

FRIGIDAIRE

Tout sur

l'usage et l'entretien

de votre four à micro-ondes

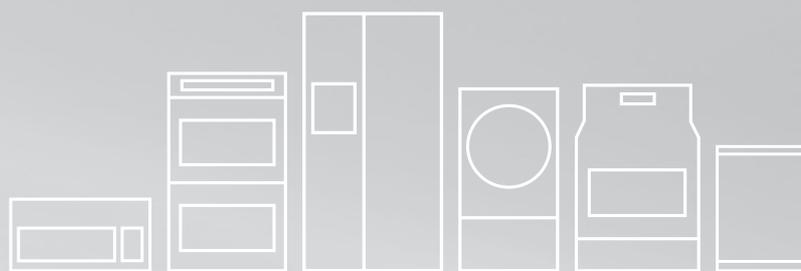


TABLE DES MATIÈRES

| | | | |
|---|----|-----------------------------|----|
| BIENVENUE ET FÉLICITATIONS..... | 2 | TABLEAUX DE CUISSON | 24 |
| IMPORTANTES CONSIGNES DE SÉCURITÉ | 2 | NETTOYAGE ET ENTRETIEN..... | 25 |
| NOMENCLATURE | 8 | APPEL DE SERVICE | 30 |
| AVANT L'USAGE | 10 | FICHE TECHNIQUE..... | 30 |
| CUISSON MANUELLE | 11 | GARANTIE | 31 |
| AUTO COOKING (CUISSON AUTO) | 22 | | |

BIENVENUE ET FÉLICITATIONS

Questions ?

1-800-944-9044
(États-Unis)

1-800-265-8352
(Canada)

Veuillez joindre ici le reçu de vente pour référence future.

Nous vous félicitons pour votre achat d'un nouveau four à micro-ondes! Chez Electrolux Home Products, nous sommes très fiers de notre produit et notre engagement à vous fournir le meilleur service possible est total. Votre satisfaction est notre priorité.

Nous savons que vous apprécierez votre nouveau four à micro-ondes et nous vous remercions d'avoir choisi notre produit. Nous espérons que vous penserez à nous pour de futurs achats.

VEUILLEZ LIRE ATTENTIVEMENT ET CONSERVER CES INSTRUCTIONS.

Ce manuel d'utilisation et d'entretien décrit les instructions particulières d'utilisation de votre modèle. Utilisez votre four seulement selon les instructions de ce manuel. Ces instructions ne sont pas prévues pour couvrir toutes les situations et conditions possibles. Vous devez faire preuve de bon sens et de prudence dans l'installation, l'utilisation et l'entretien de tout appareil.

Veillez conserver les numéros de modèle et de série de votre four ci-dessous pour référence future.

Numéro de modèle : _____

Numéro de série : _____

Date d'achat : _____

BESOIN D'AIDE?

Visitez le site Web de Frigidaire : <http://www.frigidaire.com>

Avant de nous appeler pour une réparation, voici ce que vous pouvez faire pour nous aider à mieux vous servir.

Lisez ce manuel.

Il renferme les instructions pour vous aider à utiliser et à entretenir votre four à micro-ondes adéquatement.

Si vous avez reçu un four à micro-ondes endommagé... Communiquez immédiatement avec le marchand (ou le fabricant) qui vous a vendu le four à micro-ondes.

Épargnez du temps et de l'argent.

Consulter la section intitulée « Appel de service ». Cette section vous aide à résoudre des problèmes courants. Si vous avez besoin de service, vous pouvez relaxer en sachant que vous pouvez obtenir de l'aide par téléphone. Une liste de numéros sans frais de service à la clientèle se trouve au verso de ce manuel.

OU communiquez avec les services à la clientèle de Frigidaire au 1-800-944-9044, 24 sur 24, 7 jours sur 7.

IMPORTANTES CONSIGNES DE SÉCURITÉ

Pour votre sécurité, vous devez vous conformer à l'information de ce manuel pour minimiser les risques d'incendie et d'explosion et prévenir les dommages à la propriété, des blessures ou la perte de vie.

PRÉCAUTIONS POUR ÉVITER LE RISQUE D'UNE EXPOSITION AUX MICRO-ONDES

- Ne pas tenter de faire fonctionner ce four avec la porte ouverte, car cela pourrait provoquer une exposition dangereuse à l'énergie des micro-ondes. Ne jamais modifier les dispositifs de verrouillage ou les rendre inopérants.
- Ne pas placer d'objet entre la face avant du four et la porte, ni laisser de la saleté ou des résidus, de produits nettoyants, s'accumuler sur les surfaces d'étanchéité.
- Ne pas utiliser le four s'il est endommagé. Il est particulièrement important que la porte du four soit correctement fermée et que les éléments suivants ne soient pas endommagés : (1) porte (gauchie), (2) charnières et verrous (brisés ou desserrés), (3) joints et surfaces d'étanchéité de la porte.
- Le four ne doit être ni réglé, ni réparé par quiconque, hormis par du personnel de maintenance qualifié à cet effet.

IMPORTANTES CONSIGNES DE SÉCURITÉ

Définitions

 Il s'agit du symbole d'alerte de sécurité. Il sert à vous avertir des dangers de blessures potentielles. Conformez-vous à tous les messages qui suivent ce symbole pour éviter toute blessure grave ou mortelle.



AVERTISSEMENT

AVERTISSEMENT indique une situation potentiellement dangereuse pouvant causer des blessures graves, voire fatales, si elle n'est pas évitée.



ATTENTION

ATTENTION indique une situation potentiellement dangereuse pouvant causer des blessures mineures ou modérées, si elle n'est pas évitée.

LIRE TOUS LES RENSEIGNEMENTS AVANT USAGE



AVERTISSEMENT

Pour réduire le risque d'incendie, de brûlures, de choc électrique, de blessures ou d'exposition excessive à l'énergie des micro-ondes quand vous utilisez votre appareil, suivez les précautions de base, y compris les sections suivantes.

- Lire toutes les instructions avant de se servir de l'appareil.
- Lire et suivre les PRÉCAUTIONS POUR ÉVITER LE RISQUE D'UNE EXPOSITION AUX MICRO-ONDES, page 2.
- Cet appareil doit être mis à la terre. Brancher seulement à une prise à trois broches. Se reporter aux « INSTRUCTIONS DE MISE À LA TERRE », page 4.
- Installer ou placer l'appareil conformément aux instructions d'installation fournies.
- Certains produits comme des œufs entiers et des contenants scellés — par exemple des bocaux en verre fermés — peuvent exploser et ne devraient pas être utilisés dans ce four.
- N'utiliser cet appareil qu'aux fins décrites dans ce manuel. Ne pas utiliser de produits corrosifs dans le four à micro-ondes. Ce four a été conçu pour la cuisson et le réchauffage des aliments, non pour un usage industriel ou des travaux en laboratoire.
- Comme pour tout appareil, exercer une surveillance étroite quand des enfants l'utilisent.
- Ne pas faire fonctionner l'appareil si le cordon ou la fiche sont endommagés, si l'appareil ne fonctionne pas bien, s'il a été endommagé ou est tombé.
- Cet appareil ne doit être réparé que par du personnel de service autorisé. Communiquer avec le service de réparations autorisé Electrolux le plus proche pour un examen, une réparation ou un réglage.
- Ne couvrir ou bloquer aucune ouverture de l'appareil.
- Ne pas laisser ni utiliser cet appareil à l'extérieur. Ne pas utiliser ce produit à proximité d'eau — comme par exemple près d'un évier de cuisine, dans un sous-sol humide, près d'une piscine ou dans d'autres endroits semblables.
- Ne pas immerger le cordon ou la fiche dans l'eau.
- Garder le cordon loin des surfaces chauffées.
- Ne pas laisser pendre le cordon de la table ou du comptoir.
- Voir les instructions pour le nettoyage de la surface de la porte à la page 23.

- Pour réduire les risques d'incendie à l'intérieur du four :
 - Ne pas trop faire cuire les aliments. Rester prudemment près du four lorsqu'on utilise du papier, du plastique ou tout autre matériel combustible pour faciliter la cuisson.
 - Retirer les attaches de métal des sacs de papier ou de plastique avant de mettre les sacs au four.
 - Si les matériaux contenus à l'intérieur du four à micro-ondes prennent feu, maintenir la porte fermée, mettre le four à micro-ondes hors tension et débrancher le cordon d'alimentation ou éteindre au niveau du fusible ou du disjoncteur.
 - Ne pas utiliser la cavité comme espace de rangement. Ne laisser ni papier, ni ustensiles, ni aliments dans la cavité lorsque l'appareil n'est pas utilisé.
- Des liquides tels que l'eau, le café ou le thé peuvent chauffer au-delà du point d'ébullition sans qu'aucun bouillonnement n'apparaisse. Ainsi, quand le contenant est retiré du four, il peut ne pas y avoir d'ébullition ou de bouillonnement apparents. IL PEUT EN RÉSULTER UN DÉBORDEMENT DES LIQUIDES TRÈS CHAUDS LORSQU'UNE CUILLER OU UN AUTRE USTENSILE EST PLONGÉ DANS LE LIQUIDE.
Pour réduire le risque de blessures corporelles :
 - Ne pas trop chauffer le liquide.
 - Remuer le liquide avant de le chauffer et à mi-cuisson.
 - Ne pas utiliser de contenants à bords droits et à goulot mince. Utiliser un bocal à large goulot.
 - Après le chauffage, laisser reposer le contenant dans le four à micro-ondes pour au moins 20 secondes avant de le retirer.
 - Faites attention lorsque vous mettez une cuiller ou un autre ustensile dans le contenant.
- Nettoyez fréquemment les ouvertures de ventilation et les filtres à graisse. Il ne faut pas laisser la graisse s'accumuler dans les ouvertures de ventilation, l'évent ou les filtres à graisse.
- Faites attention en nettoyant les fentes de volet et les filtres à graisse. Des agents de nettoyage corrosifs comme les nettoyeurs à four à base de soude peuvent endommager l'évent et les filtres à graisse.
- Quand vous flambez de la nourriture sous la hotte, démarrez le ventilateur.
- Cet appareil est prévu pour être utilisé au-dessus d'une cuisinière à gaz ou électrique de 36 po (915 mm), ou moins, de large.

CONSERVER CE MODE D'EMPLOI

IMPORTANTES CONSIGNES DE SÉCURITÉ

- Lorsque vous utilisez les fonctions de cuisson simultané ou par convection, l'extérieur et l'intérieur du four deviennent chauds. Utilisez toujours des maniques pour retirer les aliments et les accessoires, tels que la grille.
- Ne nettoyez pas au moyen d'éponges grattantes. Ceci pourrait endommager les éléments électriques, et provoquer un risque d'électrocution.
- Thermomètre- N'utilisez pas de thermomètres lorsque vous cuissinez au micro-ondes. Le métal et le mercure contenus dans ces thermomètres pourraient provoquer des arcs et endommager le four. N'utilisez de thermomètre que si ce dernier a été conçu spécifiquement pour une utilisation au micro-ondes.



ATTENTION

Si vous constatez un arc, appuyez sur la touche **Stop/Cancel** et rectifiez le problème.

ARC

L'arc est le terme employé pour parler de la formation d » étincelles dans le micro-onde. L'arc est dû à :

- Le support métallique mal installé, qui touche les parois du micro-onde ;
- Le métal ou l'aluminium qui touche la partie latérale du four.
- L'aluminium mal enroulé autour des aliments (les extrémités fonctionnent comme des antennes)
- Des éléments métalliques (tels que de aliments ficelés, empapillotés, emballés) placés dans le four.
- Des serviettes en papier recyclé contenant de petits éléments métalliques et placés dans le four.

Déclaration d'interférence de fréquence radioélectrique de la Commission fédérale des communications (É.-U. uniquement)

Cet appareil produit et utilise des fréquences ISM et peut causer des interférences avec la réception de la radio ou de la télévision s'il n'est pas installé ou utilisé correctement, c'est à dire conformément aux instructions du fabricant. Son type a été testé et il s'est avéré conforme aux limites concernant les appareils ISM au sens de la section 18 des règles de la FCC, lesquelles sont conçues pour fournir une protection raisonnable contre une telle interférence provenant d'une installation résidentielle.

Cependant, une absence totale d'interférence pour une installation particulière n'est pas garantie. Si cet appareil cause des interférences avec la réception de la radio ou de la télévision, l'utilisateur est encouragé à essayer de corriger l'interférence par les moyens suivants :

- Réorientez l'antenne de réception de la radio ou de la télévision.
- Déplacez le four à micro-ondes par rapport au récepteur.
- Éloignez le four à micro-ondes du récepteur.
- Branchez le four à micro-ondes et le récepteur sur des circuits de branchement différents.

Le fabricant n'est pas responsable des interférences de radio ou télévision causées par des modifications interdites de ce four à micro-ondes. Il est de la responsabilité de l'utilisateur de corriger une telle interférence.

CONSERVER CE MODE D'EMPLOI

IMPORTANTES CONSIGNES DE SÉCURITÉ

DÉBALLAGE ET INSPECTION DU FOUR

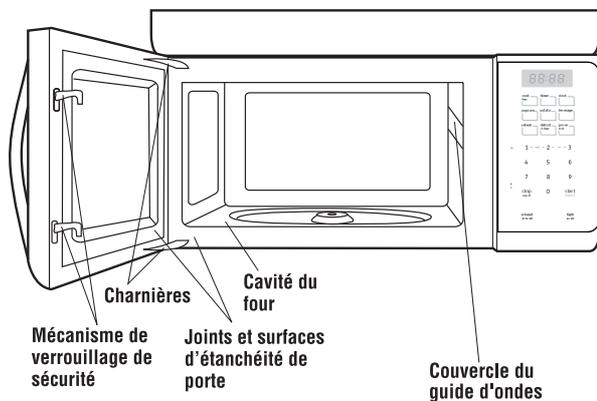
Ouvrez le fond de la boîte, repliez les rabats de la boîte et renversez le four à micro-ondes pour qu'il repose sur la plaque de mousse plastique. Levez la boîte pour dégager le four à micro-ondes et enlevez tous les matériaux d'emballage, les instructions d'installation, le gabarit du mur, le gabarit du dessus, le filtre à charbon, le plateau tournant et le support du plateau tournant. **CONSERVEZ LA BOÎTE CAR ELLE PEUT RENDRE L'INSTALLATION PLUS FACILE.**

- S'il y en a une, enlevez l'étiquette des caractéristiques collée sur l'extérieur de la porte.

- **N'ENLEVEZ PAS LE GUIDE D'ONDES**. Vérifiez

si les instructions d'installation, le gabarit du mur, le gabarit du dessus et le filtre à charbon qui est utilisé pour la recirculation, sont là. Lisez les feuillets joints et **CONSERVEZ** le manuel d'utilisation et d'entretien.

Vérifiez que le four n'a aucun dommage, comme une porte mal alignée ou pliée, un joint ou des surfaces d'étanchéité de porte endommagés, des charnières ou des mécanismes de verrouillage cassés ou lâches et des bosses à l'intérieur de la cavité ou sur la porte. En cas de dommages quelconques, ne faites pas fonctionner le four et contactez votre détaillant ou un réparateur autorisé ELECTROLUX. Voir les instructions d'installation pour plus de détails.



INSTRUCTIONS DE MISE À LA TERRE

Cet appareil doit être mis à la terre. Ce four est équipé d'un cordon d'alimentation avec fil de mise à la terre, et d'une fiche de mise à la terre. Il faut le brancher dans une prise murale qui a été installée correctement et mise à la terre selon le Code national de l'électricité et les codes et règlements locaux. En cas de court-circuit électrique, la mise à la terre réduit les risques de choc électrique en permettant au courant de s'échapper par le fil de mise à la terre.



AVERTISSEMENT

Un mauvais usage de la prise de terre peut causer des chocs électriques.

Installation électrique

Vérifiez les instructions d'installation pour l'emplacement correct de l'alimentation électrique.

La tension d'alimentation est 120 volts, 60 Hz, AC seulement, 15 A ou plus et doit être protégée. Il est recommandé d'alimenter le four par un circuit séparé.

Le four à micro-ondes est équipé d'une fiche de terre à trois broches. Il faut la brancher dans une prise murale correctement installée et mise à la terre. **IL NE FAUT EN AUCUN CAS ENLEVER LA BROCHE DE MISE À LA TERRE DE LA FICHE. NE PAS SE SERVIR D'UN CORDON PROLONGATEUR.**

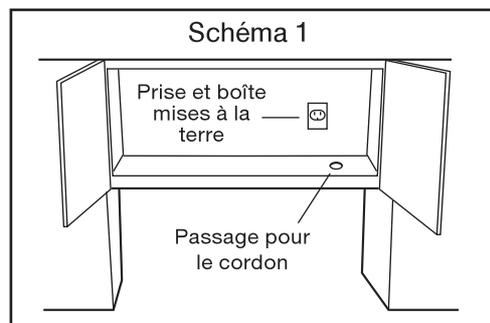
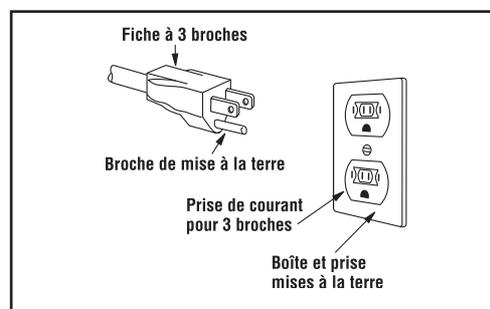
Si le cordon d'alimentation fourni est trop court, demandez à un électricien qualifié ou à un réparateur professionnel d'installer une prise à proximité de l'appareil.

Il faut connecter le cordon d'alimentation et la fiche sur un circuit séparé de 120 volts AC, 60 Hz, 15 A ou plus, avec prise murale simple à la terre. La prise doit être située dans l'armoire directement au-dessus de l'emplacement de montage du four à micro-ondes à hotte intégrée, comme illustré par le schéma 1.



REMARQUES

1. Pour toute question à propos de l'installation électrique ou de la mise à la terre, consulter un électricien de métier ou un réparateur qualifié.
2. Ni Electrolux ni le détaillant ne peut être tenu responsable des dommages au four ou des blessures causés par une installation qui ne répond pas aux normes.



IMPORTANTES CONSIGNES DE SÉCURITÉ

LE FOUR À MICRO-ONDES

Ce mode d'emploi est précieux; le lire attentivement et le conserver pour s'y reporter, au besoin.

Un bon livre de cuisine aux micro-ondes est très utile. Il présente les principes, les techniques, des conseils et des recettes de cuisine aux micro-ondes.

Ne **JAMAIS** se servir du four sans le plateau tournant et le support. Ne pas installer le plateau tournant à l'envers pour faire entrer dans le four un plat de grandes dimensions. Le plateau tourne dans les deux sens. Voir la page 23 pour des instructions complètes.

Veiller à ce qu'il y ait **TOUJOURS** des aliments dans le four lorsqu'il est allumé, de sorte qu'ils absorbent l'énergie produite.

Quand on utilise le four à des niveaux de puissance inférieurs à 100 %, on peut entendre la mise en marche et l'arrêt du magnétron. Il est normal que l'extérieur du four soit chaud au toucher pendant la cuisson ou le réchauffement.

La condensation est un phénomène normal pendant la cuisson au four à micro-ondes. L'humidité ambiante et la teneur en eau des aliments déterminent le degré de condensation à l'intérieur du four.

En règle générale, les aliments couverts produisent moins de condensation que les aliments cuits à découvert. Veiller à ce que les événements à l'arrière du four soient toujours dégagés.

Ce four n'est conçu que pour la préparation des aliments. Il ne doit pas être utilisé pour faire sécher des vêtements ou des journaux.

La puissance nominale de ce four est égale à 1 000 watts selon la méthode d'essai IEC. Vérifier la cuisson des aliments à l'expiration du temps minimum indiqué sur les recettes et les emballages et, s'il y a lieu, augmenter le temps de cuisson.

LES ALIMENTS

| ALIMENTS | À FAIRE | À NE PAS FAIRE |
|---|---|---|
| Œufs, saucisses, noix, graines, fruits et légumes | <ul style="list-style-type: none">• Percer les jaunes pour éviter qu'ils n'éclatent pendant la cuisson.• Piquer la pelure des pommes de terre, des pommes, des courges ainsi que les saucisses afin de permettre à la vapeur de s'échapper. | <ul style="list-style-type: none">• Cuire les œufs dans leur coquille.• Réchauffer des œufs entiers.• Faire sécher les noix ou les graines dans leur écaille. |
| Maïs soufflé | <ul style="list-style-type: none">• Utiliser seulement du maïs soufflé pour micro-ondes.• Attendre que seuls quelques grains isolés éclatent toutes les 1 ou 2 secondes, ou appuyer sur la touche popcorn. | <ul style="list-style-type: none">• Faire éclater des grains de maïs dans des sacs de papier brun ou dans un bol de verre.• Dépasser le temps indiqué sur l'emballage. |
| Aliments pour bébés | <ul style="list-style-type: none">• Transférer la nourriture dans de petits plats et faire réchauffer doucement, en remuant souvent. Vérifier la température des aliments avant de servir.• Mettre la tétine sur le biberon après l'avoir réchauffé et bien brasser. Faire le « test du poignet » avant de donner le biberon au bébé. | <ul style="list-style-type: none">• Faire chauffer des biberons jetables.• Faire chauffer les biberons avec la tétine.• Faire chauffer les aliments commerciaux pour bébés dans leurs pots. |
| Généralités | <ul style="list-style-type: none">• Après avoir réchauffé des aliments contenant une garniture, les couper afin de laisser s'échapper la vapeur et d'éviter des brûlures.• Mélanger énergiquement les liquides avant et après la cuisson pour éviter les projections.• Faire cuire les aliments liquides et les céréales dans un bol profond afin d'éviter qu'ils ne débordent. | <ul style="list-style-type: none">• Réchauffer ou faire cuire des aliments dans des contenants hermétiques ou fermés en verre.• Préparer des conserves au four à micro-ondes, car des bactéries dangereuses pourraient ne pas être tuées.• Utiliser le four à micro-ondes pour faire de la friture.• Faire sécher du bois, des courges, des herbes ou du papier. |

À PROPOS DE LA CUISSON AUX MICRO-ONDES

- Disposer les aliments avec soin. Placer la partie la plus épaisse des aliments vers l'extérieur du plat.
- Surveiller le temps de cuisson. Cuire les aliments pendant la plus courte période indiquée et prolonger la cuisson au besoin. Des aliments trop cuits peuvent dégager de la fumée ou prendre feu.
- Recouvrir les aliments pendant la cuisson. Selon la recette ou le livre de cuisine, utiliser un essuie-tout, du papier ciré, un film plastique allant au micro-ondes ou un couvercle. Couvrir les aliments empêche les éclaboussures et leur permet de cuire de manière uniforme.
- Protéger les parties de viande ou de volaille très minces par des petits écrans en papier d'aluminium pour éviter qu'ils ne cuisent trop vite par rapport aux parties plus épaisses.
- Si possible, remuer les aliments de l'extérieur du plat vers le centre une ou deux fois pendant la cuisson.
- Retourner les aliments comme du poulet et des galettes de viande une fois au cours de la cuisson afin d'accélérer le processus. Il faut retourner les grosses pièces comme les rôtis au moins une fois.
- Au milieu de la cuisson, déplacer les aliments comme les boulettes de viande, de l'intérieur du plat vers l'extérieur, et du haut vers le bas.
- Prévoir du temps de repos. Retirer les aliments du four et, si possible, les remuer. Couvrir les aliments pendant ce temps pour leur permettre de finir de cuire.
- Vérifier la cuisson. Rechercher les signes qui indiquent que les aliments sont cuits à point.

Par exemple :

- La vapeur s'élève de toute la surface des aliments, pas seulement des bords.
- Le fond du plat est très chaud au toucher.
- Les cuisses de poulet se détachent facilement.
- La viande et la volaille ne présentent plus de parties rosées.
- Le poisson est opaque et se défait facilement à la fourchette.

IMPORTANTES CONSIGNES DE SÉCURITÉ

À PROPOS DES USTENSILES ET DES MOYENS DE COUVRIR LES ALIMENTS

Il n'est pas nécessaire d'acheter une nouvelle batterie de cuisine. La plupart des ustensiles dont on dispose habituellement dans un ménage peuvent être utilisés dans le four à micro-ondes. S'assurer que les ustensiles ne touchent pas les parois intérieures pendant la cuisson.

On peut utiliser les ustensiles et matériaux suivants pour cuire et réchauffer des aliments sans danger dans un four à micro-ondes :

- la vitrocéramique (Pyroceram®), comme Corningware®.
- le verre résistant à la chaleur (Pyrex®)
- les plastiques pour micro-ondes
- les assiettes en papier
- la céramique, la poterie, la porcelaine pour micro-ondes
- les plats à brunir (Ne pas dépasser les temps de préchauffage recommandés. Suivre les instructions du fabricant.)

Les articles suivants peuvent être utilisés pour le réchauffage très court des aliments qui contiennent peu de sucre ou de graisses :

- le bois, la paille et l'osier

NE PAS UTILISER

- des poêles et des plats de cuisson métalliques
- des plats à bordure métallique
- du verre qui ne résiste pas à la chaleur
- des plastiques qui ne conviennent pas aux micro-ondes (contenants de margarine)
- des produits en papier recyclé
- des sacs en papier brun
- des sacs pour la conservation des aliments
- des attaches métalliques

Pour vérifier si un plat va au four à micro-ondes, le placer dans le four et mettre le four en marche à la puissance maximale pendant 30 secondes. Si le plat devient très chaud, il ne faut pas l'employer.

Les produits et articles suivants peuvent être utilisés pour couvrir les plats, récipients, etc. :

- Les essuie-tout conviennent bien pour recouvrir les aliments pendant le réchauffage et pour absorber la graisse de cuisson du bacon.
- Le papier ciré peut être employé pour la cuisson et le réchauffage.
- Le film plastique destiné spécialement à l'usage en four à micro-ondes peut être utilisé pour la cuisson et le réchauffage. Le film plastique ne doit JAMAIS entrer en contact avec les aliments. Faire une ouverture pour laisser la vapeur s'échapper.
- Les couvercles pour micro-ondes sont un très bon choix, car ils concentrent la chaleur sur les aliments et accélèrent la cuisson.
- Les sacs de cuisson au four à micro-ondes conviennent pour les grosses pièces de viande ou les aliments à attendrir. NE PAS UTILISER d'attaches métalliques. Percer le sac pour laisser s'échapper la vapeur.

Utilisation du papier d'aluminium dans le four à micro-ondes :

- Un petit morceau non froissé de papier d'aluminium posé sur les aliments peut être utilisé pour protéger les parties qui décongèlent ou cuisent trop rapidement.
 - Le papier d'aluminium doit être à au moins 2,5 cm des parois du four.
- Pour toute question concernant les ustensiles ou la manière de couvrir les aliments, consulter un bon livre de cuisine spécialisé en micro-ondes ou suivre les conseils de la recette.

ACCESSOIRES : De nombreux accessoires pour four à micro-ondes sont offerts sur le marché. Évaluer soigneusement ses besoins avant d'en faire l'acquisition. Un thermomètre pour micro-ondes permettra de vérifier la cuisson et de s'assurer que les aliments sont cuits à point et à la bonne température. Electrolux n'est pas responsable des dommages au four résultant de l'utilisation d'accessoires.

À PROPOS DES ENFANTS ET DU FOUR À MICRO-ONDES

Les enfants de moins de 7 ans ne devraient utiliser le four à micro-ondes que sous la surveillance étroite d'un adulte. Les enfants de 7 à 12 ans devraient utiliser l'appareil sous la surveillance d'un adulte se trouvant dans la même pièce qu'eux.

Comme avec n'importe quel appareil quand il est utilisé par des enfants, la surveillance étroite par un adulte est nécessaire.

Il ne faut jamais s'appuyer ou s'accrocher à la porte du four à micro-ondes.

Il faut enseigner les précautions de sécurité aux enfants : employer des gants isolants, enlever les couvercles avec précaution, faire très attention aux contenants d'aliments croustillants qui peuvent devenir très chauds.

Ne pas présumer qu'un enfant qui connaît bien une fonction de l'appareil les connaît toutes.

Les enfants doivent savoir qu'un four à micro-ondes n'est pas un jouet. Voir page 20 pour la fonction de verrouillage de sécurité.

À PROPOS DE LA SÉCURITÉ

- On recommande les températures de cuisson suivantes.

| TEMP | ALIMENTS |
|------------------|--|
| 145 °F - (63 °C) | Pour les steaks, les côtelettes ou les rôtis de bœuf, d'agneau ou de veau et les poissons |
| 160 °F - (71 °C) | Pour le porc frais, la viande hachée, les fruits de mer, les plats à base d'œufs, les aliments préparés congelés et les steaks, les côtelettes ou les rôtis de bœuf, d'agneau ou de veau |
| 165 °F - (74 °C) | Pour les restes, les aliments réfrigérés prêts à réchauffer, les plats traiteur et les aliments « frais » à emporter, le poulet entier ou la dinde entière, les blancs de poulet ou de dinde ou la volaille hachée utilisée dans les hamburgers de poulet ou de dinde. |



REMARQUE

Ne pas cuire de volaille entière farcie. Cuire la farce séparément à 165°F.

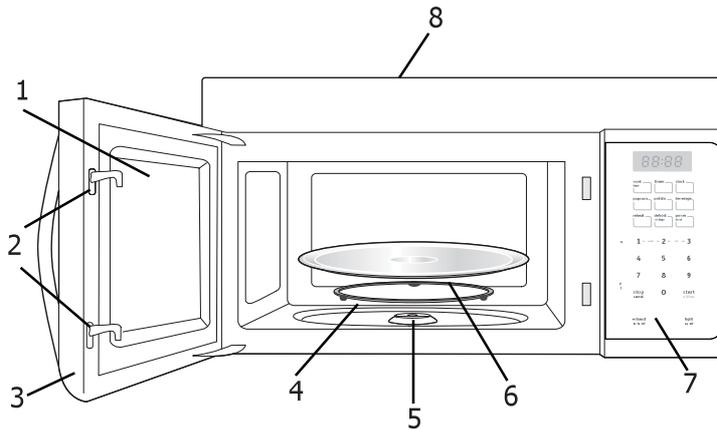
Pour vérifier si les aliments sont cuits à point, insérer un thermomètre à viande dans un endroit épais, à l'écart de la graisse et des os. Ne JAMAIS laisser le thermomètre dans les aliments qui cuisent, sauf s'il est approuvé pour emploi aux micro-ondes.

- TOUJOURS utiliser des gants isolants pour éviter des brûlures lorsque l'on se sert d'ustensiles en contact avec des aliments chauds. La chaleur transférée des aliments aux ustensiles peut provoquer des brûlures.
- Diriger la vapeur loin du visage et des mains afin d'éviter des brûlures. Soulever doucement la partie la plus éloignée des couvercles et des pellicules et ouvrir lentement les sacs de maïs soufflé ou de cuisson en les tenant loin du visage.
- Rester près du four quand il fonctionne et vérifier fréquemment la cuisson afin d'éviter de trop cuire les aliments.
- Ne JAMAIS entreposer des livres de cuisine ou autres objets dans la cavité du four.
- Choisir, entreposer et manipuler la nourriture de manière à préserver sa qualité et à minimiser la prolifération de bactéries alimentaires.
- Garder propre le couvercle du guide d'ondes. Les résidus d'aliments peuvent causer des étincelles ou s'enflammer.
- Retirer les aliments du four en prenant soin de ne pas toucher le système de fermeture de sûreté de la porte avec des ustensiles, ses vêtements ou les accessoires.
- Garder tout papier d'aluminium à 2,5 cm au moins des parois du four.

NOMENCLATURE

Caractéristiques du four à micro-ondes

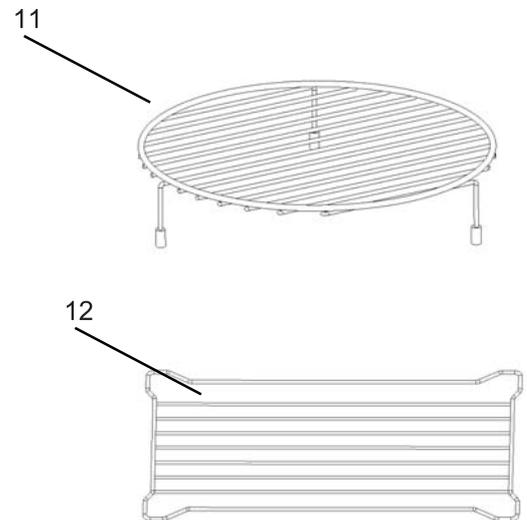
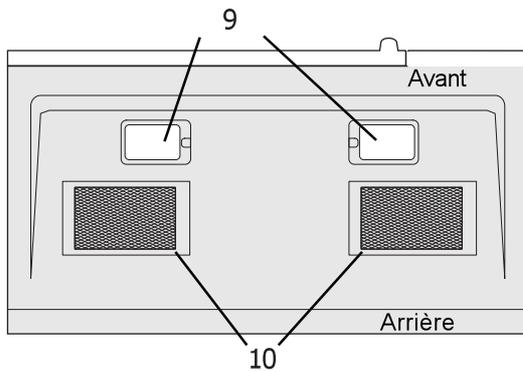
Vue avant



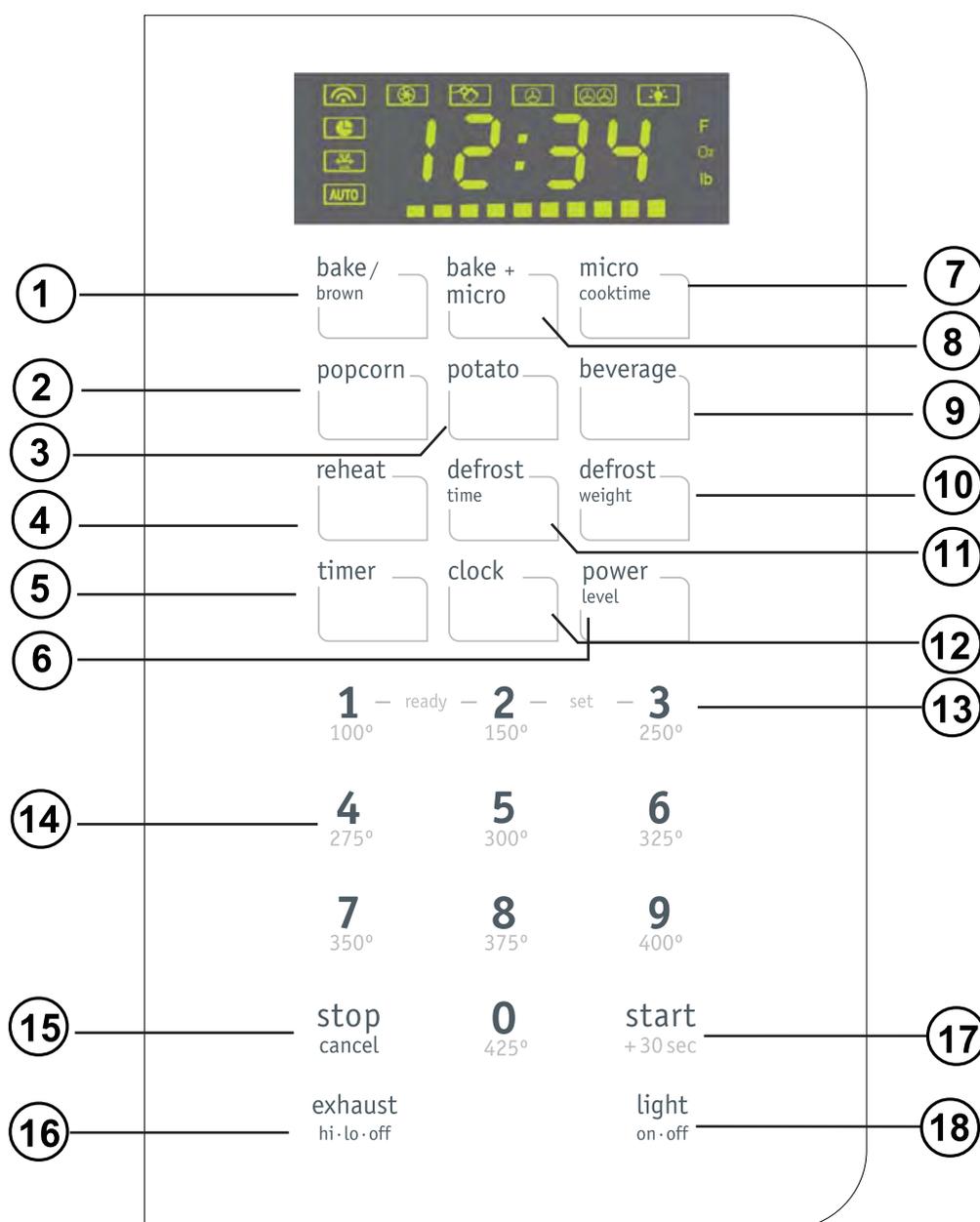
- 1 Hublot
- 2 Système de verrouillage.
- 3 Assemblage de la porte
- 4 Anneau du plateau tournant
- 5 Axe du plateau tournant
- 6 Plateau en verre du plateau tournant
- 7 Tableau de commande
- 8 Évents de ventilation (au-dessus)
- 9 Éclairage de surface
- 10 Filtres de la hotte
- 11 Trépied métallique
- 12 Étagère

Remarque : Le trépied et l'étagère sont utilisés uniquement pour faire cuire les produits industriels.

Vue arrière



PANNEAU DE COMMANDE



- | | |
|---|--|
| (1) Popcorn (Maïs à éclater) (P17) | (11) Power Level (Puissance /10 niveaux de puissance) (P12) |
| (2) Beverage (Boissons) (P17) | (12) START/+30 sec(Départ +30sec) (13) |
| (3) Potato (Pommes de terre / 1 à 3) (P17) | (13) Stop/Cancel(Arrêt/Annuler) (P13) |
| (4) Reheat (Réchauffage / 3 réglages) (P15) | (14) Ventilation (haut/bas/arrêt) ~ Permet d'allumer et d'éteindre le ventilateur ou de régler sa vitesse. (P11) |
| (5) Defrost (Décongélation / au temps ou au poids) (P13) | (15) Surface Light (Éclairage de surface) ~ Appuyez sur cette touche pour allumer ou éteindre l'éclairage de surface. (P11) |
| (6) EasySet (3 touches de cuisson instantanée) (P11) | |
| (7) Touches numériques (0 à 9) | |
| (8) Clock(Horloge) (P10) | |
| (9) Timer (Minuterie) (P11) | |
| (10) Cook Time (Temps de cuisson) (P12) | |

Remarque : Pour plus d'informations, veuillez consulter la liste de la page précédente.

AVANT L'USAGE

À propos de votre four à micro-ondes

⚠ ATTENTION

- Afin d'éviter les blessures ou des dommages matériels, ne faites pas fonctionner le four à micro-ondes lorsqu'il est vide.
- Afin d'éviter les blessures ou des dommages matériels, n'utilisez pas de matériel en grès, de papier d'aluminium, d'ustensiles en métal ou comportant une garniture métallique dans le four à micro-ondes.



REMARQUES

N'utilisez pas d'éléments à base de papier lorsque vous utilisez la fonction grill de votre micro-onde.

Guide des ustensiles pour four à micro-ondes

| Utilisez | N'utilisez pas |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none">• Verre à l'épreuve du feu (spécialement traité contre la chaleur intense) : vaisselle courante, moules à gâteau, plats à tarte, plats à gâteau, tasses à mesurer, casseroles et bols sans garniture métallique.• Porcelaine : bols, tasses, assiettes et plats de service sans garniture métallique.• Plastique : pellicule plastique (pour couvrir) : ne serrez pas trop la pellicule plastique sur les plats, appuyez-la sur les côtés. Soulevez doucement un coin de la pellicule plastique pour permettre à la vapeur de s'échapper. Le plat doit être suffisamment profond pour que la pellicule de plastique ne touche pas la nourriture. Utilisez les plats, les tasses, les contenants semi-rigides pour congélateur et les sacs de plastique pour la cuisson rapide. Utilisez-les avec précaution : le plastique peut ramollir au contact de la nourriture chaude.• Papier : essuie-tout, papier ciré, serviettes en papier, assiettes en carton sans garniture ni motif métallique. Vérifiez l'étiquette du fabricant concernant les instructions pour l'utilisation au four à micro-ondes. | <ul style="list-style-type: none">• Ustensiles en métal : Le métal empêche l'énergie des micro-ondes de se rendre aux aliments et donne des résultats de cuisson inégaux. Évitez les brochettes, les thermomètres métalliques ou les plateaux en aluminium. Les ustensiles de métal peuvent provoquer un arc électrique pouvant endommager votre four à micro-ondes.• Décoration en métal : bols, tasses, assiettes et plats de service sans garniture métallique.• Papier d'aluminium : évitez les grandes feuilles de papier d'aluminium qui peuvent entraver la cuisson et provoquer un arc électrique dangereux. Utilisez de petites feuilles pour protéger les cuisses et les ailes de volaille. Placez LA TOTALITÉ du papier d'aluminium à 2,5 cm (1 po) au moins des parois intérieures et de la porte du four à micro-ondes.• Bois : les bols et les planches de bois sèchent et peuvent se fendre ou craquer lorsqu'ils sont utilisés au four à micro-ondes. Les paniers de bois réagiront de la même manière.• Plats hermétiquement fermés : veillez à ménager des ouvertures pour laisser la vapeur s'échapper du plat couvert. Avant la cuisson, percez les sachets en plastique contenant des légumes ou d'autres aliments. Des sachets en plastique hermétiquement fermés peuvent exploser.• Papier gris : Évitez l'utilisation de sacs de papier gris. En absorbant la chaleur, ils pourraient s'enflammer.• Ustensiles de cuisine abîmés ou ébréchés : les ustensiles fendillés, abîmés ou ébréchés peuvent se casser dans le four.• Attaches en métal : retirez les attaches en métal des sacs de plastique ou de papier. En chauffant, elles pourraient provoquer un incendie. |

CUISSON MANUELLE

Réglage de l'horloge

Exemple : régler l'horloge à 9 h 00

1. Appuyez une fois sur la touche **Clock** (Horloge). 
2. Entrez l'heure à l'aide des touches numériques. **9 0 0**
3. Appuyez de nouveau sur la touche **Clock**. 

Réglage de la minuterie

Exemple : régler la minuterie à 5 minutes

1. Appuyez une fois sur la touche **TIMER** (Minuterie). 
2. Entrez le nombre de minutes à l'aide des touches numériques. **5 0 0**
3. Appuyez sur la touche **TIMER** (Minuterie). 

Lorsque le temps défini est écoulé, la minuterie émet un bip sonore pour vous avertir.

Verrouillage des commandes

Vous pouvez verrouiller le tableau de commande pour prévenir l'utilisation accidentelle du four par des enfants.

Le verrouillage des commandes s'avère très pratique lors du nettoyage du panneau de commande. Il évite de programmer le four par accident lorsque vous essuyez le panneau.

Exemple : verrouiller les commandes

Maintenez la touche **STOP/CANCEL** enfoncée pendant au moins 3 secondes. La lettre **L** s'affiche et un bip se fait entendre.


Maintenez la touche enfoncée pendant 3 secondes.

Exemple : déverrouiller les commandes

Maintenez la touche **STOP/CANCEL** enfoncée pendant au moins 3 secondes. La lettre **L** disparaît et un bip se fait entendre.


Maintenez la touche enfoncée pendant 3 secondes.

La touche Stop/cancel

cette touche vous permettra de s'arrêter rapidement ou d'annuler le processus de cuisson

- appuyez sur la touche **Stop /cancel** de: 
1. effacer si vous avez entré des informations erronées.
 2. annuler minuterie.
 3. appuyez une fois pour interrompre le four temporairement pendant la cuisson. (touch **START** à nouveau pour reprendre la cuisson) 
 4. retour de l'heure de la journée (horloge) à l'écran après le cycle de cuisson est terminée.
 5. annuler un programme en cours de cuisson, le toucher deux fois.

La touche Start/+30sec.

cette touche vous permettra de démarrer rapidement, ou d'ajouter 30 secondes

- appuyez sur la touche **START+ 30sec** de: 
1. commencer la cuisson programmée.
 2. commencer la cuisson pendant 30 secondes au niveau de 100% de puissance.
 3. prolonger le temps de cuisson en multiples de 30 secondes à chaque fois que cette.

Exemple : ajouter 1 minute de temps de cuisson à la puissance maximale par défaut de 80 % :

Appuyez deux fois sur la touche **START/+30 sec (Départ +30sec)**. 

CUISSON MANUELLE

Cuire à une puissance élevée

Exemple : cuire pendant 5 minutes à la puissance maximale

- Appuyez sur la touche **Cook Time** (Temps de cuisson).
- Entrez le temps de cuisson choisi à l'aide des touches numériques (le temps de cuisson peut être réglé jusqu'à 99 minutes et 99 secondes).
- Appuyez sur la touche **START**.



Une fois la cuisson terminée, le four émet bips sonores et affiche de nouveau l'heure.

Cuire à une puissance plus faible

La cuisson des aliments à la puissance la plus élevée ne donne pas toujours de bons résultats : certains types d'aliments doivent cuire doucement, comme les rôtis, les plats cuits au four ou la crème-dessert. Votre four propose neuf autres puissances de cuisson.

Exemple : cuire pendant 5 minutes à la puissance de 70 %

- Appuyez sur la touche **Cook Time**.
- Entrez le temps de cuisson choisi à l'aide des touches numériques (le temps de cuisson peut être réglé jusqu'à 99 minutes et 99 secondes).
- Appuyez une fois sur la touche Power Level pour obtenir la puissance 10 (100%).
- Appuyez sur la touche 7 pour définir la puissance à 7. Le message **PL7** (puissance de 70 %) s'affiche.
- Appuyez sur la touche **START** (Départ).



Une fois la cuisson terminée, le four émet bips sonores et affiche de nouveau l'heure.

Puissance de cuisson suggérée

Les 10 puissances de cuisson de ce four à micro-ondes vous permettront de choisir la meilleure intensité pour le type d'aliment que vous préparez. Quel que soit l'aliment préparé au four à micro-ondes, respectez les instructions de l'emballage.

Le tableau ci-dessous suggère une puissance de cuisson pour divers types d'aliments pouvant être préparés au four à micro-ondes.

| Puiss. requise | Puiss. du micro-ondes | Utilisez pour : |
|-----------------|-----------------------|--|
| 10 High (élevé) | 100 % | <ul style="list-style-type: none"> Faire bouillir de l'eau Cuire du bœuf haché Faire des friandises Cuire des fruits et des légumes frais Cuire du poisson et de la volaille Préchauffer un plat à brunir Réchauffer une boisson Cuire des tranches de bacon |
| 9 | 90 % | <ul style="list-style-type: none"> Réchauffer rapidement des tranches de viande Faire sauter des oignons, du céleri et des poivrons verts |
| 8 | 80 % | <ul style="list-style-type: none"> Tout réchauffer Cuire des œufs brouillés |
| 7 | 70 % | <ul style="list-style-type: none"> Cuire des produits à base de pain et de céréales Cuire des plats au fromage et du veau Gâteaux, muffins, brownies et petits gâteaux |
| 6 | 60 % | <ul style="list-style-type: none"> Cuire des pâtes |
| 5 | 50 % | <ul style="list-style-type: none"> Cuire de la viande et du poulet entier Cuire de la crème-dessert Cuire des côtes levées, une côte de bœuf rôtie et un rôti de surlonge |
| 4 | 40 % | <ul style="list-style-type: none"> Cuire des coupes de viande moins tendres Réchauffer des aliments emballés congelés |
| 3 | 30 % | <ul style="list-style-type: none"> Décongeler la viande, la volaille et les fruits de mer Cuire de petites quantités d'aliments Finir de cuire des plats mijotés, des ragoûts et certaines sauces |
| 2 | 20 % | <ul style="list-style-type: none"> Ramollir le beurre et le fromage à la crème Chauffer de petites quantités d'aliments |
| 1 | 10 % | <ul style="list-style-type: none"> Ramollir la crème glacée Faire lever une pâte à la levure |

Cuire en plusieurs étapes

Pour obtenir de meilleurs résultats, certaines recettes au four à micro-ondes nécessitent différentes puissances ou périodes de cuisson. Il est possible de régler votre four à micro-ondes afin qu'il passe automatiquement d'une étape à l'autre (avec un maximum de 2 étapes).

Exemple : cuire de la nourriture à une puissance de 80 % pendant 3 minutes, puis à 50 % pendant 6 minutes et 30 secondes

1. Appuyez sur la touche **Cook Time** (Temps de cuisson).

2. Entrez le temps de cuisson de la première étape à l'aide des touches numériques (le temps de cuisson peut être réglé jusqu'à 99 minutes et 99 secondes).
3 0 0
3. Appuyez une fois sur la touche **Power Level** (Niveau de puissance).

4. Entrez la puissance de cuisson de la première étape à l'aide des touches numériques. Le message **PL8** (puissance de 80 %) s'affiche.
8
5. Appuyez sur la touche **Cook Time** (Temps de cuisson) pour définir la deuxième étape.

6. Entrez le temps de cuisson de la seconde étape à l'aide des touches numériques (le temps de cuisson peut être réglé jusqu'à 99 minutes et 99 secondes).
6 3 0
7. Appuyez sur la touche **Power Level** (Niveau de puissance) pour définir la deuxième étape.

8. Entrez la puissance de cuisson de la seconde étape à l'aide des touches numériques. Le message **PL5** (puissance de 50 %) s'affiche.
5
9. Appuyez sur la touche **START** (Départ).


Une fois la cuisson terminée, le four émet bips sonores et affiche de nouveau l'heure.

Suggestions pour de meilleurs résultats

Pour obtenir le meilleur de votre four à micro-ondes, lisez les suggestions suivantes.

- **Température d'entreposage**
Les aliments qui sortent du congélateur ou du réfrigérateur sont plus longs à cuire que ceux qui sont à la température de la pièce.
- **Dimension**
Les petites portions d'aliments cuisent plus vite que les grosses. Des portions d'aliments de taille et de forme semblables auront tendance à cuire de manière plus uniforme s'ils sont cuits ensemble. Pour obtenir des résultats encore meilleurs, diminuez la puissance lors de la cuisson de grosses portions de nourriture.
- **Humidité naturelle**
Les aliments très humides cuisent de manière plus uniforme, car les micro-ondes chauffent très bien les molécules de l'eau.
- **Mélanger**
Pour mieux répartir la chaleur, mélangez les aliments comme les plats mijotés et les légumes, en partant de l'extérieur vers l'intérieur. Les aliments cuiront plus rapidement. Il n'est pas nécessaire de mélanger constamment.
- **Retourner les aliments**
À mi-cuisson, retournez les aliments comme les côtelettes de porc, les rôtis ou le chou-fleur entier. Tous les côtés seront ainsi également exposés aux micro-ondes.
- **Emplacement des aliments**
Placez les parties fragiles des aliments, comme les pointes d'asperges, vers le centre du plateau tournant.
- **Disposition des aliments**
Placez la partie la plus fine ou la moins charnue des aliments à la forme inégale, comme les morceaux de poulet ou le saumon, vers l'extérieur du plateau tournant.
- **Temps de repos des aliments**
Après avoir retiré l'aliment du four à micro-ondes, couvrez-le avec une feuille de papier d'aluminium ou un couvercle de casserole et laissez-le reposer. La cuisson pourra ainsi se poursuivre au cœur de l'aliment, sans que ses côtés soient trop cuits. Le temps de repos dépend de la densité et de la surface de l'aliment.
- **L'emballage dans un essuie-tout ou un papier ciré**
Les sandwiches et les autres types d'aliments contenant du pain précuit doivent être emballés avant d'être placés dans le four à micro-ondes, afin d'éviter le dessèchement.

CUISSON MANUELLE

Ready Set (Cuisson instantanée)

1 – ready – 2 – set – 3

Il est possible de régler un temps de réchauffage ou de cuisson à la puissance maximale de 1, 2 ou 3 minutes. Utilisez les touches 1, 2 ou 3 pour choisir le temps de cuisson désiré (cette option ne fonctionne qu'avec les touches numériques 1, 2 et 3).

Exemple : effectuer rapidement une cuisson de 2 minutes à la puissance maximale

Appuyez sur les touches 1, 2 ou 3 pour choisir le nombre de minutes de cuisson.

2

Remarque : la fonction **Ready Set** ne peut pas être utilisée avec la fonction **Defrost** (Décongeler) en fonction du poids.

Exhaust High / Low / Off (Ventilation haut/bas/arrêt)

La hotte aspirante élimine la vapeur et les fumées de cuisson de la surface de la cuisinière située sous le four à micro-ondes.

Pour allumer la hotte, appuyez une fois sur la touche **Exhaust High/Low/Off** (Ventilation haut/bas/arrêt) pour la vitesse la plus rapide. Appuyez de nouveau sur la touche pour choisir la vitesse basse (Low), et une troisième fois pour l'éteindre.

exhaust
hi - lo - off

Remarque : Si la température autour du four à micro-ondes augmente trop, la hotte aspirante se met automatiquement en marche à la vitesse LOW, pour le refroidir. Elle s'arrête ensuite automatiquement une fois l'intérieur du four refroidi. Dans cette situation, il est impossible d'éteindre la hotte.

Surface Light / On / Off (Éclairage de surface marche /arrêt)

Appuyez une fois sur la touche **Surface Light/On/Off** (Éclairage de surface marche/arrêt) pour allumer l'éclairage de la surface de cuisson. Appuyez de nouveau sur la touche pour éteindre l'éclairage.

light
on - off

Réglage de la décongélation (en fonction du poids)

Exemple : décongeler un aliment de 452 g (1 lb) à la puissance par défaut de 30 % et avec un temps de cuisson réglé automatiquement

1. Appuyez une fois sur la touche **Defrost** (Décongélation). Le message **0.0** s'affiche.
2. À l'aide des touches numériques, entrez le poids de l'aliment à décongeler en livres (10 = 1 lb). Vous pouvez entrer un poids allant de 0,1 à 6,0 lb (45 g à 2,7 kg).
3. Appuyez sur la touche **START** (Départ).

defrost
wt/time

1 0

start
+ 30 sec

Une fois la décongélation terminée, le four émet bips sonores et affiche de nouveau l'heure.

Remarque : Le poids doit être entré correctement pour que cette fonction se mette en marche. Un poids est valide lorsqu'il est compris entre 0,1 et 6,0 lb (45 g à 2,7 kg).

Réglage de la décongélation (en fonction du temps)

Exemple : décongeler un aliment pendant 5 minutes à la puissance par défaut de 30 %

1. Appuyez deux fois sur la touche **Defrost** (Décongélation). Le message **0:00** s'affiche.
2. Entrez le temps de décongélation choisi à l'aide des touches numériques (le temps de décongélation peut être réglé jusqu'à 99 minutes et 99 secondes).
3. Appuyez sur la touche **START** (Départ).

defrost
wt/time

5 0 0

start
+ 30 sec

Une fois la cuisson terminée, le four émet bips sonores et affiche de nouveau l'heure.

Remarque : La puissance de la décongélation en fonction du poids et celle de la décongélation en fonction du temps ne peuvent être modifiées, sous peine de compromettre l'efficacité de la décongélation.

Remarques concernant la décongélation

- Après avoir appuyé sur la touche **START** (Départ), le décompte du temps restant à la décongélation s'affiche. Le four émet un bip sonore au cours du cycle de décongélation. Ouvrez la porte, retournez l'aliment au besoin et retirez les parties déjà décongelées. Appuyez sur la touche **START** pour reprendre le cycle de décongélation.
- Une fois l'opération terminée, le four émet bips sonores.

Conseils pour la décongélation

- Lorsque vous utilisez la fonction de **décongélation en fonction du poids**, entrez toujours le poids en livres (un poids valide est compris entre 0,1 et 6,0 livres (45 g à 2,7 kg)).
- Utilisez à la fois **la décongélation en fonction du poids** et **la décongélation en fonction du temps** pour les aliments crus seulement. La décongélation est plus efficace lorsque la température de l'aliment à décongeler sort directement d'un congélateur et qu'elle est à une température de -17,8 °C (0° F) ou inférieure. Si l'aliment provient du compartiment de congélation d'un réfrigérateur dont la température est supérieure à -15° C (5° F), programmez un poids ou un temps de décongélation inférieurs pour éviter que l'aliment ne cuise.
- Si l'aliment congelé est sorti du congélateur depuis plus de 20 minutes, entrez un temps de décongélation ou un poids inférieurs.
- La forme de l'emballage a une influence sur le temps de décongélation. Les emballages rectangulaires peu épais décongèlent plus rapidement qu'un bloc de nourriture épais.
- Séparez les morceaux lorsqu'ils commencent à décongeler. Les parties séparées décongèlent plus facilement.
- Recouvrez les parties chaudes avec de petits morceaux de papier d'aluminium si elles commencent à chauffer.
- Vous pouvez utiliser de petits morceaux de papier d'aluminium pour recouvrir les aliments comme les ailes de poulet, les morceaux de cuisse et les queues de poisson, sans toutefois laisser le papier toucher les parois intérieures du four lors de la décongélation.

Suggestions pour la décongélation des viandes

Pour obtenir de meilleurs résultats, veuillez lire ces suggestions pour la décongélation des viandes.

| Viande | Quantité normale | Suggestions |
|--|-------------------------------|--|
| • Rôti de bœuf ou de porc | 1,13 à 2,7 kg (2,5 à 6 lb) | Placez la viande en tournant le côté gras vers le bas. Après chaque étape, retournez l'aliment et recouvrez les parties chaudes avec d'étroites bandes de papier d'aluminium. Laissez reposer à couvert pendant 15 à 30 minutes. |
| • Steaks, côtelettes ou poisson | 0,2 à 1,3 kg (0,5 à 3 lb) | Après chaque étape, changez la disposition de la nourriture. Recouvrez les parties chaudes ou décongelées avec d'étroites bandes de papier d'aluminium. Retirez toutes les parties presque décongelées. Laissez reposer à couvert pendant 5 à 10 minutes. |
| • Viande hachée | 0,2 à 1,3 kg (0,5 à 3 lb) | Après chaque étape, retirez toutes les parties presque décongelées. Laissez reposer à couvert sous une feuille de papier d'aluminium pendant 5 à 10 minutes. |
| • Poulet entier | 1,13 à 2,7 kg (2,5 à 6 lb) | Retirez les abattis avant de congeler la volaille. Commencez la décongélation en plaçant la poitrine vers le bas. Après la première étape, retournez le poulet et recouvrez les parties chaudes avec d'étroites bandes de papier d'aluminium. Après la seconde étape, recouvrez à nouveau les parties chaudes avec d'étroites bandes de papier d'aluminium. Laissez reposer à couvert dans le réfrigérateur pendant 30 à 60 minutes. |
| • Morceaux de poulet | 0,2 à 1,3 kg (0,5 à 3 lb) | Après chaque étape, changez la disposition des parties presque décongelées ou retirez-les. Laissez reposer à couvert pendant 10 à 20 minutes. |

CUISSON MANUELLE

Réchauffage

La fonction de réchauffage propose 3 réglages prédéfinis pour vous simplifier la vie.

Exemple : réchauffer 3 portions de pâtes

- Appuyez 3 fois sur la touche **Reheat** (Réchauffage) pour choisir la catégorie des pâtes. Le message **24** s'affiche (consultez le tableau des catégories de réchauffage).



- Appuyez sur la touche **START** (Départ).



| Réchauffage Catégorie | Appuyez | Affichage |
|-----------------------|---------|-----------|
| Assiette | 1 fois | 8 Oz |
| Plat mijoté | 2 fois | 16 Oz |
| Pâtes | 3 fois | 24 Oz |

Suggestions pour réchauffer

| Réchauffage | Instructions | Quantité |
|-------------|--|---------------------------|
| Assiette | <p>Ne réchauffez que des aliments précuits et réfrigérés. Couvrez l'assiette avec de la pellicule plastique ou de papier ciré repliée sous l'assiette et laissant passer l'air. Si la fonction Reheat ne réchauffe pas suffisamment les aliments à votre goût, continuez à réchauffer en utilisant les réglages manuels de temps et de puissance.</p> <p>Contenu :</p> <ul style="list-style-type: none"> • 85 à 110 g (3 à 4 oz) de viande, de volaille ou de poisson (jusqu'à 170 g (6 oz) avec les os) • ½ tasse de féculents (pommes de terre, pâtes, riz, etc.) • ½ tasse de légumes (environ 85 à 110 g ou 3 à 4 oz) | 1 portion (1 assiette) |
| Plat mijoté | Couvrez l'assiette avec un couvercle ou une pellicule plastique. Si la fonction Reheat (Réchauffage) ne réchauffe pas suffisamment les aliments à votre goût, continuez à les réchauffer en utilisant les réglages manuels de temps et de puissance. | 1 à 4 portions |
| Pâtes | <p>Remuez avant de servir.</p> <p>Contenu :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Plat mijoté réfrigéré (par exemple, ragoût de bœuf ou lasagnes) • Spaghetti et ravioli en conserve, aliments réfrigérés. | |

Faire dorer/griller vos aliments

Il existe dix températures de convection : 100F, 150F, 250F, 275F, 300F, 325F, 350F, 375F, 400F, 425F.

La cuisson par convection utilise un système de chauffe qui fait augmenter la température de l'air à l'intérieur du four. Vous pouvez régler la température du four entre 100 et 425°F. Un ventilateur permet de faire circuler cet air chaud dans le four, autour et sur les aliments, leur apportant une couleur dorée, croustillante, et un moelleux au centre.

Puisque l'air chaud est continuellement en mouvement, aucune couche d'air froid ne peut se déposer autour des aliments, ce qui explique que certains aliments cuisent plus vite qu'au four traditionnel.

Pour de meilleurs résultats...

Utilisez toujours l'étagère lorsque vous utilisez la cuisson par convection.

Pour cuire des pâtisseries, réduisez la température de cuisson de 25°F.

L'étagère permet la bonne circulation de l'air et la dorure des aliments.

Consultez la section 'Astuces de cuisson' (P 20) pour découvrir nos suggestions d'ustensiles.

Faire dorer/griller vos aliments avec préchauffage

Exemple : pour faire cuire des aliments pendant 5 minutes à 250°F au moyen de la fonction **Bake/brown** avec préchauffage

1. Une fois sur la touche **Bake/brown** 
2. sur la touche Température pour sélectionner la température de votre choix. N'indiquez pas de suite la durée de cuisson. (Vous l'indiquerez par la suite, après avoir préchauffé le four.) 
3. sur la touche **Start/+30SEC.** pour commencer le préchauffage (une fois le four préchauffé, il émettra un signal sonore.) 
4. les aliments dans le four. Indiquez le temps de cuisson au moyen du pavé numérique (si vous n'avez rien tapé après 5 minutes, le four s'éteindra automatiquement.) 
5. sur la touche **Start/+30SEC** pour lancer la cuisson. Lorsque la cuisson est terminée, le four émet un signal sonore et s'éteint. 

Faire dorer/griller vos aliments sans préchauffage

Exemple : pour faire cuire des aliments pendant 5 minutes à 250°F au moyen de la fonction **Bake/brown** sans préchauffage

1. Recette ne nécessite pas de préchauffage, appuyez une fois sur la touche **"Bake/brown"**. 

2. Sur la touche Température pour sélectionner la température de votre choix. 
3. Sur **"Bake/brown"** pour confirmer la température.
4. Le pavé numérique pour régler le temps de cuisson. 
5. Sur la touche **"Start/+30SEC."** pour démarrer le four. 

Cuisson simultanée

La cuisson simultanée offre les meilleurs avantages de la cuisson par convection et de l'énergie micro-ondes. La cuisson au micro-onde est rapide et la cuisson par convection permet la circulation de l'air chaud sur les aliments pour les faire dorer. Vous pouvez régler la température du four entre 100°F et 425°F.

Pour de meilleurs résultats...

Utilisez toujours l'étagère lorsque vous utilisez la cuisson par convection.

Pour cuire des pâtisseries, réduisez la température de cuisson de 25°F.

L'étagère permet la bonne circulation de l'air et la dorure des aliments.

Consultez la section 'Astuces de cuisson' (P. 20) pour découvrir nos suggestions d'ustensiles

Cuisson simultanée : convection+ micro-ondes

Exemple : pour cuire des aliments pendant 5 minutes avec la cuisson simultanée.

1. Sur la touche Bake+micro. 
2. Le pavé numérique pour régler la durée de cuisson. 
3. Sur la touche **"Start/+30SEC."** pour lancer la cuisson. 

Remarques :

- La section Astuces de cuisson pour connaître les ustensiles à utiliser pour la cuisson simultanée.
- Pas d'ustensiles en métal lorsque vous utilisez la cuisson simultanée.
- Viande dans un plat en verre sur dessous-de-plat pour récupérer le jus et éviter les éclaboussures.
- Viande plus dorée et croustillante, les rôtis entiers doivent être placés dans un plat en verre, directement placé sur l'étagère du four.
- Aliments trop grands pour entrer dans le four, vous pouvez retirer le dessous-de-plat. Si besoin, retirez l'étagère et placez directement le plat sur le plateau tournant.

CUISSON MANUELLE

Cuisson Par convection

- Utilisez le trépied métallique lorsque vous utilisez la cuisson par convection.
- Préchauffez toujours le four avant d'utiliser la cuisson par convection.
- Evitez d'ouvrir la porte du four en cours de cuisson- chaque fois que la porte est ouverte, le four perd de la chaleur et ceci peut perturber la cuisson.

Biscuit et pain

| Type | Température | Durée | Remarques |
|----------------------------------|-------------|---------------|--|
| Biscuits | 400°F | 20-30 minutes | Les biscuits industriels congelés prennent 2 à 4 minutes de moins. |
| Muffins | 350°F | 15-20 minutes | Retirez du moule et placez directement sur le support. |
| Pain aux noix ou aux fruits secs | 350°F | 55-70 minutes | |
| Pain | 350°F | 55-65 minutes | |
| Petits pains/pains au sucre | 350°F | 40-50 minutes | Graissez la plaque de cuisson. |

Gâteaux

| Type | Température | Durée | Remarques |
|-------------------|-------------|---------------|--|
| Gâteau au fromage | 350°F | 65-75 minutes | Après la cuisson, ouvrez la porte du four délicatement et laissez le gâteau au fromage dans le four pendant encore 30 minutes. |
| Gâteau au café | 350°F | 30-40 minutes | |
| Cupcake | 350°F | 20-30 minutes | |
| Cake aux fruits | 300°F | 85-95 minutes | |
| Pain d'épice | 350°F | 40-45 minutes | |

Cuisson simultanée

La cuisson simultanée permet de rendre les aliments dorés et croustillants.

| Type | Quantité | Durée | Remarques |
|-------------------------------|------------|---|---|
| Hamburger | 4oz | 16-19 minutes pour deux | Placez sur une assiette au micro-ondes, retirez la graisse et retournez à mi-cuisson. |
| Rôti de rumsteak | 1.0kg | Bleu : 15-20 minutes Saignant : 21-25 minutes Bien cuit : 26-30 minutes | Placez la viande, assaisonnez-la, recouvrez si besoin. Après la cuisson, laissez au four encore 15 minutes. |
| Agneau (rôti, farci, désossé) | 2 tranches | Bleu : 15-20 minutes Saignant : 21-25 minutes Bien cuit : 26-30 minutes | Placez la viande, assaisonnez et appliquez la marinade. Faites cuire à une température maximum de 170°F. La viande doit être rose. Retournez à mi-cuisson. Après la cuisson, couvrez d'aluminium et laissez encore dans le four pendant 15 minutes. |
| Porc | 2 tranches | Bleu : 13-17 minutes Saignant : 18-23 minutes Bien cuit : 24-29 minutes | Placez la viande, assaisonnez et appliquez la marinade. Faites cuire à une température maximum de 170°F. La viande doit être rose. Retournez à mi-cuisson. Après la cuisson, couvrez d'aluminium et laissez encore dans le four pendant 5 minutes. |
| Porc | 4 tranches | Bleu : 15-19 minutes Saignant : 20-25 minutes Bien cuit : 30-35 minutes | Placez la viande, assaisonnez et appliquez la marinade. Faites cuire à une température maximum de 170°F. La viande doit être rose. Retournez à mi- |

CUISSON MANUELLE

Astuces de cuisson

Cuisine par convection

Les casseroles métalliques sont recommandées pour tous les types de produits industriels, mais principalement ceux qui ont besoin d'être dorés/croustillants.

Les casseroles métalliques antiadhésives sont plus adaptées aux gâteaux, cookies ou muffins car elles reflètent la chaleur et aident à donner du croustillant au produit.

Les casseroles en verre, en vitrocéramique ou les moules à pâtisserie sont plus adaptés à la cuisson des recettes à base d'œufs et de fromage car le verre se lave plus facilement.

Cuisine simultanée

Les plats en verre ou en vitrocéramique sont conseillés. Assurez-vous d'utiliser des ustensiles sans métal car cela pourrait provoquer un arc (étincelle) dans le four ou sur l'étagère du four, ce qui pourrait endommager le matériel, l'étagère ou le four.

Les plats à micro-ondes en plastique résistants à la chaleur (pouvant supporter jusqu'à 450°F) peuvent être utilisés, mais ils ne sont pas conseillés pour les aliments devant être croustillants ou dorés, car le plastique est un mauvais conducteur de chaleur.

| Ustensile | Micro-ondes | Dorer/griller | Simultanée |
|--|-------------|---------------|------------|
| Verre résistant à la chaleur, vitrocéramique (Pyrex®, Fire King®, Corning Ware®, etc.) | Oui | Oui | Oui |
| Métal | Non | Oui | Non |
| Verre non résistant à la chaleur | Non | Non | Non |
| Films plastiques et emballages | Oui | Oui | Oui |
| Sacs plastique micro-ondes | Oui | Non | Non |
| Produits en papier | Oui | Non | Non |
| Paille, osier et bois | Oui | Non | Non |

- N'utilisez que des ustensiles micro-ondes résistants à 450°F.

Sélectionnez la meilleure méthode de cuisson

Suivez les consignes suivantes pour trouver la méthode de cuisson la plus adaptée. Certaines recettes peuvent être adaptées aux différentes méthodes de cuisson.

- ① — Meilleure méthode
 ② — Méthode alternative
 N/R — Non recommandé

| <i>Aliments</i> | <i>Microwave</i> | <i>Combination</i> | <i>Bake/Brown</i> |
|----------------------------------|------------------|--------------------|-------------------|
| Apéritifs | | | |
| Dips et pâtes à tartiner | ① | N/R | N/R |
| Petites pâtisseries | ② | ① | ② |
| Boissons | | | |
| | ① | N/R | N/R |
| Sauces et Toppings | | | |
| | ① | N/R | N/R |
| Sopas y Guisados | | | |
| | ① | ② | N/R |
| Viandes | | | |
| Décongélation | ① | N/R | N/R |
| Rôtisserie | ② | ① | ② |
| Volailles | | | |
| Décongélation | ① | N/R | N/R |
| Rôtisserie | ② | ① | ② |
| Poissons et fruits de mer | | | |
| Décongélation | ① | N/R | N/R |
| Cuisson | ① | ② | N/R |
| Casseroles | | | |
| | ② | ① | ② |
| Œufs et fromages | | | |
| Brouillés, Omelettes | ① | N/R | ② |
| Quiches, Soufflés | ② | ② | ① |
| Légumes, (frais) | | | |
| | ① | N/R | N/R |
| Pains | | | |
| Rapides | ② | ① | ② |
| Levure | N/R | ② | ① |
| Muffins, Gâteaux au café | | | |
| | ② | ① | ② |
| Desserts | | | |
| Gâteaux, pâtisseries, Donuts | ② | ① | ② |
| Gâteau des anges, Gâteau chiffon | N/R | N/R | ① |
| Costarde et puddings | ① | N/R | N/R |
| Cookies | ② | ① | ② |
| Fruits | ① | N/R | N/R |
| Tartes et Tourtes | N/R | ② | ① |
| Sucreries | ① | N/R | N/R |
| Légumes blancs | | | |
| | ① | N/R | N/R |
| Aliments congelés | | | |
| | ① | ② | ② |

AUTO COOKING (CUISSON AUTO)

Popcorn (Maïs éclater)

⚠ ATTENTION

- **NE LAISSEZ PAS** le four sans surveillance lorsque le maïs éclate.

La fonction Maïs éclaté permet de cuire 3 tailles différentes d'emballages commerciaux de maïs à éclater. Consultez le tableau ci-dessous pour connaître le réglage à utiliser.

| Quantité | Appuyez sur la touche Popcorn (Maïs éclaté) |
|----------------------------------|---|
| 50 g (1,75 oz) | 1 fois |
| 85 g (3 oz) (réglage par défaut) | 2 fois |
| 100 g (3,5 oz) | 3 fois |

Exemple : éclater automatiquement un sac de 85 g (3 oz) de maïs

1. Appuyez sur la touche **Popcorn** (Maïs éclaté) (1, 2 ou 3 fois, consultez le tableau ci-dessus pour modifier le nombre de portions). 
2. Appuyez sur la touche **START** (Départ). 

Une fois terminé, le four à micro-ondes émet bips sonores.

Potato (Pommes de terre)

La fonction Pommes de terre permet de cuire automatiquement 1, 2 ou 3 pommes de terre (le temps de cuisson est basé sur un poids de 0,22 à 1,19 kg (8 à 24 oz)). Consultez le tableau ci-dessous pour connaître le réglage à utiliser.

| Quantité | Appuyez sur la touche Potato (Pommes de terre) |
|---------------------------------------|--|
| 1 pomme de terre (réglage par défaut) | 1 fois |
| 2 pommes de terre | 2 fois |
| 3 pommes de terre | 3 fois |
| 4 pommes de terre | 4 fois |

Exemple : cuire automatiquement 1 pomme de terre

1. Appuyez sur la touche **Potato** (Pommes de terre) (1, 2 ou 3 fois, consultez le tableau ci-dessus pour modifier le nombre de portions). 
2. Appuyez sur la touche **START** (Départ). 

Une fois terminé, le four à micro-ondes émet bips sonores.

Remarques :

- Avant la cuisson, percez les pommes de terre à plusieurs endroits avec une fourchette.
- Après la cuisson, laissez reposer les pommes de terre pendant 5 minutes.

Beverage (Boissons)

La fonction Beverage (Boissons) permet de chauffer 1, 2 ou 3 tasses de boisson. Consultez le tableau ci-dessous pour connaître le réglage à utiliser.

| Quantité | Appuyez sur la touche Beverage (Boissons) ^e |
|-----------------------------------|--|
| 1 tasse (environ 230 g ou 8 oz) | 1 fois (réglage par défaut) |
| 2 tasses (environ 460 g ou 16 oz) | 2 fois |
| 3 tasses (environ 680 g ou 24 oz) | 3 fois |

Exemple : réchauffer 1 tasse de boisson

1. Appuyez sur la touche **Beverage** (Boissons) (1, 2 ou 3 fois, consultez le tableau ci-dessus pour modifier le nombre de portions). 
2. Appuyez sur la touche **START** (Départ). 

Une fois terminé, le four à micro-ondes émet bips sonores.

AUTO COOKING (CUISSON AUTO)

Suggestions de cuisson prédéfinie

| Catégories prédéfinies | Quantité | Suggestions |
|--------------------------|--|---|
| Popcorn (Maïs éclater) | 50 g à 100 g (1,75 à 3,5 oz) 1 emb. | Ne cuisez à la fois qu'un seul sac de maïs à éclater conçu pour le four à micro-ondes. Faites preuve de prudence lorsque vous retirez le sac brûlant du four et que vous l'ouvrez. Laissez refroidir le four pendant 5 minutes au moins avant de l'utiliser à nouveau. |
| Potato (Pommes de terre) | 1-3 pommes de terre 220 à 680 g (8 à 24 oz) | Percez les pommes de terre à plusieurs endroits avec une fourchette. Disposez-les en cercle sur le plateau tournant. Une fois la cuisson terminée, laissez-les reposer durant 3 à 5 minutes. Laissez refroidir le four pendant 5 minutes au moins avant de l'utiliser à nouveau. Appuyez sur les touches start/+30sec (Départ/+30 sec.) pour augmenter le temps de cuisson des plus grosses pommes de terre. |
| Beverage (Boissons) | 1-3 tasses (220 à 680 g ou 8 à 24 oz) | Utilisez une tasse à mesurer ou une tasse allant au four à micro-ondes. Ne couvrez pas. Placez la nourriture dans le four. Après le réchauffage, mélangez bien. Laissez refroidir le four pendant 5 minutes au moins avant de l'utiliser à nouveau. Les boissons chauffées avec cette fonction peuvent être brûlantes. Prenez des précautions pour retirer le contenant. |

TABLEAUX DE CUISSON

Cuire de la viande dans votre four à micro-ondes

Vérifiez que vous disposez bien la viande préparée sur la grille de rôtissage d'un plat allant au four à micro-ondes. Commencez à cuire la viande avec le côté gras vers le bas. Au besoin, disposez d'étroites bandes de papier d'aluminium pour protéger les parties osseuses ou peu charnues. Après la cuisson, vérifiez la température à plusieurs endroits avant de laisser la viande reposer durant la période recommandée. Veuillez noter que les températures indiquées dans les tableaux suivants sont celles des pièces de viande à la sortie du four. Cette température augmente pendant le temps de repos.

| Viande | Puissance | Temps de cuisson | Instructions |
|--|--|--|--|
| • Rôti de bœuf sans os (jusqu'à 1,8 kg ou 4 lb) | Élevé (10) pendant 5 minutes, puis moyen (5) | 12 à 17 min/lb à 71 °C (160 °F) (moyen) | Disposez le rôti avec le côté gras vers le bas sur la grille de rôtissage. Couvrez avec du papier ciré. Retournez-le à mi-cuisson. Laissez reposer* pendant 10 à 15 minutes. |
| | | 14 à 19 min/lb à 82 °C (170 °F) (bien cuit) | |
| • Rôti de porc avec ou sans os jusqu'à 1,8 kg ou 4 lb) | Élevé (10) pendant 5 minutes, puis moyen (5) | 15 à 20 min/lb à 77 °C (170 °F) (bien cuit) | Disposez le rôti avec le côté gras vers le bas sur la grille de rôtissage. Couvrez avec du papier ciré. Retournez-le à mi-cuisson. Laissez reposer* pendant 10 à 15 minutes. |

* La température peut augmenter de 12° C (10° F) au cours de la période de repos.

| Viande | Cuisson | Retirez du four | après un temps de repos (10 à 15 min) |
|------------|--------------------------------|-----------------|---------------------------------------|
| • Bœuf | Moyen Bien cuit | 65 °C (150 °F) | 65 °C (150 °F) |
| | | 71 °C (160 °F) | 71 °C (160 °F) |
| • Porc | Moyen Bien cuit | 65 °C (150 °F) | 65 °C (150 °F) |
| | | 71 °C (160 °F) | 71 °C (160 °F) |
| • Volaille | Viande brune Viande blanche | 77 °C (170 °F) | 77 °C (170 °F) |
| | | 71 °C (160 °F) | 71 °C (160 °F) |

Cuire de la volaille dans votre four à micro-ondes

Vérifiez que vous disposez bien la volaille sur la grille de rôtissage d'un plat allant au four à micro-ondes. Couvrez la volaille avec du papier ciré pour empêcher les éclaboussures. Couvrez les parties osseuses ou peu charnues, ou celles qui commencent à trop cuire, avec d'étroites bandes de papier d'aluminium. Après la cuisson, vérifiez la température à plusieurs endroits avant de laisser la viande reposer durant la période recommandée.

| Volaille | Temps de cuisson/puissance | Instructions |
|---|---|---|
| • Poulet entier (jusqu'à 1,8 kg ou 4 lb) | Temps de cuisson : 7 à 10 min/lb 82 °C (180 °F) pour la viande brune 77 °C (170 °F) pour la viande blanche Puissance : moyen élevé (7) | Disposez le poulet avec la poitrine vers le bas sur la grille de rôtissage. Couvrez avec du papier ciré. Retournez-le à mi-cuisson. Cuisez jusqu'à ce que le jus soit clair lorsqu'il coule et que la viande ne soit plus rose près de l'os. Laissez reposer pendant 5 à 10 minutes. |
| • Morceaux de poulet (jusqu'à 1,8 kg ou 4 lb) | Temps de cuisson : 7 à 10 min/lb 82 °C (180 °F) pour la viande brune 77 °C (170 °F) pour la viande blanche Puissance : moyen élevé (7) | Placez le poulet dans le plat avec l'os vers le bas et les parties les plus minces vers l'intérieur. Couvrez avec du papier ciré. Retournez-le à mi-cuisson. Cuisez jusqu'à ce que le jus soit clair lorsqu'il coule et que la viande ne soit plus rose près de l'os. Laissez reposer pendant 5 à 10 minutes. |

Cuire des œufs dans votre four à micro-ondes

- Ne cuisez jamais d'œufs dans leur coquille et ne réchauffez jamais d'œufs durs non écalés, ils pourraient exploser.
- Percez toujours les œufs entiers pour les empêcher d'éclater.
- Ne cuisez les œufs que durant le temps indiqué : ils durcissent lorsqu'ils sont trop cuits.

NETTOYAGE ET ENTRETIEN

Cuire des légumes dans votre four à micro-ondes

- Les légumes doivent être lavés immédiatement avant la cuisson. Il est rare de devoir ajouter de l'eau. S'il s'agit de légumes compacts comme les pommes de terre, les carottes et les légumes verts, ajoutez environ ¼ tasse d'eau.
- Les petits légumes (carottes en rondelles, pois, haricots de Lima, etc.) cuiront plus vite que les plus gros.
- Les légumes entiers, comme les pommes de terre, la courge poivrée ou le maïs en épis doivent être disposés en cercle sur le plateau tournant avant la cuisson. Ils cuiront de manière plus uniforme s'ils sont retournés à la mi-cuisson.
- Disposez toujours la tige des légumes comme les asperges et le brocoli vers les parois du plat, et la tête vers le centre.
- Lors de la cuisson de légumes coupés, couvrez toujours le plat avec un couvercle ou une pellicule plastique laissant passer l'air.
- Avant la cuisson, percez à plusieurs endroits la peau des légumes entiers et non épluchés comme, par exemple, les pommes de terre, les courges et les aubergines, pour les empêcher d'éclater.
- Pour une cuisson plus uniforme, mélangez les légumes à mi-cuisson ou changez leur disposition.
- En général, plus l'aliment est compact, plus le temps de repos est long. Par exemple, il faut attendre 5 minutes avant de servir des pommes de terre cuites tandis que des petits pois peuvent être consommés immédiatement.

Cuire des fruits de mer dans votre four à micro-ondes

Placez le poisson sur la grille de rôtissage d'un plat allant au four à micro-ondes. Cuisez le poisson jusqu'à ce qu'il s'émiette facilement avec une fourchette. Pour cuire le poisson à la vapeur, utilisez un couvercle qui couvre bien. Couvrez avec une feuille de papier ciré ou un essuie-tout si vous voulez moins de vapeur. Veillez à ne pas trop cuire le poisson. Vérifiez la cuisson au temps de cuisson minimum avant de continuer.

| Fruits de mer | Temps et puissance de cuisson | Instructions |
|---|---|--|
| Darnes de poisson Jusqu'à 0,68 kg (1½ lb). | Temps de cuisson : 7 à 11 min/lb Puissance : moyen élevé (7) | Disposez le poisson sur la grille de rôtissage en plaçant les parties plus charnues vers l'extérieur du plat. Couvrez avec du papier ciré. Retournez le poisson à mi-cuisson et changez sa disposition. Poursuivez la cuisson jusqu'à ce le poisson s'émiette facilement avec une fourchette. Laissez reposer de 3 à 5 min. |
| Filets de poisson Jusqu'à 0,68 kg (1½ lb). | Temps de cuisson : 4 à 8 min/lb Puissance : moyen élevé (7) | Disposez les filets dans un plat à cuisson, en tournant les parties plus minces vers le bas. Couvrez avec du papier ciré. Si l'épaisseur du filet est supérieure à 1,2 cm (½ po), retournez-le et changez sa disposition à mi-cuisson. Poursuivez la cuisson jusqu'à ce le poisson s'émiette facilement avec une fourchette. Laissez reposer de 2 à 3 min. |
| Crevettes Jusqu'à 0,68 kg (1 1/2 lb). | Temps de cuisson : 4 à 6 min/lb Puissance : moyen élevé (7) | Disposez les crevettes dans un plat à cuisson sans les superposer. Couvrez avec du papier ciré. Cuisez-les jusqu'à ce qu'elles deviennent fermes et opaques. Mélangez-les 2 ou 3 fois. Laissez reposer 5 min. |

NETTOYAGE ET ENTRETIEN

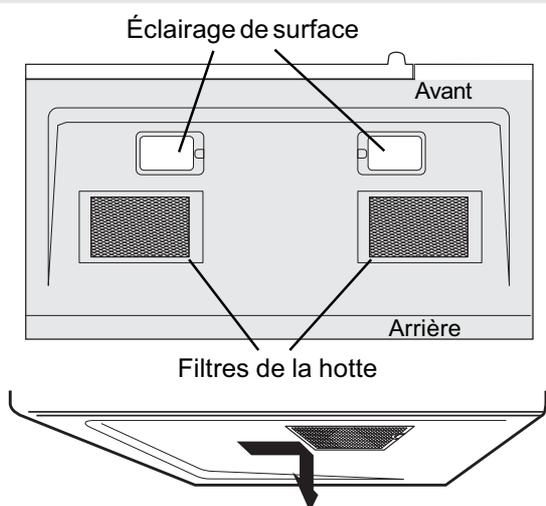
Débrancher le cordon d'alimentation avant de nettoyer ou laisser la porte ouverte pour désactiver le four lors du nettoyage.

Nettoyer les filtres de la hotte

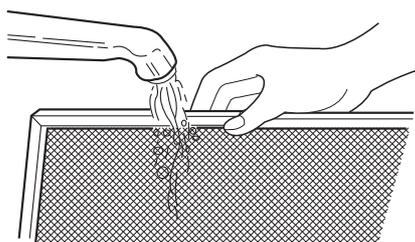
Les filtres de la hotte du four doivent souvent être retirés et nettoyés, en général au moins une fois par mois.

⚠ ATTENTION

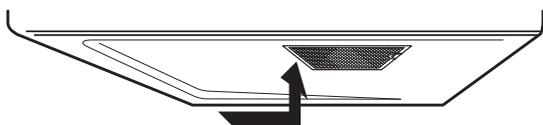
Afin d'éviter les blessures ou des dommages matériels, n'utilisez pas la hotte du four si les filtres ne sont pas correctement installés.



1. Pour retirer un filtre, faites-le glisser sur le côté. Tirez ensuite le filtre vers le bas et poussez l'autre côté. Le filtre se détache. Répétez l'opération pour le second filtre.



2. Faites tremper les filtres dans un mélange d'eau chaude et de détergent doux. Rincez bien et secouez pour sécher ou les lavez au lave-vaisselle. **N'utilisez pas d'ammoniaque. L'aluminium contenu dans le filtre se corroderait et se ternirait.**



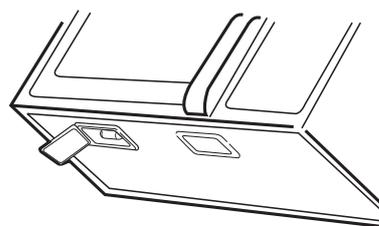
3. Pour réinstaller le filtre, glissez-le dans la fente et poussez vers le haut en direction du four pour le verrouiller. Recommencez la procédure pour installer le second filtre:

Remplacement des ampoules de l'éclairage de surface

⚠ ATTENTION

Afin d'éviter les blessures ou des dommages matériels, portez des gants lors du remplacement des ampoules.

1. Débranchez le four à micro-ondes ou coupez la source de courant au disjoncteur du circuit général.
2. Retirez les vis des deux couvercles des ampoules situés sous le four.



3. Remplacez l'ampoule par une ampoule de 40 watts pour électroménagers.
4. Remettez le couvercle et les vis en place.
5. Rebranchez le four à micro-ondes ou rétablissez le courant électrique au disjoncteur du circuit principal.

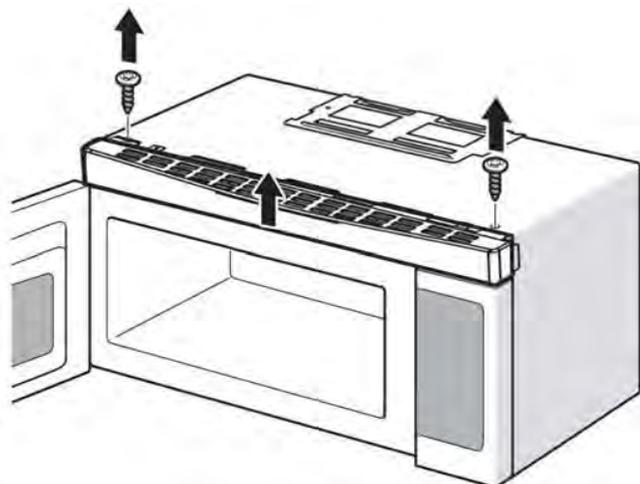
NETTOYAGE ET ENTRETIEN

Débrancher le cordon d'alimentation avant de nettoyer ou laisser la porte ouverte pour désactiver le four lors du nettoyage.

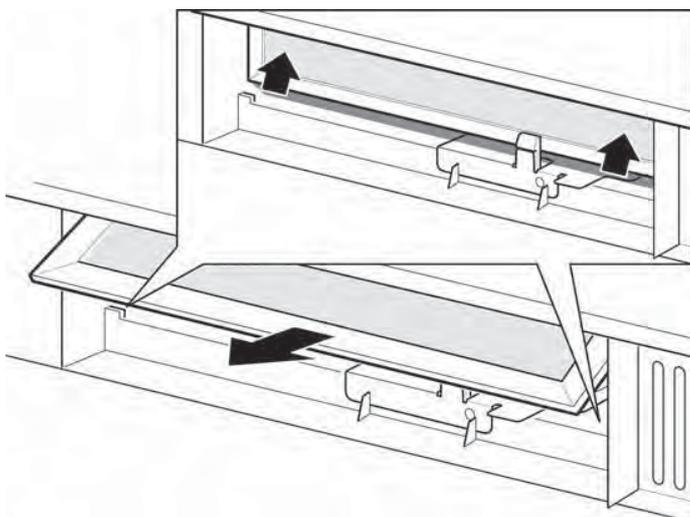
Remplacement de la lampe du four

Le filtre au charbon de bois, installé dans votre four, est pour les installations non-ventilées où l'air est remis en circulation. Le filtre doit être changé tous les 6 ou 12 mois selon l'usage.

1. Déconnectez le courant au panneau de disjoncteurs ou débranchez le four.
2. Enlevez les vis de montage de la grille de ventilation
3. Enlevez la grille de ventilation de l'unité



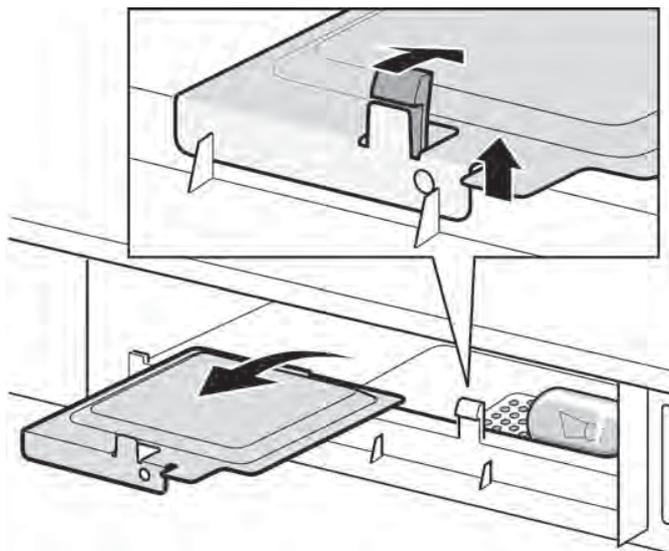
4. Retirez le filtre à charbon en appuyant dessus, puis tournez-le et retirez-le de l'unité



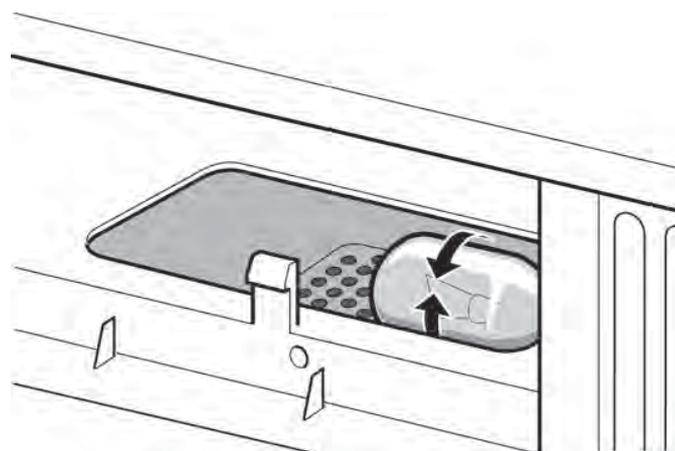
Remplacement de le filtre à charbon

Enlevez l'évent à lame comme indiquée aux étapes 1 à 4 ci-dessus et le filtre à charbon de bois s'il y en a un.

1. Ouvrez le couvercle de l'ampoule, situé derrière le support de filtre en tirant soigneusement sur le rebord avant



2. Retirez l'ampoule et la remplacez par une ampoule 30 W équivalente, obtenue auprès d'un distributeur de pièces. Vous pouvez également obtenir les ampoules dans la plupart des quincailleries ou détaillants de luminaires.



REMARQUE : NE PAS UTILISER UNE AMPOULE DE PLUS DE 30 W

3. Réinstallez le couvercle de lampe en appuyant soigneusement jusqu'à ce qu'il clique en place. Réinstallez le filtre à charbon. Remplacez la grille de ventilation (en l'insérant dans les languettes inférieures et supérieures), puis vissez les vis de montage de la grille.

NETTOYAGE ET ENTRETIEN

Débrancher le cordon d'alimentation avant de nettoyer ou laisser la porte ouverte pour désactiver le four lors du nettoyage.

Suggestions pour le nettoyage

Pour des résultats de cuisson optimaux et pour des raisons de sécurité, gardez l'intérieur et l'extérieur du four propres. Faites particulièrement attention à ne laisser aucune nourriture ou graisse s'accumuler sur le panneau intérieur de la porte et sur le cadre avant.

N'utilisez jamais de tampons ou de poudre à récuser pour nettoyer le four à micro-ondes. Essuyez l'intérieur et l'extérieur du four avec un chiffon doux et un mélange d'eau tiède et de détergent doux. Rincez et séchez complètement.

Essuyez immédiatement les éclaboussures avec un essuie-tout humide, surtout après la cuisson d'aliments gras comme le poulet ou le bacon.

Nettoyez votre four à micro-ondes au moins une fois par semaine, au besoin.

Suivez ces instructions pour nettoyer et entretenir votre four à micro-ondes :

- Gardez l'intérieur du four propre (cavité). Les débris d'aliments et les renversements de liquide peuvent adhérer aux parois du four et réduire son efficacité.
- Essuyez immédiatement les renversements. Utilisez un chiffon propre mouillé et du savon doux. **N'UTILISEZ PAS** de détergents puissants ou abrasifs.
- Pour mieux détacher les débris d'aliments ou de liquides, faites chauffer 2 tasses d'eau (avec le jus d'un citron si vous voulez donner une odeur de fraîcheur à votre four) dans une tasse à mesurer de 4 tasses à la puissance maximale pendant 5 minutes, ou jusqu'à ébullition. Laissez reposer dans la cavité du four pendant 1 ou 2 minutes.
- Retirez le plateau tournant en verre du four lorsque vous nettoyez les parois intérieures ou le plateau. Pour ne pas casser le plateau tournant, manipulez-le avec précautions et ne le mettez pas dans l'eau immédiatement après une cuisson. Lavez le plateau tournant dans de l'eau tiède savonneuse ou au lave-vaisselle.
- Nettoyez les surfaces extérieures avec du savon et un chiffon propre mouillé. Séchez avec un linge propre et doux. Pour éviter de causer des dégâts aux parties mécaniques du four, ne laissez pas l'eau s'infiltrer dans les ouvertures ou les aérations.
- Lavez le hublot de la porte avec du savon très doux et de l'eau. Veillez à utiliser un chiffon doux pour éviter d'égratigner la surface du hublot.
- Si de la vapeur se dépose à l'intérieur ou à l'extérieur de la porte du four, essuyez-la avec un chiffon doux. La va

peut s'accumuler lorsque le four fonctionne dans un environnement très humide. Elle n'indique en aucun cas une défaillance du four à micro-ondes.

- N'utilisez jamais le four à vide : vous pourriez endommager le magnétron ou le plateau en verre. Lorsque vous ne l'utilisez pas, vous pouvez laisser une tasse d'eau dans le four pour éviter de l'endommager au cas où il serait utilisé par accident.

Comment nettoyer l'intérieur de votre four

Les parois, le centre, l'intérieur de la vitre et les éléments métalliques/plastique de la porte.

Certaines tâches peuvent être retirées au moyen d'une serviette en papier, alors que d'autres nécessitent l'utilisation d'un tissu humide. Retirez les tâches de graisse au moyen d'un tissu spongieux. N'utilisez pas d'agents abrasifs ni d'ustensiles pointus sur les parois du four.

Pour nettoyer la surface de la porte et ses contours, utilisez un agent non abrasif et une éponge ou un chiffon doux. Rincez avec un tissu spongieux et séchez.

N'utilisez aucune solution nettoyante vendue dans le commerce.

Plateau tournant et support mobiles

Pour éviter les cassures, ne passez pas le plateau tournant sous l'eau tout de suite après la cuisson. Nettoyez-le délicatement au moyen d'une eau tiède savonneuse, ou placez-le directement au lave-vaisselle. Le plateau tournant et le support mobiles peuvent se casser si vous les laissez tomber. Pensez à toujours vérifier le bon positionnement du plateau avant d'utiliser le four.

Comment nettoyer l'extérieur de votre four

N'utilisez pas de solutions contenant de l'ammoniac ou de l'alcool sur le micro-onde. L'ammoniac et l'alcool peuvent endommager l'aspect du four.

Exemple

Nettoyez l'extérieur du micro-ondes avec un tissu spongieux. Rincez avec un tissu humide puis séchez. Essuyez la vitre avec un tissu humide.

NETTOYAGE ET ENTRETIEN

Débrancher le cordon d'alimentation avant de nettoyer ou laisser la porte ouverte pour désactiver le four lors du nettoyage.

Commandes et portes

Essuyez avec un tissu humide. Séchez entièrement. N'utilisez pas de sprays abrasifs, de grandes quantités d'eau savonneuse, de solutions abrasives ou d'objets pointus sur les commandes- pour risqueriez de les endommager. Certaines serviettes en papier peuvent aussi rayer le tableau de commandes.

Surface de la porte

Il est important de s'assurer que les joints contournant la porte soient bien propres. Utilisez des détergents non abrasifs et doux, que vous appliquerez avec une éponge ou un chiffon doux. Pensez à bien rincer.

Cordon d'alimentation

Si le cordon devient sale, débranchez-le et nettoyez-le au moyen d'un tissu humide. Pour les grosses tâches, utilisez de l'eau savonneuse et une éponge, mais n'oubliez pas de bien rincer et de bien sécher avant de rebrancher.

Acier inoxydable

N'utilisez pas de paille de fer ; cela pourrait rayer la surface.

Pour nettoyer les surfaces en acier inoxydable, utilisez un tissu humide et chaud, sur lequel vous déposerez une solution douce adaptée aux surfaces en acier inoxydable.

Utilisez un tissu humide et propre pour retirer l'excédent de mousse. Séchez avec un chiffon doux et propre.

En cas de graisse résistante, utilisez un nettoyant spécifique standard, tel que Bon-Amir® ou Formula 409®.

Pour les tâches résistantes, utilisez un nettoyant spécifique standard, tel que Bon-Amir® ou Formula 409®.

Appliquez la solution nettoyante avec un tissu spongieux. Utilisez un tissu humide chaud pour retirer l'excédent de solution. Utilisez un tissu sec et propre pour rincer. Frottez légèrement en direction de la tâche.

Après avoir nettoyé, utilisez une cire spécifique adapté à l'acier inoxydable, telle que Steel Magic®, Revere Copper® et Stainless Steel Cleaner® ou encore Weno! All Purpose Metal Polish®. Suivez les consignes du produit pour nettoyer les surfaces en acier inoxydable.

APPEL DE SERVICE

Vérifier ce qui suit avant de faire appel à un réparateur :

Placer une tasse d'eau dans un verre gradué dans le four et bien fermer la porte.

Faire fonctionner le four pendant 1 minute à puissance ÉLEVÉE 100 %.

- A** Est-ce que la lumière du four est allumée? OUI _____ NON _____
- B** Est-ce que le ventilateur de cuisson fonctionne? (Placer sa main sur l'évent à lame à l'arrière du four.) OUI _____ NON _____
- C** Est-ce que le plateau tournant tourne? (Il est normal pour le plateau de tourner dans un sens ou dans l'autre.) OUI _____ NON _____
- D** Est-ce que l'eau est chaude? OUI _____ NON _____

Si la réponse à l'une ou l'autre de ces questions est NON, vérifier la prise électrique, le fusible ou le disjoncteur. S'ils fonctionnent convenablement, COMMUNIQUER AVEC LE RÉPARATEUR ELECTROLUX AUTORISÉ LE PLUS PROCHE.

Il ne faut jamais réparer un four à micro-ondes soi-même.

REMARQUES

1. Si le temps qui apparaît dans l'affichage diminue très rapidement, vérifier le MODE DE DÉMONSTRATION à la page 22 et annuler.
2. Si le four est programmé pour plus de 40 minutes à un niveau de puissance de 80, 90 ou 100 %, après les 40 premières minutes, le niveau de puissance sera automatiquement ramené à 70 % de la puissance pour éviter une surcuisson.

FICHE TECHNIQUE

| | |
|---------------------------------------|---|
| Tension courant alternatif : | Monophasé 120V, 60Hz, courant alternatif seulement |
| Alimentation requise : | 1500 W 13,5 A (Pour FFMV154CLS, FFMV152CLB/M CFMV154CLS, CFMV152CLB/M) |
| Puissance de sortie* | 900 W |
| Puissance de sortie* (convection): | 1450 W |
| Fréquence : | 2450 MHz (Classe B/Groupe 2)** |
| Dimensions extérieures (la poignée) : | 29.88 po (L) x 15.75 po (H) x 15.04 po (P) |
| Dimensions de la cavité : | 20.24 po (L) x 8.94 po (H) x 14.41 po (P) |
| Capacité de four à micro-ondes*** : | 1.5 pi ³ . |
| Uniformité de cuisson : | Plateau tournant |
| Poids : | Environ 55.1 lb net et 62.8 lb brut |
| Lumière de travail / de nuit : | 2 ampoules de 30 W chacune (ampoules incandescentes) |
| Lumière du four à micro-ondes : | 1 ampoule de 30 W chacune (ampoules incandescentes) |

* La méthode normalisée de la Commission électrotechnique internationale pour mesurer la puissance de sortie. Cette méthode de test est largement reconnue.

** Ceci est le classement d'équipement de l'ISM (Industrial, Scientific and Medical) décrit dans la Norme Internationale CISPR11.

*** La capacité intérieure est calculée en mesurant la largeur maximale, la profondeur maximale et la hauteur maximale et en multipliant ces mesures. La contenance réelle est inférieure au résultat obtenu.

Conforme aux normes établies par :

FCC - Federal Communications Commission.

DHHS - Conforme au règlement CFR Title 21 chapitre I section J du Department of Health and Human Services.



- Ce symbole sur la plaque signalétique signifie que le produit est homologué par Underwriters Laboratories, Inc.



- Ce symbole sur la plaque signalétique signifie que le produit est homologué par Underwriters Laboratories, Inc. pour utilisation aux États-Unis ou au Canada.

INFORMATIONS SUR LA GARANTIE DES GROS ÉLECTROMÉNAGERS

Votre appareil est couvert par une garantie limitée d'un an. Pendant un an à partir de la date d'achat originale, Electrolux assumera les coûts des réparations ou du remplacement des pièces de tout appareil qui présente un défaut de fabrication ou de matériau, si cet appareil est installé, utilisé et entretenu selon les instructions fournies avec celui-ci.

Exclusions Cette garantie ne couvre pas ce qui suit :

1. Les produits dont le numéro de série original a été enlevé, modifié ou n'est pas facilement déterminable.
2. Les produits qui ont été transférés de leur propriétaire initial à une autre partie ou qui ne sont plus aux États-Unis ou au Canada.
3. La rouille à l'intérieur ou à l'extérieur de l'appareil.
4. Les produits vendus « tels quels » ne sont pas couverts par cette garantie.
5. Les aliments perdus en raison de pannes du réfrigérateur ou du congélateur.
6. Les produits utilisés dans les établissements commerciaux.
7. Les appels de service qui ne concernent pas un mal fonctionnement, un défaut de fabrication ou un vice de matériau ou pour les appareils qui ne font pas l'objet d'un usage domestique ou qui ne sont pas utilisés conformément aux instructions fournies.
8. Les appels de service pour vérifier l'installation de votre appareil ou pour obtenir des instructions sur la façon d'utiliser votre appareil.
9. Les frais qui rendent l'appareil accessible pour une réparation, par exemple enlever des garnitures, les armoires, les étagères, etc. qui ne faisaient pas partie de l'appareil lorsqu'il a quitté l'usine.
10. Les appels de service au sujet de la réparation ou du remplacement des ampoules, des filtres à air, des filtres à eau, d'autre matériel ou des boutons, poignées ou autres pièces esthétiques.
11. Les frais supplémentaires, y compris, sans s'y limiter, les appels de service après les heures normales de bureau, le week-end ou les jours fériés, les droits et péages, les frais de voyage ou les frais de déplacement pour les appels de service dans des endroits isolés, notamment dans l'État de l'Alaska.
12. Les dommages causés au fini de l'appareil ou à la maison pendant l'installation, y compris, sans s'y limiter, aux planchers, aux armoires, aux murs, etc.
13. Les dommages causés par : des réparations faites par des techniciens non autorisés; l'utilisation de pièces autres que les pièces Electrolux d'origine qui n'ont pas été obtenues par l'entremise d'un réparateur autorisé; ou les causes étrangères comme l'abus, l'alimentation électrique inadéquate, les accidents, les incendies ou les cas de force majeure.

AVIS DE NON-RESPONSABILITÉ SUR LES GARANTIES IMPLICITES; LIMITATIONS DES RECOURS

L'UNIQUE RECOURS DU CLIENT EN VERTU DE CETTE GARANTIE LIMITÉE EST LA RÉPARATION OU LE REMPLACEMENT DU PRODUIT COMME DÉCRIT PRÉCÉDEMMENT. LES DEMANDES BASÉES SUR DES GARANTIES IMPLICITES, Y COMPRIS LES GARANTIES IMPLICITES DE QUALITÉ MARCHANDE ET D'ADAPTATION À UN USAGE PARTICULIER SONT LIMITÉES À AU MOINS UN AN OU À LA PÉRIODE LA PLUS COURTE PERMISE PAR LA LOI. ELECTROLUX NE SERA PAS TENUE RESPONSABLE DES DOMMAGES DIRECTS OU INDIRECTS NI DES DOMMAGES MATÉRIELS ET DES DÉPENSES IMPRÉVUES RÉSULTANT D'UNE VIOLATION DE CETTE GARANTIE ÉCRITE OU DE TOUTE AUTRE GARANTIE IMPLICITE. CERTAINS ÉTATS ET CERTAINES PROVINCES NE PERMETTENT PAS DE RESTRICTION OU D'EXEMPTION SUR LES DOMMAGES DIRECTS OU INDIRECTS OU DE RESTRICTION SUR LES GARANTIES IMPLICITES. DANS CE CAS, CES RESTRICTIONS OU EXEMPTIONS POURRAIENT NE PAS ÊTRE APPLICABLES. CETTE GARANTIE ÉCRITE VOUS PROCURE DES DROITS LÉGAUX SPÉCIFIQUES. IL SE PEUT QUE VOUS AYEZ D'AUTRES DROITS QUI VARIENT SELON L'ÉTAT OU LA PROVINCE.

Si vous avez besoin d'une réparation Conservez votre reçu, votre bon de livraison ou une autre preuve valide de paiement pour établir la période de la garantie dans le cas où vous devriez faire appel aux services d'un technicien autorisé. Si une réparation doit être effectuée, veuillez obtenir et conserver tous les reçus.

Le service auquel vous avez recours en vertu de cette garantie doit être obtenu en communiquant avec Electrolux à l'adresse ou aux numéros de téléphone indiqués ci-dessous.

Cette garantie n'est valide qu'aux États-Unis et au Canada. Aux États-Unis, votre appareil est garanti par

Electrolux Major Appliances North America, une division de Electrolux Home Products, Inc. Au Canada, votre appareil est garanti par Electrolux Canada Corp. Personne n'est autorisé à modifier ou à ajouter aux obligations contenues dans cette garantie. Les obligations de cette garantie concernant la réparation et les pièces doivent être remplies par Electrolux ou par une compagnie de réparation autorisée. Les caractéristiques et spécifications décrites ou illustrées peuvent être modifiées sans préavis.

ÉTATS-UNIS

1.800.944.9044

Electrolux Major Appliances

North America

Case postale 212378

Augusta, GA 30907, ÉTATS-UNIS



Canada

1.800.265.8352

Electrolux Canada Corp.

5855 Terry Fox Way

Mississauga, Ontario, Canada

L5V 3E4

Imprimé en Chine