
 450 g di peperone rosso a fette sottili
 30 ml di passata di pomodoro
 1 presa di zucchero
 475 ml di brodo vegetale
 sale e pepe

Contenitori: 1 ciotola media in Pyrex®

1 casseruola grande in Pyrex® con coperchio

Accessori: nessuno

1. Eliminare la pelle dei pomodori immergendoli in acqua bollente in una ciotola di medie dimensioni per 30 secondi. Tagliare la polpa e conservare il succo. Versare metà dell'olio in una casseruola in Pyrex® con la cipolla e coprire con pellicola trasparente forata. Cuocere sulla base del forno in modalità MICROONDE a 1000 W per 2 minuti, mescolando una volta.
2. Aggiungere i peperoni e l'olio rimasto, mescolando bene. Coprire e cuocere in modalità MICROONDE a 1000 W per 5 minuti, mescolando a metà cottura. Aggiungere i pomodori tagliati, la passata di pomodoro, il sale e il pepe, lo zucchero e qualche cucchiaino di brodo.
3. Coprire e cuocere in modalità MICROONDE a 1000 W per 4 minuti, mescolando a metà cottura, fino a quando le verdure non sono tenere. Aggiungere il brodo e la passata rimanenti e frullare fino a ottenere un composto omogeneo. Filtrare la zuppa per rimuovere le bucce e condire a piacere.

Crostini di brie e mirtilli

Ingredienti

4 porzioni

1 baguette francese piccola, a fette
 60 ml di salsa di mirtilli
 175 g di brie a fette
 Semi di sesamo, facoltativi

Contenitori: nessuno

Accessori: Teglia Panacrunch quadrata

1. Preriscaldare il grill in modalità GRILL 1.
2. Disporre le fette di baguette sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano superiore e tostare in modalità GRILL 1 per 2-3 minuti o fino a farle tostare leggermente.
3. Girare le fette e spalmare su ogni fetta la salsa di mirtilli. Guarnire con una fetta di brie e cospargere di semi di sesamo.
4. Cuocere a GRILL 1 + MICROONDE a 300 W per 6-8 minuti o fino a quando il formaggio inizia a fondersi e i semi di sesamo diventano dorato.

Funghi ripieni

Ingredienti

4 porzioni

2 fette di pancetta stesa
25 g di formaggio Cheddar grattugiato
2,5 ml di senape di Digione
50 g di pangrattato
1 uovo sbattuto
60 ml di latte
15 ml di prezzemolo fresco tritato
4 grossi funghi piatti, senza gambo
4 fette di formaggio Cheddar
1 pomodoro a fette sottili

Contenitori: 1 ciotola media in Pyrex®
1 piatto piano

Accessori: Teglia Panacrunch quadrata

Riempire il serbatoio dell'acqua

1. Cuocere le fette di pancetta su un piatto piano a VAPORE 1 + MICROONDE a 300 W per 2 minuti. Una volta fredde, tagliarle a pezzetti.
2. In una ciotola media in Pyrex® mescolare il formaggio grattugiato, la senape, la pancetta e il pangrattato. Aggiungere l'uovo sbattuto, il latte e il prezzemolo, regolare di sale e pepe e mescolare bene. Riempire i funghi con il composto. Distribuire le fette di formaggio sul composto. Tagliare le fette di pomodoro e adagiarne una su ogni fungo.
3. Disporre i funghi sulla teglia Panacrunch quadrata sul ripiano inferiore e cuocere a VAPORE 1 + GRILL 1 per 15-17 minuti o finché il formaggio inizia a fondere e i funghi sono cotti.

Tortini salati con cipolla e feta

Ingredienti

6 porzioni

250 g di pasta sfoglia
30 ml di olio d'oliva
150 g di cipolla finemente affettata
25 g di pinoli
75 g di feta a cubetti
25 g di olive nere snocciolate e tritate
25 g di pomodori secchi sottolio, tritati grossolanamente
10 g di capperi
sale e pepe
Origano fresco

Contenitori: 1 ciotola media in Pyrex®

Accessori: Teglia Panacrunch quadrata

Riempire il serbatoio dell'acqua

1. Srotolare la pasta sfoglia e ritagliare 6 cerchi di 10 cm di diametro. Mettere in frigo la pasta per circa 30 minuti.
2. Versare l'olio e la cipolla in una ciotola media in Pyrex®. Cuocere a VAPORE 1 + MICROONDE a 440 W per 10 minuti. Aggiungere alle cipolle i pinoli, il formaggio, le olive, i pomodori secchi e i capperi. Regolare di sale e pepe.
3. Preriscaldare in modalità FORNO a 220 °C.
4. Rivestire l'interno della teglia Panacrunch con carta da forno. Disporre i 6 cerchi di pasta sfoglia sulla teglia Panacrunch e forarli con una forchetta.
5. Distribuire il composto sui 6 cerchi di pasta. Cuocere le tortine sul ripiano inferiore in modalità FORNO a 220 °C per 15 minuti o fino a doratura. Cospargere di origano fresco.

Zuppa francese di cipolle

Ingredienti

4-6 porzioni

225 g di cipolla a fette
50 g di burro
25 g di farina
1 litro di brodo di manzo caldo
1 foglia di alloro
1 bagueette a fette
25 g di formaggio grattugiato

Contenitori: 1 casseruola grande in Pyrex® con coperchio

Accessori: Teglia Panacrunch quadrata

1. Mettere le cipolle e il burro in una casseruola in Pyrex®, coprire e cuocere sulla base del forno in modalità MICROONDE a 1000 W per 3-4 minuti o fino ad ammorbidire il composto.
2. Versare la farina e aggiungere gradualmente il brodo caldo, mescolando bene. Regolare di sale e pepe e aggiungere una foglia di alloro.
3. Coprire nuovamente e cuocere in modalità MICROONDE a 1000 W per 8-10 minuti. Rimuovere la foglia di alloro.
4. Disporre il pane sulla teglia Panacrunch quadrata, collocare quest'ultima sul ripiano superiore e cuocere a GRILL 1 per 3-4 minuti o fino a farlo tostare leggermente. Rigrirare e cospargere di formaggio grattugiato. Cuocere a GRILL 1 per altri 4 minuti o fino a quando il formaggio si fonde.
5. Distribuire la zuppa nei piatti e completare ogni porzione con una fetta di pane francese.

Funghi alla greca

Ingredienti

4 porzioni

1 cipolla media a cubetti
15 ml di olio
1 spicchio d'aglio schiacciato
60 ml di passata di pomodoro
150 ml di vino bianco
5 ml di erbe aromatiche essiccate
350 g di champignon

Contenitori: 1 casseruola grande in Pyrex® con coperchio

Accessori: nessuno

Riempire il serbatoio dell'acqua

1. Versare la cipolla e l'olio in una casseruola in Pyrex®. Coprire e cucinare sulla base del forno in modalità MICROONDE a 1000 W per 3-4 minuti o finché non appassisce.
2. Aggiungere tutti gli altri ingredienti e cuocere sulla base del forno in modalità VAPORE 1 + MICROONDE 440 W per 10 minuti o finché i funghi non sono teneri. Servire caldo o freddo.

Ali di pollo piccanti

Ingredienti

Preparazione di 6

6 ali di pollo
30 ml di miele trasparente
30 ml di salsa di soia
30 ml di sherry secco
1 spicchio d'aglio schiacciato
2,5 cm di radice di zenzero grattugiata
10 ml di farina di mais
150 ml di succo d'arancia
3 cipollotti freschi finemente tritati
5 ml di passata di pomodoro
15 ml di zucchero di canna semolato

Contenitori: 1 contenitore in Pyrex® poco profondo

1 ciotolina in Pyrex®

Accessori: Teglia Panacrunch quadrata

1. Disporre le ali di pollo in un contenitore in Pyrex® poco profondo e cuocere sulla base del forno in modalità MICROONDE a 1000 W per 8-10 minuti o finché non è cotto.
2. Mescolare gli ingredienti della salsa in una ciotolina in Pyrex® e cuocere sulla base del forno in modalità MICROONDE a 1000 W per 3-4 minuti o finché non si rapprende.
3. Coprire le ali con metà della salsa. Cuocere sulla teglia Panacrunch quadrata sul ripiano superiore in modalità GRILL 1 per 6 minuti, girare e coprire con la salsa rimasta e cuocere a grill per altri 5-6 minuti o fino a cottura ultimata.

Paté di pollo

Ingredienti

6 porzioni

1 piccola cipolla finemente tritata
1 spicchio d'aglio schiacciato
25 g di burro
225 g di fegatini di pollo tritati
5 ml di origano essiccato
15 ml di Vermouth secco
50 g di burro
2 fette di limone tagliate in quattro

Contenitori: 1 ciotolina in Pyrex®
1 casseruola piccola in Pyrex® con coperchio + 2 pirottini

Accessori: nessuno

1. Mettere la cipolla, l'aglio e il burro in una casseruola in Pyrex®. Coprire e cucinare sulla base del forno in modalità MICROONDE a 1000 W per 3-4 minuti o finché non appassisce.
2. Aggiungere i fegatini di pollo al composto di cipolla, insieme all'origano. Coprire e cucinare sulla base del forno in modalità MICROONDE a 1000 W per 6-8 minuti, mescolando una volta. N.B.: i fegatini potrebbero scoppiettare durante la cottura.
3. Lasciare raffreddare il composto per 5 minuti, quindi diluire con il Vermouth, regolare di sale e pepe e mescolare fino a ottenere una consistenza uniforme. Suddividere il composto in due pirottini e spianare in superficie.
4. Far sciogliere 50 g di burro in una ciotola collocata sulla base del forno in modalità MICROONDE a 1000 W per 30-40 secondi. Scremare i sedimenti e versare sul paté. Decorare con i quarti di limone e far freddare prima di servire.

Risotto ai gamberetti

Ingredienti

4 porzioni

1 cipolla tritata finemente
 1 spicchio d'aglio schiacciato
 25 g di burro
 225 g champignon marroni tagliati in quattro
 225 g di riso per risotti
 1 limone, scorza e succo
 2,5 ml di pistilli di zafferano tritati
 300 ml di brodo vegetale caldo
 300 ml di vino bianco
 100 g di piselli congelati
 300 g gamberetti cotti e sgusciati
 30 ml di erba cipollina finemente tritata

Contenitori: 1 casseruola grande

Pyrex® **Accessori:** nessuno

Riempire il serbatoio dell'acqua

1. Mettere la cipolla, l'aglio, il burro e i funghi in una casseruola grande in Pyrex®. Collocare sulla base del forno e cuocere a VAPORE 1 + MICROONDE a 440 W per 10 minuti. Aggiungere il riso, il succo e la scorza del limone, lo zafferano, il brodo e il vino al composto dei funghi.
2. Cuocere a VAPORE 1 + MICROONDE a 440 W per 10 minuti. Mescolare il risotto. Aggiungere i piselli e cuocere a VAPORE 1 + MICROONDE a 440 W per 8 minuti. Aggiungere i gamberetti e l'erba cipollina e cuocere in modalità VAPORE 1 + MICROONDE a 440 W per 4 minuti.
3. Lasciar riposare per 2-3 minuti e servire.

Cozze alla marinara

Ingredienti

2 porzioni

900 g di cozze (pesate col guscio)
 15 g di burro
 2 scalogni finemente tritati
 1 spicchio d'aglio schiacciato
 150 ml di vino bianco
 1 mazzetto di prezzemolo finemente tritato
 100 ml di panna liquida

Contenitori: 1 casseruola grande in Pyrex® con coperchio + 1 piatto di portata

Accessori: Teglia Panacrunch quadrata

Riempire il serbatoio dell'acqua

1. Sfregare le cozze e togliere eventuali barbe scartando eventuali gusci rotti o aperti.
2. Mettere il burro, gli scalogni e l'aglio in un ampio contenitore in Pyrex® e coprire. Collocare sulla base del forno e cuocere in modalità MICROONDE a 1000 W per 3 minuti.
3. Aggiungere il vino e cuocere in modalità MICROONDE a 1000 W per 3 minuti. Mettere da parte.
4. Disporre le cozze sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano superiore. Cuocere a VAPORE 1 per 20 minuti. Scartare le cozze non aperte.
5. Aggiungere il prezzemolo e la panna alla salsa, versare la metà del liquido ottenuto nella teglia Panacrunch quadrata e cuocere, coperto, in modalità MICROONDE a 1000 W per 3 minuti. Trasferire le cozze in un piatto da portata e versarvi sopra la salsa.

Gamberi all'aglio al vapore

Ingredienti

2 porzioni

25 g di burro
4 spicchi d'aglio schiacciati
250 ml di vino bianco
400 ml di brodo di pollo
sale e pepe
450 g di gamberoni interi
15 ml di farina di mais
1 cucchiaino di prezzemolo tritato

Contenitori: 1 casseruola grande in Pyrex® con coperchio

Accessori: Teglia Panacrunch quadrata
Riempire il serbatoio dell'acqua

1. Mettere il burro e l'aglio in una casseruola in Pyrex® e coprire. Cuocere sulla base del forno in modalità MICROONDE a 1000 W per 1 minuto.
2. Aggiungere il vino e il brodo di pollo all'aglio, coprire e continuare la cottura in modalità MICROONDE a 1000 W per 5 minuti, scoprire e far cuocere altri 5 minuti. Regolare di sale e pepe e mettere da parte.
3. Disporre i gamberi sulla teglia Panacrunch quadrata sul ripiano superiore e cuocere a VAPORE 1 per 15 minuti.
4. Togliere i gamberi dal forno. Aggiungere la farina di mais e il prezzemolo alla salsa, mescolare bene e cuocere con il coperchio per altri 3 minuti in modalità MICROONDE a 1000 W, girando a metà cottura.
5. Unire i gamberi alla salsa e servire con pane casereccio.

Merluzzo al cartoccio

Ingredienti

4 porzioni

280 g di verdure miste asiatiche, ad es. il cavolo cinese, tritate
4 filetti di merluzzo
½ arancia, succo e scorza grattugiata
45 ml di basilico fresco tritato
2 spicchi d'aglio schiacciati
120 ml di vino bianco secco
15 ml di olio d'oliva
½ finocchio finemente affettato
1 carota tagliata a fiammifero

Contenitori: nessuno

Accessori: Teglia Panacrunch quadrata
Riempire il serbatoio dell'acqua e rabboccare dopo 30 minuti di cottura

1. Ricavare quattro quadrati di 30 cm di carta da forno. Disporre ¼ delle verdure asiatiche tritate al centro di ogni quadrato di carta.
2. Adagiare il pesce, cospargere con scorza di arancia, succo, basilico, aglio, vino, olio, finocchio, carota e regolare di sale e pepe. Piegare la carta per formare un cartoccio, lasciando dell'aria all'interno, in modo che gli ingredienti possano emettere vapore, e torcere i bordi per sigillare.
3. Disporre i cartocci sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano inferiore. Cuocere in modalità VAPORE 1 per 35-45 minuti. Aprire uno dei cartocci per controllare che il pesce sia cotto; deve sfaldarsi facilmente.
4. Dopo 30 minuti di cottura occorrerà riempire nuovamente il serbatoio dell'acqua.

Filetti di pesce alla provenzale

Ingredienti

4 porzioni

1 zuccina a fette
4 pomodori a fette
10 ml di erbe aromatiche miste
4 filetti di salmone
30 ml di olio d'oliva
12 olive nere snocciolate
sale e pepe

Contentitori: nessuno

Accessori: Teglia Panacrunch quadrata

Riempire il serbatoio dell'acqua

1. Disporre le zucchine a fette in un unico strato sulla teglia Panacrunch quadrata e coprire con i pomodori. Cospargere con la metà delle erbe aromatiche. Adagiare i filetti di salmone sulle verdure e cospargere con le erbe rimaste. Irrorare di olio.
2. Collocare la teglia Panacrunch quadrata sul ripiano inferiore e cuocere in modalità VAPORE 1 + MICROONDE a 300 W per 18 minuti. Aggiungere le olive e continuare la cottura per 2-3 minuti.

Bouillabaisse

Ingredienti

6-8 porzioni

75 ml di olio d'oliva
30 ml di passata di pomodoro
2 cipolle medie tritate
1 porro grande a fette
4 spicchi d'aglio schiacciati
225 g di pomodori, pelati e tagliati in quattro
1,2 l di brodo di pesce caldo
150 ml di vino bianco secco
4 rametti di timo
sale e pepe
1 arancia media, scorza
4 pistilli di zafferano
5 ml di salsa al peperoncino
450 g di pesce bianco senza pelle tagliato a pezzi grossi
450 g di frutti di mare misti
4 gamberoni freschi
1 mazzetto di aneto tritato

Contentitori: 1 casseruola da 3 litri in

Pyrex® con coperchio

Accessori: nessuno

1. Mettere l'olio e la passata di pomodoro in una casseruola grande in Pyrex®, coprire e cucinare sulla base del forno in modalità MICROONDE a 600 W per 1 minuto, mescolando bene.
2. Aggiungere le cipolle e il porro, coprire e cucinare in modalità MICROONDE a 1000 W per 5-6 minuti o finché non sono appassiti.
3. Aggiungere l'aglio, i pomodori, il brodo, il vino, il timo, sale, pepe, la scorza d'arancia, lo zafferano e la salsa al peperoncino. Coprire e cuocere in modalità MICROONDE a 1000 W per 4-5 minuti.
4. Aggiungere il pesce alla salsa di pomodoro. Coprire e cucinare sulla base del forno in modalità MICROONDE a 1000 W per 7-8 minuti o fino a che il pesce è cotto.
5. Aggiungere il misto di frutti di mare e gamberi e scaldare di nuovo per 3-4 minuti in modalità MICROONDE a 1000 W o fino a che è caldo, facendo attenzione a non cuocere troppo il pesce. Rimuovere il timo. Aggiungere l'aneto.

Lasagne

Ingredienti

4 porzioni

Ragù:

1 cipolla tritata
5 ml di olio
1 spicchio d'aglio schiacciato
150 ml di vino rosso
30 ml di passata di pomodoro
5 ml di erbe aromatiche miste
500 g di macinato di vitello
sale e pepe

Lasagne

1 dose di besciamella
(vedere a pagina 121)
100 g di formaggio Cheddar grattugiato
5 ml di senape
sale e pepe
250 g di lasagne fresche
50 g di parmigiano grattugiato

Contenitori: 1 casseruola da 1,5 litri in Pyrex® con coperchio
1 teglia in Pyrex®

Accessori: nessuno

1. Mettere la cipolla, l'aglio e l'olio in una casseruola in Pyrex®. Collocare sulla base del forno e cuocere in modalità MICROONDE a 1000 W per 2-3 minuti. Versare tutti gli altri ingredienti del ragù nella casseruola. Mescolare bene. Coprire e cuocere in modalità MICROONDE a 1000 W per 10 minuti, quindi in modalità MICROONDE a 600 W per 15-20 minuti o fino a cottura ultimata.
2. Aggiungere la senape e il formaggio grattugiato alla besciamella.
3. Coprire il fondo della teglia in Pyrex® con uno strato di besciamella, quindi uno di lasagne e uno di ragù caldo. Continuare con uno strato di lasagne e quindi uno di carne, per finire con uno strato di besciamella. Cospargere di parmigiano.
4. Collocare sulla base del forno e cuocere a GRILL 1 + MICROONDE a 440 W per 10 minuti, quindi GRILL 1 per 5-10 minuti o fino a ottenere una bella doratura.

Filetto di manzo in crosta

Ingredienti

4 porzioni

15 g di porcini secchi
15 g di burro
225 g di funghi
1 piccola cipolla tritata finemente
150 ml di vino rosso
4 filetti di manzo (circa 150 g ciascuno)
375 g di pasta sfoglia
1 uovo grande sbattuto
sale e pepe

Contenitori: 1 ciotolina in Pyrex®

1 casseruola grande in Pyrex®

Accessori: Teglia Panacrunch quadrata

1. In una ciotolina in Pyrex® mettere a bagno i porcini secchi in acqua bollente per 20 minuti. Scolare e tritare finemente.
2. In una casseruola grande in Pyrex® mettere il burro, tutti i funghi e le cipolle e coprire. Collocare sulla base del forno e cuocere in modalità MICROONDE a 1000 W per 3 minuti. Aggiungere il vino al composto di funghi e cuocere in modalità MICROONDE a 1000 W per 7-8 minuti.
3. Preriscaldare in modalità FORNO a 220 °C. Collocare i filetti sulla teglia Panacrunch quadrata sul ripiano inferiore e cuocere in modalità FORNO a 200 °C per 10-15 minuti. Lasciar raffreddare. Sciacquare la teglia Panacrunch quadrata.
4. Tagliare la pasta in 4 pezzi a formare dei quadrati 15 cm x 15 cm e spennellare con l'uovo sbattuto.
5. Scolare il composto di funghi, metterne ¼ al centro di ciascun quadrato e adagiarvi sopra il filetto. Regolare di sale e pepe. Portare al centro gli angoli della pasta. Rivestire l'interno della teglia Panacrunch con carta da forno. Disporre i fagottini sulla teglia Panacrunch quadrata.
6. Spennellare con l'uovo sbattuto. Cuocere sul ripiano inferiore in modalità FORNO a 220 °C per 25 minuti per una cottura media e 30 minuti per renderlo ben cotto.

Noodles di pollo al vapore

Ingredienti

4 porzioni

2 petti di pollo grandi
45 ml di coriandolo fresco tritato
2,5 cm di zenzero tagliato a fiammifero
6-8 cipollotti freschi finemente tritati
2 spicchi d'aglio schiacciati
1 peperoncino rosso finemente tritato
45 ml di salsa di soia
30 ml di aceto di riso
5 ml di zucchero di canna chiaro
30 ml di olio di arachidi
15 ml di olio vegetale
15 ml di olio di sesamo
200 g di noodles freschi all'uovo

Contenitori: 2 ciotoline in Pyrex®

1 ciotola capiente in Pyrex®

Accessori: Teglia Panacrunch quadrata

Riempire il serbatoio dell'acqua

1. Mettere i petti di pollo tra due fogli di pellicola trasparente e batterli con un batticarne o mattarello fino a ottenere delle fettine sottili. Rimuovere la pellicola trasparente, disporre i petti di pollo sulla teglia Panacrunch quadrata e condire. Collocare la teglia sul ripiano superiore e cuocere in modalità VAPORE 1 per 15-20 minuti o finché il pollo non è cotto.
2. In una ciotolina in Pyrex®, mescolare bene il coriandolo tritato, lo zenzero, i cipollotti, l'aglio schiacciato, il peperoncino, la salsa di soia, l'aceto di riso e lo zucchero di canna.
3. In un'altra ciotolina in Pyrex® mescolare gli oli e scaldare sulla base del forno in modalità MICROONDE a 600 W per 1-2 minuti. Versare il composto di cipollotti e mescolare.
4. Mettere in una ciotola capiente i noodles e coprire con acqua bollente. Cuocere sulla base del forno in modalità VAPORE 1 per 8 minuti. Scolare.
5. Per servire, adagiare i noodles in un recipiente da portata poco profondo. Tagliare il pollo cotto, distribuirlo sul composto di cipollotti e irrorare con il succo della ciotolina.

Maiale con lenticchie

Ingredienti

4 porzioni

250 g di lenticchie
1 grossa cipolla tritata
4 fette di pancetta affumicata, tagliate a cubetti
1 pizzico di timo
1 dado
230 g di salsicce affumicate
sale e pepe

Contenitori: 1 casseruola da 2 litri in Pyrex® con coperchio

Accessori: nessuno

1. Mettere le lenticchie in una casseruola in Pyrex®. Coprire con acqua fredda. Collocare sulla base del forno e portare a bollire in modalità MICROONDE a 1000 W per 7-8 minuti. Scolare e lasciar raffreddare.
2. Trasferire le lenticchie nella casseruola con la cipolla tritata, la pancetta affumicata a cubetti, il pizzico di timo e il dado. Coprire con acqua.
3. Cuocere con il coperchio sulla base del forno in modalità MICROONDE a 1000 W per 12 minuti, poi in modalità MICROONDE a 300 W per 40-50 minuti. 20 minuti prima della fine della cottura, aggiungere le salsicce affumicate. Regolare di sale e pepe prima di servire.

Stufato di agnello alla greca

Ingredienti

4 porzioni

700 g di filetto di agnello a pezzi
2 cipolle tritate
1 peperoncino rosso
2 spicchi d'aglio schiacciati
1 rametto di rosmarino
275 ml di vino bianco
400 g di polpa di pomodoro in scatola
45 ml di olive nere affettate
100 g di linguine spezzettate
150 g di formaggio feta a cubetti
15 g di menta fresca tritata

Contenitori: 1 casseruola da 3 litri in Pyrex® con coperchio

Accessori: nessuno

Riempire il serbatoio dell'acqua

1. Mettere l'agnello e la cipolla in una casseruola in Pyrex® e coprire. Collocare sulla base del forno e cuocere a VAPORE 1 + MICROONDE a 440 W per 10 minuti.
2. Tagliare il peperoncino nel senso della lunghezza lasciando l'estremità superiore intatta, rimuovere i semi in modo da insaporire lo spezzatino senza che diventi troppo piccante.
3. Aggiungere il peperoncino, l'aglio, il rosmarino, il vino e i pomodori all'agnello. Cuocere con il coperchio in modalità MICROONDE a 440 W per 40 minuti, mescolando a metà cottura. Aggiungere le olive nere e le linguine e continuare a cuocere in modalità MICROONDE a 440 W per altri 15 minuti o fino a quando le linguine non sono cotte.
4. Rimuovere e gettare il peperoncino e il rosmarino. Aggiungere la feta e la menta e mescolare prima di servire.

Polpettone

Ingredienti

4 porzioni

500 g di macinato di vitello
50 g di pangrattato
1 uovo medio sbattuto
1 cipolla tritata
50 g di funghi tritati
30 ml di capperi
15 ml di prezzemolo tritato
60 ml di salsa di soia
pepe
150 g di pancetta affettata
125 ml di brodo (istantaneo)
4 fette di Gouda

Contentori: 1 ciotola capiente in Pyrex®

1 pirofila in Pyrex®

Accessori: nessuno

1. Mettere i primi 9 ingredienti del polpettone in una ciotola capiente e mescolare bene, preferibilmente con le mani.
2. Trasferire il composto in una pirofila in Pyrex® e livellare. Coprire con la pancetta e versare sopra il brodo.
3. Cuocere senza coperchio sulla base del forno in modalità MICROONDE a 1000 W per 18 minuti.
4. Adagiare sopra le fette di formaggio e continuare a cuocere per altri 5-6 minuti in modalità GRILL 1 e MICROONDE a 440 W.

Pollo al vapore con timo e limone

Ingredienti

4 porzioni

2 limoni finemente affettati
1 mazzetto di timo
4 petti di pollo
2 spicchi d'aglio tritati finemente
200 ml di yogurt naturale
15 ml di miele
5 ml di senape di Digione

Contentori: 1 ciotolina in Pyrex®

Accessori: Teglia Panacrunch quadrata

Riempire il serbatoio dell'acqua

1. Distribuire le fette di limone sulla teglia Panacrunch quadrata e cospargere con la metà del timo.
2. Mettere i petti di pollo tra due fogli di pellicola trasparente e batterli con un batticarne o mattarello fino a ottenere delle fettine sottili. Rimuovere la pellicola trasparente e adagiare il pollo sul limone con il timo rimanente. Aggiungere l'aglio e regolare di sale e pepe.
3. Cuocere sulla teglia Panacrunch quadrata sul ripiano inferiore in modalità VAPORE 1 + MICROONDE a 300 W per 20 minuti.
4. Per il condimento a base di yogurt. Trasferire lo yogurt, il miele e la senape in una ciotolina in Pyrex® e mescolare bene. Servire il condimento con il pollo.

Cannelloni

Ingredienti

4 porzioni

8 cannelloni secchi
1 dose di besciamella (vedere a pagina 121)
50 g di formaggio Cheddar grattugiato
Ripieno
100 g di spinaci freschi
150 g di prosciutto cotto a pezzetti
1 uovo sbattuto
15 ml di prezzemolo tritato
15 ml di cipollotti freschi finemente tritati
90 ml di parmigiano grattugiato

Contentori: 1 ciotola capiente in Pyrex®

1 teglia media in Pyrex®

Accessori: Teglia Panacrunch quadrata

1. Aggiungere il formaggio grattugiato alla besciamella e mescolare bene. Mettere da parte.
2. Preriscaldare il forno in modalità FORNO a 190°C.
3. In una ciotola capiente di Pyrex® mescolare tutti gli ingredienti del ripieno e 30 ml di parmigiano. Riempire i cannelloni con la miscela ottenuta servendosi di un cucchiaino.
4. Adagiare i cannelloni così ottenuti su una teglia di medie dimensioni. Distribuirvi sopra la salsa di besciamella e spolverare con i restanti 60 ml di parmigiano.
5. Cuocere sulla teglia Panacrunch quadrata sul ripiano inferiore in modalità FORNO a 190°C per circa 25-30 minuti o finché i cannelloni non iniziano a sobbollire e dorarsi.

Ratatouille

Ingredienti

4 porzioni

1 melanzana a fette
1 cipolla a fette
30 ml di olio d'oliva
1 spicchio d'aglio schiacciato
1 zucchini a fette
1 peperone verde a fette
400 g di polpa di pomodori in scatola
15 ml di erbe aromatiche miste
sale e pepe

Contenitori: 1 casseruola grande in Pyrex® con coperchio

Accessori: nessuno

1. Mescolare tutti gli ingredienti in una casseruola in Pyrex®.
2. Coprire e cucinare sulla base del forno in modalità MICROONDE a 440 W per 20-25 minuti o finché le verdure non sono morbide. Mescolare a metà cottura.

Carote al vapore con arancia, cumino e timo

Ingredienti

4 porzioni

1 pizzico di zucchero
¼ di arancia, scorza
1 pizzico di semi di cumino
15 ml di timo
60 g di burro ammorbidito
250 g di carote affettate

Contenitori: Pestello e mortaio

Accessori: Teglia Panacrunch quadrata

Riempire il serbatoio dell'acqua

1. Con pestello e mortaio, pestare lo zucchero, la scorza, i semi di cumino e il timo insieme. Quindi aggiungere il burro e mescolare bene. Distribuire con il cucchiaino il composto su un foglio di carta da forno e arrotolare a formare un cilindro, torcendo entrambe le estremità per sigillare. Lasciar riposare in freezer per rassodare.
2. Disporre le carote affettate sulla teglia Panacrunch quadrata. Cuocere sul ripiano superiore con il programma VAPORE AUTOMATICO VERDURE FRESCHE.
3. Tagliare il burro aromatizzato e servire le carote con sopra il burro fuso.

Zucchine al vapore con pomodoro e peperoncino

Ingredienti

4 porzioni

1 spicchio di aglio tritato
½ peperoncino rosso, senza semi, finemente tritato
2 pomodori secchi sottolio, sgocciolati e tritati grossolanamente
60 g di burro ammorbidito
300 g di zucchini a fette

Contenitori: Pestello e mortaio

Accessori: Teglia Panacrunch quadrata

Riempire il serbatoio dell'acqua

1. Nel mortaio, pestare l'aglio, il peperoncino e i pomodori secchi fino a ottenere un composto denso. Aggiungere il burro e mescolare bene. Distribuire con il cucchiaino il composto su un foglio di carta da forno e arrotolare a formare un cilindro, torcendo entrambe le estremità per sigillare. Lasciar riposare in freezer per rassodare.
2. Disporre le zucchine sulla teglia Panacrunch quadrata. Cuocere sul ripiano superiore con il programma VAPORE AUTOMATICO VERDURE FRESCHE.
3. Tagliare il burro aromatizzato e servire le zucchine con sopra il burro fuso.

Mangiatutto al vapore con burro agli agrumi

Ingredienti

4 porzioni

½ limone, scorza e succo
sale e pepe
60 g di burro ammorbidito
200 g di mangiatutto

Contenitori: 1 ciotolina in Pyrex®

Accessori: Teglia Panacrunch quadrata

Riempire il serbatoio dell'acqua

1. Mescolare tutti gli ingredienti tranne il mangiatutto. Con un cucchiaino, distribuire il composto su un foglio di carta da forno e avvolgere a formare un cilindro, torcere le estremità per sigillare. Mettere in frigo.
2. Disporre i mangiatutto sulla teglia Panacrunch quadrata. Cuocere sul ripiano superiore con il programma VAPORE AUTOMATICO VERDURE FRESCHE.
3. Tagliare il burro aromatizzato e servire i mangiatutto con sopra il burro fuso.

Enchiladas di fagioli

Ingredienti

4 porzioni

1 cipolla tritata
250 g di carote grattugiate
15 ml di olio d'oliva
10 ml di peperoncino in polvere
5 ml di cumino macinato
400 g di polpa di pomodori in scatola
400 g di fagioli al sugo in scatola sgocciolati
400 g di fagioli misti in scatola sgocciolati
6 tortillas piccole
200 g di yogurt naturale magro
50 g di formaggio grattugiato

Contenitori: 1 casseruola grande in Pyrex® con coperchio + 1 piatto quadrato medio in Pyrex®

Accessori: Teglia Panacrunch quadrata

1. Unire in una casseruola in Pyrex® la cipolla, le carote e l'olio di oliva. Cuocere sulla base del forno in modalità MICROONDE a 1000 W per 5-6 minuti. Mescolare a metà cottura.
2. Aggiungere il peperoncino e il cumino in polvere. Cuocere in modalità MICROONDE a 1000 W per 1 minuto. Aggiungere i pomodori e i fagioli e mescolare. Coprire e portare a ebollizione in modalità MICROONDE a 1000 W per 8-10 minuti, quindi cuocere in modalità MICROONDE a 300 W per 10 minuti mescolando di tanto in tanto.
3. Distribuire uno strato sottile del composto sulla base del piatto quadrato in Pyrex®. Riempire ogni tortilla con qualche cucchiaino del composto, piegare le estremità e arrotolare per sigillare. Disporre sul piatto con il lato della chiusura rivolto verso il basso. Coprire con il composto rimanente. Mescolare lo yogurt e il formaggio grattugiato e con un cucchiaino distribuire il composto uniformemente sul piatto.
4. Collocare il piatto sulla teglia Panacrunch quadrata sul ripiano inferiore e far dorare in modalità GRILL 1 per 10-15 minuti.

Risotto ai funghi porcini

Ingredienti

4 porzioni

40 g di porcini secchi
1 cipolla tritata
250 g di riso per risotti
50 g di burro
1 spicchio d'aglio schiacciato
1 dado vegetale
1 mazzetto di basilico tritato

Contenitori: 1 ciotolina in Pyrex®
1 casseruola in Pyrex® da 3 litri

Accessori: nessuno

Riempire il serbatoio dell'acqua

1. In una ciotolina in Pyrex® lasciare in ammollo i funghi in 400 ml di acqua calda per almeno 2 ore.
2. Mescolare in una casseruola in Pyrex® la cipolla, il riso e il burro. Cuocere sulla base del forno in modalità VAPORE 1 + MICROONDE a 440 W per 6 minuti.
3. Aggiungere l'acqua di ammollo dei funghi allungata con altra acqua fino a ottenere 1 litro di liquido, l'aglio schiacciato e il dado vegetale.
4. Cuocere senza coperchio sulla base del forno in modalità VAPORE 1 per 20 minuti. A metà cottura, aggiungere i funghi grossolanamente tritati e il basilico e, se necessario, altra acqua. Regolare di sale e servire.

Zucchine ripiene

Ingredienti

4 porzioni

2 zucchine tagliate a metà nel senso della lunghezza
10 ml di olio extravergine di oliva
Ripieno
30 g di pangrattato
20 g di pinoli
3 cipollotti freschi finemente tritati
1 spicchio d'aglio schiacciato
5 ml di timo essiccato
20 g di parmigiano grattugiato

Contenitori: 1 ciotolina in Pyrex®

Accessori: Teglia Panacrunch quadrata

Riempire il serbatoio dell'acqua

1. Disporre le zucchine sulla teglia Panacrunch quadrata sul ripiano superiore e cuocere a VAPORE 1 per 15 minuti.
2. Preriscaldare il forno in modalità FORNO a 200°C.
3. Per il ripieno, mescolare tutti gli ingredienti in una ciotolina in Pyrex®. Distribuire il composto sulle zucchine e irrorare con l'olio rimasto.
4. Cuocere sulla teglia Panacrunch quadrata sul ripiano inferiore in modalità FORNO a 200 °C per 10-15 minuti o fino a doratura.

Cous cous alle verdure

Ingredienti

4 porzioni

350 g di cous cous
5 ml di curcuma
2,5 ml di cannella
500 ml di brodo vegetale caldo
1 cipolla tritata
15 ml di olio d'oliva
1 spicchio d'aglio schiacciato
1 peperone rosso a pezzi
1 peperone giallo a pezzi
2 piccole zucchine a fette
100 g di champignon
100 g di pomodori ciliegini tagliati a metà
1 limone, succo e scorza grattugiata
½ mazzetto di coriandolo, tritato grossolanamente

Contenitori: 2 casseruole grandi in Pyrex® con coperchio

Accessori: nessuno

Riempire il serbatoio dell'acqua

1. Mettere il cous cous, la curcuma e la cannella in un'ampia casseruola in Pyrex®. Versare il brodo sul cous cous. Cuocere sulla base del forno in modalità VAPORE 1 + MICROONDE a 440 W per 10 minuti. Sgranare il cous cous con una forchetta.
2. Mettere la cipolla, l'olio e l'aglio in un'ampia casseruola in Pyrex®. Collocare il piatto sulla base del forno. Cuocere coperto a 1000 W per 4-5 minuti o finché non appassisce.
3. Aggiungere i peperoni, le zucchine e i funghi. Cuocere coperto a 1000 W per 8-10 minuti.
4. Unire le verdure cotte, i pomodori, il limone e il coriandolo al cous cous.

Croque-monsieur

Ingredienti

Preparazione di 2

4 fette di pane imburrate
5 ml di senape di Digione
2 fette di prosciutto affumicato
100 g di formaggio a fette

Contenitori: nessuno

Accessori: Teglia Panacrunch quadrata

1. Preriscaldare il grill in modalità GRILL 1. Disporre il pane, con la parte imburrata rivolta verso l'alto, sulla teglia Panacrunch quadrata e collocare quest'ultima sul ripiano superiore e cuocere in modalità GRILL 1 per 3-4 minuti o finché il pane non è dorato.
2. Su 2 fette di pane spalmare la senape sul lato non tostato e guarnire con prosciutto e formaggio. Coprire con le altre fette con la parte tostata rivolta verso l'alto.
3. Disporre nuovamente sulla teglia Panacrunch quadrata, collocare quest'ultima sul ripiano superiore e cuocere in modalità GRILL 2 + MICROONDE a 300 W per 1 minuto e 30 secondi o finché il formaggio non si fonde.

Tartellette al pesto rosso e formaggio

Ingredienti

Preparazione di 12

375 g di pasta brisée
90 g di pesto rosso
1 spicchio d'aglio schiacciato
25 g di olive nere snocciolate e tritate
125 g di mozzarella grattugiata
2 pomodori medi, pelati, senza semi e a pezzi
25 g di parmigiano grattugiato
5 ml di origano essiccato

Contenitori: 1 teglia da 12 stampi

1 ciotolina in Pyrex®

Accessori: Teglia Panacrunch quadrata

1. Stendere la pasta brisée fino a uno spessore di circa 3 mm. Tagliare 12 cerchi con un tagliapasta da 7,5 cm. Disporre sulla teglia leggermente unta. Lasciar raffreddare in frigorifero la pasta per 30 minuti.
2. Preriscaldare il forno in modalità FORNO a 200 °C.
3. Mescolare il pesto rosso, l'aglio, le olive nere, la mozzarella e i pomodori in una ciotolina in Pyrex®. Riempire le tartellette con il composto. Cospargere di parmigiano e origano.
4. Collocare il contenitore sulla teglia Panacrunch quadrata sul ripiano superiore e cuocere in modalità FORNO a 200 °C per 15-20 minuti o fino a doratura.

Flan al formaggio svizzero

Ingredienti

6 porzioni

200 g di farina
100 g di burro
acqua per mescolare
Ripieno
250 g di formaggio groviera grattugiato
30 ml di farina
2 uova sbattute
300 ml di latte
60 ml di vino bianco
1 spicchio d'aglio schiacciato
5 ml di sale di sedano
1 pizzico di noce moscata

Contenitori: 1 ciotola media in Pyrex®

1 teglia da 22,5 cm, una ciotolina in

Pyrex®, 1 caraffa in Pyrex®

Accessori: Teglia Panacrunch quadrata

1. In una ciotola media in Pyrex® amalgamare il burro con la farina fino a ottenere un composto simile al pangrattato. Aggiungere acqua per formare un impasto. Stendere e rivestire la teglia. Forare uniformemente con una forchetta. Lasciar raffreddare in frigorifero per 15 minuti.
2. Preriscaldare il forno in modalità FORNO a 180 °C.
3. Coprire la pasta con carta da forno e fagioli secchi. Collocare sulla teglia Panacrunch quadrata sul ripiano inferiore e cuocere in modalità FORNO a 180 °C per 20-25 minuti.
4. In una ciotolina in Pyrex® mescolare insieme il formaggio grattugiato e la farina. Mescolare gli ingredienti rimanenti in una caraffa. Aggiungere il formaggio e mescolare bene.
5. Versare nella tortiera e spolverare con noce moscata. Cuocere in modalità FORNO a 200 °C per 30 minuti o fino a doratura.

Besciamella

Ingredienti

Dosi per circa 500 ml

35 g di burro
35 g di farina
500 ml di latte intero
sale e pepe
noce moscata

Contenitori: 1 ciotola media in Pyrex®

1 caraffa in Pyrex® da 1,5 litri

Accessori: nessuno

1. In una ciotola media in Pyrex®, sciogliere il burro per 1 minuto in modalità MICROONDE a 600 W sulla base del forno. Aggiungere la farina, mescolare e cuocere per un altro minuto in modalità MICROONDE a 600 W. Mettere da parte.
2. In una caraffa, scaldare il latte in modalità MICROONDE a 1000 W per 2 minuti e 30 secondi - 3 minuti. Versare il latte sopra il composto di burro e farina, sbattendo di continuo. Cuocere per altri 5-6 minuti, sbattendo il composto vigorosamente diverse volte e facendo attenzione che non fuoriesca.
3. Regolare di sale e pepe e aggiungere una presa di noce moscata grattugiata.

Salsa pepata

Ingredienti

4-6 porzioni

1 cipolla tritata
40 g di burro
30 g di farina
400 ml di brodo caldo fatto con 2 dadi
10 ml di pepe bianco
5 ml di cognac
200 ml di crème fraiche

Contenitori: 1 ciotola media in Pyrex®

Accessori: nessuno

1. Mettere la cipolla e il burro in una ciotola media in Pyrex® e cuocere sulla base del forno in modalità MICROONDE a 1000 W per 2-3 minuti.
2. Aggiungere la farina, mescolare, cuocere per un altro minuto in modalità MICROONDE a 1000 W.
3. Aggiungere il brodo e il pepe bianco. Cuocere senza coperchio in modalità MICROONDE a 1000 W per 3 minuti. Rimuovere dal forno e aggiungere il cognac e la crème fraiche. Mescolare bene e regolare di sale prima di servire.

Salsa al Roquefort

Ingredienti

4 porzioni

50 g di formaggio Roquefort a pezzetti
200 ml di panna da cucina liquida
10 ml di farina di mais
15 ml di acqua fredda
sale e pepe

Contenitori: 1 ciotola media in Pyrex®

Accessori: nessuno

1. In una ciotola media in Pyrex® far sciogliere il Roquefort sulla base del forno a 600 W per 1 minuto e 30 secondi.
2. Aggiungere la panna e la farina di mais mescolate con 15ml d'acqua. Cuocere a 1000 W per 2 minuti e 30 secondi - 3 minuti, sbattendo vigorosamente a metà cottura. Regolare di sale e pepe. Questa salsa si accompagna perfettamente alle carni rosse.

Budino di riso

Ingredienti

4 porzioni

100 g di riso a grani tondi
1 litro di latte intero
80 g di zucchero extra-fine
1 pezzetto di cannella
1 baccello di vaniglia

Contenitori: 1 ciotola capiente in Pyrex®

Accessori: nessuno

1. Versare il riso, il latte e lo zucchero in una ciotola capiente in Pyrex®. Aggiungere la cannella e il baccello di vaniglia spaccato. Coprire.
2. Portare a ebollizione in modalità MICROONDE a 1000 W per 7-8 minuti sulla base del forno, facendo attenzione che il latte non fuoriesca.
3. Quindi cuocere in modalità MICROONDE a 300 W per 60 minuti. Rimuovere il bastoncino di cannella e il baccello di vaniglia.

Pan di Spagna al vapore con crema

Ingredienti

6-8 porzioni

250 g di burro più quello per ungere
250 g di zucchero extra-fine
4 uova sbattute
5 ml estratto di vaniglia
250 g di farina
5 ml di lievito in polvere
50 ml di latte intero
Crema
250 ml di latte intero
2 tuorli d'uovo
25 g di zucchero extra-fine
10 ml di farina di mais
qualche goccia di estratto di vaniglia

Contenitori: 1 ciotola media in Pyrex®
1 stampo da budino da 1,5 litri in Pyrex®

1 caraffa in Pyrex® da 1,5 litri

1 ciotola in Pyrex® da 1,5 litri

Accessori: Teglia Panacrunch quadrata
Riempire il serbatoio dell'acqua e rabboccare ogni 30 minuti di cottura.

1. In una ciotola media in Pyrex® preparare l'impasto del pan di Spagna montando il burro e lo zucchero fino a ottenere un composto chiaro e spumoso. Aggiungere le uova, una alla volta, mescolando bene tra l'uno e l'altro, quindi aggiungere l'estratto di vaniglia. Setacciare la farina e il lievito in una ciotola capiente in Pyrex® e aggiungerli all'impasto del pan di Spagna. Infine, aggiungere il latte mescolando. Riempire lo stampo per budino precedentemente unto con l'impasto del pan di Spagna.
2. Collocare lo stampo sulla teglia Panacrunch quadrata sul ripiano inferiore e cuocere in modalità VAPORE 1. Il pan di Spagna impiegherà circa 1 ore e 30 minuti - 2 ore per cuocere mentre il forno può essere impostato per cuocere al massimo per 30 minuti di tempo. Reimpostare l'ora e riempire il serbatoio dell'acqua ogni 30 minuti.
3. Per preparare la crema, portare a ebollizione il latte in una caraffa in Pyrex®. Dovrebbero essere necessari 2 minuti sulla base del forno in modalità MICROONDE a 1000 W.
4. In una ciotola media in Pyrex® sbattere i tuorli, lo zucchero, la farina di mais e l'estratto di vaniglia. Versare il latte bollente sul composto di uova e sbattere bene. Cuocere in modalità MICROONDE a 600 W per 1 minuti, sbattere, quindi cuocere un altro minuto o fino a ottenere la giusta consistenza. Servire sul pan di Spagna.

Crème caramel

Ingredienti

4 porzioni

500 ml di latte
1 baccello di vaniglia spaccato nel senso della lunghezza
4 uova sbattute
50 g di zucchero extra-fine
Caramello
50 g di zucchero extra-fine
15 ml d'acqua

Contenitori: 2 ciotoline in Pyrex®

1 ciotola in Pyrex® da 3 litri

4 pirottini, 1 teglia 26 x 18 cm

Accessori: Teglia Panacrunch quadrata

1. Mettere il latte e il baccello di vaniglia in una ciotolina in Pyrex® e cuocere in modalità MICROONDE a 1000 W per 5 minuti. Togliere dal microonde e lasciare in infusione per 5 minuti.
2. In una ciotola media in Pyrex® sbattere le uova e lo zucchero fino a ottenere un composto omogeneo. Eliminare il baccello di vaniglia e amalgamare con una frusta il latte nella miscela di uova e zucchero.
3. Preparare il caramello. Versare l'acqua e lo zucchero in una ciotolina in Pyrex® e cuocere in modalità MICROONDE a 1000 W per 2 minuti - 2 minuti e 30 secondi. OSSERVARE CONTINUAMENTE. Non appena diventa appena dorato, arrestare la cottura.
4. Versare il caramello in quattro pirottini. Ruotare gli stampi rapidamente in modo che il caramello aderisca alle pareti.
5. Preriscaldare in modalità FORNO a 150 °C.
6. Passare in un colino la crema e versarla negli stampi. Collocare gli stampi in una piccola teglia piena per metà di acqua bollente. Collocare la teglia sulla teglia Panacrunch quadrata sul ripiano inferiore e cuocere in modalità FORNO a 150 °C per 40 minuti.
7. Lasciar raffreddare in frigorifero prima di estrarre dagli stampi.

Cookie al cioccolato

Ingredienti

12 porzioni

100 g di burro
100 g di zucchero extra-fine
1 uovo sbattuto
175 g di farina
50 g di cioccolato bianco a pezzi
50 g di cioccolato fondente a pezzi

Contenitori: 1 ciotola capiente in Pyrex®

Accessori: Teglia Panacrunch quadrata

1. Preriscaldare il forno in modalità FORNO a 170 °C.
2. In una ciotola capiente in Pyrex® montare il burro e lo zucchero fino a ottenere un composto chiaro, quindi unire l'uovo e continuare a sbattere. Unire la farina e amalgamare completamente, quindi aggiungere il cioccolato.
3. Rivestire l'interno della teglia Panacrunch con carta da forno. Con un cucchiaino, distribuire 6 porzioni di pasta non più grandi di una noce sulla teglia Panacrunch quadrata, ben distanziate, e appiattirle leggermente con una forchetta. Collocare sulla teglia Panacrunch quadrata sul ripiano inferiore e cuocere in modalità FORNO a 170 °C per 15-20 minuti. Rimuovere i cookie dalla teglia Panacrunch quadrata e lasciar raffreddare su una griglia.
4. Ripetere la cottura con l'impasto rimasto.

Muffin con streusel

Ingredienti

Preparazione di 6

Streusel:

50 g di burro
75 g di farina
30 ml di zucchero semolato
15 ml di spezie miste in polvere

Muffin:

200 g di farina
2,5 ml di bicarbonato di sodio
10 ml di lievito
1 presa di sale
75 g di zucchero extra-fine
75 g di burro
200 ml di siero del latte
1 uovo medio sbattuto
100 g di frutti di bosco freschi

Contenitori: 2 ciotoline in Pyrex®

1 ciotola capiente in Pyrex®

1 teglia per muffin da 6 stampi

Accessori: Teglia Panacrunch quadrata

1. Preparare lo streusel facendo sciogliere il burro in una ciotolina in Pyrex® sulla base del forno in modalità MICROONDE a 1000 W per 10-20 secondi. Aggiungere gli ingredienti rimanenti per la guarnizione e amalgamarli fino a ottenere un impasto morbido. Riporre in frigorifero.
2. In una ciotola capiente in Pyrex® setacciare insieme la farina, il bicarbonato, il lievito e il sale. Aggiungere lo zucchero e mescolare. In una ciotolina in Pyrex® far sciogliere il burro per i muffin in modalità MICROONDE a 1000 W per 30 secondi - 1 minuto. Lasciar raffreddare leggermente, quindi aggiungere il siero del latte e l'uovo.
3. Mescolare delicatamente il composto del siero con quello della farina. Incorporare la frutta delicatamente.
4. Preriscaldare il forno in modalità FORNO a 170 °C.
5. Dividere il composto in 6 parti uguali nei pirottini di carta. Sbriciolare piccole dosi di streusel su ciascun muffin.
6. Collocare lo stampo per muffin sulla teglia Panacrunch quadrata e cuocere sul ripiano inferiore in modalità FORNO a 170 °C per 25-30 minuti o fino a quando i biscotti non sono dorati e ben lievitati.

Torta di mele

Ingredienti

6-8 porzioni

400 g di pasta brisée dolce
250 g composta di mele
2-3 mele, sbucciate, senza torsolo e tagliate a fette sottili
30 ml di marmellata di albicocche

Contenitori: 1 stampo per torte da 27 cm

1 ciotolina in Pyrex®

Accessori: Teglia Panacrunch quadrata

1. Preriscaldare il forno in modalità FORNO a 210 °C.
2. Rivestire l'interno dello stampo con la pasta. Versare la composta di mele e distribuire le mele a fette a forma di rosetta.
3. Collocare sulla teglia Panacrunch quadrata sul ripiano inferiore e cuocere in modalità FORNO a 210 °C per circa 35-40 minuti o fino a cottura ultimata. Rimuovere dallo stampo e lasciar raffreddare su una griglia.
4. Mescolare 3 cucchiaini di marmellata di albicocche e un cucchiaino d'acqua in una ciotola e cuocere in modalità MICROONDE a 1000 W per 1 minuto. Spennellare il composto sulla torta.

Clafoutis di ciliege

Ingredienti

6 porzioni

125 g di farina
4 uova medie sbattute
30 ml di zucchero extra-fine
1 presa di sale
600 ml di latte
500 g di ciliege in barattolo, sgocciolate
45 ml di brandy
15 ml di zucchero extra-fine per decorare

Contenitori: 1 pirofila media in Pyrex®

poco profonda

1 ciotola capiente

Accessori: Teglia Panacrunch quadrata

1. Preriscaldare il forno in modalità FORNO a 180 °C.
2. Setacciare la farina in una ciotola capiente. Fare un buco al centro e aggiungere le uova, lo zucchero e il sale. Mescolare tutti gli ingredienti insieme, assicurandosi che tutta la farina sia incorporata. Aggiungere il latte e sbattere fino a ottenere un composto uniforme.
3. Versare metà del composto nella pirofila in Pyrex®, distribuirvi sopra le ciliege, quindi versare il composto rimanente. Irrorare con il brandy.
4. Collocare la pirofila sulla teglia Panacrunch quadrata e cuocere in modalità FORNO a 180 °C sul ripiano inferiore per 40 minuti o finché la torta non è cotta e dorata. Cospargere di zucchero e servire ancora caldo.

Panini

Ingredienti

Circa 6-8 panini

450 g di farina forte per pane
1 bustina di lievito essiccato
5 ml di sale

15 g di burro o margarina
275 ml di acqua calda

Per il pane integrale:

utilizzare 225 g di farina integrale e
altrettanta di farina bianca forte

Per il pane di grano maltato:

utilizzare 450 g di farina maltata invece
della farina bianca

Contenitori: 1 ciotola capiente in
Pyrex®

Accessori: Teglia Panacrunch quadrata
Riempire il serbatoio dell'acqua

1. In una ciotola capiente in Pyrex® mescolare la farina, il lievito e il sale. Aggiungere il burro o la margarina. Aggiungere l'acqua calda e mescolare fino a ottenere un impasto. Trasferire su una superficie infarinata e impastare per 10 minuti.
2. Dividere l'impasto in 8 parti e formare dei panini. Disporre i panini sulla teglia Panacrunch quadrata rivestita di carta da forno.
3. Coprire con pellicola trasparente e lasciar lievitare fino a che l'impasto non raddoppia di volume oppure mettere in forno in modalità FORNO a 40 °C sul ripiano inferiore per 40 minuti.
4. Preriscaldare il forno in modalità FORNO a 200 °C. Spennellare i panini con uovo sbattuto e, se si desidera, cospargerli di semi. Collocare la teglia Panacrunch quadrata sul ripiano inferiore e cuocere in modalità FORNO a 200 °C per 25-30 minuti con uno EXTRA VAPORE di 3 minuti a 2/3 del tempo di cottura.

Pizza

Ingredienti

2-4 porzioni

2 cipolle tritate finemente
3 spicchi d'aglio schiacciati
15 ml di olio d'oliva
1 rotolo di pasta per pizza
100 g di passata
10 ml di origano
100 g di mozzarella grattugiata

Contenitori: 1 ciotola capiente in
Pyrex®

Accessori: Teglia Panacrunch quadrata
Riempire il serbatoio dell'acqua

1. Mettere le cipolle finemente affettate e l'aglio in una ciotola capiente in Pyrex® con l'olio di oliva. Cuocere sulla base del forno in modalità MICROONDE a 1000 W per 5 minuti. Lasciar raffreddare.
2. Rivestire l'interno della teglia Panacrunch con carta da forno. Con le mani, stendere la pasta sulla teglia Panacrunch quadrata senza alzare i bordi.
3. Cospargere di salsa, cipolle, origano e regolare di sale, coprendo tutto l'impasto.
4. Preriscaldare il forno in modalità FORNO a 220 °C e cuocere per 15-20 minuti.
5. Aggiungere il formaggio e continuare a cuocere in modalità FORNO a 220 °C per 8-10 minuti con uno EXTRA VAPORE iniziale di 3 minuti.

Focaccia

Ingredienti

1 focaccia

400 g di farina forte per pane
1 bustina di lievito essiccato
10 ml di sale
75 g di olio d'oliva
10 ml di sale marino grosso

Contenitori: 2 ciotole capienti in Pyrex®

1 stampo tondo da 25 cm

Accessori: Teglia Panacrunch quadrata
Riempire il serbatoio dell'acqua

1. In una ciotola capiente in Pyrex® mescolare la farina, il lievito e il sale. Poco alla volta, aggiungere l'olio d'oliva e 5-10 cucchiaini di acqua calda fino a ottenere un impasto morbido. Trasferire su una superficie infarinata e impastare per 10 minuti.
2. Trasferire in una ciotola capiente in Pyrex® precedentemente unta, coprire e lasciar lievitare al caldo finché l'impasto non è raddoppiato di volume o in FORNO a 40 °C. Riprendere l'impasto e impastarlo ancora per qualche minuto.
3. Stendere la pasta su uno stampo rotondo unto di 25 cm, coprire e lasciar lievitare al caldo o in modalità FORNO a 40 °C per circa 30 minuti.
4. Preriscaldare in modalità FORNO a 190 °C. Creare delle piccole fossette sull'impasto. Aggiungere dell'olio extra vergine di oliva e cospargere di sale marino grosso. Cuocere sulla teglia Panacrunch quadrata in modalità FORNO a 190 °C per 30 minuti con uno EXTRA VAPORE di 3 minuti a 2/3 della cottura. Rimuovere attentamente dallo stampo e lasciar raffreddare su una griglia.

Panini con pomodori secchi

Ingredienti

6 panini

250 g di farina bianca forte
1 bustina di lievito essiccato
5 ml di sale
25 g di pomodori secchi grossolanamente tritati
45 ml di olio d'oliva
75 ml di passata
75 ml di acqua calda
5 ml di olio d'oliva

Contenitori: 1 ciotola capiente in Pyrex®

Accessori: Teglia Panacrunch quadrata

1. In una ciotola capiente in Pyrex® mescolare la farina, il lievito e il sale e aggiungere i pomodori. Poco alla volta, aggiungere l'olio d'oliva, la passata e 3-5 cucchiaini di acqua calda fino a ottenere un impasto morbido. Trasferire su una superficie infarinata e impastare per 10 minuti.
2. Rivestire l'interno della teglia Panacrunch con carta da forno. Dividere l'impasto in 6 parti e disporlo sulla teglia Panacrunch quadrata. Lasciar lievitare in un ambiente caldo fino a che l'impasto non è raddoppiato di volume o in modalità FORNO a 40 °C per circa 40 minuti.
3. Preriscaldare in modalità FORNO a 220 °C. Cospargere con poco olio e sale marino grosso. Cuocere in modalità FORNO a 220 °C per 15-20 minuti o fino a doratura.

Linee guida

Preparare marmellate, confetture e chutney usando il forno microonde risulta molto più veloce e pulito che usare una pentola sul fornello. Uno dei vantaggi principali è costituito dal fatto che le marmellate possono essere preparate in quantità minori, utilizzando frutta fresca o congelata quando si vuole.

Dimensioni del piatto

Utilizzare sempre una ciotola capiente in vetro.

NON usare pentole o padelle nel microonde.

Copertura

Non coprire le marmellate durante la cottura.

Sterilizzazione di vasetti

Si può usare il forno a microonde per sterilizzare i vasetti per la marmellata.

Riempirli d'acqua fino a metà e scaldarli a 1000 W fino a quando l'acqua non bolle (circa 3 minuti per 2 vasetti). Svuotarli e farli scolare a testa in giù su carta da cucina.

Una volta riempiti di marmellata, i vasetti dovrebbero essere caldi.

Non utilizzare il forno a microonde per sterilizzare biberon.

Non sigillare vasetti per conserve nel forno a microonde.

Mescolamento

Tenere pronto un cucchiaino di legno per mescolare marmellate/conserve, ma NON lasciare il cucchiaino nel forno durante la cottura.

Solidificazione

Mettere un paio di gocce di marmellata o conserva su un piattino freddo (tenerne uno in frigo mentre si prepara la marmellata). Lasciar raffreddare. La marmellata dovrebbe incresparsi in superficie quando la si preme con un dito.

Marmellata di prugne

Ingredienti

Dosi per circa 1,5 kg

675 g di prugne o susine

200 ml d'acqua

675 g di zucchero per marmellate

30 ml di succo di limone

5 ml di burro

Contenitori: 1 ciotola in Pyrex® da 2 litri

Accessori: nessuno

1. Forare le prugne e metterle in una ciotola capiente in Pyrex® con l'acqua. Collocare sulla base del forno e cucinare in modalità MICROONDE a 600 W per 10 minuti o finché la frutta non è morbida.
2. Aggiungere il resto degli ingredienti e cuocere in modalità MICROONDE a 1000 W per 5 minuti mescolando di frequente. Rimuovere eventuali cristalli di zucchero dal bordo della ciotola e portare a bollore in modalità MICROONDE a 1000 W.
3. Continuare a cuocere in modalità MICROONDE a 1000 W fino a raggiungere il punto di solidificazione (circa 25-30 minuti).
4. Lasciar raffreddare leggermente, rimuovere i grumi, mettere in un vasetto, sigillare ed etichettare.

Marmellata di frutti di bosco

Ingredienti

2 vasetti

450 g di frutti di bosco lavati
250 g di zucchero per marmellate
200 g di zucchero semolato
2,5 ml di succo di limone
5 ml di burro

Contenitori: 1 ciotola in Pyrex® da 2 litri **Accessori:** nessuno

1. Mettere tutti gli ingredienti in una ciotola capiente in Pyrex®. Collocare sulla base del forno e cuocere in modalità MICROONDE a 1000 W per 5 minuti. (10-15 minuti se si usa frutta congelata). Mescolare di tanto in tanto. Continuare a cuocere finché lo zucchero non si è sciolto. Rimuovere eventuali cristalli di zucchero dal bordo della ciotola.
2. Portare il composto a ebollizione in modalità MICROONDE a 1000 W. Continuare a cuocere finché non si raggiunge il punto di solidificazione (circa 15-20 minuti).
3. Lasciar raffreddare leggermente, mescolare, mettere in un vasetto, sigillare ed etichettare.

Crema al limone

Ingredienti

2 vasetti

4 limoni non trattati, scorza e succo
400 g di zucchero semolato
4 uova medie sbattute
100 g di burro

Contenitori: 1 ciotola capiente in Pyrex® **Accessori:** nessuno

1. Mettere tutti gli ingredienti in una ciotola capiente in Pyrex® e mescolare bene. Collocare sulla base del forno e cuocere in modalità MICROONDE a 1000 W per 5-6 minuti, inizialmente mescolando ogni minuto e poi ogni 30 secondi quando la miscela inizia ad addensarsi. Quando la miscela si attacca al retro del cucchiaino, interrompere la cottura al fine di evitare che le uova si cuociano troppo. La miscela continuerà ad addensarsi mentre si raffredda.
2. Riempire i vasetti mentre la crema è ancora calda, chiuderli e capovolgerli. Tenere la crema di limone in frigo.