



# **MAGNETRON/GRILL/CONVECTIEOVEN**

## **FOUR COMBINE MICRO-ONDES/GRIL/CONVECTION**

### **GEBRUIKSAANWIJZING**

### **MANUEL D'UTILISATION**

LEES DEZE GEBRUIKERSHANDLEIDING AANDACHTIG ALVORENS DE OVEN TE GEBRUIKEN.  
LIRE ATTENTIVEMENT LE MANUEL AVANT D'UTILISER L'APPAREIL.

**MC-7644A**  
**MC-7644AS**

P/N o.: MFL39853902

## Précautions destinées à éviter toute surexposition aux micro-ondes.

Le four ne peut fonctionner porte ouverte grâce à son système de verrouillage de sécurité intégré dans le mécanisme de la porte. Ces mécanismes de sécurité arrêtent automatiquement toute cuisson lors de l'ouverture de la porte ; ce qui dans le cas de micro-ondes pourrait engendrer une exposition nocive à l'énergie micro-ondes.

**Il est important de ne pas endommager le système de verrouillage.**

Ne placer aucun objet entre l'avant du four et la porte et ne laisser aucun résidu d'aliment ou de produit nettoyant s'accumuler sur les surfaces assurant l'étanchéité.

Ne pas utiliser un four endommagé. La bonne fermeture de la porte est particulièrement importante. La porte, l'encadrement, les charnières et les loquets (cassés ou mal ajustés), les joints de la porte et les surfaces d'étanchéité ne doivent pas être endommagés.

Ne confier cet appareil pour réglage ou réparation qu'à un technicien qualifié du service après-vente.

## Attention

**Vérifier les temps de cuisson.  
Une cuisson excessive peut enflammer  
un aliment et endommager le four.**

Lors du réchauffage de liquides, soupes, sauces et boissons dans votre four à micro-ondes, une ébullition éruptive tardive peut se produire sans apparition de bulles. Cette condition peut entraîner un bouillonnement soudain sur le liquide chaud. Pour éviter ce risque, suivre les étapes ci-dessous:

1. Éviter d'utiliser des récipients à bard droit avec col étroit.
2. Ne pas surchauffer.
3. Agiter le liquide avant de placer le récipient dans le four, agiter à nouveau à mi-cuisson.
4. Après le réchauffage, laisser reposer dans le four quelques minutes, agiter ou secouer de nouveau les liquides (en particulier, le contenu des biberons et des récipients d'aliments pour nourrissons) et vérifier leur température avant consommation afin d'éviter les brûlures (biberons et récipients d'aliments pour nourrissons, notamment). Faire attention en manipulant le récipient.

## Attention

**Laisser reposer un instant l'aliment  
réchauffé au micro-onde et tester  
la température avant consommation.  
Notamment les biberons et petits pots.**

# Sommaire

## Mode de fonctionnement du four à micro-ondes

Les micro-ondes sont une forme d'énergie semblable aux ondes radio ou télé et à la lumière du jour. En général les micro-ondes se propagent vers l'extérieur alors qu'elles se déplacent dans l'atmosphère et disparaissent sans effet. Les fours à micro-ondes cependant, disposent d'un magnétron conçu pour utiliser l'énergie des micro-ondes. L'électricité, qui alimente le magnétron, permet de créer l'énergie micro-ondes.

Ces micro-ondes pénètrent la surface de cuisson par des ouvertures pratiquées dans le four. Un plateau tournant est situé sur la sole du four. Les micro-ondes ne peuvent traverser les parois métalliques du four, mais elles peuvent pénétrer dans des matériaux tels que le verre, la porcelaine, le papier, des matériaux dont sont constitués les ustensiles pour micro-ondes.

Les micro-ondes ne chauffent pas les récipients utilisés pour la cuisson même si ceux-ci peuvent chauffer du fait de la chaleur générée par la nourriture.

## Un appareil très sûr

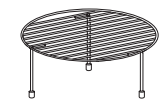
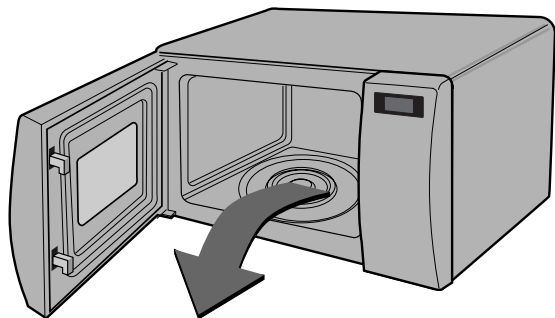
**Votre four à micro-ondes est l'un des appareils électroménagers les plus sûrs. Lorsque la porte est ouverte, le four cesse immédiatement de produire des micro-ondes. L'énergie micro-ondes est totalement convertie en chaleur lorsqu'elle pénètre la nourriture, ne dégageant aucune énergie résiduelle nocive pour la personne qui cuisine.**

Précautions _____	35
Sommaire _____	36
Déballage de l'appareil et Installation _____	37 ~ 38
Réglage Horloge _____	39
Sécurité Enfant _____	40
Cuisson Micro-ondes _____	41
Niveau de Puissance _____	42
Cuisson En deux phases _____	43
Fonction Départ Instantané _____	44
Cuisson Plus ou Moins _____	45
Cuisson Au Grill _____	46
Cuisson Par Convection _____	47 ~ 48
Cuisson Combinée _____	49 ~ 50
Décongélation Automatique _____	51 ~ 52
Décongélation rapide _____	53 ~ 54
Cuisson Automatique _____	55 ~ 58
Cuisson Rôtissage automatique _____	59 ~ 60
Consignes de sécurité importantes _____	61 ~ 62
Ustensiles pour Micro-ondes _____	63
Caractéristiques des Aliments Et cuisson Micro-ondes _____	64 ~ 65
Questions et Réponses _____	66
Avertissements et Spécifications Techniques _____	67

En suivant les étapes de base décrites sur ces deux pages, vous serez rapidement en mesure de vérifier le bon fonctionnement de votre four. Veuillez faire particulièrement attention aux instructions portant sur l'emplacement de votre four. Lorsque vous sortez le four de son emballage, veillez à bien retirer tous les accessoires et emballages. Vérifiez que le four n'a pas été endommagé pendant la livraison.

## Déballage de l'appareil et Installation

- 1** Déballer le four et posez-le sur une surface plane.



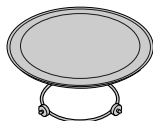
SUPPORT HAUT



SUPPORT BAS



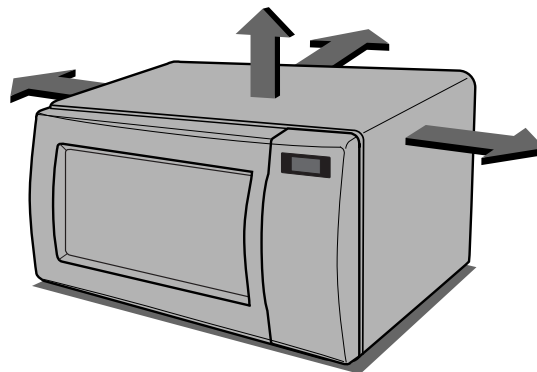
PLATEAU METALLIQUE



PLATEAU EN VERRE

BAGUE ROTATIVE

- 2** Placer le four à l'emplacement de votre choix, à une hauteur supérieure à 85 cm, en s'assurant qu'il existe un espace d'au moins 30 cm en haut et 10 cm à l'arrière, pour assurer une ventilation correcte. L'avant du four doit se trouver à au moins 8 cm du bord de la surface pour éviter de basculer. Une sortie d'évacuation est placée sur la partie supérieure ou latérale du four. Ne pas l'obstruer pour éviter d'endommager l'appareil.



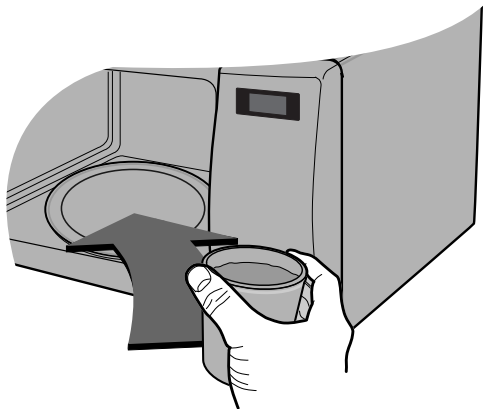
**CE FOUR NE DOIT PAS ÊTRE UTILISÉ À DES FINS DE RESTAURATION COMMERCIALE**

F

**3** Branchez le four dans une prise standard. Vérifiez que le four est le seul appareil branché à cette prise. **Si votre four ne fonctionne pas correctement, débranchez et rebranchez-le.**

**4** Ouvrir la porte de votre four en tirant sur la poignée de porte. Placer la **BAGUE ROTATIVE** à l'intérieur du four et le **PLATEAU EN VERRE** dessus.

**5** Remplissez un **réceptif pour micro-ondes** avec 300 ml d'eau. Placez-le sur le **PLATEAU EN VERRE** et fermez la porte du four. Si vous avez des doutes sur le réceptif à utiliser, veuillez vous reporter à la page 63.



**6** Appuyez sur **ARRÊT**. Appuyez sur le bouton **DÉPART** une fois pour régler le temps de cuisson sur 30 secondes.



**7** L'**AFFICHEUR** comptera à rebours à partir de 30 secondes. Lorsqu'il indiquera 0, il sonnera trois fois. Ouvrez la porte du four et testez la température de l'eau. Si votre four fonctionne bien, l'eau devrait être chaude. **Faites attention en sortant le réceptif du four, il peut être chaud.**



**VOTRE FOUR EST PRÊT**

**8** Avant consommation, il est impératif de vérifier la température des biberons et autres aliments pour bébé afin d'éviter tout risque de brûlure.

# Réglage Horloge

Vous pouvez régler l'horloge suivant le système à 12 heures ou à 24 heures.  
Dans l'exemple suivant, je vous présente comment régler l'heure sur 14 h 35 si vous appliquez le système à 24 heures. N'oubliez pas de retirer tous les matériaux de conditionnement du four.

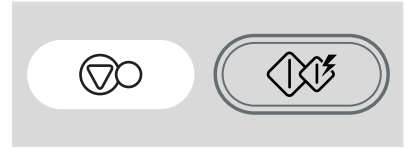


Lorsque vous branchez votre four pour la première fois ou quand l'alimentation est rétablie à la suite d'une panne de courant, le chiffre "0" apparaît dans la fenêtre d'affichage. Vous devez alors recommencer le réglage de l'horloge.

Si l'horloge (ou la fenêtre d'affichage) indique des symboles anormaux, débranchez votre four de la prise de courant, puis rebranchez-le et réglez de nouveau l'horloge.

Assurez-vous que vous avez correctement installé votre four comme décrit précédemment dans ce manuel.

Appuyez sur **ARRÊT/ANNULER**.



Appuyez une fois sur **CLOCK**.

(Si vous voulez utiliser le système à 12 heures, appuyez sur **CLOCK** une fois de plus. Pour changer une autre option après avoir réglé l'horloge, vous devez débrancher le four et le rebrancher ensuite.)



Appuyez quatorze fois sur **10 MIN**.

Appuyez trois fois sur **1 MIN**.

Appuyez cinq fois sur **10 SEC**.



Appuyez sur **CLOCK** pour programmer l'heure.  
L'horloge démarre.



# Sécurité Enfant



Votre four dispose d'une sécurité qui évite tout fonctionnement accidentel du four. Une fois la sécurité enfant enclenchée, vous ne pourrez utiliser aucune fonction et vous ne pourrez pas cuire d'aliments.

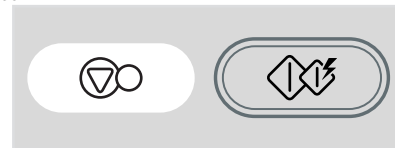
Votre enfant peut toutefois encore ouvrir la porte!

Appuyez sur **ARRÊT/ANNULER**.

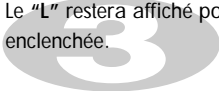


Appuyez et maintenez enfoncée la touche **ARRÊT/ANNULER** jusqu'à ce que "L" apparaisse sur l'afficheur et qu'un signal sonore retentisse. La **SÉCURITÉ ENFANT** est enclenchée.

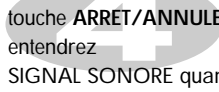
L'heure disparaîtra de l'afficheur si vous avez réglé l'horloge.



Le "L" restera affiché pour vous rappeler que la **SÉCURITÉ ENFANT** est enclenchée.



Pour annuler la **SÉCURITÉ ENFANT**, appuyez et maintenez enfoncée la touche **ARRÊT/ANNULER** jusqu'à ce que le "L" disparaisse, vous entendrez **SIGNAL SONORE** quand elle sera désactivée.



# Cuisson

## Micro-ondes

Dans l'exemple suivant, je vous présente comment cuire des aliments à 720W(80 %) de la puissance pendant 5 minutes 30 secondes.

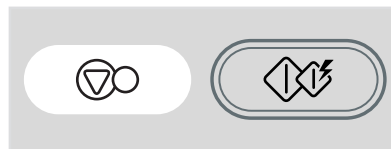


Votre four comporte cinq niveaux de puissance de micro-ondes. La puissance supérieure ("High") est sélectionnée automatiquement, mais vous pouvez sélectionner un autre niveau de puissance en appuyant plusieurs fois de suite sur la touche MICRO.

PUISSANCE	Appuyez sur % MICRO	RESULTAT
<b>High</b>	100% <b>1</b> fois	900W
<b>Medium High</b>	80% <b>2</b> fois	720W
<b>Medium</b>	60% <b>3</b> fois	540W
<b>Defrost Medium Low</b>	40% <b>4</b> fois	360W
<b>Low</b>	20% <b>5</b> fois	180W

Assurez-vous que vous avez correctement installé votre four comme décrit précédemment dans ce manuel.

Appuyez sur **ARRÊT/ANNULER**.



Appuyez deux fois sur **MICRO** pour sélectionner 720 de la puissance "720" apparaît dans la fenêtre d'affichage.



Appuyez cinq fois sur **1 MIN.**  
Appuyez trois fois sur **10 SEC.**



Appuyez sur **START**.

Pendant la cuisson, vous pouvez utiliser la touche **MORE** ou **LESS** pour augmenter ou diminuer le temps de cuisson.





# Niveau de Puissance

Votre four à micro-ondes est équipé de 5 niveaux de puissance qui vous offrent une souplesse et une maîtrise maximale de votre cuisson. Le tableau suivant donne des exemples d'aliments et de niveaux de puissance recommandés pour ce four à micro-ondes.

Niveau de puissance	Sortie		Utilisation
PLEINE	900W	100%	<ul style="list-style-type: none"><li>* Bouillir de l'eau</li><li>* Faire brunir de la viande hachée</li><li>* Cuire des morceaux de volaille, du poisson et des légumes</li><li>* Cuire des morceaux de viande tendres</li></ul>
PLEINE MOYENNE	720W	80%	<ul style="list-style-type: none"><li>* Tout réchauffage</li><li>* Rôtir de la viande et de la volaille</li><li>* Cuire des champignons et des coquillages</li><li>* Cuire des aliments contenant du fromage et des oeufs</li></ul>
MOYENNE	540W	60%	<ul style="list-style-type: none"><li>* Cuire des gâteaux et des petits pains</li><li>* Préparer des oeufs</li><li>* Cuire des crèmes</li><li>* Préparer du riz, de la soupe</li></ul>
DÉCONGÉLATION/ FAIBLE MOYENNE	360W	40%	<ul style="list-style-type: none"><li>* Toute décongélation</li><li>* Faire fondre du beurre et du chocolat</li><li>* Cuire des morceaux de viande moins tendres</li></ul>
FAIBLE	180W	20%	<ul style="list-style-type: none"><li>* Ramollir du beurre et du fromage</li><li>* Ramollir des glaces</li><li>* Faire lever de la pâte</li></ul>



# Cuisson

## En deux phases

Dans l'exemple suivant, je vous présente comment cuire des aliments en deux phases. Durant la première phase, vos aliments cuisent 11 minutes sur la puissance HIGH et, durant la seconde phase, pendant 35 minutes à 40 %.



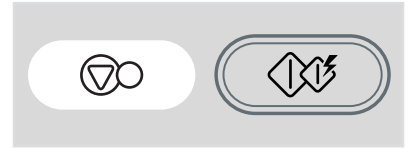
Durant un cycle de cuisson en deux phases, le four peut être ouvert pour contrôler les aliments. Refermez ensuite la porte et appuyez sur DÉPART pour reprendre la phase de cuisson en cours. Au terme de la phase 1, un signal sonore retentit et la phase 2 commence.

Pour annuler le programme, appuyez deux fois sur **ARRÊT/ANNULER**.

En cas de cuisson avec décongélation automatique ("Auto Defrost"), vous pouvez cuire les aliments en 3 étapes maximum. (Décongélation automatique + Etape 1 + Etape 2)

Vous pouvez donc décongeler les aliments et les cuire sans reprogrammer le four entre chaque étape.

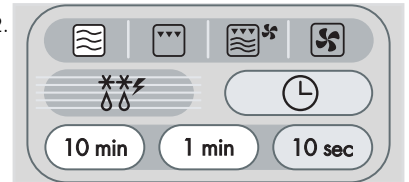
Appuyez sur **ARRÊT/ANNULER**.



Réglez le niveau de la puissance et la durée de cuisson pour la phase 1. Appuyez une fois sur MICRO pour sélectionner la puissance HIGH. Appuyez une fois sur **10 MIN**. Appuyez une fois sur **1 MIN**.

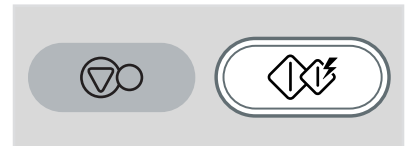


Réglez le niveau de la puissance et la durée de cuisson pour la phase 2. Appuyez quatre fois sur MICRO pour sélectionner 40 % de puissance. Appuyez trois fois sur **10 MIN**. Appuyez cinq fois sur **1 MIN**.



Appuyez sur **START**.

Pendant la cuisson, vous pouvez utiliser la touche **MORE** ou **LESS** pour augmenter ou diminuer le temps de cuisson.



# Fonction

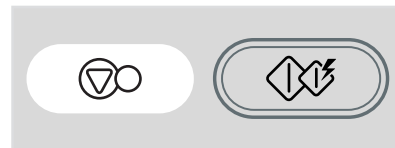
## Départ Instantané

Dans l'exemple suivant je vous indique comment régler la minutes de cuisson sur pleine puissance.



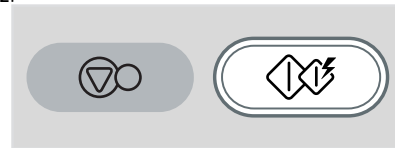
La fonction **DÉPART INSTANTANÉ** vous permet de définir des intervalles de 30 secondes à **PLEINE PUISSANCE** en ne touchant que le bouton **DÉPART**.

Appuyez sur **ARRÊT/ANNULER**.



Appuyer quatre fois sur **DÉPART** pour 2 minutes à **PLEINE PUISSANCE**.

*Votre four démarrera avant d'avoir terminé la quatrième pression.*





Pendant la cuisson **DÉPART INSTANTANÉ**, vous pouvez augmenter la durée de cuisson jusqu'à 99 minutes 59 secondes en appuyant de façon répétée sur le bouton **DÉPART**.

# Cuisson

## Plus ou Moins

Dans l'exemple suivant, je vous présente comment modifier les programmes de cuisson automatique AUTO COOK présélectionnés pour allonger ou réduire le temps de cuisson.



Si vous estimez que vos aliments sont trop cuits ou pas assez avec un programme AUTO COOK, vous pouvez allonger ou réduire le temps de cuisson en appuyant sur la touche . Lors d'une cuisson en mode automatique ou manuel, vous pouvez allonger ou réduire le temps de cuisson à n'importe quel moment en appuyant sur la touche . Il n'est pas nécessaire pour cela d'interrompre le processus de cuisson.

Appuyez sur **ARRÊT/ANNULER**.



Choisissez le programme **AUTO COOK** de votre choix.  
\*Voir **CUISSON AUTOMATIQUE** ("AUTO COOK") (page 55)  
Sélectionnez le poids des aliments.

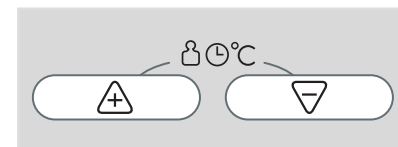
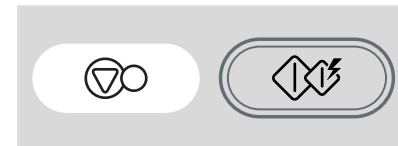
Appuyez une fois sur **DÉPART**.

Appuyez **MORE** () .

Le temps de cuisson augmente de 10 secondes chaque fois que vous appuyez sur cette touche.

Appuyez **LESS** () .

Le temps de cuisson diminue de 10 secondes chaque fois que vous appuyez sur cette touche.



F

# Cuisson

## Au grill

Dans l'exemple suivant, je vous présente comme utiliser le grill pour cuire des aliments pendant 12 minutes 30 secondes.

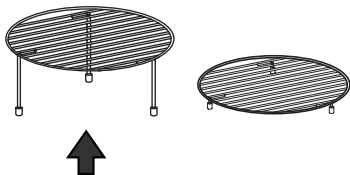


Ce modèle est équipé d'un GRILL A QUARTZ, ce qui rend le préchauffage inutile.

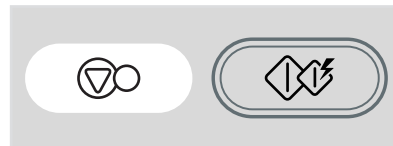
Cette fonction vous permet de faire dorer et de rendre croustillants vos aliments rapidement.

Le support métallique est placé entre un plateau en verre et un support pour grill en mode de cuisson au grill.

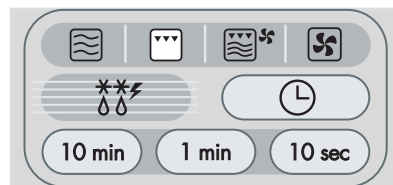
Pour la cuisson au grill, vous devez employer le support pour grill (haut).



Appuyez sur **ARRET/ANNULER**.



Appuyez sur **GRILL**.

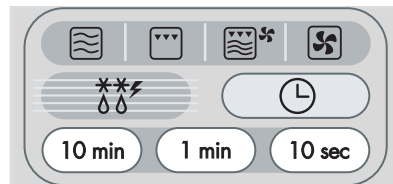


Réglez le temps de cuisson.

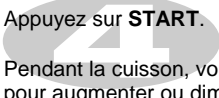
Appuyez une fois sur **10 MIN**.

Appuyez deux fois sur **1 MIN**.

Appuyez trois fois sur **10 SEC**.



Appuyez sur **START**.



Pendant la cuisson, vous pouvez utiliser la touche **MORE** ou **LESS** pour augmenter ou diminuer le temps de cuisson.



# Cuisson

## Par convection

Dans l'exemple suivant, je vous présente comment préchauffer le four dans un premier temps et ensuite cuire des aliments à une température de 230 °C pendant 50 minutes.



Le four à convection offre une plage de températures de 40 °C et de 100 à 230 °C (une température de 180 °C se règle automatiquement lorsque vous sélectionnez le mode par convection). Le four comporte une fonction de fermentation à une température de 40 °C. Vous devez attendre que le four ait refroidi parce que la fonction de fermentation est inopérante si la température du four est supérieure à 40 °C.

Le four a besoin de quelques minutes pour atteindre la température sélectionnée. Lorsque le four a atteint la température sélectionnée, il émet un signal sonore d'avertissement. Introduisez ensuite vos aliments dans le four et démarrez la cuisson.

### 1. Pour préchauffer

Appuyez sur **ARRÊT/ANNULER**.

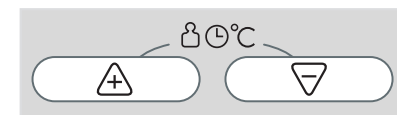


Appuyez sur **CONV.**



Appuyez cinq fois sur **▲** pour sélectionner 230 °C.

Vous pouvez la température de cuisson en appuyant sur la touche **▲/▼**.



Appuyez sur **DÉPART**.



# Cuisson

## Par convection

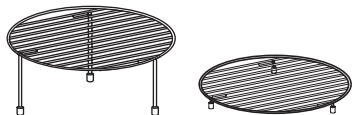
Dans l'exemple qui suit, je vous explique d'abord comment préchauffer le four, puis comment cuire des aliments à une température de 230°C pendant 50 minutes.



Si vous ne réglez pas de température, votre four sélectionne automatiquement 180 °C. Vous pouvez la température de cuisson en appuyant sur la touche



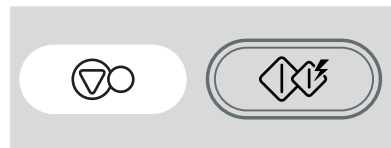
Pour la cuisson par convection, vous devez employer le support pour convection (bas).



2. Pour cuire

1

Appuyez sur **ARRÊT/ANNULER**.



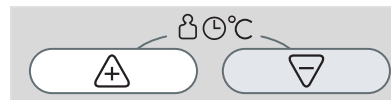
Appuyez sur **CONV.**

2



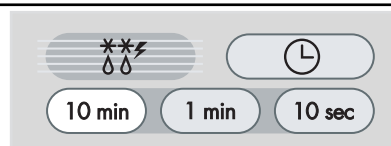
Appuyez cinq fois sur  pour sélectionner 230 °C.

3



Appuyez cinq fois sur **10 MIN.**

4



Appuyez sur **START**.

5

Pendant la cuisson, vous pouvez utiliser la touche **MORE** ou **LESS** pour augmenter ou diminuer le temps de cuisson.



# Cuisson Combinée

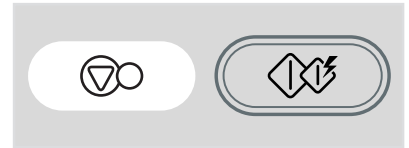
Dans l'exemple suivant, je vous présente comment programmer votre four sur une puissance de 360W de micro-ondes et une cuisson au grill pendant 25 minutes.



Votre four comprend une fonction de cuisson combinée qui vous permet de cuire des aliments avec l'élément chauffant et les micro-ondes simultanément ou alternativement. Cette méthode présente l'avantage de raccourcir le temps de cuisson. En mode combiné, vous pouvez régler trois niveaux de puissance de micro-ondes (180, 360 et 540 ).

## 1. COMBINAISON GRILL

Appuyez sur **ARRÊT/ANNULER**.



Appuyez sur **COMBI**.

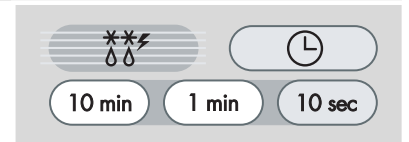
Appuyez sur **GRILL**.



Appuyez deux fois sur **MICRO** pour sélectionner 360W de puissance.



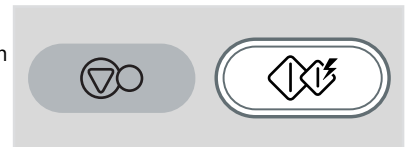
Réglez le temps de cuisson  
Appuyez deux fois sur **10 MIN**.  
Appuyez cinq fois sur **1 MIN**.



Appuyez sur **DÉPART**.

Pendant la cuisson, vous pouvez allonger ou réduire le temps de cuisson en appuyant sur la touche **Δ/▽**.

**Attention de ne pas toucher aux aliments parce que le récipient est brûlant !**





# Cuisson Combinée

Dans l'exemple suivant, je vous présente comment programmer votre four sur une puissance de 360 de micro-ondes et une température de convection de 200 °C pour un temps de cuisson de 25 minutes.



Votre four comprend une fonction de cuisson combinée qui vous permet de cuire des aliments avec l'élément chauffant et les micro-ondes simultanément ou alternativement. Cette méthode présente l'avantage de raccourcir le temps de cuisson.

## 2. COMBINAISON CONVECTION

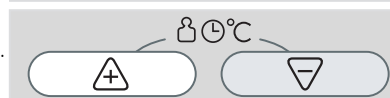
Appuyez sur **ARRET/ANNULER**.



Appuyez sur **COMBI**.  
Appuyez sur **CONV**.



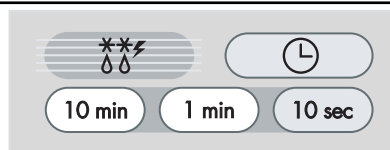
Appuyez deux fois sur **Δ** pour la température de convection de 200 °C.



Appuyez deux fois sur **MICRO** pour sélectionner 360 de puissance.



Réglez le temps de cuisson  
Appuyez deux fois sur **10 MIN**.  
Appuyez cinq fois sur **1 MIN**.



Appuyez sur **DÉPART**.

Pendant la cuisson, vous pouvez allonger ou réduire le temps de cuisson en appuyant sur la touche **Δ/▽**.

**Attention de ne pas toucher aux aliments parce que le récipient est brûlant !**



Etant donné que la température et la densité des aliments varie, je vous conseille de contrôler les aliments avant d'entamer la cuisson. Veillez plus particulièrement aux grosses articulations des pièces de viande et du poulet. Certains aliments ne doivent pas non plus être complètement décongelés avant la cuisson, comme par exemple le poisson dont la cuisson est si rapide qu'il est parfois préférable de la commencer alors que le poisson est encore légèrement congelé. Le programme de cuisson du pain (BREAD) convient à la décongélation des aliments de faible volume comme les petits pains. Ces aliments nécessitent un certain temps avant d'être décongelés à cœur. Dans l'exemple suivant, je vous présente comment décongeler une volaille de 1,4 kg.

# Décongélation Automatique



Votre four comporte quatre niveaux de décongélation aux micro-ondes : **MEAT** (viande), **POULTRY** (volaille), **FISH** (poisson) et **BREAD** (pain). Chaque mode de décongélation comporte plusieurs niveaux de puissance. Appuyez plusieurs fois de suite sur la touche **AUTO DEFROST** sélectionne un réglage différent.

Mode	Appuyez sur
<b>MEAT</b>	<b>1</b> fois
<b>POULTRY</b>	<b>2</b> fois
<b>FISH</b>	<b>3</b> fois
<b>BREAD</b>	<b>4</b> fois

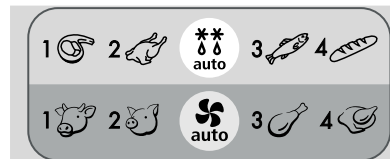
Appuyez sur **ARRÊT/ANNULER**.

Pesez les aliments que vous souhaitez décongeler. N'oubliez pas de retirer les liens métalliques. Glissez ensuite les aliments dans le four et refermez la porte.



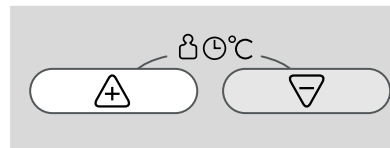
Appuyez deux fois sur **AUTO DEFROST** pour sélectionner le mode de décongélation volaille.

"dEF2" apparaît dans la fenêtre d'affichage.

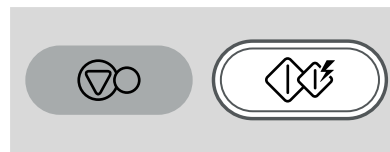


Introduisez le poids des aliments que vous souhaitez décongeler.

Appuyez quatorze fois sur **MORE** pour entrer "1,4kg".



Appuyez sur **DÉPART**.



Pendant la décongélation, votre four émettra un signal sonore. A ce moment, ouvrez la porte du four, retournez les aliments et séparez-les pour assurer une décongélation homogène. Retirez les portions déjà décongelées ou enveloppez-les pour ralentir leur vitesse de décongélation. Ensuite, refermez la porte du four et appuyez de nouveau sur **DÉPART** pour poursuivre la décongélation. **Votre four n'arrête pas la décongélation (même lorsque le signal sonore retentit) tant que vous n'ouvrez pas la porte.**

## GUIDE DE DECONGELATION

- \* La nourriture à décongeler doit se trouver dans un récipient adapté au micro-ondes et être placée, sans couvercle, sur le plateau tournant en verre.
- \* Au besoin, protégez les morceaux plus petits de viande ou de volaille avec des feuilles de papier aluminium. De cette manière, ces pièces ne se réchaufferont pas pendant la décongélation. Veillez à ce que la feuille en aluminium ne touche pas les parois du four.
- \* Etalez les aliments tels que viande hachée, côtelettes, saucisses et tranches de lard dès que leur état de décongélation le permet. Lorsque le "bip" retentit, retournez les aliments. Sortez les pièces décongelées. Laissez décongeler les pièces restantes. Après la décongélation, laissez reposer les aliments pour que la décongélation soit complète.
- \* Par exemple, les rôtis de viande et les poulets entiers doivent REPOSER pendant 1 heure minimum avant leur cuisson.

<i>Catégorie</i>	<i>Limite de poids</i>	<i>Ustensile</i>	<i>Aliments</i>
<b>Viande</b> <b>Volaille</b> <b>Poisson</b>	0,1 ~ 4,0 kg	Accessoires pour micro-ondes (assiette plate)	<b>Viande</b> Boeuf haché, filet de boeuf, cubes pour ragoût, bifteck, rôti braisé, culotte de boeuf, hamburger Côtelettes de porc, côtelettes d'agneau, rouleau de viande, saucisse, côtelettes (2cm) Retournez les aliments lorsque le "bip" retentit. Après la décongélation, laissez reposer de 5 à 15 minutes.
			<b>Volaille</b> Poulet entier, cuisses, poitrines, poitrines de dinde (moins de 2 kg) Retournez les aliments lorsque le "bip" retentit. Après la décongélation, laissez reposer de 20 à 30 minutes.
			<b>Poisson</b> Filets, steaks, poisson entier, fruits de mer Retournez les aliments lorsque le "bip" retentit. Après la décongélation, laissez reposer de 10 à 20 minutes.
<b>Pain</b>	0,1 ~ 0,5 kg	Serviette en papier ou assiette plate	Pain en tranches, petits pains, baguette, etc.

# Décongélation rapide

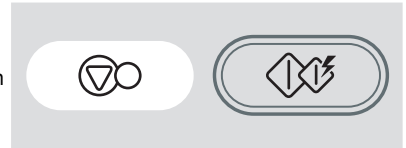
Utilisez cette fonction pour décongeler rapidement jusqu'à 0,5 kg de viande hachée uniquement. Laissez reposer la viande un certain temps pour que le centre soit bien décongelé. L'exemple ci-dessous vous indique comment décongeler 0,5 kg de viande hachée surgelée.



Votre four à micro-ondes dispose d'une fonction de décongélation rapide (MEAT / VIANDE).

Appuyez sur **STOP/CLEAR**.

Pesez les aliments que vous allez décongeler. Veillez à ce que tout ruban ou emballage métallique soit retiré, puis mettez les aliments dans le four et refermez la porte.



Appuyez sur la touche **QUICK DEFROST** pour sélectionner le programme de décongélation de viande (MEAT).



Pendant la décongélation, le four émettra un "bip". Ouvrez le four, retournez la pièce et étalez les morceaux pour que la décongélation se fasse de manière uniforme. Sortez les parties qui ont décongelé ou protégez-les pour ralentir leur décongélation. Une fois la vérification terminée, refermez la porte du four et appuyez sur la touche **START** pour poursuivre la décongélation. Le processus de décongélation continue (même lorsque le "bip" rentit) tant que vous n'ouvrez pas la porte.

F

## **GUIDE DE DECONGELATION RAPIDE**

Utilisez cette fonction pour décongeler rapidement de la viande hachée.

Débarrassez complètement la viande de son emballage. Mettez la viande hachée dans un plat pour micro-ondes. Lorsque le "bip" retentit, sortez la viande du four, retournez-la et remettez-la dans le four. Appuyez sur SATRT pour poursuivre la décongélation. A la fin du programme, sortez la viande hachée du four, couvrez-la de papier d'aluminium et laissez-la reposer de 5 à 15 minutes ou jusqu'à ce qu'elle soit complètement décongelée.

<b>Catégorie</b>	<b>Poids</b>	<b>Ustensile</b>	<b>Instructions</b>
<b>Viande hachée</b>	0,5kg	Accessoires pour micro-ondes (assiette plate)	Viande hachée Retournez les aliments lorsque le "bip" retentit.  Après la décongélation, laissez reposer de 5 à 15 minutes.

# Cuisson

## Automatique

Dans l'exemple suivant, je vous présente comment cuire 0,5 kg de pommes de terre en chemise.



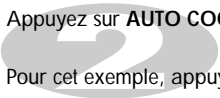
Le programme de cuisson automatique **AUTO COOK** vous permet de cuire vos aliments préférés de manière simplifiée en sélectionnant le type d'aliment et en introduisant le poids à cuire.

Appuyez sur **ARRÊT/ANNULER**.





Appuyez sur **AUTO COOK** suivant le type d'aliments à cuire.

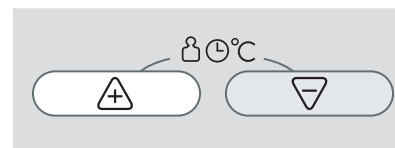
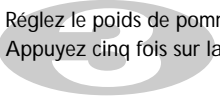
Pour cet exemple, appuyez une fois sur Pomme de terre en chemise.



Réglez le poids de pommes de terre à cuire.

Appuyez cinq fois sur la touche .

Si vous maintenez la touche  enfoncée, le poids défile plus rapidement.



Appuyez sur **DÉPART**.



F

Fonction	Catégorie	Limite de poids	Ustensile	empérature de l'aliment	Instructions										
Auto Cook (Cuisson automatique)	<b>Pomme de terre en chemise (Ac1)</b>	0,2 ~ 1,0kg	Plateau métallique	Temp. de la pièce	Choisissez des pommes de terre de taille moyenne (200-220g). Lavez et essuyez les pommes de terre. Faites plusieurs trous dans les pommes de terre avec une fourchette. Posez-les sur le plateau métallique. Introduisez le poids et appuyez sur START. Après la cuisson, sortez les pommes de terre du four. Couvrez-les d'une feuille de papier d'aluminium et laissez-les reposer pendant 5 minutes. <b>ATTENTION: Le grille et les parois du four sont BRULANTS. Utilisez des gants appropriés.</b>										
	<b>Riz (Ac2)</b>	0,1 ~ 0,3kg	Plat creux adapté à la cuisson au micro-ondes	Temp. de la pièce	Lavez le riz et laissez-le tremper pendant 30 minutes. Mettez le riz, l'eau bouillante et $1/4$ à 1 cuillère à thé de sel dans un plat creux suffisamment grand. <table border="1" data-bbox="821 369 1337 442"> <thead> <tr> <th>Poids</th> <th>100g</th> <th>200g</th> <th>300g</th> <th>Couvrir</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Riz</td> <td>250ml</td> <td>350ml</td> <td>480ml</td> <td>Oui</td> </tr> </tbody> </table> ** Riz - Après cuisson, laissez couvert pendant 5 minutes ou jusqu'à ce que l'eau soit absorbée.	Poids	100g	200g	300g	Couvrir	Riz	250ml	350ml	480ml	Oui
	Poids	100g	200g	300g	Couvrir										
	Riz	250ml	350ml	480ml	Oui										
	<b>Légumes frais (Ac3)</b>	0,2 ~ 0,8kg	Plat creux adapté à la cuisson au micro-ondes	Temp. de la pièce	Mettez les légumes dans un plat adapté à la cuisson au micro-ondes. Ajoutez de l'eau. Couvrez. Après la cuisson, remuez et laissez reposer. Ajoutez de l'eau en fonction de la quantité. ** 0,2 kg à 0,4 kg: 2 cuillères à soupe ** 0,5 kg à 0,8 kg: 4 cuillères à soupe										
<b>Légumes surgelés (Ac4)</b>	0,2 ~ 0,8kg	Plat creux adapté à la cuisson au micro-ondes	Surgelé	Mettez les légumes dans un plat adapté à la cuisson au micro-ondes. Ajoutez de l'eau. Couvrez. Après la cuisson, remuez et laissez reposer. Ajoutez de l'eau en fonction de la quantité. ** 0,2 kg à 0,4 kg: 2 cuillères à soupe ** 0,5 kg à 0,8 kg: 4 cuillères à soupe											
<b>Pizza réfrigérée (Ac5)</b>	0.2-0.4 kg	Assiette plate spéciale micro-ondes	De réfrigération	Cette fonction consiste à réchauffer un reste de pizza réfrigérée. Placez la pizza réfrigérée sur l'assiette plate. Une fois réchauffée, laissez reposer pendant 2 à 3 minutes.											

Fonction	Catégorie	Limite de poids	Ustensiles	Température des aliments	Instructions
Cuisson automatique ("Auto Cook")	<b>Pizza surgelée (Ac 6)</b>	0,1 ~ 0,5kg	Grille inférieure et plateau en métal	congelés	Cette fonction permet de cuire des pizzas surgelées. Retirer complètement l'emballage et placer la pizza sur la grille inférieure, sur le plateau en métal. Lorsque c'est cuit, laisser refroidir 1 à 2 minutes.
	<b>Frites (Ac 7)</b>	0,2 ~ 0,4kg	Plateau en métal et grille inférieure	congelés	Répartir les frites surgelées sur le plateau en métal, sur la grille inférieure. Pour un résultat optimal, cuire sur une seule couche. Lorsque c'est cuit, retirer du four et laisser refroidir 1 à 2 minutes.



Fonction	Catégorie	Limite de poids	Ustensiles	Température des aliments	Instructions
Cuisson automatique ("Auto Cook")	<b>Gratin (Ac 8)</b>	0,5 ~ 1,2kg	Grille inférieure et plateau en métal	à température ambiante	<p>Utiliser cette touche pour les gratins faits maison. Placer les aliments sur la grille inférieure, sur le plateau en métal. Lorsque c'est cuit, retirer du four et laisser refroidir 1 à 2 minutes.</p> <p>* Gratin de pommes de terre *</p> <p><b>Ingrédients</b>  400g de pommes de terre  100g d'oignons (finement émincés)  2/3 de cuiller à soupe de beurre  3 tranches de lard  350g de sauce blanche  80g de mozzarella en morceaux  sel, poivre noir</p> <p><b>(Sauce blanche)</b>  3 cuillers à soupe de beurre, 5 cuillers à soupe de farine, 2 ½ tasses de lait</p> <p>Mettre le beurre dans un grand bol. Chauffer au four à micro-ondes à puissance maximale (HIGH) jusqu'à ce que le beurre soit fondu. Ajouter la farine et remettre 2 minutes au four sur HIGH. Ajouter le lait, le sel et le poivre noir. Remettre 15 minutes sur HIGH. (Mélanger plusieurs fois pendant la cuisson).</p> <p><b>Préparation</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Faire cuire les pommes de terre avec la fonction "Jacket Potato" (en robe des champs). Peler et couper en tranches fines. Saler, poivrer.</li> <li>2. Mélanger les oignons et le beurre dans un bol. Chauffer 2 minutes au four à micro-ondes à puissance maximale (HIGH).</li> <li>3. Verser un tiers de la sauce blanche dans un plat à gratin. Ajouter les pommes de terre, les oignons et le lard. Couvrir avec le reste de sauce blanche.</li> <li>4. Saupoudrer de fromage. Déposer sur la grille inférieure, sur le plateau en métal. Lorsque c'est cuit, laisser refroidir 2 à 3 minutes.</li> </ol>

# Cuisson

## Rôtissage automatique

Dans l'exemple suivant, je vous présente comment cuire un rosbif de 1,4 kg.



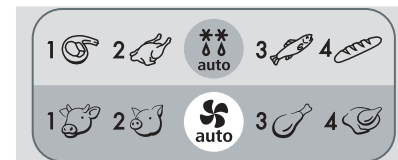
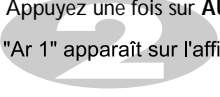
Le programme de rôtissage automatique **AUTO ROAST** vous permet de cuire vos aliments préférés de manière simplifiée en sélectionnant le type d'aliment et en introduisant le poids à cuire.

Appuyez sur **ARRÊT/ANNULER**.



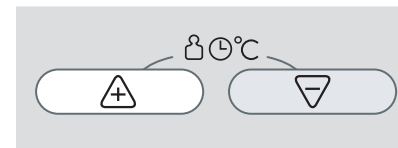
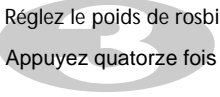
Appuyez une fois sur **AUTO ROAST** pour sélectionner rôti de bœuf.

"Ar 1" apparaît sur l'affichage.



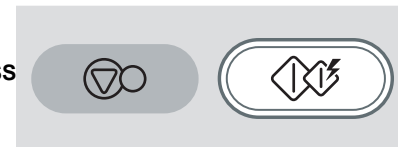
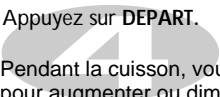
Réglez le poids de rosbif à cuire.

Appuyez quatorze fois sur **MORE** pour entrer "1,4kg".



Appuyez sur **DEPART**.

Pendant la cuisson, vous pouvez utiliser la touche **MORE** ou **LESS** pour augmenter ou diminuer le temps de cuisson.



## GUIDE DE LA FONCTION DE ROTISSAGE AUTOMATIQUE ("AUTO ROAST")

Fonction	Catégorie	Limite de poids	Ustensiles	Température des aliments	Instructions
Rôtissage automatique ("Auto Roast")	<b>Rôti de bœuf (Ar 1)</b>	0,5 ~ 1,5kg	Grille inférieure et plateau en métal	réfrigérés	Badigeonner le rôti de bœuf de margarine ou de beurre fondu. Placer sur la grille inférieure, sur le plateau en métal. Au bip sonore, retourner la viande. Appuyer ensuite sur <b>START</b> pour continuer la cuisson. Lorsque c'est cuit, recouvrir d'une feuille d'aluminium et réserver 10 minutes.
	<b>Rôti de porc (Ar 2)</b>	0,5 ~ 1,5kg	Grille inférieure et plateau en métal	réfrigérés	Badigeonner le rôti de porc de margarine ou de beurre fondu. Placer sur la grille inférieure, sur le plateau en métal. Au bip sonore, retourner la viande. Appuyer ensuite sur <b>START</b> pour continuer la cuisson. Lorsque c'est cuit, recouvrir d'une feuille d'aluminium et réserver 10 minutes.
	<b>Cuisses de poulet (Ar 3)</b>	0,2 ~ 0,8kg	Grille supérieure et plateau en métal	réfrigérés	Laver et sécher la peau. Badigeonner les cuisses de poulet de margarine ou de beurre fondu. Placer sur la grille supérieure, sur le plateau en métal. Au bip sonore, retourner la viande. Appuyer ensuite sur <b>START</b> pour continuer la cuisson. Lorsque c'est cuit, recouvrir d'une feuille d'aluminium et réserver 2 à 5 minutes.
	<b>Poulet entier (Ar 4)</b>	0,8 ~ 1,5kg	Grille inférieure et plateau en métal	réfrigérés	Laver et sécher la peau. Badigeonner le poulet de margarine ou de beurre fondu. Placer sur la grille inférieure, sur le plateau en métal. Au bip sonore, retourner la viande. Appuyer ensuite sur <b>START</b> pour continuer la cuisson. Lorsque c'est cuit, recouvrir d'une feuille d'aluminium et réserver 10 minutes.

## ATTENTION

*Assurez-vous que le temps de cuisson est correctement programmé car si les aliments cuisent trop longtemps, cela peut provoquer des FLAMMES donc des DEGATS pour le FOUR.*

# Consignes de sécurité importantes

A lire attentivement et à conserver pour consultation future

1. Ne pas tenter d'altérer, ou de réparer la porte, le panneau de commande, les interrupteurs de verrouillage de sécurité ou une autre partie quelconque du four. Il est en effet dangereux d'intervenir sur l'appareil en déposant des couvercles protégeant contre l'exposition à l'énergie micro-ondes. Les réparations ne doivent être entreprises que par un technicien qualifié.
2. Ne pas faire fonctionner le four vide. Il est préférable de laisser un verre d'eau dans le four inutilisé. L'eau absorbera les micro-ondes en toute sécurité en cas de démarrage accidentel du four.
3. Ne pas utiliser votre four à micro-ondes pour sécher des textiles : ils pourraient carboniser s'ils sont chauffés trop longtemps.
4. Ne pas cuire d'aliments enveloppés dans de l'essuie-tout à moins que cela ne soit indiqué dans votre livre de recettes pour l'aliment que vous cuisinez.
5. Ne pas utiliser de papier journal au lieu d'essuie-tout pour la cuisson.
6. Ne pas utiliser de récipients en bois. Ils peuvent chauffer et carboniser. Ne pas utiliser de récipient métallique avec des incrustations métalliques (or ou argent par exemple). Enlever toutes les fermetures métalliques. Des objets en métal peuvent créer un arc dans le four et engendrer des dégâts importants.
7. Ne pas faire fonctionner le four lorsqu'un torchon, une serviette ou tout autre objet vient faire obstruction entre la porte et le devant du four, ce qui pourrait engendrer des fuites d'énergie micro-ondes.
8. Ne pas utiliser de produits fabriqués à partir de papier recyclé : ils peuvent contenir des impuretés et engendrer des étincelles et / ou s'enflammer quand ils sont utilisés pour la cuisson.
9. Ne pas rincer le plateau tournant juste après la cuisson. Cela peut l'endommager ou le casser.
10. De petites quantités d'aliments peuvent requérir des temps de cuisson ou de chauffage plus courts. S'ils sont placés dans le four pour une durée normale, ils peuvent surchauffer et brûler.
11. Veiller à bien placer le four de sorte que le devant de la porte se situe à au moins 8 cm derrière le bord de la surface sur laquelle il est posé, afin d'éviter le renversement accidentel de l'appareil.
12. Avant la cuisson, percer la peau des pommes de terre, des pommes ou de tout autre fruit ou légume semblable.
13. Ne pas cuire les oeufs dans leur coquille. L'augmentation de la pression à l'intérieur de l'oeuf le fera exploser.
14. Ne pas utiliser le four pour frire.
15. Enlever les emballages plastiques des aliments avant de cuire ou de décongeler. Noter cependant que dans certains cas l'aliment doit être couvert par un film plastique pour le réchauffage et la cuisson.
16. Si la porte du four est endommagée, ne pas utiliser le four jusqu'à ce qu'il ait été réparé par un technicien spécialisé du service après-vente.
17. En cas de fumée, ne pas ouvrir la porte du four, éteindre ou débrancher le four de la prise de courant.
18. Lorsque la nourriture est réchauffée ou cuite dans des récipients jetables en plastique, papier ou autres matériaux combustibles, surveiller de près le four pour noter toute détérioration du récipient.
19. Ne laisser les enfants utiliser le four sans surveillance que si les instructions adéquates ont été données pour éviter tous les risques inhérents à cette utilisation.
20. Les liquides ou d'autres aliments ne doivent pas être réchauffés dans des récipients hermétiques, en raison du risque d'explosion.

# Consignes de sécurité importantes

## A lire attentivement et à conserver pour consultation future

21. Si les joints de la porte et les accessoires du four à micro-ondes sont défectueux, n'utilisez pas le four tant qu'il n'a pas été réparé par un technicien qualifié.

22. Avant utilisation, vérifiez si les ustensiles sont bel et bien adaptés au four à micro-ondes.

23. Ne touchez pas la porte du four, l'extérieur ou l'arrière de celui-ci, la cavité, les accessoires ou les plats lorsque vous utilisez le mode gril, le mode convection ou la fonction de cuisson automatique ("Auto Cook"), à moins d'utiliser des maniques épaisses, car ils deviennent brûlants. Avant d'en disposer, assurez-vous qu'ils ne sont pas brûlants.

24. Utilisez uniquement des ustensiles adaptés au four à micro-ondes.

**F** 25. Lorsque vous faites chauffer des aliments dans un récipient en plastique ou en carton, surveillez le four car il y a toujours un risque qu'ils prennent feu.

26. Si de la fumée s'échappe du four, arrêtez ou débranchez l'appareil et gardez la porte du four fermée pour étouffer les flammes éventuelles.

27. Lorsque vous faites chauffer des aliments liquides au four à micro-ondes, ceux-ci peuvent se mettre à bouillonner avec un certain retard. Manipulez donc le récipient avec la plus grande prudence.

28. Les biberons et pots de nourriture pour bébé doivent être agités ou mélangés et la température des aliments vérifiée avant consommation, pour éviter les brûlures.

29. Ne jamais faire chauffer au micro-ondes des œufs dans leur coquille ou des œufs durs entiers car ils risquent d'exploser, même une fois le four arrêté.

30. Suivez les instructions de nettoyage des joints de la porte, des cavités et des accessoires.

31. Le four doit être nettoyé régulièrement et tout résidu de nourriture, éliminé.

32. Si votre four n'est pas maintenu propre, sa surface risque de se détériorer, ce qui entraînerait une diminution de sa durée de vie et pourrait rendre son utilisation dangereuse.

33. Utilisez uniquement la sonde de température recommandée pour ce four (pour les appareils équipés d'une fonction permettant l'utilisation d'une sonde de détection de température).

34. Si des éléments chauffants sont fournis, au cours de l'utilisation l'appareil devient brûlant. Veillez à éviter de toucher ces éléments chauffants à l'intérieur du four.

35. L'appareil ne devrait pas être utilisé sans surveillance par de jeunes enfants ou des personnes infirmes.

**ATTENTION** : Si la porte ou les joints de celle-ci sont endommagés, le four ne peut plus être utilisé tant qu'il n'a pas été réparé par une personne qualifiée.

**ATTENTION**: Il est dangereux pour toute personne non qualifiée d'effectuer un entretien ou une réparation nécessitant la dépose d'un élément de protection contre l'exposition aux micro-ondes.

**ATTENTION** : Les aliments liquides et autres ne doivent pas être chauffés dans des récipients fermés hermétiquement car ils sont susceptibles d'exploser.

**ATTENTION** : N'autorisez vos enfants à utiliser le four sans surveillance qu'après leur avoir donné des instructions adéquates, afin qu'ils puissent utiliser le four en toute sécurité et comprendre les dangers d'une mauvaise utilisation.

# Ustensiles pour Micro-ondes

## Ne jamais utiliser d'objets métalliques ou bordés de métal dans votre four à micro-ondes.

Les micro-ondes ne peuvent traverser le métal. Elles vont rebondir sur l'objet métallique dans le four et peuvent créer un arc électrique, phénomène alarmant qui ressemble à un éclair. La plupart des ustensiles de cuisson non métalliques résistant à la chaleur peuvent être utilisés dans un micro-ondes. Cependant, certains ustensiles peuvent contenir des matériaux qui les rendent impropres à une utilisation dans un micro-ondes. En cas de doutes sur un ustensile particulier, il existe un moyen simple de savoir s'il peut aller au micro-ondes. Placez l'ustensile en question près d'un bol d'eau dans le micro-ondes. Faites chauffer pendant 1 minute à pleine puissance. Si l'eau chauffe alors que l'ustensile reste froid au toucher, l'ustensile peut passer au micro-ondes. En revanche, si la température de l'eau ne change pas mais que l'ustensile chauffe, alors il ne peut être utilisé dans le micro-ondes. Vous disposez certainement dans votre cuisine de nombreux récipients qui peuvent passer au micro-ondes. En voici une liste.

### Assiettes

La plupart des assiettes vont au micro-ondes. En cas de doute se reporter aux documents du fabricant ou effectuer le test décrit plus haut.

### Verres

Le verre qui résiste à la chaleur peut passer au micro-ondes. Cela est valable pour toutes les marques d'ustensiles de cuisine en verre trempé pour four. Néanmoins, ne pas utiliser de verre fragile, tel que les verres à vin, qui pourraient se briser pendant le réchauffage.

### Récipients en plastique

Ils peuvent être utilisés pour contenir des aliments à ne pas réchauffés rapidement. Toutefois, il ne faut pas les utiliser pour contenir des aliments qui devront rester très longtemps dans le four dans la mesure où l'aliment chaud finira par déformer ou faire fondre le récipient en plastique.

## Papier

Les assiettes et les récipients en papier conviennent et peuvent être utilisés dans votre four à micro-ondes, dans la mesure où le temps de cuisson est court et que les aliments contiennent peu de graisses et d'eau. Les serviettes en papier sont également très utiles pour envelopper les aliments et pour garnir les plateaux de cuisson dans lesquels les aliments gras comme le bacon sont cuits. Éviter en général les produits en papier de couleur, laquelle peut déteindre. Certains produits en papier recyclé peuvent contenir des impuretés qui pourraient engendrer des arcs ou s'enflammer en cas d'utilisation dans un micro-ondes.

## Sacs de cuisson en plastique

Remuer les aliments est l'une des techniques les plus importantes de l'utilisation en micro-ondes. Dans la cuisson traditionnelle, on remue les aliments pour bien les mélanger. Les aliments cuits au micro-ondes sont, eux, remués afin de répartir et de redistribuer la chaleur. Ne jamais oublier de remuer de l'extérieur vers le centre puisque l'extérieur chauffe d'abord.

## Vaisselle plastique pour micro-ondes

Il existe toute sorte de formes et de tailles de vaisselle pour micro-ondes. Pour la plupart, vous pouvez utiliser dans votre micro-ondes les ustensiles dont vous disposez déjà plutôt que d'investir dans un nouvel équipement de cuisine.

## Poterie, plats en pierre, céramique

Les récipients fabriqués dans ces matériaux conviennent généralement pour une utilisation en micro-ondes, mais il est préférable d'effectuer un test au préalable.

## ATTENTION

Certains ustensiles ayant une forte teneur en plomb ou en fer ne conviennent pas comme ustensiles de cuisson.

Les ustensiles doivent être vérifiés pour assurer leur emploi approprié dans les fours à micro-ondes.

# Caractéristiques des aliments et Cuisson micro-ondes

## Ne quittez pas le four des yeux

Les recettes de ce livre ont été écrites soigneusement, mais votre réussite dépend de l'attention que vous portez aux aliments pendant leur cuisson. Gardez toujours un œil sur vos aliments pendant qu'ils cuisent. Votre four à micro-ondes est équipé d'une lampe qui s'allume automatiquement pendant le fonctionnement du four, ainsi vous pouvez voir ce qu'il y a dedans et vérifier l'évolution de la cuisson. Les instructions données dans les recettes (soulever, remuer ...) sont les étapes minimum recommandées. Si la nourriture ne paraît pas cuire de façon homogène, faites les réglages que vous pensez nécessaires pour résoudre ce problème.

## Les facteurs affectant le temps de cuisson

De nombreux facteurs affectent les temps de cuisson. Par exemple, un gâteau composé de beurre, de lait et d'œufs glacés sera bien plus long à cuire qu'un gâteau composé d'ingrédients à température ambiante. Toutes les recettes de ce livre indiquent une fourchette de temps de cuisson. En général, vous vous apercevrez que l'aliment n'est pas assez cuit pour un temps de cuisson du bas de la fourchette et qu'il faut poursuivre la cuisson au delà du temps maximum donné, selon vos goûts personnels. Le principe qui guide ce livre est qu'il vaut mieux suivre le temps de cuisson donné de la recette. Parce qu'un plat trop cuit est vraiment fichu. Certaines recettes, en particulier pour le pain, les gâteaux et les crèmes, recommandent de retirer l'aliment du four alors qu'il n'est pas encore tout à fait cuit. Ce n'est pas une erreur. Lorsque l'on les laisse reposer, en général couverts, ces aliments continuent à cuire en dehors du four alors que la chaleur enfermée dans les parties externes de l'aliment se propage progressivement vers l'intérieur. Si les aliments restent dans le four pendant toute la durée, les parties externes cuisent trop, voire elles brûlent. Votre compétence pour estimer la cuisson et les temps de repos pour les divers aliments évoluera avec l'expérience.

## Densité des aliments

Des aliments légers, poreux, tels que les gâteaux et le pain cuisent plus rapidement que les aliments denses et lourds comme les rôtis et les ragouts. Faites attention lorsque vous cuisinez des aliments poreux, les bords externes peuvent sécher et devenir friables.

## Hauteur des aliments

Les portions supérieures d'aliments hauts, en particulier des rôtis, cuiront plus rapidement que la portion inférieure. Il est donc sage de retourner les aliments hauts pendant la cuisson, parfois plusieurs fois.

## Teneur hydrique des aliments

Puisque la chaleur générée dans les micro-ondes a tendance à évaporer l'humidité, des aliments relativement secs tels que les rôtis et certains légumes doivent être aspergés d'eau avant la cuisson ou recouverts pour conserver leur humidité.

## Quantité d'os et teneur en graisses des aliments

Les os conduisent la chaleur et la graisse cuit plus rapidement que la viande. Il faut faire attention lors de la cuisson de morceaux de viande osseux ou gras, afin qu'ils cuisent de façon homogène et ne soient pas trop cuits.

## Quantité d'aliments

Le nombre de micro-ondes de votre four demeure stable indépendamment de la quantité de nourriture cuite. En conséquence, plus il y a d'aliments dans le four, plus le temps de cuisson est long. Ne pas oublier de réduire le temps de cuisson d'un tiers au moins lorsque vous divisez par deux les recettes.

## Forme des aliments

Les micro-ondes pénètrent environ 2,5 cm des aliments, la portion interne des aliments épais est cuite alors que la chaleur générée sur l'extérieur progresse vers l'intérieur. Seule la partie externe de l'aliment est cuite par l'énergie micro-ondes ; le reste est cuit par convection. La forme la moins adaptée d'un aliment à cuire au micro-ondes est un carré épais. Les angles brûleront bien avant que le centre ne soit à peine chaud. Les aliments ronds et fins ou en forme d'anneau conviennent parfaitement à la cuisson au micro-ondes.

## Couvercle

Un couvercle enferme la chaleur et la vapeur et permet de cuire l'aliment plus rapidement. Utiliser un couvercle ou un film pour micro-ondes avec un coin retourné pour éviter les projections.

## Brunissage

Les viandes et volailles cuites un quart d'heure ou plus bruniront légèrement dans leur propre graisse. Les aliments cuits moins longtemps peuvent être badigeonnés d'une sauce telle que la sauce Worcestershire, la sauce soja ou barbecue afin d'obtenir une couleur appétissante. Vu que les quantités de sauces ajoutées aux aliments sont minimes, la saveur originale du plat n'est pas modifiée.

## Couverture avec un papier sulfurisé

Le papier sulfurisé empêche les projections et permet aux aliments de conserver un peu de chaleur. Mais vu qu'il s'agit d'un couvercle qui tient moins que le couvercle ou le film plastique, la nourriture peut sécher légèrement.

## Disposition et espacement

Les aliments individuels tels que les pommes de terre cuites, les petits gâteaux et les hors d'œuvre chaufferont de façon plus homogène s'ils sont placés dans le four à distance égale, de préférence en cercle. Ne jamais empiler les aliments les uns sur les autres.

# Caractéristiques des aliments et Cuisson micro-ondes

## Penser à remuer les aliments

Remuer les aliments est l'une des techniques les plus importantes de l'utilisation en micro-ondes. Dans la cuisson traditionnelle, on remue les aliments pour bien les mélanger. Les aliments cuits au micro-ondes sont, eux, remués afin de répartir et de redistribuer la chaleur. Ne jamais oublier de remuer de l'extérieur vers le centre puisque l'extérieur chauffe d'abord.

## Retourner les aliments

Il faut retourner les aliments gros et hauts tels que les rôtis et les poulets entiers afin qu'ils cuisent de façon homogène le haut et le bas. Cela vaut également pour les morceaux de poulet et les côtelettes.

## Placer les parties plus épaisses vers l'extérieur

Étant donné que les micro-ondes sont attirées par la partie externe des aliments, il est préférable de placer les portions plus épaisses de viande, de volaille et de poisson sur le bord externe du plat. Ainsi les portions plus épaisses recevront la plupart des micro-ondes et l'aliment cuira de façon homogène.

## Protection

Des bandes d'aluminium (bloquant les micro-ondes) peuvent être placées sur les angles ou bords des aliments carrés et rectangulaires pour éviter de trop cuire ces portions. N'utilisez jamais trop d'aluminium et vérifiez que le papier est bien attaché au plat afin de ne pas générer d'arc électrique dans le four.

## Surélévation

Les aliments épais ou denses peuvent être surélevés afin que les micro-ondes soient absorbées par le dessous et le centre de l'aliment.

## Perçage

Les aliments enfermés dans une coquille, une peau ou une membrane vont éclater dans le four à moins de les percer avant de les cuire. Il en va ainsi du blanc et du jaune d'oeuf, des clams et des huîtres et des légumes et fruits entiers.

## Test de cuisson

La nourriture cuit si rapidement dans un four à micro-ondes qu'il est nécessaire de la tester souvent. Certains aliments restent dans le micro-ondes jusqu'à cuisson totale, mais la plupart des aliments, comme la viande et la volaille, doivent être retirés du four juste avant d'être cuits et il faut les laisser reposer un moment ce qui leur permet de terminer leur cuisson. La température interne des aliments augmentera de 3°C à 8°C pendant la période de repos.

## Temps de repos

On laisse souvent les aliments reposer entre 3 et 10 minutes après les avoir sortis du four à micro-ondes. On couvre les aliments en général afin de conserver la chaleur sauf si leur texture doit être sèche (certains gâteaux et biscuits par exemple). Le repos permet aux aliments de finir de cuire et permet à la saveur de bien se répartir et de se développer.

## Pour Nettoyer Votre Four

### 1. L'intérieur du four doit rester propre

Des projections de nourriture et des résidus de liquides collent aux murs du four et aux surfaces entre le joint et la porte. Il est préférable d'essuyer immédiatement les débordements avec un chiffon humide. Les miettes et les débordements vont absorber les micro-ondes et rallonger les temps de cuisson. Prenez un chiffon humide pour enlever les miettes qui tombent entre la porte et l'encadrement. Il est important de garder cette surface propre pour garantir l'étanchéité parfaite. Enlevez les projections grasses avec un chiffon savonneux, rincez et séchez. N'utilisez pas de détergent agressif ou de nettoyant abrasif. Le plateau en verre peut être lavé dans l'évier ou dans le lave-vaisselle.

### 2. L'extérieur du four doit rester propre

Nettoyez l'extérieur du four avec de l'eau et du savon puis à l'eau et séchez avec un chiffon doux ou un essuie-tout. Pour éviter d'endommager les pièces actives à l'intérieur du four, l'eau ne doit pas pénétrer dans les ouvertures de ventilation. Pour nettoyer le bandeau de commande, ouvrez la porte afin d'éviter tout démarrage accidentel et essayez avec un chiffon humide immédiatement suivi d'un chiffon sec. Appuyez sur ARRÊT après le nettoyage.

### 3. Si de la vapeur s'accumule à l'intérieur ou autour de l'extérieur de la porte du four, essuyez les panneaux avec un chiffon doux. Cela peut arriver lorsque le micro-ondes fonctionne dans des conditions d'humidité élevée et n'indique en aucun cas un mauvais fonctionnement de l'appareil.

### 4. La porte et les joints d'étanchéité de la porte du four doivent être propres. N'utilisez que de l'eau chaude et savonneuse, puis séchez complètement. NE PAS UTILISER DE MATÉRIAUX ABRASIFS TELS QUE LES POUDRES OU TAMPONS MÉTALLIQUES OU PLASTIQUES. Les pièces métalliques sont plus faciles à entretenir lorsqu'elles sont essuyées souvent avec un chiffon humide.



# Questions et

## Réponses

**Q. Que se passe-t-il lorsque la lampe du four ne s'allume pas?**

R. Il peut y avoir plusieurs raisons à cela :

L'ampoule a grillé.

La porte n'est pas fermée.

**Q. L'énergie micro-ondes traverse-t-elle la vitre du four dans la porte?**

R. Non. Les trous, ou hublots, permettent de laisser passer la lumière ; mais pas l'énergie micro-ondes.

**Q. Pourquoi entend-on un signal sonore lorsque l'on touche un bouton sur le bandeau de commande?**

R. Le signal sonore permet de vérifier que le réglage est correctement entré.

**Q. Le micro-ondes sera-t-il endommagé s'il fonctionne à vide?**

R. Oui. Ne jamais faire marcher le micro-ondes vide ou sans le plateau en verre.

**Q. Pourquoi les oeufs éclatent-ils parfois?**

R. Lorsque l'on cuit, frit ou poche des oeufs, le jaune peut éclater en raison de la vapeur qui se développe sous la membrane du jaune. Afin d'éviter cela, il suffit de percer le jaune avant de le cuire. Ne mettez jamais au micro-ondes les oeufs dans leur coquille.

**Q. Pourquoi recommande-t-on un temps de repos à la fin de la cuisson?**

R. Une fois la cuisson terminée, l'aliment continue à cuire pendant le temps de repos. Ce temps de repos permet de terminer la cuisson de façon homogène dans tout l'aliment. La durée du temps de repos dépend de la densité de l'aliment.

**Q. Est-il possible de faire du pop-corn dans un four à micro-ondes?**

R. Oui, si l'on utilise l'une des deux méthodes suivantes :

1. Des ustensiles pour pop-corn spécialement conçus pour la cuisson au micro-ondes.
2. Du pop-corn pré-conditionné commercialisé qui recommande des durées et des niveaux de puissance spécifiques pour que le produit final soit acceptable.

SUIVRE LES INSTRUCTIONS EXACTES DE CHAQUE FABRICANT POUR LEUR LEUR POP-CORN. NE PAS LAISSER LE FOUR SANS SURVEILLANCE PENDANT L'ECLATEMENT DU MAÏS. SI LE MAÏS N'ECLATE PAS A LA FIN DE LA DUREE RECOMMANDEE, NE PAS POURSUIVRE LA CUISSON. UNE SURCUISSON PEUT ENFLAMMER LE MAÏS.

### ATTENTION

NE JAMAIS UTILISER DE SAC EN PAPIER MARRON POUR FAIRE ECLATER LE MAÏS. NE JAMAIS ESSAYER DE FAIRE ECLATER LES GRAINS QUI SONT RESTES ENTIERS.

**Q. Pourquoi mon four ne cuit-il pas aussi vite que les temps indiqués dans le guide de cuisson?**

R. Consultez à nouveau votre guide de cuisson pour vérifier que vous avez bien suivi les instructions, et pour trouver ce qui peut engendrer des variations dans les temps de cuissons. Les temps indiqués dans le guide de cuisson et les niveaux de puissance ne sont que des suggestions, choisis pour éviter de cuire trop un aliment, problème le plus fréquent avant de s'habituer au micro-ondes. Les changements de taille, de forme, de poids et de dimensions des aliments peuvent requérir des temps de cuisson supérieurs. Faites appel à votre jugement ainsi qu'aux suggestions du guide de cuisson pour voir où en est la cuisson de l'aliment, tout comme vous le feriez avec une cuisinière traditionnelle.

# Avertissements et Spécifications Techniques

## Attention

### CET APPAREIL DOIT ÊTRE RELIÉ À LA TERRE

Les fils de connexion au secteur respectent le code suivant:

BLUE : Neutre

MARRON : Phase

VERT OU JAUNE : Terre

Cet appareil est fourni avec un câble de réseau de performances spécifiques, qui, s'il est endommagé, doit être remplacé par un câble de réseau de même type ; un tel câble de réseau peut s'obtenir auprès de l'importateur et doit être installé par une personne compétente (  $\frac{\text{—}}{\text{—}}$  ).

Si le câble d'alimentation est endommagé, il doit être remplacé par le fabricant, son service après-vente ou une personne de qualification similaire afin d'éviter un danger.

### Spécifications Techniques

	MC-7644A/MC-7644AS
Alimentation	230 V AC / 50Hz
Sortie	900 W (valeur standard IEC60705)
Fréquence micro-ondes	2450 MHz
Dimension extérieure	512 mm(L) X 302 mm(H) X 500 mm(P)
Puissance consommée	
Micro-ondes	1300 Watts
Gril	1150 Watts
Combiné	3150 Watts
Convection	800 Watts(Max 1900 Watts)

#### NOTE IMPORTANTE

A la différence des autres appareils de cuisson, votre four à micro-ondes ne chauffe pas le récipient mais uniquement son contenu. Un réel danger de brûlure de la gorge et du palais existe, si vous ne contrôlez pas la température des aliments avant de les absorber. Nous vous recommandons plus particulièrement de vérifier la température du lait (ou autre liquide), contenu dans un récipient (biberon par exemple) à donner aux nourrissons et enfants.

Ne jamais faire chauffer de liquide dans un récipient fermé.

(risque d'éclatement du récipient, avant, pendant ou après l'ouverture de la porte) Le remplacement du câble d'alimentation et/ou toute intervention nécessitant l'ouverture de l'appareil ne doit s'effectuer que par du personnel technique qualifié.

Ce four micro-ondes est livré avec un cordon réseau spécial, qui, s'il est endommagé, doit être remplacé par un cordon de même type. Ce cordon ne peut être livré que par le fabricant et installé par une personne compétente.



<French>

 **Élimination de votre ancien appareil**

1. Ce symbole, représentant une poubelle sur roulettes barrée d'une croix, signifie que le produit est couvert par la directive européenne 2002/96/EC.
2. Les éléments électriques et électroniques doivent être jetés séparément, dans les vide-ordures prévus à cet effet par votre municipalité.
3. Une élimination conforme aux instructions aidera à réduire les conséquences négatives et risques éventuels pour l'environnement et la santé humaine.
4. Pour plus d'information concernant l'élimination de votre ancien appareil, veuillez contacter votre mairie, le service des ordures ménagères ou encore la magasin où vous avez acheté ce produit.