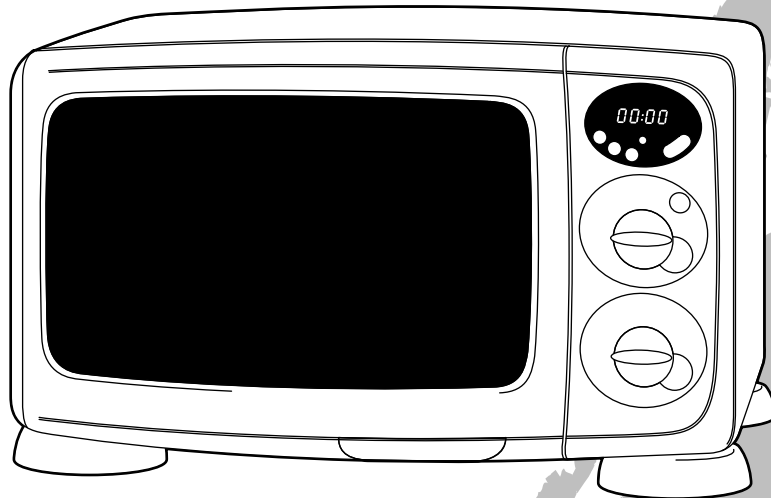
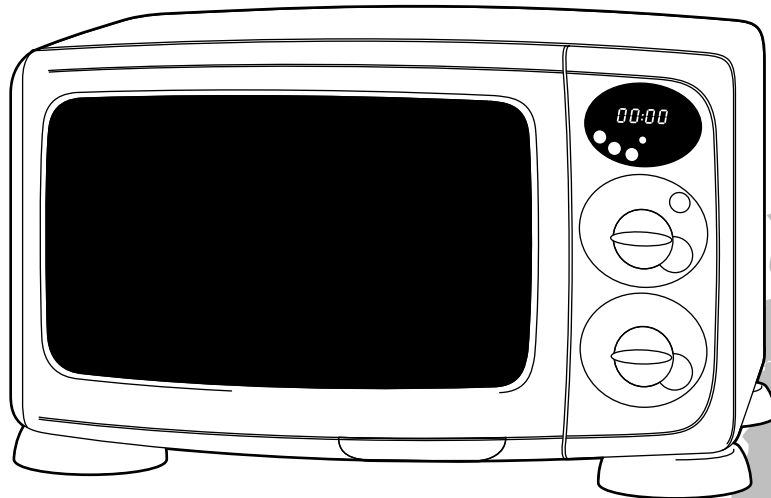
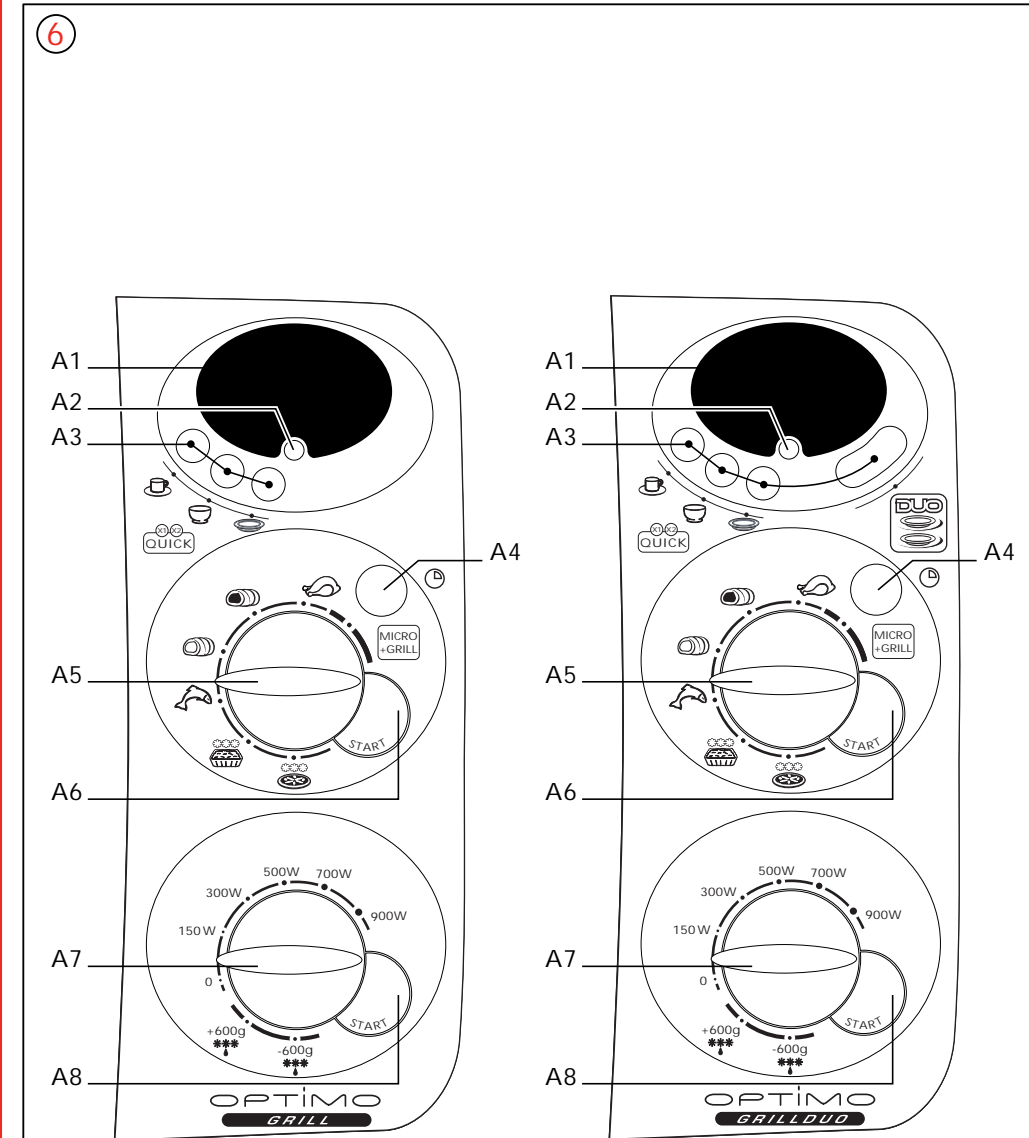
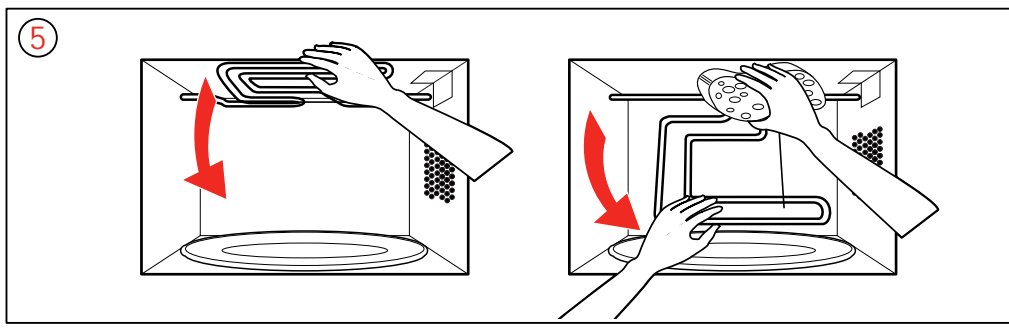
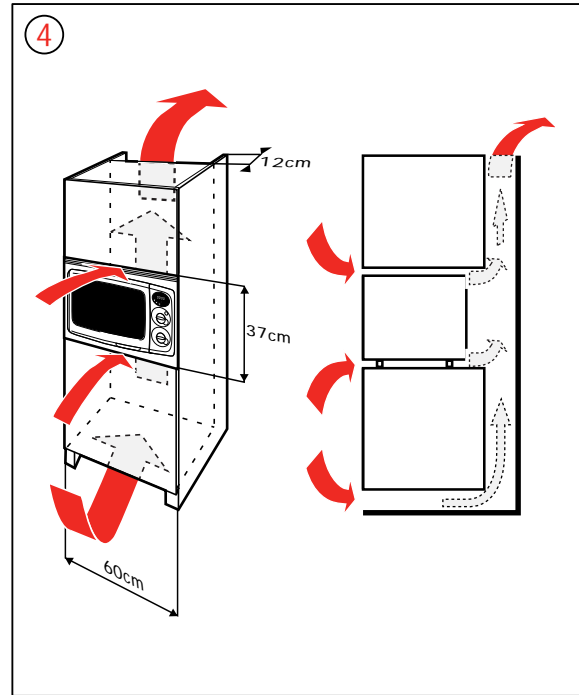
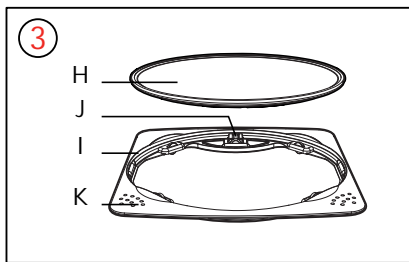
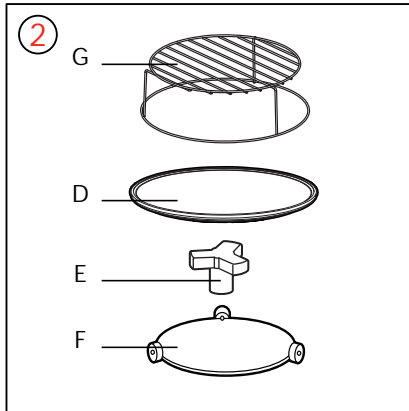
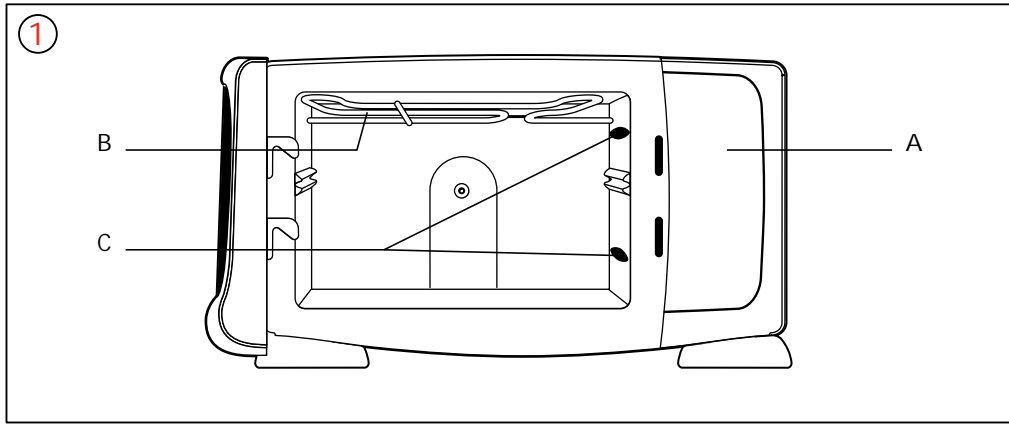


Moulinex



www.moulinex.com



OPTIMO

Nous vous remercions d'avoir choisi un appareil de la gamme **Moulinex** qui est exclusivement prévu pour le réchauffage, la cuisson et la décongélation des aliments.

Sommaire

Description	page 6
Installation	page 6
Conseils de sécurité	page 7
Avant la première utilisation	page 8
Les fonctions de l'appareil	page 9
1. Fonctions automatiques	page 9
2. Fonctions manuelles	page 11
3. Fonctions complémentaires	page 12
Conseils pratiques	page 13
Nettoyage	page 13
Entretien	page 14
Si votre appareil ne fonctionne pas, que faire ?	page 14
Consignes d'élimination des déchets	page 15
Données pour les essais de performance	page 15

Description

Familiarisez-vous avec les différentes parties et accessoires de votre appareil et assurez-vous par précaution (bien que tous nos appareils soient contrôlés tout au long de leur fabrication) qu'il ne présente aucun indice de détérioration tant à l'intérieur qu'à l'extérieur (porte voilée, charnières de porte déformées, etc.). Si vous constatez une anomalie, ne le faites pas fonctionner et faites le vérifier par un centre service agréé Moulinex (voir liste dans le livret «Moulinex service»).

- ① **1/ L'appareil**
- A** Tableau de bord
 - B** Résistance de gril basculante
 - C** Sorties des micro-ondes
- ② **2/ Le tableau de bord**
- A1** Afficheur
 - A2** Touche d'accès au mode horloge et annulation
 - A3** Touches réchauffage
 - A4** Bouton de programmation du temps de cuisson et réglage de l'heure
 - A5** Sélecteur d'aliment et de la fonction «MICRO+GRILL»
 - A6** Touche démarrage cuisson automatique et «MICRO+GRILL»

- A7** Sélecteur de puissance micro-ondes et de la fonction décongélation automatique (+ 600 g, - 600 g)
- A8** Touche de démarrage décongélation automatique et «MICRO»

3/ Accessoires

Modèle Optimo Grill

- ② **D** Plateau en verre
- E** Entraîneur
- F** Couronne
- G** Grille ronde

Modèle Optimo Grill Duo

En position basse :

- ② **D** Plateau en verre
- E** Entraîneur
- F** Couronne

En position haute :

- ③ **H** Plateau en verre
- I** Support du plateau
- J** Broche d'entraînement
- K** Zones de préhension

Installation

1/ Branchement

- Vous devez tout d'abord vérifier que la tension d'alimentation de votre appareil correspond bien à celle de votre installation électrique.
- Pour vous aider, l'étiquette signalétique collée à l'arrière de votre appareil indique sa tension nominale : ex: 220-230V (page d'utilisation)
- Vous devez ensuite vous assurer que l'ampérage indiqué sur votre compteur électrique et sur votre disjoncteur est de 13 Am-pères au minimum.

Pour la Suisse, le Danemark et la Scandinavie, l'appareil est spécialement adapté aux contraintes du réseau 10 Ampères.

- Vous devez enfin pour une bonne sécurité, impérativement brancher votre appareil sur une prise de courant possédant une fiche de terre correspondant aux normes électriques. L'appareil doit être placé de telle façon que la prise soit accessible à tout moment pour le débrancher facilement . Vérifiez également que vous pouvez accéder à tout moment à votre disjoncteur.

Toute erreur de branchement annule la garantie.

2/ Mise en place

- Veillez à ne pas obstruer les orifices d'aération de l'appareil et à ne pas y faire pénétrer de liquide.

- Installez-le suffisamment loin de toute source de chaleur car votre appareil est conçu et testé pour une utilisation à température ambiante de 35°C au maximum.

Vous pouvez selon l'agencement de votre cuisine soit :

- **le poser sur un plan de travail.** Vérifiez sa stabilité. La hauteur, entre le haut de votre micro-ondes et le bas de l'élément pouvant se trouver au-dessus, est de 11 cm minimum.

- **l'installer dans une niche.** Le bas de la niche doit être au minimum à 85 cm du sol. Votre appareil doit avoir un espace minimum de 11 cm sur le dessus et 12 cm à l'arrière afin de permettre l'évacuation de la chaleur, centrez-le dans son logement pour qu'il ne touche pas les parois.

④ - **l'intégrer dans une colonne de cuisson de 60 cm de cotés.** Le bas de votre appareil doit être au minimum à 85 cm du sol. Votre meuble doit être équipé d'un espace ventilé d'une section égale à 650 cm². Veillez à ce qu'aucune séparation ne se trouve entre votre micro-ondes et l'espace ventilé.

Par ailleurs la distance entre le four et le mur doit être d'au moins 12 cm.

La hauteur de la niche doit être de 37 cm.

Si un four traditionnel est installé dans le même meuble, votre four à micro-ondes devra obligatoirement être placé en dessous.

Conseils de sécurité

1. Votre appareil d'usage domestique est exclusivement destiné à la cuisson, au réchauffage, ou à la décongélation des aliments ou des boissons.

2. Ne laissez les enfants utiliser le four sans surveillance que si des instructions appropriées ont été données afin que l'enfant puisse utiliser le four de façon sûre et comprenne les dangers d'un usage incorrect. Il est préférable de ne laisser les enfants utiliser ce four que sous la surveillance et la responsabilité des parents. Attention aux risques de brûlures : voir notamment paragraphes 4 -9 et 10 ci-dessous.

3. Avant utilisation, vous devez vérifier que les ustensiles sont appropriés à l'usage dans un four à micro-ondes.

4. Evitez de toucher les surfaces qui ont pu s'échauffer lors de son fonctionnement : la porte, la résistance de gril, les parois de la cavité. Utilisez des gants isolants pour sortir

le récipient du four et les accessoires afin d'éviter toute brûlure.

5. Ne faites pas fonctionner votre micro-ondes à vide. Il doit contenir une préparation. Dans le cas contraire, vous risquez de le détériorer et de réduire ainsi sa durée de vie.

6. Votre appareil a une puissance micro-ondes de 900 W. (800 W pour la Suisse et les pays Scandinaves)

Il vous permet de décongeler, réchauffer et cuire les aliments beaucoup plus rapidement qu'avec des moyens de cuisson traditionnels. Pour déterminer les temps de cuisson correspondant à vos préparations, suivez les conseils portés sur les emballages des plats préparés et des produits surgelés : pizzas, tartes, crêpes, croque-monsieur, plats cuisinés, feuilletés, petits fours, etc.

En l'absence d'indications précises sur le temps à programmer, choisissez toujours un temps court que vous prolongerez éventuellement. Divisez au moins par trois les temps de cuisson ou de réchauffage que vous connaissez pour un four traditionnel.

Ne programmez pas plus que la durée nécessaire. Vous éviterez ainsi les risques d'inflammation des aliments. Il est conseillé de rester à proximité de l'appareil pendant son utilisation.

7. La porte doit se refermer librement

N'intercalez pas d'objets entre la porte et la façade (torchons, gants de cuisson, plat trop grand, etc.). Ne placez pas le support du plateau (I) en position basse.

Si la porte n'est pas fermée correctement, une sécurité de verrouillage rend la mise en marche impossible.

8. N'utilisez pas le micro-ondes pour :

- Frire car il n'est pas possible de contrôler la température de l'huile ou de la matière grasse (risque d'inflammation spontanée de l'huile).

- Cuire ou réchauffer des oeufs en coquille, des oeufs durs avec ou sans coquille ou des escargots à la bourguignonne, ils pourraient éclater.

- Réchauffer des récipients hermétiquement clos: des biberons, bocaux, bouteilles. Pensez à les ouvrir.

- Cuire des aliments avec une coque (châtaignes), pensez à faire une entaille.

9. Température des aliments : biberons, petits pots, etc.

- **Avant réchauffage, ôtez les tétines des biberons et les couvercles des petits pots.**

- Grâce aux propriétés de la cuisson micro-ondes, seuls les aliments chauffent. Ainsi, le récipient peut être froid ou tiède bien que l'aliment qu'il contient soit brûlant.
- Pour éviter les risques de brûlures, remuez toujours avant de servir et vérifiez soigneusement la température ; en particulier pour les aliments destinés aux enfants : petits pots, biberons...
- Secouez bien les biberons et versez quelques gouttes de liquide sur le dos de votre main.

Les liquides ou autres aliments ne doivent pas être chauffés dans des récipients hermétiques car ils risquent d'exploser.

10. Réchauffage des liquides.

Lors du réchauffage de liquides, il est possible qu'un débordement se produise subitement au moment où vous prenez le récipient pour le sortir de l'appareil. En fait le degré d'ébullition est atteint, mais les bulles sont emprisonnées au fond du récipient jusqu'au moment où vous le bougez. Il y a risque de brûlure. Pour éviter ce phénomène physique mettez toujours une cuillère en plastique dans le récipient à chauffer.

11. Récipients jetables

Ne laissez pas l'appareil fonctionner sans surveillance lorsque de la nourriture est chauffée ou cuite dans des récipients jetables en matière plastique, papier ou autre matériau combustible.

12. Si vous constatez l'apparition de fumée, gardez la porte du micro-ondes fermée, débranchez votre appareil (coupez ou déconnectez-le de l'alimentation électrique).

13. Avec le gril n'utilisez pas de vaisselle en matière plastique : elle fond.

- Eloignez d'au moins 2 cm les aliments de la résistance chauffante.

En cours de cuisson, avec des viandes grasses, les projections de graisse sur la résistance de voûte peuvent s'enflammer. Elles s'éteindront d'elles-mêmes et n'auront aucune conséquence si votre appareil est entretenu régulièrement.

- Pour éviter les projections de graisse lors des cuissons de viandes ou de volailles, utilisez des plats en terre émaillée.

Avant la première utilisation

- Déballez les accessoires puis lavez-les et essuyez-les.

1. En position basse

- Placez l'entraîneur (E), puis la couronne (F) et ensuite le plateau en verre (D).

2. En position haute

- Insérez le plateau en verre (H) sur son support (I) puis faites glisser l'ensemble sur les glissières situées dans la cavité de votre four. La broche d'entraînement (J) doit être dirigée vers le fond de la cavité.

- Utilisez les zones de préhension (K) pour manipuler l'ensemble.

Il est recommandé de ne pas laisser le support du plateau (I) dans la cavité s'il n'est pas utilisé.

Attention : Assurez-vous que la broche d'entraînement (J) est bien engagée : la rotation du plateau en verre doit présenter une légère résistance. Dans le cas contraire, poussez le support du plateau (I) à fond dans la cavité.

3. La grille ronde (G)

Elle se pose sur le plateau en verre (D) pour assurer la cuisson de certains aliments.

Elle ne doit en aucun cas être posée directement dans la cavité.

4. La mise à l'heure de l'horloge

La porte du four doit être fermée pour tout réglage de l'horloge.

Attention ! Si la porte du four est ouverte vous risquez d'actionner la sécurité enfants (voir « Fonctions complémentaires »).

A la mise sous tension de l'appareil ou après une coupure prolongée de l'alimentation électrique, l'horloge clignote et indique « 12 : 00 ».

Procédez comme suit:

- Appuyez sur la touche d'accès à la mise à l'heure (A2) : les deux chiffres des heures clignotent.

- Affichez l'heure à l'aide du bouton rotatif (A4) en le tournant dans le sens des aiguilles d'une montre pour augmenter, ou dans le sens inverse pour diminuer.

- Appuyez de nouveau sur la touche (A2) : l'heure est désormais programmée et les deux chiffres des minutes clignotent.

- Affichez les minutes à l'aide du bouton rotatif (A4) en procédant comme pour les heures.

- Appuyez une dernière fois sur la touche (A2), les 2 points «:» clignotent, l'horloge est réglée.

- En cas d'erreur, recommencez la manipulation.

5. Pour éliminer «l'odeur de neuf» de votre appareil :

- Mettez un récipient en verre rempli d'un litre d'eau sur le plateau en verre **(D)** et sélectionnez :
- . le temps avec le bouton rotatif **(A4)** : 15 minutes.
- . la fonction « MICRO+GRILL » avec le sélecteur **(A5)**.
- . la puissance «0» avec le sélecteur **(A7)**.
- Appuyez ensuite sur la touche de démarrage **(A6)**.

Un léger dégagement de fumée pendant le fonctionnement est possible et tout à fait normal.

Les fonctions de votre appareil

Votre nouveau four à micro-ondes vous garantit un résultat culinaire de grande qualité grâce à des fonctions automatiques faciles à programmer.

On peut distinguer 3 grandes familles de fonctions :

- Les fonctions automatiques :

- . Programmes de réchauffage «QUICK»
- . Programmes de décongélation
- . Programmes de cuisson

Pour chacun de ces programmes votre four adaptera au mieux ses cycles de fonctionnement.

- Les fonctions manuelles :

- . Fonction micro-ondes
- . Fonction grill
- . Fonction micro-ondes et grill simultanés
- . Cuisine diététique

- Les fonctions complémentaires :

- . Fonction «Sécurité enfants»
- . Fonction «Maintien au chaud automatique»

1) LES FONCTIONS AUTOMATIQUES

. PROGRAMMES DE RÉCHAUFFAGE «QUICK»

Votre appareil dispose de mémoires pré programmées :



pour réchauffer une tasse (10 cl)



pour réchauffer un bol (30 cl)



pour réchauffer une assiette (300 g)



pour réchauffer deux assiettes (2 x 300 g) (position basse et haute)

Pour chacune des 4 touches, il est possible de moduler la température en fonction de votre goût :

- 1 appui : Chaud
- 2 appuis successifs : Très chaud

Procédez comme suit :

- Placez l'aliment dans le micro-ondes sur le plateau en verre **(D)** en position basse. Ne laissez pas le support **(I)** et le plateau en verre **(H)** dans la cavité.
- Fermez la porte.
- Appuyez sur l'une des touche **(A3)**, le nombre de fois correspondant à la température souhaitée : chaud ou très chaud.

L'appareil démarre, l'afficheur indique la durée du réchauffage. Lorsque l'afficheur arrive à «0», le signal sonore retentit et l'appareil s'éteint. L'afficheur reste sur «0» fixe.

- Retirez la préparation et refermez la porte. L'afficheur indique de nouveau l'heure. Votre four est prêt pour une nouvelle programmation.

Remarques

- **Si vous ouvrez la porte en cours de fonctionnement**, celui-ci est immédiatement stoppé; l'afficheur revient en mode horloge. L'appareil est prêt pour une nouvelle programmation.
- **Pendant le fonctionnement**, vous pouvez augmenter le temps jusqu'à 10 minutes avec le bouton **(A4)**.
- **Avant d'utiliser les programmes automatiques pour des aliments destinés aux jeunes enfants (biberons, petits pots, etc.),** assurez-vous que le temps pré-programmé est adapté à votre préparation.

. PROGRAMMES DE DÉCONGÉLATION

Votre appareil dispose de 2 programmes qui sont fonction du poids de votre aliment :

-600g +600g
*** ***
● ●

Ces 2 programmes assurent une décongélation rapide et optimale.

Procédez comme suit :

- Placez l'aliment à l'intérieur du micro-onde sur le plateau en verre **(D)** en position basse (ne laissez pas le support **(I)** et le plateau en verre **(H)** dans la cavité).
- Fermez la porte.
- Sélectionnez le programme de décongélation à l'aide du sélecteur **(A7)** (+ ou - 600 g).
- Réglez le temps de fonctionnement avec le bouton rotatif **(A4)**.

- Appuyez sur la touche de démarrage **(A8)**. Votre four démarre. Videz l'eau et le sang provenant de la décongélation (exsudats) à mi décongélation car ils peuvent provoquer un échauffement autour de l'aliment.

Lorsque l'afficheur arrive à «0», le signal sonore retentit et votre four s'arrête, l'afficheur reste sur «0» fixe.

- Ouvrez la porte.

- Retirez l'aliment et refermez la porte.

L'afficheur indique de nouveau l'heure, votre four est prêt pour une nouvelle programmation.

Remarques :

Toute action sur le sélecteur **(A7)** en cours de fonctionnement arrête l'appareil.

- Pour continuer, replacez le sélecteur **(A7)** sur la position initiale puis appuyez sur la touche **(A8)**.

- Pour volontairement arrêter une décongélation en cours : ouvrez la porte, l'appareil s'arrête puis appuyez sur la touche **(A2)**. L'afficheur indique de nouveau l'heure, votre appareil est prêt pour une nouvelle programmation.

. PROGRAMMES DE CUISSON

Votre appareil possède 6 programmes de cuisson automatique en fonction du type d'aliment. Ils ajustent en cours de fonctionnement les niveaux d'énergie Micro-ondes et Grill à leur plus juste valeur pour respecter la texture de l'aliment et vous permettent de cuire, rôti et gratiner.

6 familles d'aliments sont au choix :



Les volailles



Les viandes rouges



Les viandes blanches



Les poissons



Les plats cuisinés surgelés



Les pizzas surgelées

. pour des quantités au-delà de 800 g, utilisez en position basse le plateau en verre **(D)**,

. pour des quantités inférieures ou égales à 800 g, utilisez en position haute le plateau en verre **(H)** et son support **(I)** ou la grille ronde **(G)**.

En position basse, ne laissez pas le plateau en verre **(H)** et son support **(I)** dans votre micro-ondes.

Procédez comme suit :

- Placez votre préparation dans le micro-ondes.

- Fermez la porte.

- Choisissez le programme correspondant à l'une des 6 familles d'aliment avec le sélecteur **(A5)**.

- Réglez le temps de fonctionnement avec le bouton rotatif **(A4)**.

- Pressez la touche de démarrage de l'appareil **(A6)**. L'afficheur décompte le temps de cuisson.

En cours de cuisson, un signal sonore retentit pour prévenir de retourner l'aliment afin qu'il soit bien doré dessus et dessous (sauf programmes «Plats cuisinés surgelés» et «Pizzas surgelées»).

- Refermez la porte.

- Appuyez sur la touche **(A6)** pour continuer la cuisson ; l'afficheur indique le temps restant.

Lorsque la cuisson est terminée, un signal sonore retentit et l'appareil bascule automatiquement en mode **maintien au chaud** pendant 10 minutes dans l'attente de l'ouverture (sauf position «Poissons» et position «Pizzas surgelées»).

L'afficheur indique alors un «0» clignotant.

Au bout de 10 minutes l'appareil s'arrête. L'afficheur indique un «0» fixe.

- Sortez l'aliment puis refermez la porte.

L'afficheur revient en mode horloge, votre four est prêt pour une nouvelle programmation.

Remarques:

- Vous pouvez surveiller l'avancement de la cuisson en cours de cycle en ouvrant la porte ; votre four s'arrête alors immédiatement.

. pour redémarrer la cuisson, refermez la porte et appuyez sur la touche **(A6)**.

- Si en fin de cuisson, après avoir ouvert la porte et sorti votre plat, vous souhaitez relancer un complément de cuisson :

. remettez votre préparation au four, refermez la porte, programmez un temps de cuisson avec le bouton rotatif **(A4)** puis appuyez sur la touche de démarrage **(A6)**.

Votre four redémarre pour un complément de cuisson.

- En cours de cuisson, toute action sur le sélecteur **(A5)** provoque l'arrêt de votre four :

- . pour terminer la cuisson, remplacez le sélecteur **(A5)** sur sa position initiale et appuyez sur la touche **(A6)**.
- Pour volontairement arrêter une cuisson en cours : ouvrez la porte, l'appareil s'arrête ; puis appuyez sur la touche d'annulation **(A2)**.

L'afficheur indique de nouveau l'heure. Votre appareil est prêt pour une nouvelle programmation.

2) LES FONCTIONS MANUELLES

Remarques:

En cours de fonctionnement, vous pouvez à tout moment :

- . diminuer ou augmenter le temps, avec le bouton rotatif **(A4)**,
- . diminuer ou augmenter la puissance micro-ondes en actionnant le sélecteur **(A7)**.

. FONCTION MICRO-ONDES «MICRO»

- Placez votre préparation à l'intérieur du micro-ondes sur le plateau en verre **(D)** en position basse ou sur les 2 niveaux pour 2 assiettes.
- Fermez la porte de votre four.
- Sélectionnez la puissance micro-ondes désirée avec le sélecteur **(A7)** :

900 W	Cuissons et réchauffage rapides
700 W	Cuisson lente ou réchauffage de plats délicats
500 W	Décongélation rapide de petites quantités
300 W	Décongélation et cuisson de plats délicats
150 W	Maintien au chaud
0	Pas d'énergie micro-ondes dans la cavité

Nota : Pour la Suisse et les Pays Scandinaves, la puissance maximum de l'appareil est de 800 W.

- Réglez le temps à l'aide du bouton rotatif **(A4)** (60 min maximum).
- Appuyez sur la touche de démarrage **(A8)**. L'afficheur décompte le temps.

Lorsque le temps est écoulé, un signal sonore retentit.

- Sortez votre aliment et refermez la porte. Si vous ne sortez pas votre aliment, votre four à micro-ondes bascule automatiquement en mode **maintien au chaud** pendant une durée de 10 minutes maximum, dans l'attente de l'ouverture de la porte. Pendant ce temps, l'afficheur indique un «0» clignotant.

Au bout de 10 minutes, l'appareil s'arrête tout seul ; l'afficheur indique un «0» fixe.

- Sortez votre aliment et refermez la porte. L'afficheur indique de nouveau l'heure et votre four est prêt pour une nouvelle programmation.

. FONCTION « GRILL »

- . **pour des quantités au-delà de 800 g**, utilisez en position basse le plateau en verre **(D)**.

- . **pour des quantités inférieures ou égales à 800 g**, utilisez en position haute le plateau en verre **(H)** et son support **(I)** ou la grille ronde **(G)**

En position basse, ne laissez pas le plateau en verre **(H)** et son support **(I)** dans votre micro-ondes.

Procédez comme suit:

- Placez votre préparation dans le micro-ondes.
- Fermez la porte.
- Sélectionnez la fonction «MICRO+GRILL» à l'aide du sélecteur **(A5)**.
- Positionnez le sélecteur micro-ondes **(A7)** sur la position «0».
- Réglez le temps à l'aide du bouton rotatif **(A4)** (limité à 30 min).
- Appuyez sur la touche de démarrage **(A6)**. L'afficheur décompte le temps.

Lorsque le temps est écoulé, votre micro-ondes s'arrête : l'afficheur indique un «0» fixe.

- Sortez votre aliment et refermez la porte. L'afficheur indique de nouveau l'heure et votre four est prêt pour une nouvelle programmation.

. FONCTION MICRO-ONDES ET GRILL SIMULTANÉ « MICRO+GRILL »

- . **pour des quantités au-delà de 800 g**, utilisez en position basse le plateau en verre **(D)**,

- . **pour des quantités inférieures ou égales à 800 g**, utilisez en position haute le plateau en verre **(H)** et son support **(I)** ou la grille ronde **(G)**.

En position basse, ne laissez pas le plateau en verre **(H)** et son support **(I)** dans votre micro-ondes.

Procédez comme suit:

- Placez votre préparation dans le micro-ondes.
- Fermez la porte.
- Sélectionnez la fonction «MICRO+GRILL» à l'aide du sélecteur **(A5)**.

- Sélectionnez la puissance micro-ondes désirée avec le sélecteur **(A7)**.
- Réglez le temps à l'aide du bouton rotatif **(A4)** (limité à 30 min).
- Appuyez sur la touche de démarrage **(A6)**. L'afficheur décompte le temps.

Lorsque le temps est écoulé, un signal sonore retentit.

- Sortez votre aliment.

Si vous ne sortez pas votre aliment, votre four à micro-ondes bascule automatiquement en mode **maintien au chaud**, pendant une durée de 10 minutes maximum, dans l'attente de l'ouverture de la porte. Pendant ce temps, l'afficheur indique un «0» clignotant.

Au bout de 10 minutes, l'appareil s'arrête tout seul ; l'afficheur indique un «0» fixe.

- Sortez votre aliment et refermez la porte. L'afficheur indique de nouveau l'heure et votre four est prêt pour une nouvelle programmation.

Remarques:

- Si le sélecteur de puissance **(A7)** est positionné au démarrage sur la fonction décongélation, votre four émettra un signal sonore et ne démarrera pas.
- Si vous placez votre sélecteur **(A7)** en cours de fonctionnement sur la fonction décongélation, votre four s'arrêtera.

. CUISSON DIÉTÉTIQUE SUR 2 NIVEAUX (OPTIMO GRILL DUO UNIQUEMENT)

En fonction manuelle (Micro ou Micro+Grill), vous pouvez cuire sur les deux niveaux des repas complets : poisson ou volaille + légumes. Pour un résultat optimal, nous vous conseillons de suivre les indications de poids et de temps indiqués ci-dessous.

. Poissons (truites, darnes de saumon, etc.) + légumes (pommes de terre, poireaux, carottes, etc.)

- Mettez le poisson en position haute et les légumes couverts d'un film en position basse.
- Ajoutez 3 à 5 cuillères à soupe d'eau sur les légumes selon la quantité.
- Sélectionnez la puissance maximum avec le sélecteur **(A7)**.
- Réglez le temps de cuisson à l'aide du bouton rotatif **(A4)**.
- Démarrez la cuisson avec la touche **(A8)**.
- Retournez le poisson et remuez les légumes au changement de face.

	pour 2 personnes	pour 3 personnes	pour 4 personnes
Poissons Position haute	450 g	675 g	900 g
Légumes Position basse	250 g	375 g	500 g
Temps 1 ^{ère} face	5 min	7 min	9 min
Temps 2 ^{ème} face	8 min	13 min	16 min
Temps total	13 min	20 min	25 min

. Volailles (cuisses de poulet, de canard, etc.) + légumes (pommes de terre, poireaux, carottes, etc.)

- Mettez les morceaux de volaille en position haute.
- Mettez les légumes couverts d'un film en position basse.
- Ajoutez 3 à 5 cuillères à soupe d'eau sur les légumes selon la quantité.
- Sélectionnez la fonction « Micro+Grill » à l'aide du sélecteur **(A5)**.
- Sélectionnez la puissance maximum avec le sélecteur **(A7)**.
- Réglez le temps de cuisson à l'aide du bouton rotatif **(A4)**.
- Démarrez la cuisson avec la touche **(A6)**.
- Retournez les morceaux de volaille et remuez les légumes au changement de face.

	pour 2 personnes	pour 3 personnes	pour 4 personnes
Morceaux de volaille Position haute	450 g	675 g	900 g
Légumes Position basse	250 g	375 g	500 g
Temps 1 ^{ère} face	7 min 30	12 min	15 min
Temps 2 ^{ème} face	3 min 30	6 min	8 min
Temps total	11 min	18 min	23 min

3) LES FONCTIONS COMPLÉMENTAIRES

. FONCTION «SÉCURITÉ ENFANTS»

Votre appareil est doté d'un système de verrouillage simple des commandes situées sur le tableau de bord qui interdit tout démarrage intempestif.

Ce mode n'est accessible que lorsque votre four est au repos (= affichage de l'heure dans l'afficheur).

Procédez comme suit :

Pour verrouiller :

- Ouvrez la porte (le verrouillage/déverrouillage n'est accessible que porte ouverte pour un maximum de sécurité).
- Appuyez deux fois sur la touche **(A2)** dans un délai inférieur à 1 seconde.

Un signal sonore retentit pour confirmer l'enregistrement de l'opération, si celui-ci ne retentit pas, recommencez l'opération.

- Fermez la porte : la sécurité enfants est activée, toute action de démarrage génère un signal sonore.

Pour déverrouiller :

- Procédez de la même façon que pour le verrouillage.

Remarque :

Une coupure de courant déverrouille la fonction «Sécurité enfants».

. FONCTION «MAINTIEN AU CHAUD AUTOMATIQUE»

Cette fonction est fort utile pour maintenir quelques minutes un plat au chaud en fin de cuisson.

Elle s'active automatiquement pour une durée maximale de 10 minutes :

- En fin de cuisson automatique sauf «Poissons» et «Pizzas surgelées».
- En fin de cuisson manuelle «MICRO».
- En fin de cuisson manuelle «MICRO + GRILL».

La fonction s'arrête dès l'ouverture de la porte. Il est possible d'activer manuellement le maintien au chaud :

- Placez votre préparation sur le plateau en verre en position basse.
- Affichez 5 secondes avec le bouton **(A4)**.
- Sélectionnez la puissance 900 W avec le sélecteur **(A7)**.
- Appuyez sur la touche **(A8)**.

La fonction «maintien au chaud» démarre après le signal sonore pour 10 minutes.

Conseils pratiques

1. Utilisez des récipients appropriés à la cuisson micro-ondes. Pour vérifier la «transparence» d'un récipient aux micro-ondes, il existe un test facile à réaliser :

- Placez le récipient vide dans votre appareil sur le plateau en verre en position basse, avec un verre rempli d'eau.
- Sélectionnez la puissance maximale avec le sélecteur **(A7)** et programmez 1 minute.

- Appuyez sur la touche **(A8)**.

Si après ce temps, le récipient demeure froid, c'est qu'il est «transparent» et peut être utilisé au micro-ondes. Au contraire, s'il est chaud, il est «absorbant» : il ne faut pas l'utiliser pour ce type de cuisson.

2. Le plateau en verre (D) doit toujours être en place

Il permet une cuisson homogène de l'aliment. Si vous voulez supprimer sa rotation pour utiliser de grands récipients et exploiter toute la surface de la sole, il vous suffit d'enlever l'entraîneur **(E)** et de reposer le plateau verre sur la couronne **(F)**. Nous vous conseillons alors de faire pivoter la préparation à mi cuisson ou de remuer avant de servir.

3. Barquettes et objets métalliques

Il est conseillé d'éviter la présence de métal dans l'enceinte de votre micro-ondes (fourchettes, cuillères, attaches métalliques d'emballages plastiques de plats surgelés).

Néanmoins, vous pouvez utiliser votre appareil pour réchauffer ou décongeler certaines préparations en barquettes métalliques. Pour cela :

- Suivez les instructions indiquées sur l'emballage concernant le couvercle. Selon le cas, il faut le retirer ou le laisser en place. S'il n'y a pas d'indication, retirez-le par précaution.
- Centrez la ou les barquettes sur le plat en verre, à 1 cm au moins des parois de la cavité. S'il y en a plusieurs, espacez-les entre elles d'au moins 2 cm.
- Sur la grille ronde **(G)**, intercalez une assiette entre la barquette et la grille.

4. Grille ronde (G)

- Retirez la grille en fonction «MICRO» afin de faciliter la circulation des ondes.
- Si vous faites des grillades sur la grille, placez une assiette sur le plateau afin de récupérer les graisses.

5. Le support (I) et son plateau en verre (H)

- Retirez les de la cavité s'ils ne sont pas utilisés.

Nettoyage

Un four à micro-ondes est plus efficace lorsqu'il est propre.

- Nettoyez l'appareil régulièrement, de préférence lorsqu'il est encore tiède. Débranchez-le avant de le nettoyer.

1. La porte (intérieur et extérieur), le tableau de bord et la carrosserie

Procédez comme suit :

- Munissez-vous exclusivement d'un chiffon ou d'une éponge imbibés légèrement d'eau chaude et de produit pour la vaisselle.
- Frottez sans exercer de pression exagérée.
- Rincez (attention à ne pas faire pénétrer d'eau dans les orifices d'aération).
- Séchez

Remarques:

Les parties extérieures sont destinées à valoriser l'esthétique de votre four, à ce titre elles doivent être entretenues avec précaution.

Pour éviter tout résultat malencontreux pour les parties extérieures, n'utilisez jamais :

- . de solvants (éther, acétone, etc.),
 - . de produits à base de javel, d'ammoniaque ou de soude,
 - . de produits abrasifs,
 - . de décapants en aérosol.
- Evitez les projections de produits lors du nettoyage d'un four traditionnel situé à proximité.
- N'essayez jamais de démonter la porte pour la nettoyer.
- Si celle-ci venait à être détériorée, ne mettez pas votre micro-ondes en marche, faites appel à un Centre service agréé Moulinex (voir liste dans le livret «Moulinex Service») qui seul est habilité à sa remise en état.

2. L'intérieur de la cavité

La cavité de votre four est revêtue d'émail «émail ceramic clean».

Ce matériau a été spécialement mis au point par Moulinex pour permettre :

- . un nettoyage plus facile grâce à des propriétés de glisse exceptionnelles,
- . une forte résistance à l'usure, du fait d'une très grande dureté.

Procédez comme suit:

Vous pouvez utiliser moyennant certaines précautions :

- Soit les crèmes de nettoyage adaptées pour l'entretien des surfaces émaillées
- Soit les aérosols vendus à cet effet.

Dans ce dernier cas, il est nécessaire de protéger toutes les surfaces perforées dans la cavité, le gril, l'intérieur de la porte, et toutes les pièces de façade. Il est recommandé de ne vaporiser que sur les taches persistantes.

- ⑤ Pour vous faciliter l'accès à la voûte de la cavité, la résistance du gril peut être aisément abaissée et maintenue en position inclinée pendant le nettoyage.

- Relâchez ensuite doucement la résistance de gril qui reviendra dans sa position initiale.
- N'oubliez pas de rincer lorsque vous avez terminé.

Remarques:

Sur le côté droit de la cavité se situent les 2 sorties d'ondes. Ces pièces sont fragiles et essentielles au bon fonctionnement de votre appareil.

- Procédez au nettoyage avec délicatesse pour ne pas les endommager.
- Lors du nettoyage de la sole, laissez l'entraîneur (E) en place et évitez toute pénétration de liquide dans le trou central.

3. Les accessoires et plateaux en verre

- Nettoyez le support plateau (I) ou la grille ronde (G) avec de l'eau et du produit à vaisselle; les plats en verre peuvent être lavés en machine.

Entretien

Important : Sachez qu'il est dangereux pour toute personne, autre qu'un technicien agréé et formé par Moulinex, d'effectuer les réparations quelles qu'elles soient. Pour remplacer la lampe d'éclairage, le cordon spécial d'alimentation, ainsi que pour toute intervention sur l'appareil, vous devez impérativement faire appel au centre service agréé Moulinex ou à un technicien spécialisé.

Les accessoires sont disponibles dans les centres d'entretien dont la liste se trouve dans le livret «Moulinex Service».

Si votre appareil ne fonctionne pas, que faire ?

. Un double signal sonore retentit :

- la sécurité enfants est activée : désactivez-la.
- en fonction «Micro-Ondes + Grill», le sélecteur (A7) est positionné sur la fonction décongélation : changez sa position.

. La lampe d'éclairage ne s'allume pas:

Si votre micro-ondes fonctionne normalement, l'ampoule est grillée. Vous pouvez, sans problème, utiliser votre appareil en attendant de la faire changer.

. L'aliment ne chauffe pas:

Si la lampe d'éclairage s'allume mais que l'aliment ne chauffe pas, assurez-vous que :

Données pour les essais de performance

. Selon la norme CEI 705

La commission Electrotechnique Internationale SC 59H, a développé une norme pour les essais comparatifs de performance de chauffage pour les différents fours micro-ondes. Nous recommandons ce qui suit pour le modèle que vous possédez. La charge doit être placée sur le niveau inférieur.

Ces éléments sont donnés pour un appareil de puissance 900W. Pour la Suisse et les Pays Scandinaves, ces données ne sont pas les mêmes.

Essai	Charge	Temps	Puissance	Réceptif
A	1000 g	12 min	900 W	Pyrex 3.226
B	475 g	4 min 30 s	900 W	Pyrex 3.827 80
C	900 g	15 min	700 W	Pyrex 3.838 80
D	500 g	20 min	position 600g ***	Assiette plastique

- 1) vous n'avez pas oublié d'enlever le papier aluminium recouvrant la barquette d'aliments.
- 2) votre plat n'est pas fait de matière «absorbante» (voir paragraphe «Conseils pratiques»).
- 3) les orifices d'aération situés à l'arrière de l'appareil ne sont pas obstrués.
- 4) vous avez choisi une puissance micro-ondes suffisante (différente de «0»).

. L'appareil ne peut être mis en marche. L'horloge ne peut être remise à l'heure.

Une coupure a dû se produire sur le réseau d'alimentation. Débranchez l'appareil. Attendez 5 secondes puis rebranchez-le.

- Remettez l'horloge à l'heure en vous reportant au paragraphe «Avant la première utilisation». Votre appareil est de nouveau en service.

La panne n'est due à aucune de ces causes

En cas de surchauffe ou d'utilisation prolongée avec une petite quantité d'aliment, votre appareil est équipé d'une sécurité thermique qui arrête automatiquement le fonctionnement. Attendez 15 min. avant que cette sécurité se ré-enclenche. Si au-delà de ces 15 minutes votre appareil ne fonctionne toujours pas, débranchez-le et ne l'utilisez plus. Adressez-vous à votre centre service agréé Moulinex ou à un Technicien spécialisé, (voir dans le livret «Moulinex Service»).

Consignes d'élimination des déchets

Lors de la fabrication de ses emballages, Moulinex s'efforce de respecter le plus possible l'environnement. L'emballage est composé de carton ondulé recyclable à 100% .

Les pièces plastiques de l'appareil ont un marquage indiquant le type de matériau. Cela permet par la suite un recyclage des pièces. Vous pouvez obtenir des informations plus précises sur l'élimination de chaque matériau auprès des services chargés du traitement des déchets de votre lieu de résidence. Les possibilités d'élimination des déchets, incluant les appareils usagés, sont disponibles auprès des services administratifs de votre lieu de résidence.

Le service chargé de l'enlèvement des déchets ou votre centre service agréé Moulinex répondront volontiers à toutes vos questions.