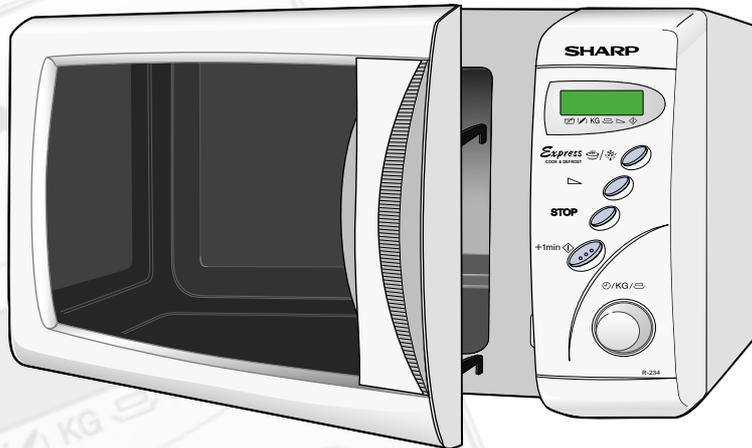


SHARP



Achtung
Avertissement
Waarschuwing
Avvertenza
Advertencia



DEUTSCH

FRANÇAIS

NEDERLANDS

ITALIANO

ESPAÑOL

R-234 / R-234F

MIKROWELLENGERÄT - BEDIENUNGSANLEITUNG MIT KOCHBUCH
FOUR A MICRO-ONDES - MODE D'EMPLOI AVEC LIVRE DE RECETTES
MAGNETRONOVEN - GEBRUIKSAANWIJZING MET KOOKBOEK
FORNO A MICROONDE - MANUALE D'ISTRUZIONI E LIBRO DI RICETTE
HORNO DE MICROONDAS - MANUAL DE INSTRUCCIONES Y RECETARIO

(D)

Diese Bedienungsanleitung enthält wichtige Informationen, welche Sie vor Inbetriebnahme des Gerätes unbedingt sorgfältig durchlesen sollten.

Achtung: Die Nichtbeachtung der Gebrauchs- und Serviceanweisungen sowie jeglicher Eingriff, der das Betreiben des Gerätes in geöffnetem Zustand (z.B. geöffnetes Gehäuse) erlaubt, führt zu erheblichen Gesundheitsschäden.

(F)

Ce mode d'emploi du four contient des informations importantes, que vous devez lire avant d'utiliser votre four à micro-ondes.

Avertissement: Des risques sérieux pour la santé peuvent être encourus si ces instructions d'utilisation et d'entretien ne sont pas respectées ou si le four est modifié de sorte qu'il soit possible de le faire fonctionner lorsque la porte est ouverte.

(NL)

Deze gebruiksaanwijzing bevat belangrijke informatie die u dient te lezen alvorens u de oven in gebruik neemt.

Waarschuwing: Het niet naleven van de gebruiks- en onderhoudsvoorschriften evenals elke ingreep die het mogelijk maakt dat het toestel in niet-gesloten toestand in werking kan gesteld worden, kan leiden tot ernstige gezondheidsletsels.

(I)

Questo manuale contiene informazioni importanti, che dovete leggere prima di usare il forno.

Avvertenza: La mancata osservanza di queste istruzioni sull'uso e sulla manutenzione del forno, o l'alterazione del forno che ne permetta l'uso a sportello aperto, possono costituire un grave pericolo per la vostra salute.

(E)

Este manual contiene información muy importante que debe leer antes de utilizar el horno.

Advertencia: Pueden presentarse serios riesgos para su salud si no respeta estas instrucciones de uso y mantenimiento, o si el horno se modifica de forma que pueda ponerse en funcionamiento con la puerta abierta.

800 W (IEC 60705)



D Sehr geehrter Kunde,

Wir gratulieren Ihnen zu Ihrem neuen Mikrowellengerät, das Ihnen ab jetzt die Arbeit im Haushalt wesentlich erleichtern wird. Sie werden angenehm überrascht sein, was man mit der Mikrowelle alles machen kann. Sie können nicht nur

schnell auftauen und erhitzen, sondern auch ganze Menüs zubereiten.

Wir empfehlen Ihnen, die Bedienungsanleitung inklusive dem Ratgeber genau durchzulesen. So wird Ihnen die Bedienung Ihres Gerätes leicht von der Hand gehen.

**Viel Spass beim Umgang mit Ihrem neuen Mikrowellengerät.
Ihr Mikrowellen-Team**

SERVICE VORGEHENSWEISE - GILT NUR FÜR DEUTSCHLAND

Lieber SHARP-Kunde,
SHARP - Geräte sind Markenartikel, die mit Präzision und Sorgfalt nach modernen Fertigungsmethoden hergestellt werden. Bei sachgemässer Handhabung und unter Beachtung der Bedienungsanleitung wird Ihnen Ihr Gerät lange Zeit gute Dienste leisten.
Das Auftreten von Fehlern ist aber nie auszuschliessen. Sollte Ihr Gerät während der Gewährleistungsfrist einen gewährleistungspflichtigen Mangel aufweisen, so wenden Sie sich bitte an den Handelsbetrieb, bei dem Sie dieses Gerät erworben haben, denn dieser ist Ihr alleiniger Ansprechpartner für jegliche Gewährleistungsansprüche.

Als Nachweis im Gewährleistungsfall dient Ihr Kaufbeleg.

Sollte sich nach Ablauf der Gewährleistungsfrist ein Fehler des Gerätes zeigen, so können Sie dieses wahlweise auch direkt an eine von SHARP autorisierte Vertragswerkstatt zur Fehlerbeseitigung geben. Eine Aufstellung aller SHARP Vertragswerkstätten in Deutschland entnehmen Sie bitte der Kundendienstübersicht.

SHARP ELECTRONICS (EUROPE) GmbH Parts & Technical Services.



DEUTSCH

FRANÇAIS

NEDERLANDS

ITALIANO

ESPAÑOL

F Chère cliente, cher client,

Nous vous félicitons de l'achat de votre nouveau four à micro-ondes qui va vous simplifier considérablement le travail dans la cuisine.
Vous serez agréablement surpris de voir tout ce que vous pouvez faire avec votre four à micro-ondes.

Vous pouvez non seulement décongeler, réchauffer et cuire les aliments mais également préparer des menus complets.

Lisez attentivement le mode d'emploi et le guide. Vous pourrez utiliser votre appareil encore plus facilement.

**Nous vous souhaitons beaucoup de plaisir avec votre nouveau micro-ondes.
Votre équipe de spécialistes de la cuisine aux micro-ondes**



D INHALT**Bedienungsanleitung**

SEHR GEEHRTER KUNDE	1
SERVICE - VORGEHENSWEISE	1
GERÄT: BEZEICHNUNG DER BAUTEILE	4
GERÄT: ZUBEHÖR	5
GERÄT: BEDIENFELD	6
WICHTIGE SICHERHEITSHINWEISE	8-10
AUFSTELLANWEISUNGEN	10
VOR INBETRIEBNAHME	11
EINSTELLEN DER UHR	11
MIKROWELLENLEISTUNG	12
GAREN MIT DER MIKROWELLE	12
ANDERE NÜTZLICHE FUNKTIONEN	13-14

F TABLE DES MATIERES**Mode d'emploi**

CHERE CLIENTE, CHER CLIENT	1
FOUR: LES ORGANES	4
FOUR: ACCESSOIRES	5
FOUR: PANNEAU DE COMMANDE	6-7
INSTRUCTIONS IMPORTANTES DE SECURITE	33-35
INSTALLATION	35
AVANT MISE EN SERVICE	36
REGLER L'HORLOGE	36
NIVEAUX DE PUISSANCE	37
FONCTIONNEMENT MANUEL	37
AUTRES FONCTIONS PRATIQUES	38-39

NL INHOUDSOPGAVE**Gebruiksaanwijzing**

GEACHTE KLANT	2
OVEN: NAMEN VAN ONDERDELEN	4
OVEN: TOEBEHOREN	5
OVEN: BEDIENINGSPANEEL	6-7
BELANGRIJKE VEILIGHEIDSMATREGELEN	58-60
INSTALLATIE	60
AVORENS IN GEBRUIK TE NEMEN	61
INSTELLEN VAN DE KLOK	61
KOKEN MET DE MAGNETRON	62
HANDBEDIENING	62
ANDERE GEHAKKELIJKE FUNCTIES	63-64

I INDICE**Manuale d'istruzioni**

CARISSIMI CLIENTI	2
FORNO: NOME DELLE PARTI	4
FORNO: ACCESSORI	5
FORNO: PANNELLO DEI COMANDI	6-7
ISTRUZIONI IMPORTANTI SULLA SICUREZZA	83-85
INSTALLAZIONE	85
PRIMA DI USARE IL FORNO	86
REGOLAZIONE DELL'OROLOGIO	86
COTTURA A MICROONDE	87
OPERAZIONI MANUALI	87
ALTRE FUNZIONI UTILI	88-89

E INDICE**Manual de instrucciones**

MUY ESTIMADA CLIENTE	2
HORNO: NOMBRE DE LAS PIEZAS	4
HORNO: ACCESORIOS	5
HORNO: PANEL DE CONTROL	6-7
MEDIDAS IMPORTANTES DE SEGURIDAD	108-110
INSTALACION	110
ANTES DE LA PUESTA EN FUNCIONAMIENTO	111
PUESTA EN HORA DEL RELOJ	111
COCCIÓN POR MICROONDAS	112
OPERACIONES MANUALES	112
OTRAS FUNCIONES CÓMODAS	113-114

EXPRES-GAREN & EXPRESS-AUFTAUEN	15
TABELLE: EXPRESS-GAREN & EXPRESS-AUFTAUEN	16-18
REZEPTE FÜR EXPRESS-GAREN	19-20
REINIGUNG UND PFLEGE	21
FUNKTIONSPRÜFUNG	21
Kochbuch	
WAS SIND MIKROWELLEN?	22
DAS GEEIGNETE GESCHIRR	22
TIPS UND TECHNIKEN ...	23-25
TABELLEN UND REZEPTE	26-32
SERVICEADRESSEN	133-138
TECHNISCHE DATEN	139

CUISSON RAPIDE & DÉCONGÉLATION	40
TABLEAU DE CUISSON RAPIDE & DÉCONGÉLATION	41-43
RECETTES POUR LA CUISSON RAPIDE	44-45
ENTRETIEN ET NETTOYAGE	46
AVANT D'APPELER LE DEPANNEUR	46
 Livre de recette	
QUE SONT LES MICRO-ONDES?	47
BIEN CHOISIR LA VAISSELLE/CONSEILS ET TECHNIQUES	47-50
TABLEAUX ET RECETTES	51-57
ADRESSES D'ENTRETIEN	133-138
FICHE TECHNIQUE	139

EXPRES BEREIDEN & ONTDOOIEN	65
TABELLEN MET EXPRES BEREIDEN & ONTDOOIEN	66-68
RECEPTEN VOOR EXPRES BEREIDEN	69-70
ONDERHOUD EN REINIGEN	71
VOORDAT U EEN REPARATEUR BELT	71
Kookboek	
WAT ZIJN MICROGOOLVEN?	72
GESCHIKTE SCHALEN/TIPS EN ADVIES...	72-75
TABELLEN EN RECEPTEN	76-82
ONDERHOUDSADRESSEN	133-138
SPECIFICATIES	139

COTTURA EXPRESS E PER SCONGELARE	90
TABELLA PER LA COTTURA EXPRESS E PER SCONGELARE	91-93
RICETTE PER LA COTTURA EXPRESS	94-95
MANUTENZIONE E PULIZIA	96
COSA VERIFICARE PRIMA DI CHIAMARE IL SERVIZIO DI ASSISTENZA	96
Libro di ricette	
CHE COSA SONO LE MICRO-ONDE ?	97
UTENSILI ADATTI/CONSIGLI E TECNICHE DI COTTURA...	97-101
TABELLE E RICETTE	101-107
DIRECCIONES DE SERVICIO	133-138
DATI TECHNICI	140

COCCIÓN Y DESONGELACIÓN RÁPIDAS	115
TABLAS DE COCCIÓN Y DESONGELACIÓN RÁPIDAS	116-118
RECETAS PARA COCCIÓN RÁPIDAS	119-120
LIMPIEZA Y MANTENIMIENTO	121
LOCALIZACION DE AVERIAS	121
Recetario	
QUÉ SON LAS MICROONDAS?	122
LA VAJILLA APROPIADA/SUGERENCIAS Y TECNICAS	122-126
TABLAS Y RECETAS	126-132
INDIRIZZI DE SERVICIO	133-138
ESPECIFICACIONES	140



DEUTSCH

FRANÇAIS

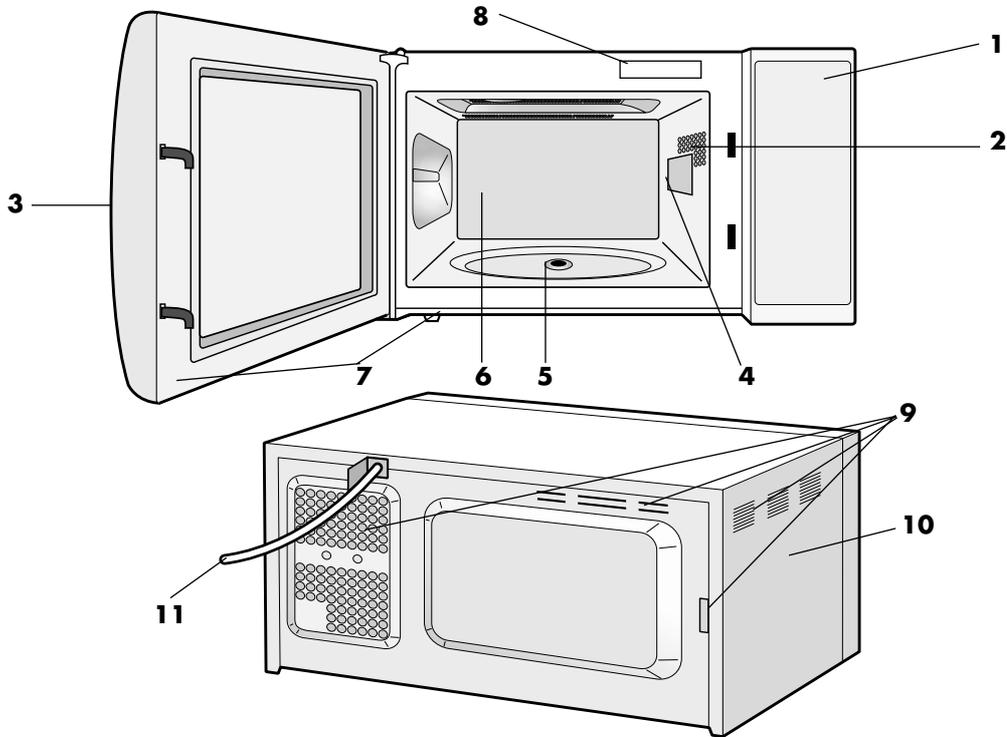
NEDERLANDS

ITALIANO

ESPAÑOL



GERÄT/FOUR/OVEN/FORNO/HORNO



- (D)**
- 1** Bedienfeld
 - 2** Garraumlampe
 - 3** Türgriff
 - 4** Spritzschutz für den Hohlleiter
 - 5** Antriebswelle
 - 6** Garraum
 - 7** Türdichtungen und Dichtungsoberflächen
 - 8** Menüaufkleber
 - 9** Lüftungsöffnungen
 - 10** Aussenseite
 - 11** Netzanschlusskabel

- (F)**
- 1** Panneau de commande
 - 2** Eclairage du four
 - 3** Poignée d'ouverture de la porte
 - 4** Cadre du répartiteur d'ondes
 - 5** Accouplement
 - 6** Cavité du four
 - 7** Joint de porte et surface de contact du joint
 - 8** L'étiquette de programme
 - 9** Ouvertures de ventilation
 - 10** Partie extérieure
 - 11** Cordon d'alimentation

- (NL)**
- 1** Bedieningspaneel
 - 2** Ovenlamp
 - 3** Deur open-handel
 - 4** Afdekplaatje (voor golfgeleider)
 - 5** Verbindingsstuk
 - 6** Ovenruimte

- (NL)**
- 7** Deurafdichtingen en pasvlakke
 - 8** Menulabel
 - 9** Ventilatie-openingen
 - 10** Behuizing
 - 11** Netsnoer

- (I)**
- 1** Pannelo dei comandi
 - 2** Luce del forno
 - 3** Maniglia di apertura sportello
 - 4** Coperchio guida onde
 - 5** Accoppiatore
 - 6** Cavità del forno
 - 7** Guarnizioni e superfici di tenuta sportello
 - 8** Etichetta Menu
 - 9** Apperture di ventilazione
 - 10** Mobile esterno
 - 11** Cavo di alimentazione

- (E)**
- 1** Panel de control
 - 2** Lámpara del horno
 - 3** Tirador para abrir la puerta
 - 4** Tapa de la guía de ondas
 - 5** Junta
 - 6** Cavidad del horno
 - 7** Sellos de la puerta y superficies de sellado.
 - 8** La etiqueta del menú
 - 9** Orificios de ventilación
 - 10** Exterior de la caja
 - 11** Cable de alimentación

GERÄT/FOUR/OVEN/FORNO/HORNO

**(D) ZUBEHÖR**

Überprüfen, dass die Zubehörteile vorhanden sind: den Drehteller-Träger (13) auf die abgedichtete Antriebswelle (14) auf den Garraumboden legen. Dann den Drehteller (12) darauf legen.

Um Schäden am Drehteller zu vermeiden, ist darauf zu achten, dass Gefäße und Behälter bei der Entnahme nicht den Rand des Drehtellers berühren.

Hinweis: Bei der Bestellung von Zubehörteilen müssen Sie dem Händler bzw. dem SHARP Kundendienst immer die Teilebezeichnung und den Modellnamen angeben.

(F) ACCESSORIES

Assurez-vous que les accessoires sont contenus dans l'emballage: Posez le pied du plateau (13) sur la garniture étanche (14). Puis posez le plateau (12) tournant dessus en tenant compte de l'accouplement de la sole de la cavité.

Pour éviter d'endommager le plateau tournant, s'assurez que les plats ou les récipients ne touchent pas le bord du plateau lorsqu'ils sont retirés du four.

Remarques: Lorsque vous passez une commande d'accessoires, veuillez mentionner au revendeur ou au service d'entretien agréé par SHARP le nom des pièces et nom du modèle.

(NL) TOEBEHOREN

Kontroleer dat de volgende accessoires zijn geleverd: Plaats de draaisteun (13) op de vloer van de ovenruimte. Plaats vervolgens de draaitafel (12) op het verbindingsstuk (14) van de draaisteun.

Om ervoor te zorgen dat de draaitafel niet wordt beschadigd, moeten de borden of schalen goed worden opgetild, zodat ze de rand van de draaitafel niet raken wanneer u ze uit de oven haalt.

Opmerking: Stel uw handelaar of erkend SHARP onderhoudspersoneel bij het nabestellen van accessoires op de hoogte van: de naam en de modelnaam.

(I) ACCESSORI

Accertatevi che i seguenti accessori siano presenti: Mettete il sostegno rotante (13) sul pavimento della cavità del forno. Mettete poi il piatto rotante (12) su di esso e montatelo sull'accoppiatore (14).

Per evitare di danneggiare il piatto rotante, al momento di togliere i piatti o i contenitori dal forno sollevateli completamente dal piatto facendo attenzione a non urtare il bordo.

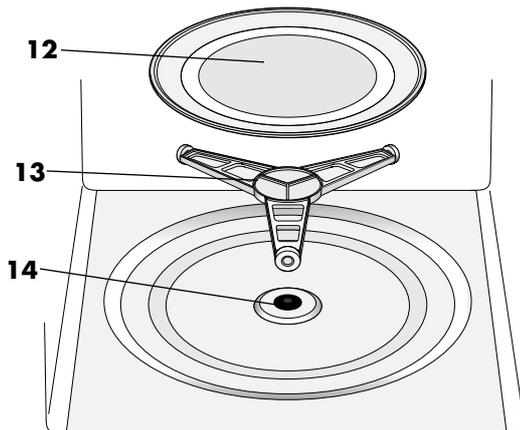
Nota: Ordinando gli accessori, dita al rivenditore o ad un tecnico di servizio SHARP autorizzato il nome della parte e il nome del modello.

(E) ACCESORIOS

Compruebe que dispone de todos los accesorios siguientes: Coloque el soporte del rodillo (13) en el suelo de la cavidad del horno. Coloque después el plato giratorio (12) sobre el soporte colocado en la junta (14).

Levante los platos o recipientes cuando vaya a sacarlos del horno para no golpear el borde del plato giratorio y evitar dañarlo.

Nota: Cuando haga el pedido de los accesorios, indíquelo a su distribuidor o técnico de servicio SHARP autorizado los dos datos siguientes: el nombre de la pieza, y el nombre del modelo.



DEUTSCH

FRANÇAIS

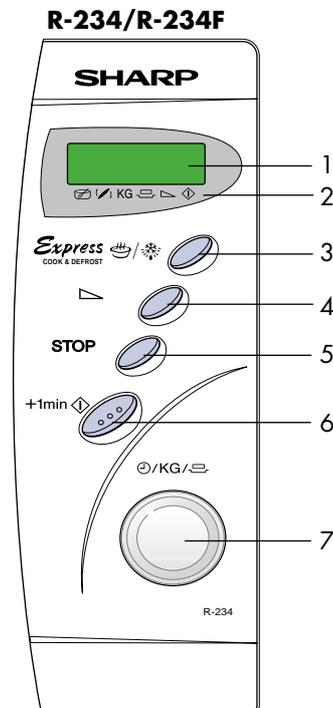
NEDERLANDS

ITALIANO

ESPAÑOL



GERÄT/FOUR/OVEN/FORNO/HORNO



D BEDIENFELD

1 Display

2 Symbole

Die Anzeige über dem Symbol blinkt oder leuchtet auf. Wenn eine Anzeige blinkt, die entsprechende Taste (mit demselben Symbol) drücken oder den erforderlichen Bedienungsschritt durchführen.

- Umrühren
- Wenden
- KG KG/Gewicht
- Portionen
- Symbol für Mikrowellen-Leistungsstufen
- Symbol für Garen

3 EXPRESS-GAREN & EXPRESS-AUFTAUEN-Taste

Diese Taste zur Auswahl von einem der 12 Automatikprogramme drücken

4 MIKROWELLEN-LEISTUNGSTUFEN-Taste

5 STOP-Taste

6 + 1 min/START-Taste

7 ZEITSCHALTUHR/GEWICHT/PORTIONEN-Knopf

GERÄT/FOUR/OVEN/FORNO/HORNO

**(F) PANNEAU DE COMMANDE****1 Affichage numérique****2 Témoins**

L'indicateur correspondant clignotera ou s'allumera juste au-dessus du symbole, en fonction de l'instruction. Lorsqu'un indicateur clignote, appuyez sur la touche correspondante (marquée du même symbole) ou effectuez l'action nécessaire.

-  Remuer
-  Retourner
- KG KG/Poids
-  Portion
-  Témoin de niveau de puissance
-  Témoin de cuisson

3 Touche CUISSON RAPIDE et DÉCONGÉLATION RAPIDE

Appuyer pour sélectionner l'un des 12 programmes automatiques.

4 Touche NIVEAUX DE PUISSANCE MICRO-ONDES**5 Touche ARRÊT****6 Touche +1min/DEPART****7 Bouton MINUTERIE/POIDS/PORZION****(NL) BEDIENINGSPANEEL****1 Digitale display****2 Indicators**

De overeenkomstige indicator boven elk symbool zal gaan knipperen of gaan branden volgens de gebruiksaanwijzing. Wanneer er een indicator knippert, dient u de passende toets in te drukken (met hetzelfde symbool) of de noodzakelijke bewerking uit te voeren.

-  Roeren
-  Omdraaien
- KG KG/Gewicht
-  Portie
-  Vermogenniveau-indikator
-  Koken-indikator

3 EXPRES BEREIDIEN en EXPRESS ONTDOOIEN-toetsen

Druk op de toets om één van de 12 automatische kookprogramma's te kiezen.

4 MAGNETRON VERMOGENNIVEAU-toets**5 STOP-toets****6 +1min/START-toets****7 TIJDSCHAKELAAR/GEWICHT/PORTIE-knop****(I) PANNELLO DEI COMANDI****1 Display digitale****2 Indicatori**

L'indicatore appropriato lampeggerà oppure si accenderà proprio sopra ciascun simbolo, conformemente all'istruzione. Quando un indicatore lampeggia, premete il pulsante appropriato (contrassegnato dallo stesso simbolo) oppure effettuate l'operazione necessaria.

-  Mescolare
-  Voltare
- KG KG/Peso
-  Porzione
-  Indicatore di livello potenza microonde
-  Indicatore di cottura

3 Pulsante COTTURA EXPRESS e SCONGELARE EXPRESS

Premere il pulsante per selezionare uno dei 12 programmi automatici.

4 Pulsante delle LIVELLO DI POTENZA MICROONDE**5 Pulsante di ARRESTO****6 Pulsante di +1min/INIZIO****7 Manopola RUTTORE/PESO/PORZIONE****(E) PANEL DE CONTROL****1 Visualizador digital****2 Indicadores**

El indicador apropiado destellará o se iluminará sobre el símbolo respectivo, según la instrucción dada. Cuando el indicador destelle, pulse la tecla adecuada (que tiene el mismo símbolo), o lleve a cabo la operación necesaria.

-  Remover
-  Darle vuelta
- KG KG/Peso
-  Porciones
-  Indicador del nivel de potencia de microondas
-  Indicador de cocción

3 Tecla de COCCIÓN RÁPIDAS e DESCONGELACIÓN RÁPIDAS

Pulsar para seleccionar uno de los 12 programas automáticos.

4 Tecla de NIVEL DE POTENCIA DEL MICROONDAS**5 Tecla de PARADA****6 Tecla +1min/COMENZAR****7 Mando TEMPORIZADOR/PESO/PORCIÓN**

DEUTSCH

FRANÇAIS

NEDERLANDS

ITALIANO

ESPAÑOL

INSTRUCTIONS IMPORTANTES DE SECURITE



INSTRUCTIONS DE SECURITE IMPORTANTES : LES LIRE ATTENTIVEMENT ET LES CONSERVER SOIGNEUSEMENT POUR CONSULTATIONS ULTERIEURES.

Pour éviter tout danger d'incendie

Vous devez surveiller le four lorsqu'il est en fonctionnement. Un niveau de puissance trop élevé, ou un temps de cuisson trop long, peuvent entraîner une augmentation de la température des aliments conduisant à leur enflammation.

Ce four n'est pas conçu pour être encastré.

La prise secteur doit être facilement accessible de manière à ce que la fiche du cordon d'alimentation puisse être aisément débranchée en cas d'urgence.

La tension d'alimentation doit être égale à 230V, 50Hz avec un fusible de distribution de 10 A minimum, ou un disjoncteur de 10 A minimum.

Nous conseillons d'alimenter ce four à partir d'un circuit électrique indépendant.

Ne placez pas le four dans un endroit où la température est élevée, par exemple auprès d'un four conventionnel.

Ne placez pas ce four dans un endroit où l'humidité est élevée ou encore, dans un endroit où l'humidité peut se condenser.

Ne rangez pas et n'utilisez pas le four à l'extérieur.

Si les aliments que chauffe le four viennent à fumer, N'OUVREZ PAS LA PORTE. Mettez le four hors tension, débranchez la fiche du cordon d'alimentation et attendez que la fumée se soit dissipée. Ouvrir le four alors que les aliments fument peut entraîner leur enflammation.

N'utilisez que des récipients et des ustensiles conçus pour les fours à micro-ondes. Reportez-vous aux conseils qui sont donnés dans le livre de recette à la page 47.

Surveillez le four lorsque vous utiliser des récipients en matière plastique à jeter, des récipients en papier ou tout autre récipient pouvant s'enflammer.

Nettoyez le cadre du répartiteur d'ondes, la cavité du four, le plateau tournant et le pied du plateau après chaque utilisation du four. Ces pièces doivent être toujours sèches et dépourvues de graisse. Les accumulations de graisse peuvent s'échauffer au point de fumer ou de s'enflammer.

Ne placez pas des produits susceptibles de s'enflammer au voisinage du four ou de ses ouvertures de ventilation.

N'obstruez pas les ouvertures de ventilation.

Retirez toutes les étiquettes, fils, etc. métalliques qui peuvent se trouver sur l'emballage des aliments. Ces éléments métalliques peuvent entraîner la formation d'un arc électrique qui à son tour peut produire un incendie. N'utilisez pas ce four pour faire de la friture. La température de l'huile ne peut pas être contrôlée et l'huile peut s'enflammer.

Pour faire des popcorns, n'utilisez que les ustensiles conçus pour les fours à micro-ondes.

Ne conservez aucun aliment ou produit à l'intérieur du four. Vérifiez les réglages après mise en service du four et assurez-vous que le four fonctionne correctement. Lisez et utilisez ce mode d'emploi et le livre de recette qui l'accompagne.

Pour éviter toute blessure

AVERTISSEMENT:

N'utilisez pas le four s'il est endommagé ou ne fonctionne pas normalement. Vérifiez les points suivants avant tout emploi du four.

- La porte: assurez-vous qu'elle ferme correctement, qu'elle ne présente pas de défaut d'alignement et qu'elle n'est pas voilée.
- Les charnières et les loquets de sécurité: assurez-vous qu'ils ne sont ni endommagés ni desserrés.
- Le joint de porte et la surface de contact: assurez-vous qu'ils ne sont pas endommagés.
- L'intérieur de la cavité et la porte: assurez-vous qu'ils ne sont pas cabossés.
- Le cordon d'alimentation et sa prise: assurez-vous qu'ils ne sont pas endommagés.

Vous ne devez rien réparer ou remplacer vous-même dans le four. Faites appel à un personnel qualifié. N'essayez pas de démonter l'appareil ni d'enlever le dispositif de protection contre l'énergie micro-onde, vous risqueriez d'endommager le four et de vous blesser.

Ne faites pas fonctionner le four porte ouverte et ne modifiez pas les loquets de sécurité de la porte.

N'utilisez pas le four si un objet est interposé entre le joint de porte et la surface de contact du joint.

Evitez que la graisse ou la saleté ne s'accumulent sur le joint de porte ou sur la surface pièces proches. Respectez les instructions du paragraphe "Entretien et nettoyage" à la page 46.

Si vous avez un STIMULATEUR CARDIAQUE, consultez votre médecin ou le fabricant du stimulateur afin de connaître les précautions que vous devez prendre lors de l'utilisation du four.



INSTRUCTIONS IMPORTANTES DE SECURITE

Pour éviter toute secousse électrique

Dans aucun cas vous ne devez déposer la carrosserie extérieure du four.

N'introduisez aucun objet ou liquide dans les ouvertures des verrous de la porte ou dans les ouïes d'aération. Si un liquide pénètre dans le four, mettez-le immédiatement hors tension, débranchez la fiche du cordon d'alimentation et adressez-vous à un technicien d'entretien agréé par SHARP.

Ne plongez pas la fiche du cordon d'alimentation dans l'eau ou tout autre liquide.

Veillez à ce que le cordon d'alimentation ne pende pas à l'extérieur de la table ou du meuble sur lequel est posé le four.

Veillez à ce que le cordon d'alimentation soit éloigné des surfaces chauffées, y compris l'arrière du four.

Ne tentez pas de remplacer vous-même la lampe du four et ne laissez personne d'autre qu'un électricien agréé par SHARP faire ce travail.

Si la lampe du four grille, adressez-vous au revendeur ou à un agent d'entretien agréé par SHARP.

Si le cordon d'alimentation de cet appareil est endommagé, faites-le remplacer par un agent d'entretien agréé par SHARP.

Pour éviter toute explosion ou ébullition soudaine

AVERTISSEMENT: Les liquides ou autres aliments ne doivent pas être réchauffés dans des récipients fermés car ils risquent d'exploser.

N'utilisez jamais aucun récipient scellé. Retirez les rubans d'étanchéité et le couvercle avant tout utilisation d'un tel récipient. Un récipient scellé peut exploser en raison de l'augmentation de pression et ce, même après que le four a été mis hors service.

Prenez des précautions lorsque vous employez les micro-ondes pour chauffer des liquides. Utilisez des récipients à large ouverture de manière que les bulles puissent s'échapper.

Ne chauffez pas un liquide dans un récipient à col étroit tel qu'un biberon car le contenu du récipient peut déborder rapidement et provoquer des brûlures.

Pour éviter toute ébullition soudaine et tout risque:

1. Remuez le liquide avant de le chauffer ou de le réchauffer.
2. Placez une tige de verre ou un objet similaire dans le récipient contenant le liquide.
3. Conservez le liquide quelque temps dans le four à la fin de la période de chauffage de manière à éviter toute ébullition soudaine différée.

Ne pas cuire les oeufs dans leur coquille et ne pas réchauffer les oeufs durs entiers dans le four micro-ondes car ils risquent d'exploser même après que le four ait fini de chauffer. Pour cuire ou réchauffer des oeufs qui n'ont pas été brouillés ou mélangés, percez le jaune et le blanc pour éviter qu'ils n'exploient. Retirer la coquille des oeufs durs et coupez-les en tranches avant de les réchauffer dans un four à micro-ondes.

Percez la peau des aliments tels que les pommes de terre et les saucisses avant de les cuire, car ils peuvent exploser.

Pour éviter toute brûlure

Utilisez un porte-récipient ou des gants lorsque vous retirez les aliments du four de façon à éviter toute brûlure.

Ouvrez les récipients, les plats à popcorn, les sacs de cuisson, etc. de telle manière que la vapeur qui peut s'en échapper ne puisse vous brûler les mains ou le visage.

Pour éviter toute brûlure, contrôlez la température des aliments et remuez-les avant de les servir, en particulier lorsqu'ils sont destinés à des bébés, des enfants ou des personnes âgées.

La température du récipient est trompeuse et ne reflète pas celle des aliments que vous devez vérifier.

Tenez-vous éloigné du four au moment où vous ouvrez sa porte de manière à éviter toute brûlure due à la vapeur ou à la chaleur.

Coupez en tranches les plats cuisinés farcis après chauffage afin de laisser s'échapper la vapeur et d'éviter les brûlures.

Veillez à ce que les enfants ne touchent pas la porte du four pour éviter les brûlures.

Pour éviter toute mauvaise utilisation par les enfants

AVERTISSEMENT: Ne laissez les enfants utiliser le four sans surveillance que si des instructions appropriées ont été données de manière à ce que les enfants puissent utiliser le four en toute sécurité et comprennent les dangers encourus en cas d'utilisation incorrecte.

Les enfants ne doivent se servir du four que sous la surveillance d'un adulte.

Empêchez qu'ils ne s'appuient sur la porte du four. Ne les laissez pas jouer avec le four qui n'est pas un jouet.

INSTRUCTIONS IMPORTANTES DE SECURITE



Vous devez enseigner aux enfants les consignes de sécurité telles: l'usage d'un porte-récipient, le retrait avec précaution des produits d'emballage des aliments. Vous devez leur dire de porter une attention particulière aux emballages (par exemple, ceux qui sont destinés à griller un aliment) dont la température peut être très élevée.

Autres avertissement.

Vous ne devez pas modifier le four.

Vous ne devez pas déplacer le four pendant son fonctionnement.

Ce four a été conçu pour la préparation d'aliments et ne doit être utilisé que pour leur cuisson. Il n'a pas été étudié pour un usage commercial ou scientifique.

Pour éviter une anomalie de fonctionnement et pour éviter d'endommager le four.

Ne jamais faire fonctionner le four à vide.

Sinon vous risquez d'endommager le four.

Si vous utilisez un plat brunisseur ou un plat en matière autochauffante, interposez une protection contre la chaleur (par exemple, un plat en porcelaine) de manière à ne pas endommager le plateau tournant et le pied du plateau. Le temps de préchauffage précisé dans le livre de recette ne doit pas être dépassé.

N'utilisez aucun ustensile métallique car ils réfléchissent les micro-ondes et peuvent provoquer

un arc électrique. Ne tentez pas de cuire ou de réchauffer les aliments dans une boîte de conserve. N'utilisez que le plateau tournant et le pied du plateau conçus pour ce four. N'utilisez jamais le four sans le plateau tournant.

Pour éviter de casser le plateau tournant:

(a) Avant de nettoyer le plateau tournant, laissez-le refroidir.

(b) Ne placez pas des aliments chauds ou un plat chaud sur le plateau tournant lorsqu'il est froid.

(c) Ne placez pas des aliments froids ou un plat froid sur le plateau tournant lorsqu'il est chaud.

Ne posez aucun objet sur la carrosserie du four pendant son fonctionnement.

REMARQUES:

Si vous avez des doutes quant à la manière de brancher le four, consulter un technicien qualifié.

Ni le fabricant ni le distributeur ne peuvent être tenus pour responsable des dommages causés au four ou des blessures personnelles qui résulteraient de l'inobservation des consignes de branchement électrique.

Des gouttes d'eau peuvent se former sur les parois de la cavité du four, autour des joints et des portées d'étanchéité. Cela ne traduit pas un défaut de fonctionnement ni des fuites de micro-ondes.

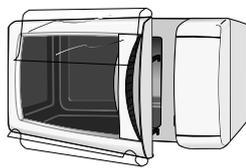
FRANÇAIS

INSTALLATION

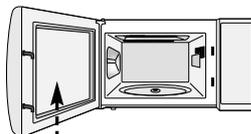


1. Retirez tous les matériaux d'emballage qui se trouvent à l'intérieur du four. Jetez la feuille polyéthylène qui se trouve entre la porte et l'intérieur du four. Retirez l'autocollant de l'extérieur de la porte, s'il y est collé.

Ne pas retirer la pellicule de protection se trouvant sur l'intérieur de la porte.



enlever

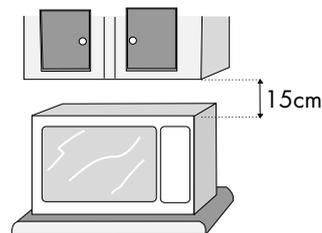


ne pas enlever

2. Vérifiez soigneusement que le four ne présente aucun signe d'endommagement.

3. Posez le four sur une surface horizontale et plate et suffisamment solide pour supporter le poids du four et également celui des aliments les plus lourds que vous avez l'intention d'y cuire.

4. S'assurer qu'un espace libre minimum de 15 cm est prévu au-dessus du four.



5. Branchez la fiche du cordon d'alimentation dans une prise murale standard (avec prise de terre).



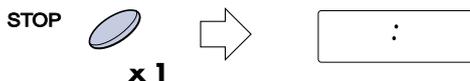
AVANT MISE EN SERVICE

Branchez le cordon d'alimentation.

1. L'affichage indique:



2. Appuyez sur la touche **ARRET**, l'affichage indique:



Reglez l'horloge comme suit.

Utilisation de la touche **ARRET (STOP)**.

Utilisez la touche **ARRET** pour:

1. Effacer une erreur durant la programmation du four.
2. Interrompre momentanément la cuisson.
3. Arrêter un programme de cuisson (dans ce cas, appuyez deux fois sur cette touche).



REGLER L'HORLOGE

Il y a deux modes de réglage : horloge sur 12 heures et horloge sur 24 heures.

1. Pour sélectionner l'horloge sur 12 heures, maintenir la touche **NIVEAU DE PUISSANCE MICRO-ONDES** enfoncée pendant 3 secondes. apparaît à l'affichage.

2. Pour sélectionner l'horloge sur 24 heures, appuyer **encore une fois** sur la touche

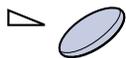
NIVEAU DE PUISSANCE MICRO-ONDES après l'étape 1, dans l'exemple ci-dessous **x1** et maintenir pour 3 sec.

apparaît à l'affichage.

Exemple :

Pour régler l'horloge en mode 24 heures à 23:35

1. Choisir la fonction d'horloge. (horloge sur 12 heures)



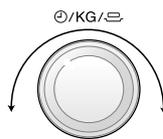
x 1 et maintenir pour 3 sec.

Choisir l'horloge sur 24 heures.



x 1

2. Régler les heures. Tourner le bouton rotatif **MINUTEUR/POIDS/PORCION** jusqu'à ce que l'heure correcte s'affiche (23).

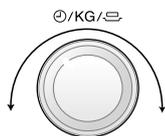


3. Appuyer sur la touche **NIVEAU DE PUISSANCE MICRO-ONDES** passer des heures aux minutes.



x 1

4. Régler les minutes. Tourner le bouton rotatif **MINUTEUR/POIDS/PORCION** jusqu'à ce que la minute correcte s'affiche (35).

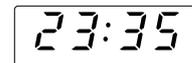


5. Appuyer sur la touche **NIVEAU DE PUISSANCE MICRO-ONDES** à démarrer l'horloge.



x1

Vérifier l'affichage.



REMARQUES:

1. Vous pouvez tourner le bouton rotatif **MINUTEUR/POIDS/PORCION** dans le sens des aiguilles d'une montre ou dans le sens contraire.
2. Appuyer sur la touche **ARRET (STOP)** en cas d'erreur de programmation.
3. Si l'alimentation électrique de votre four à micro-ondes

est interrompue, l'affichage indiquera par intermittence après le retour du courant. Si cela a lieu pendant la cuisson, le programme sera effacé. L'heure sera également effacée.

4. Pour régler l'heure à nouveau, suivre à nouveau l'exemple ci-dessus.



NIVEAUX DE PUISSANCE

Vous avez le choix entre 5 niveaux de puissance. Consultez les indications fournies dans le livre de recettes pour déterminer le niveau de puissance à utiliser. D'une manière générale, nous vous conseillons de procéder comme suit.

100 P (800 W) :

Pour une cuisson rapide ou pour réchauffer un plat (par ex. soupes, ragoûts, conserves, boissons chaudes, légumes, poisson, etc.).

70 P (560 W) :

Pour cuire plus longtemps les aliments plus denses, tels que les rôtis, les pains de viande, les plats sur assiettes et les plats délicats tels que les sauces au fromage et les gâteaux de Savoie. Ce niveau de puissance réduit évite de faire déborder vos sauces et assurera une cuisson uniforme de vos aliments (les côtés ne seront pas trop cuits).

Pour régler la puissance, appuyez sur la touche de **NIVEAU DE PUISSANCE MICRO-ONDES** jusqu'à ce que le niveau désiré soit affiché. Si vous n'appuyez qu'une seule fois sur la touche de **NIVEAU DE PUISSANCE MICRO-ONDES**,  sera affiché. Si vous dépassez la puissance que vous désirez utiliser, continuez d'appuyer sur la touche **NIVEAU DE PUISSANCE MICRO-ONDES** jusqu'à ce que le niveau de puissance désiré soit à nouveau affiché. **Si vous ne choisissez aucun niveau de puissance, c'est le niveau 100 P qui est automatiquement utilisé.**

50 P (400 W) :

Convient aux aliments denses nécessitant une cuisson traditionnelle prolongée (les plats de bœuf par exemple). Ce niveau de puissance est recommandé pour obtenir une viande tendre.

30 P (240 W) :

Décongélation) : utilisez ce niveau de puissance pour décongeler vos plats de manière uniforme. Idéal pour faire mijoter le riz, les pâtes, les boulettes de pâte et cuire la crème renversée.

10 P (80 W) :

Pour décongeler délicatement les aliments tels que les gâteaux à la crème ou les pâtisseries.

P = POURCENT

FRANÇAIS

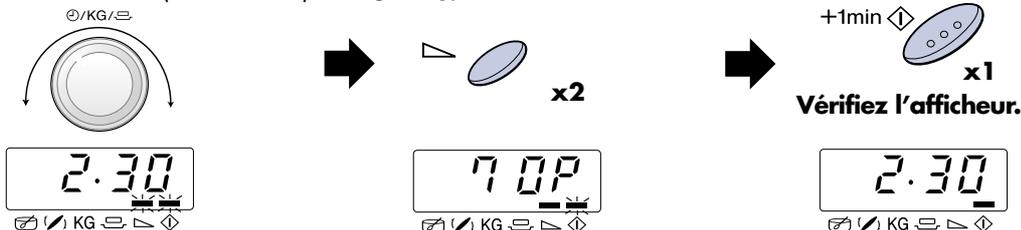
FONCTIONNEMENT MANUEL

Vous pouvez choisir le temps de cuisson 90 minutes (90.00). L'augmentation du temps de cuisson (décongélation) varie de 10 secondes à cinq minutes. Elle dépend de la durée totale de cuisson (décongélation) indiquée dans le tableau.

Temps de cuisson	Poids ou volume
0-5 minutes	10 secondes
5-10 minutes	30 secondes
10-30 minutes	1 minute
30-90 minutes	5 minutes

Exemple: Supposons que vous vouliez réchauffer une soupe pendant 2 minutes et 30 secondes à mi-puissance 70 P.

1. Entrer le temps de cuisson souhaité en tournant le bouton rotatif **MINUTEUR/POIDS/PORTION** dans le sens des aiguilles d'une montre. (2 min. 30 sec.)
2. Choisir le niveau de puissance voulu en appuyant deux fois sur la touche **NIVEAU DE PUISSANCE MICRO-ONDES**.
3. Appuyer une fois sur la touche **+1min/DEPART** pour démarrer la cuisson.



REMARQUES :

1. Quand la porte est ouverte pendant le processus de cuisson, le temps de cuisson de l'affichage numérique s'arrête automatiquement. Le temps de cuisson reprend le compte à rebours quand la porte est fermée et que la touche **+1 min/DEPART** est appuyée.
2. Si vous voulez connaître le niveau de puissance pendant la cuisson, appuyez sur la touche **NIVEAU DE PUISSANCE MICRO-ONDES**. Tant que votre doigt est appuyé sur la touche **NIVEAU DE PUISSANCE MICRO-ONDES**, le niveau de puissance est affiché.
3. Vous pouvez tourner le bouton rotatif **MINUTEUR/POIDS/PORTION** dans le sens des aiguilles d'une montre ou en sens inverse. Si vous tournez le bouton dans le sens inverse, le temps de cuisson diminue par paliers à partir de 90 minutes.





AUTRES FONCTIONS PRATIQUES

1. CUISSON A SEQUENCES MULTIPLES

Il est possible de saisir un maximum de 3 séquences, comprenant le temps et mode de cuisson normale

Exemple:-

Pour cuire: 5 minutes à la puissance 100 P (Etape 1)
16 minutes à la puissance 30 P (Etape 2)

ETAPE 1

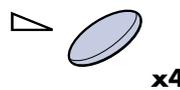
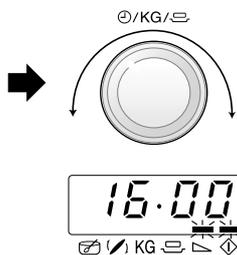
1. Entrer le temps de cuisson souhaité en tournant le bouton rotatif **MINUTEUR/ POIDS/ PORTION**.



2. Choisir le niveau de puissance voulu en appuyant une fois (une fois) sur la touche **NIVEAU DE PUISSANCE MICRO-ONDES**.

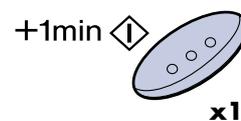
ETAPE 2

3. Entrer le temps de cuisson souhaité en tournant le bouton rotatif **MINUTEUR/ POIDS/ PORTION**.



4. Choisir le niveau de puissance voulu en appuyant quatre fois sur la touche **NIVEAU DE PUISSANCE MICRO-ONDES**.

5. Appuyer une fois sur la touche **+1min/DEPART** pour démarrer la cuisson.



Vérifier l'affichage.



(Le four cuira d'abord pendant 5 minutes à puissance 100 P, puis pendant 16 minutes en 30 P)

AUTRES FONCTIONS PRATIQUES

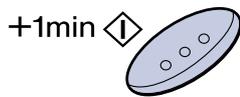


2. FONCTION MINUTE PLUS/DEPART

La touche **+1 min/DEPART** vous permet d'utiliser les deux fonctions suivantes:

a. Démarrage direct

Vous pouvez démarrer directement la cuisson au niveau de puissance 100 P du micro-ondes pendant 1 minute en appuyant sur la touche **+1 min/DEPART**.



REMARQUE:

Pour éviter une manipulation abusive par les enfants, la touche **+1 min/DEPART** peut être utilisée uniquement dans la 3 minutes qui suit l'opération précédente, par exemple, la fermeture de la porte ou l'appui sur la touche **ARRET (STOP)**.

b. Augmentation du temps de cuisson

Vous pouvez augmenter le temps de cuisson de multiples de 1 minute si la touche est appuyée lorsque le four est en marche.

3. VERIFICATION DU NIVEAU DE PUISSANCE

Pour vérifier le niveau de puissance du micro-ondes pendant la cuisson, appuyer sur la touche **NIVEAU DE PUISSANCE MICRO-ONDES**.



Tant que votre doigt touche la touche **NIVEAU DE PUISSANCE MICRO-ONDES**, le niveau de puissance est affiché.

Le four continue le compte à rebours bien que l'affichage indique le niveau de puissance.



CUISSON RAPIDE & DÉCONGÉLATION

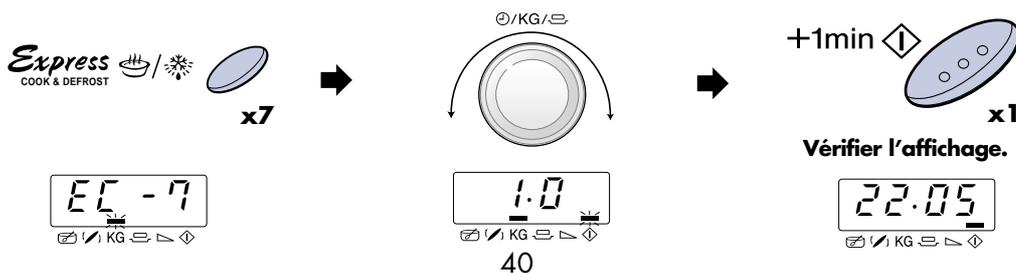
CUISSON RAPIDE calcule automatiquement le mode et le temps de cuisson corrects. Vous disposez de 7 programmes de **CUISSON RAPIDE** et 5 programmes de **DÉCONGÉLATION RAPIDE**. Ce que vous devez savoir lors de l'utilisation de cette fonction :

- Appuyez une fois sur la touche **CUISSON RAPIDE** pour faire apparaître l'affichage suivant.
Pour choisir le programme voulu, appuyez sur la touche **CUISSON RAPIDE** jusqu'à l'affichage de ce programme. Voir pages 41-43. tableau **CUISSON RAPIDE**.
Pour sélectionner un menu de décongélation, appuyez sur le bouton **CUISSON RAPIDE & DÉCONGÉLATION** 8 fois au moins. Lorsque vous aurez appuyé sur ce bouton 8 fois, **EC - 1** s'affichera à l'écran. Vous pouvez changer le menu automatiquement en maintenant appuyé le bouton **CUISSON RAPIDE & DÉCONGÉLATION**.
- Pour choisir le poids ou la quantité d'aliments, tournez le bouton **MINUTEUR/POIDS/NIVEAU DE PUISSANCE** jusqu'à l'affichage des paramètres de poids/quantité voulus.
 - Indiquez le poids des aliments seulement. Ne pas inclure le poids du récipient.
 - Pour un aliment dont le poids est supérieur ou inférieur aux quantités données dans le tableau de cuisson, utilisez les programmes manuels. Pour obtenir les meilleurs résultats, suivre les tableaux de cuisson.
- Pour démarrer la cuisson, appuyez sur la touche **+1 min/DEPART**.
Lorsqu'une action de votre part est nécessaire (par exemple retourner les aliments), le four s'arrête, les signaux sonores retentissent et le temps restant et le voyant clignotent sur l'affichage. Pour continuer la cuisson, appuyez sur le bouton **+1 min/DEPART**.

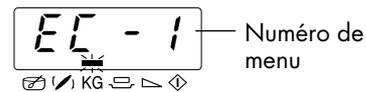
Exemple :

Pour cuire 1,0 kg de Gratin servez Cuisson Rapide (EC-7).

- Sélectionner le menu nécessaire en appuyant sept fois sur la touche **CUISSON RAPIDE & DÉCONGÉLATION**.
- Entrer le poids en tournant le bouton rotatif **MINUTEUR/POIDS/NIVEAU DE PUISSANCE** dans le sens des aiguilles d'une montre.
- Appuyer sur la touche **+1 min/DEPART**.



- x1
 la touche **CUISSON RAPIDE & DÉCONGÉLATION**



- le bouton rotatif **MINUTEUR/POIDS/NIVEAU DE PUISSANCE**

- x1
 la touche **+1 min/DEPART**

La température finale varie selon la température initiale des aliments. Vérifiez que la nourriture est très chaude après cuisson. Si nécessaire, vous pouvez rallonger le temps de cuisson et changer le niveau de puissance.

REMARQUE: Si vous utilisez la fonction **MINUTE PLUS** pendant l'opération de cuisson/décongélation express, les aliments risqueront d'être trop cuits.

TABLEAUX DE CUISSON RAPIDE & DÉCONGÉLATION



TOUCHE	CUISSON RAPIDE Nu.	QUANTITÉ (Incrément) / UTENSILES	PROCÉDURE
	EC-1 Cuisson Légumes surgelés e.g. Choux de Bruxelles, haricots verts, petits pois, jardinière de légumes, brocolis 	0,1 - 0,6 kg (100 g) (Temp. initiale -18°C) Bol et couvercle Casserole bol et plastique micro-ondes ou couvercle	<ul style="list-style-type: none"> • Ajouter 1 cuillère à soupe d'eau par 100 g. (Pour les champignons, il n'est pas nécessaire d'ajouter de l'eau). • Mettre un couvercle. • Quand le four s'arrête et que le signal sonore retentit, remuer et couvrir à nouveau. • Après cuisson, laisser reposer pendant approximativement 1 - 2 minutes. REMARQUE: Si les légumes surgelés sont compactés, cuisez-les manuellement.
	EC-2 Cuisson Plats préparés surgelés À remuer e.g. Pâtés-Bolognese, Chilli con carne 	0,3 - 1,0 kg* (100 g) (Temp. initiale -18°C) Casserole bol et plastique micro-ondes ou couvercle * Si le constructeur recommande d'ajouter de l'eau, calculer la quantité totale de liquide supplémentaire pour le programme	<ul style="list-style-type: none"> • Verser le contenu dans un plat conçu pour la cuisson micro-ondes. • Ajouter du liquide si le constructeur le recommande. • Recouvrir à l'aide de film plastique micro-ondes ou d'un couvercle. • Faire cuire à découvert si le constructeur le recommande. • Lorsque le signal sonore retentit, remuer et recouvrir. • Après cuisson, remuer et laisser reposer pendant approximativement 1 - 2 minutes.
	EC-3 Cuisson Gratin surgelés e.g. Pâtés-Gratin, lasagne, etc. 	0,2 - 0,6 kg (100 g) (Temp. initiale -18°C) Plat à gratin ovale peu profond et couvercle ou original contenant et couvercle	<ul style="list-style-type: none"> • Retirer l'emballage du gratin congelé. Si le contenant ne convient pas pour les fours à micro-ondes, placer le gratin dans un plat à gratin et couvrir de film étirable pour micro-ondes. • Si le contenant convient pour les fours à micro-ondes, retirer le couvercle d'origine et couvrir de film étirable pour micro-ondes. • Après cuisson, laisser reposer pendant approximativement 5 minutes.
	EC-4 Cuisson Casserole Poulet avec Légumes 	0,5 - 1,0 kg* (500 g) (Temp. initiale des Poulet 5°C) Plat à gratin et plastique micro-ondes	<ul style="list-style-type: none"> • Voir recettes pour le Casserole Poulet avec Légumes à la page 44. * Poids total tout les ingrédients.
	EC-5 Cuisson Haché et Oignon 	0,5 - 1,0 kg* (500 g) (Temp. initiale des Haché 5°C) Bol et couvercle	<ul style="list-style-type: none"> • Voir recettes pour le Haché et Oignon à la page 44. * Poids total tout les ingrédients.



TABLEAUX DE CUISSON RAPIDE & DÉCONGÉLATION

TOUCHE	CUISSON RAPIDE Nu.	QUANTITÉ (Incrément) / UTENSILES	PROCÉDURE
x6	EC-6 Cuisson Filet de poisson en sauce 	0,5 - 1,0 kg* (500 g) (Temp. initiale des Poisson 5°C, Sauce 20°C) Plat à gratin et plastique micro-ondes	<ul style="list-style-type: none"> Voir recettes pour le Filet de Poisson en Sauce à la pages 44 - 45. * Poids total tout les ingrédients.
x7	EC-7 Cuisson Gratin 	0,5 - 1,0 kg* (500 g) (initial temp 20°C) Plat à gratin	<ul style="list-style-type: none"> Voir recettes pour le Gratin à la page 45. * Poids total tout les ingrédients.
TOUCHE	DÉCONGÉLATION RAPIDE Nu.	QUANTITÉ (Incrément) / UTENSILES	PROCÉDURE
x8	Ed-1 Décongélation Steaks, Côtelettes 	0,2 - 0,8 kg (100 g) (Temp. initiale -18°C) (Voir remarque ci-dessous)	<ul style="list-style-type: none"> Placer les aliments sur un plat au centre du plateau tournant. Quand le four s'arrête et que le signal sonore retentit, retourner les aliments, redispser et séparer. Protégez les parties minces et les parties déjà chaudes avec du papier d'aluminium. Après décongélation, emballer dans du papier aluminium pour 10 - 15 minutes, jusqu'à complète décongélation.
x9	Ed-2 Décongélation Viande hachée 	0,2 - 0,8 kg (100 g) (Temp. initiale -18°C) film alimentaire transparent (Voir remarque ci-dessous)	<ul style="list-style-type: none"> Recouvrez le plateau tournant d'un film alimentaire transparent. Placez le morceau de viande hachée sur le plateau tournant. Lorsque le four s'arrête et que le signal sonore retentit, retournez la viande. Retirez les parties décongelées si possible. Une fois la décongélation effectuée, laissez reposer 5 - 10 minutes jusqu'à ce que la viande soit totalement décongelée.
x10	Ed-3 Décongélation Volaille 	0,9 - 1,5 kg (100 g) (Temp. initiale -18°C) (Voir remarque ci-dessous)	<ul style="list-style-type: none"> Placer un plat renversée sur le plateau tournant et mettre la volaille côté poitrail vers le bas sur l'assiette. Quand le four s'arrête et que le signal sonore retentit, retourner et répéter chaque fois que le four s'arrête et que le signal sonore retentit. Protégez les parties minces et les parties déjà chaudes avec du papier d'aluminium. Après décongélation, couvrir d'une feuille de papier aluminium et laisser reposer 15 - 30 minutes jusqu'à complète écongélation. Enfin, laver la volaille sous l'eau courante.

TABLEAUX DE CUISSON RAPIDE & DÉCONGÉLATION

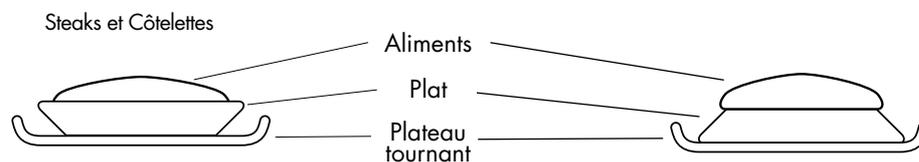


TOUCHE	DÉCONGÉLATION RAPIDE Nu.	QUANTITÉ (Incrément) / UTENSILES	PROCÉDURE
 x11	Ed-4 Décongélation Gâteau 	0,1 - 1,4 kg (100 g) (Temp. initiale -18° C) Plat	<ul style="list-style-type: none"> Retirez l'emballage du gâteau. Placez sur un plat au centre du plateau tournant. Une fois la décongélation effectuée, coupez le gâteau en portions identiques que vous espacerez et laissez reposer pendant 15 - 30 minutes jusqu'à ce que le gâteau soit uniformément décongelé.
 x12	Ed-5 Décongélation Pain 	0,1 - 1,0 kg (100 g) (Temp. initiale -18° C) Plat (Ce programme n'est recommandé que pour le pain en tranches.)	<ul style="list-style-type: none"> Poser le pain sur un plat au centre du plateau tournant. Pour 1,0kg, poser le pain directement sur le plateau tournant. Quand le signal sonore retentit, changer la position des tranches et retirer celles qui sont décongelées. Après la décongélation, séparer toutes les tranches et les disposer sur un grand plat. Couvrir le pain d'une feuille de papier aluminium et le laisser reposer 5 - 30 minutes pour compléter la décongélation.

FRANÇAIS

REMARQUES: Décongélation rapide

1. Les steaks et côtelettes doivent être congelés en une couche.
2. Congelez la viande hachée en tranches fines.
3. Après avoir retourné, protéger les parties décongelées avec de petits morceaux plats de papier aluminium.
4. La volaille doit être cuite immédiatement après décongélation.
5. Pour Ed-1 et Ed-3, disposer les aliments dans le four comme indiqué:





RECETTES POUR LA CUISSON RAPIDE

CASSEROLE POULET AVEC LÉGUMES (EC-4)

Poelee de poulet epicee

Ingrédients

0,5 kg	1,0 kg	
60 g	120 g	riz long (précuit)
1	1	sachet de saffron
1/2 tbsp	1 tsp	beurre ou margarine (beurrer le plat)
25 g	50 g	oignon (hacher menu)
50 g	100 g	pouvron rouge (hacher menu)
50 g	100 g	poireau (hacher menu)
150 g	300 g	blanc de poulet (coupé en dés)
		poivre, paprike en poudre
10 g	20 g	beurre
150 ml	300 ml	bouillon de viande

Préparation

- Mélanger le riz et le saffron et les mettre dans le plat préalablement graissé.
- Mélanger l'oignon, les poivron et poireau et les dés de blanc de poulet et les assaisonner. Les disposer par couches sur le riz.
- Répartir le beurre en petites noisettes.
- Ajouter le bouillon de viande, couvrir et cuire au **CUISSON RAPIDE EC-4**, "Casserole Poulet avec Légumes".
- Laisser reposer approximativement 5 - 10 minutes après la cuisson.

HACHÉ ET OIGNON (EC-5)

Ingrédients

0,5 kg	1,0 kg	
150 g	300 g	de viande hachée (moitié porc, moitié boeuf)
50 g	100 g	oignon (hacher menu)
1/2	1	oeuf
15 g	30 g	chapelure
		sel et poivre
115 ml	230 ml	bouillon de viande
20 g	40 g	concentré de tomates
65 g	125 g	pommes de terre (hacher menu)
65 g	125 g	carottes (hacher menu)
1/2 tbsp	1 tbsp	de persil (haché)

Préparation

- Bien pétrir la viande hachée, les oignons hachés, l'oeuf et la chapelure pour obtenir une pâte homogène, saler et poivrer.
- Mélanger le bouillon de viande et le concentré de tomates.
- Ajouter les pommes de terre, les carottes et le bouillon à la viande hachée. Mélanger.
- Cuire à couvert au **CUISSON RAPIDE EC-5**, "Haché et Oignon".
- Quand le four s'arrête et que le signal sonore retentit, remuer et couvrir à nouveau.
- Après cuisson, laisser reposer pendant approximativement 5 minutes. Garnir de persil avant de servir.

FILET DE POISSON EN SAUCE (EC-6)

Filets de poisson avec sauce piquante

Ingrédients

0,5 kg	1,0 kg	
175 g	350 g	tomates en boîte (égouttées)
50 g	100 g	mais
5 g	10 g	sauce au Piment
15 g	30 g	oignon (haché menu)
1 tsp	1-2 tsp	vinaigre de vin rouge
		moutarde, thym, poivre de cayenne
250 g	500 g	filet de poisson (réfrigérer)
		sel

Préparation

- Mélanger les ingrédients pour la sauce.
- Mettre le filet de poisson dans le plat avec les extrémités fines vers le centre et saupoudrer avec sel.
- Etaler la sauce préparée sur le filet de poisson.
- Couvrir avec plastique micro-ondes et cuire au **CUISSON RAPIDE EC-6** "Filet de Poisson en Sauce".
- Après cuisson, laisser reposer pendant approximativement 2 minutes.

RECETTES POUR LA CUISSON RAPIDE

**FILET DE POISSON EN SAUCE (EC-6)****Filet de poisson au curry**

Ingrédients

0,5 kg	1,0 kg	
250 g	500 g	de filet de poisson sel
50 g	100 g	banane (en tranche)
200 g	400 g	sauce curry (prêt à servir)

Préparation

1. Mettre le filet de poisson dans le plat avec les extrémités fines vers le centre et saupoudrer avec sel.
2. Etaler la sauce prêt à servir et banane sur le filet de poisson
3. Couvrir avec film alimentaire transparent et cuire au **CUISSON RAPIDE EC-6** "Filet de Poisson en Sauce".
4. Après cuisson, laisser reposer pendant approximativement 2 minutes.

GRATIN (EC-7)**Gratin d'épinards**

Ingrédients

0,5 kg	1,0 kg	
5 g	10 g	beurre ou margarine (beurrer le plat)
150 g	300 g	d'épinards en branches surgelés (décongeler, égoutter)
15 g	30 g	oignon (haché menu) sel, poivre et muscade
150 g	300 g	pommes de terre (coupées en rondelles)
35 g	75 g	jambon cuit (coupé en dés)
50 g	100 g	crème fraîche
1	2	oeufs
40 g	75 g	fromage (râper) paprika en poudre

Préparation

1. Mélangez les épinards en branches avec l'oignon. Assaisonnez avec du sel, du poivre et de la noix de muscade râpée.
2. Beurrer le plat à gratin.
3. Remplissez-le de rondelles de pomme de terre, les dés de jambon et les épinards en couches alternées dans le plat. Terminer par une couche d'épinards.
4. Mélanger les oeufs avec la crème fraîche, assaisonner avec sel et poivre et verser sur les légumes.
5. Saupoudrer le gratin avec fromage râpé, et paprika en poudre et cuire au **CUISSON RAPIDE EC-7**, "Gratin".
6. Après cuisson, laisser reposer pendant approximativement 5 - 10 minutes.

FRANÇAIS

GRATIN (EC-7)**Gratin de pommes de terre et courgettes**

Ingrédients

0,5 kg	1,0 kg	
5 g	10 g	beurre ou margarine (beurrer le plat)
200 g	400 g	pommes de terre (fraîche ou précuit) (coupés en lamelles)
115 g	230 g	courgettes (en tranches fines)
75 g	150 g	crème fraîche
1	2	oeufs
1/2	1	de ail (pressée) sel, poivre
40 g	80 g	fromage Gouda (râper) graines de tournesol paprika en poudre

Préparation

1. Beurrer le plat. Remplissez-le de lamelles de pomme de terre et de tranches de courgettes en couches alternées.
2. Mélangez les oeufs et la crème fraîche, assaisonnez avec l'ail pilé, du sel et du poivre et versez le mélange sur les légumes.
3. Recouvrez-en le gratin avec le fromage Gouda râpé.
4. Enfin, parsemez de graines de tournesol et le paprika en poudre et cuire au **CUISSON RAPIDE EC-7**, "Gratin".
5. Après cuisson, laisser reposer pendant approximativement 5 - 10 minutes.



ENTRETIEN ET NETTOYAGE

PRECAUTION: N'UTILISEZ AUCUN PRODUIT DE NETTOYAGE, AUCUN ABRASIF, AUCUN TAMPON DE RECURAGE POUR NETTOYER L'INTERIEUR OU L'EXTERIEUR DU FOUR.

Extérieur du four: Nettoyez l'extérieur du four au savon doux et à l'eau. Rincez pour éliminer l'eau savonneuse et séchez avec un chiffon doux.

Tableau de commande: Ouvrez la porte avant de le nettoyer pour rendre inopérante la minuterie du tableau de commande. Evitez de mouiller abondamment le tableau.

1. Intérieur du four

Pour un nettoyage facile, essuyez les éclaboussures et les dépôts à l'aide d'un chiffon doux et mouillé ou une éponge après chaque utilisation et pendant que le four est encore tiède. Si les tâches résistent à un simple nettoyage, utilisez de l'eau savonneuse puis essuyez à plusieurs reprises à l'aide d'un chiffon mouillé jusqu'à ce que tous les résidus soient éliminés.

2. Assurez-vous que l'eau savonneuse ou l'eau ne pénètrent pas dans les petits trous des parois. Sinon, elle risque de causer des dommages au four.

3. N'utilisez pas un vaporisateur pour nettoyer l'intérieur du four.

Plateau tournant et pied du plateau:

Enlevez tout d'abord le plateau tournant et le pied du plateau. Puis, lavez le plateau tournant et le pied du plateau au moyen d'eau savonneuse. Enfin, essuyez le plateau tournant et le pied du plateau avec un chiffon doux et mettez-les tous deux sur l'égouttoir à vaisselle avant de les remettre en place.

Porte: Pour enlever toutes les impuretés, nettoyez fréquemment la porte des deux côtés, le joint de la porte ainsi que la surface des joints à l'aide d'un chiffon humide.



AVANT D'APPELER LE DEPANNEUR

Avant de faire appel à un technicien, procédez aux vérifications suivantes:

1. Alimentation

Vérifiez que le four est convenablement raccordé à une prise murale.

Vérifiez le fusible et le disjoncteur.

2. Placez une tasse contenant approximativement 150 ml d'eau dans le four et refermez la porte.

Placez **LE NIVEAU DE PUISSANCE MICRO-ONDES** sur 100 P et réglez le bouton

MINUTERIE/KG/PORTION sur une minute.

L'éclairage du four s'allume-t-il? OUI _____ NON _____

Le plateau tournant tourne-t-il? OUI _____ NON _____

REMARQUE:

Le plateau tourne dans un sens ou dans l'autre.

La ventilation est-elle normale? OUI _____ NON _____

(Pour vous en assurer, posez la main sur les ouvertures de ventilation. Vous devez sentir un courant d'air.)

L'eau se trouvant dans la tasse est-elle alors chaude? OUI _____ NON _____

Si la réponse à l'une quelconque des questions ci-dessus est "NON", le four présente effectivement une anomalie de fonctionnement. Appelez un technicien d'entretien agréé par SHARP et précisez-lui ce que vous avez constaté.

REMARQUE: Si vous faites cuire des aliments pendant plus longtemps que la durée normale sans modifier le mode de cuisson, la puissance du four diminue automatiquement pour éviter la surchauffe. (La puissance de cuisson micro-ondes diminue.)

Mode de cuisson	Durée normale
Cuisson micro-ondes 800 W	40 minutes

QUE SONT LES MICRO-ONDES?



Dans le micro-ondes, les ondes sont générées par le magnétron et font vibrer les molécules d'eau des

aliments. La friction qui en résulte dégage de la chaleur qui décongèle, réchauffe ou cuit les aliments.

BIEN CHOISIR LA VAISSELLE



VERRE ET VERRE CERAMIQUE



La vaisselle en verre résistant à la chaleur est tout à fait adaptée à une utilisation dans le micro-ondes. Elle permet d'observer le déroulement de la cuisson de tous les côtés. La vaisselle ne doit pas

contenir de métal (p. ex. cristal au plomb) ou être recouverte de métal (p. ex. bord doré, bleu de cobalt).

CERAMIQUE

La céramique convient généralement. Elle doit être émaillée, sinon l'humidité peut pénétrer à l'intérieur de la céramique. L'humidité réchauffe cette matière et peut la fêler. Si vous n'êtes pas sûr que votre vaisselle convient à la cuisson aux micro ondes, veuillez faire le test décrit.

PORCELAINES

La porcelaine convient parfaitement à une utilisation dans le micro-ondes. Assurez-vous que la porcelaine n'est ni dorée ni argentée et qu'elle ne contient pas de métal.

MATIERES PLASTIQUES ET CARTON

La vaisselle en matière plastique résistant à la chaleur et convenant à la cuisson aux micro-ondes peut être utilisée pour décongeler, réchauffer et cuire les mets. Respectez les indications du fabricant.

La vaisselle en carton résistant à la chaleur et convenant à la cuisson aux micro-ondes peut également être utilisée. Respectez les indications du fabricant.

FILM PLASTIQUE POUR MICRO-ONDES

La feuille plastique résistante à la chaleur est idéale pour recouvrir ou envelopper les aliments. Respectez les indications du fabricant.

SACHETS A ROTI

Ils peuvent être utilisés dans le micro-ondes. On ne doit pas les fermer avec des pinces métalliques car la feuille composant le sachet pourrait fondre. Fermez le sachet avec de la ficelle et percez-le en plusieurs endroits avec une fourchette.

PLAT BRUNISSEUR

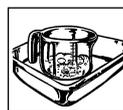
Le plat brunisseur est un plat à rôtir en verre céramique, spécialement conçu pour la cuisine aux micro-ondes et dont le fond est recouvert d'un alliage métallique qui assure le brunissage des mets. Lorsqu'on utilise un plat brunisseur, on prendra soin d'intercaler un isolant approprié (p. ex. une assiette en porcelaine) entre le

plateau tournant et le plat brunisseur. Respectez précisément le temps de préchauffage indiqué par le fabricant. En cas de dépassement de ce temps de préchauffage, le plateau tournant ou le pied du plateau pourrait être détérioré ou le fusible de l'appareil pourrait disjoncter, mettant l'appareil hors tension.

METAUX

En règle générale, il ne faut pas utiliser de métaux étant donné que les micro-ondes ne peuvent pas les traverser et ne parviennent donc pas jusqu'aux aliments. Il existe toutefois quelques exceptions : on peut utiliser d'étroites bandes de feuille d'aluminium pour recouvrir certaines parties des mets pour éviter qu'elles décongèlent ou cuisent trop rapidement (p. ex. les ailes d'un poulet). On peut utiliser de petites brochettes métalliques ou des barquettes en aluminium (comme ceux contenant les plats cuisinés) mais ils doivent être de dimensions réduites par rapport à la quantité d'aliments. Les barquettes en aluminium doivent par exemple être au moins aux $\frac{2}{3}$ ou aux $\frac{3}{4}$ pleins. Il est conseillé de mettre les mets dans de la vaisselle appropriée à l'utilisation dans un micro-ondes. Si l'on utilise des plats en aluminium ou toute autre vaisselle métallique, il faut respecter un écart minimum d'approximativement 2 cm entre le plat et les parois du four qui pourraient être endommagées par la formation d'étincelles.

Ne pas utiliser de vaisselle recouverte de métal ou comportant des pièces ou des éléments métalliques comme p. ex. vis, bords ou poignées.



TEST D'APTITUDE POUR LA VAISSELLE

Si vous n'êtes pas sûr que votre vaisselle puisse être utilisée avec votre micro-ondes, procédez au test suivant : mettre l'ustensile dans l'appareil. Poser un récipient contenant 150 ml d'eau sur ou à côté de l'ustensile. Faire fonctionner l'appareil à pleine puissance (100 P) pendant 1 à 2 minutes.

Si l'ustensile reste froid ou à peine tiède, il convient à une utilisation au micro ondes. Ne pas faire ce test avec de la vaisselle en matière plastique car elle pourrait fondre.



CONSEILS ET TECHNIQUES

REGLAGE DES TEMPS

Les temps de décongélation, de réchauffage et de cuisson sont en général beaucoup plus courts qu'avec une cuisinière ou un four conventionnel. Il vaut mieux régler des temps trop courts que trop longs. Après la cuisson, vérifier le degré de cuisson des mets. Il vaut mieux prolonger la cuisson que trop cuire.

TEMPERATURE DE DEPART

Les temps de décongélation, de réchauffage et de cuisson indiqués sont fonction de la température des aliments. Les aliments surgelés ou sortant du réfrigérateur nécessitent par exemple un temps plus long que les aliments à la température ambiante. Pour le réchauffage et la cuisson, on suppose que les aliments ont été conservés à une température normale (réfrigérateur : approx. 5° C, température ambiante : approx. 20° C). Pour la décongélation, on suppose que les aliments sont à la température de surgélation de -18° C.

TOUTES LES DUREES INDIQUEES

dans ce recueil de recettes sont des valeurs approximatives qui peuvent varier en fonction de la température de départ, du poids et de la nature (teneur en eau et en graisse) des aliments.

SEL, EPICES ET HERBES

Les mets cuits au micro-ondes conservent mieux leur saveur propre qu'avec les méthodes conventionnelles. Salez donc très peu et, en règle générale, seulement après la cuisson. Le sel absorbe les liquides et fait sécher la surface. Utilisez les épices et les herbes comme vous le faites d'habitude.

ADDITION D'EAU

Les légumes et autres aliments à forte teneur en eau peuvent cuire dans leur jus ou avec très peu d'eau, ce qui leur conserve une grande partie de leurs substances minérales et de leurs vitamines.

ALIMENTS A PEAU

Percer les saucisses, les poulets, les cuisses de poulet, les pommes de terre en robe des champs, les tomates, les pommes, les jaunes d'oeuf ou aliments similaires avec une fourchette ou une pique en bois afin que la vapeur puisse s'échapper sans faire éclater la peau.

AILMENTS GRAS

Les viandes entrelardées et les couches de graisse cuisent plus rapidement que la viande maigre. Avant la cuisson, recouvrez ces parties grasses d'une feuille d'aluminium ou disposez les aliments avec le côté gras vers le bas.

PETITES ET GRANDES QUANTITES

Les temps de fonctionnement de votre micro-ondes sont directement fonction de la quantité d'aliments que vous voulez décongeler, réchauffer ou cuire. Cela signifie que les petites portions cuisent plus rapidement que les grandes. En règle générale :

Quantité Double = Temps Presque Double

Quantité Deux Fois Inférieure = Moitié Moins de Temps

RECIPIENTS CREUX ET PLATS

Si l'on prend deux récipients de même contenance, un creux et un plat, le récipient creux nécessitera un temps de cuisson plus long. On préférera donc les récipients les plus plats possibles avec une large ouverture. Utiliser des récipients à bords hauts seulement pour les aliments qui risquent de déborder, p. ex. les pâtes, le riz, le lait, etc.

RECIPIENTS RONDS ET OVALES

Les aliments cuisent plus uniformément dans des récipients ronds et ovales que dans des récipients rectangulaires : l'énergie des micro-ondes se concentre dans les angles et peut y entraîner une cuisson exagérée.

COUVRIR OU NON

Un récipient couvert conserve aux aliments leur humidité et réduit le temps de cuisson. Couvrir le récipient avec un couvercle, une feuille de plastique cuisine résistant à la chaleur ou un couvercle spécial. Ne pas couvrir les mets sur lesquels une croûte doit se former, comme p. ex. les rôtis ou les poulets. La règle est la suivante : ce que l'on cuit avec un couvercle avec une cuisinière conventionnelle doit l'être aussi au micro-ondes, ce que l'on cuit sans couvercle avec une cuisinière peut l'être aussi au micro-ondes.

PIECES DE FORME IRREGULIERE

Les placer avec le côté le plus épais ou le plus compact vers l'extérieur. Poser les légumes (p. ex. le brocoli) avec les tiges vers l'extérieur. Les pièces épaisses nécessitent un temps de cuisson plus long et recevront à l'extérieur une quantité plus importante de micro-ondes, ce qui assure une cuisson uniforme.

FAUT-IL REMUER LES METS ?

Il est nécessaire de remuer les aliments parce que les micro-ondes en réchauffent d'abord l'extérieur. On équilibre ainsi la température, ce qui assure un réchauffage uniforme des mets.

CONSEILS ET TECHNIQUES



COMMENT DISPOSER LES METS ?

Placer plusieurs portions individuelles (ramequins, tasses ou pommes de terre en robe des champs) en cercle sur le plateau tournant. Laisser un espace entre les portions pour permettre aux micro-ondes de pénétrer de tous côtés dans les aliments.

RETOURNER

Il faut retourner les pièces de taille moyenne, comme les hamburgers et les steaks, une fois pendant la cuisson pour réduire le temps de cuisson. Les grosses pièces, comme les rôtis et les poulets, doivent être retournée pour éviter que la face tournée vers le haut ne reçoive plus d'énergie et ne sèche pas.

TEMPS DE REPOS

Le respect du temps de repos est une des règles

principales de la cuisine aux micro-ondes. Presque tous les aliments décongelés, réchauffés ou cuits au micro-ondes ont besoin d'un temps de repos plus ou moins long qui permet à la température de s'équilibrer et de se répartir uniformément à l'intérieur des aliments.

PRODUITS DE BRUNISSAGE

Après un temps de cuisson de plus de 15 minutes, les aliments prennent une couleur brune qui ne peut toutefois pas être comparée avec la couleur brune et la dorure obtenues par la cuisson conventionnelle. On peut utiliser des produits de brunissage pour donner aux mets une appétissante couleur brune. Ces produits sont généralement des épices ou des condiments. Le tableau ci-dessous vous donne quelques conseils pour l'utilisation des produits de brunissage :

PRODUITS DE BRUNISSAGE	METS	METHODE
Beurre fondu et paprika en poudre	Volailles	Badigeonner la volaille avec le mélange de beurre et de paprika en poudre
Paprika en poudre	Soufflés et gratins Croûtes au fromage	Saupoudrer de paprika en poudre
Sauce de soja	Viandes et volailles	Badigeonner de sauce
Sauce Barbecue et sauce Worcestershire, sauce de rôtir	Rôtis, boulettes de viande	Badigeonner de sauce
Dés de lard fondus ou oignons secs	Pièces rôties à cuisson rapide	Parsemer de dés de lard ou d'oignons secs
Cacao, chocolat râpé, glaces brunes, miel et marmelade	Soufflés et gratins, toasts, soupes, potées	Saupoudrer ou glacer les gâteaux et les desserts
	Gâteaux et desserts	

RECHAUFFAGE

- Retirer les plats cuisinés de leur barquette en aluminium et les réchauffer dans un plat ou dans une terrine.
- Enlever le couvercle des récipients hermétiquement fermés.
- Couvrir les mets avec une feuille de plastique cuisine résistant à la chaleur, avec une assiette, un plat ou un couvercle spécial (disponibles dans le commerce) afin que la surface ne sèche pas. Ne pas couvrir les boissons.
- Dans la mesure du possible, remuer de temps en temps les quantités importantes pour répartir uniformément la température.
- Les temps sont indiqués pour des aliments à la température ambiante de 20° C. Le temps de réchauffage est légèrement supérieur pour les aliments sortant du réfrigérateur.
- Après le réchauffage, laisser reposer les plats de 1 à 2 minutes pour laisser la température se répartir uniformément à l'intérieur des aliments (temps de repos).
- Toutes les durées indiquées dans ce recueil de recettes sont des valeurs approximatives qui peuvent varier en fonction de la température de départ, du poids, de la teneur en eau et en graisse et du degré de cuisson désiré.

DECONGELATION

Le micro-ondes est idéal pour décongeler les aliments.

Les temps de décongélation sont inférieurs à la décongélation traditionnelle. Dans la suite, vous trouverez quelques conseils. Sortez le produit surgelé de son emballage et posez-le sur un plat.

Emballages et récipients

Pour la décongélation et le réchauffage des aliments, on peut utiliser des emballages convenant aux micro-ondes et des récipients qui sont à la fois appropriés à la congélation (jusqu'à approx. -40° C) et résistants à la chaleur (jusqu'à approx. 220° C). Ceci permet d'utiliser la même vaisselle pour décongeler, réchauffer et même cuire les aliments sans les transvaser.

Couvrir

Avant la décongélation, couvrir les parties fines avec des bandes de feuille d'aluminium. Pendant la décongélation, couvrir également les parties déjà légèrement décongelées ou chaudes avec des bandes de feuille d'aluminium. Ceci empêche les parties les plus fines de trop chauffer alors que les parties plus épaisses sont encore congelées. Il vaut mieux régler la puissance du micro-ondes sur une valeur trop faible que sur une valeur trop forte pour obtenir une décongélation uniforme. Si le four est réglé sur une puissance trop élevée, la surface des aliments commencera à cuire alors que l'intérieur est encore gelé.



CONSEILS ET TECHNIQUES

Retourner/Remuer

Il faut retourner ou remuer une fois presque tous les aliments. Séparer et disposer correctement le plus tôt possible les pièces qui collent les unes aux autres.

Les petites quantités

sont décongelées plus uniformément et plus rapidement que les grandes quantités. C'est pourquoi il est préférable de congeler de petites quantités. De cette manière, vous avez la possibilité de composer rapidement des menus complets.

Les aliments délicats

Comme la tarte, la crème, le fromage et le pain ne doivent pas être décongelés complètement mais seulement légèrement. La décongélation complète doit avoir lieu à la température ambiante. On évite ainsi que les zones extérieures ne commencent à cuire alors que les zones intérieures sont encore gelées.

Le temps de repos

après la décongélation est très important car la décongélation se poursuit pendant ce temps. Le tableau de décongélation indique les temps de repos de différents aliments. Les aliments épais et compacts nécessitent un temps de repos plus long que les aliments plats ou poreux. Si l'aliment n'est pas suffisamment décongelé, vous pouvez poursuivre la décongélation ou augmenter en conséquence le temps de repos. Dans la mesure du possible, cuisinez les aliments immédiatement après la décongélation et ne pas les recongeler.

CUISSON DE LEGUMES FRAIS

- Dans la mesure du possible, achetez des légumes de la même taille. Ceci est important surtout si vous voulez cuire les légumes entiers (p.ex. pommes de terre en robe des champs).
- Lavez les légumes et nettoyez-les avant de peser la quantité nécessaire à la recette et de les couper en petits morceaux.
- Assaisonnez comme vous le faites d'habitude mais ne salez en règle générale qu'après la cuisson.
- Ajoutez approx. 5 cuillerées à soupe d'eau pour 500 g de légumes, un peu plus pour les légumes riches en fibres. Les quantités nécessaires figurent dans le tableau à la page 53.
- On cuira en général les légumes dans une terrine à couvercle. On peut cuire les légumes à forte teneur en eau, comme les oignons ou les pommes de terre en robe des champs, sans addition d'eau en les enveloppant dans une feuille de plastique cuisine résistant à la chaleur.
- Remuez ou retournez les légumes à la moitié du temps de cuisson.

- Après la cuisson, laissez reposer les légumes approx. 2 minutes pour que la température se répartisse uniformément (temps de repos).
- Les temps de cuisson indiqués sont des valeurs approximatives qui sont fonction de la température de départ et de la nature des légumes. Plus les légumes sont frais, plus les temps de cuisson sont courts.

CUISSON DE VIANDES, DE POISSONS ET DE VOLAILLES

- En achetant la viande, choisissez dans la mesure du possible des morceaux de taille égale. Vous obtiendrez ainsi les meilleurs résultats à la cuisson.
- Lavez soigneusement la viande, le poisson et la volaille sous l'eau froide puis les sécher avec du papier absorbant avant de les préparer de la façon habituelle.
- La viande de boeuf doit avoir reposé assez longtemps et ne pas être tendineuse.
- Même si les morceaux de viande sont de taille identique, ils peuvent cuire différemment. Cela est dû entre autres à la nature de la viande, aux différences de teneur en graisse et en liquide ainsi qu'à la température de la viande avant la cuisson.
- Lorsque la cuisson dépasse 15 minutes, les mets prennent naturellement une couleur brune qui peut être accentuée par l'utilisation de produits de brunissage. Pour que la surface soit croustillante, il est conseillé d'utiliser un plat brunisseur ou de saisir l'aliment à la poêle et de terminer la cuisson au micro-ondes. Vous disposerez alors d'un fond pour préparer une sauce.
- Retournez les grosses pièces de viande, de poisson et de volaille à la moitié du temps de cuisson afin qu'elles cuisent de façon uniforme de tous les côtés.
- Après la cuisson, couvrez le rôti d'une feuille d'aluminium et laissez-le reposer approx. 10 minutes (temps de repos). Pendant ce temps, la cuisson se poursuit et le liquide se répartit uniformément dans la viande. On perdra ainsi moins de jus de viande en découpant le rôti.

DÉCONGÉLATION ET CUISSON DES ALIMENTS

Le micro-ondes permet de décongeler et de cuire en une seule opération les plats surgelés. Le tableau à la page 52 comporte quelques exemples. Tenez également compte des remarques sur le "Réchauffage" et la "Décongélation" des aliments. Pour les plats cuisinés surgelés du commerce, respectez les indications de l'emballage qui comporte en général des temps de cuisson exacts et des conseils pour la cuisson au micro-ondes.

TABLEAUX



ABREVIATIONS UTILISEES

CC = cuillerée à café	kg = kilogramme	CS = cuillerée à soupe
g = gramme	l = litre	ml = millilitre
Mn = Minute	cm = centimètre	MG = matière grasse

TABLEAU : RECHAUFFAGE DE BOISSONS ET DE METS

Boissons/mets	Quant -g/ml-	Puissance -Niveau-	Temps -Mn-	Conseils de preparation
Café, 1 Tasse	150	100 P	app. 1	ne pas couvrir
Lait, 1 Tasse	150	100 P	app. 1	ne pas couvrir
Eau, 1 Tasse	150	100 P	1 1/2-2	ne pas couvrir, porter à ébullition
6 Tasses	900	100 P	10-12	ne pas couvrir, porter à ébullition
1 Terrine	1000	100 P	10-12	ne pas couvrir, porter à ébullition
Plat garni (Légumes, Viande et Garnitures)	400	100 P	3-6	arroser la sauce d'eau, couvrir, a remuer une fois
Potée	200	100 P	2-3	couvrir, remuer après le réchauffage
Consommé	200	100 P	2-2 1/2	couvrir, remuer après le réchauffage
Velouté	200	100 P	2-3	couvrir, remuer après le réchauffage
Légumes	200	100 P	2-3	ajouter éventuellement de l'eau, couvrir
	500	100 P	4-5	remuer à la moitié du temps de réchauffage
Garnitures	200	100 P	3-4	arroser un peu d'eau, couvrir,
	500	100 P	4-5	remuer une fois
Viande 1 Tranche*	200	100 P	3-4	couvrir, arroser d'un peu de sauce, couvrir
Filet de Poisson*	200	100 P	2-3	couvrir
2 Saucisses	180	70 P	app. 2	percer la peau en plusieurs endroits
Gâteau, 1 portion	100	50 P	1/2	poser sur une grille à gâteaux
Aliments pour bébés. 1 pot	190	50 P	app. 1	enlever le couvercle, bien remuer après le réchauffage et vérifier la température
Faire fondre de la margarine ou du beurre*	50	100 P	1/2-1	
Faire fondre du chocolat	100	50 P	2-3	remuer une fois
Dissoudre 6 feuilles de gélatine	10	50 P	1/2	faire tremper dans de l'eau, en extraire l'eau et mettre dans une tasse, remuer une fois
Gelée à tarte pour 1/4 de litre de liquide	10	50 P	5-6	mélanger avec du sucre et 250 ml de liquide, couvrir, bien remuer pendant et après le réchauffage

* température du réfrigérateur

TABLEAU: CUISSON DE VIANDES, DE POISSONS ET DE VOLAILLES

Viande et volaille	Quant -g-	Puissance -Niveau-	Temps -Mn-	Conseils de preparation	Temps de repos -Min-
Rôtis (p.ex. porc, veau, agneau)	500	100 P	8-10*	assaisonner, poser sur un plat à gratin,	10
		50 P	10-12	retourner après *	
	1000	100 P	20-22*		10
	50 P	10-12			
	1500	100 P	28-32*		10
		50 P	13-17		
Rosbif a la point	1000	100 P	9-11*	assaisonner, poser sur un plat à gratin,	10
		50 P	5-7	retourner après *	
Rôti viande hachée	1000	100 P	16-18	preparer la viande hachée à partir de hachis mélangés (moitié porc/moitié boeuf), la mettre dans un moule à gratin	10
Filet de poisson	200	100 P	3-4	assaisonner, poser sur un plat, couvrir	3
Poulet	1200	100 P	20-22	assaisonner, poser sur un plat à gratin, retourner à la moitié du temps de cuisson	3
Cuisses de poulet	200	100 P	3-4	assaisonner, poser sur un plat, couvrir	3



TABLEAUX

TABLEAU: DECONGELATION D'ALIMENTS

Aliments	Quant -g-	Puissance -Niveau-	Temps de cuisson -Mh-	Conseils de préparation	Temps de repos -Mh-
Viande à rôtir (p.ex. porc, boeuf, agneau, veau)	1500	10 P	58-64	poser sur un plat renversé, retourner à la moitié du temps de décongélation	30-90
	1000	10 P	42-48		30-90
	500	10 P	18-20		30-90
Steaks, escalopes, côtelettes, foie	200	10 P	7-8	retourner à la moitié du temps de décongélation	30
Goulasch	500	30 P	8-12	séparer et remuer à la moitié du temps de décongélation	10-15
Saucisses: 8 4	600	30 P	6-9	poser l'une à côté de l'autre,	5-10
	300	30 P	4-5	retourner à la moitié du temps de décongélation	5-10
Canard/dinde	1500	10 P	48-52	poser sur un plat renversé	30-90
				retourner à la moitié du temps de décongélation	
Poulet	1200	10 P	39-43	poser sur un plat renversé,	30-90
	1000	10 P	33-37	retourner à la moitié du temps de décongélation	
Cuisse de poulet	200	30 P	4-5	poser sur un plat renversé,	30-90
Poissons en tranches	800	30 P	9-12	retourner à la moitié du temps de décongélation	10-15
Filets de poisson	400	30 P	7-10	retourner à la moitié du temps de décongélation	5-10
Crabes	300	30 P	6-8	retourner à la moitié du temps de décongélation	30
2 petits pains	80	30 P	app. 1	retirer les morceaux décongelés	-
Tranches de pain	250	30 P	2-4	décongeler légèrement	-
Pain blanc, 1 miché	750	30 P	7-10	poser les tranches l'une à côté de l'autre, décongeler légèrement	5
Gâteau, 1 portion	100-150	10 P	2-5	retourner à la moitié du temps de décongélation (le coeur reste gelé)	30
Tarte à la crème, 1 portion		10 P	3-4	poser sur une grille	5
Tarte entière, 25 cm diam		10 P	20-24	poser sur une grille	10
Beurre	250	30 P	2-4	poser sur une grille	30-60
Fruits comme fraises, framboises, cerises, prunes	250	30 P	4-5	décongeler légèrement	15
				repartir uniformément, retourner à la moitié du temps de décongélation	5

TABLEAU: DECONGELATION ET CUISSON D'ALIMENTS

Aliments	Quant -g-	Puissance -Niveau-	Temps cuisson -Mn-	Addition d'eau -EL/ml-	Conseils de préparation	Temps de repos -Mn-
Filet de poisson	300	100 P	10-11	-	couvrir	1-2
1 truite	250	100 P	7-9	-	couvrir	-
Plat garni	400	100 P	8-9	-	couvrir, remuer à la moitié du temps	-
Epinard en branches	300	100 P	7-9	-	couvrir, remuer une ou deux fois	2
Brocoli	300	100 P	7-9	3-5EL	couvrir, remuer à la moitié du temps	2
Pois	300	100 P	7-9	3-5EL	couvrir, remuer à la moitié du temps	2
Chou-rave	300	100 P	7-9	3-5EL	couvrir, remuer à la moitié du temps	2
Macédoine de légumes	500	100 P	12-14	3-5EL	couvrir, remuer à la moitié du temps	2
Choux de Bruxelles	300	100 P	7-9	3-5EL	couvrir, remuer à la moitié du temps	2
Chou rouge	450	100 P	11-13	3-5EL	couvrir, remuer à la moitié du temps	2

TABLEAUX



TABLEAU : CUISSON DES LEGUMES FRAIS

Légumes	Quant -g-	Puissance -Niveau-	Temps -Cuiss-Mn-	Conseils de préparation	Addition d'eau EL/ml-
Epinards en branches	300	100 P	5-7	laver, bien égoutter, couvrir, remuer une ou deux fois	-
Chou-fleur	800	100 P	15-17	entier, couvrir, mettre en morceaux	5-6 CS
	500	100 P	10-12	remuer une fois	4-5 CS
Brocoli	500	100 P	10-12	couper en lamelles, couvrir, remuer une fois	4-5 CS
Champignons	500	100 P	8-10	couvrir, remuer une fois	-
Chou chinois	300	100 P	9-11	couper en quatre, couvrir, remuer une fois	4-5 CS
Pois	500	100 P	9-11	entiers, envelopper dans un film de plastique pour micro-ondes	4-5 CS
Fenouil	500	100 P	9-11	couper en morceaux, couvrir, remuer une fois	4-5 CS
Oignons	250	100 P	5-7	couper en dés, couvrir, remuer une fois	-
Kohlrabi	500	100 P	10-12	couper en dés, couvrir, remuer une fois	50ml
Carottes	500	100 P	10-12	couvrir, remuer une fois	4-5 CS
	300	100 P	7-9		2-3 CS
Poivron	500	100 P	9-11	couper en rondelles, couvrir, remuer une fois	4-5 CS
Pommes de terre	500	100 P	9-11	couper en lamelles, couvrir, remuer une fois, en robe de champs	4-5 CS
Poireau	500	100 P	9-11	couper en rondelles, couvrir, remuer une fois	4-5 CS
Chou rouge	500	100 P	10-12	têtes entières, couvrir, remuer une ou deux fois	50 ml
chou de Bruxelles	500	100 P	9-11	couvrir, remuer une fois	50ml
Pommes de terre	500	100 P	9-11	couper en morceaux de taille égale, saler légèrement, couvrir, remuer une fois	150 ml
Céleri	500	100 P	9-11	couper en petits dés, couvrir, remuer une fois	50 ml
Chou blanc	500	100 P	10-12	couper en lamelles, couvrir, remuer une fois	50 ml
Courgette	500	100 P	9-11	couper en rondelles, couvrir, remuer une fois	4-5 CS

FRANÇAIS

RECETTES



ADAPTATION DE RECETTES CONVENTIONNELLES A LA CUISSON AUX MICRO-ONDES

Si vous voulez préparer vos recettes favorites avec le micro-ondes, vous devez respecter les conseils suivants: réduisez les temps de cuisson d'un tiers à la moitié. Suivez les indications des recettes de ce recueil ;

les aliments à forte teneur en liquide comme la viande, le poisson, les volailles, les légumes, les fruits, les potées et les soupes peuvent être cuits facilement au micro-ondes. Il faut humecter la surface des aliments à faible teneur en humidité comme par exemple les plats cuisinés ;

pour les aliments crus qui doivent être cuits à l'étuvée, réduisez l'addition de liquide aux deux tiers de la quantité indiquée dans la recette originale. Le cas échéant, rajoutez du liquide pendant la cuisson ;

On peut considérablement réduire l'addition de graisse. Une faible quantité de beurre, de margarine ou d'huile suffit à donner du goût aux mets. Le micro-ondes est donc idéal pour cuire des plats à faible teneur en matières grasses, par exemple dans le cadre d'un régime.

LA PREPARATION DES RECETTES

- Toutes les recettes de ce recueil sont, à défaut d'indication contraire, prévues pour quatre personnes.
- Vous trouverez au début de chaque recette des recommandations sur la vaisselle à utiliser et sur le temps de cuisson total.
- A défaut d'indication contraire, les quantités indiquées sont celles des aliments nettoyés et prêts à cuisiner.
- Les œufs utilisés pour les recettes ont un poids de 55 g (calibre M).



RECETTES

Allemagne

TOAST AU CAMEMBERT

Temps de cuisson total : app. 1 - 2 minutes

Vaisselle : assiette plate

Ingédients

- 4 tranches de pain de mie (80 g)
- 2 CS de beurre ou de margarine (20 g)
- 150 g de camembert
- 4 CC de confiture d'airelles rouges (40 g)
- Poivre de Cayenne

1. Faire griller les tranches de pain et les beurrer.
2. Couper le camembert en tranches et poser les tranches sur le pain grillé.
Disposer la confiture d'airelles rouges au centre du fromage et saupoudrer les toasts de poivre de Cayenne.
3. Poser les toasts sur une assiette plate et les mettre au four.

1 - 2 Mn. 100 P

Conseil:

Vous pouvez varier à volonté la composition des toasts, en utilisant par exemple des champignons de Paris frais et du fromage râpé ou du jambon cuit, des asperges et de l'emmental.

Pays-Bas

SOUPE AUX CHAMPIGNONS DE PARIS

Champignonsoep

Temps de cuisson total : env. 13 - 17 minutes

Vaisselle : terrine à couvercle (2 litres)

Ingédients

- 200 g de champignons de Paris coupés en tranches
- 1 oignon (50 g) haché menu
- 300 ml de bouillon de viande
- 300 ml de crème
- 2¹/₂ CS de farine (25 g)
- 2¹/₂ CS de beurre ou de margarine (25 g)
- sel & poivre
- 1 jaune d'œuf
- 150 g de crème fraîche

1. Mettre les légumes et le bouillon de viande dans la terrine, couvrir et cuire.
8 - 9 Min. 100 P
2. Réduire tous les ingrédients en purée au mixer.
Ajouter la crème.
3. Pétrir la farine et le beurre et bien mélanger à la soupe la pâte ainsi obtenue. Saler, poiver, couvrir et cuire. Remuer à la fin du temps de cuisson.
4 - 6 Min. 100 P
4. Mélanger le jaune d'œuf et la crème fraîche, puis les mélanger peu à peu à la soupe. Réchauffer sans faire bouillir.
1 - 2 Min. 100 P
Après la cuisson, laisser reposer la soupe environ 5 minutes.



Suisse

EMINCE DE VEAU A LA ZURICHOISE

Züricher Geschnetzeltes

Temps de cuisson total : app. 12 - 16 minutes

Vaisselle: 1 terrine à couvercle (2 litres)

Ingrédients

- 600 g de filet de veau
- 1 CS de beurre ou de margarine
- 1 oignon (50 g) haché menu
- 100 ml de vin blanc
- Liant à sauce, foncé, pour app. 1/2 l de sauce
- 300 ml de crème
- sel & poivre
- 1 CS de persil haché

France

FILETS DE SOLE

2 Portions

Temps de cuisson total: 11 - 14 minutes

Vaisselle: 1 plat à gratin avec couvercle (app. 26cm)

Ingrédients

- 400 g de filets de sole
- 1 citron non traité
- 2 tomates (150 g)
- 1 CC de beurre/margarine pour graisser le plat
- 1 CS d'huile végétale
- 1 CS de persil haché
- sel & poivre
- 4 CS de vin blanc (30 ml)
- 2 CS de beurre ou de margarine (20 g)

Grèce

AGNEAU BRAISE AUX HARICOTS VERTS

Kréas mé fasólia

Temps de cuisson total : app. 20 - 24 minutes

Vaisselle : terrine à couvercle (2 litre)

Ingrédients

- 1-2 tomates (100 g)
- 400 g de viande d'agneau désossé
- 1 CC de beurre/margarine pour graisser la terrine
- 1 oignon (50 g) haché menu
- 1 gousse d'ail broyée
- sel & poivre
- sucre
- 250 g de haricots verts en conserve

1. Couper le fillet en bandes de l'épaisseur d'un doigt.
2. Enduire uniformément la terrine de beurre. Mettre l'oignon et la viande dans la terrine, couvrir et cuire. Remuer une fois pendant la cuisson.
7 - 10 Mn. 100 P
3. Ajouter le vin blanc, le liant à sauce et la crème, remuer, couvrir et continuer la cuisson. Remuer une fois pendant la cuisson.
5 - 6 Mn. 100 P
4. Goûter l'émincé, remuer encore une fois et laisser reposer approximativement 5 minutes. Le garnir de persil.

1. Laver et sécher les filets de sole. Enlever les arêtes.
2. Couper le citron et les tomates en tranches fines.
3. Beurrer le plat, y disposer les filets et les arroser d'huile végétale.
4. Saupoudrer le poisson de persil, y disposer les tranches de tomates, saler et poivrer. Recouvrir les tomates avec les tranches de citron et arroser de vin blanc.
5. Parsemer les rondelles de citron de petites noisettes de beurre, couvrir et cuire.
11 - 14 Mn. 100 P

1. Peler les tomates, enlever la partie dure et les réduire en purée au mixer.
2. Couper la viande d'agneau en gros dés. Beurrer la terrine, y mettre la viande, l'oignon et la gousse d'ail, épicer, couvrir et cuire.
9 - 11 Mn. 100 P
3. Ajouter les haricots et la purée de tomates à la viande, couvrir et continuer la cuisson.
11 - 13 Mn. 70 P

Conseil:

Si vous utilisez des haricots frais, il faut les précuire.



RECETTES

Italie

LASAGNE AU FORNO

Temps de cuisson total : app. 22 - 27 minutes

Vaisselle : 1 terrine à couvercle (2 litres)

1 plat à gratin carré avec couvercle (app. 20 x 20 x 6 cm)

Ingrédients

- 300 g de tomates en conserve
- 50 g de jambon cru coupé en petits dés
- 1 oignon (50 g) haché menu
- 1 gousse d'ail broyée
- 250 g de viande de bœuf hachée
- 2 CS de concentré de tomates (30 g)
sel, poivre, origan, thym, basilic
- 150 ml de crème fraîche
- 100 ml de lait
- 50 g de parmesan râpé
- 1 CC d'herbes variées hachées
- 1 CC d'huile d'olive
sel & poivre
noix de muscade
- 1 CC d'huile végétale pour graisser le plat
- 125 g de lasagnes vertes
- 1 CC de parmesan râpé
- 1 CC de beurre ou de margarine

1. Couper les tomates en tranches, les mélanger avec le jambon, l'oignon, l'ail, la viande de bœuf hachée et le concentré de tomates, assaisonner, couvrir et cuire à l'étuvée.
7 - 9 Mn. 100 P
 2. Mélanger la crème fraîche, le lait, le parmesan, les herbes et l'huile et assaisonner.
 3. Graisser le plat à gratin et disposer au fond un tiers des lasagnes avec la moitié du hachis et y verser un peu de sauce. Couvrir avec le second tiers des pâtes puis le hachis, un peu de sauce puis le reste des pâtes. Pour terminer, napper abondamment les pâtes de sauce et saupoudrer de parmesan. Répartir le beurre en petites noisettes, couvrir et cuire.
15 - 18 Mn. 70 P
- Après la cuisson, laisser les lasagnes reposer de 5 à 10 minutes.

France

RATATOUILLE SPECIALE

Temps de cuisson total : app. 19 - 21 minutes

Vaisselle : terrine à couvercle (2 litre)

Ingrédients

- 5 CS d'huile d'olive (50 ml)
- 1 gousse d'ail broyée
- 1 oignon (50 g) coupé en rondelles
- 1 petite aubergine (250 g), coupée en gros dés
- 1 courgette (200 g), coupée en gros dés
- 1 poivron (200 g), coupés en gros dés
- 1 tubercule de fenouil (75 g), coupés en gros dés
- poivre
- 1 bouquet garni
- 1 boîte de cœurs d'artichaut (200 g)
sel
poivre

1. Mettre l'huile d'olive et la gousse d'ail dans la terrine. Ajouter les légumes à l'exception des cœurs d'artichaut, poivrer. Ajouter le bouquet garni, couvrir et cuire en remuant de temps en temps.
19 - 21 Mn. 100 P
- Cinq minutes avant la fin de la cuisson, ajouter les cœurs d'artichaut et réchauffer.
2. Saler et poivrer. Retirer le bouquet garni avant de servir. Après la cuisson laisser la ratatouille reposer approximativement 2 minutes.
- Conseils:**
Servir la ratatouille chaude avec des plats de viande. Froide, c'est un excellent hors-d'œuvre. Un bouquet garni est composé de:
une racine de persil
légumes à potage
une branche de livèche
une branche de thym et quelques feuilles de laurier



Espagne

POMMES DE TERRE FARCIES

Patatas rellenas

Temps de cuisson total : app. 12 - 16 minutes

Vaisselle : terrine à couvercle (2 litre)
assiette en porcelaine

Ingédients

4	pommes de terre de taille moyenne (400 g)
100 ml	d'eau
60 g	de jambon
1/2	oignon (25 g) haché menu
75-100 ml	de lait
2 CS	de parmesan râpé (20 g)
	sel
	poivre
2 CS	d'emmental râpé (20 g)

1. Mettre les pommes de terre dans la terrine, ajouter l'eau, couvrir et cuire en remuant à la moitié du temps du cuisson.

8 - 10 Mn. 100 P

Laisser les pommes de terre refroidir.

2. Couper les pommes de terre en deux dans le sens de la longueur et les évider avec précaution. Couper le jambon en dés très fins. Mélanger la chair des pommes de terre, le jambon, l'oignon, le lait et le parmesan jusqu'à obtention d'une farce homogène. Saler et poivrer.

3. Remplir les moitiés de pomme de terre avec la farce, les saupoudrer d'emmental, les disposer sur l'assiette et cuire.

4 - 6 Mn. 100 P

Après la cuisson, laisser les pommes de terre reposer approximativement 2 minutes.

FRANÇAIS

Danemark

GELEE DE FRUITS ROUGES A LA SAUCE A LA VANILLE

Rodgroed med vanilie sovs

Temps de cuisson total : app. 10 - 13 minutes

Vaisselle : 2 terrines à couvercle (2 litres)

Ingédients

150 g	de groseilles
150 g	de fraises
150 g	de framboises
250 ml	de vin blanc
100 g	de sucre
50 ml	de jus de citron
8	feuilles de gélatine
300 ml	de lait
	pulpe d'une 1/2 gousse de vanille
30 g	de sucre
15 g	de fécule

1. Laver les fruits, les équeuter et les sécher. En garder quelques-uns pour la décoration. Réduire le reste des fruits en purée avec le vin blanc, les verser dans la terrine, couvrir et réchauffer.

7 - 9 Mn. 100 P

Incorporer le sucre et le jus de citron.

2. Faire tremper la gélatine approximativement 10 minutes dans l'eau puis l'en retirer et extraire l'eau. Mélanger la gélatine à la purée de fruits chaude jusqu'à ce qu'elle soit dissoute. Mettre la gelée au réfrigérateur jusqu'à ce qu'elle soit ferme.

3. Verser le lait dans une terrine. Ouvrir la gousse de vanille et en gratter la pulpe. Mélanger la pulpe de la vanille, le sucre et la fécule au lait, couvrir et cuire. Remuer de temps en temps et après la cuisson.

3 - 4 Mn. 100 P

4. Démouler la gelée sur un plat et la garnir avec les fruits entiers. la servir avec la sauce à la vanille.

Conseil:

Vous pouvez également utiliser des fruits décongelés.

· SERVICE NIEDERLASSUNGEN · ADDRESSES D'ENTRETIEN · ONDERHOUDSADRESSEN · DIRECCIONES DE SERVICIO · INDIRIZZI DI SERVIZIO ·

ÖSTERREICH

Bei einer Reklamation Ihrer SHARP Mikrowelle wenden Sie sich bitte an Ihren Fachhändler oder an eine der nachfolgend aufgeführten SHARP SERVICE Niederlassungen.

Manfred Mayer GmbH, Stipckgasse 6, 1234 Wien, Phone: 01-6093120, Fax: 01-6993629 / **MCL-Service 'GmbH**, Deutschstr. 19, 1232 Wien, Phone: 01-6168800, Fax: 01-6168800-15 / **Karl Rother**, Simmeringer Hauptstr. 11, 1110 Wien, Phone: 01-7498432, Fax: 01-7498432-12 / **Roland Göschl**, Bayerhamerstr. 12c, 5020 Salzburg, Phone: 662-882307, Fax: 662-881926 / **Franz Schuhmann**, Gablonzerweg 18, 4030 Linz, Phone: 732-382280, Fax: 732-382280-8 / **Arnold Moser**, An der Heufurt 28, 6900 Bregenz, Phone: 5574-75777, Fax: 5574-75777 / **Anton Reitmeir**, Leopoldstr. 57, 6020 Innsbruck, Phone: 512-562277, Fax: 512-562277 / **Scheuermann**, Rennsteinerstr. 8, 9500 Villach, Phone: 4242-21174, Fax: 4242-21174 / **Pichler**, Am Wagrain 342, 8055 Graz, Phone: 316-291292, Fax: 316-291292 / **Audio Video Service**, Sonnengasse 13, 9020 Klagenfurt, Phone: 463-43114, Fax: 463-43113

BELGIUM

En cas d'une réclamation concernant une four a micro-onde SHARP, nous vous prions de vous adresser à votre spécialiste ou à une adresse des SHARP Services suivantes.

Indien uw magnetron problemen geeft kunt u zich wenden tot uw dealer of een van de onderstaande Sharp service centra.

AVTC, Kleine Winkellaan 54, 1853 Strombeek-Bever, Phone: 02/2674019, Fax: 2679670,
ETS HENROTTE, Rue Du Campinaire 154, 6240 Farciennes, Phone: 071/396290, Fax: 391237
Nouvelle Central Radio (N.G.R) Rue des Joncs 15 L-1818 HOWALD Phone: 00352404078, Fax. 2402085

NEDERLAND

Indien uw magnetron problemen geeft kunt u zich wenden tot uw dealer of naar onderstaand Sharp Service Centrum.

SHARP ELECTRONICS BENELUX BV, - Helpdesk -, Postbus 900, 3990 DW Houten, Telefoon: 09-007427728, Fax: 030-6359621

DEUTSCHLAND

Bei einer Reklamation Ihrer SHARP Mikrowelle wenden Sie sich bitte an Ihren Fachhändler oder an eine der nachfolgend aufgeführten SHARP SERVICE Niederlassungen.

03048 Groß Garglow, Cottbuser Str.129, Bernd Mindach, Tel.: 0355-539987, Fax.: 0355-5265685 / **04159 Leipzig**, Max-Liebermann-Straße 4 a, Rudi Franz, Tel: 0341-9112525, Fax: 0341-9112526 / **04600 Altenburg**, Gabelentzstraße 15 A, Mechanik Altenburg E.G., Tel: 03447-311102, Fax: 03447-315253 / **06217 Merseburg**, Gotthardstraße 30, Looke & May GmbH, Tel: 03461-214121, Fax: 03461-216891 / **06295 Eisleben**, Hallesche Straße 36, Hausger. Kundend. Eisleben, Tel: 03475-603079, Fax: 03475-747262 / **06618 Naumburg**, Wenzelstraße 15, Hausgeräte & Service GmbH, Tel: 03445-202016, Fax: 03445-202016 / **06844 Dessau**, Albrechtstraße 116-118, Dessau-Electric GmbH, Tel: 0340-261270, Fax: 0340-213332 / **07407 Rudolstadt**, Emil Hartmann Straße 2, Elektro Ernst Granowski, Tel: 03672-352123, Fax: 03672-357097 / **07545 Gera**, Amthorstraße 12, Ess Hardware Service GmbH, Tel: 0365-8820115, Fax: 0365-8820116 / **07973 Greiz**, Reichenbacher Straße 44 d, Elektro Riederer Haushaltgeräte, Tel: 03661-3148, Fax: 03661-430142 / **08280 Aue**, Bahnhofstraße 21, EHS Elektro-Hausgeräte SVC GmbH, Tel: 03771-552222, Fax: 03771-552255 / **08523 Plauen**, Weststraße 63, Elektrotechnik Plauen GmbH, Tel: 03741-2120, Fax: 03741-212259 / **09221 Neukirchen**, Hauptstraße 74, Walther Elektro, Tel: 0371-217096, Fax: 0371-217090 / **09246 Pleiße**, Zeppelinstraße 8 a, Hans Krempel Haustechnik GmbH, Tel: 03722-73780, Fax: 03722-737822 / **09328 Lunzenau**, Schulstraße 6, Peter Welsch GmbH, Tel: 037383-6434, Fax: 037383-6448 / **09376 Oelsnitz**, Bahnhofstraße 43, Elektrotechnik Oelsnitz-GmbH, Tel: 037298-2677, Fax: 037298-2678 / **12157 Berlin**, Cranachstraße 2, Michael Kittler, Tel: 030-8551335, Fax: 030-8554835 / **18055 Rostock**, Timmermannstrat 5, Hetec, Tel: 0381-36231, Fax: 0381-36231 / **18435 Stralsund**, Kedingshäger Straße 78, RDS Haushaltgeräte GmbH, Tel: 03831-391426, Fax: 03831-390121 / **20357 Hamburg**, Schulterblatt 132, Dieter Möller, Tel: 040-435332, Fax: 040-4302120 / **20537 Hamburg**, Eiffestraße 398, Deubel+Höfermann Elektronic GmbH, Tel: 040-257227, Fax: 040-2500192 / **22459 Hamburg**, Seesrein 35, Dieter A. Vollbrecht VDI Klima und Kälte Service, Tel: 040 - 5517331, Fax: 040 - 5519996 / **23562 Lübeck**, Helmholtzstraße 12, Lutz H. Boenisch, Tel: 0451-51929, Fax: 0451-56787 / **24116 Kiel**, Eckernförder Straße 93, Jürgen Skop GmbH, Tel: 0431-13038, Fax: 0431-13811 / **24357 Fleckeby**, Südring 14, Kaack Elektro-Haushaltgeräte Service GmbH, Tel: 04354-700, Fax: 04354-1311 / **24975 Husby**, Flensburger Straße 41, Günter Josten, Tel: 04634-422, Fax: 04634-723 / **25770 Hemmingstedt**, Koesliner Straße 18, Dirk Stübner Dithmarscher Hausgeräte Service, Tel: 0481-64943, Fax: 0481-64764 / **26655 Westerstede**, Südring 37, Gerhard Ahrenholtz GmbH, Tel: 04488-84770, Fax: 04488-847711 / **27404 Heeslingen**, Kirchstraße 9-11, Helmut Willenbrock Elektro-Kälte-Radio, Tel: 04281-1031, Fax: 04281-6467 / **27478 Cuxhaven**, Am Kanal 5, Oskar Wieandt & Sohn OHG, Tel: 04724-81300, Fax: 04724-813050 / **28207 Bremen**, Neidenburger Straße 20, Hansa Haushaltsgeräte Service GmbH, Tel: 0421-492526, Fax: 0421-440932 / **29439 Lüchow**, Güldenboden 25, Elektro-Kittler, Tel: 05841-3322, Fax: 05841-3322 / **30926 Seelze**, Lange-Feld-Straße 122, Strickling Werkskundendienst, Tel: 0511-400399-9, Fax: 0511-40039920 / **34123 Kassel**, Heinrich-Hertz-Straße 9, KälteDienst v. Rappard, Tel: 0561-

• SERVICE NIEDERLASSUNGEN • ADDRESSES D'ENTRETIEN • ONDERHOUDSADRESSEN • DIRECCIONES DE SERVICIO • INDIRIZZI DI SERVIZIO •

5809545, Fax: 0561-5809570 / **34128 Kassel**, Ahnatalstraße 84, Elektro Mohrrhenne, Tel.: 0561-61727, Fax.: 0561-65470 / **35037 Marburg**, Wilhelmstraße 16, Hans-Georg Fuchs, Tel.: 06421-22424, Fax.: 06421-27549 / **35415 Pohlheim**, Ludwigstraße 13-15, Jung KDZ, Tel: 06403-61131, Fax.: 06403-62151 / **36088 Hünfeld**, Hauptstr. 22, Elektro Vogt, Tel: 06652-2215, Fax: 06652-5782 / **37671 Höxter**, Krämerstraße 8, Elektro Nonn, Tel: 05271-7959, Fax: 05271-35053 / **38444 Wolfsburg**, Brandgehaege 5 C, Gärtner Elektro-Haustechnik, Tel: 05308-4070, Fax: 05308-40740 / **39106 Magdeburg**, Ankerstr. 9, Industrie-Elektronik Magdeburg GmbH, Tel: 0391-5430402, Fax: 0391-5433520 / **40476 Düsseldorf**, Rather Straße 21, Horst Leven, Tel: 0211-486025, Fax: 0211-443399 / **41065 Mönchengladbach**, Gutenbergstraße 28, Horst Hommers Kundendienst-Center, Tel: 02161-603256u.57, Fax: 02161-651951 / **42781 Haan**, Talstraße 8 b, Horst Kerkühn Elektro-Haustechnik, Tel: 02129-4466+53550, Fax: 02129-34037 / **44357 Dortmund**, Freigrafenweg 23-29, Gehado Elektronik Service GmbH, Tel: 0231-9370000, Fax: 0231-93700078+44 / **44869 Bochum**, Ruhrstraße 181, ML Werks-Service GmbH, Tel: 02327-77899, Fax: 02327-74692 / **45219 Essen**, Corneliusstraße 39, R. Drengenburg, Tel: 02054-84114, Fax: 02054-15238 / **46045 Oberhausen**, Feldmannstraße 76, Dieter Kroppen, Tel: 0208-871711, Fax: 0208-876652 / **48165 Münster-Hiltrup**, Rohrkampstraße 23, Günter Pfeifer Großküchentechnik, Tel: 02501-3033, Fax: 02501-24277 / **49324 Melle**, Plettenberger Straße 50, H. U. Borgards GmbH, Tel: 05422-949740, Fax: 05422-9497-92 / **51598 Friesenhagen**, Mühlenhof 6, Hans Krempl Haustechnik GmbH, Tel: 02734-7377, Fax: 02734-40618 / **52146 Würselen**, De Gasperstraße 6+10, Hubert Hamacher, Tel: 02405-9600+9609, Fax: 02405-2704 / **53757 Sankt Augustin**, Kölnstraße 4, HDL Elektro-Kundendienst GmbH, Tel: 02241-920330, Fax: 02241-920334 / **55130 Mainz**, Nur telefonische Annahmestelle, Norbert Schwamb GmbH, Tel: 06131-881070 / **55543 Bad Kreuznach**, Industriestraße, Hans Krempl Haustechnik GmbH, Tel: 0671-794331, Fax: 0671-794369 / **56070 Koblenz**, August-Horch-Straße 14, Hans Krempl Haustechnik GmbH, Tel: 0261-8909173, Fax: 0261-8909199 / **57080 Siegen**, Gosenbacher Hütte 44, Hans Krempl Haustechnik GmbH, Tel: 0271-354114, Fax: 0271-351408 / **58239 Schwerte**, Holzener Weg 79, HHKT Electronica 2000 Josef Schlütz GmbH, Tel: 02304-982100, Fax: 02304-86360 / **61381 Friedrichsdorf**, Bahnstraße 17 a, O. Hollmann, Tel: 06172-778276, Fax: 06172-75883 / **63739 Aschaffenburg**, Maximilianstraße 8, Radio-Fernseh Reis, Tel: 06021-15177, Fax: 06021-15199 / **65239 Hochheim**, Eltviller Straße 14, Norbert Schwamb GmbH, Tel: 06146-4085, Fax: 06146-4088 / **65627 Elbtal-Hangenmeilingen**, Am Ohlenrod 10, Rudi Wagner, Tel: 06436-3444, Fax: 06436-3444 / **65931 Frankfurt**, Nur telef. Annahmestelle, Norbert Schwamb GmbH, Tel: 069-371525 / **66117 Saarbrücken**, Zinzinger Straße 13, Hans Krempl Haustechnik GmbH, Tel: 0681-5008522, Fax: 0681-5008533 / **67434 Neustadt**, Saarlandstraße 55, Hans Krempl Haustechnik GmbH, Tel: 06321-83077, Fax: 06321-83077 / **68309 Mannheim**, Heppenheimerstraße 23, Hans Krempl Haustechnik GmbH, Tel: 0621-7184621, Fax: 0621-7184628 / **68526 Ladenburg**, Brauergasse 2, Salinger Elektro Service, Tel: 06203-3341, Fax: 06203-16919 / **70186 Stuttgart**, Klippeneck Straße 1, Elektro Herterich Techn. Kundendienst, Tel: 0711-4687023, Fax: 0711-4687024 / **75236 Kämpfelbach**, Goethestraße 19, Horst Frei, Tel: 07232-1518, Fax: 07232-5238 / **76185 Karlsruhe**, Lotzbeckstraße 9, Electronic Service Franke, Tel: 0721-5700720-23, Fax: 0721-5700736 / **76872 Winden**, Hauptstraße 103, Hans Krempl Haustechnik GmbH, Tel: 06349-8571, Fax: 06349-3390 / **78462 Konstanz**, Nur telef. Annahmestelle, Elektro Herterich, Tel: 07531-27923 / **78737 Fluorn-Winzeln**, Schafbaumstraße 9, Edmund Schneider, Tel: 07402-482, Fax: 07402-8014 / **79650 Schopfheim**, Feldbergstraße 21, R. Grossmann, Tel: 07622-7673, Fax: 07622-61900 / **80339 München**, Schwanthalerstraße 110, Kesel & Schnitt, Tel: 089-505802, Fax: 089-5021596 / **85095 Denkendorf-Zandt**, Michlstraße 3, Elektro Pfeiffer, Tel: 08466-1319, Fax: 08466-1319 / **85413 Hörgertshausen**, Schlosstraße 7, Elektro Radlmaier, Tel: 08764-9306-0, Fax: 08764-9306-30 / **86157 Augsburg**, Stadtberger Straße 67, J. Haslinger Elektro-Geräte Kundendienst, Tel: 0821-523125, Fax: 0821-526664 / **87439 Kempten**, Heiligkreuzer Straße 17, Radio Hartmann, Tel: 0831-594646, Fax: 0831-91319 / **89231 Neu-Ulm**, Gartenstraße 4, Elektrotechnik Schneider, Tel: 0731-85897, Fax: 0731-74681 / **91522 Ansbach**, Am Ring 17, Elektro Merk GmbH, Tel: 0981-89574, Fax: 0981-86715 / **93102 Pfatter**, Regensburger Straße 60, Franz Bernhard, Tel: 09481-90060, Fax: 09481-90061 / **94130 Oberzell**, Hameter Straße 31, Elektro Service Schurig, Tel: 08591-2400, Fax: 08591-1285 / **96052 Bamberg**, Aronstraße 2 a, Bernhard Jackl, Tel: 0951-9370245, Fax: 0951-9370247 / **97070 Würzburg**, Untere Johannitergasse 16, Radio Wels City Service GmbH, Tel: 0931-3557119, Fax: 0931-14151 / **97318 Kitzingen**, Herrnstraße 4-6, Hoffritz GmbH, Tel: 09321-4221/32021, Fax: 09321-32185 / **98724 Neuhaus**, Eisfelder Straße 32, DLC Haustechnik GmbH, Tel: 03679-79060, Fax: 03679-790620 / **99096 Erfurt**, Goethestraße 14, Ernst Grüsser, Tel: 0361-3465719, Fax: 0361-3465719 / **99734 Nordhausen**, Töpferstraße 10, Südharzer Dienstleistungs-Gesellschaft GmbH, Tel: 03631-983651, Fax: 03631-983654 / **99817 Eisenach**, Bahnhofstraße 17, Blitz Elektro-Elektronik GmbH, Tel: 03691-292930, Fax: 03691-292915

FRANCE

En cas de réclamation pour les fours micro-ondes SHARP, nous vous prions de vous adresser à votre spécialiste ou à l'une des stations techniques agréées SHARP suivantes :

A.A.V.I.: 1, Rue du Mont de Terre, 59818 Lesquin Cédex. Tél : 03 20 62 18 98 - Fax : 03 20 86 20 60.

Départements desservis : 02, 08, 59, 62, 80 / **ASYSTEC** : P.A. Charles de Gaulle, 4 rue des Artisans, 95190

Goussainville. Tél : 01 39 88 80 00 - Fax : 01 34 38 91 20. Départements desservis : 60, 77, 93, 95 / **ATELIER**

ROUSSEL : 12, Bld Flandre Dunkerque, 56100 Lorient. Tél : 02 97 83 07 41 - Fax: 02 97 87 02 36. Départements

desservis : 22,29,35,44,56 / **C.E.A.T.** : 9, Rue de Venise, 21000 Dijon. Tél : 03 80 66 15 57 - Fax: 03 80 67 12

36. Départements desservis : 10,21,25,39,52,58,71,89 / **C.M.T.S.** : 38, Rue des Ormeaux, 75020 Paris. Tél : 01

• SERVICE NIEDERLASSUNGEN • ADDRESSES D'ENTRETIEN • ONDERHOUDSADRESSEN • DIRECCIONES DE SERVICIO • INDIRIZZI DI SERVIZIO •

43 70 20 00 - Fax: 01 43 70 36 46. Départements desservis : 75,77,78,91,92,93,94,95 / **C.T.E.** : Zone Tilly - 116 rte de Thionville, 57140 Woippy. Tél : 03 87 30 14 14 - Fax: 03 87 30 85 07. Départements desservis : 51,54,55,57,88 / **ELEOMA** : 6 Bld Gueidon , 13013 Marseille. Tél : 04 91 06 22 56 - Fax : 04 91 06 22 90. Départements desservis : 13,26,30,34,43,48,83,84 / **ELECTRO SERVICE** : 21 rue de Mulhouse, BP 122, 68313 ILLZACH. Tél : 03 89 62 50 00 - Fax : 03 89 50 80 14. Départements desservis : 67,68,70,90 / **M.E.C.** : 118 Bld Tonnellé, 37020 Tours. Tél : 02 47 77 90 90 - Fax : 02 47 77 90 91. Départements desservis : 18,36,37,41,45,44,49,79,85,86 / **M.R.T.** : 74, Rue Albert Einstein , 72021 Le Mans Cedex. Tél : 02 43 28 52 20 - Fax: 02 43 24 93 81. Départements desservis : 28,53,61,72 / **ROSSIGNOL** : ZL du Brezet Est, 6 rue P. Boulanger,63100 Clermont Ferrand. Tél : 73 91 93 09, Fax:73 92 28 79. Départements desservis : 3, 15, 19, 23, 43, 63 / **SETELEC** : 23, Rue du Chatelet,76420 Bihorel les Rouen. Tél : 35 60 64 39 - Fax:35 59 93. 48. Départements desservis : 14,27,50,76 / **S.T.E.** : 3, Chemin de l'Industrie,06110 Le Cannet Rocheville. Tél : 93 46 05 00 - Fax: 93 46 51 18. Départements desservis : 04,06 / **S.T.V.S.** : 18, Rue Benoit Malon,42000 Saint Etienne. Tél : 77 32 74 57, Fax: 77 37 45 29. Départements desservis : 03,07,42,43,63 / **S.T.V.S.** : 10, Chemin Saint-Gobain ,69190 Saint Fons. Tél : 78 70 03 32 - Fax: 78 70 86 61. Départements desservis : 01,38,69,71,73,74 / **TECH SERVICE** : Batiment G-Impasse Boudeville ,31100 Toulouse. Tél : 61 44 98 45 - Fax: 62 14 16 13. Départements desservis : 09,11,31,32,33,40,47,64,65,66,81,82 / **TIMO VIDEO** : 29 rue Elisabeth,91330 Yerres. Tél : 69 48 04 80 - Fax: 69 83 36 10. Départements desservis :28, 45, 77, 89, 912, 94 / **U.N.T.D.** : 1, Rue des Lourdines, 76000 Rouen. Tél : 35 72 28 04 - Fax: 35 73 18 32. Départements desservis :14,27,50,76

ITALIA

NEL CASO SI VERIFICASSERO PROBLEMI ALLA VOSTRA APPARECCHIATURA POTRETE RIVOLGERVI PRESSO UN NOSTRO CENTRO DI ASSISTENZA AUTORIZZATO SHARP

Microcentro, Via Falloppio 11, 20100 Milano, Phone: 02-26827306 / **Rota G.**, Via Martinella 65, 24020 Torre Boldone (BG), Phone: 035-344492 / **ServiceTVA**, Via Vergnano 59, 25127 Brescia, Phone: 011-2296000, Fax: 011253921 / **Tre Esse**, Via M. Coppino 96/e, 10147 Torino, Phone: 011-2296000, Fax: 011-253921 / **Video Service s.n.c.**, Via Giordano 52/54, 16100 Genova, Phone: 010-6043580 / **Tecnoservice s.n.c.**, Via San Vigilio 64/b-c-d, 39100 Bolzano, Phone: 0471-289062 / **Campi**, Via Noalese 87, 31100 Treviso, Phone: 0422-436245, Fax: 0422-435996 / **Video Service**, Via Vitruvio 11, 37100 Verona, Phone: 045-566299, Fax: 045-573865 / **Video Hi-fi**, Via Longhi 16 a/b, 40128 Bologna, Phone: 051-360986, Fax: 051-366863 / **Aerre Digit**, Via Marbellini 10/12, 50127 Firenze, Phone: 055-410874, Fax: 055-411490 / **Saec di Coppa**, Via Rinchiostra Nord 34, 54100 Massa, Phone: 0585-251724, Fax: 0585-791177 / **Tecnoconsult**, Via Mad. Alta 185, 06100Perugia, Phone: 075-5003089 / **Digitecnica s.n.c.**, Via Zuccarini 1- Zona Baraccola, 60131 Candia (AN) Phone :071-2866067 / **S.A.R.E. s.r.l.**, Via Barbana 35/37, 00142 Roma, Phone 06-5406796 / **Tecno Labs**, Via Naz. Delle Puglie 294, 80026 Casoria (NA), Phone: 081-5845923 / **Marcantonio**, Via G.M.Giovene 45, 70124 Bari, Phone: 080-5618029 / **Audio Video**, Via A. de Gasperi 44, 88018 Vibo Valentia , Phone: 0963-45571/2 / **A.V.S.**, Via Sassari2/c, 95100 Catania, Phone: 095-446696, Fax: 095-434337 / **AS. TEC.**, Via R. Villasanta 227, 09100 Cagliari, Phone: 070-524153, Fax: 070-504109

ESPANA

En caso de una reclamación con vuestra SHARP Microwave, preguntan por favor la casa dónde han comprado su máquina o infórmanse en una de las SHARP Service casas siguientes.

MERINO NICOLAS JOSE A., - 945/ 25.18.92 - AV JUDIZMENDI 24, 01003 VITORIA-GASTEIZ, ALAVA / **TELE-COLOR** - 96/585.24.60, CL DEL VENT 9, 03500 BENIDORM, ALICANTE / **TELECOM ELECTRONICA** - 96/539.50.21, CL HERNAN CORTES 8, 03600 ELDA, ALICANTE / **EUROSAT, S.L.** - 96/525.80.40, CL MONTERO RIOS 33 03013 ALICANTE, ALICANTE / **ELECTRONICA GOMEZ** - 96/ 546.75.81, CL BALTASAR TRISTANY 100, 03201 ELCHE, ALICANTE / **ANGEL AVELLAN PUIG** - 965/ 21.32.55, CL POETA QUINTANA 13, 03004 ALICANTE, ALICANTE / **ELECTRONICA ELER** - 965/ 25.63.32, CL PINOSO 8, 03012 ALICANTE, ALICANTE / **INSAT, CB** - 971/ 36.53.18, CL PINTOR CALBO 30, 07703 MAHON, BALEARES (MENORCA) / **REPARACIONES ORTEGA** - 971/ 39.01.55, CL VIA PUNICA 33, 07800 IBIZA, BALEARES (IBIZA). / **AUDIO IMAGEN** - 971/ 31.46.59, CL JOSE RIQUEUR LLOBET 8, 07800 IBIZA, BALEARES (IBIZA) / **IRTESA ELECTRONICA** - 971/ 20.47.02, CL JAUME FERRAN 72 BJOS, 07004 PALMA DE MALLORCA, BALEARES (MALLORCA) / **INSTALACIONES MAES, S.L.** - 971/ 27.49.47, CL SON NADAL 63, 07008 PALMA DE MALLORCA, BALEARES (MALLORCA) / **ELECTRON. PONS GOMILA SA** - 971/ 37.22.76, CR NUEVA 162, 07730 ALAYOR, BALEARES (MENORCA) / **JOSE MARQUES ANGLADA,S.L.** - 971/ 38.54.54, CL LEPANTO 19, 07760 CIUDADELA, BALEARES (MENORCA) / **ANOIA ELECTROVISIO** - 93/ 805.11.90, AV BALMES 12, 08700 IGUALADA, BARCELONA / **AUDIO VISION** - 385.78.08, CL MARE DEU MONTSERRAT 22, 08922 STA.COLOMA, BARCELONA / **SAC-2, S.C.P.** - 331.77.54, CL RIERA BLANCA 113, 08028 BARCELONA, BARCELONA / **FERMO** - 465.22.00, AV MORERA 5, 08915 BADALONA, BARCELONA / **ELEC.SAFONT** - 821.30.03, CL GRAL. MANSO SOLA 31, 08600 BERGA, BARCELONA / **SERVINTERS, S.C.C.L.** - 389.44.60 - PZ CASAGEMES 20, 08911 BADALONA, BARCELONA / **TECNIK'S, S.C.P.** - 630.11.20, CL JOAN BARDINA 32, 08830 SANT BOI DE LL, BARCELONA / **CE. VA. SAT, S.C.** - 785.51.11, CR MATADEPERA 87, 08225 TERRASSA, BARCELONA / **LAUREA S.A.T.** - 889.02.48, CL GUILLERIES BIS 20, 08500 VIC, BARCELONA / **CE. VA. SAT, S.C.** - 710.76.13, PS RUBIO I ORS 105, 08203 SABADELL, BARCELONA / **VILLARET POLO RAMON** - 798.02.48, CL MOLI DE VENT 21, 08303 MATARO,

• SERVICE NIEDERLASSUNGEN • ADDRESSES D'ENTRETIEN • ONDERHOUDSADRESSEN • DIRECCIONES DE SERVICIO • INDIRIZZI DI SERVIZIO •

BARCELONA / **ESTARLICH PRADAS VICENTE** - 766.22.33, CL INDUSTRIA 131, 08370 CALELLA, BARCELONA / **VIDEOCOLOR** - 93/ 454.99.08, CL VILLARROEL 44, 08011 BARCELONA, BARCELONA / **ELDE** - 872.85.42, CL BRUCH 55, 08240 MANRESA, BARCELONA / **PULGAR I EDO S.L.** - 93/ 436.44.11, CL CASTILLEJOS 333, 08025 BARCELONA, BARCELONA / **ELECTRONICA MATEOS** - 849.28.77, CR DE CALDAS (BAJOS) 76, 08400 GRANOLLERS, BARCELONA / **ANTONIO ROBLES SANCHEZ** - 872.55.41, CL SANT BARTOMEU 42, 08240 MANRESA, BARCELONA / **TOP ELECTRONICA**, 890.35.91, CL MISSE RUFET 4 bjos, 08720 VILAFRANCA PENEDES, BARCELONA / **LA CLINICA DEL ELECTROD.**, 93/ 236.44.11, CL BALMES 160, 08008 BARCELONA, BARCELONA / **FIX SERVICIO TECNICO**, 675.59.02, CL SANT RAMON 3 L-2, 08190 SANT CUGAT VALLES, BARCELONA / **SONITEV ELECTRONICA, C.B.**, 815.74.44, CL AIGUA 143, 08800 VILANOVA I GELTRU, BARCELONA / **TOTVISIO ELECTRONICA S.L.**, 873.88.81, PJ FERRER 14, 08240 MANRESA, BARCELONA / **4 EN 1 REPARACIONES**, 430.97.2, CL TAQUIGRAFO MARTI 19, 08028 BARCELONA, BARCELONA / **MOVILFRIT S.A.**, 93/ 630.14.53, CL OSCA 11-C POL.SALINAS, 08830 SANT BOI DE LL., BARCELONA / **TELE-SERVEI BRUC S.L.**, 93/ 207.08.08, CL ROSSELLO 289, 08037 BARCELONA, BARCELONA / **SABE ELECTRONICA**, 964/ 21.52.65, CL JOAQUIN COSTA 46, 12004 CASTELLON, CASTELLON / **F.CARCELLER-F.CERVERA,C.B.**, 964/ 45.44.65, CL CARRERO 29, 12500 VINAROS, CASTELLON / **ASISTE, S.L.**, 964/ 21.57.69, AV DE VALENCIA NAVE 19, 12006 CASTELLON, CASTELLON / **TECHNOTRONIC**, 971/ 32.27.62, CL IBIZA 12, 07860 SAN FCO. JAVIER, FORMENTERA / **REPARACIONES PILSA S.C.**, 972/ 20.66.96, CL J. PASCUAL I PRATS 8, 17004 GERONA, GERONA / **SATEL**, 972/ 26.55.19, PS DE BARCELONA 12, 17800 OLOT, GIRONA / **SALLERAS PUIG JUAN**, 972/ 50.67.54, CL POU ARTESIA 4, 17600 FIGUERES, GIRONA / **RIERA DAVIU**, 972/ 50.32.64, CL TORRAS Y BAGES 19, 17600 FIGUERES, GIRONA / **LAVISON, C.B.**, 972/ 23.01.22, CL MONTSENY 35, 17005 GIRONA, GIRONA / **MONJE URE#A MANUEL**, 972/ 70.25.52, CL SANT QUINTI 33, 17534 RIBES DE FRESER, GIRONA / **ESTUDIOS 3, C.B.**, 943/ 45.37.97, PZ DE LOS ESTUDIOS 3, 20011 SAN SEBASTIAN, GUIPUZCOA / **NOMBRE1, TLFNO, CALLE, CIUDAD, PROVINCIA / TEKNIBAT ELECTRONICA**, 943/ 70.24.37, CL ZEZENBIDE 4, 20600 EIBAR, GUIPUZCOA / **REPARACIONES URRUTI S.L.**, 943/ 45.84.10, PS AINTZIETA 32, 20014 SAN SEBASTIAN, GUIPUZCOA / **TELESERVIC**, 974/ 31.34.44, CL ESTADILLA 6, 22300 BARBASTRO, HUESCA / **SERVIELECTRO**, 974/ 21.00.14, CL BALTASAR GRACIAN 5, 22002 HUESCA, HUESCA / **TELESONIC**, 974/ 36.32.97, CL TERUEL 6, 22700 JACA, HUESCA / **TELESERVICIO**, 974/ 22.01.39, CL TENERIAS 20, 22001 HUESCA, HUESCA / **SATEF**, 973/ 50.08.48, AV RAVAL DEL CARME 12, 25300 TARREGA, LERIDA / **IELSA, C.B.**, 973/ 24.71.27, CL TARRAGONA 40, 25005 LLEIDA, LLEIDA / **CRISTEL**, 973/ 27.08.26, CL VALLCALENT 32, 25006 LLEIDA, LLEIDA / **UNITEC**, 948/ 82.74.34, CL FUENTE CANONIGOS 5, 31500 TUDELA, NAVARRA / **TELSAN, C.B.**, 948/ 24.19.50, CL GAYARRE 1 BJOS., 31005 PAMPLONA, NAVARRA / **EURO TECNIC ELECTRONICA**, 977/ 32.24.89, CL LEPANTO 16-18, 43202 REUS, TARRAGONA / **ELECTRO SERVEI C.B.**, 977/ 51.04.42, PS MOREIRA 10, 43500 TORTOSA, TARRAGONA / **A.B.R. ELECTRONICA S.L.**, 977/ 50.21.20, CL CALDERON LA BARCA 3, 43520 ROQUETAS, TARRAGONA / **CURTO GAMUNDI S.R.C.**, 977/ 44.13.14, CL RIEROL CAPUTXINS 6, 43500 TORTOSA, TARRAGONA / **SELECCO S.L.**, 977/ 70.00.12, CL CALDERON DE LA BARCA 11, 43870 AMPOSTA, TARRAGONA / **ELECTRONICA S. TORRES**, 977/ 21.21.48, CL JOAN MIRO 4 ESC.D 1-2, 43005 TARRAGONA, TARRAGONA / **BUIRA TECNIC'S**, 977/ 66.04.37, CL SAN JAVIER 55, 43700 EL VENDRELL, TARRAGONA / **TECNO SERVEIS MORA**, 977/ 40.08.83, CL PAU PICASSO 1, 43740 MORA D'EBRE, TARRAGONA / **SERTECS, S.C.**, 977/ 22.18.51, CL CAPUTXINS (BAJOS) 22, 43001 TARRAGONA, TARRAGONA / **ELECTRONICA JOSEP**, 977/ 88.04.41, CTRA. IGUALADA 29 BJOS, 43420 STA. COLOMA QUERALT, TARRAGONA / **MARTORELL ALTES**, 977/ 75.32.41, CL ROSETA MAURI 10, 43205 REUS, TARRAGONA / **TELESERVICIO S.C.**, 978/ 87.08.10, CL ROMUALDO SOLER 4, 44600 ALCAÑIZ, TERUEL / **ELECTRONICA ALCAÑIZ S.L.**, 979/ 87.07.94, CL CARMEN 21, 44600 ALCAÑIZ, TERUEL / **SONOVISION, C.B.**, 978/ 60.11.74, CL ABADIA 5, 44001 TERUEL, TERUEL / **ELECTRONICA MONCHO**, 96/287.23.29, CL PARE PASCUAL CAT. 5, 46700 GANDIA, VALENCIA / **ENVISA ELECTRONIC, S.L.**, 96/241.24.87, CL GENERAL ESPARTERO 9, 46600 ALZIRA, VALENCIA / **ANTONIO MONLEON, S.L.**, 96/334.55.87, AV DE LA PLATA 91, 46006 VALENCIA, VALENCIA / **TECNO HOGAR**, 96/286.53.35, CL DOS DE MAYO 41, 46700 GANDIA, VALENCIA / **SERVICIOS ELECTRONICOS**, 96/340.20.34, CL DOCTOR OLORIZ 3, 46009 VALENCIA, VALENCIA / **ELECTRONICA LAS HERAS**, 96/ 238.11.14, CL JOSE IRANZO 6, 46870 ONTINYENT, VALENCIA / **NEGREDO MARTIN DANIEL**, 94/411.22.82, CL PADRE PERNET 8, 48004 BILBAO, VIZCAYA / **COLLANTES MARTIN ONOFRE**, 94/ 483.21.22, CL ORTUÑO DE ALANGO 7, 48920 PORTUGALETE, VIZCAYA / **ARGI GILTZ**, 94/ 443.77.93, CL AUTONOMIA 15, 48012 BILBAO, VIZCAYA / **SERVITELE**, 94/444.89.02, CL AUTONOMIA 24 Galerías, 48012 BILBAO, VIZCAYA / **CINCA MONTERDE ANTONIO**, 976/ 31.69.65, CL VIA UNIVERSITAT 52, 50010 ZARAGOZA, ZARAGOZA / **ARAGON TELEVIDEO, S.C.**, 976/ 32.97.12, CL BATALLA CLAVIJO 18, 50010 ZARAGOZA, ZARAGOZA / **TV VIDEO JIMENEZ, S.L.**, 967/ 34.04.43, CL JUAN XXIII 38, 02640 ALMANSA, ALBACETE / **JUMAN**, 967/ 22.40.78, CL EJERCITO 1, 02002 ALBACETE, ALBACETE / **TELEVIDEO**, 950/ 40.18.63, CL VELAZQUEZ 7 LOCALA, 04770 ADRA, ALMERIA / **SERVICIO TECNICO PONCE**, 950/ 45.67.53, UB MONTE ALMAGRO 10, 04610 CUEVAS DE ALMANZORA, ALMERIA / **SONIVITEL S.L.**, 950/ 22.97.55, CL POETA PACO AQUINO 51, 04005 ALMERIA, ALMERIA / **ELECTRONICA EDIMAR, S.A.**, 98/535.34.51, CL CANGAS DE ONIS 4, 33207 GIJON, ASTURIAS / **CAÑEDO S.T.**, 98/522.29.68, CL OTERO, S/N C. CIAL, 33008 OVIEDO, ASTURIAS / **ALVAREZ OLIVAR CASILDA**, 98/522.37.39, CL SAN JOSE 12, 33003 OVIEDO, ASTURIAS / **SANTIAGO VALDERREY**, 98/ 563.18.61, CL DR. VENANCIO MTEZ. 7, 33710 NAVIA, ASTURIAS / **ASTUSETEL S.L.**, 98/539.10.11, CL CEA BERMUDEZ 9, 33208 GIJON, ASTURIAS / **ASTURSERVICE**, 98/556.83.87, CL

· SERVICE NIEDERLASSUNGEN · ADDRESSES D'ENTRETIEN · ONDERHOUDSADRESSEN · DIRECCIONES DE SERVICIO · INDIRIZZI DI SERVIZIO ·

SANCHEZ CALVO 6 bjos., 33401 AVILES, ASTURIAS / **JUAN MORILLON DEL CORRO**, 98/567.40.24, AV DE GIJON 19, 33930 LA FELGUERA/LANGREO, ASTURIAS / **S.A.T. JUAN-MANUEL**, 98/ 581.22.48, CL URIA 60, 33800 CANGAS DE NARCEA, ASTURIAS / **DANIEL SERRANO LABRADO**, 920/ 37.15.16, CL JOSE GOCHICOA 16, 05400 ARENAS DE S.PEDRO, AVILA / **ELECTRONICA GREDOS**, 920/ 22.48.39, CL EDUARDO MARQUINA 24, 05001 AVILA, AVILA / **JIMENEZ ALMOHALLA**, 920/ 25.08.76, CL JACINTO BENAVENTE 1, 05001 AVILA, AVILA / **ELECTRONICA BOTE**, 924/ 22.17.40, PZ PORTUGAL 2, 06001 BADAJOZ, BADAJOZ / **MARCIAL LAGOA GONZALEZ**, 924/ 49.03.33, CL RAMON Y CAJAL 7, 06100 OLIVENZA, BADAJOZ / **C.F. VILANOVENSE C.B.**, 924/ 84.59.92, CL CAMINO MAGACELA 4 LOCAL-5, 06700 VILLANUEVA SERENA, BADAJOZ / **ELECTRONICA CENTENO S.L.**, 924/ 57.53.08, AV DEL ZAFRA 1, 06310 PUEBLA SANCHO PEREZ, BADAJOZ / **INDALECIO AMAYA SANCHEZ**, 924/ 66.47.01, CL CARRERAS 11, 06200 ALMENDRALEJO, BADAJOZ / **PATRICIO ELECTRONICA**, 924/ 33.04.13, CL REYES HUERTAS 7, 06800 MERIDA, BADAJOZ / **ELECTRONICA MAS**, 947/ 31.49.94, CL ALFONSO VI 6, 09200 MIRANDA DE EBRO, BURGOS / **SERVITEC BURGOS S.L.**, 947/ 22.41.68, CL LAVADEROS 7-9, 09007 BURGOS, BURGOS / **RUIZ GARCIA JOSE**, 927/ 22.48.86, CL ECUADOR 5-B, 10005 CACERES, CACERES / **ARSENIO SANCHEZ, C.B.**, 927/ 41.11.21, CL TORNACAS 9, 10600 PLASENCIA, CACERES / **ZABALA VAZQUEZ JOSE**, 927/ 57.06.13, CL DEL AGUA 39, 10460 LOSAR DE LA VERA, CACERES / **RADIO SANCHEZ C.B.**, 927/ 32.06.88, AV DE MIAJADAS S/N, 10200 TRUJILLO, CACERES / **ELECTRONICA JEDA**, CL PAGADOR 31, 11500 PTO. STA. MARIA, CADIZ / **SERVICIO TECNICO**, 956/ 87.07.05, CL DIVINA PASTORA E-1 L-4, 11402 JEREZ LA FRONTERA, CADIZ / **JOSE BORJA Y JOSE ARANA**, 956/ 66.60.53, CL SAN ANTONIO 31, 11201 ALGECIRAS, CADIZ / **VHIFITEL**, 956/ 46.25.01, CL FCO.FDEZ.ORDOIEZ 5, 11600 UBRIQUE, CADIZ / **GALAN SAT S.L.**, 956/ 20.14.17, CL CRUZ ROJA ESPAÑOLA 11, 11009 CADIZ, CADIZ / **GALAN SAT S.L.**, 956/ 83.35.35, CL FACTORIA MATAGORDA 52, 11500 PUERTO REAL, CADIZ / **ELECTRONICA SEYMA**, 942/ 23.69.19, CL DEL MONTE 69 C bjos, 39006 SANTANDER, CANTABRIA / **TELE-NUOVA**, 926/ 50.59.96, CL CAMPO 56, 13700 TOMELLOSO, CIUDAD REAL / **ELECTRONICA ARELLANO**, 926/ 54.78.95, CL LORENZO RIVAS 14, 13600 ALCAZAR DE SAN JUAN, CIUDAD REAL / **ELECTRONICA LARA**, 926/ 21.17.87, CL DE LA JARA 1, 13002 CIUDAD REAL, CIUDAD REAL / **MANUEL VAZQUEZ**, 926/ 42.09.93, CL ADUANA 3, 13500 PUERTOLLANO, CIUDAD REAL / **ELECTRODIAZ S.L.**, 926/ 32.23.24, CL BUENSUCESO 10, 13300 VALDEPEÑAS, CIUDAD REAL / **DUEÑAS CAJAS TEODORO**, 957/ 26.35.06, CL HERMANO JUAN FDEZ 15, 14014 CORDOBA, CORDOBA / **ELECTRONICA SALES**, 957/ 66.09.04, CL ANDALUCIA 11, 14920 AGUILAR FRONTERA, CORDOBA / **LAVISON ELECTRONICA S.L.**, 957/ 75.01.75, CM DE LA BARCA 3, 14010 CORDOBA, CORDOBA / **ANTONIO GONZALEZ**, 957/ 57.10.50, CL GRAL PRIMO RIVERA 61, 14200 PEÑARROYA, CORDOBA / **ELECTRONICA GARCIA**, 969/ 22.24.83, CL RAMON Y CAJAL 17, 16004 CUENCA, CUENCA / **GALLARDO ALONSO MIGUEL**, 958/ 67.64.81, CL CARMEN 104, 18510 BENALUA DE GUADIX, GRANADA / **VILCHEZ VILCHEZ RAFAEL**, 958/ 60.06.50, CL AMADEO VIVES 9, 18600 MOTRIL, GRANADA / **ELECTRONICA WENCESLAO**, 958/ 81.16.16, CL FONTIVEROS 42, 18008 GRANADA, GRANADA / **DIGIMAT ELECTRONICA**, 958/ 70-04-52, CL CASICAS 7, 18800 BAZA, GRANADA / **MEGATECNICA EXTREMERA**, 958/ 26.06.01, C/MOZART L2 Ed.Granate, 18004 GRANADA, GRANADA / **TECNICAS MARVI S.L.**, 949/ 23.27.63, PZ CAPITAN BOIXAREU 51, 19001 GUADALAJARA, GUADALAJARA / **ABRIL SANCHEZ VALENTIN**, 959/ 10.60.41, CL CADIZ 2, 21270 CALA, HUELVA / **TELESONID HUELVA, S.C.A.**, 959/ 24.38.60, CL FCO.VAZQUEZ LIMON 4, 21002 HUELVA, HUELVA / **ELECTRONICA SUR**, 959/ 47.11.51, CL M. LERDO DE TEJADA 9, 21400 AYAMONTE, HUELVA / **ELECTRO HIMEGA, S.A.**, 953/ 24.22.56, CL ADARVES BAJOS 4-C, 23001 JAEN, JAEN / **ELECTRONICA JUMAR**, 953/ 26.17.08, CL GOYA (LAS FLORES) 1, 23006 JAEN, JAEN / **ELECTRONICA GONZALEZ**, 953/ 50.33.82, CORREDERA SAN BARTOLOME 11, 23740 ANDUJAR, JAEN / **UNISERVIC ELECTRONICA**, 953/ 75.14.19, CL GOYA 1 BJS, 23400 UBEDA, JAEN / **NOMBRE1, TLFNO, CALLE, CIUDAD, PROVINCIA / ANUMA**, 953/ 69.70.41, CL PAREDON 24, 23700 LINARES, JAEN / **TALLERES INSTALUZ**, 981/ 26.80.26, CL JUAN FLOREZ 110, 15005 LA CORUÑA, LA CORUÑA / **GARCIA QUINTELA ARTURO**, 981/ 70.21.07, CL XOANE, 15100 CARBALLO, LA CORUÑA / **MANUEL MATO SEÑARIS**, 981/ 53.71.14, CL SILVOUTA-PEDRA DA, 15896 SANTIAGO COMPOSTELA, LA CORUÑA / **ZENER ELECTRONICA**, 981/ 22.07.00, CL RONDA DE MONTE ALTO 15, 15002 LA CORUÑA, LA CORUÑA / **S.T. MENDEZ**, 981/ 27.52.52, CL GIL VICENTE 13, 15011 LA CORUÑA, LA CORUÑA / **ELECTRONICA CASTILLA**, 981/ 32.14.09, CR CASTILLA 377-bis bjos, 15404 FERROL, LA CORUÑA / **BANDIN AUDIO**, 981/ 86.60.23, CL RUA ARCOS MOLDES 2 B-3, 15920 RIANXO, LA CORUÑA / **ELECTRONICA TORRES, S.C.**, 941/ 24.76.15, AV NAVARRA 14, 26001 LOGROÑO, LA RIOJA / **TOP SERVICE**, 941/ 13.50.35, CL ACHUTEGUI DE BLAS 17, 26500 CALAHORRA, LA RIOJA / **AGUADO GIL ROBERTO**, 941/ 25.25.53, AV VIANA 10, 26001 LOGROÑO, LA RIOJA / **TELSON**, 987/ 21.25.18, CL BATALLA CLAVIJO 2, 24006 LEON, LEON / **SALVADOR RODRIGUEZ, C.B.**, 987/ 40.36.02, CL ORTEGA Y GASSET 24, 24400 PONFERRADA, LEON / **PROSAT**, 987/ 20.34.10, PZ DOCE MARTIRES 5, 24004 LEON, LEON / **ELECTRONICA FOUCES**, 982/ 40.24.38, CL BENITO VICETTO 34, 27400 MONFORTE DE LEMOS, LUGO / **TELEVEXO S.L.**, 982/ 58.18.57, CL NOSA SRA. do CARMEN 82, 27880 BURELA, LUGO / **ELECTRONICA PENELO**, 982/ 21.47.43, CL SERRA GA#IDOIRA 63, 27004 LUGO, LUGO / **GOMESCAN**, 91/305.48.90, PZ DEL JUBILADO 8, 28042 BARAJAS-MADRID, MADRID / **ELECTRONICA GARMAN, C.B.**, 91/368.01.79, CL MANDARINA 15, 28027 MADRID, MADRID / **ELECTRONICA ANSAR**, 91/ 460.47.45, CL TOMASA RUIZ 4, 28019 MADRID, MADRID / **TEC-NORTE**, 91/851.63.47, CL SANTIAGO APOSTOL 12, 28400 COLLADO VILLALBA, MADRID / **VARIOSAT, S.L.**, 91/662.04.68, CL ISLA DE CORCEGA 24, 28100 ALCOBENDAS, MADRID / **ELBESERVI, S.A.**, 91/386.27.11, CL DR.R. CASTROVIEJO 19, 28029 MADRID,

• SERVICE NIEDERLASSUNGEN • ADDRESSES D'ENTRETIEN • ONDERHOUDSADRESSEN • DIRECCIONES DE SERVICIO • INDIRIZZI DI SERVIZIO •

MADRID / **ALCALA SERVITEC C.B.**, 91/889.00.32, CL SANTA URSULA 5, 28801 ALCALA DE HENARES, MADRID / **GARMAN C.B.**, CL CARLOS SOLE 38 local, 28038 MADRID, MADRID / **AVILES SANCHEZ ANTONIO**, 952/36.16.02, CL CIUDAD DE ANDUJAR 2, 29006 MALAGA, MALAGA / **VIDEO TALLER, S.C.**, 952/54.23.95, EDIF. LA NORIA B BJOS-5, 29740 TORRE DEL MAR, MALAGA / **SERVISUEL, EDIF. LA UNION**, 952/46.90.28, CM DE LAS CA#ADAS LC 2, 29640 FUENGIROLA, MALAGA / **BISER, S.L.**, 952/25.55.53, CL LOZANO DE TORRES 8, 29013 MALAGA, MALAGA / **ELECTRO RONDA**, 952/87.59.99, CL SANTA CECILIA 11, 29400 RONDA, MALAGA / **DIEGO LOPEZ JODAR**, 95/280.12.23, PZ DEL RELOJ 13, 29680 ESTEPONA, MALAGA / **CARO PORLAN RAIMUNDO**, 968/46.18.11, CL JOSE MOULIAA 45, 30800 LORCA, MURCIA / **REG., C.B.**, 968/51.00.06, CL ANTONIO OLIVER 17, 30204 CARTAGENA, MURCIA / **ELECTROSERVICIOS SEBA, C.B.**, 968/29.85.93, CL ISAAC ALBENIZ 4 BJOS, 30009 MURCIA, MURCIA / **VISATEL**, 968/24.16.47, CL TORRE ALVAREZ S/N, 30007 MURCIA, MURCIA / **ELECTRO SERVICIOS PLAZA**, 968/28.45.67, CL GOMEZ CORTINA 10, 30005 MURCIA, MURCIA / **RAFAEL GOMEZ YELO**, 968/26.14.67, PS CORBERA 17, 30002 MURCIA, MURCIA / **FERNANDEZ GONZALEZ JOSE**, 988/23.48.53, AV BUENOS AIRES 75 BJOS, 32004 ORENSE, ORENSE / **ELECTRONICA JAVIER**, 979/75.03.74, CL RAMIREZ 5, 34005 PALENCIA, PALENCIA / **CENTRAL DE SERVICIOS**, 986/37.47.45, CL ASTURIAS (BAJO) 10, 36206 VIGO, PONTEVEDRA / **MONTAJES SERVICIOS TECN.**, 986/84.16.36, CL LOUREIRO CRESPO 43, 36004 PONTEVEDRA, PONTEVEDRA / **SIAL-ALVIMO S.L.**, 986/29.93.01, C/ C.TORRECEDEIRA 92 bjos, 36202 VIGO, PONTEVEDRA / **ELECTRONICA CAMBADOS**, 986/50.83.27, CL CAMILO JOSE CELA 13, 36600 VILAGARCIA AROUSA, PONTEVEDRA / **ALMAT ELECTRONICA**, 923/22.45.08, CL GALILEO 21, 37004 SALAMANCA, SALAMANCA / **GUIJO S.T.**, 921/42.94.18, CL RAMON Y CAJAL 1, 40002 SEGOVIA, SEGOVIA / **AVITELSAT, S.A.**, 954/66.21.52, CL ESPINOSA Y CARCEL 31, 41005 SEVILLA, SEVILLA / **VANHCOLOR, S.L.**, 95/433.83.03, CL SAN JACINTO 96, 41010 SEVILLA, SEVILLA / **TELEPAL**, 95/464.95.80, CL JULIO VERNE 49, 41006 SEVILLA, SEVILLA / **AUVITEL, S.L.**, 95/427.57.07, CL VIRGEN DE AFRICA 20, 41011 SEVILLA, SEVILLA / **AUDIO COLOR**, 95/457.94.47, CL GOLGOTA 3 LOCALIZDA., 41003 SEVILLA, SEVILLA / **ELECTRO 93 S.L.**, 95/472.37.16, CL MELLIZA 1, 41700 DOS HERMANAS, SEVILLA / **TECO**, 975/22.61.25, CL ANTOLIN DE SORIA 10, 42003 SORIA, SORIA / **ELECTRONICA RIVAS**, 925/80.55.46, CL BARRIO SAN JUAN 1, 45600 TALAVERA LA REINA, TOLEDO / **ELECTRONICA FE-CAR, S.L.**, 925/21.21.45, AV SANTA BARBARA 30, 45006 TOLEDO, TOLEDO / **ELECTRONICA JOPAL S.L.**, 925/25.04.42, AV SANTA BARBARA S/N, 45006 TOLEDO, TOLEDO / **ELECTRO ANAYA**, 925/48.09.81, CL VERTEDERA ALTA 14, 45700 CONSUEGRA, TOLEDO / **TELESERVICIOS**, 983/30.92.61, CL ESGUEVA 6, 47003 VALLADOLID, VALLADOLID / **ASIST. TECNICA MARCOS**, 983/29.78.66, CL PIO DEL RIO HORTEGA 2-4, 47014 VALLADOLID, VALLADOLID / **ELECTRONICA VITELSON**, 983/80.43.56, PZ DEL MERCADO 9, 47400 MEDINA DEL CAMPO, VALLADOLID / **R.T.V. BLANCO**, 980/51.14.41, CL EDUARDO JULIAN PEREZ 9, 49018 ZAMORA, ZAMORA

SWITZERLAND

FALCOMAT AG, Allmendstrasse 134, 4058 BASEL. Tel. 061601-1919. Fax. 061601-5755

SWEDEN

Vid förfrågningar angående din mikrovågsugn var vänlig kontakta din återförsäljare eller någon av Sharps representanter **Centralservice Umeå**, Formvägen 8, 90621 Umeå, Phone: 090-125001, Fax: 090-131135 / **MN Elektronikservice AB**, Flygplatsinfarten 10A, 161 11 Bromma, Phone: 08-6275900, Fax: 08-6275160 / **Jönköpings Antenn & TV Service**, Fridhemsvägen 20, 553 02 Jönköping, Phone: 036-161690, Fax: 036-160211 / **Ratronik Radio & TV Service**, Nordlandergatan 15, 931 32 Skellefteå, Phone: 0910-17305, Fax: 0910-16844 / **Tomi Elektronik AB**, Bäckvägen 90, 126 47 Hägersten, Phone: 08-186170, Fax: 08-186175 / **Tretronik**, Östermovägen 33, 854 62 Sundsvall, Phone: 060-155925, Fax: 060-173690 / **TV-Trim Service AB**, S:T Pauligatan 37, 416 60 Göteborg, Phone: 031-847200, Fax: 031-847500

NORWAY

Finn Clausen AS, Postbox 274, No-0511 Oslo, Phone: 47-22635000, Fax: 47-22646655
Norsk Elektronik senter, Postbox 13, No-2007 Kjeller, Phone: +47-63804500, Fax: +47-63804501

ICELAND

Braedurnir Ormsson Ltd, PO box 8790, IS-128 Reykjavik, Phone: +354-5332800, Fax: +354-5332810
Hjólmaetkni Ehf, Skeifar, IS-108 Reykjavik, Phone: +354-5332150, Fax: +354-5332151

DENMARK

Sö Höyem AS, Büllowsvej 3, DK-1870 Fredriksberg C, Phone: 45-31224434, Fax: 45-31224127
Almstock Radio & Tv service, Sallingsvej 61, DK-2720 Vanløse, Phone: 45-38740021, Fax: 45-38740031

SUOMI

Oy Perkkö, PL 40 Rälssintie 6, SF-00721 Helsinki, Phone: +35-8947805000, Fax: +35-8947805480
Theho Video, Kuootaankatu 7, SF-00520 Helsinki, Phone: +35-891451500, Fax: +35-891461767

D

TECHNISCHE DATEN

D

Stromversorgung		: 230 V, 50 Hz, Einphasenstrom
Sicherung/Sicherungsautomat		: Mindestens 10 A
Leistungsaufnahme:	Mikrowelle	: 1,2 kW
Leistungsabgabe:	Mikrowelle	: 800 W (IEC 60705)
Mikrowellenfrequenz		: 2450 MHz
Außenabmessungen		: 449 mm (B) x 282 mm (H) x 385 mm (T)
Garraumabmessungen		: 287 mm (B) x 220 mm (H) x 311 mm (T)
Garrauminhalt		: 20 Liter
Drehteller		: ø 272 mm
Gewicht		: 13 kg
Garraumlampe		: 25 W/240-250 V

Dieses Gerät entspricht den Anforderungen der EG-Richtlinien 89/336/EEC und 73/23/EEC mit Änderung 93/68/EEC.

DIE TECHNISCHEN DATEN KÖNNEN JEDERZEIT OHNE ANGABE VON GRÜNDEN GEÄNDERT WERDEN, UM DEM TECHNISCHEN FORTSCHRITT RECHNUNG ZU TRAGEN.

F

FICHE TECHNIQUE

F

Tension d'alimentation		: 230 V, 50 Hz, monophasé
Fusible/disjoncteur de protection		: 10 A minimum
Consommation électrique:	Micro-ondes	: 1,2 kW
Puissance:	Micro-ondes	: 800 W (IEC 60705)
Fréquence des micro-ondes		: 2450 MHz
Dimensions extérieures		: 449 mm (W) x 282 mm (H) x 385 mm (D)
Dimensions intérieures		: 287 mm (W) x 220 mm (H) x 311 mm (D)
Capacité		: 20 litres
Plateau tournant		: ø 272 mm
Poids		: 13 kg
Eclairage de four		: 25 W/240-250 V

Ce four est conforme aux exigences des Directives 89/336/EEC et 73/23/EEC révisées par 93/68/EEC.

LES SPECIFICATIONS PEUVENT ETRE CHANGEES SANS PREAVIS LORS D'AMELIORATIONS APPORTEES A L'APPAREIL.

NL

TECHNISCHE GEGEVENS

NL

Wisselstroom		: 230 V, 50 Hz, enkele fase
Zekering/circuitonderbreker		: Minimum 10 A
Stroombehoefte:	Magnetron	: 1,2 kW
Uitvoermogen	Magnetron	: 800 W (IEC 60705)
Magnetronfrequentie		: 2450 MHz
Afmetingen buitenkant		: 449 mm (B) x 282 mm (H) x 385 mm (D)
Afmetingen binnenkant		: 287 mm (B) x 220 mm (H) x 311 mm (D)
Ovencapaciteit		: 20 liter
Draaitafel		: ø 272 mm
Gewicht		: 13 kg
Ovenlampje		: 25 W/240-250 V

Deze magnetronoven voldoet aan de vereisten van Richtlijnen 89/336/EEC en 73/23/EEC zoals gewijzigd door 93/68/EEC.

DOOR CONTINUE VERBETERINGEN KUNNEN SPECIFICATIES ZONDER AANKONDIGING VERANDEREN.