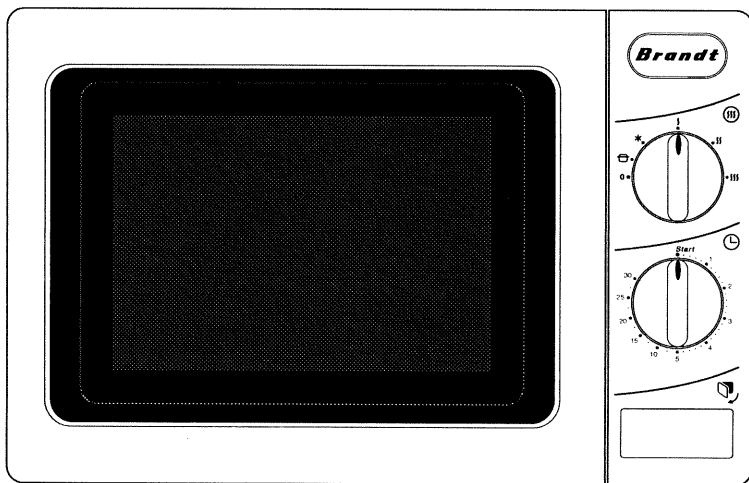


Guide d'utilisation

POUR VOTRE FOUR MICRO-ONDES



Instruction Manual

FOR YOUR MICROWAVE OVEN

Sommaire

INSTALLATION	3
CONSEILS	4
PRESENTATION	5
UTILISATION	6
EQUIVALENCE DES PUISSANCES	7
GUIDE CULINAIRE	8-11
ENTRETIEN / NETTOYAGE	12

Veillez lire attentivement ce guide d'utilisation.
Vous y trouverez des conseils importants concernant la sécurité,
l'installation et l'utilisation de votre appareil.

Installation / Raccordement

AVANT BRANCHEMENT

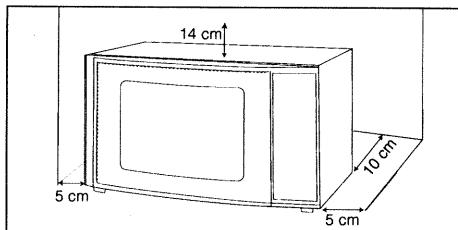
- Vérifiez que votre appareil n'ait subi aucune avarie lors du transport (porte ou joint déformé, etc...). Si vous constatez un dommage quelconque, avant toute utilisation, contactez votre revendeur.
- Vérifiez la tension du secteur. Dans le cas d'une sous-tension PERMANENTE (200-210 volts), consultez votre installateur électricien.

EMPLACEMENT

- Cet appareil est destiné à être posé (ou encastré selon les cas) sur un plan de travail situé à au moins 85 cm du sol.
- Posez l'appareil sur une surface plane et horizontale, éloigné de toute source de chaleur ou de vapeur.
- Assurez-vous de la libre circulation de l'air en dessous et autour du four.

Pour les appareils posés sur un plan de travail, choisissez un emplacement qui laisse un espace libre minimum de :

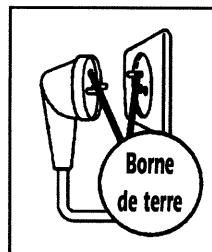
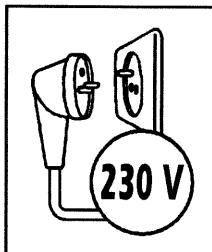
- 5 cm entre les faces latérales de l'appareil et les murs
- 14 cm au-dessus de votre appareil
- 10 cm pour la face arrière.



- **Veillez à ne pas obstruer les orifices de ventilation situés à l'arrière du four.**
- Le film plastique qui recouvre l'intérieur de la porte des appareils sans gril ne doit pas être retiré.
- Veillez à ce que la fiche de prise de courant soit accessible après installation.

RACCORDEMENT ELECTRIQUE

- Votre installation doit être équipée d'une protection thermique de 16 Ampères.
- Utilisez impérativement une prise de courant comportant **une borne de mise à la terre** et raccordée conformément aux normes de sécurité en vigueur.
- Prévoyez dans votre installation électrique un dispositif accessible par l'utilisateur qui doit être en mesure de séparer l'appareil du secteur et dont l'ouverture de contact est d'au moins 3 mm au niveau de tous les pôles.
- Ne faites pas fonctionner le four si le cordon d'alimentation et/ou sa fiche sont abîmés.

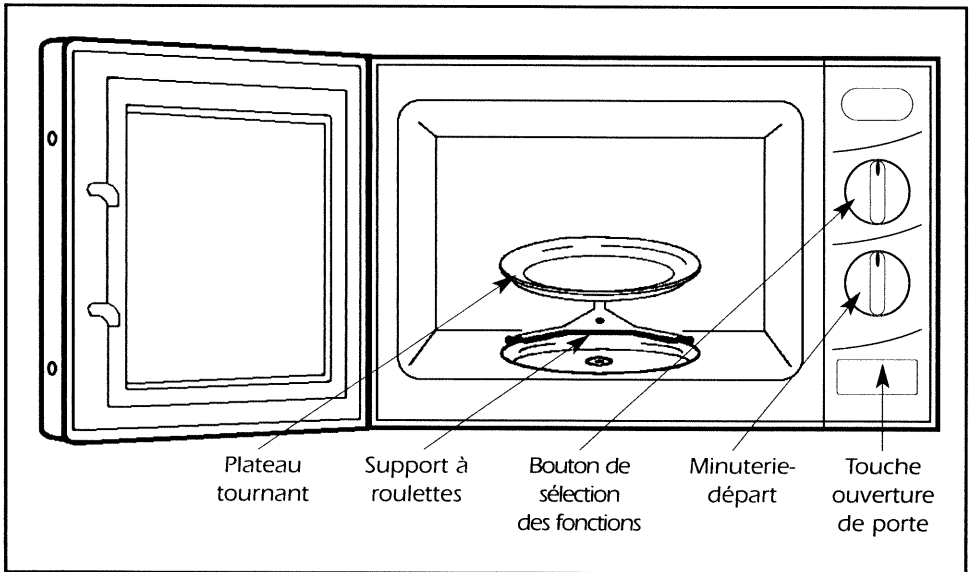


Dans ce cas, faites appel au distributeur ou à un technicien spécialisé formé par le fabricant.

Conseils

- Votre appareil est exclusivement destiné à un usage domestique pour la cuisson, le réchauffage ou la décongélation des aliments. Le fabricant se dégage de toute responsabilité en cas d'utilisations non conformes.
- Avant toute utilisation, assurez-vous que les récipients et accessoires soient appropriés à l'usage de votre four à micro-ondes (par exemple : verre à feu, porcelaine...).
- Pour ne pas détériorer votre appareil, ne jamais le faire fonctionner à vide ou sans plateau.
- N'intervenez pas dans les orifices de la serrure en face avant; vous pourriez créer des dommages sur votre appareil qui nécessiteraient une intervention.
- Surveillez fréquemment le four lorsque les aliments sont chauffés ou cuits dans des récipients jetables en matière plastique, papier ou autre matériau combustible, à cause des risques d'inflammation.
- Il est déconseillé d'utiliser des récipients métalliques, des fourchettes, des cuillères, de couteaux ainsi que des liens et agrafes en métal pour sachets de congélation.
- Pour les enfants, il est impératif :
 - de réchauffer les biberons sans la tétine, d'agiter le liquide et de tester sa température sur le dos de la main avant absorption par l'enfant.
 - de mélanger et de vérifier la température des aliments pour enfants avant consommation, afin d'éviter des brûlures internes graves.
- **MISE EN GARDE** : Ne laissez les enfants utiliser l'appareil sans surveillance que si des instructions appropriées ont été données afin que l'enfant puisse utiliser le four de façon sûre et comprenne les dangers d'une utilisation incorrecte.
- Il est recommandé de couvrir les aliments dans la plupart des cas; ils seront plus savoureux et votre appareil restera propre. Cependant, avant de cuire des aliments ou de réchauffer des liquides dans une bouteille ou un récipient hermétique, vous devez retirer le bouchon ou le couvercle pour écarter tout risque d'explosion.
- Le réchauffage ou la cuisson au micro-ondes des œufs dans leur coquille, en cocotte ou au plat, est à proscrire. Ceux-ci peuvent éclater et risquent de provoquer des brûlures graves et/ou la dégradation irrémédiable de votre four.
- Lors du réchauffage des liquides, la température d'ébullition peut être atteinte sans que les bulles de vapeur typiques montent à la surface. Afin d'éviter un débordement et tout risque de brûlure, attendez 20 secondes avant de sortir le récipient de l'appareil ou d'y introduire un élément quelconque pour empêcher le liquide de gicler subitement.
- Dans le cas de petites quantités (une saucisse, un croissant, etc...) posez un verre d'eau à côté de l'aliment.
- Des temps trop longs peuvent dessécher l'aliment et le carboniser. Pour éviter de tels incidents, n'utilisez jamais les mêmes temps préconisés pour une cuisson au four traditionnel.
- Si l'on constate l'apparition de fumée, gardez la porte de l'appareil fermée, mettez-le hors tension ou déconnectez le four de l'alimentation électrique.

Présentation



▪ Le **PLATEAU TOURNANT** :

permet une cuisson homogène de l'aliment sans manipulation.



- Il peut être utilisé comme plat de cuisson.
- Il est guidé dans sa rotation par l'entraîneur et le support à roulettes.
- Il tourne indifféremment dans les 2 sens.
- S'il ne tourne pas, vérifiez que tous les éléments soient bien positionnés.

▪ Le **SUPPORT A ROULETTES** :





- Ne cherchez pas à faire tourner manuellement le support à roulettes, vous risqueriez de détériorer le système d'entraînement. En cas de mauvaise rotation, assurez-vous de l'absence de corps étrangers sous le plateau.

▪ **PUISSANCE RESTITUÉE : 750 W**

Utilisation

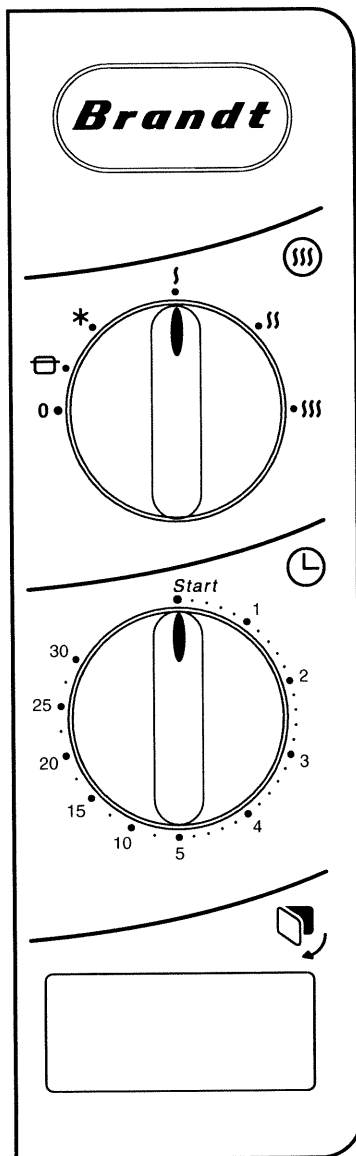
La programmation se fait à l'aide du bouton de sélection des fonctions , qui permet de régler la puissance micro-ondes, et la minuterie-départ .

▪ Après avoir branché votre appareil :

- Ouvrez la porte à l'aide de la touche d'ouverture de porte .
- Placez l'aliment dans l'appareil, fermez la porte.
- Assurez-vous que la porte soit bien fermée; sinon, le four ne fonctionnera pas.
- Sélectionnez la puissance micro-ondes à l'aide du bouton de sélection des fonctions .
- Programmez le temps à l'aide du bouton de minuterie-départ .
- Lorsque le temps désiré est inférieur à deux minutes, tournez le bouton de la minuterie-départ au-delà de 2 minutes puis revenez en arrière sur la position choisie.
- Le plateau tourne, l'éclairage intérieur du four s'allume, l'appareil fonctionne.
- La fin de la cuisson est signalée par une sonnerie, le four s'arrête, l'éclairage s'éteint.
- Ouvrez la porte à l'aide de la touche d'ouverture de porte .






Si vous ouvrez la porte avant la fin du programme :

- dans le cas où l'aliment est prêt, ramenez la minuterie-départ sur la position "**Start**" avant de refermer la porte.
Sinon, refermez la porte et la minuterie continuera son décompte.



Ne jamais faire fonctionner le four à vide.

Equivalence des puissances micro-ondes

Symbole	Puissance	Utilisation
	MAINTIEN	Pour maintenir au chaud. Pour mettre à température ou décongeler du beurre, de la crème, du fromage, de la glace ou tout autre aliment délicat.
	DÉCONGÉLATION ou CUISSON TRES DOUCE	Pour décongeler de la viande, du poisson, des fruits, du pain ou les aliments délicats. Pour terminer des cuissons délicates ou pour cuire très lentement.
	MIJOTAGE	Pour terminer les préparations commencées en "CUISSON FORTE", telles que haricots, lentilles, laitages.
	CUISSON DOUCE	Pour terminer la cuisson de plats commencée en "CUISSON FORTE" qui risquent de trop cuire en surface, tels que rôti de veau, de porc... Pour cuire en douceur des poissons tels que rougets, sardines...
	CUISSON FORTE	Pour tous les légumes, poissons, volailles et potages. Pour chauffer tous les liquides. Pour réchauffer tous vos plats cuisinés frais ou congelés. Pour mettre à température les plats préparés et les légumes surgelés.

Un petit problème ! Que faire ?

Problèmes

- ▽ Le four est bruyant
- ▽ Le plateau ne tourne pas correctement
- ▽ L'aliment n'est pas chauffé
- ▽ L'appareil produit des étincelles

Conseils

- △ Nettoyer les roulettes et la zone de roulement sous le plateau tournant.
- △ Vérifier que les ustensiles conviennent aux fours à micro-ondes.
- △ Vérifier que le support à roulettes soit bien positionné. Bien nettoyer l'appareil : retirer graisses, particules de cuisson... Eloigner tout élément métallique des parois du four.

Guide culinaire

A titre indicatif, vous trouverez ci-après des tableaux de DÉCONGÉLATION / RÉCHAUFFAGE / CUISSON. Les temps peuvent varier en fonction du taux d'humidité, de l'épaisseur ou la forme de l'aliment, du récipient utilisé, mais aussi en fonction de la température initiale.

Pour une bonne utilisation, voici quelques conseils qui vous permettront de maîtriser rapidement toutes les possibilités de votre four à micro-ondes.

- **Qualité** : comme pour les autres procédés de cuisson, utiliser des aliments bien frais.
- **Quantité** : pour l'utilisation de grosses quantités il est préférable de cuire en deux fois. On doit retenir que le temps augmente avec la quantité, sans toutefois se multiplier.
- **Forme et disposition** des aliments : les morceaux de formes irrégulières cuisent plus vite sur les parties les moins épaisses ; il est préférable de disposer ces dernières vers le centre. Les aliments en portions individuelles cuiront plus régulièrement s'ils sont disposés en couronne.
- **Préparation** : des aliments de même grosseur cuisent plus régulièrement; ne pas hésiter à couper les pommes de terre ou les betteraves pour obtenir des aliments de taille homogène.
 - Emincer les légumes tels que carottes, poireaux, choux, céleri, fenouil avant de les cuire.
 - Les légumes servant de garniture ou de base de préparation pour poissons, potages, etc. doivent être précuits; ajouter matière grasse et assaisonnement à mi-cuisson.
 - Piquer tous les aliments avec peau. Ex: pommes de terre, saucisses, marrons, etc...
 - Réhydrater les légumes frais ou surgelés avec 2 ou 3 cuillerées d'eau.
- **Couvrir** dans la plupart des cas afin de :
 - garder la saveur des aliments
 - obtenir une cuisson homogène
 - raccourcir le temps de cuisson
 - éviter les projections
 - éviter le dessèchement des aliments

Ne pas couvrir les viandes rouges rôties ainsi que les aliments à base de pâte.
- **Les aliments fourrés ou farcis** ne doivent pas être dégustés trop rapidement car ils peuvent être tièdes à l'extérieur et très chauds à l'intérieur (ex. chausson aux pommes).
- Eviter de retirer les plats à mains nues, les récipients s'échauffent au contact des aliments.

Guide culinaire - décongélation

EN REGLE GENERALE : puissance *

	<u>QUANTITÉ</u>	<u>TEMPS</u> (min)	<u>CONSEILS</u>
LES CRUSTACES			
	100 g	2 / 3	Poser sur une assiette.
	250 g	5 / 8	Mélanger à mi-décongélation.
	500 g	11 / 13	" "
LES POISSONS			
	100 g	3 / 5	Poser sur une assiette.
	250 g	5 / 7	Tourner à mi-décongélation.
	500 g	10 / 12	" "
	750 g	12 / 14	" "
LES VIANDES			
	100 g	2 / 3	Poser sur une assiette.
	250 g	4 / 5	Tourner à mi-décongélation.
	500 g	8 / 10	Séparer les morceaux.
	750 g	17 / 20	" "
	1000 g	23 / 25	" "
LES LEGUMES			
	100 g	3 / 4	Mélanger à mi-décongélation.
	250 g	5 / 7	" "
	500 g	12 / 14	" "
LES FRUITS			
Fraises	250 g	5 / 7	Poser sur une assiette.
Framboises, griottes	250 g	4 / 6	
Groseilles, myrtilles, cassis	250 g	2 1/2 / 4	

Guide culinaire - réchauffage

EN REGLE GENERALE : puissance **SSS**

<u>QUANTITÉ</u>	<u>TEMPS</u> (min)	<u>CONSEILS</u>
LES POISSONS REFRIGERES		
100 g	1 / 2	Couvrir.
250 g	2 / 3	"
500 g	3 / 5	"
750 g	5 / 8	"
1000 g	8 / 10	"
LES VIANDES REFRIGEREES		
100 g	45 s / 1	Couvrir.
250 g	2 / 3	"
500 g	3 / 4	"
750 g	5 / 6	"
1000 g	7 / 8	"
LES LEGUMES		
200 g	1 / 2	Couvrir.
400 g	3 / 4	"
600 g	5 / 6	"
800 g	7 / 8	"
LES CONSERVES ET LES PLATS REFRIGERES		
250 g	2 / 3	Couvrir et mélanger à mi-réchauffage
500 g	3 / 4	" "
750 g	5 / 6	" "
1000 g	7 / 8	" "
LES LIQUIDES ET POTAGES: (pour une consommation à 60/65° C)		
100 ml	40 s	
250 ml	1 ¹ / ₂	
500 ml	2 ¹ / ₂	
1000 ml	5	

Guide culinaire - cuisson

EN REGLE GENERALE : puissance



	<u>QUANTITÉ</u>	<u>TEMPS</u> (min)	<u>CONSEILS</u>
LES CRUSTACES			
	200 g	2 / 3	Cuire à couvert avec un peu de vin blanc, poivre (thym, laurier, persil).
	500 g	4 / 5	
LES POISSONS			
	100 g	1 / 2	Ajouter 2 cuillerées de jus de citron ou de vin blanc. Couvrir.
	250 g	2 / 3	
	500 g	4 / 6	" "
	750 g	7 / 9	" "
	1000 g	10 / 13	" "
LES LEGUMES FRAIS			
	250 g	4 / 8	Réhydrater avec 2 ou 3 cuillerées d'eau. Couvrir.
	500 g	8 / 12	
	750 g	10 / 14	" "
LES LEGUMES SURGELES			
Carottes, champignons	250 g	6 / 9	Réhydrater avec 2 ou 3 cuillerées d'eau. Couvrir et mélanger à mi-cuisson.
épinards, purée de brocolis, petits pois, haricots verts, céleri, choux-fleurs, choux de Bruxelles	500 g	7 / 13	
LES PLATS PREPARES SURGELES			
	250 g	6 / 9	
	500 g	10 / 14	
	750 g	15 / 17	
	1000 g	18 / 22	
LES FRUITS			
<u>entiers</u>			
	150 g	3	Ajouter 1 minute supplémentaire par fruit entier.
	300 g	4	
	450 g	5	
	600 g	6	
<u>en morceaux</u>			
	250 g	4	Ajouter 2 minutes supplémentaires par 250 g de fruits en morceaux.
	500 g	6	
	750 g	8	
	1000 g	10	

Entretien & Nettoyage

▪ **L'entretien régulier de votre appareil vous permettra de le garder en bon état de marche.** Pour éviter les salissures trop importantes, il est nécessaire de couvrir les récipients dans la plupart des cas.

▪ Utiliser une éponge humide et savonneuse, pour nettoyer l'intérieur et l'extérieur du four, ainsi que les pourtours de la porte et de l'enceinte. Ces parties doivent toujours rester propres. Si, par excès de salissures, ces surfaces se trouvent endommagées, faites appel à un technicien spécialisé avant d'utiliser votre appareil.



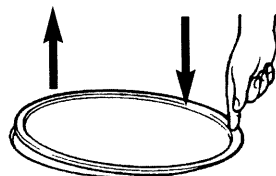
▪ L'emploi de produits abrasifs, d'alcool ou de diluant est déconseillé; ils sont susceptibles de détériorer l'appareil.



▪ En cas d'odeur ou de four encrassé, faites bouillir de l'eau additionnée de jus de citron ou de vinaigre dans une tasse pendant 2 minutes et nettoyez les parois avec un peu de liquide vaisselle.

▪ Le plateau peut être retiré pour faciliter le nettoyage. Afin de faciliter son retrait, le faire basculer en appuyant sur le bord extérieur.

Si vous enlevez l'entraîneur, évitez de faire pénétrer de l'eau dans le trou de l'axe moteur.

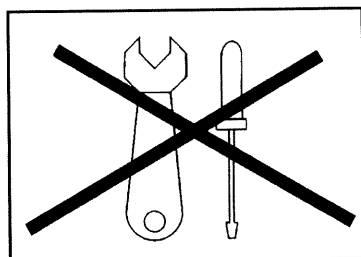


N'oubliez pas de remettre l'entraîneur, le support à roulettes et le plateau tournant

▪ Si l'appareil a subi une avarie quelconque :
- **Vérifiez que la porte ne soit pas déformée.**

▪ Si l'appareil ne fonctionne pas,
avant d'appeler le réparateur :

- Vérifiez l'alimentation électrique.
- Vérifiez la bonne fermeture de la porte.
- Vérifiez votre programmation.



ATTENTION : ne cherchez jamais à intervenir vous-même.

MISE EN GARDE : il est dangereux pour quiconque autre qu'une personne formée, d'effectuer une opération de maintenance ou une réparation qui nécessite le retrait d'un couvercle protégeant contre l'exposition à l'énergie des micro-ondes.

Table of contents

INSTALLATION	13
RECOMMENDATIONS	14
GENERAL DESCRIPTION	15
HOW TO USE YOUR MICROWAVE OVEN	16
MICROWAVE POWER SETTINGS	17
COOKING GUIDE	18 - 21
CARE & CLEANING	22

Please read this user manual carefully. It contains important instructions concerning installation, use and security measures.

Installation

BEFORE CONNECTION

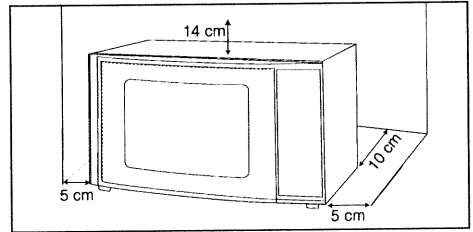
- **Make sure that your oven has not suffered any damage during transport (deformed door or door seal, etc.). If you see any signs of damage, contact your dealer before use.**
- Check the power voltage. If there is a PERMANENT undervoltage (200-210 volts), consult your electrical installer.

LOCATION

- The oven is meant to be set on a work surface at least 85 cm above floor level.
- Place the oven on a flat and horizontal surface, away from any source of heat or steam.
- Make sure that air may circulate freely around the oven.

Leave sufficient space around the oven :

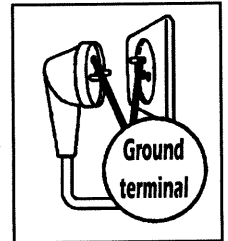
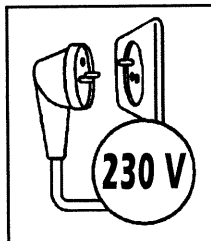
- 5 cm between the sides of the oven and any walls or objects
- 14 cm above the oven
- 10 cm behind the oven.



- Make sure that nothing obstructs the ventilation louvers at the back of the appliance.
- The plastic film inside the door of ovens without a grill should not be removed.
- Make sure the electrical plug will be accessible after installation.

ELECTRICAL CONNECTION

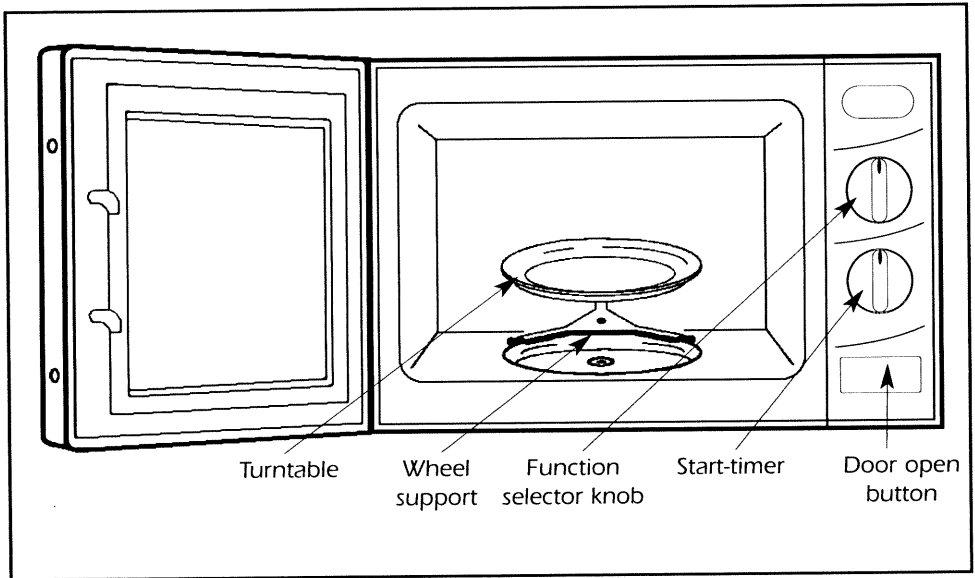
- Your installation must be protected by a 16 Amp thermal fuse.
- It is mandatory to use a power point with a **ground terminal**, connected in accordance with current safety regulations.
- In your electrical installation, provide a device that is accessible to the installer, capable of separating the appliance from the mains power and whose contact opening is at least 3 mm at all of the poles.
- Never operate the oven if the supply cord and/or its plug are damaged. **In case of damage, call in a specialised technician trained by the manufacturer.**



Recommendations

- **Your appliance is designed exclusively for the domestic purposes** of defrosting, heating or cooking **foods**. The manufacturer bears no responsibility in the case of improper usage.
- Before use, **make sure that the containers are appropriate** for microwave usage (e.g.: heat resistant glass, porcelain, etc.).
- To avoid deterioration of your microwave oven, **never operate it empty or without the turntable**.
- Never tamper with the lock mechanism of your microwave oven; you could cause damage requiring repair by an authorised technician.
- Be sure to watch closely when heating or cooking foods in disposable plastic or paper containers or any other combustible material, due to fire hazard.
- **It is not advisable to use metal recipients, forks, spoons, knives, metal ties or staples for deep-freeze bags**.
- For baby food and children's food, it is essential :
 - to **remove the nipple** before heating up **baby bottles, shake** the contents and **test** the temperature on the back of your hand **before feeding**.
 - to stir and **verify** the temperature of children's foods before serving to avoid causing serious internal burns.
- **WARNING** : Do not allow children to use the microwave oven without supervision unless they have been thoroughly instructed in the proper use and the dangers of improper operation.
- It is advisable to cover food in most cases. It will be tastier and your oven will stay cleaner. However, **be sure to remove the cap or lid** before cooking foods or heating liquids in a **sealed bottle or container, which could otherwise explode**.
- **The heating or cooking of boiled, coddled eggs or fried eggs by microwave is prohibited**. They can burst and cause serious burns or irreparable damage to your oven.
- When heating liquids, the boiling point may be reached without the typical bubbles appearing on the surface. **To prevent liquids from boiling over and possible burns, wait 20 seconds** before removing the containers from the appliance or adding anything to the liquids, to avoid sudden spurting of the liquid.
- For small amounts (one sausage, a single croissant, etc.), place a glass of water alongside the food item.
- **Time settings that are too long may dry out and burn the food**. To avoid such incidents, never use the same cooking times as those recommended for traditional ovens.
- If smoke appears, keep the oven door closed and disconnect the oven or turn it off.

General Description



▪ THE TURNTABLE :

ensures equal cooking of food throughout with no need to intervene.

- It may be used as a cooking dish.
- Rotation is controlled by the drive shaft and the wheel support.
- The turntable rotates in both directions.
- If it does not turn, verify that all components are properly positioned.

▪ THE WHEEL SUPPORT :

Do not try to rotate the roller ring manually, as you could damage the drive system.
If it does not turn smoothly, make sure that there is nothing in the well beneath the turntable.

▪ MICROWAVE OUTPUT POWER: 750 W

How to use your microwave oven

Program your microwave oven using the **function selector knob** (☺), together with the **start-timer** (🕒).

▪ After connecting your microwave oven :

- Open the door by pressing the **door open button** (👉).

- Place the food to be cooked inside the microwave oven and close the door.

Make sure the door is properly closed otherwise the oven will not operate.

- Select the power setting with the **function selector knob** (☺).

- Select the time using the **start/timer** (🕒).
When you wish to program less than two minutes, turn the timer beyond 2, then come back to the desired setting.

- The turntable will revolve and the oven light will come on.

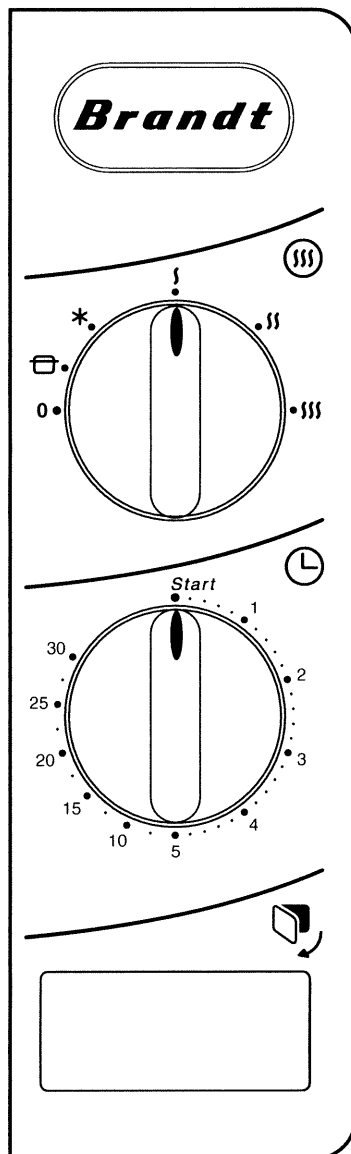
- The end of the program is indicated by a bell. The oven stops, the light goes off.

- Open the door by pressing the **door open button** (👉).

If you open the door before the program ends :






- if the dish is ready, turn the timer back to the **"Start"** position before closing the door.

- if you wish the program to continue, close the door.



Never operate the oven when empty.

Microwave power settings

Symbol	Power setting	Applications
	MAINTAIN	To keep dishes warm, bring butter, cream, cheese, ice cream, or any other delicate food to the right temperature, or defrost it.
	DEFROST or VERY LOW COOK	To defrost meat, fish, fruit, bread, or other delicate dishes. To top off cooking or cook very slowly.
	SIMMER	To finish programs begun with the HIGH COOK power setting, for instance beans, lentils, or dairy products.
	LOW COOK	To finish programs begun with the HIGH COOK power setting, which might overcook on the surface, such as veal or pork roasts. To cook delicate fish such as red mullet, or sardines.
	HIGH COOK	To cook or heat vegetables, fish, poultry and soup. To heat all liquids and all fresh or frozen pre-cooked dishes. To warm pre-cooked dishes and frozen vegetables.

Troubleshooting guide

Problem

- ▽ The microwave oven is noisy when operating.
- ▽ The turntable does not revolve correctly.
- ▽ The food is not heated up.
- ▽ The appliance produces sparks.

Suggestion

- △ Clean the wheels and the well area beneath the turntable.
- △ Make sure that you use only containers which are adapted to microwave cooking.
- △ Check whether the wheel support is correctly positioned. Thoroughly clean the appliance : remove any greasy deposits, cooking residue, etc... Move any metal objects away from the oven walls.

Cooking guide

Please find hereafter tables listing approximate times for **DEFROSTING, HEATING and COOKING**. Note that times may vary according to the moisture content, the thickness and shape of the food, the type of container, as well as the initial temperature.

To ensure optimal results with your microwave recipes, here is some advice that will help you become an expert with this new method :

- **Quality** : Always use fresh products, as with all other cooking methods.
- **Amount** : When using large amounts of food it is preferable to divide into portions and cook separately. One must remember that the cooktime increases with quantity, but not necessarily proportionally.
- **Shape and placement of the food** : the thinner parts of irregularly shaped food cooks quicker, and therefore it is preferable to place these parts towards the centre of the dish. Portions of food will cook more regularly if placed in a ring.
- **Preparation of food** : Regularly-sized pieces cook more uniformly. Do not hesitate to cut potatoes or beetroot to obtain pieces of equal size.

Thinly slice vegetables such as carrots, leeks, cabbage, celery and fennel before cooking.

Vegetables serving as garnish or as the base of a preparation (for fish, soup etc...) must be pre-cooked. Shortening and seasoning should be added halfway through cooktime. To avoid bursting, prick all food which has a skin, for example potatoes, sausages, chestnuts, etc.

Moisten fresh or frozen vegetables with 2 or 3 spoonfuls of water.

- **Cover in the majority of cases in order to :**
 - retain the full flavour of the food
 - obtain evenly cooked food
 - reduce cooking time
 - prevent splattering
 - avoid drying out the food
- **Do not cover** red meats nor pastry-based food (quiches, pizzas).
- Food which is stuffed or filled should not be served straight away as it may be merely warm on the outside but very hot in the center.
- Do not remove dishes from the microwave without protecting your hands as the containers heat up through contact with the cooked food.

Cooking guide - defrosting

APPROXIMATE TIMES : power setting *

	<u>AMOUNT</u>	<u>TIME</u> (min)	<u>TIPS</u>
SHELLFISH			
	100 g	2 / 3	Place on a dish.
	250 g	5 / 8	Stir at midpoint.
	500 g	11 / 13	" "
FISH			
	100 g	3 / 5	Place on a dish.
	250 g	5 / 7	Turn at midpoint.
	500 g	10 / 12	" "
	750 g	12 / 14	" "
MEAT			
	100 g	2 / 3	Place on a dish.
	250 g	4 / 5	Turn at midpoint.
	500 g	8 / 10	Separate the pieces.
	750 g	17 / 20	" "
	1000 g	23 / 25	" "
VEGETABLES			
	100 g	3 / 4	Stir at midpoint.
	250 g	5 / 7	" "
	500 g	12 / 14	" "
FRUIT			
Strawberries	250 g	5 / 7	Place on a dish.
Raspberries, cherries	250 g	4 / 6	
Blueberries, currants	250 g	2 ¹ / ₂ / 4	

Cooking guide - heating

APPROXIMATE TIMES : power setting

<u>AMOUNT</u>	<u>TIME</u> (min)	<u>TIPS</u>
REFRIGERATED FISH		
100 g	1 / 2	Cover.
250 g	2 / 3	"
500 g	3 / 5	"
750 g	5 / 8	"
1000 g	8 / 10	"

REFRIGERATED MEAT		
100 g	45 s / 1	Cover.
250 g	2 / 3	"
500 g	3 / 4	"
750 g	5 / 6	"
1000 g	7 / 8	"

VEGETABLES		
200 g	1 / 2	Cover.
400 g	3 / 4	"
600 g	5 / 6	"
800 g	7 / 8	"

TINNED FOOD AND FRESH READY-MADE MEALS		
250 g	2 / 3	Cover and stir at midpoint.
500 g	3 / 4	" "
750 g	5 / 6	" "
1000 g	7 / 8	" "

BEVERAGES & SOUPS: (to heat to 60/65° C)		
100 ml	40 s	
250 ml	1 1/2	
500 ml	2 1/2	
1000 ml	5	

Cooking guide - cooking

APPROXIMATE TIMES : power setting **SSS**

	<u>AMOUNT</u>	<u>TIME</u> (min)	<u>TIPS</u>
SHELLFISH			
	200 g	2 / 3	Cook covered with a bit of white wine, pepper (thyme, bay leaf, parsley).
	500 g	4 / 5	
FISH			
	100 g	1 / 2	Add 2 spoonfuls of lemon juice or white wine. Cover. " " " " " "
	250 g	2 / 3	
	500 g	4 / 6	
	750 g	7 / 9	
	1000 g	10 / 13	
FRESH VEGETABLES			
	250 g	4 / 8	Moisten with 2-3 spoonfuls of water. Cover. " "
	500 g	8 / 12	
	750 g	10 / 14	
FROZEN VEGETABLES			
Carrots, mushrooms	250 g	6 / 9	Moisten with 2-3 spoonfuls of water. Cover and stir at midpoint.
spinach, mashed broccoli, peas, green beans, celery, cauliflower, Brussels sprouts	500 g	7 / 13	
FROZEN READY-MADE DISHES			
	250 g	6 / 9	
	500 g	10 / 14	
	750 g	15 / 17	
	1000 g	18 / 22	
FRUIT			
<u>whole</u>			Add one minute per entire fruit.
	150 g	3	
	300 g	4	
	450 g	5	
	600 g	6	
<u>sliced</u>			Add 2 minutes for each additional 250 g of fruit pieces.
	250 g	4	
	500 g	6	
	750 g	8	
	1000 g	10	

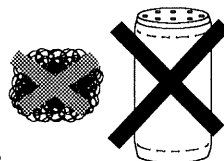
Care & cleaning

- Regular maintenance of your oven will keep it in sound operating condition. To prevent heavy soiling, it is preferable to cover recipients whenever possible.
- Make sure the work surface on which the microwave oven sits is always kept clean as surrounding dirt/dust could enter and damage your appliance.

- Clean with a damp, soapy sponge both on the inside and outside, with special attention to the door seal and front of the cavity which must be kept clean at all times. If these surfaces are damaged because they become excessively dirty, call in a specialised technician before using your oven.

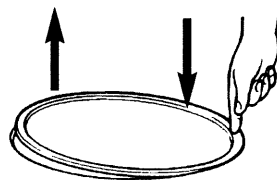


- Do not use abrasives, alcohol or solvents as they are liable to damage the oven.



- In the event of bad odors or caked-on dirt, boil water containing lemon juice or vinegar in a cup for 2 minutes and clean the walls with a little dishwashing liquid.

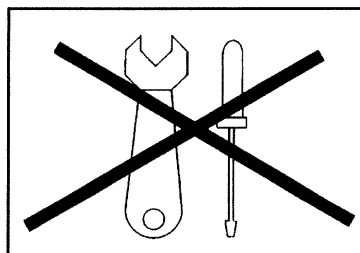
- The turntable can be removed for cleaning. For easy removal, press on one edge to tilt. If you remove the drive, do not allow water to enter the motor shaft hole.



Be sure to put the turntable and wheel support back in their proper place.

- If the equipment has sustained any damage :
 - **Check that the door is not deformed.**
- If the oven does not operate, before calling the repairman :
 - Check the electrical supply.
 - Check that the door is properly closed.
 - Check your programming.

CAUTION : never attempt to repair your oven yourself.



WARNING : it is dangerous for anyone other than qualified personnel to make any repairs requiring removal of the cover providing protection from exposure to microwave energy.

87 X 3066