



SHAR - 02347

MIKROVÅGSUGN MED ROTERANDE TALLRIK
MIKROBØLGEOVN MED ROTERENDE TALLERKEN
PYÖRIVÄLLÄALUSLAUTASELLA VARUSTETTU MIKROAALTOUUNI
MIKROBØLGEOVN MED ROTERENDE TALLERKEN
MIKROWELLENGERÄT MIT DREHTELLER

R-2V16(N) / R-2V16S(N) / R-2S56(N) / R-2S57(N)

MIKROVÅGSUGN MED GRILL
MIKROBØLGEOVN MED GRILL
GRILLI & MIKROAALTOUUNI
MIKROBØLGEOVN MED GRILL
MIKROWELLENGERÄT MIT GRILL

R-3G16(N) / R-3G17(N)

DANSK BRUGSANVISNING	SIDE DK - 1
NORSK BRUGSANVISNING	SIDE N - 1
SUOMI KÄYTTÖOHJE	SIVU F - 1
SVENSKA BRUGSANVISNING	SID S - 1
DEUTSCH BEDIENUNGSANLEITUNG	SEITE D - 1

750W (IEC 705)
R-3G16(N) / R-3G17(N)

700W (IEC 705)
R-2V16(N) / R-2V16S(N)
R-2S56(N) / R-2S57(N)

This equipment complies with the requirements of Directives 89/336/EEC and 73/23/EEC as amended by 93/68/EEC.

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

Ce matériel répond aux exigences contenues dans les directives 89/336/CEE et 73/23/CEE modifiées par la directive 93/68/CEE.

Dit apparaat voldoet aan de eisen van de richtlijnen 89/336/EEG en 73/23/EEG, gewijzigd door 93/68/EEG.

Dette udstyr overholder kravene i direktiv nr. 89/336/EEC og 73/23/EEC med tillæg nr. 93/68/EEC.

Quest' apparecchio è conforme ai requisiti delle direttive 89/336/EEC e 73/23/EEC, come emendata dalla direttiva 93/68/EEC.

Η εγκατάσταση αυτή ανταποκρίνεται στις απαιτήσεις των οδηγιών της Ευρωπαϊκής Ένωσης 89/336/EOK και 73/23/EOK, όπως οι κανονισμοί αυτοί συμπληρώθηκαν από την οδηγία 93/68/EOK.

Este equipamento obedece às exigências das directivas 89/336/CEE e 73/23/CEE, na sua versão corrigida pela directiva 93/68/CEE.

Este aparato satisface las exigencias de las Directivas 89/336/CEE y 73/23/CEE, modificadas por medio de la 93/68/CEE.

Denna utrustning uppfyller kraven enligt riktlinjerna 89/336/EEC och 73/23/EEC så som kompletteras av 93/68/EEC.

Dette produktet oppfyller betingelsene i direktivene 89/336/EEC og 73/23/EEC i endringen 93/68/EEC.

Tämä laite täyttää direktiivien 89/336/EEC ja 73/23/EEC vaatimukset, joita on muutettu direktiivillä 93/68/EEC.

DK

INDHOLD

VIGTIGE SIKKERHEDSINSTRUKTIONER	DK-1
OPSTILLING	DK-2
BETJENINGSVEJKEDNING	DK-2
MIKROBØLGE OPVARMNING	DK-3
KOGNING MED TIMER R-2V16(N) / R-2V16S(N)	DK-3
MADLAVNING MED MIKROBØLGE/ MADLAVNING MED GRILL R-3G16(N)/R-3G17(N)	DK-3
FØR BRUG R-2S56(N)/R-2S57(N)	DK-4

MANUEL INDSTILLING R-2S56(N)/R-2S57(N)	DK-4
AUTOMATIK PROGRAMMER R-2S56(N)/R-2S57(N) ...	DK-5
ANDRE BEKVEMME FUNKTIONER R-2S56(N)/R-2S57(N)	DK-5
AUTOMATIK SKJEMA R-2S56(N)/R-2S57(N)	DK-6
RENGØRING OG PLEJE	DK-9
FUNKTIONSKONTROL	DK-9
KÆRE KUNDE	DK-10

ADVARSEL

Det kan få alvorlige konsekvenser for Deres helbred, hvis denne vejledning i brugen og vedligeholdelsen af ovnen ikke følges, eller hvis der pilles ved ovnen, så det er muligt at anvende den med åben dør.

F

SISÄLTÖ

TÄRKEITÄ TURVALLISUUSOHJEITA	F-1
ASENNUSOHJEET	F-2
KÄYTTÖOHJEET	F-2
MIKROÄÄLTÖKÄYTTÖ	F-3
KYPSENNYS AJASTIMEN AVULLA R-2V16(N)/R-2V16S(N) ...	F-3
KYPSENTÄMINEN MIKROALLOILLA/ KYPSENTÄMINEN GRILLILLA R-3G16(N)/R-3G17(N)	F-3
ENNEN KÄYTTÖÄ R-2S56(N)/R-2S57(N)	F-4

KÄSIKÄYTTÖ R-2S56(N)/R-2S57(N)	F-4
AUTOMAATTIKÄYTTÖ R-2S56(N)/R-2S57(N)	F-5
MUITA HYÖDYLLISIÄ TIOMINTOJA R-2S56(N)/R-2S57(N)	F-5
AUTOMAATTIRUOKIEN KEITTO-OHJETAULUKKO R-2S56(N)/R-2S57(N)	F-6
PUHDISTUS JA HOITO	F-9
TOIMINNAN TARKASTUS	F-9
HYVÄ ASIAKAS	F-10

VAROITUS

Vaarannatterveytesi, jos jätät nämä käyttö- ja huolto-ohjeet huomatta tai jos muutat uunin rakennetta niin, että sitä voidaan käyttää oven ollessa auki.

N

INNHold

VIGTIGE SIKKERHETSHENVISNINGER	N-1
OPSTILLINGSANVISNINGER	N-2
BETJENINGSHENVISNINGER	N-2
MIKROBØLGE TILBEREDNING	N-3
KOKING MED TIDSURET R-2V16(N)/R-2V16S(N)	N-3
TILBEREDNING MED MIKROBØLGE/ TILBEREDNING MED GRILL R-3G16(N)/R-3G17(N)	N-3
FØR BRUK R-2S56(N)/R-2S57(N)	N-4

MANUELLER PROGRAMMER R-2S56(N)/R-2S57(N)	N-4
AUTOMATISKE PROGRAMMER R-2S56(N)/R-2S57(N) ...	N-5
ANDRE PRAKTISKE FUNKSJONER R-2S56(N)/R-2S57(N)	N-5
AUTOMATIKK SKJEMA R-2S56(N)/R-2S57(N)	N-6
RENGØRING OG PLEIE	N-9
FUNKSJONKONTROLL	N-9
KJÆRE KUNDE	N-10

ADVARSEL

Hvis disse anvisningene angående bruk og vedlikehold ikke følges, eller hvis det klusses med ovnen på en måte som gjør det mulig å bruke den med åpen dør, kan det resultere i alvorlige helseskader.

S

INNEHÅLL

VIGTIGT FÖR DIN SÄKERHET	S-1
INSTALLATION	S-2
ANVÄNDNING	S-2
MIKROVÄGAS MATLAGNING	S-3
TIDSTYRD KIKNING R-2V16(N)/R-2V16S(N)	S-3
ATT LAGA MAT MED MIKROVÄGOR/ GRILL R-3G16(N)/R-3G17(N)	S-3
FÖRE ANVÄNDNINGEN R-2S56(N)/R-2S57(N)	S-4

MANUELLT PROGRAM R-2S56(N)/R-2S57(N)	S-4
AUTOMATISKA PROGRAM R-2S56(N)/R-2S57(N)	S-5
ÖVRIGA PRAKTISKA FUNKTIONER R-2S56(N)/R-2S57(N)	S-5
PROGRAM TABELL R-2S56(N)/R-2S57(N)	S-6
RENGÖRING OCH SKÖTSEL	S-9
FUNKTIONSTEST	S-9
RÄDGIVARE	S-10

VARNING

Allvarliga hälsorisker föreligger om nedansående anvisningar om ugnens användning och skötsel inte följs eller om ändringar görs så att ugnen kan sättas igång med öppen ugnslucka.

D

INHALT

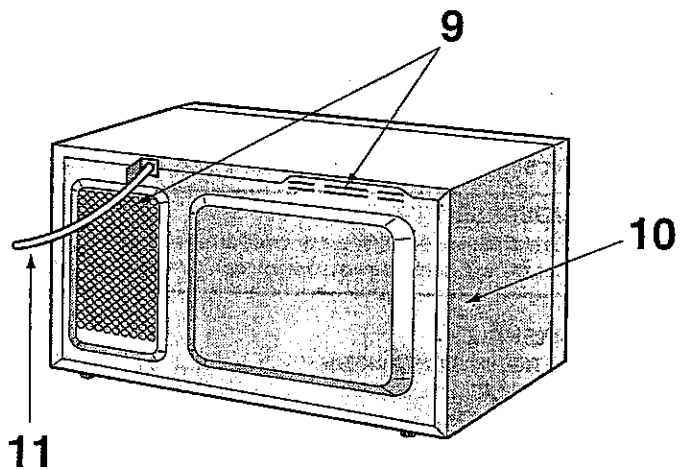
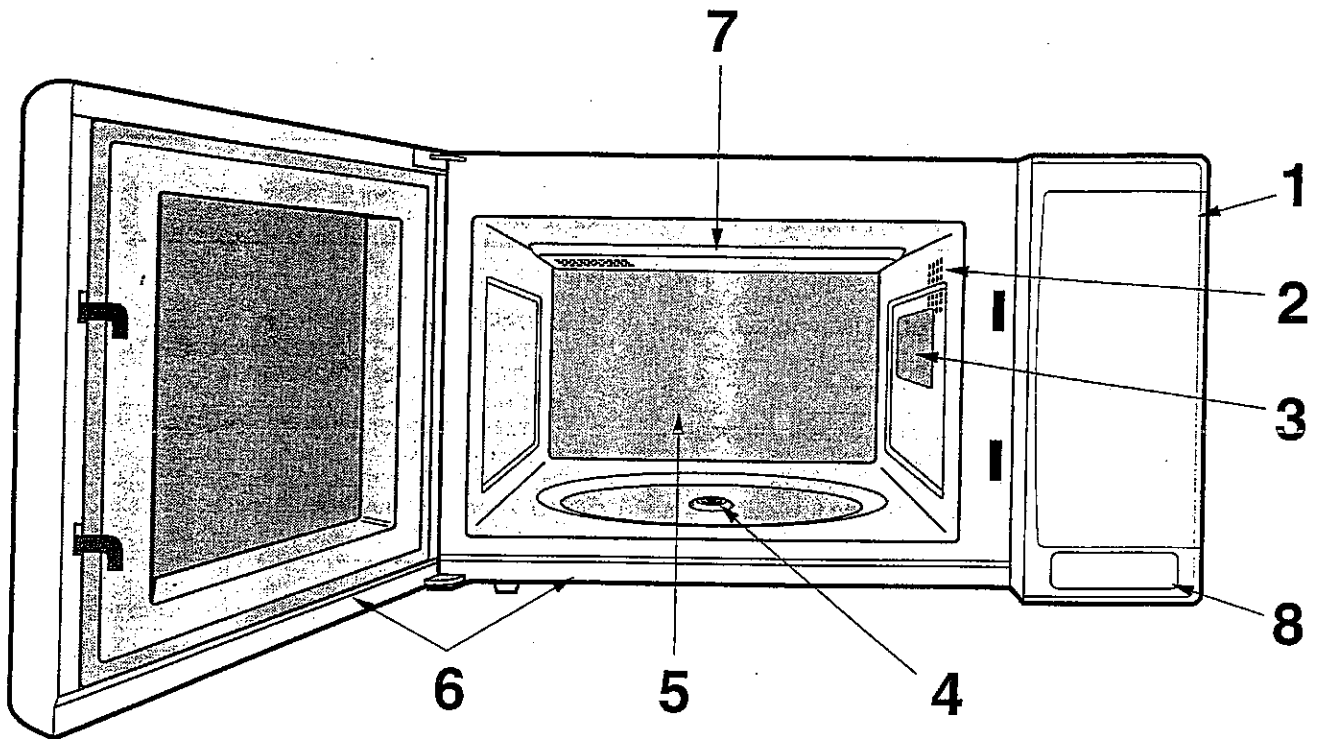
WICHTIGE SICHERHEITSHINWEISE	D-1
AUFSTELLANWEISUNGEN	D-2
BEDIENUNGSHINWEISE	D-2
MIKROWELLENLEISTUNG	D-3
GAREN MIT DER ZEITSCHALTUHR R-2V16(N)/R-2V16S(N) ...	D-3
GAREN MIT DER MIKROWELLEN/GRILL BETRIEBSART R-3G16(N)/R-3G17(N)	D-3
VOR INBETRIEBBAHME R-2S56(N)/R-2S57(N)	D-4

MANUELLER BETRIEB R-2S56(N)/R-2S57(N)	D-4
AUTOMATISCHER BETRIEB R-2S56(N)/R-2S57(N)	D-5
ANDERE NÜTZLICHE FUNKTIONEN R-2S56(N)/R-2S57(N)	D-5
AUTOMATIK-TABELLE R-2S56(N)/R-2S57(N)	D-6
REINIGUNG UND PFLEGE	D-9
FUNKTIONSPRÜFUNG	D-9
SEHR GEEHRTER KUNDE	D-10

ACHTUNG

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

OVNEN / LAITE / MIKROBØLGEOVN / UGNEN / GERÄT



DK

- | | |
|--------------------------------------|-------------------------|
| 1 Betjeningspanel | 7 Grill-varmeelement |
| 2 Sprøjtebeskyttelse | [R-3G16(N)/R-3G17(N)] |
| 3 OvnrumslYS | 8 Lågeåbber |
| 4 Drev | 9 Ventilationsåbninger |
| 5 Ovnrum | 10 Yderside |
| 6 Lågens tætninger og tætningsflader | 11 Nettilslutningskabel |

F

- | | |
|------------------------------------|------------------------------|
| 1 Käytönäppäinkenttä | 7 Grillin kuumennuselementti |
| 2 Kypsennystilan lamppu | [R-3G16(N)/R-3G17(N)] |
| 3 Roiskesuoja | 8 Ovenavauspainike |
| 4 Käyttöakseli | 9 Tuuletusaukot |
| 5 Kypsennystila | 10 Ulkosivu |
| 6 Oventiivisteet ja tiivistepinnat | 11 Verkkoliitäntäjohto |

S

- | | |
|------------------------------|-------------------------|
| 1 Kontrollpanel | 7 Grillelement |
| 2 Ugnilampa | [R-3G16(N)/R-3G17(N)] |
| 3 Stänkskydd | 8 Lucköppnare |
| 4 Drivanordning | 9 Ventilationsöppningar |
| 5 Ugnsutrymme | 10 Ytersida |
| 6 Tätningar och tätande ytor | 11 Nätkabel |

N

- | | |
|--------------------------------------|------------------------|
| 1 Betjeningsfelt | 7 Grill-varmeelement |
| 2 Ovnslampe | [R-3G16(N)/R-3G17(N)] |
| 3 Sprutvern | 8 Døråpner |
| 4 Drivaksel | 9 Ventilasjonsåpninger |
| 5 Ovnslom | 10 Utside |
| 6 Dørtetninger og tetningsoverflater | 11 Nettilkplingskabel |

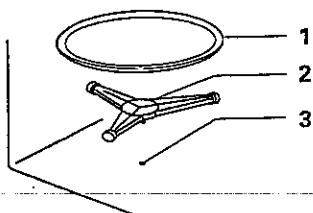
D

- | | |
|--|-----------------------|
| 1 Bedienfeld | 7 Grill-Heizelement |
| 2 Garraumlampe | [R-3G16(N)/R-3G17(N)] |
| 3 Spritzschutz für den Hohlleiter | 8 Türöffner |
| 4 Antriebswelle | 9 Lüftungsöffnungen |
| 5 Garraum | 10 Außenseite |
| 6 Türdichtungen und Dichtungsoberflächen | 11 Netzanschlusskabel |

OVNEN / LAITE / MIKROBØLGEOVN / UGNEN / GERÄT

- DK** Kontroller om følgende dele er vedlagt:
Drejetallerken, Drejetallerkenholder.
- Læg drejetallerkenholderen (2) på drevet (3).
 - Læg så drejetallerkenet (1) derpå.

- F** On tarkastettava, että laitteen mukana on seuraavat varusteosat:
Pyörivä kypsymisalusta, Pyöriväanalustan kannatin.
- Kypsymisalustan kannatin(2) asetaan käyttöakselin (3) päälle.
 - Pyörivä kypsymisalusta (1) asetetaan sitten kannattimen päälle.

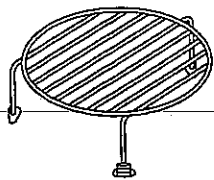


- N** Kontroller om følgende tilbehørsdeler finnes:
Roterende tallerken, Roterende tallerken-holder.
- Holderen for den roterende tallerkenen (2) legges på drivakselen.
 - Deretter legges den roterende tallerkenen (1) på.

- S** Kontrollera att följande tillbehör finns med:
Roterande bottentallrik, hållare för bottentallrik.
- Placera tallrikshållaren (2) på drivanordningen (3).
 - Ställ den roterande tallriken (1) på hållaren.

- D** Überprüfen, daß die folgenden Zuberhörteile vorhanden sind:
Drehteller, Drehteller-Träger.
- Den Drehteller-Träger (2) auf die abgedichtete Antriebswelle (3) auf den Garraumboden legen.
 - Dann den Drehteller (1) darauf legen.

R-3G16(N) / R-3G17(N)



- DK** **Rist:**
Denne rist benyttes når der grillsteges i mikrobølgeovnen.

- F** **Ritilä:**
Tätä ritilää käytetään, kun ruokia kypsennetään grillaamalla.

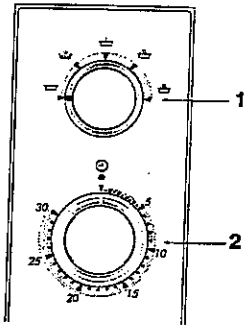
- N** **Rist:**
Denne risten brukes til tilberedning av mat i grill-driftstypen.

- S** **Grillgaller:**
Detta galler används vid grillning.

- D** **Rost:**
Dieser Rost wird zum Garen in der Grill-Betriebsart verwendet.

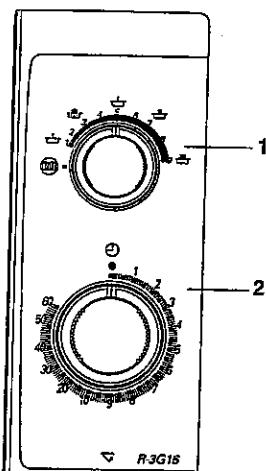
BEJENINGSPANEL / KÄYTTÖNÄPPÄINKENTTÄ / BETJENINGSFELT / KONTROLLPANEL / BEDIENFELD

R-2V16(N) / R-2V16S(N)



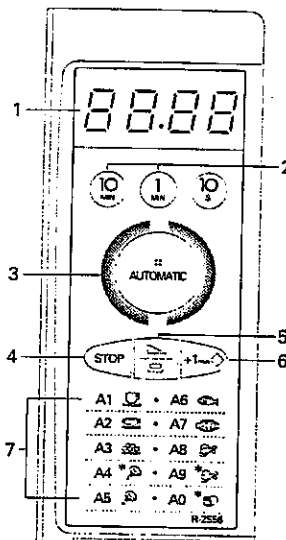
- | | | | | |
|-----------|---|------------------------------|---|------------------------------------|
| DK | 1 | Mikrobølge-ydelsregulator | 2 | Kontrolur (0-30 min.) |
| F | 1 | Mikroaaltotehokytkin | 2 | Ajanasetuskytkin (0-30 min.) |
| N | 1 | Mikrobølge-effektbryter | 2 | Tidsinnstillingsbryter (0-30 min.) |
| S | 1 | Effektväljare Mikrovågor | 2 | Timer (0-30 min.) |
| D | 1 | Leistungsstufen Wahlschalter | 2 | Zeitschaltuhr (0-30 min.) |

R-3G16(N) / R-3G17(N)



- | | | | | |
|-----------|---|--|---|--|
| DK | 1 | Regulering af grill- og mikrobølgeydelse | 2 | Kontrolur [R-3G16(N): 0-60 min. R-3G17(N): 0-30 min.] |
| F | 1 | Grillin ja mikroaaltojen säätökytkin | 2 | Ajanasetuskytkin [R-3G16(N): 0-60 min. R-3G17(N): 0-30 min.] |
| N | 1 | Grill- og mikrobølgebryter | 2 | Tidsinnstillingsbryter [R-3G16(N): 0-60 min. R-3G17(N): 0-30 min.] |
| S | 1 | Grill- och effektväljare | 2 | Timer (0-60 min.) [R-3G16(N): 0-60 min. R-3G17(N): 0-30 min.] |
| D | 1 | Leistungsstufen/Grill Wahlschalter | 2 | Zeitschaltuhr [R-3G16(N): 0-60 min. R-3G17(N): 0-30 min.] |

R-2S56(N)/ R-2S57(N)



- | | | | | |
|-----------|--|--|--|--|
| DK | ELEKTRONISK AUTO-TOUCH BETJENINGSPANEL
1 Digital display 2 Tidsindstillings-knapper 3 AUTOMATIK-knap 4 STOP-knap 5 MIKRO-BØLGEEFFEKT/PORTIONS-knap 6 PLUS/START-knap 7 AUTOMATIK menu: A1 Drikkevarer A2 Suppe/Sammenkogte retter A3 Kogte/skællekartofler/pille kartofler A4 Grøntsager dybfrosen A5 Friske grøntsager A6 Fiskefilet med sauce A7 Gratén A8 Kyllinglår A9 Automatisk Optøning 1 - A0 Automatisk Optøning 2 | | | |
| N | ELEKTRONISK BETJENINGSFELT
1 Digitalanvisere 2 Tidsinnstillingstaster 3 AUTOMATIKK tast 4 STOPP tast 5 EFFEKTNIVÅ/PORSJON tast 6 PLUS/START tast 7 AUTOMATISKE menyer A1 Drikker A2 Supper/gryteretter A3 Kokte/bakte poteter A4 Frosne grønnsaker A5 Ferske grønnsaker A6 Fiskefilet med saus A7 Grateng/Gratinerte retter A8 Kyllinglår A9 Automatisk optøning 2 | | | |
| S | AUTO-TOUCH MANÖVERPANEL.
1 Digital display 2 Tangenter för tid 3 Tangent för AUTOMATIK 4 STOPP-tangent 5 EFFEKTNIVÅ/PORTION-tangent 6 MINUT PLUS/START-tangent 7 AUTOMATISKA-menyer A1 Drycker A2 Suppor/grytor A3 Kokt/oskalade/bakt potatis A4 Djupfrysda grönsaker A5 Färska grönsaker A6 Fiskfilet med sås A7 Gratänger A8 Kycklingår A9 AUTOMATISK UPPTINING 1 A0 AUTOMATISK UPPTINING 2 | | | |
| F | ELEKTRONINEN KALVONÄPPÄINPANEELI
1 Digitaalnäyttö 2 Ajansyöttönäppäimet 3 AUTOMAATTI-näppäin 4 SEIS-näppäin 5 TEHO/ANNOS-näppäin 6 PLUS/KÄYNNISTYS-näppäin 7 AUTOMAATTI-ruokalajit: A1 Juomat A2 Liemet/Keitot A3 Keitetyt/Kuoriperunat A4 Vihannekset Pakaste A5 Tuoreet vihannekset A6 Kalafilet kastikkeen kera A7 Gratiinit/Vuokaruuat A8 Kanankoivet A9 Automattinen Sulatus 1 A0 Automattinen Sulatus 2 | | | |
| D | ELEKTRONISCHES BEDIENFELD
1 Digitalanzeige 2 Zeiteingabe-Tasten 3 AUTOMATIK-Taste 4 STOP-Taste 5 LEISTUNGSSTUFEN/PORTIONEN-Taste 6 PLUS/START-Taste 7 Automatik-Programme A1 Getränke A2 Suppen/Eintöpfe A3 Salz- & Pellkartoffeln A4 Gemüse, TK A5 Frisches Gemüse A6 Fischfilet mit Sauce A7 Auflauf A8 Hähnchenschenkel A9 Auftau-Automatik 1 A0 Auftau-Automatik 2 | | | |

VIGTIGE SIKKERHEDSINSTRUKTIONER

ADVARSEL

Sådan undgår De brand

- **Mikrobølgeovnen skal altid være under opsyn, når den er i brug. For høje effektrin eller for lang tilberedningstid kan overophede maden og forårsage brand.**
- Der skal altid være mindst 65 centimeter plads over det sted, hvor ovnen står.
- Denne ovn er ikke beregnet til indbygning i væg eller et indbygget skab.
- Stikkontakten skal være tilgængelig, så at man i nødstilfælde kan trække stikket ud.
- Netspændingen skal være på 230V vekselstrøm, 50 Hz, og den skal være forsynet med en sikring på mindst 10A eller en sikringsautomat på mindst 10A.
- Vi anbefaler at tilslutte ovnen til en separat strømkreds.
- Ovnens må ikke opstilles på steder, hvor der dannes varme, for eksempel i nærheden af et almindeligt komfur.
- Ovnens må ikke opstilles på steder med høj luftfugtighed, eller hvor der kan dannes kondensvand.
- Ovnens må ikke lagres eller opstilles i det fri.
- **LUK ALDRIG LÅGEN OP**, når madvarer, som befinder sig i ovnen, begynder at ryge. Sluk for ovnen, træk stikket ud, og vent, til maden ikke ryger længere. Der kan opstå brand, hvis lågen åbnes, mens der udvikles røg.
- Benyt kun køkkengrej og service, som er beregnet til mikrobølgeovne. Se de medfølgende informationer i den vedlagte kokebog.
- Lad aldrig ovnen være uden opsyn, hvis der benyttes kunststof-, papir- eller andre fødevarer beholdere.
- Dæksel for bølgeleder, ovnens indre, drejetallerkenet og tallerkenholderen skal rengøres efter brug. Disse dele skal være tørre og fedtfri. Tiloversblevne fedtstænk kan overophedes og begynde at ryge eller antændes.
- Opbevar ikke brændbart materiale i nærheden af ovnen eller ventilationsåbningerne.
- Bloker aldrig ventilationsåbningerne.
- Fjern alle metallukninger, mataltråde o.s.v. fra fødevarer og emballage. Gnistdannelse på metaloverflader kan føre til brand.
- Mikrobølgeovnen må ikke benyttes til at fritere madvarer i olie eller fedt. Temperaturerne kan ikke kontrolleres og fedtet kan antændes.
- Hvis De vil lave popcorn, bør De kun benytte produkter, som er specielt beregnet til mikrobølgeovne.
- Der må ikke opbevares fødevarer eller andre genstande i mikrobølgeovnen, når den ikke er i brug.
- Kontroller de forskellige indstillinger, når ovnen er sat i gang, for at kontrollere, at ovnen fungerer som ønsket.

Sådan undgår De at komme til skade

- Benyt ikke ovnen, hvis den er beskadiget eller ikke fungerer fejlfrit. Kontroller følgende punkter før brugen:
 - Lågen må ikke være skæv.
 - Hængsler og lågens sikkerhedslåse må ikke være beskadiget eller side løse.
 - Lågens tætninger og tætningsfladerne skal være unbeskadigede.
 - Væggene i ovnrummet må ikke have skader på overfladen.
 - Netstikket og kontakten skal være i orden.
- Forsøg aldrig selv at indstille eller reparere ovnen. Den skal indstilles eller repareres ovnen. Den skal indstilles eller repareres af Aut. SHARP service center.
- Ovnens må ikke benyttes med åben låge eller med forandringer ved lågens sikkerhedslåse.
- Benyt aldrig ovnen, hvis der befinder sig genstande mellem

lågens tætninger og tætningsfladerne.

- Undgå at der dannes fedt eller snavs på lågens tætninger eller tætningsfladerne. Følg instruktionerne for pleje og rengøring, side DK-9
- Personer med PACEMAKER skal spørge deres læge eller pacemakerproducenten om råd angående sikkerhedsforanstaltninger ved brugen af mikrobølgeovne.

Sådan undgår De elektriske støt

- Kabinettet må under ingen omstændigheder fjernes.
- Sørg for, at der aldrig kommer væske ind i åbningerne på lågens sikkerhedslåse eller ventilationsåbningerne og stik aldrig genstande ind i disse åbninger. Hvis der spildes større væskemængder, skal ovnen straks slukkes, træk stikket ud, og send bud efter Aut. SHARP service center.
- Læg aldrig stikket eller kablet i vand eller andre væsker.
- Kablet må aldrig føres over den skarpe kant på et bord eller arbejdsplade.
- Netkablet må aldrig komme i nærheden af varme overflader.
- Forsøg ikke selv at udskifte ovnrumslyset eller tillade personer der ikke er elektriker med autorisation fra SHARP at udføre udskiftningen. Henvend Dem til deres forhandler eller en autoriseret SHARP servicemontør, hvis ovnen svigter.
- Hvis netkablet på apparatet ikke er i orden, skal det udskiftes med et specielt kabel (QACVVAO62WREO; R-3G16(N)/R-3G17(N):QACVVAO63WRE1) af en autoriseret SHARP servicemontør.

Sådan undgår eksplosioner og pludselig kogning

- Anvend aldrig lukkede kar. Fjern og låg. Lukkede beholdere kan på grund af trykstigningen eksplodere selv efter at der er slukket for ovnen.
- Pas på, når De opvarmer væsker i mikrobølgeovnen. Anvend beholdere med bred åbning, der tillader bobler at undvige. Opvarm aldrig væsker i beholdere med snæver åbning såsom babyflasker, da det kan medføre, at indholdet i beholderen sprøjter ud ved opvarmning og medfører skoldninger. For at undgå pludseligt udslip af kogende væske og eventuel skoldning:
 - Rør i væsken før opvarmning/genopvarmning.
 - Det anbefales at anbringe en glasstang eller lignende redskab i væsken under genopvarmning.
 - Lad væsken stå i ovnen i nogen tid efter kogningen for at undgå forsinket udslip.
- Kog aldrig æg i skallen, da de kan eksplodere. Hvis der koges eller varmes æg, som ikke er pisket eller sammenrørt, prikkes der hul i æggeblommen, så den ikke eksploderer. Fjern skallen fra kogte æg og skær dem i skiver før de opvarmes i mikrobølgeovnen.
- Prik hul i skrællen eller skallen på for eksempel kartofler, pølser eller frugt før de opvarmes i mikrobølgeovnen, så at dampen kan slippe ud.

Sådan undgår De forbrændinger

- Når den tilberedte mad tages ud af ovnrummet bør De benytte grydelapper eller lignende for at undgå forbrændinger.
- Grej/service, popcornservice, kogeposer og så videre skal altid vendes væk fra ansigt og hænder, når de åbnes for at undgå forbrændinger forårsaget af damp.
- Gå altid tilbage fra ovnen, når lågen åbnes for at undgå

- forbrændinger på grund af damp og varme.
- Skær altid fyldte madvarer op efter tilberedningen, så at dampen kan slippe ud. På denne måde undgås forbrændinger.
- For at undgå forbrændinger, skal man altid teste fødevarerstemperaturen og røre rundt før serveringen og vær især opmærksom på temperaturen af føde- og drikkevarer der gives til babyer, børn og ældre mennesker. Temperaturen af beholderen er ikke en god indikator for temperaturen af føde- og drikkevarer; kontroller altid fødevarerstemperaturen direkte.
- Da glasset i lågen kan blive varm under tilberedning af mad, opstilles ovnen med en højde på mindst 85 cm over gulvet. Glasset i lågen skal være utilgængeligt for børn, så forbrændinger undgås.

R-3G16(N) / R-3G17(N)

- Låge, ydervægge, bagside, indervæge, ventilationsåbninger, tilbehør og service må aldrig berøres ved grillstegning. Sørg for at disse dele er afkølet, før ovnen rengøres.

Sådan undgår De, at børn bruger ovnen forkert

- Børn bør kun betjene ovnen under opsyn af voksne.
- Læn Dem ikke mod ovnlågen og lad ikke børn længe og svinge i den. En mikrobølgeovn er ikke legetøj.
- De bør informere børn om alle vigtige sikkerhedsregler: f.eks. brugen af grydelapper og forsigtig aftagning af låg. Giv agt især ved emballage, som skal gøre madvarer sprøde (f.eks. selvbrunende materiale), da de bliver specielt varme.

Yderligere informationer

- Foretag aldrig forandringer på ovnen.
- Ovnen må ikke flyttes, når den er tændt.
- Denne ovn er kun beregnet til husholdningsbrug og må kun benyttes til tilberedning af madvarer. Den er ikke egnet til erhvervsmæssige formål eller til brug i laboratorier.
- Træk stikket ud, før der skiftes pære i ovnebelysningen (25 W/220-230 V).

ADVARSEL

Sådan undgås fejlfunktioner og skader på ovnen

- Tænd aldrig for ovnen, når den er tom. Dette kan medføre skade på ovnen.
- Hvis der anvendes bruningsfade eller selvopvarmende materiale skal der stilles en varmekast isolering mellem grejet/service og drejetallerkenet. Således undgås skader på drejetallerkenet og tallerkenholderen på grund af varme. Grejets/service's angivne opvarmningstider bør ikke overskrides.
- Anvend ikke metalkøkkengrej, da mikrobølger reflekteres og dette kan føre til gnistdannelse. Stil ikke konserverdaser ind i ovnen.
- Benyt kun drejetallerken og tallerkenholder, som er beregnet til denne ovn.
- For at forhindre at drejetallerkenet går itu, bør De:
 - Lade drejetallerkenet stå et øjeblik, så den kan køle af.
 - Ikke lægge madvarer direkte på drejetallerkenet.
 - Ikke lægge varme madvarer eller varmt service/køkkengrej på en kold drejetallerken.
 - Ikke lægge kolde madvarer eller køkkengrej/service på en varm tallerken.

R-3G16(N) / R-3G17(N)

- Benyt aldrig plastbeholdere ved tilberedning af mad, hvis ovnen stadigvæk er varm efter grillstegning, da det kan medføre, at beholderne smelter. Plastbeholdere bør aldrig benyttes til grillstegning, hvis producenten af beholderne da ikke udtrykkeligt har bekræftet, at disse er egnet hertil.
- Når ovnen er i brug, må der ikke stilles genstande ovenpå den.

GIV AGT

- Henvend Dem til en autoriseret elektro-fagmand, hvis De har spørgsmål angående installationen af ovnen.
- Producenten og forhandleren påtager sig intet ansvar for skader på ovnen eller personer, som opstår som følge af forkert elektrisk tilslutning.
- Der kan danne sig vanddamp og dråber på væggene i ovnens indre eller omkring lågens tætninger og tætningsfladerne. Dette er normalt og er ikke noget tegn på udslip af mikrobølger eller anden fejlfunktion.

OPSTILLING

- Fjern al emballage fra ovnrummet, fjern beskyttelsesfilmen og etiketten fra ovnlågen.
- Tag ikke ovnen i brug, hvis den har skader.
- Stil mikrobølgeovnen på en flad, jævn overflade, som er stabil nok til at bære vægten af ovnen og de madvarer, som forventes tilberedt.

- Forbind mikrobølgeovnens netstik med en normal jordforbunden stikkontakt.

R-2V16(N) / R-2V16S(N) / R-3G16(N) / R-3G17(N)

- Kontroller at kontroluret er indstillet på position "●".

BETJENINGSVEJKEDNING

ALMENT

R-2V16(N) / R-2V16S(N) / R-3G16(N) / R-3G17(N)

I kogebogen finder De udførlige beskrivelser ved hver opskrift. Her omtales kun grundlæggende informationer vedrørende brugen af mikrobølgeovnen.

- Tryk tasten til lågeåbneren, åbn lågen og stil den mad, som skal tilberedes på drejetallerkenet.
- Hvis kontroluret skal indstilles på mindre end et minut, drejes det først ud over et-minuts-markeringen og så tilbage på den ønskede tid.
- Hvis tilberedningen skal afsluttes før udløbet af den

indstillede tid, drejes kontroluret tilbage på "●" eller lågen åbnes. Lågen kan åbnes til enhver tid under tilberedningen (Kontroluret vil stoppe og resttilberedningstiden kan aflæses). Når tilberedningen ønskes fortsat, lukkes lågen. Under tilberedningen kan tilberedningstiden ændres idet man indstiller kontroluret på en ny tid.

ADVARSEL:

Glem ikke at stille kontroluret på position "●", når tilberedningen er afsluttet. Ellers starter ovnen, så snart lågen lukkes.

MIKROBØLGE OPVARMNING

Deres ovn har fem forudindstillede effektiveauer.

INDSTILLING	MIKROBØLGE EFFEKT	WATT		DISPLAY R-2S56(N)/57(N)
		R-2V16(N)/R-2S56(N)/57(N)	R-3G16(N)/17(N)	
HIGH	100%	700	750	100P
MEDIUM HIGH	70%	490	525	70P
MEDIUM	50%	350	375	50P
MEDIUM LOW	30%	210	225	30P
LOW	10%	70	75	10P

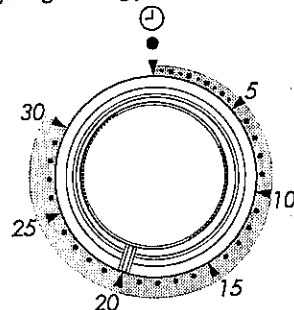
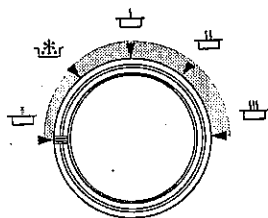
NB R-S56(N) / R-2S57(N)

For at opnå det ønskede effektiveau, fortsæt med at trykke på MIKROBØLGE knappen () indtil det ønskede effektiveau opnås.

Er der ikke valgt noget effektiveau, bliver dette automatisk sat til 100%.

KOGNING MED TIMER R-2V16(N) / R-2V16S(N)

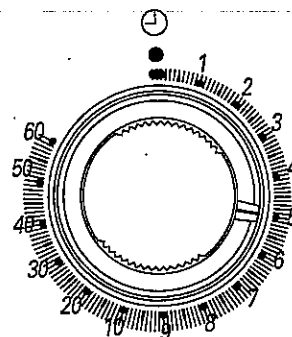
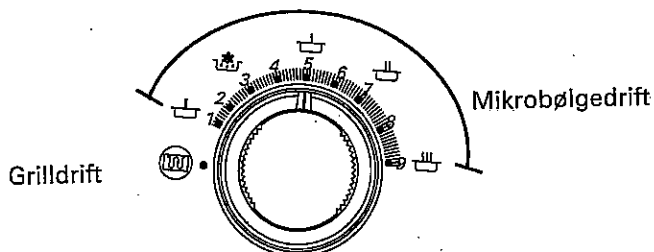
1. Indstil mikrobølgekogekontrolknappen til den ønskede kogetid.
2. Indstil timeren til den ønskede kogetid. Ovnen starter, og kogningen begynder. *



* Når tilberedningstiden er forbi, vender kontroluret tilbage til "●", der lyder en signaltone og ovnen og ovnbelysningen slukkes automatisk.

MADLAVNING MED MIKROBØLGE/MADLAVNING MED GRILL R-3G16(N) / R-3G17(N)

1. Indstil den ønskede grill- og mikrobølgeydelse med reguleringstasten.
2. Indstil kontroluret på den ønskede tilberedningstid. Tilberedningen starter. *



* Når tilberedningstiden er forbi, vender kontroluret tilbage til "●", der lyder en signaltone og ovnen og ovnbelysningen slukkes automatisk.

FØR BRUG R-2S56(N) / R-2S57(N)

Tænd for ovnen.

*Displayet på ovnen viser .

Anvendelse af stop knappen

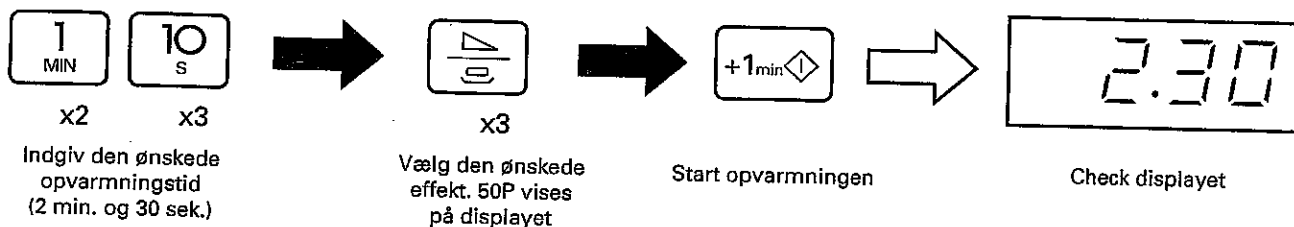
Anvend STOP knappen () for at:

1. Slette en fejl under programmeringen.
2. Slette en fejl under programmeringen.
3. Tryk to gange, for at slette et program under opvarmningen.




MANUEL INDSTILLING R-2S56(N) / R-2S57(N)

Ved hjælp af manuel indstilling, kan Deres ovn programmeres til 99 min, 90 sek. Efter at indstillingen af ovnen er afsluttet, viser displayet igen 0.

Eksempel: Antag at De ønsker at varme suppe i 2 min. og 30 sek. med 50% effekt.



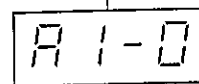
NB:

1. Hvis døren åbnes under opvarmningsprocessen, stopper opvarmningstiden på digitaldisplayet automatisk. Opvarmningstiden begynder igen at tælle nedad når døren lukkes og PLUS START knap () trykkes.
2. Hvis De ønsker at kende mikrobølgeeffekten under opvarmningen, trykkes på MIKROBØLGE knappen (). Så længe Deres finger rører MIKROBØLGE knappen (), vises mikrobølgeeffekten på displayet.

AUTOMATIK PROGRAMMER R-2S56(N) / R-2S57(N)

AUTOMATIKPROGRAMMERNE udarbejder automatisk den korrekte mikrobølgeeffekt og opvarmningstid. De kan vælge mellem ti AUTOMATIK menuer.
Hvad De har behov for at vide, når De benytter denne automatikfunktion:

A 1-0



portion

1. Meddelelser på displayet:

- Hvis De trykker på AUTOMATIK knappen, vil displayet vise følgende menutal
- Hvis betjening er nødvendig (f.eks. for at vende maden), stopper ovnen og et akustisk signal starter, den resterende opvarmningstid vil blinke på displayet. For at fortsætte opvarmningen, trykkes PLUS START knappen (). Detaljerede instruktioner findes på opvarmningskortet.

2. Menu indtastning:

Menuen kan indtastes ved at trykke på AUTOMATIK knappen indtil det ønskede menutal vises på displayet.

3. Indtastning af vægt eller styktal:

- Vægten eller styktallet af madvarer kan indtastes ved at trykke på MIKROBØLGE effekt/PORCION knappen (). Det nødvendige antal tryk svarer til vægten eller styktallet af madvarerne De varmer. Instruktioner for indtastning af vægt eller styktal findes på opvarmningskortet og på menumærkatet.
- Vær sikker på at der trykkes på MIKROBØLGE effekt/PORCION knappen () efter valg af menu, da ovnen ellers ikke starter.
- Indtast kun vægten af maden. Vægten af beholderen medregnes ikke.
- For madvarer med vægt større eller mindre end vægt/styktal angivet på opvarmningskortet, anvendes manuelle programmer til opvarmning.
- For at opnå de bedste resultater, følges instruktionerne på opvarmningskortet.

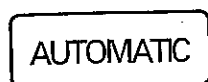
4. Sluttemperaturen vil variere iht. begyndelsestemperaturen af madvarerne. Kontroller at maden er færdig efter opvarmningen. Om nødvendigt kan De udvide opvarmningstiden og ændre mikrobølgeeffekten manuelt.

AUTOMATIK knappen

AUTOMATIC

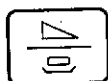
AUTOMATIK knappen udregner automatisk den korrekte mikrobølgeeffekt og opvarmningstid.

Eksempel: Antag at De ønsker at varme en gratin, vægt 1,1 kg.



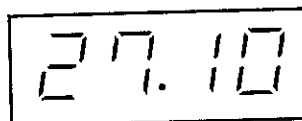
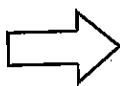
x7

Vælg
AUTOMATIK menuen
A7-0 vises på displayet



x4

Indtast vægten
A7-4 vises
på displayet.



Efter 2 sek.
starter ovnen.
Check displayet.

ANDRE BEKVEMME FUNKTIONER R-2S56(N) / R-2S57(N)

PLUS/START () KNAPPEN







PLUS/START () knappen tillader at arbejde med følgende funktioner:

1. **Direkte Start** De kan starte opvarmningen direkte med 100% mikrobølgeeffekt i skridt på 1 min. ved at trykke på PLUS/START () knappen.







NB: For at undgå at børn misbruger knappen, kan PLUS/START () knappen kun benyttes indtil 1 min. efter en forudgående betjening.

2. **Forlængelse af opvarmningstiden** De kan forlænge opvarmningstiden under opvarmningsprocessen, ved at trykke på PLUS/START () knappen (f.eks. 4 min, 4 tryk).

AUTOMATIKK SKJEMA R-2S56(N) / R-2S57(N)

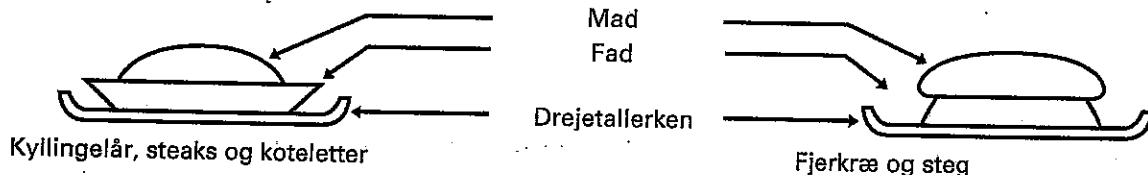
Menu tal	Madvarer & styktal (utensilier)	Antal enheder pr. tryk	Madvarens start-temp	Fremgangsmåde	Anbefalet menu
1. 	Drikkevarer 1-5 kopper 150 ml/kop (kop)	150ml	20°C Rum temperatur	<ul style="list-style-type: none"> Anbring ikke drikkevarerne i centrum af drejetallerknen. Efter opvarmning, rør og lad det stå i ca. 1-2 minutter. 	Kaffe
NB: Hvis madvarens starttemperatur er 6°C (±2°C), køleskabstemperatur, opvarm manuelt.					
2. 	Supper Sammenkogte retter 1-4 kopper 200ml/kop (Kop + mikrofilm eller låg.)	200ml	20°C Rum temperatur	<ul style="list-style-type: none"> Anbring ikke kopperne i centrum af drejetallerknen Tildækkes med mikrofilm eller låg. Efter opvarmning, rør og lad det stå i ca. 1-2 minutter. 	
NB: Hvis madvarens starttemperatur er 5°C (±2°C), køleskabstemperatur, opvarm manuelt.					
3. 	Kogte kartofler, Pille kartofler 0,2-0,8kg (skål + låg)	200g	20°C	<p>Kogte kartofler</p> <ul style="list-style-type: none"> Skræl kartoflerne og skær dem i ensartede stykker, efter ønske. Læg dem i en skål. Tilsæt den nødvendige mængde vand (pr. 100g ca. 2 spsk.) samt lidt salt. Tildækkes med et låg. Når ovnen stopper og det akustiske signal lyder, rør og dæk til igen. Lad kartoflerne stå i ca. 1-2 min. efter kogningen. <p>Pillekartofler</p> <ul style="list-style-type: none"> Vælg kartofler af samme størrelse og vask dem. Læg dem i en skål. Tilsæt den nødvendige mængde vand (pr. 100 g ca. 2 spsk) samt lidt salt. Tildækkes med et låg. Når ovnen stopper og det akustiske signal lyder, rør og dæk til igen. Lad kartoflerne stå i ca. 1-2 min. efter kogningen. 	
4. 	Frosne grøntsager 0,2-0,6kg skål + låg)	200g	-18°C	<ul style="list-style-type: none"> Tilsæt 1-3 spsk. vand. (Svampe behøver ikke ekstra vand) Tildækkes med et låg. Når ovnen stopper og det akustiske signal lyder, rør og dæk til igen. Lad kartoflerne stå i ca. 1-2 min. efter kogningen. 	
NB: Kog manuelt, hvis de frosne grøntsager er frosset ned sammen.					
5. 	Friske grøntsager 0,2-0,6kg (skål + låg)	200g	20°C	<ul style="list-style-type: none"> Tilsæt den nødvendige mængde vand og salt efter ønske (1spsk. pr. 100g). Skær i små stykker, f.eks. i striber, terninger eller skiver. Tildækkes med et låg. Når ovnen stopper og det akustiske signal lyder, rør og dæk til igen. Lad kartoflerne stå i ca. 2 min. efter kogningen. 	Blomkål Broccoli Fennikel Porrer Peberfrugter Rosenkål Græskar Spinat
6. 	Fiskefileter med sauce 0,4-1,2kg fisk: 0,2-0,6kg sauce: 0,2-0,6kg (Quiche- (tærte)fad	400g Fisk: 200g Sauce: 200g	Fisk 5°C Sauce ~20°C	<ul style="list-style-type: none"> Læg fiskefileterne i en Quiche- (tærte)fad med halerne mod midten. Hæld den tilberedte sauce over fiskefileterne. Tildækkes med mikrofilm. Lad maden stå i ca. 2 min. efter opvarmningen. 	Fisk: Torsk, rødtunge, sej, Sauce: Provençal sauce, Pikant sauce, Porre og oste sauce, Karry sauce.

Se opskrifter på saucer side DK-8

Menu tal	Madvarer & styktal (utensilier)	Antal enheder pr. tryk	Madvarens start-temp	Frengangsmåde	Anbefalet menu
7.	 Gratin 0,5-1,5kg (flad, oval gratin skål)	200g	20°C	<ul style="list-style-type: none"> Forbered gratinen som beskrevet i vedlagte kogebog. Lad maden stå tildækket i ca. 5-10 min. efter opvarmningen. 	Spinat-gratin.
8.	 Kyllinge-lår 0,2-0,6kg (Quiche-(tærte)fad Ingredienser til 0,6kg kyllingelår (2-3 stk.) 1 spsk. olie 1/2 tsk. salt 1/2 tsk. paprika, sød lidt rosmarin	200g	5°C	<ul style="list-style-type: none"> Ingredienserne blandes og fordeles over kyllingelårene. Skindet på kyllingelårene prikkes. Læg kyllingelårene i en Quiche- (tærte)fad med benene ind mod midten. Tildækkes med mikrofilm. Når ovnen stopper og det akustiske signal lyder, vendes kyllingelårene. Lad maden stå i ca. 3 min. efter opvarmningen. 	Kyllinge-lår.
9.	 OPTØNING (Se NB. på næste side)				
	 automatik 1, Fjerkræ 1,0-1,5kg	250g	-18°C	<ul style="list-style-type: none"> Læg en omvendt tallerken på drejetallerknen og anbring fjerkræet på den. Når ovnen stopper og det akustiske signal lyder, vendes fjerkræet. Når ovnen stopper og det akustiske signal lyder, vendes fjerkræet igen. Efter optøningen lades fjerkræet stå indpakket i alufolie i 30-90 min, indtil fuldstændig optøning. 	
	Kyllinge-lår 0,25-0,75kg	250g	-18°C	<ul style="list-style-type: none"> Læg kyllingelårene på en tallerken. Når ovnen stopper og det akustiske signal lyder, vendes de og arrangeres påny. Når ovnen stopper og det akustiske signal lyder, vendes de igen. Efter optøningen lades kyllingelårene stå indpakket i alufolie i 10-30 min, indtil fuldstændig optøning. 	
	Steaks Koteletter 0,25-0,75kg (ca. 1,5-2cm tykke)	250g	-18°C	<ul style="list-style-type: none"> Anbring kødet med den tyndeste del ind mod midten i et enkelt lag på tallerknen. Hvis portionen er frosset ned sammen, forsøg at skille den ad, hurtigst muligt. Når ovnen stopper og det akustiske signal lyder, vendes de og arrangeres påny. Når ovnen stopper og det akustiske signal lyder, vendes de igen. Efter optøningen lades kyllingelårene stå indpakket i alufolie i 10-30 min, indtil fuldstændig optøning. 	
10.	 OPTØNING (se følgende NB)				
	 automatik 2, Steg 0,5-1,5kg	200g	-18°C	<ul style="list-style-type: none"> Læg en omvendt tallerken på drejetallerknen og anbring kødet derpå. Når ovnen stopper og det akustiske signal lyder, vendes de og arrangeres påny. Når ovnen stopper og det akustiske signal lyder, vendes de igen. Efter optøningen lades kyllingelårene stå indpakket i alufolie i 30-90 min, indtil fuldstændig optøning. 	

NB: OPTØNINGS automatik

- 1 Steaks, koteletter og kyllingelår bør være frosset i et lag.
- 2 Efter at de er blevet vendt, beskyttes de optøede portioner med små flade stykker alufolie.
- 3 Fjerkræ og kød skal bearbejdes umiddelbart efter optøningen.
- 4 Arranger maden i ovnen som vist:

**Opskrifter R-2S56(N) / R-2S57(N)****FISKEFILET MED SAUCE****Fiskefilet med sauce****Ingredienser**

15-20 g	smør
ca. 75 g	champignon i skiver
1 fed presset	hvidløg
40-50 g	forårsløg
600 g	flåede tomater fra dåse uden væde
1 tsk.	citronsaft
1 1/2 spsk	tomatketchup
1/2 tsk.	tørret basilikum
	peber, salt
600 g	torskfileter

Tilberedning

- 1 Smør, champignon, løg og hvidløg varmes i et quiche- (tærte)fad 3-4 min. på 100%.
- 2 De flåede tomater røres sammen med citronsaft, ketchup, basilikum, peber og salt.
- 3 Fiskefileterne lægges oven på løg-/champignonblandingen. Tomatblandingen fordeles over fiskefileterne og pyntes med lidt af løg-/champignonblandingen.
- 4 Varmes på AUTOMATIK A6 Fiskefileter med sauce tildækket med mikrofilm.

Fiskefilet med d porre-oste-sauce**Ingredienser**

40 g	smør
125 g	forårsløg
1/2 tsk.	tørret merian
30 g	mel
375 ml	mælk
75 g	revet schweizerost
	salt, peber
1 1/2 spsk.	hakket persille
600 g	fiskefileter (f.eks. sej)

Tilberedning

- 1 Smør, løg og merian fordeles i et ildfast fad og varmes 3-4 min. på 100%.
- 2 Mel og mælk piskes sammen og blandes i, røres sammen til en glat og jævn sauce.
- 3 Varmes i 3-4 min. på 100% utildækket.
- 4 Bland den revne ost i og smag til med krydderier.
- 5 Fiskefileterne lægges i et quiche- (tærte)fad og saucen hældes over.
- 6 Varmes på AUTOMATIK A6 Fiskefileter med sauce tildækket med mikrofilm.
- 7 Efter varmning tages fiskefileterne op og saucen røres godt sammen.

NOTE: 1 Disse angivelser gælder for 1,2 kg. Hvis De ønsker at varme mindre end 1,2 kg skal De tilpasse (reducere) mængden af ingredienserne til saucen tilsvarende og også opvarmningstiden for tilberedningen af saucen ændres.
2 Hvis De ønsker at lave saucen tykkere for Torskfilet Provencal eller Fiskefilet med pikant sauce, skal De tage fisken ud efter opvarmningen og tilsætte lidt jævning (følg fabrikantens angivelser).

Fiskefilet med pikantsauce**Ingredienser**

450 g	flåede tomater fra dåse uden væde
ca. 150 g	majs
2 tsk.	chili sauce
30 g	finthakkede løg
2 spsk.	rødvins vinaigre
1/2 tsk.	sennep
1 knsp.	timian
1 knsp.	cayenne peber
600 g	fiskefileter (f.eks. rødtunge)

Tilberedning

- 1 Bland ingredienserne til saucen.
- 2 Fiskefileterne (f.eks. rødtunge) lægges i et quiche- (tærte)fad og saucen hældes over.
- 3 Varmes på AUTOMATIK A6 Fiskefileter med sauce tildækket med mikrofilm.

Fiskefilet med karry sauce**Ingredienser**

30 g	smør
20 g	hakkede mandler
1-1 1/2 spsk.	karry
25 g	mel (usigtet)
30 g	rosiner
150 g	anasas (små stykker)
100 ml	bouillon
100 ml	anasas saft
100 g	cremefraiche
75 g	ærter (frosne)
	salt, peber
600 g	fiskefileter (sej)

Tilberedning

- 1 Smør, mandler og karry varmes tildækket i 1-2 min på 100%.
- 2 Tilsæt mel og pisk godt sammen.
- 3 Rosiner, ananas, ananassaft, bouillon og cremefraiche tilsættes og alt røres godt sammen.
- 4 Varmes tildækket i 2-3 min. på 100% og røres igennem efter varmning.
- 5 Ærterne røres i.
- 6 Smag til med krydderier, salt og peber.
- 7 Fiskefileterne lægges i et quiche- (tærte)fad og saucen hældes over.
- 8 Varmes tildækket på AUTOMATIK A6 Fiskefileter med sauce.

RENGØRING OG PLEJE

ADVARSEL:

DER MÅ IKKE BENYTTES ALMINDELIGE OVNRENGØRINGSMIDLER, SKUREPULVER ELLER SKURE-PADS TIL RENGØRING AF MIKRO-BØLGEOVNEN.

Udvendig

Ovnens ydre rengøres med mildt sæbevand. Tør sæbevandet grundigt af med en fugtig klud, og tør efter med et håndklæde.

Betjeningsfelt

Åben lågen før rengøring for at deaktivere betjeningsfeltet. Vær forsigtig ved rengøring af betjeningsfeltet. Anvend kun en fugtig klud vredet op i vand, tør feltet forsigtigt indtil det er rent. Undgå for meget vand. Anvend ikke nogen form for kemiske- eller skuremidler.

NB: R-2V16(N) / R-2V16S(N) / R-3G16(N) / R-3G17(N)

Mens der rengøres, må kontrolurets regulering ikke drejes ud af position "●" (AUS). Ellers tænder ovnen, når lågen lukkes.

Indvensig

1. Hver gang ovnen har været i brug, skal den endnu varme ovn tørres af med en blød, fugtig klud eller svamp, for at fjerne let tilsmudsning. Ved kraftigere tilsmudsning benyttes der mildt sæbevand, og der tørres efter flere gange med en blød, fugtig klud eller svamp.
2. Kontroller, at der ikke trænger hverken sæbevand eller vand gennem de små åbninger i ovnens sider, da det kan føre til skader på ovnen.
3. Der må ikke benyttes rengøringspray i ovnens indre.

Drejetallerken og tallerkenholder

Tag først tallerkenen og tallerkenholderen ud af ovnens indre. Rengør dem med mildt sæbevand og tør dem med en blød klud. Begge dele tåler opvaskemaskine.

Ovnlågen

Begge lågens sider tørres hyppigt af med en fugtig klud, for at fjerne tilsmudsning.

Rist R-3G16(N) / R-3G17(N)

Risten rengøres med et mildt opvaskemiddel og tørres efter. Den er opvaskemaskineegnet.

FUNKTIONSKONTROL

Kontrollér venligst følgende punkter, før De sender bud efter kundeservice.

1. Strømforsyning

Kontroller, om stikket er tilsluttet korrekt til en spændingsførende stikkontakt.
Kontrollér, at netsikringen og sikringsautomaten er i orden.

2. Stil et målebæger med cirka 150 ml vand ind i ovnen og luk lågen. Vælg max. mikro effect (HIGH) og kontroluret på 1 minut.

Brænder ovnbelysningen?

JA _____ NEJ _____

Roterer tallerkenet?

JA _____ NEJ _____

NB. Tallerkenet kan rotere i begge retninger.

Arbejder ventilationen?


(Læg hænderne over ventilationsåbningerne, og kontrollér, om der kommer luft ud).

JA _____ NEJ _____

Er vandet i målebægret blevet varmt?

JA _____ NEJ _____

3. R-3G16(N) / R-3G17(N)

Reguleringen af grill- og mikrobølgeydelse indstilles på 
Kontroluret indstilles på 3 minutter.

Bliver grill-varmeelementet rødt efter 3 minutter?

JA _____ NEJ _____

Hvis De må svare nej til et af de ovennævnte spørgsmål, skal De underrette forhandleren eller SHARP-kundeservice om resultatet af kontrollen.

KÆRE KUNDE

Vi ønsker Dem tillykke med Deres nye mikrobølgeovn, der nu vil gøre det betydeligt lettere for Dem i den daglige husholdning.

De vil blive behageligt overrasket over, hvad man alt kan benytte mikrobølger til.

De kan ikke kun foretage hurtig optøning og opvarmning, men også tilberede hele menuer.

Har De besluttet Dem for en mikrobølgeovn med grill, så har De kombineret alle fordele ved både den hurtige mikrobølge og ved grillen, der med sin varme giver en sprød brun overflade.

Vi anbefaler Dem, at gennemlæse betjeningsvejledningen samt rådgiveren grundigt. Derefter vil betjeningen af ovnen være legende let.

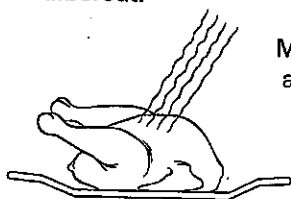
God fornøjelse ved brug af Deres nye mikrobølgeovn.

Deres Mikrobølge-Team

VÆRD AT VIDE OM MIKROBØLGER

Mikrobølger sætter vandmolekylerne i levnedsmidlerne i svingninger. På grund af den derved forårsagede gnidning opstår der varme, der medfører, at madvarerne bliver tøet op, opvarmet eller tilberedt.

Levnedsmidler



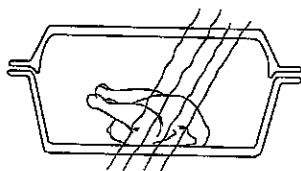
Mikrobølger absorberes

EGNET SERVICE

Glas, glas-keramik og porcelæn

Varmebestandigt service af glas, glaskeramik eller porcelæn er især velegnet. Det må dog ikke indeholde metal (f.eks. blykristal) eller være belagt med metal (f.eks. guldrand, koboltblå).

Glas, porcelæn, keramik
plastic, pap, etc.



Mikrobølger igennem

Keramik

er i almindelighed velegnet. Keramikken skal være glaseret, da der ved uglaseret keramik kan trænge fugt ind i materialet. Fugtigheden opvarmer materialet og kan medføre at det springer.

SERVICE TIL GRILLFUNKTION

Ved benyttelse af grillfunktionen kan De anvende alle former for varmebestandigt service, der er beregnet til konventionel grillning, f.eks. porcelæn, keramik, glas og materialer af metal.

Ved tilberedning med mikrobølger og efterfølgende grill skal servicet være mikrobølgeegnet og varmebestandigt. Velegnet er f.eks. ildfaste glas- og keramikforme.

Plastic- og papservice

Varmebestandigt mikrobølgeegnet plastic- eller papservice er velegnet til optøning, opvarmning og tilberedning. Vær opmærksom på fabrikantens henvisninger.

Mikrofilm

eller varmebestandigt folie er velegnet ved tildækning eller indpakning. Vær opmærksom på fabrikantens henvisninger.

Stegeposer

kan anvendes i mikrobølgeovnen. Metalclips er uegnede til lukning, da de kan medføre, at stegeposen smelter. Anvend garn til at lukke med og prik flere huller i posen med en gaffel. Folie, som ikke er varmebestandig må ikke benyttes i mikrobølgeovnen.

Service til bruning

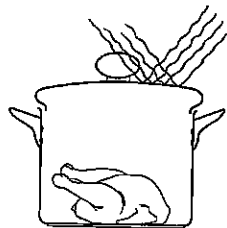
er et specielt mikrobølge-grillmateriale, bestående af glaskeramik, med en metallegering i bunden, der sørger for, at maden bliver brunet.

Ved anvendelse af service til bruning, skal der anbringes en egnet isolator, f.eks. en porcelænstallerken, mellem drejetallerknen og bruningsskålen. Vær opmærksom på fabrikantens anvisninger mht. den nøjagtige opvarmningstid. Ved overskridelse kan det føre til beskadigelse af drejetallerknen og drejetallerken-holderen samt udløse ovnens beskyttelsessikring og dermed stoppe den.

Metal

skal normalt ikke anvendes, da mikrobølger ikke kan trænge igennem metal og således ikke nå maden.

Der er dog undtagelser: Smalle striber af alufolie kan anvendes ved tildækning af dele, hvor hurtig optøning og tilberedning ikke er ønsket (f.eks. vingerne på en kylling).



Mikrobølger reflekteres

Små metalspid og aluminiumsbakker (f.eks. ved færdigretter) kan benyttes. De skal dog være små i forhold til maden, f.eks. skal aluminiumsbakker være 2/3 til 3/4 fyldt med mad. Det anbefales at lægge maden over i et mikrobølgeegnet service.

Ved anvendelse af aluminiumsbakker eller andet metalservice skal der overholdes en minimumafstand på ca. 2,0 cm. til ovnrummets vægge, da disse ellers kan blive beskadiget af en eventuel gnistdannelse.

Anvend ikke service med metallegering, metaldele eller metalindsatse, som f.eks. skruer, bånd eller greb.

TIPS OG TEKNIK

Tidsindstillinger

Optønings-, opvarmnings- og tilberedningstiden er i almindelighed betydelig kortere end i en konventionel ovn eller bageovn. Hold Dem derfor til de anbefalede tider som angivet i denne rådgiver. Indstil hellere tiderne kortere end længere. Prøv om maden er færdig efter den angivne tid. Hellere lidt ekstra varme fremfor at maden har fået for meget.

Starttemperatur

Optønings-, opvarmnings- og tilberedningstiden er afhængig af starttemperaturen på levnedsmidlerne. Dybfrosne og køleskabstempererede levnedsmidler behøver eksempelvis længere tid end stuetempererede. Ved opvarmning og tilberedning af levnedsmidler regnes med normale opbevaringstemperaturer (køleskabstemperatur ca. 5°C, rumtemperatur ca. 20°C). Ved optøning af levnedsmidler fra dybfryser regnes med -18°C.

Alle angivne tider

i denne rådgiver er retningsgivende og kan variere alt efter levnedsmidlets kvalitet, starttemperatur, vægt, friskhed og konsistens (vand-, fedtindhold etc.).

Ekstra vand

grøntsager og andre meget vandholdige levnedsmidler kan tilberedes i egen saft eller med kun lidt vand. Derved bevares mange vitaminer og mineralstoffer i levnedsmidlet.

Fed mad

Kød med meget fedt og fedtlag tilberedes hurtigere end magre dele. Ved tilberedning dækkes disse dele derfor med lidt alufolie, eller læg levnedsmidlet med den fede side nedad.

Små og store mængder

Mikrobølgetiden er direkte afhængig af mængden af levnedsmidlet De vil optø, opvarme eller tilberede. Det betyder, små portioner tilberedes hurtigere end store.

Som grundregel gælder:

DOBBELT MÆNGDE = NÆSTEN DOBBELT TID
HALV MÆNGDE = HALV TID

Høje eller flade fade

Hvis begge fade rummer det samme, er tilberedningstiden i den høje form længere end i den flade. Anvend derfor om muligt flade fade med stor overflade.

Høje fade anvendes kun til retter, hvor der er fare for at maden kan koge over, f.eks. nudler, ris, mælk, etc.

Runde og ovale fade

I runde og ovale forme bliver maden opvarmet mere ensartet end i kantede, idet mikrobølgeenergien koncentrerer sig i hjørnerne og maden derfor kan få for meget på disse steder.

Placering

Flere enkeltportioner, f.eks. små buddingeforme, kopper eller pillekartofler, placeres i en kreds på drejetallerknen. Der skal være afstand mellem portionerne, således at mikrobølgeenergien kan trænge igennem fra alle sider.

Tildækning

Ved tildækning forbliver fugtigheden i levnedsmidlet og tilberedningstiden forkortes. Ved tildækning anvendes et låg, mikrofilm eller en hætte. Mad der skal have en sprød overflade, f.eks. steg eller kylling, skal ikke tildækkes.

Omrøring

Omrøring af maden er nødvendig, idet mikrobølgerne først opvarmer de yderste lag. Derved bliver temperaturen fordelt og maden ensartet opvarmet.

Vending

Mellemstore stykker, som hamburger og steaks, vendes en gang under tilberedningen, for at forkorte tilberedningstiden. Større stykker, som steg og kylling skal vendes, idet den side der vender opad får mere mikrobølgeenergi og kan udtørre, hvis der ikke vendes.























Hvileperiode

Hvileperioden skal overholdes og er en af de vigtigste mikrobølge-regler. Næsten alt mad, der optøes, opvarmes eller tilberedes, har brug for en kortere eller længere hvileperiode, hvor temperaturudligningen finder sted og væsken i maden fordeles ensartet.

OPVARMNING

- Færdigretter i alubakker skal tages ud og varmes på en tallerken eller i et fad.
- Ved lukkede fader tages låget af.
- Maden tildækkes med mikrofilm, tallerken eller hætte (fås i handelen), for at overfladen ikke udtørres. Drikkevarer skal ikke tildækkes.
- Ved kogning af væsker som vand, kaffe, te eller mælk, anbringes en glasstav i fadet.
- Større mængder omrøres ind imellem, hvis muligt således, at der opnås en ensartet temperatur.
- Tiderne er angivet for levnedsmidler med en støtemperatur på 20°C. For levnedsmidler med køleskabstemperatur forhøjes opvarmningstiden meget lidt.
- Lad maden stå 1-2 minutter efter opvarmning, således at temperaturen bliver ensartet fordelt i maden (hvileperiode).
- De angivne tider er retningsgivende værdier, der kan variere alt efter starttemperatur, vægt, vandindhold, fedtindhold og det ønskede resultat etc.

Tablet: Opvarmning af drikkevarer og madvarer.

Drikkevarer/Madvarer	Mængde -g/ml-	Leistung - Trin-	Tid (Min)	Fremgangsmåde
Kaffe, 1 kop	150		1 - 1½	skal ikke tildækkes
Mælk, 1 kop	150		ca. 1½	skal ikke tildækkes
Vand, 1 kop	150		1 - 1½	skal ikke tildækkes, bringes i kog
6 kopper	900		7 - 9	skal ikke tildækkes, bringes i kog
1 Skål	1000		10 - 13	tildækkes, bringes i kog
Portionsanretning (grøntsager, kød og tilbehør)	400		4 - 6	Saucen dryppes med vand, kødet skæres i små stykker tildækkes, omrøres ind imellem
Sammenkogte retter	200		2 - 3	tildækkes, omrøres efter opvarmning
Suppe, klar	200		2 - 2½	tildækkes, omrøres efter opvarmning
Creamesuppe	200		2 - 3	tildækkes, omrøres efter opvarmning
Grøntsager	200		2½ - 3½	tilsæt evt. lidt vand,
	500		5 - 7	tildækkes, omrøres efter den halve opvarmningstid
Tilbehør	200		1 - 2½	dryppes med lidt vand,
	500		5 - 6	tildækkes, omrøres ind imellem
Kød, 1 skive	200		2½ - 3½	dryppes med lidt sauce, tildækkes
Fiskefilet	200		2½ - 3½	tildækkes
Pølser, 2 stk.	180		ca. 1½	skindet prikkes flere steder
Kage, 1 stk.	150		1/2 - 1	lægges på en kagerist
Babymad 1 glas	190		1 - 1½	låget tages af, efter opvarmning omrøres godt og temperaturen kontrolleres
Margarine eller smør smeltes	50		½ - 1	
Chokolade smeltes	100		ca. 3	omrøres ind imellem
6 blade husblas opløses	10		ca. ½	lægges i blød i koldt vand, trykkes fri for vand og kommes i en bouillonkop, omrøres ind imellem
Lagkagefyld til ¼ l væske	10		6 - 8	røres med sukker og 250 ml væske, tildækkes, omrøres godt ind imellem og efter opvarmningen

OPTØNING

Det frosne levnedsmiddel tages ud af emballagen og sættes til optøning på en tallerken.

Emballage og beholdere

Til optøning og opvarmning af madvarer, er mikrobølgeegnet emballage og beholdere, der kan tåle såvel dybfrost (indtil ca. -40°C) samt opvarmning (indtil ca. 220°C). De kan således benytte den samme emballage både til optøning, opvarmning og tilberedning uden at fylde over i andre fæde.

Tildækning

Før optøning tildækkes tyndere dele med strimler af alufolie. Dele der er let optøede eller varme, skal ligeledes tildækkes med strimler af alufolie. Dette forhindrer, at tyndere dele bliver for hurtigt varme, medens tykkere dele endnu er frosne.

Mikrobølgeeffekten

vælges hellere for lav end for høj. På denne måde opnår De et ensartet optøningsresultat. Er mikrobølgeeffekten for høj, bliver madens overflade varm, medens det midterste stadig er frossen.

Vending/omrøring

Næsten alle madvarer skal ind imellem vendes eller omrøres. Dele der er klæbet sammen, skal så hurtigt som muligt skilles ad og fordeles.

Små mængder

tør hurtigere og mere ensartet op end større mængder. Vi anbefaler derfor, om muligt, at nedfryse mindre portioner. På denne måde kan De hurtigt og let sammensætte en hel menu.

Sarte levnedsmidler

som lagkage, fløde, ost og brød skal ikke optøes fuldstændig, men kun optøes let og derefter færdigoptøes ved stuetemperatur. På denne måde undgås, at det yderste lag allerede er optøet, hvorimod det midterste stadig er frossen.

Hvileperioden

efter optøningen af levnedsmidler er især vigtig, idet optøningsforløbet fortsætter inden for dette tidsrum. I optøningstabellen finder De hvileperioderne for de forskellige levnedsmidler. Levnedsmidlerne skal videreforarbejdes hurtigst muligt efter hvileperioden og må ikke nedfryses igen.

Tablet: Optøning

Levnedsmidler	Mængde -g/ml-	Effekt = Trin-	Tid (Min)	Fremgangsmåde	Hvile-periode - Min-
Steg	1500	☼	32-36	lægges på en omvendt	30-90
(f.eks. flæske, okse, lamme, kalve)	1000	☼	21-25	tallerken, vendes efter den	30-90
	500	☼	12-14	halve optøningstid	30-90
Steaks, schnitzler, koteletter, lever	200	☼	4-6	vendes efter den halve optøningstid	10-15
Gullasch	500	☼	11-14	vendes ind imellem to gange (omrøres) og adskilles	15-30
Pølser 8 stk.	600	☼	7-10	lægges ved siden af hinanden,	5-10
4 stk.	300	☼	4-7	vendes efter den halve optøningstid	5-10
And/ kalkun	1500	☼	28-32	lægges på en omvendt tallerken vendes efter den halve optøningstid	30-90
Kylling	1200	☼	20-23	lægges på en omvendt tallerken, vendes efter den halve optøningstid.	30-90
	1000	☼	16-19	lægges på en omvendt tallerken, vendes efter den halve optøningstid	30-90
Kyllingelår	200	☼	4-7	vendes efter den halve optøningstid	10-15
Fisk, hele	800	☼	10-13	vendes efter den halve optøningstid	10-15
Fischfilet	400	☼	8-11	nach der halben Auftauzeit wenden	5-10
Rejer	500	☼	10-13	vendes efter den halve optøningstid og optøede dele tages ud	30
Rundstykker, 2 stk.	80	☼	ca. 1	optøes kun let	-
Fuldkornsbrød i skiver	250	☼	2-4	skiverne lægges ved siden af hinanden, optøes kun let	-
Toastskiver					
Blandet brød, helt	750	☼	9-12	vendes efter den halve optø- ningstid (midten er frossen)	15
Franskbrød, helt					
Kage, 1 stk.	150	☼	2-3 1/2	lægges på en kagerist	5
Flødeskumslagkage, 1 stk.		☼	ca. 1 1/2	lægges på en kagerist	10
Lagkage hel, 28 cm ø		☼	23-26	lægges på en kagerist	30-60
Smør	250	☼	2-4	optøes kun let	15
Frukt f.eks jordbær hindbær kirsebær blommer	250	☼	4-6	lægges jævnt fordelt ved siden af hinanden, vendes efter den halve optøningstid	5

De i tabellen angivne tider er retningsgivende værdier, der kan variere alt efter frysetemperatur, konsistens og vægt af levnedsmidlerne.

TILBEREDNING AF FRISKE GRØNTSAGER

- Vær opmærksom på ved indkøb af grøntsager, at de helst skal være ensartede. Dette er frem for alt vigtigt, hvis De vil tilberede grøntsagerne hele (f.eks. pillekartofler)
- Før tilberedningen vaskes grøntsagerne og gøres i stand. Den ønskede mængde til
- Opskriften afvejes og skæres i mindre stykker.
- Tilsæt krydderier som De plejer, salt tilsættes som regel først efter tilberedningen. Pr. 500 g grøntsager tilsættes ca. 5 spsk. vand. Ved grøntsager med stort fiberindhold skal der tilsættes lidt mere vand. Anvisninger hertil finder De i tabellen.
- Grøntsager tilberedes som regel i en skål med låg. Grøntsager med stort vandindhold, f.eks. løg eller pillekartofler, kan tilberedes i mikrofilm uden tilsætning af vand.
- Grøntsagerne vendes eller omrøres efter den halve tilberedningstid.
- Efter tilberedningen skal grøntsagerne stå i ca. 2 min., for at temperaturen fordeles ensartet (hvileperiode).
- De angivne tilberedningstider er retningsgivende og er afhængige af vægt, starttemperatur og grøntsagernes kvalitet, jo friskere grøntsager desto kortere tilberedningstid.

Tablet: Tilberedning af friske grøntsager

Grøntsager	Mængde -g-	Effekt - Trin -	Tid (Min.)	Ekstravand -spsk/ml	Fremgangsmåde
Hel spinat	300		6 - 9		rensens, afdrømmes godt, tildækkes, omrøres ind imellem, en- til to gange
Blomkål	800		17 - 20	5-6 spsk	1 helt hoved, tildækkes deles i buketter, omrøres ind imellem
	500		11 - 13	4-5 spsk	
Broccoli	500		11 - 13	4-5 spsk	deles i buketter, tildækkes, omrøres ind imellem
Champignon	500		8 - 11		hele hoveder, tildækkes, omrøres ind imellem
Kogte kartofler	500		10 - 12	150ml	skæres i ensartede stykker tilsæt lidt salt, tildækkes, omrøres ind imellem

TILBEREDNING AF KØD, FISK OG FJERKRÆ

- Vær opmærksom på ved indkøb, at stykkerne helst skal være ensartede. På denne måde opnår De et godt tilberedningsresultat.
- Kød, fisk og fjerkræ skal før tilberedningen skylles grundigt under rindende koldt vand og aftørres med køkkenrulle. Derefter fortsættes med den sædvanlige arbejdsgang.
- Oksekød skal være godt overhængt og må ikke have for mange sener.
- Selv om stykkerne er ensartede kan resultatet af tilberedningen falde forskelligt ud. Dette kan bl.a. skyldes kvaliteten af levnedsmidlet, forskelligt fedt- og vandindhold samt temperaturen før tilberedningen.
- Efter 15 minutters tilberedningstid, får man en naturlig brun overflade. For at opnå en sprød overflade, skal De anvende brunings-service eller først brune levnedsmidlet i ovnen og derefter stege det færdigt i mikrobølgeovnen. På denne måde får De samtidig sky som De kan anvende til sauce.
- Større kød-, fisk- og fjerkræstykker skal vendes efter den halve tilberedningstid, for at det bliver ensartet tilberedt på alle sider.
- Efter tilberedningen tildækkes det stegte kød med alufolie, lad det stå i ca. 10 min. (hvileperiode). I denne tid steger kødet videre, og saften fordeles ensartet og man undgår, at der går for meget saft til spilde ved udsukningen.

Tablet: Tilberedning af kød, fisk og fjerkræ

Kød, fisk og fjerkræ	Mængde -g-	Effekt - Trin -	Tid (Min)	Fremgangsmåde	Hvile-periode - Min -
Steg (flæske-, kalve-, lamme-)	500		18 - 20	(*) krydres efter smag, lægges i en Quicheform, vendes iflg. (*). Vendes efter den halve tilberedningstid	10
	1000		36 - 40		10
	1500		50 - 54		10
Fiskefilet	200		3 - 4	krydres efter smag, lægges på en tallerken, tildækkes	3
Kyllinger	1200		33 - 36	krydres efter smag, lægges i en Quicheform, vendes efter den halve tilberedningstid	3
Kyllingelår	200		3 - 5	krydres efter smag, lægges på en tallerken, tildækkes	3

GRILLFUNKTION

R-3G16(N) / R-3G17(N)

Tabel: Tilberedning af kø og fjerkræ

Efter tilberedningen tildækkes stegen med alufolie, lad den stå i ca. 10 min. (hvileperiode). I denne tid steger kødet videre og saften fordeler sig ensartet og man undgår, at der går for meget saft til spilde ved udkæringen.

Benyt risten ved grillning for at opnå en hurtig og ensartet bruning. Store, tykke levnedsmidler bliver grillet på drejetallerkenen.

Kød og fjerksæ	Mængde - g -	Indst	Effekt - Trin -	Grilltid - Min.-	Fremgangsmåde	Hvileperiode - Min.-
Steg (f.eks. flæske-, kalve-, lamme-)	500			7-9	(*) Krydres efter smag, lægges på en tallerken, stilles på drejetallerknen, vendes iflg (*).	10
				11-13(*)		
				6-8		
				5-7		
	1000			19-21		
				17-19(*)		
				5-7		
				16-18		
	1500			25-28		
				13-15(*)		
				3-5		
				23-26		
Roastbeef, medium	1000			17-19	Krydres efter smag, lægges på en tallerken med den fede side nedad, stilles på drejetallerkenen, vendes iflg. (*).	10
				8-10(*)		
				3-5		
	1500			22-24		
				8-10(*)		
				3-4		
Forloren hare	100			16-18	Farsen tilberedes, lægges i et gratinfad og steges på risten.	3
				5-7		
Kylling	1200			21-23	Nach Geschmack würzen, mit der Hautseite nach unten auf den Rost legen, nach (*) wenden	3
				9-11(*)		
				5-7		
Kyllingelår	200			3-5	Krydres efter smag, lægges på risten med indersiden nedad, vendes iflg. (*).	3
				7-9(*)		
				4-6		

R-3G16(N) / R-3G17(N)

Tabel: Grillning og gratinering af kød, gratiner og ostetoasts.

Ret	Mængde - g -	Indst	Grilltid - Min.-	Fremgangsmåde	Hvileperiode - Min.-
Steaks, 2 stk., medium	400			Lægges på risten, vendes iflg. (*), krydres efter grillningen	2
Lammekoteletter, 2 stk., medium	300			Lægges på risten, vendes iflg. (*), krydres efter grillningen	2
Grillpølser, 5 stk.				Lægges på risten, vendes iflg. (*).	10
Gratinering af gratiner o.a.				Gratinfadet stilles på risten	10
Ostetoast, 1 stk.				Toastbrødet ristes, smøres, belægges med 1 skive kogt skinke, 1 skive ananas og en skive smelteost, grilles på risten	1

VIGTIGE SIKKERHETSHENVISNINGER

ADVARSEL

Forebygging av ild

- **Mikrobølgeovner bør ikke drives uten oppsyn. For høye effektinnstillinger eller for lange tilberedningstider kan føre til at maten overopphetes og dt kan oppstå ild.**
- Høyden over mikrobølgeovnens oppstillingsflate må være minst 65 cm.
- Ovnene er ikke beregnet for innbygging i veggen eller i et innbyggingsskap.
- Stikkkontakten må alltid være tilgjengelig, slik at støpselet i et nødstilfelle alltid kan trekkes ut.
- Nettspenningen må alltid 230 V vekselstrøm, 50 Hz, og bør være utstyrt med en sikring på minst 10 A eller en sikringsautomat på minst 10 A.
- Det anbefales å kople ovnen til en separat strømkrets.
- Ovnene må ikke plasseres på steder der det utvikles varme, f.eks. i nærheten av en vanlig komfyr.
- Ovnene må ikke plasseres på steder med høy luftfuktighet eller der det kan dannes kondensvann.
- Ovnene må ikke lagres eller oppstilles utendørs.
- **LUKK ALDRI OPP DØREN** hvis mat som oppvarmes i mikrobølgeovnen begynner å ryke. Slå av ovnen, trekk ut støpselet og vent til maten ikke lenger ryker. Hvis døren åpnes i løpet av røykutviklingen kan dette føre til brann.
- Bruk kun beholdere og servise som er laget til bruk i mikrobølgeovner. Se tilsvarende henvisninger i vedlagt kokebok.
- La aldri ovnen være uten oppsyn, hvis det brukes kunststoff-, papir-, eller andre brennbare næringsmiddelbeholdere.
- Sprutvernet, ovnsrommet, den roterende tallerkenen eller den roterende tallerkenholderen må rengjøres etter bruk av ovnen. Disse komponentene bør være tørre og fettfrie. Fettsprut som ikke fjernes kan overopphetes, begynne å ryke eller antennes.
- Det må ikke lagres brennbare materialer i nærheten av ovnen eller ventilasjonsåpningene.
- Ventilasjonsåpningene må aldri blokkeres.
- Alle metallåser, tråder osv må fjernes fra mat og forpakning. Gnistdannelse på metalloverflater kan føre til brann.
- Mikrobølgeovnen må ikke brukes til frityrsteking, av mat i olje eller fett. Temperaturene kan ikke kontrolleres og fett kan antennes.
- Til lagring av popcorn bør det kun brukes popcorn-servise som er fremstilt til bruk i mikrobølgeovner.
- Det må ikke lagres mat eller andre gjenstander i ovnen.
- Innstillingene må kontrolleres etter at ovnen er startet for å sjekke at ovnen virker slik det ønskes.

Forebygging av skader

- Ikke bruk ovnen hvis den er skadet eller ikke fungerer som den skal. Kontroller følgende punkter før ovnen startes:
 - Døren (må ikke være bøyd/vridd)
 - Hengslene og sikkerhetslåsen i døren (må ikke være brukket eller løse).
 - Dørtetningene og tetningsoverflatene (må ikke være skadet).
 - Ovnsromveggene (må ikke være skadet på overflaten).
 - Nettkabelen og støpselet (må ikke være skadet).
- Forsøk aldri å innstille eller reparere ovnen selv. Ovnen må innstilles hhv. repareres av SHARP-service.
- Ovnene må ikke brukes med åpnet dør eller med en dørlås som er endret på en eller annen måte.
- Bruk aldri ovnen hvis det befinner seg gjenstander mellom dørtetningene og de overflatene som skal tettes.
- Unngå dannelse av fett eller smuss på dørtetningen og

tetningsoverflatene. Følg instruksene i "Pleie og rengjøring", side N-9.

- Personer med PACEMAKER bør spørre legen eller produsenten av pacemakeren etter forholdsregler ved bruk av mikrobølgeovner.
- Ikke prøv å skifte ut ovnsromlampe selv eller la noen andre gjøre dette som ikke er SHARP- autorisert elektriker. Ta kontakt med din forhandler eller med en autorisert SHARP kundeservice hvis ovnen er defekt.
- Hvis apparatets strømtilførselsledning er skadet, må den skiftes ut mot en spesiell ledning av en autorisert SHARP kundeservice.

Forebygging av elektriske støt

- Det ytre huset må under ingen omstendigheter fjernes.
- La aldri væsker trenge inn i åpningene til dørens sikkerhetslås eller ventilasjonsåpningene og stikk aldri gjenstander inn i disse åpningene. Hvis større mengder væske renner ut må du alltid straks slå av ovnen, trekke ut støpselet og tilkalle SHARP-service.
- Legg aldri strømkabelen hhv. støpselet i vann eller andre væsker.
- Nettkabelen må ikke legges over skarpe kanter på bordet eller arbeidsplaten.
- Nettkabelen må holdes unna oppvarmede overflater. (QACCVAO62WRE0; R-3G16(N) / R-3G17(N); QACCVAO63WRE1)

Forebygging av eksplosjoner og plutselig oppkoking

- Bruk aldri lukkede beholdere. Låser og deksler må fjernes. Lukkede beholdere kan eksplodere på grunn av trykkstigningen -også etter at ovnen er slått av.
- Utvis forsiktighet ved tilberedning av væsker. Bruk en bred beholder, slik at boblene slipper ut. Varm aldri opp væsker i beholdere med smal hals, f.eks. tåteflasker, da dette kan medføre at innholdet spruter ut av beholderen når det blir varmt, noe som kan føre til forbrenning. For å unngå at kokende væske plutselig spruter ut og eventuelt fører til skålding:
 - Rør om i væsken før oppvarming/gjenoppvarming.
 - Vi anbefaler å sette en glasspinne eller lignende ned i væsken under gjenoppvarmingen.
 - La væsken stå i ovnen på slutten av koketiden, slik at en forsinket eksplosjonsaktig koking forhindres.
- Ikke kok egg med skall, for de kan eksplodere. Ved koking eller oppvarming av egg som ikke røres eller piskes, må eggeplommen stikkes hull på slik at den ikke eksploderer. Før oppvarming i mikrobølgeovn må skallet på kokte egg fjernes og eggene kuttes i skiver.
- Skall eller hud på mat, som f.eks. poteter, pølser eller frukt, må stikkes hull på før kokingen slik at dampen kan slippe ut.

Forebygging av forbrenninger

- Det bør brukes grytekluter e.l. når maten tas ut av ovnsrommet, for å unngå forbrenning.
- Beholdere, popcorn-servise, poser osv. må alltid åpnes bort fra ansikt og hender, slik at dampen som trenger ut ikke fører til forbrenninger.
- Når ovnen åpnes må man gå litt bort fra døren slik at det unngås forbrenninger på grunn av damp og varme som kommer ut.
- Mat med fyll må alltid skjæres opp etter kokingen slik at dampen kan slippe ut. Slik unngår du forbrenninger.
- For å unngå forbrenning skal alltid matens temperatur kontrolleres og maten røres om i før servering. Vær spesielt oppmerksom på temperaturen i mat og drikke som gis til babyer, barn eller eldre. Beholderens

- Ettersom glasset i døren kan bli varmt når ovnen er i bruk, må mikrobølgeovnen plasseres minst 85 cm over gulvhøyde. Barn må holdes borte fra glasset i døren for å unngå forbrenninger.
- Når ovnen brukes til grilling, må du aldri berøre ovnsdøren, ytterveggene, baksiden, veggene i ovnsrommet, ventilåpningene, tilbehør og bestikk. Før du rengjør ovnen, må du påse at disse delene ikke lenger er varme.

Forebygging av at barn bruker ovnen på en gal måte

- Barn bør kun bruke ovnen under oppsyn av voksne.
- Ikke støtt deg mot ovnsdøren eller vipp samtidig som du henger i døren. Mikrobølgeovnen er ikke et leketøy!

R-3G16(N) / R-3G17(N)

- Barn bør gjøres kjent med alle viktige sikkerhetshenvisninger, f.eks. bruk av grytekluter og forsiktig løfting av lokk. Pass særlig på forpakninger som gjør maten sprøstekt (f.eks. selvbrunende materialer), fordi disse blir ekstra varme.

Ytterligere henvisninger

- Ovnen må aldri forandres på noen måte.
- Ovnen må ikke beveges mens den er i drift.
- Denne ovnen er kun laget til bruk i husholdninger og må kun brukes til tilberedning av mat. Den egner seg ikke til handelsbruk eller bruk i laboratorier.
- Støpselet må trekkes ut av stikkkontakten før ovnsromlampe skiftes ut (25 W / 220-230 V).

OBS!

Forebygging av defekter og skader på mikrobølgeovnen.

- Bruk aldri ovnen når den er tom. Ellers kan ovnen ta skade.
- Ved bruk av bruningskar eller selvoppvarmende materialer må det være plassert en varmekast isolasjon (f.eks. en porselens tallerken) mellom serviset og den

- roterende tallerkenen. Slik unngås skader på den roterende tallerkenen og holderen til den roterende tallerkenen på grunn av varme. Den oppgitte oppvarmingstiden for serviset må ikke overskrides.
- Ikke bruk metallservise, fordi mikrobølger reflekteres og dette fører til gnistdannelse. Ikke sett bokser inn i mikrobølgeovnen.
- Bruk kun den roterende tallerkenen og tallerkenholderen som er spesielt laget til denne ovnen.
- Unngå at den roterende tallerkenen sprekker:
 - Før tallerkenen rengjøres må den stå og avkjøle ett øyeblikk.
 - Ikke legg mat rett på den roterende tallerkenen.
 - Ikke sett varm mat eller varmt servise rett på den kalde roterende tallerkenen.
 - Ikke sett kald mat eller kaldt servise på den varme roterende tallerkenen.

R-3G16(N) / R-3G17(N)

- Bruk ikke plastkar ved tilberedningen hvis ovnen fremdeles er varm etter å ha blitt brukt til grilling, da karene i så fall kan smelte. Plastkar må aldri brukes under grilling, bortsett fra hvis produsenten av karene har garantert at de egner seg til dette.
- Mens ovnen er i gang, må det ikke plasseres gjenstander på det ytre huset.

HENVISNINGER

- Ved spørsmål vedrørende tilkopling av ovnen må du henvende deg til en autorisert elektriker.
- Verken produsent eller forhandler kan overta ansvar for skader på ovnen eller skader på personer som resultat av en feilaktig elektrisk tilkopling.
- Vaandamp og dråper kan oppstå på veggene i ovnsrommet hhv. rundt dørtetninger og tetningsoverflater. Dette er normalt og ikke tegn på utslipp av mikrobølger eller en annen feilfunksjon.

OPSTILLINGSANVISNINGER

- Alt forpakkingsmateriale må fjernes fra ovenns indre deler, beskyttelsesfolie og merkelapper må fjernes fra ovnsdøren.
- Mikrobølgeovnen må ikke brukes hvis den er skadet.
- Mikrobølgeovnen må plasseres på en flat, rett overflate som er stabil nok til å tåle ovenns vekt og maten som er i.

- Støpselet til mikrobølgeovnen må settes i en normal, jordet stikkontakt.
- **R-2V16(N) / R-2V16S(N) / R-3G16(N) / R-3G17(N)**
- Sørg for at tidsinnstillingsbryteren er satt i stilling "●".

BETJENINGSHENVISNINGER

GENERELT

R-2V16(N) / R-2V16S(N) / R-3G16(N) / R-3G17(N)

I kokeboken finner du utførlige anvisninger for hver oppskrift, her skal det kun beskrives grunnleggende henvisninger vedrørende bruken.

- Trytt på knappen til dørråperen, lukk opp døren og sett maten på den roterende tallerkenen.
- Hvis tidsinnstillingsbryteren skal stå på mindre enn ett minutt, må tidsinnstillingsbryteren først dreies over ett-minutt-markeringen og deretter tilbake til ønsket tid.
- Hvis tilberedningen skal avbrytes før den innstilte tiden er utløpt, må tidsinnstillingsbryteren dreies tilbake til

"●" eller ovnsdøren åpnes. Ovnsdøren kan alltid åpnes i løpet av tilberedningen (da blir tidsinnstillingen stående, slik at det tydelig vises hvor lang tilberedningstid som er igjen). For å fortsette tilberedningen, lukkes ganske enkelt ovnsdøren. I løpet av tilberedningen kan tilberedningstiden endres idet man innstiller en ny tilberedningstid.

ADVARSEL:

Ikke glem å sette tidsinnstillingsbryteren tilbake til "●" etter tilberedningen. Ellers starter mikrobølgeovnen straks døren lukkes.

MIKROBØLGE TILBEREDNING

Det finnes fem forhåndsinnstilte effektnivåer for ovnen din.

NIVAER	MIKROBØLGE-STYRKE	WATT R-2V16(N)/R-2S56(N)/57(N)	WATT R-3G16(N)/17(N)	DISPLAY R-2S56(N)/57(N)
HIGH	100%	700	750	100P
MEDIUM HIGH	70%	490	525	70P
MEDIUM	50%	350	375	50P
MEDIUM LOW	30%	210	225	30P
LOW	10%	70	75	10P

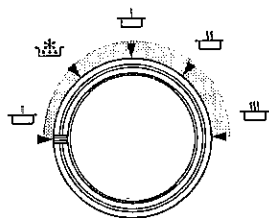
MERK:

Hvis du hopper over effektnivået du ønsker, fortsett å trykke EFFEKTNIVÅ tasten () til det ønskede nivået er nådd igjen.

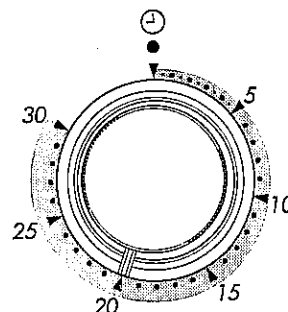
Hvis det ikke velges nivå, vil nivået 100% automatisk stilles inn.

KOKING MED TIDSURET R-2V16(N) / R-2V16S(N)

1. Still mikrobølgekontrollen inn på ønsket styrke.



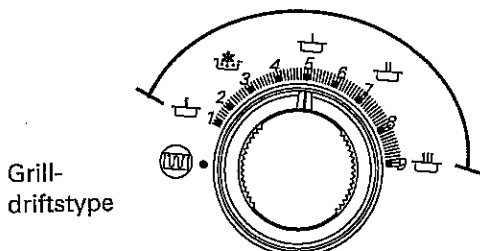
2. Still tidsuret inn på ønsket koketid. Ovnen begynner kokingen.



* Når tilberedningstiden er over går tidsinnstillingsbryteren tilbake til "●", deretter lyder en signaltone og ovnen og ovnstomlyset slås automatisk av.

TILBEREDNING MED MIKROBØLGE/TILBEREDNING MED GRILL R-3G16(N) / R-3G17(N)

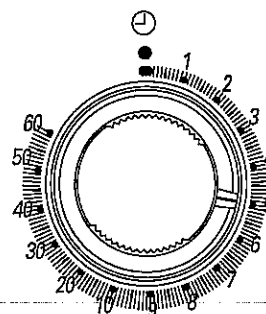
1. Grill- og mikrobølgebryteren innstilles som ønsket.



Mikrobølge-
driftstype

Grill-
driftstype

2. Tidsinnstillingsbryteren innstilles på ønsket tilberedningstid. Tilberedningen begynner *



* Når tilberedningstiden er over går tidsinnstillingsbryteren tilbake til "●", deretter lyder en signaltone og ovnen og ovnstomlyset slås automatisk av.

FÖR BRUK R-2S56(N) / R-2S57(N)

Plugg inn stikkontakten til ovnen.

*Ovnens anviser viserw .

Bruk av STOPP tasten

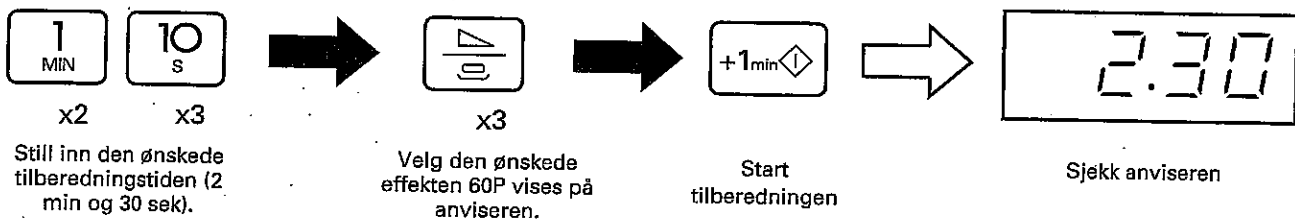
STOPP tasten () benyttes til å:

1. Slette en feil under programmeringen.
2. Stoppe ovnen midlertidig under tilberedningen.
3. Annullere et program under tilberedningen, trykk to ganger.




MANUELLER PROGRAMMER R-2S56(N) / R-2S57(N)

Ved hjelp av de manuelle programmene kan ovnen programmeres for opp til 99 minutter, 90 sekunder. Når ovnen har avsluttet programmet, vises null igjen på anviseren.

Eksempel: La oss si at du ønsker å varme opp suppe i 2 minutter og 30 sekunder med 50% effekt.



MERK

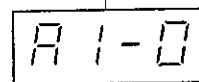
1. Hvis døren åpnes under tilberedningsprosessen, stopper tilberedningstiden på anviseren automatisk. Tilberedningstiden begynner å gå igjen når døren lukkes og PLUS/START tasten () trykkes.
2. Hvis du ønsker å sjekke effektnivået under tilberedningen, trykk EFFEKTNIVÅ tasten (). Effektnivået vises så lenge som du holder fingeren på EFFEKTNIVÅ tasten ().

AUTOMATISKE PROGRAMMER R-2S56(N) / R-2S57(N)

AUTOMATISKE PROGRAMMER bestemmer automatisk den korrekte mikrobølge-effekten og tilberedningstiden. Du kan velge mellom ti AUTOMATISKE menyer.

Dette trenger du å vite for å benytte den automatiske funksjonen:

menynummer



porsjon

1. Meldinger på anviseren:

- Når AUTOMATIKK tasten trykkes, vil følgende vises på anviseren.

- Hvis det kreves en handling (f.eks. å snu maten), stopper ovnen og de akustiske signalene gis, den gjenværende tilberedningstiden vises på anviseren. Trykk PLUS/START tasten () for å fortsette tilberedningen. Detaljerte instruksjer er gitt i tilberedningsskjemaet.

2. Innlegging av menyen:

Menyen kan legges inn ved å trykke på AUTOMATIKK tasten til det ønskede menynummeret vises.

3. Innlegging av vekt eller mengde:

- Matens vekt eller mengde kan legges inn ved å trykke EFSEKTNIVÅ/PORSJON tasten (). Antall ganger tasten må trykkes tilsvarer vekten eller mengden av maten som skal tilberedes. Informasjoner om innlegging av vekt eller mengde er gitt i tilberedningsskjemaet eller på menyetiketten.

- Påse at EFSEKTNIVÅ/PORSJON tasten () trykkes etter at menyen er valgt, ellers vil ikke ovnen starte.

- Legg kun inn matens vekt, ikke vekten til beholderen.

- For mat som veier mer eller mindre enn vekt/mengde angitt i tilberedningsskjemaet, skal de manuelle programmene benyttes.

- Følg instruksene i tilberedningsskjemaet, slik at resultatet blir best mulig.

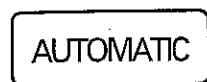
4. Sluttemperaturen vil variere avhengig av matens begynnelsestemperatur. Kontroller at maten er ferdig etter tilberedningen. Om nødvendig kan tilberedningstiden forlenges og effektnivået endres manuelt.

AUTOMATIKK tast

AUTOMATIC

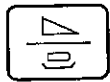
Ved hjelp av AUTOMATIKK tasten bestemmes automatisk den korrekte mikrobølge-effekten og tilberedningstiden.

Eksempel: La oss si at du ønsker å lage grateng, med en vekt på 1 kg.



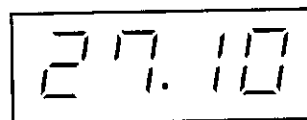
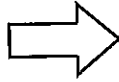
x7

Velg AUTOMATISK meny, A7-0 vises på anviseren.



x4

Legg inn mengden, A7-4 vises på anviseren.



Etter 2 sekunder starter ovnen. Kontroller anviseren.

ANDRE PRAKTISKE FUNKSJONER R-2S56(N) / R-2S57(N)

PLUS/START () TAST







PLUS/START () tasten benyttes til å utføre følgende funksjoner:

1. **Direkt start** Du kan begynne å lage maten direkte med 100% mikrobølge-effekt og i skritt på 1 minutt ved å trykke PLUS/START () tasten





MERK: For å unngå at barn betjener tasten, kan PLUS/START () tasten kun benyttes innen 1 minutt etter en foregående handling.

2. **Forlengelse av tilberedningstiden** Du kan forlengere tilberedningstiden med multipla av 1 minutt ved å trykke PLUS/START () tasten under tilberedningsprosessen.

AUTOMATIKK SKJEMA R-2S56(N) / R-2S57(N)

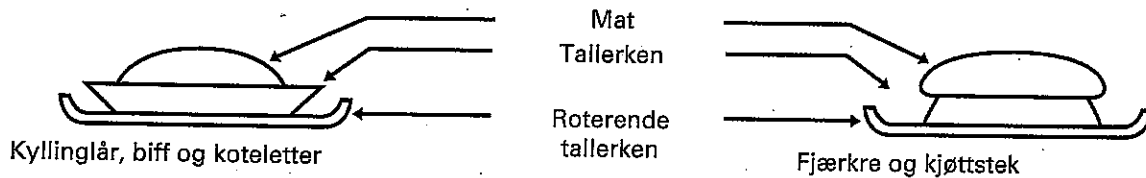
Meny-nummer	Matvarer & mengde (utstyr)	Enheter pr. tast-trykk	Matens begynnelsestemperatur	Fremgangsmåte	Anbefalte menyer
1.	 Drikk 1-5 kopper 150ml/kopp (kopp)	150ml	20°C Romtemperatur	<ul style="list-style-type: none"> • Sett drikken på den roterende tallerkenen utenfor midtpunktet. • Rør om etter oppvarming og la drikken stå i ca. 1-2 minutter. 	Kaffe
MERK: Hvis matens begynnelsestemperatur er 5°C (+/- 2°C), kjøleskap-temperatur, skal den tilberedes manuelt.					
2.	 Supper Gryteretter 1-4 kopper 200ml/kopp (kopp + mikrobølgeplastemballasje eller lokk)	200ml	20°C Romtemperatur	<ul style="list-style-type: none"> • Sett koppene på den roterende tallerkenen utenfor midtpunktet. • Dekk over med mikrobølgeplastemballasje eller lokk. • Rør om etter oppvarming og la maten stå i ca. 1-2 minutter. 	
MERK: Hvis matens begynnelsestemperatur er 5°C (+/- 2°C), kjøleskap-temperatur, skal den tilberedes manuelt.					
3.	 Kokte poteter, Bakte poteter 0,2-0,8kg (bolle + lokk)	200g	20°C	<p>Kokte poteter</p> <ul style="list-style-type: none"> • Skrell potetene og skjær dem opp i like store biter, alt etter hva som behøves. • Legg dem i en bolle. • Tilsett den nødvendige mengden vann (ca. 2 ss. pr. 100g) og litt salt. • Legg på et lokk. • Når ovnen stopper og det akustiske signalet gis, rør om og legg på lokket igjen. • La potetene stå i 1-2 minutter etter tilberedningen. <p>Bakte poteter</p> <ul style="list-style-type: none"> • Velg ut poteter med samme størrelse og vask dem. • Legg dem i en bolle. • Tilsett den nødvendige mengden vann (ca. 2 ss. pr. 100g) og litt salt. • Legg på et lokk. • Når ovnen stopper og det akustiske signalet gis, rør om og legg på lokket igjen. • La potetene stå i 1-2 minutter etter tilberedningen. 	
4.	 Frosne grønnsaker 0,2-0,6kg (bolle + lokk)	200g	-18°C	<ul style="list-style-type: none"> • Tilsett 1-3 ss. vann (for sopp er det ikke nødvendig å tilsette vann). • Legg på et lokk. • Når ovnen stopper og det akustiske signalet gis, rør om og legg på lokket igjen. • La maten stå i ca. 1-2 minutter etter tilberedningen. 	
MERK: Hvis de frosne grønnsakene sitter fast i hverandre, skal de tilberedes manuelt.					
5.	 Ferske grønnsaker 0,2-0,6kg (bolle + lokk)	200g	20°C	<ul style="list-style-type: none"> • Tilsett den nødvendige mengden vann og salt etter ønske (1 ss. pr. 100g). • Skjær opp grønnsakene i småbiter, f.eks. strimler, terninger eller skiver. • Legg på et lokk. • Når ovnen stopper og det akustiske signalet gis, rør om og legg på lokket igjen. • La maten stå i ca. 1-2 minutter etter tilberedningen 	Blomkål Broccoli Fennikel Purre Pepper Rosenkål Squash Spinat
7.	 Fiskefilet med saus 0,4-1,2kg fisk: 0,2-0,6kg saus 0,2-0,6kg (terte-form)	400g Fisk: 200g Saus: 200g	Fish 5°C Sauce ~20°C	<ul style="list-style-type: none"> • Legg fiskefileten i en tert-form med de tynne endene inn mot midten. • Hell den ferdiglagde sausen over fiskefileten. • Dekk over med mikrobølgeplastemballasje. • La maten stå i ca. 1-2 minutter etter tilberedningen. 	Fisk: Torsk, Uer, Sei. Saus: Provençal-saus, Pikant saus, Ostesaus med purre, Karrisaus.

Se oppskrifter på sauser side N-8.

Meny-nummer	Matvarer & mengde (utstyr)	Enheter pr. tast-trykk	Matens begynnelsestemperatur	Fremgangsmåte	Anbefalte menyer
6.	 Grateng 0,5-1,5kg (flat, oval grateng-form)	200g	20°C	<ul style="list-style-type: none"> Lag gratengen som beskrevet i den vedlagte kokeboken. La maten stå med lokket på i ca. 5-10 minutter etter tilberedningen. 	Spinat-grateng
8.	 Kyllinglår 0,2-0,6kg (terte-form) Ingredienser for 0,6kg kyllinglår (2-3 stykker) 1 ss. olje 1/2 ts. salt 1/2 ts. paprika, søt litt rosmarin	200g	5°C	<ul style="list-style-type: none"> Blandingrediensene og hell dem over kyllinglårene. Stikk hull i skinnet på kyllinglårene. Legg kyllinglårene i en tert-form med de tynne endene inn mot midten. Dekk over med mikrobølge-plastemballasje. Når ovnen stopper og det akustiske signalet gis, snu kyllinglårene. La maten stå i ca. 3 minutter etter tilberedningen. 	Kyllinglår.
9.	 Automatisk opptining 1 Fjærkre 1,0-1,5 kg	(Se MERK på neste side.) 250g	-18°C	<ul style="list-style-type: none"> Legg en tallerken opp-ned på den roterende tallerkenen og legg fjærkreet på denne. Når ovnen stopper og det akustiske signalet gis, snu maten. Når ovnen stopper og det akustiske signalet gis, snu maten igjen. La maten stå innpakket i aluminiumsfolien i 30-90 minutter etter opptiningen, slik at den tiner helt. 	
	Kyllinglår 0,25-0,75kg	250g	-18°C	<ul style="list-style-type: none"> Legg kyllinglårene på en tallerken. Når ovnen stopper og det akustiske signalet gis, snu maten og ordne den igjen. Når ovnen stopper og det akustiske signalet gis, snu maten igjen. La maten stå innpakket i aluminiumsfolien i 10-30 minutter etter opptiningen, slik at den tiner helt. 	
	Biff, koteletter 0,25-0,75kg (ca. 1,5-2cm tykkelse)	250g	-18°C	<ul style="list-style-type: none"> Legg maten på en tallerken i ett lag med de tynnere delene i midten. Hvis porsjonene henger sammen, prøv å ta dem fra hverandre så fort det er mulig. Når ovnen stopper og det akustiske signalet gis, snu maten og ordne den igjen. Når ovnen stopper og det akustiske signalet gis, snu maten igjen. La maten stå innpakket i aluminiumsfolien i 10-30 minutter etter opptiningen, slik at den tiner helt. 	
10.	 Automatisk opptining 2 Kjøttstek 0,5-1,5 kg	(Se MERK nedenfor.) 200g	-18°C	<ul style="list-style-type: none"> Biff, koteletter og kyllinglår bør fryses ned i ett lag. Etter å ha snudd maten skal de opptinte stedene beskyttes med små, flate biter av aluminiumsfolie. Fjærkre og kjøtt bør tilberedes umiddelbart etter opptiningen. Plassér maten i mikrobølgeovnen som vist nedenfor: 	

MERK: Automatisk opptining

- 1 Biff, koteletter og kyllinglår bør fryses ned i ett lag.
- 2 Etter å ha snudd maten skal de opptinte stedene beskyttes med små, flate biter av aluminiumsfolie.
- 3 Fjærkre og kjøtt bør tilberedes umiddelbart etter opptiningen.
- 4 Plassér maten i mikrobølgeovnen som vist nedenfor:

**Oppskrifter R-2S56(N) / R-2S57(N)****FISKEFILET MED SAUS****Torsk med provençal-saus****Ingredienser**

- | | |
|-------------|---|
| 15-20g | smør |
| ca. 75g | sopp i skiver |
| 1 lite fedd | hvitløk (knust) |
| 40-50g | pipeløk |
| 600g | hermetiske tomater uten saft, dryppes godt av |
| 1 ts. | sitronsaft |
| 1 1/2 ss. | tomatketchup |
| 1/2-1 ts. | tørket basilikum |
| | pepper, salt |
| 600g | torskefilet |

Tilberedning

- 1 Kok smør, sopp, løk og hvitløk i en erte-form i 3-4 min på 100%.
- 2 Bland i tomater, sitronsaft, ketchup, basilikum, pepper og salt.
- 3 Legg fiskefileten på grønnsakene og hell over sausen og litt grønnsaker.
- 4 Tilbered med AUTOMATIKK A6 "Fiskefilet med saus", tildekket med mikrobølge-folie.

Fish Fillet with Leek-Cheese-Sauce**Ingredienser**

- | | |
|-----------|-------------------------|
| 40g | smør |
| 125g | pipeløk |
| 1/2 ts. | tørket merian |
| 30g | mel |
| 375ml | melk |
| 75g | revet Gruyere-ost |
| | salt, pepper |
| 1 1/2 ss. | hakket persille |
| 600g | fiskefilet (f.eks. sei) |

Tilberedning

- 1 Ta smør, løk og merian i en ildfast form og varm det opp i 3-4 min ved 100%.
- 2 Rør inn melet og tilsett melken. Rør om til det blir en jevn saus.
- 3 La det koke i 3-4 min på 100% uten lokk.
- 4 Rør inn osten og smak til med krydder.
- 5 Legg fiskefileten i en erte-form og hell over sausen.
- 6 Tilbered med AUTOMATIKK A6 "Fiskefilet med saus", tildekket med mikrobølge-folie.
7. Ta ut fisken etter tilberedningen og rør godt om i sausen.

- MERK:**
1. Disse opplysningene gjelder for 1,2kg. Hvis du ønsker å lage mindre enn 1,2 kg, må du tilpasse (reducere) ingrediensene i sausen og også sausens tilberedningstid.
 2. Hvis du ønsker å lage sausen for torskefilet med provençal-saus eller fiskefilet med pikant saus tykkere, ta ut fisken etter tilberedningen og rør i litt fortykningsmiddel for saus (følg bruksanvisning på pakken)

Fiskefilet med pikant saus**Ingredienser**

- | | |
|----------|--------------------------------|
| 450g | hermetiske tomater, dryppes av |
| ca. 150g | mais |
| 2 ts. | chilisaus |
| 30g | løk, finhakket |
| 2 ts. | rødvins-eddik |
| 1/4ts. | sennepepper |
| Litt | timian |
| Litt | kajennepepper |
| 600g | fiskefilet (f.eks. uer) |

Tilberedning

- 1 Bland ingrediensene til sausen.
- 2 Legg fiskefileten (f.eks. uer-filet) i en erte-form og hell sausen over fiskefileten.
- 6 Tilbered med AUTOMATIKK A6 "Fiskefilet med saus", tildekket med mikrobølge-folie.

Fiskefilet med karri-saus**Ingredienser**

- | | |
|-------------|-------------------|
| 30g | smør |
| 20g | hakkede mandler |
| 1-1 1/2 ss. | karri |
| 25g | mel (sammalt) |
| 30g | rosiner |
| 150g | ananas (småbiter) |
| 100 ml | kraft |
| 100 ml | ananasassaft |
| 100g | sur fløte |
| 75g | erter (frosne) |
| | salt, pepper |
| 600g | fiskefilet (sei) |

Tilberedning

- 1 Varm opp smør, mandler og karri med lokk i 1-2 min på 100%.
- 2 Tilsett mel og rør godt om.
- 3 Tilsett rosiner, ananas, ananasassaft, kraft og fløte under omrøring.
- 4 La det koke i 2-3 min med lokk på 100% og rør om etterpå.
- 5 Tilsett erter og rør om.
- 6 Smak til med salt og pepper.
- 7 Legg fiskefileten i en erte-form og hell over sausen.
- 6 Tilbered med AUTOMATIKK A6 "Fiskefilet med saus" med lokk.

RENGØRING OG PLEIE

OBS!

IKKE BRUK VANLIGE OVNSRENGJØRINGSMIDLER, SKURENDE ELLER SKARPE RENGJØRINGSMIDLER ELLER STÅLULL I MIKROBØLGEOVNEN.

På utsiden

Utsiden av ovnen rengjøres med mildt såpevann. Såpevannet må tørkes grundig av med en fuktig klut og deretter må det tørkes nok en gang med et håndkle.

Betjeningsfelt

Før rengjøring skal døren åpnes, slik at betjeningsfeltet settes ut av funksjon. Utvis forsiktighet ved rengjøring av betjeningsfeltet. Bruk kun en klut fuktet med vann og tørk forsiktig over betjeningsfeltet til det er rent. Unngå å bruke større mengder vann. Ikke bruk noen type kjemisk rengjøringsmiddel eller skurepulver.

OBS!

I løpet av rengjøringen må tidsinnstillingsbryteren ikke dreies ut av posisjon "●" (AV). Ellers koples ovnen straks på når døren lukkes.

På innsiden

- Etter hver gangs bruk må fremdeles varme ovnen tørkes av med en myk, fuktig klut eller svamp for å fjerne svak smuss. Ved sterk smuss må det brukes mildt såpevann og deretter tørkes grundig av flere ganger med en myk, fuktig klut eller svamp, helt til alle rester er fjernet.
- Pass på at det ikke kommer såpevann eller vann inn i de små åpningene på veggen, ellers kan mikrobølgeovnen ta skade.
- Ikke bruk spray-rengjøringsmidler i ovnsrommet.

Roterende tallerken og roterende tallerken-holder
Ta først den roterende tallerkenen og holderen ut av ovnsrommet. Den roterende tallerkenen og holderen rengjøres med mildt såpevann og tørkes med en myk klut. Begge deler tåler vask i oppvaskmaskin.

Ovnsder

Døren må tørkes ofte av på begge sider med en fuktig klut, for å fjerne smuss.

Rist R-3G16(N) / R-3G17(N)

Denn risten må rengjøres med et mildt oppvaskmiddel og tørkes. Risten tåler vask i oppvaskmaskin.


FUNKSJONSKONTROLL

Kontroller følgende punkter før du tilkaller service.

1. Strømforsyning

Kontroller om støpselet er riktig koplet til en spenningsførende stikkontakt. Se etter at sikring og sikringsautomaten er i orden.

2. Sett et målebeger med ca 150 ml vann inn i ovnsrommet og lukk døren.

Sett mikrobølgebryteren på  (HIGH) og tidsinnstillingsbryteren på 1 minutt.

Lyser ovnsromlampe?

JA _____ NEI _____

Dreier den roterende tallerkenen seg?

JA _____ NEI _____

HENVISNING: Den roterende tallerkenen dreier seg i begge retninger.

Virker ventilasjonen?


JA _____ NEI _____

(Legg hånden din over ventilasjonsåpningene og kontroller om det kommer ut luft.)

Er vannet i målebegeret blitt varmt etter den ferdig ut-førte kontrollen?

JA _____ NEI _____

3. R-3G16(N) / R-3G17(N)

Grill- og mikrobølgebryteren settes i posisjon 

Tidsinnstillingsbryteren settes på tre minutter.

Blir grill-varmeelementet rødt etter tre minutter?

JA _____ NEI _____

Hvis du har svart "NEI" på ett av disse spørsmålene, må du ringe til forhandleren eller en autorisert SHARP-service og gi beskjed om resultatet av kontrollen.

KJÆRE KUNDE

Vi gratulerer deg med din nye mikrobølgeovn, som fra nå av vil lette arbeidet i huset for deg betydelig. Du vil bli positivt overrasket over alt man kan gjøre med en mikrobølgeovn. Du kan ikke bare tine og varme opp raskt, men også tilberede komplette menyer.

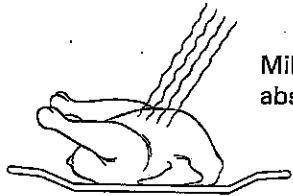
Hvis du har valgt en grill-mikrobølgeovn, kombinerer denne alle fordelene til en rask mikrobølgeovn med fordelene til en grill, som med sin varme sørger for en sprø brun skorpe. Vi vil anbefale deg å lese nøye gjennom bruksanvisningen inklusive rådgiveren. Dermed vil det være enkelt for deg å betjene ovnen.

Lykke til med din nye mikrobølgeovn.
Ditt mikrobølge-team.

VERDT Å VITE OM MIKROBØLGER

Mikrobølger setter vannmolekylene i matvarer i vibrasjon. Grunnet friksjonen som oppstår produseres det varme, som sørger for at matvarene tiner, varmes opp eller tilberedes.

Matvare



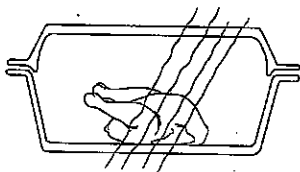
Mikrobølgene absorberes

EGNET UTSTYR

Glass, glass-keramikk og porselen.

Varmebestandig utstyr av glass, glass-keramikk eller porselen er velegnet. Det må imidlertid ikke være metallholdig (f.eks. blykristall) eller være utstyrt med et metallsjikt (f.eks. gullrand, koboltblått).

Glass, porselen, keramikk, kunststoff, papir etc.



Mikrobølgene trenger igjennom

Keramikk

er generelt sett godt egnet. Keramikken må være glasert, da det kan trenge fuktighet inn i uglasert keramikk. Fuktigheten vil varme opp materialet og kan føre til at det brister.

UTSTYR FOR GRILLBRUK

R-3G16(N) / R-3G17(N)

For grillbruk kan ethvert varmebestandig utstyr benyttes som er egnet for konvensjonell grilling, f.eks. porselen, keramikk, glass og utstyr av metall.

Ved mikrobølgetilberedning med påfølgende grilling må utstyret være mikrobølgeegnet og varmebestandig. Velegnet er f.eks. ildfaste glass- og keramikkformer.

Kunststoff og papirutstyr

Varmebestandig, mikrobølgeegnet kunststoff- eller papirutstyr er egnet for opptining, oppvarming og tilberedning. Vær oppmerksom på produsentens informasjon.

Mikrobølgefolie

eller varmebestandig folie er godt egnet til å dekke over eller legges rundt matvarene. Vær oppmerksom på produsentens informasjon.

Stekeposer

kan benyttes i mikrobølgeovn. Metallklips er imidlertid ikke egnet til å lukke posene, da stekeposefolien kan smelte. Bruk hyssing for å lukke posen og stikk hull i posen på flere steder med en gaffel. Ikke varmebestandig folie, f.eks. plastfolie (gladpack), er ikke å anbefale for mikrobølgeovner.

Bruningsservice

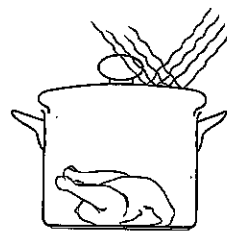
er et spesielt mikrobølgeservice av glass-keramikk med en metallegering i bunnen som sørger for at matvarene blir brune.

Ved bruk av bruningsservice skal det legges en egnet isolator, f.eks. en porselenstallerken, mellom den roterende tallerkenen og bruningsskålen. Forhåndsoppvarmingstiden angitt av produsenten må overholdes nøye. En overskridelse av denne tiden kan medføre skader på den roterende tallerkenen og dennes holder eller utløse ovnens beskyttelsessikring og dermed kople ut ovnen.

Metall

bør normalt ikke benyttes, da mikrobølgene ikke kan trenge igjennom metall og dermed ikke kan nå frem til maten. Det finnes imidlertid unntak: Småle strimler av aluminiumsfolie kan brukes til å dekke over deler som ikke bør tine eller tilberedes for raskt (f.eks. vingene på en kylling).

Metall



Mikrobølgene reflekteres

Små metallspidd og aluminiumsskåler (f.eks. for ferdige retter) kan brukes. De må imidlertid være små i forhold til maten, f.eks. må aluminiumsskåler være fylt minst 2/3 til 3/4 med mat. Det er å anbefale å fylle over maten i mikrobølgeegnet utstyr.

Ved bruk av aluminiumsskåler eller annet metallutstyr skal det være en minimumsavstand på ca. 2,0 cm til veggene i ovnsrommet, da disse ellers kan påføres skader grunnet en mulig gnistdannelse.

Det må ikke benyttes utstyr med metallsjikt, metalldele eller omsluttet metall, f.eks. med skruer, bånd eller håndtak.

TIPS OG TEKNIKKER

Innstilling av tidene

Opptinings-, oppvarmings- og tilberedningstidene er vanligvis betydelig kortere enn i en konvensjonell ovn. Hold deg derfor til tidene som er anbefalt i denne rådgiveren. Innstill tidene heller litt for korte enn for lange. Foreta en test etter tilberedningen. Det er bedre å måtte tilberede maten litt til enn at den har vært for lenge i ovnen.

Utgangstemperatur

Opptinings-, oppvarmings- og tilberedningstidene er avhengige av matvarens utgangstemperatur. Frosne matvarer og matvarer med kjøleskåptemperatur trenger f.eks. lengre tid enn matvarer med romtemperatur.

For oppvarming og tilberedning av matvarer går man ut fra normale lagringstemperaturer (kjøleskåptemperatur ca. 5°C, romtemperatur ca. 20°C). For opptining av matvarer går man ut fra en dypfrysningstemperatur på -18°C.

Alle tider som er angitt

i denne rådgiveren er cirkverdier som kan variere alt etter matvarens utgangstemperatur, vekt, ferskhets og beskaffenhet (vann-, fettinnhold etc.).

Tilsetning av vann

Grønnsaker og andre spesielt vannholdige matvarer kan tilberedes i deres egen kraft eller kun tilsatt litt vann. På denne måten beholder matvarene mange vitaminer og mineraler.

Fettholdige matvarer

Kjøtt med fettstrimler og fettsjikt tilberedes raskere enn magert kjøtt. Dekk derfor over disse delene med litt aluminiumsfolie under tilberedningen eller legg maten med fettsiden ned.

Små og store mengder

Mikrobølgetidene er direkte avhengige av mengden av matvaren som skal tines opp, varmes opp eller tilberedes. Dette betyr at små porsjoner tilberedes raskere enn store.

Som tommelfingerregel gjelder:

DOBBELT MENGDE = NESTEN DOBBELT SÅ LANG TID

HALV MENGDE = HALVPARTEN SÅ LANG TID

Høye og flate beholdere

Begge beholdertypene kan romme det samme innholdet, men med den høye beholderen er tilberedningstiden lengre enn i den flate. Flate beholdere med stor overflate er derfor å foretrekke.

Høye beholdere bør kun benyttes for retter som kan koke over, f.eks. nudler, ris, melk etc.

Runde og ovale beholdere

I runde og ovale former tilberedes maten bedre enn i former med hjørner, da mikrobølgeenergien konsentreres i hjørnene og maten dermed kan bli stekt/kokt for mye på disse stedene.

Plassering

Flere enkeltporsjoner, f.eks. puddingformer, kopper eller poteter med skrell plasseres ringformet på den roterende tallerkenen. La det være litt avstand mellom porsjonene, slik at mikrobølgeenergien kan trenge inn fra alle sider.

Tildekking

Ved å dekke over maten holdes fuktigheten i maten og tilberedningstiden forkortes. For å dekke over kan det benyttes et lokk, mikrobølgefolie eller et deksel. Matvarer det skal dannes skorpe på, f.eks. stek eller kylling, må ikke dekkes over.

Omrøring

Det er nødvendig å røre om i maten, da mikrobølgene først varmer opp de ytre områdene. På denne måten utjevnes temperaturen og maten varmes opp jevnt.

Vending

Mellomstore deler, som hamburgere og biff, må vendes en gang i løpet av tilberedningsprosessen, slik at tilberedningstiden forkortes. Store deler, som stek og kylling, må vendes, da siden som vender opp får mer mikrobølgeenergi og vil bli tørr hvis maten ikke snues.

Standtid

Å overholde standtiden er en av de viktigste mikrobølgeovn-reglene. Nesten alle matvarer som tines opp, varmes opp eller tilberedes i mikrobølgeovn trenger en kortere eller lengre standtid. I løpet av standtiden utjevnes temperaturen og væsken fordeles jevnt i maten.

OPPVARMING

- Ferdige retter i aluminiumsbeholdere bør taes ut og varmes opp på en tallerken eller i en skål.
- Hvis beholderen er lukket skal lokket fjernes.
- Maten dekkes over med mikrobølgefolie, tallerken eller deksel (er å få kjøpt), slik at overflaten ikke blir tørr. Drikker må ikke dekkes over.
- Ved koking av væsker som vann, kaffe, te eller melk skal det settes en glasstav ned i beholderen.
- Om mulig bør større mengder røres om under tilberedningen, slik at temperaturen fordeles jevnt.
- Tidene er angitt for matvarer med en romtemperatur på 20°C. Ved matvarer med kjøleskapttemperatur forlenges oppvarmingstiden noe.
- La maten stå i 2-3 minutter etter oppvarmingen, slik at temperaturen fordeles jevnt inne i maten (standtid).
- Tidene som er angitt er cirkavverdier som kan variere alt etter utgangstemperatur, vekt, vanninnhold, fettinnhold og den ønskede slutttilstanden etc.

Tabell: Oppvarming av drikker og matvarer.

Drikk/Matvare	Mengde -g/ml-	Effekt -Trin-	Tid (Min)	Fremgangsmåte
Kaffe, 1 kopp	150		1 - 1½	dekkes ikke over
Melk, 1 kopp	150		ca. 1½	dekkes ikke over
Vann, 1 kopp	150		1 - 1½	dekkes ikke over, kokes
6 kopper	900		7 - 9	dekkes ikke over, kokes
1 skål	1000		10 - 13	dekkes over, kokes
Tallerkenrett (grønnsaker, kjøtt og biretter)	400		4 - 6	drypp vann på sausen, skjær opp kjøttet i småbiter, dekkes over, røres om under tilberedningen,
Gryterett	200		2 - 3	dekkes over, røres om etter oppvarming
Suppe, klar	200		2 - 2½	dekkes over, røres om etter oppvarming
Kremesuppe	200		2 - 3	dekkes over, røres om etter oppvarming
Grønnsaker	200		2½ - 3½	tilsett eventuelt litt vann,
	500		5 - 7	dekkes over, røres om etter halve oppvarmingstiden
Biretter	200		1 - 2½	drypp på litt vann,
	500		5 - 6	dekkes over, røres om under tilberedningen,
Kjøtt, 1 skive	200		2½ - 3½	drypp på litt saus, dekkes over
Fiskefilet	200		2½ - 3½	dekkes over
Pølser, 2 stykker	180		ca. 1½	stikk hull i skinnen på flere steder
Kake, 1 stykke	150		½ - 1	legges på en kakerist
Babymat 1 glas	190		1 - 1½	ta av lokket, rør godt om etter oppvarming og kontroller temperaturen
Smelting av margarin eller smør	50		½ - 1	
Smelting av sjokolade	100		ca. 3	røres om under tilberedningen
Oppløsning av 6 blader gelatin	10		ca. ½	bløtgjøres i vann, vannet presses godt ut og legges i en suppeskål, røres om under tilberedningen
Kakeglasur for ¼ liter væske	10		6 - 8	røres sammen men sukker og 250ml væske, dekkes over, røres om under tilberedningen og etter oppvarmingen

OPPTINING

Ta de frosne matvarene ut av pakken og legg dem på en tallerken for opptining.

Emballasjer og beholdere

Velegnet for opptining og oppvarming av matvarer er mikrobølgeegnete emballasjer og beholdere som både er egnet for dypfrysing (til ca. -40°C) og varmebestandige (til ca. 220°C). Dermed kan du tine opp, varme opp og til og med tilberede med det samme utstyret, uten å måtte fylle om maten.

Tildekking

Tynnere deler dekkes over med små aluminiumsfolie-strimler før opptining. Delvist opptinte eller varme deler dekkes også over med aluminiumsfolie-strimler under opptiningen. Dette forhindrer at de tynnere områdene blir for varme mens de tykkere områdene ennå er frosne.

Mikrobølgeeffekten

bør heller stilles inn for lavt enn for høyt. På denne måten tines matvarene jevnt opp. Hvis mikrobølgeeffekten er for høy, er overflaten på matvarene allerede ferdig tilberedt mens det indre fortsatt er frossent.

Vending/omrøring

Nesten alle matvarer må vendes eller røres om en gang under opptiningen. Deler som henger sammen skal skilles fra hverandre så snart dette er mulig og plasseres.

Mindre mengder

tiner jevnere og raskere enn større. Vi anbefaler derfor å fryse ned små porsjoner. På denne måten kan du raskt og enkelt komponere komplette menyer.

Ømfintlige matvarer

som bløtkake, krem, ost og brød skal ikke tines helt opp, men kun tines litt og så tines helt opp ved romtemperatur. På denne måten kan det unngås at de ytre områdene allerede er for varme, mens det indre fortsatt er frossent.

Standtiden

etter opptining av matvarer er spesielt viktig, da opptingingsprosessen fortsetter i løpet av denne tiden. I opptiningstabellen finner du standtidene for forskjellige matvarer. Etter standtiden bør matvarene om mulig benyttes med en gang og ikke fryses ned igjen.

Tabell: Opptining

Matvarer	Mengde -g/ml-	Effekt - Trin-	Tid (Min)	Fremgangsmåte	Hvile-periode - Min-
Stek	1500		32-36	legges på en snudd tallerken,	30-90
(f.eks. svin,	1000		21-25	vendes etter halve opptiningstiden	30-90
okse, lam, kalv)	500		12-14	vendes etter halve opptiningstiden	30-90
Biff, schnitzel, koteletter, lever	200		4-6	vendes (røres om) to ganger under opptiningen og	10-15
Gulasj	500		11-14	skilles fra hverandre legges ved siden av hverandre, vendes	15-30
Pølser	8 stykker		7-10	etter halve opptiningstiden	5-10
	4 stykker		4-7	legges på en snudd tallerken,	5-10
And/kalkun	1500		28-32	vendes etter halve opptiningstiden legges på en snudd tallerken,	30-90
Kylling	1200		20-23	vendes etter halve opptiningstiden legges på en snudd tallerken,	30-90
	1000		16-19	vendes etter halve opptiningstiden vendes etter halve opptiningstiden	30-90
Kyllinglår	200		4-7	vendes etter halve opptiningstiden	10-15
Fisk, hel	800		10-13	vendes etter halve opptiningstiden	10-15
Fiskefilet	400		8-11	vendes etter halve opptiningstiden	5-10
Reker	500		10-13	og opptinte deler taes bort tines kun litt	30
Rundstykker, 2 stykker	80		ca. 1	skivene legges ved siden av	-
Helkornbrød i skiver	250		2-4	hverandre, tines kun litt vendes etter halve opptiningstiden	-
Toastskiver					
Blandingsbrød, helt	750		9-12	(iskjernen forblir) legges på en kakerist	15
Loff, hel					
Kake, 1 stykke	150		2-3 1/2	legges på en kakerist	5
Bløtkake, 1 stykke			ca. 1 1/2	legges på en kakerist	10
Kake, hel, ø 28 cm			23-26	tines kun litt	30-60
Smør	250		2-4	legges jevnt ved siden av	15
Frukt, f.eks. Jordbær	250		4-6	hverandre, vendes etter halve opptiningstiden	5
	Bringebær				
	Kirsebær				
	Plommer				

Tidene som er angitt i tabellen er cirkaverdier som kan variere alt etter matvarenes frysetemperatur, beskaffenhet og vekt.

TILBEREDNING AV FRISKE GRØNNSAKER

- Pass på at stykkene er så jevne som mulig når du kjøper grønnsakene. Dette er spesielt viktig hvis du ønsker å tilberede grønnsakene hele (f.eks. kokte, uskrelte poteter).
- Grønnsakene vaskes og renses før tilberedningen og først nå veies mengden opp i henhold til oppskriften og grønnsakene skjæres i bifer.
- Krydder kan benyttes som vanlig, men maten bør først saltes etter tilberedningen.
- Tilsett ca. 5 ss vann pr. 500 g grønnsaker. Fiberrike grønnsaker krever noe mer vann. Mengdene er angitt i tabellen.
- Grønnsaker tilberedes vanligvis i en skål med lokk. Væskerike grønnsakstyper, f.eks. grønnsakløk eller poteter med skrell, kan tilberedes i mikrobølgefolie uten tilsetning av vann.
- Grønnsakene røres om eller vendes etter halve tilberedningstiden.
- Etter tilberedningen skal grønnsakene stå i ca. 2 minutter, slik at temperaturen fordeles jevnt (standtid).
- Tilberedningstidene som er angitt er cirkaverdier og er avhengige av grønnsakenes vekt, utgangstemperatur og beskaffenhet. Jo friskere grønnsakene er, desto kortere er tilberedningstidene.

Tabell: Tilberedning av friske grønnsaker

Grønnsaker	Mengde -g-	Effekt - Trin -	Tid (Min.)	Tilsetning av vann -ss/ml	Fremgangsmåte
Spinat	300		6 - 9		grønnsakene vaskes og dryppes godt av, dekkes over og røres om en til to ganger under tilberedningen
Blomkål	800		17 - 20	5-6 spsk	1 helt hode, dekkes til, deles opp i rosene, røres om under tilberedningen
	500		11 - 13	4-5 spsk	
Broccoli	500		11 - 13	4-5 spsk	deles opp i rosene, dekkes over og røres om under tilberedningen
Sjaminjonger	500		8 - 11		hele hoder, dekkes over, røres om under tilberedningen
Kokte, skrelte poteter	500		10 - 12	150ml	skjæres opp i like store stykker, saltes lett, dekkes over, røres om under tilberedningen

TILBEREDNING AV KJØTT, FISK OG FJÆRKRE

- Pass på at stykkene er så jevne som mulig når du kjøper maten. På denne måten oppnår du best tilberedningsresultat.
- Kjøtt, fisk og fjærkre skal vaskes godt under rennende kaldt vann og tørkes lett av med kjøkkenpapir før tilberedning. Etter dette kan maten tilberedes som vanlig.
- Oksekjøtt bør være godt hengt og inneholde lite sener.
- Selv om stykkene er like store kan tilberedningsresultatet variere. Dette er bl.a. grunnet matvarenes type, det forskjellige innholdet av fett og væske og temperaturen før tilberedningen.
- Selv om stykkene er like store kan tilberedningsresultatet variere. Dette er bl.a. grunnet matvarenes type, det forskjellige innholdet av fett og væske og temperaturen før tilberedningen.
- Større kjøtt-, fiske- og fjærkrestykker skal vendes etter halve tilberedningstiden, slik at de stekes/kokes jevnt fra alle sider.
- Stek skal dekkes over med aluminiumsfolie etter tilberedningen og stå i ca. 10 minutter (standtid). I løpet av denne tiden etterstekes steken og væsken fordeles jevnt, slik at det ikke siver ut så mye kjøttkraft ved oppskjæring.

Tabell: Tilberedning av kjøtt, fisk og fjærkre

Kjøtt, fisk og fjærkre	Mengde -g-	Effekt - Trin -	Tid (Min)	Fremgangsmåte	Standtid - Min -
Stek (svin, kalv, lam)	500		18 - 20	krydres etter ønske, legges i en terteform	10
	1000		36 - 40	vendes etter *	10
	1500		50 - 54	vendes etter halve tilberedningstiden	10
Fiskefilet	200		3 - 4	krydres etter ønske, legges på en tallerken, dekkes over	3
Kylling	1200		33 - 36	krydres etter ønske, legges i en terteform, vendes etter halve tilberedningstiden	3
Kyllinglår	200		3 - 5	krydres etter ønske, legges på en tallerken, dekkes over	3

GRILL BRUK OPPSKRIFTER

R-3G16(N) / R-3G17(N)

Tabell: Tilberedning av kjøtt og fjærkre

Etter tilberedningen skal steken dekket over med aluminiumsfolie og stå i ca. 10 minutter (standtid). I løpet av denne tiden ettersteges steken og væsken fordeles jevnt,

slik at det ikke siver ut så mye kjøttkraft ved oppskjæring. Ved grilling skal risten benyttes, slik at maten blir jevnt og raskt brun. Store, tykke stykker grilles fra den roterende tallerkenen.

Kjøtt og fjærkre	Mengde - g -	Innstill	Effekt - Trin -	Tilberedningstid - Min.-	Fremgangsmåde	Hvileperiode - Min.-
Stek (f.eks. svin, kalv, lam)	500			7-9	Krydres etter ønske, legges på en tallerken, settes på den roterende tallerkenen, vendes etter (*)	10
				11-13(*)		
				6-8		
	1000			5-7		
				19-21		
				17-19(*)		
	1500			5-7		
				16-18		
				25-28		
Roastbeef, medium	1000			17-19	Krydres etter ønske, legges på en tallerken med fettsiden ned, settes på den roterende tallerkenen, vendes etter (*)	10
				8-10(*)		
				3-5		
	1500			22-24		
				8-10(*)		
				3-4		
Stek av kjøttdeig	1000			16-18	Kjøttdeigen forberedes, legges i en gratengform og tilberedes på risten	10
				5-7		
Kylling	1200			21-23	Krydres etter ønske, legges på en tallerken med brystsidene ned, settes på den roterende tallerkenen, vendes etter (*)	3
				9-11(*)		
				5-7		
Kyllinglår	200			3-5	Krydres etter ønske, legges på risten med skinnsiden ned, vendes etter (*)	3
				7-9(*)		
				4-6		

Tabell: Grilling og gratinering av kjøtt, ovnstetter og ostebrød

Rett	Mengde - g -	Innstill	Tilberedningstid - Min.-	Fremgangsmåde	Standtid - Min.-
Biff, 2 stykker, medium	400		11-13(*)	Legges på risten, vendes etter (*), krydres etter grilling	2
			9-11		
Lammekoteletter, 2 stykker, medium	300		13-14(*)	Legges på risten, vendes etter (*), krydres etter grilling	2
			11-12		
Grillpølser, 5 stykker	400		14-16(*)	Legges på risten, vendes etter (*)	2
			7-9		
Gratinering av gratenger o.l.			8-10	Gratengformen settes på risten	10
Ostesmørbrød, 1 stykke			6-7	Toastbrødet ristes, det smøres på smør, legges på 1 skive kokt skinke, en skive ananas og en skive smelteost, grilles på risten 1 skive kokt skinke, 1 skive ananas og en skive smelteost, grilles på risten	1

TÄRKEITÄ TURVALLISUUSOHJEITA

VAROITUS

Tulipalon välttäminen

- Mikroaaltouuneja tulisi pitää käytön aikana aina silmällä. Liian suurelle asetettu teho tai liian pitkät kypsytämisaajat saattavat johtaa ruoan ylikuumentumiseen ja palon syttymiseen.
- Mikroaaltouunin sijoitustason yläpuolelle pitäisi jäädä tilaa vähintään 65 cm korkeudelta.
- Uuni ei ole tarkoitettu upotettavaksi seinään tai kaappiin.
- Pistorasiaan on voitava päästä aina vapaasti käsiksi, niin että verkkopistoke voidaan vetää hätätapauksessa helposti irti.
- Käytettävän verkkojännitteen tulee olla 230 V/vaihtovirta, 50 Hz, ja verkko pitäisi olla varustettu vähintään 10 A:n sulakkeella tai vähintään 10 A:n sulakeautomaatilla.
- Suositeltavaa on liittää laite erilliseen virtapiiriin.
- Laitetta ei tule sijoittaa sellaiseen paikkaan, missä kehittyvä lämpö, esim. normaalin lieden läheisyyteen.
- Laitetta ei tule sijoittaa sellaiseen paikkaan, missä vallitsee suuri ilmankosteus tai missä voi muodostua lauhdevettä.
- Laitetta ei saa säilyttää tai käyttää ulkona.
- OVIA EI SAA KOSKAAN AVATA, jos lämmitetyt elintarvikkeet alkavat savuta uunissa. Tällaisessa tapauksessa laite on katkaistava päältä, verkkopistoke vedettävä irti ja odotettava niin kauan, että elintarvikkeet lakkaavat savuamasta. Oven avaamisesta savunmuodostuksen aikana saattaa olla seurauksena tuleen syttyminen.
- Käyttää saa vain mikroaaltouuneille tarkoitettuja astioita. Katso vastaavia ohjeita mukana seuraavasta keittokirjasta.
- Laitetta ei saa koskaan jättää ilman silmälläpitoa, jos käytetään muovista, paperista tai muusta palavasta materiaalista olevia elintarvikeastioita.
- Roiskesuoja, uunin sisusta, pyörivä kypsymälusta ja sen kannatin on puhdistettava käytön jälkeen. Näiden osien on oltava kuivia ja rasvattomia. Jäljellejäävät rasvaroiskeet saattavat ylikuumentua, alkaa savuamaan ja syttyä.
- Laitteen tai sen tuuletusaukkojen lähellä ei saa säilyttää palavia materiaaleja.
- Tuuletusaukkoja ei saa koskaan peittää.
- Kaikki metalliset kiinnikkeet, metallilangat jne. on poistettava elintarvikkeista ja pakkauksista. Kipinöiden muodostuminen metallipinnoilla saattaa aiheuttaa palon.
- Mikroaaltouunia ei saa käyttää elintarvikkeiden keittämiseen öljyssä rasvassa, koska lämpötiloja ei ole mahdollista kontrolloida ja rasva saattaa syttyä tuleen.
- Pop cornin valmistuksessa tulisi käyttää vain mikroaaltouuneille tarkoitettuja pop corn astioita.
- Uunissa ei saa säilyttää elintarvikkeita, esineitä tms.
- Kun laite on kytketty päälle, tulee tarkistaa kaikki säädöt, jotta uuni toimii varmasti halutulla tavalla.
- Näitä käyttöohjeita ja keittokirjaa tulee käyttää yhdessä.

Loukkaantumisvammojen välttäminen

- Laitetta ei saa käyttää, jos se on vioittunut tai se ei toimi oikein. Tarkastakaa ennen käyttöä seuraavat seikat:
 - Ovi (ei saa olla vääristynyt)
 - Saranat ja oven turvalukitukset (eivät saa olla murtuneita tai irrallaan)
 - Oven tiivisteet ja tiivistepinnat (eivät saa olla vioittuneita)
 - Uunin sisäpinnat (eivät saa olla vioittuneita pinnaltaan)
 - Verkkojohto ja verkkopistoke (eivät saa olla vioittuneita)
- Laitetta ei saa koskaan yrittää itse säätää tai korjata. Laitteen säätö ja korjaus on annettava SHARP-asiakaspalvelun tehtäväksi.
- Laitetta ei saa käyttää ovi avattuna tai jos oven lukitukseen on tehty muutoksia.
- Laitetta ei saa koskaan käyttää, jos oven tiivisteiden ja

tiivistepintojen välissä on esineitä tms.

- Väittäkää rasvan tai lian kerääntymistä oven tiivisteisiin ja tiivistepintoihin. Noudata luvussa "Hoito ja puhdistus", sivu F-9, annettuja ohjeita.
- Henkilöiden, joilla on sydämentahdistin, tulisi kysyä lääkäriltään tai sydämentahdistimen valmistajalta mikroaaltouunien käytössä huomioitavia varotoimenpiteitä.

Sähköiskun välttäminen

- Uikokuorta ei saa poistaa missään tapauksessa.
- Oven turvalukituksen aukkoihin tai tuuletusaukkoihin ei saa koskaan päästää nesteitä tai pistää niiden sisään esineitä. Jos nestettä on kaatunut suurempi määrä, laite on katkaistava heti päältä, verkkopistoke vedettävä irti seinästä ja kutsuttava SHARP-asiakaspalvelu paikalle.
- Verkkojohtoa tai verkkopistoketta ei saa koskaan asettaa veteen tai muihin nesteisiin.
- Verkkojohto ei saa kulkea terävien pyöjänreunojen tai työtasojen päällä.
- Verkkojohto on pidettävä poissa kuumien pintojen lähetyviltä.
- Älä yritä vaihtaa itse uunin lamppua äläkä anna sitä muiden kuin valtuutetun SHARP-sähköasentajan tehtäväksi. Jos uuni lakkaa toimimasta, ota yhteyttä myyntiliikkeeseen tai valtuutettuun SHARP-huoltosopimusliikkeeseen.
- Jos tämän laitteen sähköjodossa on vikaa, se on vaiheettava erikoisjohtoon valtuutetun SHARP-huoltosopimusliikkeen toimesta. ((QACCVAO62WREO; R-3G16(N) / R-3G17(N); QACCVAO63WRE1)).

Räjähdyksen ja äkillisen kiehumisen välttäminen

- Suljettujen astioiden käyttö on kielletty. Sulkimet ja pääilykset on poistettava. Suljetut astiat saattavat paineennousun vuoksi räjähtää senkin jälkeen, kun laite on katkaistu päältä.
- Ole varovainen, kun kuumennat nesteitä mikroaaltouunissa. Käytä suurisuista astiaa, jotta kuplat pääsevät poistumaan. Älä koskaan kuumenna nesteitä kapeakaulaisessa astiassa kuten tuttipullossa, koska tästä saattaa olla seurauksena nestesisällön äkillinen ylikiehuminen astiasta ja palovammat. Jotta vältetään nesteen äkilliseltä ylikiehumiselta ja palovammoilta:
 - Sekoita neste ennen kuumentamista/lämmittämistä.
 - Suositeltavaa on pistää lasisauva tai vastaavanlainen esine nesteeseen luumentamisen ajaksi.
 - Anna nesteen seisoa jonkin aikaa uunissa keittämisajan päätyttyä, jotta neste ei kiehu yli plan tämän perästä.
- Munia ei saa keittää kuorensaan, koska ne voivat räjähtää. Vispaamattomien tai sekoittamattomien munien keittämässä tai lämmittämässä on munankeltuaiseen pistettävä reikä, jotta se ei räjähdä. Ennen kuin keitettyjä munia lämmitetään mikroaaltouunissa, on niistä poistettava kuori ja munat leikattava viipaleiksi.
- Elintarvikkeiden, esim. perunoiden, makkaroiden tai hedelmien, kuoreen tulee pistellä reikiä, jotta höyry pystyy poistumaan.

Palovammojen välttäminen

- Kun ruokia otetaan pois uunista, tulisi käyttää patalappuja tms. palovammojen välttämiseksi.
- Astiat, pop corn -astiat, keitinpussit jne. on avattava aina käännettyinä pois kasvoilta ja käsistä, jotta höyry ei pysty aiheuttamaan palovammoja.
- Kun uuninovi avataan, tulee mennä pois oven edestä, jotta poistuva höyry ja kuumuus eivät aiheuta palovammoja.

- Elintarvikkeet, joissa on täyte, on leikattava aina kypsytämisen jälkeen, jotta höyry pystyy poistumaan. Näin välttytte palovammoilta.
- Palovammojen välttämiseksi ruoan lämpötila on aina tarkistettava ja ruoka on sekoitettava ennen tarjoilua. Erityistä huomiota on kiinnitettävä ruokien ja juomien lämpötilaan, joita annetaan vauvoille, lapsille tai vanhuksille. Astian lämpötila ei osoita todellista ruokien tai juomien lämpötilaa, vaan on tarkastettava aina itse ruoan lämpötila.

R-3G16(N) / R-3G17(N)

- Koska lasiovi saattaa kuumeta käytön aikana, laite on sijoitettava vähintään 85 cm korkeudelle lattiasta. Lasten tulee pysyä poissa lasioven lähetyviltä palovammojen.
- Grillauksen aikana ei saa missään tapauksessa koskea uuninoveen, ulkoseiniin, takaosaan, uunin sisäseiniin, tuuletusaukkoihin, varusteisiin tai astioihin. Ennen kuin uunia aloitetaan, on varmistuttava siitä, että nämä osat eivät ole enää kuumia.

Uunin väärinkäyttö lasten taholta

- Lasten tulisi käyttää laitetta vain aikuisten valvonnassa.
- Uuninoveen ei saa nojata tai keinua siinä riippuen. Mikroaaltouuni ei ole leikkikalua!
- Lapsille tulisi tehdä tutuksi kaikki tärkeät turvallisuusneuvot: esim. patalappujen käyttäminen ja kansien avaaminen varovasti. Huomioikaa erityisesti erikoispakkaukset, joita käytetään elintarvikkeiden rapeuttamiseen (esim. itseruskistavat materiaalit), koska ne tulevat erityisen kuumiksi.

Muita ohjeita

- Laitteeseen ei saa koskaan tehdä minkäänlaisia muutoksia.
- Laitetta ei saa siirtää käytön aikana.
- Tämä laite on tarkoitettu vain kotikäyttöön ja sitä saa käyttää vain elintarvikkeiden kypsytämiseen. Se ei sovellu teollisuus- tai laboratorio-käyttöön.
- Ennen kuin uunin sisässä oleva lamppu (25 W / 230V) vaihdetaan, on verkkopistoke vedettävä irti.

VARO

Laitteen vikatoimintojen ja vioittumisen välttäminen.

- Laitetta ei saa käyttää koskaan tyhjänä. Laite voi vioittua siitä.
- Jos käytetään ruskistusastioita tai itselämpipiäviä materiaaleja, on astian ja pyörivän kypsymisalustan väliin asetettava lämmökestävä eristys (esim. posliinilautanen). Näin estetään pyörivän alustan ja sen kannattimen vioittuminen lämmön vaikutuksesta. Astialle ilmoitettua kuumentamisaikaa ei tulisi ylittää.
- Eisaa käyttää metalliastioita, koska mikroaallot heijastuvat takaisin ja tämä aiheuttaa kipinöintiä. Uuniin ei saa laittaa säilykkeitä.
- Käyttää tulee vain tälle laitteelle tarkoitettua pyörivää kypsymisalustaa ja sen kannatinta.
- Pyörivän kypsymisalustan rikkoutumisen välttämiseksi:
 - Alustan tulee antaa hetken jäähtyä ennen puhdistusta.
 - Elintarvikkeita ei saa asettaa kypsymisalustalle paljaaltaan.
 - Kylmälle kypsymisalustalle ei saa asettaa kuumia ruokia tai kuumia astioita.
 - Kuumalle kypsymisalustalle ei saa asettaa kylmiä ruokia tai kylmiä astioita.

R-3G16(N) / R-3G17(N)

- Kypsennykseen ei saa käyttää muovisia astioita, jos uuni on vielä grillauksen jäljiltä kuuma, koska muoviset astiat saattavat sulaa. Muovisia astioita ei tule käyttää grillauksessa, ellei astianvalmistaja ole nimenomaisesti todistanut niiden sopivuutta tähän tarkoitukseen.
- Esineitä tms. ei saa asettaa laitteen ulkokuoren päälle sen ollessa toiminnassa.

HUOMAUTUKSIA

- Jos Teillä on kysyttävää laitteen liittämisen suhteen, kääntykää valtuutetun sähköasiantuntijan puoleen.
- Valmistaja tai myyntiliike eivät voi ottaa vastatakseen laitteen vikoja tai henkilöiden loukkaantumisia, jotka johtuvat siitä, että laitteen sähköliitintä ei ole tehty oikein.
- Sisäseinämiin ja oventiivisteisiin ja tiivistepinnoille saattaa muodostua vesihöyryä ja pisaroita. Tämä on normaalia eikä se ole merkinä mikroaaltojen vuotamisesta tai muusta vikatoiminnosta.

ASENNUSOHJEET

- Kaikenlainen pakkausmateriaali otetaan pois laitteen sisältä, samoin suojakalvo ja liimatut laput laitteen ovesta.
- Laitetta ei saa käyttää, jos se on jotenkin vioittunut.
- Mikroaaltouuni tulee asettaa tasaiselle, suoralle tasolle, joka on kylliksi kestävä kantamaan laitteen ja siinä

valmistettavien elintarvikkeiden painon.

- Mikroaaltouunin verkkopistoke liitetään normaaliin, maadoitettuun pistorasiaan.

R-2V16(N) / R-2V16S(N) / R-3G16(N) / R-3G17(N)

- On varmistuttava siitä, että ajanasetuskytkin on asennossa "●".

KÄYTTÖOHJEET

YLEISTÄ

R-2V16(N) / R-2V16S(N) / R-3G16(N) / R-3G17(N)

Keittokirjasta löydätte jokaiselle reseptille yksityiskohtaiset ohjeet, tällä kohtaa mainitaan vain yleiset perustavanlaatuiset käyttöohjeet.

- Painakaa ovenavauspainiketta, avatkaa ovi ja asettakaa ruoka pyörivälle kypsymisalustalle.
- Jos ajanasetuskytkin halutaan asettaa lyhyemmälle ajalle kuin yksi minuutti, ajanasetuskytkin tulee ensiksi kiertää 1-minuutin-merkin ylitse ja sen jälkeen haluttuun aikaan.
- Jos kypsytämisen halutaan päättää ennen säädetyn kypsymisaajan umpeenkulumista, ajanasetuskytkin tulee

kiertää asentoon "●" tai uunin ovi on avattava. Uunin oven voi avata koska tahansa kypsytämisen aikana (tällöin ajanasetuskytkin pysähtyy, niin että voidaan nähdä, kuinka paljon kypsytämisaikaa on vielä jäljellä). Kypsytämisen jatkamiseksi laitteen ovi suljetaan. Kypsytämisaikaa on mahdollista muuttaa kypsytämisen aikana siten, että ajanasetuskytkin asetetaan vain uuteen kypsytämisaikaan.

VAROITUS: Kypsytämisen jälkeen ei tule unohtaa asettaa ajanasetuskytkintä takaisin asentoon "●". Laite käynnistyy muutoin uudelleen, kun ovi suljetaan.

MIKROÄÄLTOKÄYTTÖ

Uunissa on viisi edeltä valittavaa tehoporrasta.

TASOT	MIKROAALTOTEHO	WATTIA	WATTIA	DISPLAY
		R-2V16(N)/R-2S56(N)/57(N)	R-3G16(N)/17(N)	R-2S56(N)/57(N)
HIGH	100%	700	750	100P
MEDIUM HIGH	70%	490	525	70P
MEDIUM	50%	350	375	50P
MEDIUM LOW	30%	210	225	30P
LOW	10%	70	75	10P

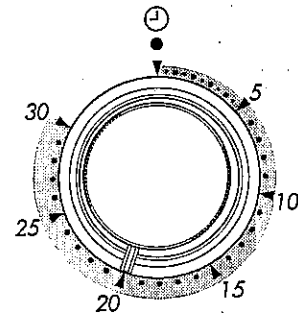
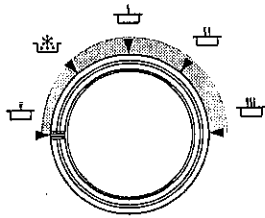
HOUM: R-2S56(N) / R-2S57(N)

Jos asetettu teho ei ole oikea, TEHO-näppäintä () pidetään painettuna niin kauan, kunnes haluttu tehoporras näkyy näytössä.

Jps tehoporrasta ei valita erikseen, niin päällä on automaattisesti täysi teho 100%.

KYPSENNYS AJASTIMEN AVULLA R-2V16N

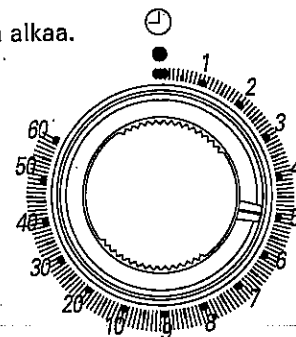
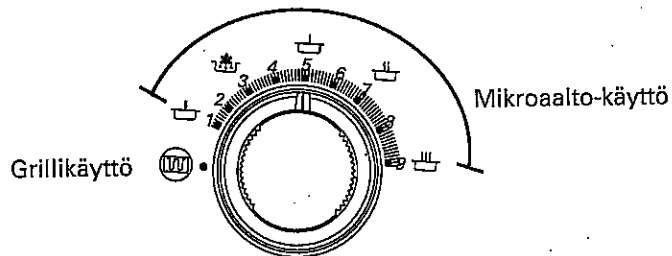
1. Aseta mikroaaltokypsennyksen säädin haluttuun asentoon.
2. Aseta ajastin halutulle kypsennysajalle. Uuni aloittaa kypsennyksen. *



* Kun kypsymisaika on kulunut umpeen, ajanasetuskytkin palautuu takaisin asentoon "●", tämän jälkeen kuuluu äänimerkki ja laite sekä uunin sisässä oleva lamppu katkeavat automaattisesti päältä.

KYPSENTÄMINEN MIKROAALLOILLA/KYPSENÄMINEN GRILLILLÄ R-3G16(N) / R-3G17(N)


1. Säättökytkin asetetaan halutun käyttötavan kohdalle.
2. Ajanasetuskytkin asetetaan halutun kypsymisajan kohdalle. Kypsyminen alkaa.




* Kun kypsymisaika on kulunut umpeen, ajanasetuskytkin palautuu takaisin asentoon "●", tämän jälkeen kuuluu äänimerkki ja laite sekä uunin sisässä oleva lamppu katkeavat automaattisesti päältä.

ENNEN KÄYTTÖÄ R-2S56(N) / R-2S57(N)

Pistä uunin sähköpistoke pistorasiaan.

*Uunin näyttöruudussa näkyy tällöin .

Seis-näppäimen käyttö

Seis-näppäintä () käyttö:

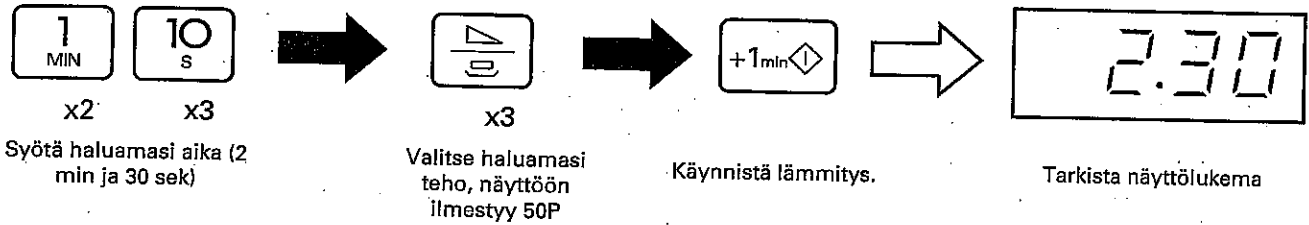
1. Kun halutaan sammuttaa ohjelmointivirhe..
2. Kun uuni halutaan kytkeä väliaikaisesti pois päältä kesken käytön.
3. Ohjelman sammuttamiseksi käytön aikana SEIS-näppäintä on painettava kaksi kertaa.

KÄSIKÄYTTÖ R-2S56(N) / R-2S57(N)




Käsiikäytössä uunin maksimiohjelmointiaika on 99 minuuttia, 90 sekuntia.

Kun uuni on kytkeytynyt pois päältä, näyttöruutuun ilmestyy jälleen nolla.

Esimerkki: Haluat kuumentaa keittoa 2 minuuttia ja 30 sekuntia 50%:n teholla...



HUOM:

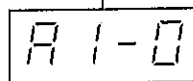
1. Jos ovi avataan käytön aikana, näyttölukema pysähtyy automaattisesti. Kun ovi suljetaan ja painetaan PLUS/KÄYNNISTYS-näppäintä () lämmitysaika alkaa juoksemaan jälleen taaksepäin nolaa kohti.
2. Jos halutaan tietää teho käytön aikana, painetaan TEHO-näppäintä (). Teholukema näkyy näytöstä niin kauan, kuin sormea pidetään TEHO-näppäimellä ().

AUTOMAATTIKÄYTTÖ

AUTOMAATTIKÄYTTÖSSÄ oikea teho ja kypsennysaika asettuvat automaattisesti. Valittavana on kymmenen eri AUTOMAATTI-ruokalajia.

Automaattikäytössä on huomattava seuraavat kohdat:

Ruokalajin numero



Annosmäärä

1. Näyttöruudun ilmoitukset:

- Kun painetaan AUTOMAATTI-näppäintä, näyttöruudussa näkyy:
- Jos ruoka tarvitsee käsittelyä (esim. ruokaa on käännettävä), uuni pysähtyy ja kuuluu äänimerkki, minkä jälkeen jäljellä oleva kypsennysaika näkyy näytössä. Kypsennyksen jatkamiseksi on painettava PLUS/KÄYNNISTYS-näppäintä (+1min). Lähempiä tietoja löytyy keitto-ohjetaulukosta.

2. Ruokalajin syöttö:

Ruokalaji syötetään painamalla AUTOMAATTI-näppäintä, kunnes halutun ruokalajin numero näkyy näytössä.

3. Painon tai määrän syöttö:

- Ruoan paino tai määrä voidaan syöttää koskettamalla TEHO/ANNOS-näppäintä (TEHO/ANNOS). Näppäintä painetaan niin monta kertaa, kuin valmistettavan ruoan paino tai annosmäärä vaatii. Tietoja painon tai annosten syöttämisestä löytyy keitto-ohjetaulukosta ja ruokalajietikeistä.
- Varmistu siitä, että TEHO/ANNOS-näppäintä (TEHO/ANNOS) painetaan ruokalajin valitsemisen jälkeen, muutoin uuni ei käynnisty.
- Syötä vain itse ruoan paino. Astian painoa ei lueta mukaan.
- Jos ruoka painaa enemmän tai vähemmän kuin keitto-ohjeluetelossa on mainittu, valmista ruoka käyttäen käsikäyttöisiä ohjelmia.
- Parhaimmat tulokset saat keittämällä luettelon keitto-ohjeiden mukaan.

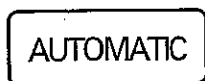
4. Lopullinen lämpötila vaihtelee ruoan alkulämpötilasta riippuen. Tarkasta se keittoajan päätyttyä. Tarpeen vaatiessa voit jatkaa keittoaikaa ja muuttaa tehoa käsin.

AUTOMAATTI-näppäin

AUTOMATIC

AUTOMAATTI-käytössä (#) oikea teho ja kypsennysaika asettuvat automaattisesti.

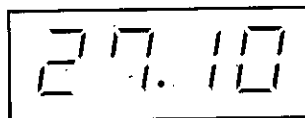
Esimerkki: Gratiinin valmistaminen, paino 1,1 kg.



x7



x4



Valitse AUTOMAATTI-ruokalaji. Näyttöruutuun ilmestyy A7-0.

Syötä määrä, näyttöruutuun ilmestyy A7-4.

Uuni käynnistyy 2 sek kuluttua. Tarkista näyttölukema.

MUITA HYÖDYLLISIÄ TOIMINTOJA

PLUS/KÄYNNISTYS (+1min) näppäin

PLUS/KÄYNNISTYS (+1min) näppäin tarjoaa kaksi käyttömahdollisuutta:

1. Suora käynnistys







Kypsennys voidaan käynnistää suoraan 100% mikroaaltoteholla aina 1 minuutiksi painamalla PLUS/KÄYNNISTYS (+1min) näppäintä.

HUOM: Jotta lapset eivät pääse väärinkäyttämään uunia, PLUS/KÄYNNISTYS (+1min) näppäintä voidaan käyttää edeltävän käytön jälkeen aina vain 1 minuutin rajoissa.






2. Kypsennysajan pidentäminen

Kypsymisen ollessa käynnissä jokainen PLUS/KÄYNNISTYS (+1min) näppäimen painallus pidentää kypsennysaikaa yhdellä minuutilla.

AUTOMAATTIRUOKIEN KEITTO-OHJETAULUKKO R-2S56(N) / R-2S57(N)

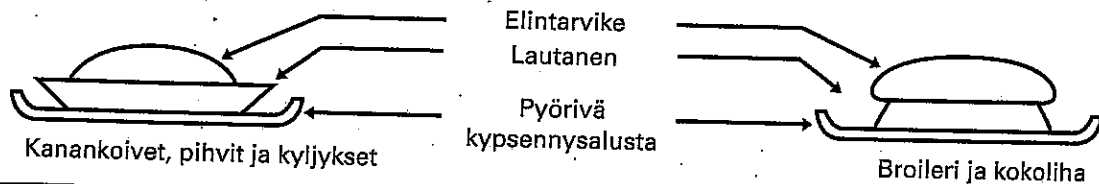
Ruokalajin numero	Elintarvike & määrä (varusteet)	Yksikkö/ painallusta kohti	Elintarvikkeen alkulämpöt	Menettely	Suosittelut ruoat
1. 	Juomat 1-5 kuppia 150 ml/kuppi (kuppi)	150ml	20°C huoneen- lämpötila	<ul style="list-style-type: none"> Juoma asetetaan pyörivän kypsennysalustan reunalle. Kun juoma on kuumennut, sekoitetaan ja jätetään seisomaan noin 1 - 2 minuutiksi. 	Kahvi
HUOM: Jos elintarvikkeen alkulämpötila on 5°C (±2°C) (jääkaappilämpötila), käytetään käsikäyttöistä ohjelmaa.					
2. 	Liemet Keitot 1-4 liemikulhoa 200 ml/kulho (kulho + mikroaaltokelmuu tai kansi)	200ml	20°C huoneen- lämpötila	<ul style="list-style-type: none"> Kulhot asetetaan pyörivän kypsennysalustan reunalle. Peitetään mikroaaltokelmulla tai kannella. Kun keitto on kuumennut, sekoitetaan ja jätetään seisomaan noin 1 - 2 minuutiksi. 	
3. 	Keitetyt perunat, kuoriperunat 0,2-0,8 kg (kulho + kansi)	200g	20°C	<p>Keitetyt (kuoritut) perunat</p> <ul style="list-style-type: none"> Perunat kuoritaan ja leikataan tarvittaessa suunnilleen yhtä suuriksi paloiksi. Perunat asetetaan kulhoon. Lisätään riittävä määrä vettä (noin 2 rkl vettä/100g perunoita) ja hieman suolaa. Peitetään kannella. Kun uuni pysähtyy ja äänimerkki kuuluu, sekoitetaan ja kansi asetetaan taas päälle. Jätetään seisomaan 1 - 2 minuutiksi keittämisen jälkeen. <p>Kuoriperunat</p> <ul style="list-style-type: none"> Perunat kuoritaan ja leikataan tarvittaessa suunnilleen yhtä suuriksi paloiksi. Perunat asetetaan kulhoon. Lisätään riittävä määrä vettä (noin 2 rkl vettä/100g perunoita) ja hieman suolaa. Peitetään kannella. Kun uuni pysähtyy ja äänimerkki kuuluu, sekoitetaan ja kansi asetetaan taas päälle. Jätetään seisomaan 1 - 2 minuutiksi keittämisen jälkeen. 	
4. 	Pakaste- vihannekset 0,2-0,6 kg (kulho+kansi)	200g	-18°C	<ul style="list-style-type: none"> Lisätään noin 3 rkl vettä. (Sienet eivät tarvitse vettä.) Peitetään kannella. Kun uuni pysähtyy ja äänimerkki kuuluu, sekoitetaan ja kansi asetetaan taas päälle. Kun vihannekset ovat kypsiä, ne jätetään seisomaan n. 1 - 2 minuutiksi. 	
HUOM: Jos kypsennetään kokoonpuristettuja pakastevihanneksia, käytetään käsikäyttöistä ohjelmaa.					
5. 	Tuoreet vihannekset 0,2-0,6 kg (kulho+kansi)	200g	20°C	<ul style="list-style-type: none"> isätään riittävä määrä vettä (1 rkl vettä/100 g vihanneksia) ja suolaa maun mukaan. Vihannekset leikataan pieniksi paloiksi, esim. suikaleiksi, kuutioiksi tai viipaleiksi. Peitetään kannella. Kun uuni pysähtyy ja äänimerkki kuuluu, sekoitetaan ja kansi asetetaan taas päälle. Kun vihannekset ovat kypsiä, ne jätetään seisomaan n. 1 - 2 minuutiksi. 	Kukkakaali Parsakaali Fenkoli Purjosipuli Paprika Ruusukaali Zucchini Pinaatti
6. 	Kalafiileet kastikkeen kera 0,4-1,2 kg Kalaa: 0,2-0,6 kg Kastiketta: 0,2-0,6 kg	400g Kala: 200g Kastike: 200g	Kala 5°C Kastike ~20°C	<ul style="list-style-type: none"> Kalafiileet asetetaan uunivuokaan siten, että kapeimmat päät osoittavat keskelle. Valmis kastike levitetään kalafiielien päälle. Peitetään mikroaaltokelmulla. Kun kalat ovat kypsiä, ne jätetään seisomaan n. 2 minuutiksi. 	Kala: Turska Punakampela Merilohi Kastike: Provencen kastike Kirpeä kastike Sipuli- juustokastike Currykastike

(matala pyöreä uunivuoka) Ks. kastikereseptejä, F-8

Ruokalajin numero	Elintarvike & määrä (varusteet)	Yksikkölm. painallusta kohti	Elintarvikkeen alkulämpöt	Menettely	Suosittelut ruoat
7.	 Gratiini 0,5-1,5 kg (matala soikea uunivuoka)	200g	20°C	<ul style="list-style-type: none"> • Gratiini valmistetaan oheisten keitto-ohjeiden mukaan. • Valmiin gratiinin annetaan seisoa peitettynä n. 5-10 minuuttia. 	Pinaatti-gratiini
8.	 Kanankoivet 0,2-0,6 kg (matala pyöreä uunivuoka) Ainekset 0,6 kg:lle kanankoipia (2-3 kpl) 1 rkl ruokaöljyä 1/2 tl suolaa 1/2 tl paprikamaustetta, mietoa riipaus rosmariinia	200g	5°C	<ul style="list-style-type: none"> • Ainekset sekoitetaan ja levitetään kanankoiville. • Koipiin pistellään reikiä. • Kanankoivet asetetaan uunivuokaan siten, että koivenpäät osoittavat keskelle. • Peitetään mikroaaltokelmulla. • Kun uuni pysähtyy ja äänimerkki kuuluu, koivet käännetään. • Kypsenneet kanankoivet jätetään seisomaan n. 3 minuutiksi. 	Kanankoivet.
9.	 Sulatus 1, (Ks. HUOMAUTUSTA seuraavalta sivulta.)  Broileri ym. linnut 1,0-1,5 kg	250g	-18°C	<ul style="list-style-type: none"> • Lautanen asetetaan ylösalaisin pyörivälle kypsennysalustalle ja broileri asetetaan lautasen päälle. • Kun uuni pysähtyy ja äänimerkki kuuluu, käännetään. • Seuraavalla äänimerkillä käännetään vielä kerran. • Sulatuksen jälkeen annetaan seisoa alumiinifolioon käärittynä n. 30 - 90 minuuttia, kunnes se on sulanut läpeensä. 	
	Kanankoivet 0,25 - 0,75 kg	250g	-18°C	<ul style="list-style-type: none"> • Kanankoivet asetetaan lautaselle. • Kun uuni pysähtyy ja äänimerkki kuuluu, käännetään ja vaihdetaan paikkaa. • Seuraavalla äänimerkillä käännetään vielä kerran. • Sulatuksen jälkeen annetaan seisoa alumiinifolioon käärittynä n. 10 - 30 minuuttia, kunnes koivet ovat sulaneet läpeensä. 	
	Pihvit, kyljykset 0,25 - 0,75 kg (n. 1,5 - 2 cm paksu)	250g	-18°C	<ul style="list-style-type: none"> • Palat järjestetään lautaselle yhteen kerrokseen siten, että ohuemmat päät osoittavat keskelle. Jos palat ovat kiinni toisissaan, ne on irrotettava mahdollisimman pian. • Kun uuni pysähtyy ja äänimerkki kuuluu, käännetään ja vaihdetaan paikkaa. • Seuraavalla äänimerkillä käännetään vielä kerran. • Sulatuksen jälkeen annetaan seisoa alumiinifolioon käärittynä n. 10 - 30 minuuttia, kunnes koivet ovat sulaneet läpeensä. 	
10.	 Sulatus 2, (Ks. HUOMAUTUSTA seuraavalta sivulta.) kokoliha 0,5 - 1,5 kg	200g	-18°C	<ul style="list-style-type: none"> • Lautanen asetetaan ylösalaisin pyörivälle kypsennysalustalle ja liha asetetaan sen päälle. • Kun uuni pysähtyy ja äänimerkki kuuluu, käännetään. • Seuraavalla äänimerkillä käännetään vielä kerran. • Sulatuksen jälkeen annetaan seisoa alumiinifolioon käärittynä n. 30 - 90 minuuttia, kunnes liha on sulanut läpeensä. 	

HUOM: Sulatus

1. Pihvit, kyljykset ja kanankoivet tulisi sulattaa yhdessä kerroksessa (ei siis päällekkäin).
2. Kääntämisen jälkeen jo-sulaneet osat peitetään alumiinifolioliuskoilla.
3. Linnut ja liha tulisi valmistaa heti sulattamisen jälkeen.
4. Elintarvikkeet asetetaan uuniin kuvan osoittamalla tavalla:

**Recipes for R-2S56(N) / R-2S57(N)****KALAFILEET KASTIKKEEN KERA****Turska Provencen kastikkeessa****Ainekset**

15-20 g	voita
n. 75 g	herkkusieniä viipaleiksi leikattuna
1 pieni	valkosipulinkynsi (mürskattuna)
40-50 g	varhaissipulia
600 g	säilöttyjä tomaatteja ilman mehua, hyvin valutettuna
1 tl	sitruunanmehua
1/2 rkl	tomaattiketsuppia
1/2 -1 tl	kuivattua basilikaa
	pippuria, suolaa
600 g	turskafilettä

Valmistus

- 1 Voi, herkkusienet, varhaissipulit ja valkosipuli kypsennetään yhdessä matalassa uunivuossa 3-4 min 100% teholla.
- 2 Tomaatit, sitruunanmehu, ketsuppi, basilika, pippuri ja suola sekoitetaan keskenään.
- 3 Kalafileet asetetaan vihanneksien päälle ja peitetään kastikkeella ja pienellä määrällä vihanneksia.
- 4 Kypsennetään AUTOMAATTI A6 ohjelmalla "Kalafileet kastikkeen kera" mikroaaltokelmulla peitettynä.

Kalafilee sipuli-juustokastikkeessa**Ainekset**

40 g	voita
125 g	varhaissipulia
1/2 tlk	kuivattua meiramia
30 g	jauhoja
375 ml	maitoa
75 g	raastettua Gruyere-juustoa
	suolaa, pippuria
1/2 rkl	hienoksi silputtua persiljaa
600 g	kalafileettä (esim. merilohta)

Valmistus

- 1 Voi, sipulit ja meirami laitetaan kattilaan ja kuumennetaan 3-4 min 100% teholla.
- 2 Ripotellaan sekaan jauhot ja lisätään maito. Sekoitetaan sileäksi kastikkeeksi.
- 3 Kypsennetään 3-4 min 100% teholla peittämättä.
- 4 Sekoitetaan joukkoon juusto ja maustetaan.
- 5 Kalafileet asetetaan matalaan uunivuokaan ja kastike kaadetaan niiden päälle.
- 6 Kypsennetään AUTOMAATTI A6 -ohjelmalla "Kalafileet kastikkeen kera" mikroaaltokelmulla peitettynä.
- 7 Kun ruoka on kypsää, kalat otetaan pois astiasta ja kastike sekoitetaan hyvin.

Kalafilee kirpeässä kastikkeessa**Ainekset**

450 g	säilöttyjä tomaatteja, valutettuna
n. 150 g	vehnä jauhoja
2 tlk	chilikastiketta
30 g	sipulia, hienoksi silputtuna
2 tlk	punaviinietikkaa
1/4 tlk	sinappia
1 hpp	timjamia
1 hpp	chiliippurimaustetta
600 g	kalafileettä (esim. punakampelaa)

Valmistus

- 1 Kastikkeen ainekset sekoitetaan keskenään.
- 2 Kalafileet (esim. punakampelafileet) asetetaan uuninkestävään astiaan ja kastike levitetään kalafileiden päälle.
- 3 Kypsennetään AUTOMAATTI A6 -ohjelmalla "Kalafileet kastikkeen kera" mikroaaltokelmulla peitettynä.

Kalafilee currykastikkeessa**Ainekset**

30 g	voita
20 g	manteleita
1-1/2 tlk	currymaustetta
25 g	vehnä jauhoja (täysjyvä)
30 g	rusinoita
150 g	ananasta (pieninä paloina)
100 ml	lihaliemä
100 ml	ananasmehua
100 g	hapankermaa
75 g	herneitä (pakastettuna)
	suolaa, pippuria
600 g	kalafileettä (merilohta)

Valmistus

- 1 Voi, mantelit ja curry kuumennetaan kannen alla 1-2 min 100% teholla.
- 2 Seokseen lisätään jauhot ja sekoitetaan erittäin hyvin.
- 3 Lisätään rusinat, ananas, ananasmehu, lihaliemi ja kerma koko ajan sekoittaen.
- 4 Kypsennetään kannen alla 2-3 min 100% teholla ja sekoitetaan tämän jälkeen.
- 5 Herneet lisätään ja sekoitetaan.
- 6 Maustetaan suolalla ja pippurilla maun mukaan.
- 7 Kala asetetaan uuninkestävään astiaan ja kastike kaadetaan päälle.
- 8 Kypsennetään kannen alla AUTOMAATTI A6 -ohjelmalla "Kalafileet kastikkeen kera".

- HUOM:**
- 1 Nämä ohjeet koskevat 1,2 kg:n annoksia. Jos valmistusmäärä on pienempi kuin 1,2 kg, kastikkeen aineksia on pienennettävä ja kastikkeen valmistusaikaa lyhennettävä vastaavasti.
 - 2 Jos Provencen kastikkeen tai kirpeän kastikkeen halutaan olevan paksumpaa, kalafileet otetaan kypsennyksen jälkeen pois astiasta ja kastikkeeseen sekoitetaan hieman perunajauhoja (valmistajan ohjeiden mukaan).

PUDHISTUS JA HOITO

VARO!

MIKROAALTOUUNIN PUHDISTUKSEEN EI SAA KÄYTTÄÄ TAVANOMAISIA UUNINPUHDISTUSUIHKEITA TMS., HANKAAVIA TAI HIOVIA PUHDISTUSAINEITA, TERÄSVILLASIENIÄ YMS.

Ulkopuolelta

Laitteen ulkokuori puhdistetaan miedolla saippualliuoksella. Saippualliuos pyyhitään huolellisesti pois kostealla rievulla ja kuivataan pyyhkeellä.

Käytönäppäin kenttä / paneeli

Avaa ovi ennen käytönäppäinpaneelin puhdistusta, jotta käyttöpaneeli ei toimi. Käyttöpaneeli on puhdistettava varovasti. Puhdistukseen käytetään vain veteen kostutettua riepua, jolla paneeli pyyhitään varovasti puhtaaksi. Suurten vesimäärien käyttöä on vältettävä. Älä käytä minkäänlaisia kemiallisia tai hankaavia puhdistusaineita.

VARO: R-2V16(N) / R-2V16S(N) / R-3G16(N) / R-3G17(N)
Ajanasetuskytkintä ei saa kiertää puhdistuksen aikana pois asennosta "●" (SEIS). Laite kytkeytyy muutoin päälle, kun ovi suljetaan.

Sisältä

- 1 Vielä lämmin laite tulee pyyhkiä jokaisen käyttökerran jälkeen pehmeällä, kostealla rievulla tai sienellä vähäisen lian poistamiseksi. Jos likaantuminen on voimakasta, tulee käyttää mietoa saippualliuosta ja pyyhkiä tämän jälkeen useampaan kertaan perusteellisesti pehmeällä, kostealla rievulla tai sienellä, kunnes kaikki jäänteet ovat täysin lähteneet.
- 2 On varmistettava, että saippualliuosta tai vettä ei voi päästä seinässä oleviin pieniin aukkoihin, koska tämä saattaisi viottaa laitetta.
- 3 Älkää käyttäkö sumutettavia puhdistusaineita uunin sisäosan puhdistukseen.

Pyöriva kypsymisalusta ja sen kannatin

Ottakaa ensiksi pyörivä kypsymisalusta ja sen kannatin ulos uunista. Pyörivä alusta ja sen kannatin puhdistetaan miedolla saippualliuoksella ja kuivataan pehmeällä rievulla. Molemmat osat ovat astianpesukoneenkestäviä.

Laitteen ovi

Ovi tulee pyyhkiä usein molemmilta puolilta kostealla rievulla lian poistamiseksi.

Ritilä R-3G16(N) / R-3G17(N)

Tämä ritilä puhdistetaan mietoa astianpesuainetta käyttäen ja kuivataan. Ritilä soveltuu pestäväksi astianpesukoneessa.


TOIMINNAN TARKASTUS

Tarkastakaa ensiksi seuraavat seikat, ennen kuin otatte yhteyttä asiakaspalveluun.

1. Virta

Tarkastakaa, onko verkkopistoke liitetty oikein jännitettä johtavaan verkkopistorasiaan. Varmistautukaa siitä, että verkkosulake tai sulakeautomaatti on kunnossa.

2. Asettakaa uunin sisälle mittamuki, jossa on noin 150 ml vettä, ja sulkekaa ovi.

Säätökytkin grilli/mikroaallot asetetaan asentoon  (HIGH) ja ajastin kierretään 1 minuuttiin.

Palaako lamppu uunin sisällä?

KYLLÄ _____ EI _____

Pyöriikö kypsymisalusta?

KYLLÄ _____ EI _____

HHUOM: Kypsymisalusta pyörii molempiin suuntiin.

Toimiiko tuuletus?


(Asettakaa kätenne tuuletusaukkojen kohdalle ja tarkastakaa, tuleeko niistä ilmaa.)

KYLLÄ _____ EI _____

Onko mittamukissa oleva vesi edellä selostetun käytön jälkeen kuumaa?

KYLLÄ _____ EI _____

3. R-3G16(N) / R-3G17(N)

Säätökytkin grilli/mikroaallot asetetaan asentoon 

Ajastin asetetaan kolmeen minuuttiin.

Hehkuuko grillin kuumennuselementti punaisena?

KYLLÄ _____ EI _____

Jos vastaus johonkin yllä olevista kysymyksistä on "EI", soittakaa myyntiliikkeelle tai valtuutetulle SHARP-asiakaspalvelulle ja kertokaa tarkastuksen tulos.

HYVÄ ASIAKAS

Onnittelemme uuden mikroaaltouunin hankkimisesta, joka tulee tästä lähtien helpottamaan olennaisesti taloustöitäsi. Tulet olemaan yllättyneet, mihin kaikkeen mikroaaltouuni pystyy.

Se ei vain sulata ja kuumenna nopeasti, vaan voit valmistaa sillä myös kokonaisia aterioita.

Jos olet valinnut uuniksesi yhdistetyn grilli-mikroaaltouunin, niin siinä yhdistyvät kaikki nopean mikroaaltouunin ja rapeanruskean pinnan aikaansaavan grillin edut.

Suosittellemme lukemaan käyttöohjeet sekä myös vihjeoppaan huolellisesti läpi. Näin laitteesi käyttö sujuu Sinulta helposti.

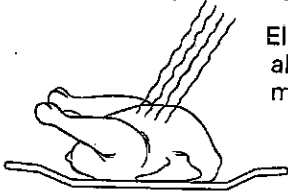
Toivotamme miellyttäviä hetkiä uuden mikroaaltouunisi kanssa.

Mikroaaltouunitiimisi.

TIETÄMISENARVOISTA MIKROAALLOISTA

Mikroaallot saavat elintarvikkeissa olevat vesimolekyylit väreilemään. Näin syntyvä kitka kehittää lämpöä, joka huolehtii siitä, että ruoka sulaa, kuumenee tai kypsyy.

Elintarvikkeet



Elintarvikkeet absorboivat mikroaalloja

antamia ohjeita.

Paistopussit

soveltuvat käytettäväksi mikroaaltouunissa. Metallisulkimet eivät kuitenkaan sovellu pussin sulkemiseen, koska pussi voi tästä sulaa. Sulje pussi langalla ja pistele paistopussiin haarukalla useampia reikiä. Ei-kuumankestävä muovikelmu, kuten esim. normaali taluskelmu, ei ole erityisen suositeltava materiaali mikroaaltouunissa.

Ruskistusastiat

ovat lasikeraamisia mikroaaltouunissa paistamiseen tarkoitettuja erikoisastioita, joiden pohjassa on metallilejeerenki, joka saa elintarvikkeet ruskistumaan. Kun ruskistusastioita käytetään, pyörivän alustan ja ruskistusastian väliin on asetettava sopiva eriste, esim. posliinilautanen. Noudata tarkasti valmistajan ilmoittamaa esikuumennusaikaa. Jos aika ylitetään, pyörivä alusta ja alustan kannatin voivat vaurioitua tai laitteen suojavaaroke laukeaa ja uuni kytkeytyy pois päältä.

Metalli

astioita ei pitäisi käyttää normaalisti, koska mikroaallot eivät läpäise metallia eivätkä näin ollen pääse tunkeutumaan ruokaan.

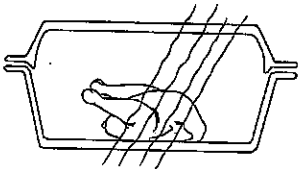
On kuitenkin muutamia poikkeuksia: kapeita alumiinifolioliuskoja voidaan käyttää osien peittämiseen, joiden ei haluta sulavan tai kypsyvän liian nopeasti (esim. broilerin siivet).

SOVELTUVAT ASTIAT

Lasi, lasikeramiikka ja posliini

Kuumankestävät astiat lasista, lasikeramiikasta tai posliinista ovat erittäin hyvin soveltuvia. Ne eivät saa kuitenkaan sisältää metallia (esim. lyijykristalli) tai olla metallilla pinnoitettuja (esim. kullatut reunat, kobolttisini).

Lasi, posliini, keramiikka, muovi, pahi jne.



Mikroaallot läpäisevät astiamateriaalin.

Keramiikka

soveltuu yleensä hyvin. Keramiikan on oltava lasitettua, koska lasittamattoman keraamisen astian sisään tunkeutuu kosteutta. Kosteus kuumentaa astiamateriaalin ja voi särkeä astian.

GRILLIKÄYTTÖÖN SOVELTUVAT ASTIAT

R-3G16(N) / R-3G17(N)

Käyttäessäsi uunia grillinä, voit käyttää mitä tahansa kuumankestäviä astioita, jotka soveltuvat käytettäväksi tavallisissakin grilleissä, esim. posliini-, keramiikka-, lasi- ja metalliastioita.

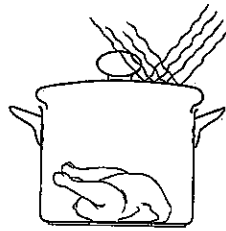
Jos ruoka kypsytetään ennen grillausta mikroaalloilla, astian on oltava mikroaalloille soveltuva ja kuumankestävä. Tähän soveltuvat hyvin esim. tulenkestävät lasiset ja keraamiset uunivuogat.

Muovi- ja pahviastiat

Kuumankestävät, mikroaalloille soveltuvat muovi- tai pahviastiat soveltuvat sulattamiseen, kuumentamiseen ja kypsyttämiseen. Noudata aina valmistajan antamia ohjeita.

Mikroaaltokelmu

tai muu kuumankestävä muovikelmu soveltuu hyvin ruokien peittämiseen tai kääreeksi. Noudata aina valmistajan



Mikroaallot heijastuvat takaisin metallista.

Pieniä metallisia puikkoja lihakäärleille yms. ja alumiinirasioita (esim. valmisruokapakkauksia) voidaan käyttää. Ne eivät saa kuitenkaan olla pieniä ruokamäärään verrattuna, esim. alumiinirasioiden on oltava täytetty ruoka-aineksella vähintään 2/3 - tilavuudestaan. Parempi on täyttää ruoka mikroaalloille sopivaan astiaan.

Kun käytetään alumiinirasioita tai muita metallisia astioita, astian etäisyyden uunin seinämiin on oltava vähintään n. 2,0 cm, koska seinämät voivat muutoin vioittua mahdollisesti syntyvistä kipinäistä.

Älä käytä astioita, joissa on metallipinnoitus, metalliosia tai metallisulkeumia, esim. astioita, joissa on metallisia ruuveja, nauhoja tai kahvoja.

VIHJEITA JA TEKNIKOITA

Ajan asettaminen

Sulatus-, kuumennus- ja kypsennysajat ovat yleensä huomattavasti lyhyempiä kuin tavanomaisella hellalla tai uunilla. Noudata tästä syystä tässä oppaassa suositeltuja aikoja. Aseta aika aina mieluummin lyhyemmäksi kuin pitemmäksi. Kokeile kypsyyttä kypsymisajan jälkeen. Parempi on antaa ruoan vielä kypsyä jälkikäteen kuin että sitä on kypsytetään liikaa.

Alkulämpötila

Sulatus-, kuumennus- ja kypsennysajat riippuvat elintarvikkeen alkulämpötilasta. Pakastetut ja jääkaappikylmät elintarvikkeet tarvitsevat esimerkiksi pitempään kuin huoneenlämpöiset.

Elintarvikkeiden kuumentamisessa ja kypsyttämisessä edellytetään normaaleja säilytyslämpötiloja (jääkaapin lämpötila n. 5°C, huoneenlämpötila n. 20°C). Sulatettavien elintarvikkeiden oletetaan olevan -18°C pakastuslämpötila.

Ilmoitetut ajat

Tämän oppaan sisältämät ajat ovat ohjeellisia aikoja, jotka voivat vaihdella alkulämpötilasta, painosta, tuoreudesta ja laadusta (vesi-, rasvapitoisuudesta jne.) riippuen.

Lisättävä vesi

Vihannekset ja muut erittäin vesipitoiset elintarvikkeet voidaan kypsentää omassa mehussaan tai lisäämällä vain vähän vettä. Näin elintarvikkeessa säilyy suuri osa vitamiineista ja kivennäisaineista.

Rasvaiset ruoat

Piilorasvaa tai näkyviä rasvakerroksia sisältävä liha kypsyy nopeammin kuin rasvattomammat osat. Peitä tästä syystä rasvaiset osat kypsennettäessä alumiinifoliokappaleella tai aseta elintarvikkeet alustalleen rasvainen puoli alaspäin.

Pienet ja suuret määrät

Mikroaaltoajat riippuvat suoraan sulatettavan, kuumennettavan tai kypsennettävän elintarvikkeen määrästä. Toisin sanoen pienet annokset kypsyvät nopeammin kuin suuret.

Nyrkkisääntönä pätee:

KAKSINKERTAINEN MÄÄRÄ = LÄHES
KAKSINKERTAINEN
AIKA
PUOLET MÄÄRÄSTÄ = PUOLET AJASTA

Korkeat ja matalat astiat

Vaikka molempien astioiden tilavuus olisikin sama, kypsymisaika on korkeassa astiassa pitempi kuin matalassa. Käytä tästä syystä mieluummin mahdollisimman matalia suuripintaisia astioita.

Käytä korkeita astioita vain ruoille, jotka kiehuvat helposti yli, esim. makaroneille, riisille, maidolle yms.

Pyöreät ja soikeat astiat

Pyöreissä ja soikeissa astioissa ruoat kypsyvät tasaisemmin kuin kulmikkaissa, koska mikroaaltoenergia keskittyy nurkkiin ja ruoka voisi näistä kohdista kypsyä liikaa.

Sijoittelu

Järjestä useammat yksittäiset annokset, esim. pienet vanukasvuokat, kupit tai kuoriperunat, rengasmaisesti pyörivälle kypsennysalustalle. Jätä annosten väliin tilaa, niin että mikroaaltoenergia voi tunkeutua kaikilta suunnilta.

Peittäminen

Kansi yms. peitto pitää kosteuden elintarvikkeessa ja kypsymisaika lyhenee. Käytä peittämiseen kantta, mikroaaltokelmua tai kupua. Ruokia, joiden pitää saada rapea pinta, ei tule peittää.

Sekoittaminen

Ruokien sekoittaminen on välttämätöntä, koska mikroaallot kuumentavat ensiksi ääri laidat. Sekoittaminen tasoittaa lämpötilaa ja ruoka kuumenee tasaisesti.

Kääntäminen

Keskikokoiset osat, kuten hampurilaiset ja pihvit, käännetään kerran kypsyttämisen aikana. Suuret osat, kuten kokolihapaistit ja broilerit, täytyy kääntää, koska yläpuoli saa enemmän mikroaaltoenergiaa ja voisi ilman kääntämistä kuivua.























Seisotusaika

Seisotusajan noudattaminen on yksi tärkeimmistä mikroaaltosäännöistä. Lähes kaikki ruoat, jotka sulatetaan, kuumennetaan tai kypsennetään mikroaaltouunissa, tarvitsevat lyhyemmän tai pitemmän seisotusajan, jona aikana lämpötila tasaantuu ja ruoassa oleva neste voi jakautua tasaisesti.

KUUMENTAMINEN

- Alumiinrasioissa olevat valmisateriat tulisi ottaa pois rasiastaan ja kuumentaa mieluummin lautasella tai kulhossa.
- Tiiviisti suljetuista astioista on poistettava kansi.
- Ruoat on peitettävä mikroaaltokelmulla, lautasella tai kuvulla (saatavissa alan liikkeistä), jotta pinta ei kuivu. Juomia ei tarvitse peittää.
- Kun keitetään nesteitä, kuten vettä, kahvia, teetä tai maitoa, astiaan on asetettava lasisauva.
- Suurempia määriä on sekoitettava välillä mahdollisuuksien mukaan, niin että lämpötila jakautuu tasaisesti.
- Ilmoitetut ajat koskevat elintarvikkeita, jotka ovat huoneenlämpöisiä (20°C). Jääkaappikylmien elintarvikkeiden kuumentamisaika on hieman pitempi.
- Jätä ruoat seisomaan 1 - 2 minuutiksi kuumentamisen jälkeen, niin että lämpötila jakautuu tasaisesti ruoan sisällä (seisotusaika).
- Ilmoitetut ajat ovat ohjeellisia aikoja, jotka voivat vaihdella alkulämpötilasta, painosta, vesipitoisuudesta, rasvapitoisuudesta ja halutusta lopputuloksesta yms. riippuen.

Taulukko: Juomien ja ruokien kuumentaminen

Juoma/Ruoka	Määrä -g/ml-	Teho -porras-	Aika (Min)	Menettelyohjeita
Kahvi, 1 kupillinen	150		1 - 1½	Ei peitetä
Maito, 1 kupillinen	150		ca. 1½	Ei peitetä
Vesi, 1 kupillinen	150		1 - 1½	Ei peitetä, kiehautetaan
6 kupillista	900		7 - 9	Ei peitetä, kiehautetaan
1 kulho	1000		10 - 13	Peitetään, kiehautetaan
Lautasruoka (vihannekset, liha ja lisukkeet)	400		4 - 6	Kastikkeelle pirskotetaan vettä, liha leikataan pieniksi paloiksi, peitetään, sekoitetaan välillä
Sakea keitto	200		2 - 3	Peitetään, sekoitetaan kuumentamisen jälkeen
Liemikeitto, kirkas	200		2 - 2½	Peitetään, sekoitetaan kuumentamisen jälkeen
Soseutettu keitto	200		2 - 3	Peitetään, sekoitetaan kuumentamisen jälkeen
Vihannekset	200		2½ - 3½	Lisätään mahdollisesti vähän vettä, peitetään, sekoitetaan kuumentamisajan puolivälissä
	500		5 - 7	
Lisukkeet	200		1 - 2½	Pirskotetaan hieman vettä päälle, peitetään, sekoitetaan välillä
	500		5 - 6	
Liha, 1 leike	200		2½ - 3½	Pirskotetaan päälle hieman kastiketta, peitetään
Kalafilee	200		2½ - 3½	Peitetään
Makkara, 2 kpl	180		ca. 1½	Kuoreen pistellään useampia reikiä
Kahvikakku, 1 kpl	150		½ - 1	Asetetaan kakkurituilalle
Vauvanruoka 1 lasipurkki	190		1 - 1½	Kansi otetaan pois, sekoitetaan hyvin kuumentamisen jälkeen ja tarkastetaan lämpötila
Margariinin tai voin sulatus	50		½ - 1	
Suklaan sulatus	100		ca. 3	Sekoitetaan välillä
6 liivatelehden liuotus	10		ca. ½	Pehmennetään vedessä, vesi puristetaan hyvin pois ja asetetaan liemikulhoon, sekoitetaan välillä
Täyttekakun hyytelökuorrutus ¼ l nesteelle	10		6 - 8	Sekoitetaan sokeriin ja 250 ml:aan nestettä, peitetään, sekoitetaan välillä ja kuumentamisen jälkeen hyvin

SULATTAMINEN

Ota pakastettu elintarvike pois pakkauksestaan ja aseta se lautaselle sulamaan.

Pakkaukset ja astiat

Ruokien sulattamiseen ja kuumentamiseen soveltuvat hyvin mikroaaltouunille soveltuvat pakkaukset ja astiat, jotka ovat sekä pakastamisen- (n. -40°C:een asti) että kuumankestäviä (n. 220°C:een asti). Näin voit samassa astiassa sulattaa, kuumentaa ja jopa kypsentää vaihtamatta ruokaa välillä toiseen astiaan.

Peittäminen

Ohuimmat osat peitetään ennen sulattamista alumiinifolioliuskoilla. Jo sulaneet tai lämpimät osat peitetään myös sulattamisen aikana alumiinifolioliuskoilla. Näin ohuimmat osat eivät pääse kuumenemaan liikaa, kun paksummat osat ovat vielä jäässä.

Mikroaaltoteho

asetetaan mieluummin pienemmälle kuin liian korkealle. Näin elintarvike sulaa tasaisemmin. Jos mikroaaltoteho on liian suuri, ruoan pinta alkaa jo kypsyä, kun sisäosat ovat vielä jäässä.

Kääntäminen/Sekoittaminen

Lähes kaikkia elintarvikkeita on välillä käännettävä tai sekoitettava kerran. Osat, jotka ovat kiinni toisissaan, on irrotettava toisistaan niin pian kuin mahdollista ja niiden paikkaa vaihdettava.

Pienemmät määrät

sulavat tasaisemmin kuin suuret. Tästä syystä on parempi pakastaa pieniä annoksia. Näin voit koota kokoon kokonaisia aterioita nopeasti ja helposti.

Herkkiä elintarvikkeita

kuten täytekakkuja, kermaa, juustoa ja leipää ei sulateta kokonaan, vaan annetaan vähän sulahtaa ja sulatetaan valmiiksi huoneenlämpötilassa. Näin välttyään siltä, että uloimmat alueet kuumenevat liikaa, kun sisäosat ovat vielä jäässä.

Seisotusaika

elintarvikkeiden sulettua on erityisen tärkeä, koska sulaminen jatkuu tänä aikana. Sulattamistaulukosta löydät eri elintarvikkeiden seisotusajat. Elintarvikkeet on käytettävä seisotusajan jälkeen mahdollisimman heti eikä niitä saa pakastaa uudelleen.

Taulukko: Sulattaminen

Elintarvike	Määrä -g/ml-	Teho -Porras-	Aika (Min)	Menettelyohjeita	Seisotusaika - Min-
Kokolihaa	1500	☼	32-36	Asetetaan alassuun käännettylle	30-90
(esim. sika, nauta, lammas, vasikka)	1000 500	☼ ☼	21-25 12-14	lautaselle, käännetään sulatusajan puolivälissä	30-90 30-90
Pihvit, leikkeet, kyljykset, maksa	200	☼	4-6	Käännetään sulatusajan puolivälissä	10-15
Palapihvi	500	☼	11-14	Käännetään välillä kaksi kertaa (sekoitetaan) ja irrotetaan toisistaan	15-30
Makkarat	8 kpl 4 kpl.	☼ ☼	7-10 4-7	Asetetaan vierekkäin, käännetään sulatusajan puolivälissä	5-10 5-10
Ankka/Kalkkuna	1500	☼	28-32	Asetetaan alassuun käännettylle lautaselle, käännetään sulatusajan puolivälissä	30-90
Broileri, kana	1200 1000	☼ ☼	20-23 16-19	Asetetaan alassuun käännettylle lautaselle, käännetään sulatusajan puolivälissä	30-90 30-90
Kanankoivet	200	☼	4-7	Käännetään sulatusajan puolivälissä	10-15
Kokonainen kala	800	☼	10-13	Käännetään sulatusajan puolivälissä	10-15
Kalafilee	400	☼	8-11	Käännetään sulatusajan puolivälissä	5-10
Katkaravut	500	☼	10-13	Käännetään sulatusajan puolivälissä, ja otetaan sulaneet osat pois	30
Sämpylät, 2 kpl	80	☼	ca. 1	Annetaan vain sulahtaa pinnaltaan	-
Kokojyväleipä siivuina Paahtoleipäsiivut	250	☼	2-4	Siivut asetetaan vierekkäin, annetaan vain sulahtaa pinnaltaan	-
Sekaleipä, kokonainen Ranskanleipä, kokonainen	750	☼	9-12	Käännetään sulatusajan puolivälissä (sisäosa jätetään jäiseksi)	15
Kahvikakku, 1 pala	150	☼	2-3½	Asetetaan kakkuritulalle	5
Täytekakku, 1 pala		☼	ca. 1½	Asetetaan kakkuritulalle	10
Täytekakku, kokonainen, halk. 28 cm	250	☼	23-26 2-4	Asetetaan kakkuritulalle	30-60
Voi		☼	4-6		15
Hedelmät kuten mansikat vadelmat kirsikat luumut		☼		Asetetaan tasaisesti vierekkäin, käännetään sulatusajan puolivälissä	5

Taulukossa ilmoitetut ajat ovat ohjeellisia aikoja, jotka voivat vaihdella elintarvikkeiden pakastelämpötilasta, laadusta ja painosta riippuen.

TUOREIDEN VIHANNESTEN KYPSENTÄMINEN

- Kiinnitä vihanneksia ostaessasi huomiota siihen, että palat ovat mahdollisimman samankokoisia. Tämä on tärkeää ennen kaikkea silloin, kun aiot sulattaa vihannekset kokonaisina (esim. kuoriperunat).
- Pese vihannekset ennen valmistusta, raaputa ne puhtaaksi ja punnitse vasta sen jälkeen tarpeellinen määrä ja paloittele.
- Mausta tavanomaisesti, mutta lisää suola vasta kypsennyksen jälkeen.
- Lisää n. 5 rkl vettä 500 g vihannesmäärää kohti. Erittäin kuitupitoiset vihannekset tarvitsevat hieman enemmän vettä. Lähemmät tiedot löytyvät taulukosta.
- Vihannekset kypsennetään yleensä kannellisessa kulhossa. Hyvin vesipitoiset vihannessajit, kuten vihannessipulit tai kuoriperunat, voidaan kypsentää mikroaaltouunissa vettä lisäämättä.
- Vihanneksia sekoitetaan tai käännetään kypsennysajan puolivälissä.
- Kypsennyksen jälkeen vihannekset jätetään seisomaan n. 2 minuutiksi, jotta lämpötila jakautuu tasaisesti (seisotusaika).
- Ilmoitetut kypsennysajat ovat ohjeellisia aikoja, jotka riippuvat vihannessajin painosta, alkulämpötilasta ja laadusta; mitä tuoreampia vihannekset ovat, sitä lyhyempiä ovat kypsennysajat.

Taulukko: Tuoreiden vihannesten kypsentäminen

Lisättävä Vihannessaji	Määrä -g-	Teho - Porras -	Aika (Min.)	Vesi -rkl/ml	Menettelyohjeita
Lehtipinaatti	300		6 - 9		Annetaan valua hyvin pesemisen jälkeen, peitetään välillä, sekoitetaan 1 - 2 kertaa
Kukkakaali	800		17 - 20	5-6 spsk	1 kokonainen kukkakaalinpää, peitetään, paloitellaan nuppusiksi, sekoitetaan välillä
	500		11 - 13	4-5 spsk	
Parsakaali	500		11 - 13	4-5 spsk	Paloitellaan nuppusiksi, peitetään, sekoitetaan välillä
Herkkusienet	500		8 - 11		Kokonaiset sienet, peitetään, sekoitetaan välillä
Kuoritut perunat	500		10 - 12	150ml	Leikataan tasakokoisiksi paloiksi, lisätään hieman suolaa, peitetään, sekoitetaan välillä

LIHAN, KALAN JA LINTUJEN KYPSENTÄMINEN

- Kiinnitä ostaessasi huomiota siihen, että palat ovat mahdollisimman samankokoisia. Näin saat kypsennystuloksesta paremman.
- Liha, kala ja linnut pestään huolellisesti virtaavan kylmän veden alla ennen valmistusta ja pyyhkäistään kuivaksi talouspaperilla. Käsitellään tämän jälkeen tavalliseen tapaan.
- Naudanlihan pitäisi olla hyvin riippunutta ja sisältää vähän jänteitä.
- Vaikka palat olisivatkin samankokoisia, kypsennystulos voi olla erilainen. Tämä johtuu mm. siitä, että elintarvikkeiden laatu, rasva- ja nestepitoisuus, samoin kuin niiden alkulämpötila eroavat toisistaan.
- 15 minuutin kypsennyksen jälkeen pinta ruskistuu luonnollisesti. Jotta pinnasta tulee lisäksi rapea, tulisi käyttää ruskistusastioita tai elintarvikkeet pitäisi paistaa hellalla ja kypsentää sen jälkeen valmiiksi mikroaaltouunissa. Hellalla saadaan samalla ruskeaa lihalientä kastikkeen valmistusta varten.
- Suuremmat liha-, kala- ja kanakappaleet käännetään kypsennysajan puolivälissä, niin että ne kypsyvät joka puolelta tasaisesti.
- Peitä kokonainen paistiliha kypsennyksen jälkeen alumiinifoliolla ja anna sen levätä n. 10 minuuttia (seisotusaika). Lihan kypsyminen jatkuu tänä aikana ja neste jakautuu tasaisesti, niin että lihaa leikatessa joutuu vähemmän lihomehua hukkaan.

Tabel: Tilberedning af kød, fisk og fjerkræ

Liha, kala ja linnut	Määrä -g-	Teho - Porras -	Aika (Min)	Menettelyohjeita	Seisotusaika - Min-
Kokonainen paisti	500		18 - 20	Maustetaan maun mukaan, asetetaan pyöreään matalaan uunivuokaan, käännetään * kuluttua mallissa	10
(sika, vasikka, lammas)	1000		36 - 40		10
	1500		50 - 54	Käännetään kypsennysajan puolivälissä	10
Kalafillee	200		3 - 4	Maustetaan maun mukaan, asetetaan lautaselle, peitetään	3
Broileri	1200		33 - 36	Maustetaan maun mukaan, asetetaan pyöreään matalaan uunivuokaan, käännetään kypsennysajan puolivälissä	3
Kanankoivet	200		3 - 5	Maustetaan maun mukaan, asetetaan lautaselle, peitetään	3

GRILLI KÄYTTÖ

R-3G16(N) / R-3G17(N)

Taulukko: Lihan ja lintujen kypsentaminen

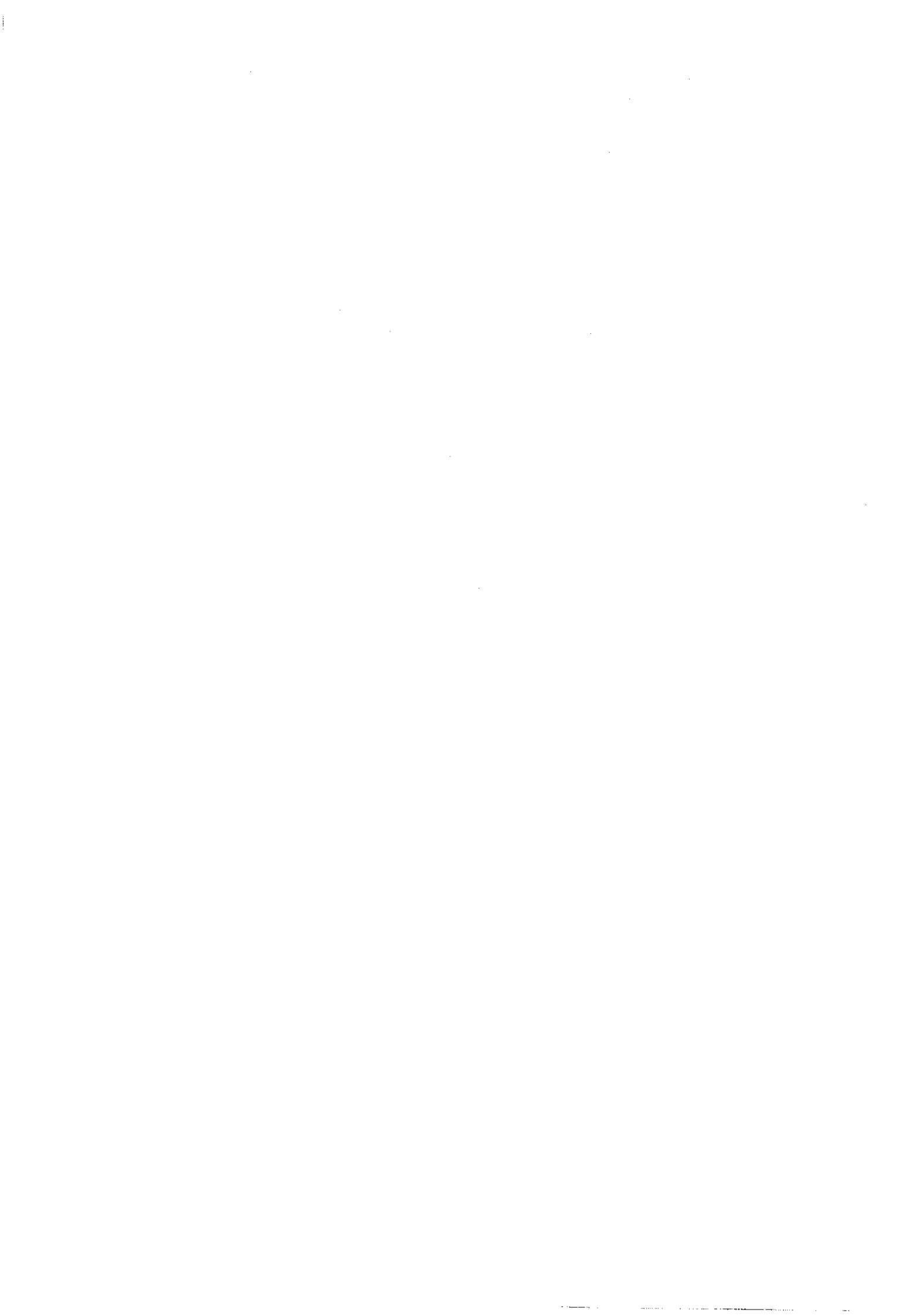
Peitä paistiliha kypsennyksen jälkeen alumiinifoliolla ja anna sen levätä n. 10 minuuttia (seisotusaika). Paistin kypsyminen jatkuu tämä aikana ja neste jakautuu tasaisesti, niin että lihaa leikatessa joutuu vähemmän lihamehua hukkaan.

Käytä grillauksessa ritilää nopean ja tasaisen ruskistuksen aikaansaamiseksi. Suuret ja paksut elintarvikkeet grillataan pyörivän kypsennysalustan päällä.

Liha ja linnut	Määrä - g -	Säätö	Teho - Porras	Kyps. aika - Min.-	Menettelyohjeita	Seisotusaika - Min.-
Kokolihapaisti (esim. sika, vasikka, lammis)	500			7-9	Maustetaan maun mukaan, asetetaan lautaselle ja lautanen pyörivän kypsennysalustan päälle, käännetään (*) kuluttua	10
				11-13(*)		
				6-8		
	1000			5-7		
				19-21		
				17-19(*)		
				5-7		
	1500			16-18		
				25-28		
				13-15(*)		
			3-5			
Paahtopaisti, medium	1000			17-19	Maustetaan maun mukaan, asetetaan lautaselle rasvainen puoli alaspäin ja lautanen pyörivän kypsennysalustan päälle, käännetään (*) kuluttua	10
				8-10(*)		
				3-5		
	1500			22-24		
				8-10(*)		
Jauhelihakäärlyle	1000			16-18	Valmistetaan jauhelihataikina, asetetaan uunivuokaan ja kypsennetään ritilän päällä	
				5-7		
Broileri	1200			21-23	Maustetaan maun mukaan, asetetaan lautaselle rintapuoli alaspäin ja lautanen pyörivän kypsennysalustan päälle, käännetään (*) kuluttua	3
				9-11(*)		
				5-7		
Kanankoivet	200			3-5	Maustetaan maun mukaan, asetetaan ritilälle nahkapuoli alaspäin, käännetään (*) kuluttua	3
				7-9(*)		
				4-6		

Taulukko: Lihan, vuokaruokien ja juustovoileipien grillaaminen ja gratinoiminen

Ruokalaji	Määrä -g-	Säätö	Kyps. aika -min-	Menettelyohjeita	Seisotusaika-min-
Pihvit 2 kpl. medium	400		11-13 (*)	Asetetaan ritilän päälle, käännetään (*), kuluttua, maustetaan grillaamisen jälkeen	2
			8-11		
Lampaankyljykset 2 kpl. medium	300		12-14 (*)	Asetetaan ritilän päälle, käännetään (*), kuluttua, maustetaan grillaamisen jälkeen	2
			10-12		
Grillatut makkarat 5 kpl.	400		14-16 (*)	Asetetaan ritilän päälle, käännetään (*), kuluttua	2
			7-9		
Vuokaruokien ym. gratinoiminen			8-10	Asetetaan ritilän päälle, käännetään (*) kuluttua	10
Paahdettu juustovoileipä 1 kpl.			6-7	Paahdetaan paahtoleipä, levitetään sille voita, päälle 1 siivu keittokinkkua, kokonainen ananasviipale ja sulatejuustosiivu, grillaten ritilä päällä	1



VIGTIGT FÖR DIN SÄKERHET

VARNING

Hur du undviker brand

- Lämna inte mikrovågsugnen utan tillsyn när den är igång. För hög effekt eller för lång värmningstid kan leda till att maten blir för varm och börjar brinna.
- Utrymmet ovanför den bänk där mikrovågsugnen placeras måste vara minst 65cm högt.
- Apparaten är inte avsedd för inbyggnad i vägg eller skåp.
- Nätuttaget måste alltid vara åtkomligt så att kontakten kan dras ur i nödfall.
- Mikrovågsugnen anslutes till 230V växelström, 50Hz, och avsäkras med säkring, minst 10A, eller med automatsäkring, minst 10A.
- Apparaten bör anslutas över en separat strömkrets.
- Placera inte mikrovågsugnen i närheten av värmekälla, t ex vid spisen.
- Ställ inte ugnen på en plats där luftfuktigheten är hög eller där vattenånga kan bildas.
- Apparaten får inte förvaras eller användas utomhus.
- ÖPPNA ALDRIG LUCKAN om den uppvärmda maten börjar ryka i ugnen. Dra istället ur kontakten och vänta tills röken har lagts sig. Om du öppnar luckan under rökutvecklingen kan det börja brinna.
- Använd endast kärl och porslän som är avsedda för mikrovågsugnar. Se instruktionerna i kokboken som medföljer ugnen.
- Lämna aldrig ugnen utan tillsyn när du använder plast, papper eller andra brännbara material.
- Rengör stänkskyddet, insidan av ugnen och bottenallriken samt dess hållare varje gång du har använt ugnen. Dessa delar skall vara torra och fettfria. Fettstänk som sitter kvar kan överhettas och börja ryka eller brinna.
- Förvara inga brännbara föremål i närheten av mikrovågsugnen eller framför ventilationsöppningarna.
- Ventilationsöppningarna får inte blockeras.
- Avslägsna metallklammor, metalltråder osv. på förpackningar. Dessa kan avge gnistor i ugnen och orsaka brand.
- Använd inte mikrovågsugnen till att frittera livsmedel i matfett eller matolja. Temperaturen kan inte kontrolleras och fett kan börja brinna.
- När du poppar popcorn skall du endast använda kärl speciellt avsedda för detta.
- Förvara aldrig livsmedel eller föremål i mikrovågsugnen.
- Kontrollera att ugnen är rätt inställd när du sätter igång den så att den fungerar tillfredsställande.

Hur du undviker personskador

- Använd inte apparaten om den uppvisar skador eller inte fungerar riktigt. Innan du använder ugnen bör du kontrollera följande punkter:
 - Luckan (får inte vara skev).
 - Gångjärnen eller luckans låsanordning (får inte vara trasiga eller sitta löst).
 - Luckans tätningar och tätande ytor (får inte vara skadade).
 - Ugnens innerväggar (får inte uppvisa skador på ytan).
 - Nätkabeln och nätkontakten (får inte vara trasiga).
- Gör inga försök att själv justera eller reparera ugnen. Justering och reparation skall utföras av SHARP-kundjänst.
- Sätt aldrig igång ugnen med luckan öppen eller om låset har ändrats.

- Mikrovågsugnen får inte sättas på om det har fastnat något mellan tätningarna i luckan och ugnens tätande frontyta.
- Håll rent så att det inte bildas fett och smuts på luckans tätningar. Följ anvisningarna för "Underhåll och rengöring" sidan S-9
- Personer med pacemaker bör rådfråga läkare eller leverantören av pacemakern angående försiktighetsåtgärder vid användning av mikrovågsugnar.

Hur du undviker elstötar

- Det yttre höljet på ugnen får under inga omständigheter avlägsnas.
- Undvik att spilla vätska i låsöppningen eller i ventilationöppningarna och stick inte in föremål i öppningarna. Om du råkar spilla mycket, måste du stänga av ugnen direkt. Dra ur kontakten och kontakta SHARPs kundjänst.
- Sladden eller kontakten får aldrig hamna i vatten, drycker el dyl.
- Dra inte sladden över skarpa bordskanter eller bänkskivor.
- Lagg inte sladden på varma ytor.
- Försök inte att byta ut ugnslampan själv eller av någon som inte är auktoriserad av Sharp att göra detta. Om ugnen inte fungerar skall du kontakt med din handlare eller en auktoriserad SHARP service representant.
- Om nätkabeln för denna apparat är skadad, måste den bytas ut med en specialnät-kabel av en auktoriserad SHARP service representant. (QACVVAO62WREO; R-3G16(N) / R-3G17(N):QACVVAO63WRE1)

Hur du undviker explosioner och överkokning

- Använd aldrig slutna kärl. Avlägsna förslutningar och lock. Tillslutna kärl kan explodera på grund av övertryck även när man stängt av ugnen.
- Var försiktig när du värmer upp vätskor i mikrovågsugnen. Använd en hållare med stor öppning som inte hindrar blåsorna att tränga ut. Värm aldrig upp vätskor i trånga kärl som tex. nappflaskor eftersom detta kan leda till att innehållet sprutar ut och åstadkommer brännskador. För att undvika plötsliga överkokningar och skällningar gör du på följande sätt:
 - Rör om vätskor före uppvärmning/återuppvärmning.
 - Det rekommenderas att man ställer en glasstav eller liknande i vätskan under upphettningen.
 - Låt vätskan stå kvar ett tag efter upphettningen för att undvika skällning på grund av försenad överkokning.
- Koka aldrig ägg skal på i mikrovågsugnen, eftersom de kan explodera. När du kokar eller värmer ägg som inte skall vispas eller röras, måste du sticka hål på äggulan så att den inte exploderar. Ta av skalerna på färdigkokta ägg och skär dem i skivor innan de värms upp.
- Stick hål på livsmedel med skal och skinn (t ex potatis, korv eller frukt) så att ångan kan avdunsta.

Hur du undviker brännskador

- Använd grytlappar e dyl när du tar ut mat ur ugnen så att du inte bränner dig.
- För att undvika brännskador när du öppnar kärl, popcornförpackningar, påsar o dyl bör du se till att ansiktet och händerna inte kommer i närheten av den uppstigande ångan.

- Backa lite när du öppnar ugnsluckan för att undvika utströmmande ånga och hetta.
- Livsmedel med fyllning bör skaras upp efter uppvärmning så att ångan kan avdunsta. På det sättet undviker du brännskador.
- För att undvika brännskador skall du alltid kontrollera matens temperatur och röra om innan den serveras. Var speciellt försiktig med mat och dryck som ges till barn eller äldre. Kärlets temperatur är inte någon värde mätare på matens eller dryckens temperatur; kontrollera alltid matens temperatur.
- Eftersom glasluckan kan bli het under tillagningen bör ugnen placeras minst 85cm över golvet. Se till att inte barn bränner sig på glaset.
- R-3G16(N) / R-3G17(N): Vidrör aldrig ugnsluckan, yttersidorna, baksidan, väggarna inuti ugnen, ventilsöppningarna eller tillbehör och porslin under tiden som grillfunktionen är igång. Kontrollera före rengöring att dessa delar inte längre är heta.

Barn och mikrovågsugnar

- Låt inte barn använda mikrovågsugnen utan tillsyn.
- Låt inte barn luta sig mot eller hänga på luckan eller på något sätt leka med mikrovågsugnen.
- Tala om för dina barn hur de kan skydda sig, t ex genom att använda grytlappar, ta av locket försiktigt etc. Var extra varsam med förpackningar som gör maten knaprig (t ex bryningsmaterial).

Övrigt

- Ändra inte mikrovågsugnen på något sätt.
- Flytta inte på ugnen när den är igång.
- Denna ugn får endast användas för uppvärmning av livsmedel i hushållet. Den är inte avsedd för industriellt bruk eller för användning i laboratorium.
- Dra alltid ur kontakten innan du byter ugnslampän (25W/220-230V).

INSTALLATION

- Tag bort allt förpackningsmaterial inuti ugnen samt skyddsfilmerna och etiketterna på utsidan.
- Använd inte ugnen om den är defekt.
- Placera mikrovågsugnen på plan och jämn yta, stabil nog ugnens vikt samt för maten som skall

REGLER

För hur du undviker fel och skador på din mikrovågsugn.

- Sätt aldrig på ugnen när den är tom, eftersom den då kan ta skada.
- När du använder bryningskär! eller självuppvärmande material måste du ha en värmebeständig isolering mellan poslinet och den roterande bottentallriken (du kan t ex ställa dit en tallrik). På så sätt undviker du värmeskador på tallriken och dess hållare. Undvik också att överskrida den angivna värminingstiden för poslinet.
- Använd inte kokkär! i metall eftersom mikrovågorna reflekteras och orsakar gnistbildning. Förvara inte heller konserver i ugnen.
- Använd endast bottentallrik och hållare avsedda för denna mikrovågsugn.
- Undvik sprickbildning i den roterande bottentallriken genom att:
 - Låta tallriken svalna lite innan du diskar den.
 - inte lägga mat direkt på tallriken.
 - inte placera het mat eller hett porslin på kall bottentallrik.
 - aldrig placera kall mat eller kallt porslin på varm bottentallrik.
- R-3G16(N)/R-3G17(N):
Laga inte mat i plastkär! om ugnen fortfarande är het när du använt grillfunktionen eftersom kärlet kan smälta. Plastkär! skall aldrig användas vid grillning, undantaget om tillverkaren anger att kärlet klarar dessa temperaturer.
- Ställ ingenting på mikrovågsugnen när den är igång.

OBS!

- Har du frågor angående anslutning an apparaten kan du vända dig till en behörig elinstallatör.
- Tillverkaren eller återförsäljaren av denna mikrovågsugn ansvarar ej för maskineller personskador som orsakas av felaktig elektrisk anslutning.
- Vattenånga eller vattendroppar kan bildas på väggarna i ugnen och på luckans tätningar. Detta är normalt och tyder ej på läckage av mikrovågor eller annan felfunktion.

ANVÄNDNING

ALLMÄNT

R-2V16(N) / R-2V16S(N)

Kokboken innehåller utförliga anvisningar för varje recept, här beskrivs bara de grundläggande reglerna för hur du bör använda mikrovågsugnen.

- Tryck på lucköppnare, öppna luckan och ställ in maten på bottentallriken.
- När timern skall ställas in på en tid under en minut vrider du den först över minutsmarkeringen och sedan tillbaka till den önskade tiden.
- Om du vill ta ut maten innan tiden är slut, vrider du

värmes upp i den.

- R-2V16(N) / R-2V16S(N) / R-3G16(N) / R-3G17(N):
Kontrollera att timern är inställd på "●".
- Stick in mikrovågsugnens stickkontakt i ett vanligt jordat uttag.

antingen tillbaka timern till "●" eller öppnar ugnsluckan. Luckan kan öppnas när som helst under uppvärmningen (timern stannar, så att du vet hur lång tid som är kvar). För att fortsätta uppvärmningen är det bara att stänga luckan igen. Under uppvärmningen kan du även ändra tiden på timern.

VARNING:

Tänk på att vrider tillbaka timern till "●" när maten är klar, i annat fall startar ugnen när luckan stängs.

MIKROVÅGS MATLAGNING

Din ugn har fem förprogrammerade effektlägen.

NIVÅER	MIKROVÅGS EFFEKT	WATT		DISPLAY
		R-2V16(N)/R-2S56(N)/57(N)	R-3G16(N)/17(N)	R-2S56(N)/57(N)
HIGH	100%	700	750	100P
MEDIUM HIGH	70%	490	525	70P
MEDIUM	50%	350	375	50P
MEDIUM LOW	30%	210	225	30P
LOW	10%	70	75	10P

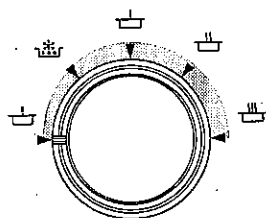
OBS: R-2S56(N) / R-2S57(N)

Om du missar det önskade läget, fortsätter du att trycka på effektväljartangenten () tills du återkommer till önskat läge igen.

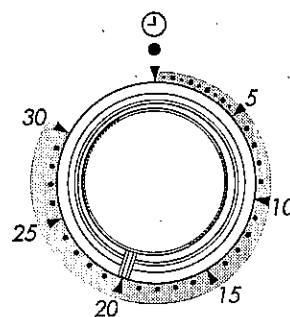
Om läget inte väljs, ställs 100% läget in automatiskt.

TIDSTYRD KIKNING R-2V16(N) / R-2V16S(N)

1. Ställ in önskad mikrovågseffekt.



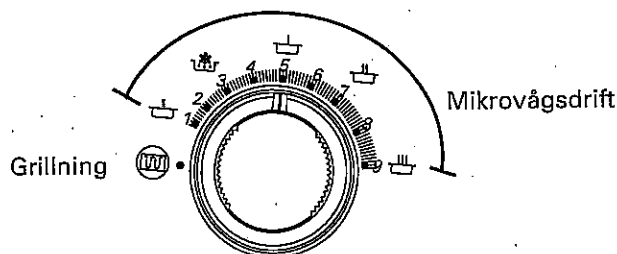
2. Ställ in tiduret på önskad koktid. Ugnen startar. *



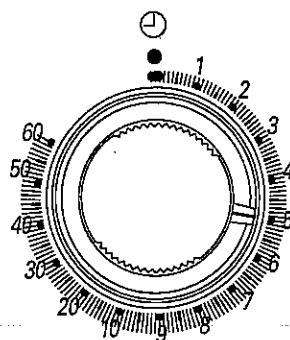
* Efter avslutad kokning återställs tiduret på "●", en ljudsignal avges och ugnslampan tänds automatiskt.

ATT LAGA MAT MED MIKROVÅGOR / GRILL R-3G16(N)/R-3G17(N)

1. Välj effekt med effektväljaren.




2. Ställ in timern på önskad tid. Uppvärmningen börjar. *




* När tiden är slut, vrids timern tillbaka till "●", en signal avges och ugnen och ugnsbelysningen stängs av automatiskt.

FÖRE ANVÄNDNINGEN R-2S56(N) / R-2S57(N)

Anslut ugnen.

*Ugnens display kommer att visa .

Stopp tangenten

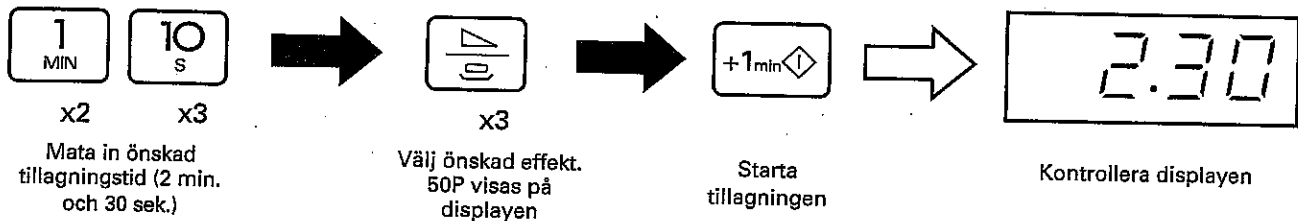
Använd STOPP tangenten () för att:

1. sudda ett misstag under programmering.
2. göra ett uppehåll under matlagningen.
3. annullera ett program under matlagning, tryck två gånger




MANUELLT PROGRAM R-2S56(N) / R-2S57(N)

Med de manuella programmen, kan din ugn programmeras upp till 99 minuter och 90 sekunder. När programmet avslutats, visas noil på displayen.

Exempel: Tänk dig att du vill värma upp en soppa under 2 minuter och 30 sekunder med 50% effekt.




OBS:

1. När luckan öppnas under tillagningen, stoppas tillagningstiden på displayen automatiskt. Tillagningstimmern startar nedräkningen igen när luckan stängs och PLUS/START-tangenten () trycks.
2. Om du vill veta effektläget under tillagningen, trycker du på EFFEKTVÄLJARTangenten (). Så länge du trycker på EFFEKTVÄLJARTangenten (), visas effekten.

AUTOMATISKA PROGRAM R-2S56(N) / R-2S57(N)

AUTOMATISKA PROGRAM ger automatiskt korrekt effekt och tillagningstid. Du kan välja mellan tio AUTOMATISKA menyer. Detta måste du veta när du använder dig av denna automatiska funktion:

1. Meddelande på displayen:

- När du trycker på tangenten för AUTOMATISKA PROGRAM kommer displayen att visa följande.
- När en aktivitet krävs (tex. vända på maten) stoppar ugnen och en signal hörs samtidigt som återstående tillagningstiden blinkar på displayen. För att fortsätta tillagningen trycker du på PLUS/START tangenten () . Detaljerad information hittar du i matlagningstabellen.

menynummer



A 1-0

portion

2. Aktivering av meny:

Du kan aktivera ett meny genom att trycka på AUTOMATISKA PROGRAM tangenten tills önskat menynummer visas.

3. Inmatning av vikt eller mängd:

- Vikten eller mängden mat kan matas in genom att trycka på EFFEKT/PORTIONVÄLJAR-tangenten () . Antalet tryckningar på tangenten motsvarar vikten eller mängden av mat som du önskar tillaga. Instruktioner om hur vikt eller mängd matas in visas i matlagningstabellen och på menyetiketten.
- Se till att EFFEKT/PORTIONVÄLJAR tangenten () trycks efter valet av meny, annars startar inte ugnen.
- Mata endast in matens vikt. Ta inte med kärlets vikt.
- För tillagning av mat med större eller lägre vikt/mängd än vad som anges i matlagningstabellen använder du de manuella programmen.
- För bästa resultat följer du instruktionerna i matlagningstabellen.

4. Matens färdigttemperaturen kommer att variera beroende på begynnelsestemperaturen. Kontrollera att maten är färdig efter tillagningen. Vid behov kan tillagningstiden förlängas och effekten varieras manuellt.

AUTOMATIK tangent

AUTOMATIC

AUTOMATIK-tangenten räknar själv ut korrekt effekt och tillagningstid.

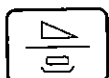
Exempel: Vi tänker oss att du vill laga en gratäng som väger 1.1kg.

AUTOMATIC

x7

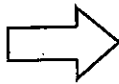
Välj AUTOMATISKT meny.
A7-0 visas på displayen.





x4

Mata in mängden, A7-4 visas på displayen.





27.10


Efter 2 sekunder starter ugnen.
Kontrollera displayen.


ÖVRIGA PRAKTISKA FUNKTIONER R-2S56(N) / R-2S57(N)

PLUS / START () tangent







PLUS / START () tangenten ger dig möjlighet att utföra följande funktioner:

1. **Direkt Start** Du kan starta matlagningen genast med 100% mikrovågseffekt och i steg om 1 minut genom att trycka på PLUS / START () tangenten.





OBS: Till skydd för barn kan PLUS/START () tangenten endast användas en minut efter föregående bruk.

2. **Förlängning av tillagningstiden** Du kan förlänga tillagningstiden i steg om 1 minut genom trycka på PLUS/START () tangenten under pågående tillagning.

PROGRAM TABELL R-2S56(N) / R-2S57(N)

Meny nummer	Mat & mängd (tillbehör)	Enhet per tryck	Begynnelse-temp	Tillvägagångssätt	Rekommenderade menyer
1. 	Drycker 1-5 koppar 150 ml/kopp (kopp)	150ml	20°C rums - temperatur	<ul style="list-style-type: none"> Placera dryckerna, icke contrerat, på den roterande bottenallriken Efter uppvärmning, för om ock låt stå i ca. 1-2 minuter. 	Kaffe
OBS: Om begynnelsestemperaturen är 5°C (±2°C), kylskåpstemperatur, värm upp manuellt.					
2. 	Soppor grytor 1-4 koppar 200ml/kopp (kopp + mikro-vågsplast folie eller lock)	200ml	20°C rums temperatur	<ul style="list-style-type: none"> Placera koppen i centrum på den roterande bottenallriken Slut till med mikrovågsplastfolie eller lock. Efter uppvärmning, för om ock låt stå i ca 1-2 minuter 	
OBS: Om begynnelsestemperaturen är 5°C (±2°C), kylskåpstemperatur, värm upp manuellt.					
3. 	Kökt potatis oskalad potatis 0.2 - 0.8 kg (skål + lock)	200g	20°C	<p>Kökt potatis</p> <ul style="list-style-type: none"> Skala ock skär potatisen i lika stora bitar. Lägg potatisen i en skål. Tillför vatten (per 100 g ca. 2 matskedar) och lite salt. Sätt på locket. När ugnen stoppar ock signalen hörs, rör om och täck över igen. Efter kokningen låter du potatisen stå i ca. 1-2 minuter. <p>Oskalad potatis</p> <ul style="list-style-type: none"> Välj och tvätta av potatisar med samma storlek. Lägg potatisen i en skål. Tillför vatten (per 100g ca. 2 matskedar) och lite salt. Sätt på locket. När ugnen stoppar och signalen hörs, rör om och täck över igen. Efter kokningen låter du potatisen stå 1 ca. 1-2 minuter. 	
4. 	Djupfrysta grönsaker 0.2-0.6kg (Skål + lock)	200g	-18°C	<ul style="list-style-type: none"> Tillsätt 1-3 msk vatten. (För champinjoner behövs inget extra vatten) Sätt på locket. Efter tillagningen skall maten stå till sig under ca. 1-2 minuter. 	
OBS: Om djupfrysta grönsaker är sammanklumpade skall man använda manuellt program.					
5. 	Färska grönsaker 0.2-0.6kg (Skål + lock)	200g	20°C	<ul style="list-style-type: none"> Tillsätt vatten och salt efter behov (1 msk per 100g) Skär i små bitar, tex. strimlor, tätningar eller skivor. Sätt på locket. När ugnen stannar ock signalen hörs, rör om i maten. Efter tillagningen skall maten stå till sig under ca. 2 minuter. 	blomkål broccoli, Fänkål purjolök peppar brysselkål zucchini spenat
6. 	Fiskfileer med sås 0.4-1.2kg fisk: 0.2-0.6kg sås: 0.2-0.6kg (Quiche tallrik)	400g Fisk: 200g Sås: 200g	Fisk 5°C Sås -20°C	<ul style="list-style-type: none"> Lägg fisken på quiche tallriken med den smala sidan mot mitten. Fördela den förberedda sasen över fiskfileerna. Täck över med mikrovågsplastikfolie. Efter tillagningen skall maten stå till sig under ca. 2 minuter. 	Fisk: torsk, kolka gräsej Såser: Provence pikant purjolök och ost curry

Se recept för såser på sid S-8

Meny nummer	Mat & mängd (tillbehör)	Enhet per tryck	Begynnelse-temp	Tillvägagångssätt	Rekommenderade menyer
7.	 Gratäng 0.5-1.5kg (flat, oval gratäng tallrik)	200g	20°C	<ul style="list-style-type: none"> Förbered gratängen enligt bifogade matlagningstips. Efter tillagningen skall maten stå till sig med locket på under ca. 5-10 minuter. 	spenat-grätang
8.	 Kycklinglår 0.2-0.6kg (Quiche tallrik) Ingredienser för 0.6kg kycklinglår (2-3 bitar) 1 msk olja 1/2 tsk salt 1/2 tsk söt paprika en aning rosmarin	200g	5°C	<ul style="list-style-type: none"> Blanda ingredienserna och fördela över Kycklinglår kycklinglåren. Drag av skinnet från kycklinglåren. Lägg kycklinglåren i quiche tallriken med den smala änden mot mitten. Täck över med mikrovågsplastikfolie När ugnen stannar och signalen hörs, vänd på maten. Efter tillagningen skall maten stå till sig under ca. 3 minuter. 	
9.	 UPPTININGS-automatik 1, Fågel 1.0-1.5kg	250g (Se OBS på nästa sida)	-18°C	<ul style="list-style-type: none"> Ställ en tallrik upp och ner å den roterande bottentallriken och lägg fågeln på denna. När ugnen stoppar och signalen hörs vänder du på maten. När ugnen stoppar och signalen hörs vänder du på maten igen. Efter upptiningen skall maten stå inlindad i aluminiumfolie i ca. 30-90 minuter tills den är helt upptinad. 	
	Kycklinglår 0.25-0.75kg	250g	-18°C	<ul style="list-style-type: none"> Lägg kycklinglåren på en tallrik. När ugnen stoppar och signalen hörs vänder du på maten. När ugnen stoppar och signalen hörs vänder du på maten igen. Efter upptiningen skall maten stå inlindad i aluminiumfolie i ca. 10-30 minuter tills den är helt upptinad. 	
	Biff, kotlett 0.25-0.75kg (ca. 1.5-2cm tjocka)	250g	-18°C	<ul style="list-style-type: none"> Placera matbitarna med smalare ände mot tallrikens mitt. Om portionerna är samman-klumpade, försök att skilja dem åt så snart som möjligt. När ugnen stoppar och signalen hörs vänder du på maten. När ugnen stoppar och signalen hörs vänder du på maten igen. Efter upptiningen skall maten stå inlindad i aluminiumfolie i ca. 10-30 minuter tills den är helt upptinad. 	
10.	 UPPTININGS-automatik 2, Stek 0.5-1.5kg	200g (Se OBS nedan)	-18°C	<ul style="list-style-type: none"> Ställ en tallrik upp och ner på den roterande bottentallriken och lägg maten på denna. När ugnen stoppar och signalen hörs vänder du på maten. När ugnen stoppar och signalen hörs vänder du på maten igen. Efter upptiningen skall maten stå inlindad i aluminiumfolie i ca. 30-90 minuter tills den är helt upptinad. 	

OBS: Uppstiningsautomatik

- 1 Stekar, kotletter och kycklinglår skall vara djupfrysta i ett lager.
- 2 Efter vändning, avskärma upptinade portioner med små bitar aluminiumfolie.
- 3 Fågel och kött skall användas direkt efter upptiningen.
- 4 Placera maten i ugnen så som visas här nedan:

**Recept R-2S56(N) / R-2S57(N)****FISKFILE MED SÅS****Torskfile Provence****Ingredienser**

15-20g	smör
ca.75g	skivade champinjoner
1 liten klyfta	krossad vitlök
40-50g	sticklök (vårlök)
600g	burktomater utan saft, väl avdroppade
1 tsk	pressad citron
1 1/2 msk	tomatketchup
1/2-1 tsk	torkad basilikaört, peppar, salt
600g	torskfile

Tillredning

- 1 Värm smör, champinjoner, lök och vitlök tillsammans i en quichetallrik i 3-4 minuter på 100%.
- 2 Blanda tomater, citronsaft, ketchup, basilikaört, peppar och salt.
- 3 Placera fiskfileen på grönsakerna och täck över med sås och lite grönsaker.
- 4 Täck över med mikrovågsfolie och värm med PROGRAM A6 "Fiskfileer med sås"

Fiskfilé med purjolök-ost-sås**Ingredienser**

40g	smör
125g	sticklök (vårlök)
1/2 tsk	torkad majoran
30g	vetemjöl
375ml	mjölk
75g	riven Gruyero (schweizerost), salt, peppar
1/2 msk	hackad persilja
600g	fiskfilé (tex. gråsej)

Tillredning

- 1 Lägg smör, lök och majoran i en gryta och värm upp 3-4 minuter på 100%.
- 2 Rör i mjöl och tillsätt mjölk. Rör till en jämn sås.
- 3 Värm upp i 3-4 minuter på 100% utan lock.
- 4 Rör i osten och smaksätt med kryddor.
- 5 Placera fiskfileen i en quichetallrik och håll över såsen.
- 6 Täck över med mikrovågsfolie och värm med PROGRAM A6 "Fiskfileer med sås"
- 7 Ta ut fisken efter tillagningen och rör om såsen ordentligt.

- OBS:**
1. Dessa ingredienser gäller för 1.2 kg. Om du önskar mindre än 1.2 kg måste du reducera ingredienserna för såsen samt tillagningstiden för såsen
 2. Om du vill att såsen till torskfile provence eller fiskfilé med pikant sås skall vara tjockare skall du ta ut fisken efter tillagningen och röra i lite såsredning (följ instruktionerna på paketen).

Fiskfilé med pikant sås**Ingredienser**

450g	burktomater, avdroppade
ca.150g	majs
2 tsk	chillisås
30g	lök, finhackad
2 tsk	rödvinsvinäger
1/4 tsk	senap
1 kryddmått (1 ml)	timjan
1 kryddmått (1 ml)	kajennpeppar
600g	fiskfilé (t.ex. kolja)

Tillredning

- 1 Blanda ingredienserna för såsen.
- 2 Placera fiskfileerna (t.ex. kolja) i en quichetallrik och fördela såsen över fisken.
- 3 Täck över med mikrovågsfolie och värm med PROGRAM A6 "Fiskfileer med sås"

Fiskfileer med currysås**Ingredienser**

30g	smör
20g	hackade mandlar
1-1.5 msk	curry
25g	vetemjöl (fullkornsmjöl)
30g	russin
150g	ananas (små bitar)
100ml	buljong
100ml	anasssaft
100g	sur grädde
75g	ärtor (frusna), salt, peppar
600g	fiskfilé (gråsej)

Tillredning

- 1 Värm smör, mandlar och curry under lock i 1-2 minuter på 100%
- 2 Tillsätt mjöl och rör om ordentligt.
- 3 Tillsätt russin, ananas, anasssaft, buljong och grädde, under ständig omrörning.
- 4 Värm under lock ca. 2-3 minuter på 100% och rör därefter om.
- 5 Tillsätt ärtor och rör om.
- 6 Smaksätt med salt och peppar.
- 7 Placera fisken i en quichetallrik och håll över såsen.
- 8 Täck över och värm med PROGRAM A6 "Fiskfileer med sås"

RENGÖRING OCH SKÖTSEL

VARNING!

UGNEN FÅR EJ RENGÖRAS MED RENGÖRAS MED RENGÖRINGSMEDEL AVSEDDA FÖR VANLIGA UGNAR ELLER MED ANDRA SKAPPA MEDEL, SKURPULVER ELLER STÅLULL PÅ MIKROVÅGSUGNEN.

Utsidan

- Rengör utsidan med mild tvållösning. Torka rent med fuktig trasa och torka torrt med handduk.

Manöverpanel

- Öppna dörren för att stänga av manöverpanelen innan du rengör. Man skall vara försiktig vid rengöring av manöverpanelen. Använd endast en trasa som fuktats med vatten, torka av panelen försiktigt tills den är ren. Undvik att använda för mycket vatten. Använd inga former av kemikalier eller skurpulver.

VAR FÖRSIKTIG

R-2V16(N) / R-2V16S(N) / R-3G16(N)/R-3G17(N)

Under rengöringen får inte timern vridas ur läge "●" (FRAN). Ugnen sätts då igång när luckan stängs.

Insidan

- Torka av den ugnen medan den fortfarande är varm varje gång du anvant den. Använd en mjuk, fuktig trasa eller tvättsvamp för att ta bort lätt smuts. Grövre smuts får du bort med en mild tvållösning. Torka av grundligt flera gånger tills du fått bort alla rester.
- Se till att tvållösning eller vatten inte tränger in i de små öppningarna på väggen, eftersom det kan skada ugnen.
- Använd inga ugnssprejer inuti ugnen.

Roterande bottenplatta med hållare

- Ta ut bottenplattan och dess hållare ur mikrovågsugnen. Rengör dem med mild tvållösning och torka torrt med mjuk trasa. Båda delarna kan diskas i dismaskin.

Ugnsluckan

- Ta bort smuts på luckans pa luckans utoch insida regelbundet med en fuktig trasa.

R-3G16(N)/R-3G17(N):

Grillgaller

- Rengör gallret ett milt dikmedel och torka torrt. Gallret tål maskindisk.


FUNKTIONSTEST

Kontrollera först dessa punkter innan du ringer kundtjänst.

1. Strömförsörjning

Kontrollera att kintakten är ansluten till ett strömförande vägguttag. Kontrollera också att säkringen och automatsäkringarna fungerar.

2. Stall in en skål med ca. 150 ml vatten i ugnen och stäng luckan.

Ställ in önskad mikrovågseffekt på  (HIGH) och timern på 1 minut.

Lyser ugnslampan?

JA _____ NEJ _____

Roterar botten tallriken?

JA _____ NEJ _____

OBS! botten tallriken roterar i båda riktningarna.

Fungerar ventilationen?

JA _____ NEJ _____

(Lägg handen på ventilationsöppningen och känn efter om det strömmar ut luft).

Är vattnet i muggen hett när du tar ut den ur ugnen?

JA _____ NEJ _____

3. R-3G16(N)/R-3G17(N)

Välj grill- och effektväljaren  på funktionsväljaren.

Ställ in timern på 3 minuter.

Blir grillelementet rött efter 3 minuter?

JA _____ NEJ _____

Skulle svaret bli "NEJ" på någon av ovanstående frågor bör du underrätta din fackhandel eller SHARPs kundtjänst om detta.

RÅDGIVARE

Vi gratulerar dig till din nya mikrovågsugn som från och med nu kommer att underlätta arbetet i hushållet i allra högsta grad.

Du kommer att bli angenämt överraskad av allt vad man kan göra med denna mikrovågsugn.

Den kan inte bara tina upp och värma utan även tillaga kompletta menyer.

Om du valt en grill-mikrovågsugn så kombinerar denna alla fördelarna hos den snabba mikrovågsugnen med fördelen med grillens vilken sørjer för en knaprigt brun yta.

Vi rekommenderar dig att läsa igenom bruksanvisningen samt rådgivaren. På så sätt kommer handhavande av din ugn att vara ännu lättare.

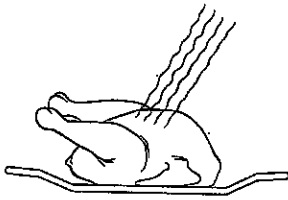
Vi önskar dig mycket glädje och smaklig måltid med din nya mikrovågsugn.

Ditt mikrovågs-team

VÅRT ATT VETA OM MIKROVÅGSUGNAR

Mikrovågor försätter vattenmolekylerna i livsmedlen i svängning. Genom friktion som uppkommer av denna rörelse uppstår värme vilken sørjer för att maten tinar upp, värms eller tillagas.

Livsmedel

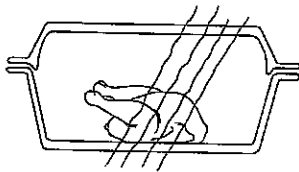


Mikrovågor absorberas.

LÄMPLIGA KOKKÄRL/SERVIS

Glas, glas-keramik och porslän värmebeständig servis av glas, glaskeramik eller porslän är mycket väl lämpade. De får emellertid inte vara metallhaltiga (t.ex. blykristall) eller vara försedda med en metalldekor (t.ex. guldrand, koboldblå).

Glas, porslän, keramik, plast, papper osv.



Mikrovågor tränger igenom

Stekpåse

kan användas i mikrovågsugnen. Metallklämmor är däremot olämpliga att använda för att sluta påsen eftersom stekpåsen kan smälta. Använd trådgarn för att sluta påsen och stick ett par hål i påsen med en gaffel. Folie som inte är värmebeständig, t.ex. plastfolie, rekommenderas inte för användning i mikrovågsugnen.

Bryningservis

är en speciell mikrovågsstekervis av glaskeramik med en speciell metallegering i botten vilken sørjer för att maten bryns.

Vid användning av bryningservis måste man använda en lämplig isolering, t.ex. en poslinstallrik mellan den roterande bottentallriken och brynskålen.

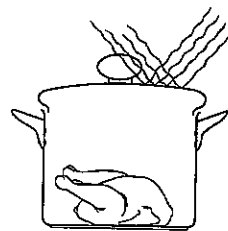
Beakta tillverkarens uppgifter angående föruppvärmningstiden noga. Vid överskridande av denna kan det uppstå skador på tallrikshållaren eller skyddssäkringens utlöses och kopplar från ugnen.

Metall

skall i regel inte användas eftersom mikrovågorna inte tränger igenom metall och därför inte kan värma upp maten.

Det finns emellertid undantag. Smala remsor av aluminiumfolie kan användas för att täcka över delar så att dessa inte tinar eller lagas för snabbt (t.ex. kycklingvingar).

Metall



Mikrovågorna reflekteras

Keramik

är i allmänhet mycket lämpligt. Keramiken måste vara glaserad eftersom oglaserad keramik suger upp fuktighet. Fuktigheten värmer upp materialet och kan få det att spricka.

SERVIS FÖR GRILLNING

För grillningen kan all värmebeständig servis användas, vilken även är lämplig för konventionell grillning t.ex. porslän, keramik, glas och metall.

Vid matlagning med mikrovågor med anslutande grillning måste servisen vara mikrovågsbeständig och värmebeständig. Mycket lämpligt är t.ex. formar av elfast glas eller keramik.

Plast och papperservis

Värmebeständig, mikrovågsbeständig servis av plast eller papper är lämpligt för upptining, uppvärmning och tillagning. Beakta tillverkarens anvisningar.

Mikrovågsfolier

eller värmebeständig folie är lämplig för övertäckning eller omveckling. Beakta tillverkarens anvisningar.

Små metallspett och aluminiumskålar (t.ex. hos färdigmat) kan användas. De måste emellertid vara små i förhållande till maten, t.ex. måste aluminiumskålar vara fyllda med minst 2/3 till 3/4 med mat. Det rekommenderas att fylla över maten på mikrovågsservis.

Vid användning av aluminiumskålar eller andra metallkärl måste man hålla ett minsta avstånd till ugnsväggarna på ca. 2,0 cm, eftersom dessa annars kan komma till skada genom gnistbildning.

Använd aldrig servis med metallöverdrag, metalldelar eller metallinneslutningar som t.ex. skruvar, band eller handtag.

TIPS OCH TEKNIK

Inställning av tiderna

Upptining, uppvärmning och tillagning går i regel mycket snabbare än i en konventionell ugn. Håll dig därför till de i rådgivaren angivna tiderna. Ställ hellre in kortare än längre tider. Kontrollera alltid efter tillagningen att maten är klar. Hellre en kort extra tillagningstid än att maten är förkokt.

Utgångstemperatur

Upptinings-, uppvärmnings- och tillagningstiden är beroende av matens utgångstemperatur. Djupfrysta och kylskåpstempererade livsmedel behöver exempelvis längre tid än de som har rumstemperatur.

För uppvärmning och tillagning av maten förutsätts normal lagringstemperatur. (Kylskåpstemperatur ca. 5°C, rumstemperatur ca. 20°C). För upptining av livsmedel räknas med en djupfrystemperatur på -18°C.

Alla angivna tiderna

I denna rådgivare är riktvärden, vilka kan variera allt efter utgångstemperatur, vikt, färskhet och beskaffenhet (vatten-, fetthalt osv.).

Vattentillsättning

Grönsaker och andra mycket vattenhaltiga livsmedel kan tillagas i egen saft eller med tillsättning av en liten mängd vatten. Därvid bibehålls så många vitaminer och mineraler som möjligt i maten.

Feta maträtter

Med kött med hög fetthalt eller med fettskikt tillagas snabbare än magra delar. Täck därför över dessa delar med aluminiumfolie eller lägg maten med den feta delen neråt.

Små och stora mängder

Tiden i mikrovågsugnen är direkt beroende av mängden mat som skall tinas upp, värmas eller tillagas. Det betyder en liten portion kan tillagas snabbare än en stor.

Tumregel:

DUBBEL MÄNGD = NÄSTAN DUBBEL TID

HALVA MÄNGDEN = HALVA TIDEN

Höga och flata kärl

Båda kärlen har samma volym men i den höga formen är tillagningstiden längre än i den flata formen. Använd därför om möjligt alltid flata kärl med stor öppningsyta.

Höga kärl skall endast användas för maträtter där det består fara för överkokning, t.ex. för pasta, ris, mjölk, osv.

Runda och ovala kärl

I runda och ovala former tillagas maten jämnare än i kantiga eftersom mikrovågsenergin koncentreras i hörnorna och överkokar maten.

Uppställning

Flera portioner, t.ex. puddingformar, koppar eller potatis med skal kan placeras i en cirkel på den vridbara tallriken. Mellan portionerna måste lämnas plats så att mikrovågsenergin kan tränga in från alla håll.

Övertäckning

Genom att täcka över håller man kvar fuktigheten i maten och förkortar tillagningstiden. Använd ett lock, mikrovågsfolie eller en täckhuva för övertäckningen. Maträtter vilka skall ha en knaprig yta, t.ex. stekar eller grillad kyckling får inte täckas över.

Omrörning

Det är nödvändigt att röra om i maten eftersom mikrovågorna först värmer upp de yttersta delarna. Därigenom utjämnas temperaturen.

Vändning

Medelstora stycken som hamburgare och stekar skall vändas en gång under tillagningen för att förkorta tillagningstiden. Stora stycken som stekar och kyckling måste vändas eftersom annars vissa delar kan få för mycket mikrovågsenergi och torka ut.

Eftervärmning

En av de viktiga mikrovågsreglerna är hållandet av eftervärmningstiderna. Nästan alla maträtter vilka tinats, värmts upp eller lagats i mikrovågsugn, behöver en kortare eller längre eftervärmningstid. Under denna tid sker en temperatur och fuktighetsutjämning i maten.

UPPVÄRMNING

- Färdigrätter skall tas ur aluminiumbehållaren och läggas på en tallrik eller i en skål före uppvärmningen.
- Hos tätt tillslutna kärl skall locket tas bort.
- Täck över maten med mikrovågsfolie, tallrik eller täckhuv (finns i handeln), så att ytan inte torkar ut. Drycker måste inte täckas över.
- Vid kokning av vätskor som vatten, kaffe, te eller mjölk skall man ställa en glasstav i kärlet.
- Större mängder skall om möjligt röras om så att temperaturen fördelas jämnt
- Tiderna för livsmedel är angivna för en rumstemperatur på 20°C. För livsmedel med kylskåpstemperatur förlängs uppvärmningstiden mycket litet.
- Låt maten stå efter uppvärmningen i 1-2 minuter (eftervärmning), så att temperaturen fördelas likformigt i maträtten.
- De angivna tiderna är riktvärden, vilka kan variera allt efter utgångstemperatur, vikt, vattenhalt, fetthalt och önskat resultat osv.

Tabell: uppvärmning av mat och dryck

Dryck/maträtt	Mängd -g/ml-	Effekt - Steg-	Tid (Min)	Tillvägagångssätt
Kaffe, 1 kopp	150		1 - 1½	täck inte över
Mjölk, 1 kopp	150		ca. 1½	täck inte över
Vatten, 1 kopp	150		1 - 1½	täck inte över, låt koka upp
6 koppar	900		7 - 9	täck inte över, låt koka upp
1 skål	1000		10 - 13	täck över, låt koka upp
Tallriksmat (grönsaker, kött och bilagor)	400		4 - 6	droppa över såsen med vatten, skär köttet i småbitar, täck över, rör om emellanåt
Gryta	200		2 - 3	täck över, rör om efter uppvärmningen
Krämig soppa	200		2 - 2½	täck över, rör om efter uppvärmningen
Grönsaker	200		2 - 3	täck över, rör om efter uppvärmningen
Grøntsager	200		2½ - 3½	tildækkes evt. lidt vand,
	500		5 - 7	tildækkes, omrøres efter den halve opvarmningstid
Bilagor	200		1 - 2½	tillsatt eventuellt lite vatten, täck över,
	500		5 - 6	rör om efter halva uppvärmningstiden
Kött, 1 skiva	200		2½ - 3½	troppa över med lite vatten, täck över, rör om emellanåt
Fiskfile	200		2½ - 3½	droppa över lite säs, täck över
Liten korv, 2 styck	180		ca. 1½	täck över
Kage, 1 stk	150		½ - 1	stick hål i skinnet på flera ställen
Barnmat 1 glas	190		1 - 1½	lägg på ett kagaller ta bort locket, rör om ordentligt efter uppvärmningen och kontrollera temperaturen
Smälta margarin eller smör	50		½ - 1	
Chokolade smeltes	100		ca. 3	rör om emellanåt
6 blade husblas opløses	10		ca. ½	mjuka upp i vatten, pressa av ordentligt och lägg i en soppskål; rör om e mellanåt
Tortglassyr för 1/4 l vätska	10		6 - 8	rör ihop med socker och 250 ml vätska, täck över, rör om ordentligt under tiden och efter uppvärmningen.

UPPTINING

Ta ut det djupfrysta ur förpackningen och lägg det för upptining på en tallrik.

Förpackning och behållare

För upptining och uppvärmning av maträtter kan man använda mikrovågsläpade förpackningar och behållare vilka är såväl frysfrys- (ner till ca. -40°C) som värmebeständiga (upp till ca. 220°C). På så sätt kan du tina, värma och laga maten utan att behöva föra över den till ett annat kärl.

Övertäckning

Täck över tunna delar med små bitar aluminiumfolie under upptiningen. Upptinade eller varma delar skall också täckas över under upptiningen. Detta förhindrar att tunnare stycken blir för varma medan andra stycken fortfarande är frysta.

Mikrovågseffekten

Välj hellre en lägre än en högre effekt. På så sätt får du ett jämnare upptiningsresultat. Om mikrovågseffekten är för hög tillagas ytan medan det inre fortfarande är fruset.

Vändning/omrörning

Nästan alla livsmedel måste emellanåt vändas eller röras om. Delar vilka häftar fast i varandra skall skiljas åt så snart som möjligt och läggas åtskilda.

Mindre mängder

tinat upp jämnare och snabbare än större bitar. Vi rekommenderar därför upptining av minsta möjliga portion. Så låter sig snabbt och lätt kompletta menyer sammanställas.

Ömtåliga livsmedel

som tårter, gräddor, ost och bröd får inte tinas upp helt, utan skall endast tinas upp kort och sedan färdigtinas vid rumstemperatur. Därigenom undviks att de yttre skikten blir för varma medan de inre fortfarande är djupfrysta.

Eftervärmningen

efter upptiningen av livsmedel är speciellt viktig eftersom upptiningen fortsätter under denna tid. I upptiningstabellen hittar du alla eftervärmningstider för olika livsmedel. Livsmedlen skall användas om möjligt genast efter eftervärmningstiden och får inte frysas in igen.

Tabell: upptining







Livsmedel	Mängd -g/ml-	Effekt - Steg-	Tid (Min)	Tillvägagångssätt	Eftervärmning - Min-
Stekkött	1500	☞	32-36	lägg på omvänd tallrik,	
(t.ex. gris,	1000	☞	21-25	vänd efter halva	
nöt, lamm, kalv)	500	☞	12-14	upptiningstiden	
Biffar, schnitzel	200	☞	4-6	vänd efter halva	10-15
kotletter, lever				upptiningstiden	
Gulasch	500	☞	11-14	vänd (rör om) emellanåt	
				två gånger och skilj åt	
Småkorvar 8 stycken	600	☞	7-10	lägg vid sidan av varandra,	5-10
4 stycken	300	☞	4-7	vänd efter halva upptiningstiden	5-10
Anka/kalkonhöna	1500	☞	28-32	lägg på omvänd tallrik,	
				vänd efter halva upptiningstiden	
Kyckling	1200	☞	20-23	lägg på omvänd tallrik,	30-90
				vänd efter halva upptiningstiden	
	1000	☞	16-19	lägg på omvänd tallrik,	30-90
				vänd efter halva upptiningstiden	
Kycklinglår	200	☞	4-7	vänd efter halva upptiningstiden	
Fisk i bit	800	☞	10-13	vänd efter halva upptiningstiden	10-15
Fiskfile	400	☞	8-11	vänd efter halva upptiningstiden	
Räkor	500	☞	10-13	vänd efter halva upptiningstiden,	30
				och ta bort upptinade bitar	
Småfranska, 2 styck	80	☞	ca. 1	tina endast upp	
Füllkornsbröd i skivor	250	☞	2-4	lägg skivor vid sidan av varandra,	-
toastbröd i skivor				tina endast upp	
Blandbröd, helt	750	☞	9-12	vänd efter halva	
Vittbröd, helt				upptiningstiden (iskärna kvarstår)	
Kaka, 1 styck	150	☞	2-3½	lägg på ett kagaller	5
Gräddtorta, 1 styck		☞	ca. 1½	lägg på ett kagaller	
Tårta hel, diam. 28 cm		☞	23-26	lägg på ett kagaller	30-60
Smör	250	☞	2-4	tina endast upp	
Frukt som jordgubbar	250	☞	4-6	lägg likformigt vid sidan av	5
hallon				varandra, vänd efter halva	
körsbär				upptiningstiden	
plommon					

De i tabellen angivna tiderna är riktvärden, vilka kan variera allt efter matens frystemperatur, beskaffenhet och vikt.

TILLAGNING AV FÄRSKA GRÖNSAKER

- Ge vid inköp av grönsaker akt på att bitarna i möjligaste mån skall vara av samma storlek. Detta är speciellt viktigt när grönsaken skall tillagas i ett stycke (t.ex. potatis med skal).
- Före tillagningen skall grönsakerna tvättas, putsas och först därefter vägas upp och skäras i bitar enligt receptet.
- Krydda efter behag men vänta med salt tills efter tillagningen.
- Det behövs ca. 5 matskedar vatten per 500 g grönsaker. Fiberrika grönsaker behöver lite mer vatten. Du hittar dessa uppgifter i tabellen.
- Grönsaker tillagas i regel i en skål med lock. Vattenrika grönsakssorter som t.ex. lök eller potatis med skal, kan tillagas direkt utan vattentillförsel i mikrovågsfolie.
- Rör om och vänd grönsakerna efter halva tillagningstiden.
- Efter tillagningen skall grönsakerna stå i ca. 2 minuter (eftervärmning), så att temperaturen fördelas jämnt.
- De angivna tiderna är riktvärden och beror på vikt, utgångstemperatur och grönsakssortens beskaffenhet. Ju färskare grönsaken är desto kortare är tillagningstiden.







Tabell: tillagning av färska grönsaker

Grönsak	Mängd -g-	Effekt - Steg -	Tid (min)	Vatten - MSK/ml -	Tillvägagångssätt
Bladspanat	300		6 - 9		droppa av ordentligt efter tvättning, täck över, rör om emellanåt en till två gånger
Blomkål	800		17 - 20	5-6 spsk	1 helt huvud, täck över
	500		11 - 13	4-5 spsk	dela upp, rör om emellanåt
Broccoli	500		11 - 13	4-5 spsk	dela upp, rör om emellanåt
Champinjoner	500		8 - 11		hela svampar, täck över
Kokt potatis	500		10 - 12	150ml	dela upp, rör om emellanåt
					dela upp i lika stora stycken, tillsatt lite salt, täck över rör om emellanåt

TILLAGNING AV KÖTT, FISK OCH FÅGEL

- Ge vid inköp akt på att bitarna i möjligaste mån skall vara av samma storlek. På så sätt blir tillagningen lättare.
- Kött, fisk och fågel skall spolvas av ordentligt i kallt vatten och torkas av med kökspapper före tillagningen. Därefter förfar man på vanligt sätt.
- Nötkött skall vara välhängt och ha så lite senor som möjligt.
- Trots lika storlek kan tillagningen av bitarna utfalla olika. Detta kan bland annat bero på matens olika fett- och vattenhalt eller på temperaturen före tillagningen.
- Efter 15 minuters tillagningstid erhåller man en naturlig bryning. För att dessutom erhålla en knaprig yta skall bryningsservis användas eller bryna maten på spisen och färdiglagas i mikrovågsugnen. På detta sätt får man samtidigt sky för tillagningen av sås.
- Större stycken kött, fisk och fågel skall vändas efter halva tillagningstiden så att de blir jämt tillagade från alla sidor.
- Fläskstek täcks över efter tillagningen med aluminiumfolie och låtes stå i ca. 10 minuter (eftervärmning). Under denna tiden eftervärms maten och vätskan fördelas likformigt så att stycket inte förlorar så mycket vätska vid uppskärningen.

Tabell: tillagning av kött, fisk och fågel

Kött, fisk och fågel	Mengde -g-	Effekt - Steg-	Tid (Min)	Tillvägagångssätt	Eftervärmning - Min-
Stek (gris, kalv, lamm)			18 - 20	krydda efter behag,	10
			36 - 40	lägg i en quicheform, vänd efter *	10
			50 - 54	Vänds efter halva tillagningstiden	10
Fiskfilé	200		3 - 4	krydda efter behag	3
Kyckling			33 - 36	krydda efter behag, lägg i en quicheform, vänd efter halva tillagningstiden	3
Kycklinglår	200		3 - 5	krydda efter behag, lägg på en tallrik, täck över	3

GRILLNING








































R-3G16(N) / R-3G17(N)

Tabell: tillagning av kött och fågel

Efter tillagningen skall steken täckas över med aluminiumfolie och låtas stå i ca. 10 minuter (eftervärmning). Under denna tid eftervärms maten och vätskan fördelas









likformigt så att stycket inte förlorar så mycket vätska vid uppskärningen.

För grillningen används gallret för snabb och likformig bryning. Stora, tjocka bitar grillas på vridtallriken.

Kött och fågel	Mängd - g -	Inställn,	Effekt - Steg -	Tillagningstid - Min.-	Tillvägagångssätt	Eftervärmning - Min.-
Stek (t.ex gris, kalv, lamm)	500			7-9	krydda efter behag, lägg upp på tallrik, ställ på vridtallrik, vänd efter (*)	10
				11-13(*)		
	1000			6-8		
				5-7		
				19-21		
				17-19(*)		
				5-7		
				16-18		
				25-28		
				13-15(*)		
1500			3-5			
			23-26			
			17-19			
			8-10(*)			
Rostbiff, medium	1000			3-5	krydda efter behag, lägg upp på tallrik med fetta sidan neråt, ställ på vridtallrik, vänd efter (*)	10
				22-24		
	1500			8-10(*)		
				3-4		
Köttfärslimpa	1200			16-18	blanda köttfärsen, lägg i en form och tillaga på gallret.	3
				5-7		
Kyckling	1200			21-23	krydda efter behag, lägg upp på tallrik med bröstsidan neråt, ställ på vridtallrik, vänd efter (*)	3
				9-11(*)		
				5-7		
Kycklinglår	200			3-5	krydda efter behag, lägg upp på gallret med hudsidan neråt, vänd efter (*)	3
				7-9(*)		
				4-6		

R-3G16(N) / R-3G17(N)

Tabell: grilla och gratinera fisk, gratänger och osttoast

Rett	Mengde - g -	Innställn	Tillagningstid - Min.-	Tillvägagångssätt	Eftervärmning - Min.-
Stek, 2 bitar, medium	400		11-13(*)	lägg på gallret, vänd efter (*), krydda efter grillning	2
			9-11		
Lammkotlett, 2 bitar, medium	300		13-14(*)	lägg på gallret, vänd efter (*), krydda efter grillning	2
			11-12		
Grillkorv, 5 styck			14-16(*)	lägg på gallret, vänd efter (*)	10
			7-9		
Gratinering av gratänger			8-10	Gratinering av gratänger ställ gratängformen på gallret	10
Ost-toast 1 styck			6-7	rosta brödet, stryk med smör, lägg på 1 skiva kokt skinka, en skiva ananas, grilla på gallret	1



WICHTIGE SICHERHEITSHINWEISE

WARNUNG

Zur Vermeidung von Feuer

- Mikrowellengeräte sollten während des Betriebs nicht unbeaufsichtigt gelassen werden. Zu hohe Leistungsstufen oder zu lange Garzeiten können das Gargut überhitzen und Feuer verursachen.
- Dieses Gerät ist nicht für den Einbau in einer Wand oder einen Einbauschrank vorgesehen.
- Die Steckdose muß ständig zugänglich sein, so daß der Netzstecker im Notfall einfach abgezogen werden kann.
- Die Netzspannung muß 230 V Wechselstrom, 50 Hz betragen und sollte mit einer Sicherung von mindestens 10 A oder einem Sicherungsautomaten von mindestens 10 A ausgestattet sein.
- Es wird empfohlen das Gerät an einen separaten Stromkreis anzuschließen.
- Das Gerät nicht an Orten aufstellen, an denen Wärme erzeugt wird, z.B. in der Nähe eines konventionellen Herdes.
- Das Gerät nicht an Orten aufstellen, an denen eine hohe Luftfeuchtigkeit vorhanden ist oder sich Kondenswasser bilden kann.
- Das Gerät nicht im Freien lagern oder aufstellen.
- **NIEMALS DIE TÜR ÖFFNEN**, wenn im Gerät erwärmte Lebensmittel zu rauchen beginnen. Das Gerät ausschalten, den Netzstecker ziehen und warten, bis die Lebensmittel nicht mehr rauchen. Öffnen der Tür während der Rauchentwicklung kann Feuer verursachen.
- Nur für Mikrowellengeräte vorgesehene Behälter und Geschirr verwenden. Siehe die entsprechenden Hinweise im nachfolgenden Kochbuch-Ratgeber, Seite D-10.
- Niemals das Gerät unbeaufsichtigt lassen, wenn Kunststoff-, Papier- oder andere brennbare Lebensmittelbehälter verwendet werden.
- Den Spritzschutz, den Garraum, den Drehteller und den Drehteller-Träger nach der Verwendung des Gerätes reinigen. Diese Bauteile sollten trocken und fettfrei sein. Zurückbleibende Fettspritzer können überhitzen, zu rauchen beginnen oder sich entzünden.
- Keine brennbaren Materialien in der Nähe des Gerätes oder der Lüftungsöffnungen lagern.
- Niemals die Lüftungsöffnungen blockieren.
- Alle Metallverschlüsse, Drähte usw. von Lebensmitteln und Verpackungen entfernen. Funkenbildung auf Metalloberflächen kann zu Feuer führen.
- Das Mikrowellengerät nicht zum Frittieren von Lebensmitteln in Öl oder Fett verwenden. Temperaturen können nicht kontrolliert werden und das Fett kann sich entzünden.
- Zum Herstellen von Popcorn sollte nur für Mikrowellengeräte vorgesehenes Popcorn-Geschirr verwendet werden.
- Keine Lebensmittel oder andere Gegenstände im Gerät lagern.
- Die Einstellungen nach dem Starten des Gerätes überprüfen, um sicherzustellen, daß das Gerät wie gewünscht arbeitet.

Zur Vermeidung von Verletzungen

- Das Gerät nicht betreiben, wenn es beschädigt ist oder Fehlfunktionen aufweist. Überprüfen Sie vor dem Betrieb die folgenden Punkte:
 - Die Tür muß einwandfrei schließen und darf nicht schlecht ausgerichtet oder verzogen sein.
 - Die Scharniere und Türsicherheitsverriegelungen dürfen nicht gebrochen oder lose sein.
 - Die Türdichtungen und Dichtungsflächen dürfen nicht beschädigt sein.
 - Die Garraumwände und die Tür dürfen keine Dellen oder andere Beschädigungen aufweisen.
 - Das Netzkabel und der Netzstecker dürfen nicht beschädigt sein.
- Niemals versuchen, das Gerät selbst einzustellen oder zu reparieren. Das Gerät muß vom SHARP-Kundendienst eingestellt bzw. repariert werden.
- Das Gerät nicht bei geöffneter Tür oder mit auf irgendeine Weise veränderter Türsicherheitsverriegelung betreiben.
- Niemals das Gerät betreiben, wenn sich Gegenstände

zwischen den Türdichtungen und den abdichtenden Oberflächen befinden.

- Vermeiden Sie die Ansammlung von Fett oder Verschmutzungen auf der Türdichtung und den Dichtungsflächen. Bitte folgen Sie den Hinweisen im Kapitel "Reinigung und Pflege" auf Seite D-9.
- Personen mit HERZSCHRITTMACHERN sollten ihren Arzt oder den Hersteller des Herzschrittmachers nach Vorsichtsmaßnahmen beim Umgang mit Mikrowellengeräten befragen.

Zur Vermeidung von elektrischem Schlag

- Unter keinen Umständen sollte das äußere Gehäuse entfernt werden.
- Niemals Flüssigkeiten in die Öffnungen der Türsicherheitsverriegelung oder Lüftungsöffnungen kommen lassen oder Gegenstände in diese Öffnungen stecken. Wenn größere Mengen Flüssigkeiten verschüttet werden, müssen Sie sofort das Gerät ausschalten, den Netzstecker ziehen und den SHARP-Kundendienst anfordern.
- Niemals das Netzkabel bzw. den Netzstecker in Wasser oder andere Flüssigkeiten legen.
- Das Netzkabel nicht über die scharfe Kante eines Tisches oder einer Arbeitsplatte führen.
- Das Netzkabel von erwärmten Oberflächen fernhalten.
- Auf keinen Fall versuchen, die Garraumlampe selbst auszuwechseln, sondern nur von einem von SHARP autorisierten Elektriker auswechseln lassen! Wenn die Garraumlampe ausfallen sollte, wenden Sie sich bitte an Ihren Elektrohändler oder eine von SHARP autorisierte Kundendienststelle!
- Wenn das Netzkabel beschädigt ist, muß es durch ein neues Spezialkabel ersetzt werden, wozu spezielles Werkzeug (OACCVAO62WREO; R-3G16(N)/R-3G17(N); OACCVAO63WRE1), erforderlich ist. Bitte das Auswechseln durch einen von SHARP autorisierten Kundendienst vornehmen lassen.

Zur Vermeidung von Explosionen und plötzlichem Sieden

- Niemals verschlossene Behälter verwenden. Verschlossene Behälter können durch den Druckanstieg selbst nach dem Ausschalten des Gerätes noch explodieren.
- Beim Erhitzen von Flüssigkeiten vorsichtig sein. Behälter mit großer Öffnung verwenden, damit entstehende Blasen entweichen können. Niemals Flüssigkeiten in schmalen, hohen Gefäßen (z.B. Babyflaschen) erhitzen, da der Inhalt herausspritzen kann und zu Verbrennungen führen könnte. Um plötzlichen Siedeverzug und Verbrennungen zu vermeiden:
 - Die Flüssigkeiten vor dem Kochen/Erhitzen umrühren.
 - Es wird empfohlen, während des Erhitzens, einen Glasstab oder ähnlichen Gegenstand in den Behälter zu stecken.
 - Nach dem Erhitzen, die Flüssigkeit noch kurze Zeit im Gerät stehen lassen, um verspäteten Siedeverzug zu verhindern.
- Keine Eier in der Schale kochen, da sie explodieren können. Zum Kochen oder Aufwärmen von Eiern, die nicht verquirlt oder verrührt wurden, das Eigelb anstechen, damit es nicht explodiert. Vor dem Aufwärmen im Mikrowellengerät die Schale von gekochten Eiern entfernen und die Eier in Scheiben schneiden.
- Die Schale von Lebensmitteln, z.B. Kartoffeln, Würstchen oder Obst, vor dem Garen anstechen, damit der Dampf entweichen kann.

Zur Vermeidung von Verbrennungen

- Beim Entnehmen von Gargut aus dem Garraum sollten Topflappen o.ä. verwendet werden, um Verbrennungen zu vermeiden.
- Behälter, Popcorneschirr, Kochbeutel, usw. immer vom Gesicht und den Händen abgewandt öffnen, um Verbrennungen durch Dampf zu vermeiden.
- Beim Öffnen des Gerätes immer von der Tür zurückgehen, um Verbrennungen durch entweichenden Dampf und Hitze zu vermeiden.
- Lebensmittel mit Füllungen nach dem Garen immer

aufschneiden, damit der Dampf entweichen kann. So vermeiden Sie Verbrennungen.

- Um Verbrennungen zu vermeiden, immer die Lebensmitteltemperatur prüfen und umrühren, bevor Sie das Gargut servieren. Besondere Vorsicht ist geboten, wenn die Lebensmittel oder Getränke an Babys, Kinder oder ältere Personen weitergereicht werden. Die Temperatur des Behälters ist kein echter Hinweis auf die tatsächliche Temperatur des Lebensmittels oder Getränks; immer die Temperatur prüfen.

R-3G16(N) / R-3G17(N)

- Da das Türglas während des Garens heiß werden kann, das Gerät in einer Höhe von mindestens 85 cm über dem Fußboden aufstellen. Kinder vom Türglas fernhalten, um Verbrennungen zu vermeiden.
- Niemals während der Grill-Betriebsart die Gerätetür, Außenwände, Rückseite, Garraumwände, Lüftungsöffnungen, Zubehör und Geschirr berühren. Vor dem Reinigen des Gerätes sicherstellen, daß diese Bauteile nicht mehr heiß sind.

Zur Vermeidung von Fehlbedienung durch Kinder

- Kinder sollten das Gerät nur unter Aufsicht von Erwachsenen bedienen.
- Nicht an die Gerätetür lehnen oder an der Tür hängend schwingen. Das Mikrowellengerät ist kein Spielzeug!
- Kinder sollten mit allen wichtigen Sicherheitshinweisen vertraut gemacht werden: z.B. Verwendung von Topflappen und vorsichtiges Abnehmen von Deckeln. Beachten Sie besonders Verpackungen, die Lebensmittel knusprig machen (z.B. selbstbräunende Materialien), indem sie besonders heiß werden.

Sonstige Hinweise

- Niemals das Gerät auf irgendeine Weise verändern.
- Das Gerät während des Betriebs nicht bewegen.
- Dieses Gerät ist nur für den Hausgebrauch vorgesehen und darf nur zum Garen von Lebensmitteln verwendet werden. Es eignet sich nicht für gewerbliche Zwecke oder den Gebrauch in einem Labor.

VORSICHT

Zur Vermeidung von Fehlfunktionen und Beschädigungen dieses Gerätes

- Niemals das Gerät mit leerem Garraum betreiben. Dadurch kann das Gerät beschädigt werden.
- Bei der Verwendung von Bräunungsgeschirr oder selbsterwärmenden Materialien muß eine wärmefeste Isolierung (z.B. ein Porzellanteller) zwischen Geschirr und Drehteller gestellt werden. Dadurch werden Beschädigungen des Drehtellers und des Drehteller-Trägers durch Wärme vermieden. Die angegebene Aufheizzeit für das Geschirr sollte nicht überschritten werden.
- Kein Metallgeschirr verwenden, da Mikrowellen reflektiert werden und dies zu Funkenbildung führt. Keine Konserven in das Gerät stellen.
- Nur den für dieses Gerät vorgesehenen Drehteller und den Drehteller-Träger verwenden.
- Um das Zerspringen des Drehtellers zu vermeiden:
 - Vor dem Reinigen den Drehteller abkühlen lassen.
 - Keine Lebensmittel direkt auf den Drehteller legen.
 - Kein heißes Gargut oder heißes Geschirr auf den kalten Drehteller stellen.
 - Keine kalten Lebensmittel oder kaltes Geschirr auf den heißen Drehteller stellen.

R-3G16(N) / R-3G17(N)

- Keine Kunststoffbehälter zum Garen verwenden, wenn das Gerät nach Verwendung der Grill-Betriebsart noch heiß ist, da dies zum Schmelzen der Behälter führen kann. Kunststoffbehälter sollten niemals während der Grill-Betriebsart verwendet werden, ausgenommen der Hersteller des Behälters bescheinigt die Verwendungsmöglichkeit.
- Während das Gerät arbeitet, keine Gegenstände auf das äußere Gehäuse stellen.

HINWEISE

- Bei Fragen zum Anschluß des Gerätes wenden Sie sich bitte an einen autorisierten Elektrofachmann.
- Sowohl der Hersteller als auch der Händler können keine Verantwortung für Beschädigungen des Gerätes oder Verletzungen von Personen übernehmen, die als Folge eines falschen elektrischen Anschlusses entstehen.
- Wasserdampf und Tropfen können sich auf den Wänden im Innenraum bzw. um die Türdichtungen und Dichtungsoberflächen bilden. Dies ist normal und ist kein Anzeichen für den Austritt von Mikrowellen oder einer sonstigen Fehlfunktion.

AUFSTELLANWEISUNGEN

- Alles Verpackungsmaterial aus dem Innern des Gerätes, den Schutzfilm und die Aufkleber von der Gerätetür entfernen.
- Das Gerät nicht betreiben, wenn es beschädigt ist.
- Das Mikrowellengerät auf einer flachen, geraden Oberfläche aufstellen, die stabil genug ist, das Gewicht des Gerätes und der darin zubereiteten Lebensmittel zu tragen.

- Den Netzstecker des Mikrowellengerätes mit einer normalen, geerdeten Steckdose verbinden.
- #### R-2V16(N) / R-2V16S(N) / R-3G16(N) / R-3G17(N)
- Sicherstellen, daß die Zeitschaltuhr auf die "●"- Stellung eingestellt ist.

BEDIENUNGSHINWEISE

Diese Bedienungsanleitung enthält nur grundlegende Hinweise zur Bedienung

ALLGEMEINES

R-2V16(N) / R-2V16S(N) / R-3G16(N) / R-3G17(N)

- Drücken Sie die Taste für den Türöffner, öffnen Sie die Tür und stellen Sie die Speise auf den Drehteller.
- Wenn die Zeitschaltuhr auf weniger als eine Minute eingestellt werden soll, die Zeitschaltuhr zuerst über die Eine-Minute-Markierung und dann zurück auf die gewünschte Zeit drehen.
- Wenn der Garvorgang vor Ablauf der eingestellten Garzeit beendet werden soll, die Zeitschaltuhr zurück auf "●" drehen oder die Gerätetür öffnen. Die Gerätetür kann jederzeit während des Garvorgangs geöffnet werden (dann bleibt die Zeitschaltuhr stehen, so daß ersichtlich ist, wieviel Garzeit

noch verbleibt). Zum Fortsetzen des Garvorgangs die Gerätetür schließen. Während des Garvorgangs kann die Garzeit geändert werden, indem die Zeitschaltuhr auf eine neue Garzeit eingestellt wird.

WARNHINWEIS:

Nicht vergessen, nach dem Garen die Zeitschaltuhr auf "●" zurückzustellen. Andernfalls startet das Gerät, sobald die Tür geschlossen wird.

HINWEIS: R-3G16(N) / R-3G17(N)

Beim ersten Gebrauch kann das Heizelement des Grills etwas Rauch und Geruch entwickeln. Es wird daher empfohlen, das Gerät vor dem ersten Garen mit dem Grill zunächst ohne Lebensmittel für etwa 10 Minuten auf Grill-Betrieb zu schalten.

MIKROWELLENLEISTUNG

Für den manuellen Betrieb stehen fünf verschiedene Leistungsstufen zur Auswahl.

EINSTELLUNG	MIKROWELLEN-LEISTUNG	WATT		DISPLAY
		R-2V16(N)/R-2S56(N)/57(N)	R-3G16(N)/17(N)	
HIGH	100%	700	750	100P
MEDIUM HIGH	70%	490	525	70P
MEDIUM	50%	350	375	50P
MEDIUM LOW	30%	210	225	30P
LOW	10%	70	75	10P

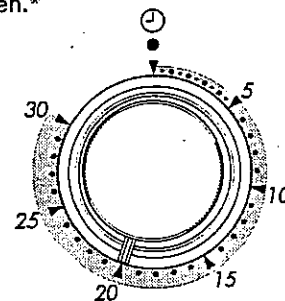
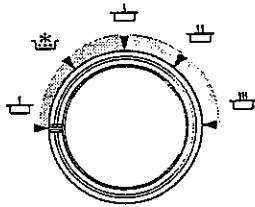
HINWEIS: R-2S56(N) / R-2S57(N)

Falls die gewünschte Leistungsstufe überschritten wird, die LEISTUNGSSTUFEN-Taste () so oft drücken, bis die gewünschte Stufe wieder angezeigt wird.

Falls die Taste nicht gedrückt wird, arbeitet das Gerät automatisch mit voller Leistung HIGH (100%).

GAREN MIT DER ZEITSCHALTUHR R-2V16(N)

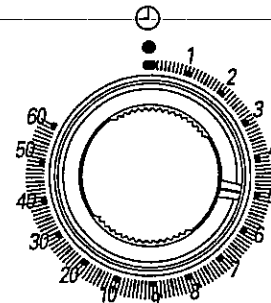
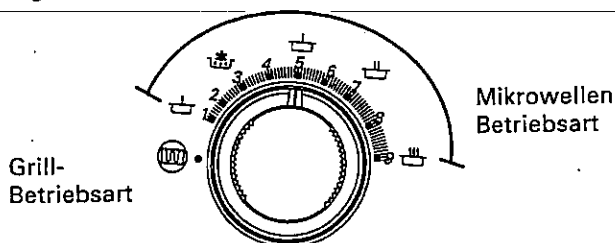
1. Den Mikrowellen-Leistungsregler auf die gewünschte Leistung einstellen. (Zum Beispiel 10%)
2. Die Zeitschaltuhr auf die gewünschte Garzeit einstellen. Der Garvorgang beginnt mit dem Garen.*



* Bei Ablauf der Garzeit kehrt die Zeitschaltuhr zurück zu "●", dann ertönt ein Signalton und das Gerät und die Garrambeleuchtung werden automatisch ausgeschaltet.

GAREN MIT DER MIKROWELLEN / GRILL BETRIEBSART R-3G16(N) / R-3G17(N)


1. Den Leistungsstufen/Grill-Wahlschalter wunschgemäß einstellen.
2. Die Zeitschaltuhr auf die gewünschte Garzeit einstellen. Der Garvorgang beginnt*



* Bei Ablauf der Garzeit kehrt die Zeitschaltuhr zurück zu "●", dann ertönt ein Signalton und das Gerät und die Garrambeleuchtung werden automatisch ausgeschaltet.


VOR INBETRIEBNAHMEN R-2S56(N) / R-2S57(N)

Das Gerät an eine Steckdose anschließen.

* In der Anzeige erscheint .

Benutzung der STOP-Taste

STOP

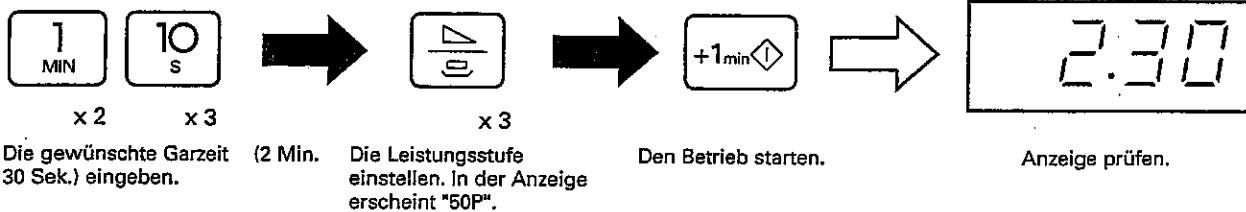
Die STOP-Taste () dient für folgende Zwecke:

1. Löschen eines Eingabefelders beim Programmieren.
2. Vorübergehendes Unterbrechen des laufenden Betriebes.
3. Löschen eines Programms während des laufenden Betriebes durch zweimaliges Drücken.



MANUELLER BETRIEB R-2S56(N) / R-2S57(N)

Der manuelle Betrieb ermöglicht das Programmieren für bis zu 99 Minuten und 90 Sekunden. Nach Ende des Programms stellt sich die Anzeige wieder auf Null zurück.

Beispiel: Erhitzen von Suppe für 2 Min. 30 Sek. mit 50% Mikrowellenleistung.



HINWEIS:

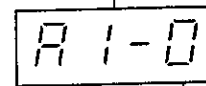
1. Wenn während des Garens die Garraumtür geöffnet wird, stoppt die angezeigte restliche Garzeit. Nach dem Schließen der Tür und Drücken der PLUS/START-Taste () beginnt die Anzeige erneut zurückzuzählen.
2. Während des Garens kann mit der LEISTUNGSSTUFEN-Taste () die eingestellte Leistungsstufe kontrolliert werden. Sie wird angezeigt, solange die Taste gedrückt gehalten wird.

AUTOMATISCHER BETRIEB R-2S56(N) / R-2S57(N)

Bei automatischem Betrieb erfolgt die Einstellung der Leistungsstufe und Garzeit automatisch. Hierfür stehen zehn AUTOMATIK-Programme zur Verfügung.

Was Sie zum automatischen Betrieb wissen sollten:

Programmnummer



Anzahl der Portionen

1. Meldung im Display

- Wenn auf die AUTOMATIK-Taste gedrückt wird, zeigt die Digitalanzeige folgendes an:
- Wenn Ihre Unterstützung erforderlich wird (z.B. zum Wenden des Garguts), stoppt der Betrieb und ein Signalton ertönt, wobei in der Anzeige die restliche Garzeit blinkt. Zum Fortsetzen des Betriebes, die PLUS/START-Taste () drücken. Genaue Anweisungen finden Sie in der AUTOMATIK-TABELLE.

2. Programmwahl

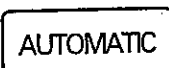
Zum Wählen des Programms die AUTOMATIK-Taste so oft drücken, bis die Anzeige die gewünschte Programmnummer anzeigt.

3. Eingabe von Gewicht oder Menge

- Das Gewicht bzw. die Menge des Lebensmittels wird durch entsprechend häufiges Drücken der LEISTUNGSSTUFEN/PORTIONEN-Taste () eingegeben. Näheres hierzu finden Sie in den nachstehenden Tabellen und auf dem Menü-Aufkleber.
- Nach Wahl des Programms muß die LEISTUNGSSTUFEN/PORTIONEN-Taste () betätigt werden, da der Betrieb anderenfalls nicht startet.
- Nur das Gewicht des Lebensmittels eingeben. Das Gewicht der verwendeten Behälter ist vorher abzuziehen.
- Die Automatikprogramme nicht verwenden, wenn das Gewicht bzw. die Menge des Lebensmittels die angegebene Einheit pro Tastendruck über- bzw. unterschreitet. In solchen Fällen auf manuellen Betrieb übergehen.
- Die Anleitungen in den Tabellen beachten, um einwandfreie Resultate zu erhalten.

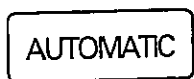
- Die Endtemperatur richtet sich auch nach der Ausgangstemperatur des Garguts. Nach der Zubereitung prüfen, ob das Lebensmittel ausreichend gegart ist. Falls erforderlich, manuell eine längere Garzeit oder höhere Leistungsstufe einstellen.

AUTOMATIK-TASTE



Bei Programmwahl mit der AUTOMATIK-Taste wird die richtige Leistungsstufe und Garzeit automatisch eingestellt.

Beispiel: Garen eines Auflaufs (1,1 kg)



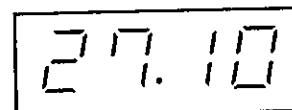
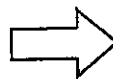
x 7

Die Anzeige durch Drücken der AUTOMATIK-Taste auf "A7-0" einstellen.



x 4

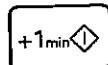
Die Menge eingeben. Die Anzeige zeigt nun "A7-4" an.



Der Betrieb startet nach 2 Sek.
Die Anzeige im Display überprüfen.

ANDERE NÜTZLICHE FUNKTIONEN

PLUS/START-Taste



Die PLUS/START-Taste () bietet folgende Möglichkeiten:







1. Direktstart

Durch Drücken der PLUS/START-Taste () kann der Garvorgang direkt gestartet werden (jeweils eine Minute mit 100% Leistung).







HINWEIS: Zum Schutz vor Mißbrauch durch Kinder arbeitet die PLUS/START-Taste () nur innerhalb einer Minute nach der letzten Bedienung.

- Verlängerung der Garzeit** Jedes Drücken der Taste () bei laufendem Garvorgang verlängert die Garzeit um jeweils 1 Minute.

AUTOMATIK-TABELLE R-2S56(N) / R-2S57(N)

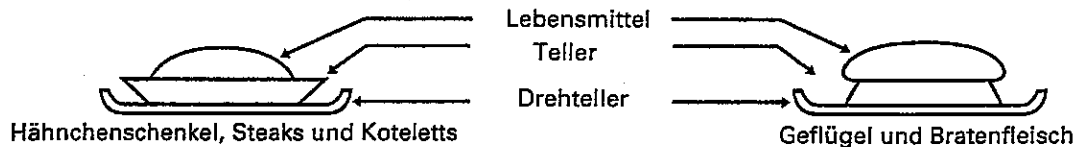
Programm- Nummer	Speisen/Menge (Geschirr)	Einheit pro Tastendruck	Ungefähre Ausgangs-temperatur	Verfahren	Empfohlene Menüs
1. 	Getränke 1 - 5 Tassen 150 ml/Tasse (Tassen)	150 ml	20°C Raumtemperatur	<ul style="list-style-type: none"> Die Tassen am Rand des Drehtellers platzieren. Nach dem Erhitzen umrühren und etwa 1 - 2 Min. stehen lassen. 	Kaffee
HINWEIS: Im Kühlschrank verwahrte Getränke (Ausgangstemperatur 5°C, ±2°C) im manuellen Betrieb erhitzen.					
2. 	Suppen Eintöpfe 1 - 4 Suppentassen 200 ml/Tasse (Suppentassen + Mikrowellenfolie oder Deckel)	200 ml	20°C Raumtemperatur	<ul style="list-style-type: none"> Die Tassen am Rand des Drehtellers platzieren. Mit Mikrowellenfolie oder Deckel abdecken. Nach dem Erhitzen umrühren und für etwa 1 - 2 Min. stehen lassen. 	
HINWEIS: Im Kühlschrank verwahrte Getränke (Ausgangstemperatur 5°C, ±2°C) im manuellen Betrieb erhitzen.					
3. 	Salzkartoffeln Pellkartoffeln 0,2 - 0,8 kg (Schüssel mit Deckel)	200 g	20°C	<p>Salzkartoffeln:</p> <ul style="list-style-type: none"> Die Kartoffeln schälen und, falls erforderlich, in ungefähr gleich große Stücke schneiden. Die Kartoffeln in die Schüssel geben. Die erforderliche Menge Wasser (ca. 2 EL pro 100 g) und etwas Salz zugeben. Mit dem Deckel abdecken. Wenn das Gerät stoppt und der Signalton ertönt, umrühren und wieder abdecken. Die Kartoffeln nach dem Garen für etwa 1 - 2 Min. stehen lassen. <p>Pellkartoffeln:</p> <ul style="list-style-type: none"> Ungefähr gleichgroße Kartoffeln auswählen und waschen. Die Kartoffeln in die Schüssel geben. Die erforderliche Menge Wasser (ca. 2 EL pro 100 g), sowie etwas Salz zugeben. Mit dem Deckel abdecken. Wenn das Gerät stoppt und der Signalton ertönt, umrühren und wieder abdecken. Die Kartoffeln nach dem Garen für etwa 1 - 2 Min. stehen lassen. 	
4. 	Gemüse, TK 0,2 - 0,6 kg (Schüssel mit Deckel)	200 g	-18°C	<ul style="list-style-type: none"> Etwa 1 - 3 EL Wasser zugeben. (Bei Champignons ist keine zusätzliche Wasserzugabe erforderlich.) Mit dem Deckel abdecken. Wenn das Gerät stoppt und der Signalton ertönt, umrühren und wieder abdecken. Nach dem Garen für etwa 1-2 Min. stehen lassen. 	
HINWEIS: Kompakt gefrorenes Gemüse im manuellen Betrieb garen.					
5. 	Frisches Gemüse 0,2 - 0,6 kg (Schüssel mit Deckel)	200 g	20°C	<ul style="list-style-type: none"> Die benötigte Menge Wasser (etwa 1 EL pro 100 g) und Salz zugeben. Das Gemüse kleinschneiden, z.B. in Streifen, Würfel oder Scheiben. Mit dem Deckel abdecken. Wenn das Gerät stoppt und der Signalton ertönt, umrühren und erneut abdecken. Nach dem Garen für etwa 2 Min. stehen lassen. 	Blumenkohl Broccoli Fenchel Lauch (Porree) Paprika Rosenkohl Zucchini Spinat
6. 	Fischfilet mit Sauce 0,4 - 1,2 kg Fisch: 0,2 - 0,6 kg Sauce: 0,2 - 0,6 kg (Quicheform)	400 g Fisch: 200 g Sauce: 200 g	Fisch: 5°C Sauce: um 20°C	<ul style="list-style-type: none"> Das Fischfilet mit den dünnen Enden zur Mitte in die Quicheform legen. Die vorbereitete Sauce auf das Filet geben. Mit Mikrowellenfolie abdecken. Nach dem Garen für etwa 2 Min. stehen lassen. 	Fisch: Kabeljau Rotbarsch Seelachs Sauce: Sauce Provençal Pikante Sauce Lauch/Käse- Sauce Curry-Sauce

Rezepte für die Sauce finden Sie auf Seite D-8.

Programm- Nummer	Speisen/Menge (Geschirr)	Einheit pro Tastendruck	Ungefähre Ausgangs-temperatur	Verfahren	Empfohlene Menüs
7. 	Aufläufe 0,5 - 1,5 kg (Flache ovale Auflaufform)	200 g	20°C	<ul style="list-style-type: none"> Den Auflauf entsprechend dem nachfolgenden Kochbuch-Ratgeber vorbereiten. Nach dem Garen abdecken und für etwa 5 - 10 Min. stehen lassen. 	Spinatauf- lauf
8. 	Hähnchenschenkel 0,2 - 0,6 kg (Quicheform) Zutaten für 0,6 kg Hähnchenschenkel (ca. 2 - 3 Stck.) 1 EL Öl 1/2 TL Salz 1/2 TL Paprika, süß etwas Rosmarin	200 g	5°C	<ul style="list-style-type: none"> Die Zutaten vermischen und die Hähnchenschenkel damit bestreichen. Die Haut der Hähnchenschenkel anstechen. Die Hähnchenschenkel mit den dünnen Enden zur Mitte in die Quicheform legen. Mit Mikrowellenfolie abdecken. Wenn das Gerät stoppt und der Signalton ertönt, das Gargut wenden und wieder abdecken. Nach dem Garen für etwa 3 Min. stehen lassen. 	Hähnchen- schenkel
9.  	Auftau-Automatik 1 Geflügel 1,0 - 1,5 kg	250 g (siehe HINWEIS nächste Seite)	-18°C	<ul style="list-style-type: none"> Einen Teller mit der Unterseite nach oben auf den Drehteller legen und das Geflügel auf den Tellerboden legen. Wenn das Gerät stoppt und der Signalton ertönt, das Geflügel wenden. Beim nächsten Signalton nochmals wenden. Nach dem Auftauen etwa 30 - 90 Min. mit Alu-Folie abgedeckt stehen lassen, bis das Geflügel vollständig aufgetaut ist. 	
	Hähnchenschenkel 0,25 - 0,75 kg	250 g	-18°C	<ul style="list-style-type: none"> Die Hähnchenschenkel auf einen Teller legen. Wenn das Gerät stoppt und der Signalton ertönt, wenden und umordnen. Beim nächsten Signalton nochmals wenden. Nach dem Auftauen etwa 10 - 30 Min. mit Alu-Folie abgedeckt stehen lassen, bis die Hähnchenschenkel vollständig aufgetaut sind. 	
	Steaks Koteletts 0,25 - 0,75 kg (ca. 1,5 - 2 cm dick)	250 g	-18°C	<ul style="list-style-type: none"> Die Stücke mit den dünneren Teilen zur Mitte gerichtet nebeneinander (nicht übereinander) auf einen Teller legen. Wenn die Stücke zusammenhaften, diese so bald wie möglich voneinander trennen. Wenn das Gerät stoppt und der Signalton ertönt, wenden und umordnen. Beim nächsten Signalton nochmals wenden. Nach dem Auftauen etwa 10 - 30 Min. mit Alu-Folie abgedeckt stehen lassen, bis das Fleisch vollständig aufgetaut ist. 	
10.  	Auftau- Automatik 2 Bratenfleisch 0,5 - 1,5 kg	200 g (siehe HINWEIS unten)	-18°C	<ul style="list-style-type: none"> Einen Teller mit der Unterseite nach oben auf den Drehteller legen und das Fleisch auf den Tellerboden legen. Wenn das Gerät stoppt und der Signalton ertönt, das Fleisch wenden. Beim nächsten Signalton nochmals wenden. Nach dem Auftauen etwa 30 - 90 Min. mit Alu-Folie abgedeckt stehen lassen, bis das Fleisch vollständig aufgetaut ist. 	

HINWEIS: Auftau-Automatik

1. Steaks, Koteletts und Hähnchenschenkel sollten nebeneinander (einlagig) eingefroren werden.
2. Bereits aufgetaute Teile beim Wenden mit schmalen flachen Stückchen Alu-Folie abdecken.
3. Geflügel und Fleisch sollten sofort nach dem Auftauen verarbeitet werden.
4. Das aufzutauende Lebensmittel wie gezeigt in den Garraum stellen:



Rezepte für R-2S56(N) / R-2S57(N)

Kabeljaufilet Provençal

Zutaten

15 - 20 g	Butter
ca. 75 g	Champignons, in Scheiben geschnitten
1 kleine Zehe	Knoblauch (zerdrückt)
40 - 50 g	Frühlingszwiebeln
600 g	Tomaten aus der Dose, ohne Saft, gut abgetropft
1 TL	Zitronensaft
1 1/2 EL	Tomatenketchup
1/2 - 1 TL	Basilikum, getrocknet
	Pfeffer, Salz
600 g	Kabeljaufilet

Zubereitung

1. Butter, Champignons, Zwiebeln und Knoblauch in einer Quicheform für etwa 3 - 4 Min. mit 100% Leistung zusammen garen.
2. Tomaten, Zitronensaft, Ketchup, Basilikum, Pfeffer und Salz mischen.
3. Das Fischfilet auf das Gemüse legen und mit Sauce und etwas Gemüse bedecken.
4. Mit AUTOMATIK-Programm A6 (Fischfilet mit Sauce) abgedeckt garen.

Fischfilet mit Lauch-Käse-Sauce

Zutaten

40 g	Butter
125 g	Frühlingszwiebeln
1/2 TL	Majoran, getrocknet
30 g	Mehl
375 ml	Milch
75 g	Gruyere, gerieben
	Salz, Pfeffer
1 1/2 EL	Petersilie, gehackt
600 g	Fischfilet (z.B. Seelachs)

Zubereitung

1. Butter, Zwiebeln und Majoran in eine Schüssel geben und für 3 - 4 Min. mit 100% Leistung erhitzen.
2. Das Mehliterrühren und die Milch zugeben. Zu einer glatten Sauce verrühren.
3. Ohne Deckel für 3 - 4 Min. mit 100% Leistung garen.
4. Den Käse einrühren und abschmecken.
5. Das Fischfilet in eine Quicheform legen und die Sauce darübergießen.
6. Mit AUTOMATIK-Programm A6 (Fischfilet mit Sauce) abgedeckt garen.
7. Nach dem Garen den Fisch herausnehmen und die Sauce gut durchrühren.

Fischfilet mit pikanter Sauce

Zutaten

450 g	Tomaten aus der Dose, abgetropft
ca. 150 g	Mais
2 TL	Chili-Sauce
30 g	Zwiebeln, fein gehackt
2 TL	Rotwein-Essig
1/4 TL	Senf
	Thymian
	Cayenne-Pfeffer
600 g	Fischfilet (z.B. Rotbarsch)

Zubereitung

1. Die Zutaten für die Sauce vermengen.
2. Das Fischfilet (z.B. Rotbarsch) in eine Quicheform legen und die Sauce auf dem Filet verteilen.
3. Mit AUTOMATIK-Programm A6 (Fischfilet mit Sauce) abgedeckt garen.

Fischfilet mit Curry-Sauce

Zutaten

30 g	Butter
20 g	Mandeln, gehackt
1 - 1 1/2 EL	Curry
25 g	Mehl (Vollweizenmehl)
30 g	Rosinen
150 g	Ananas (kleine Stücke)
100 ml	Brühe
100 ml	Ananassaft
100 g	Saure Sahne
75 g	Erbsen (tiefgefroren)
	Salz, Pfeffer
600 g	Fischfilet (Seelachs)

Zubereitung

1. Butter, Mandeln und Curry abgedeckt für etwa 1 - 2 Min. mit 100% Leistung erhitzen.
2. Das Mehl zugeben und gut verrühren.
3. Unter ständigem Rühren Rosinen, Ananas, Ananassaft, Brühe und Sahne zugeben.
4. Abgedeckt für etwa 2 - 3 Min. mit 100% Leistung garen und anschließend umrühren.
5. Die Erbsen zugeben und umrühren.
6. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
7. Den Fisch in eine Quicheform legen und die Sauce darübergießen.
8. Abgedeckt mit AUTOMATIK-Programm A6 (Fischfilet mit Sauce) garen.

- HINWEISE:** 1 Die Angaben gelten für 1,2 kg. Falls weniger als 1,2 kg zubereitet werden soll, sind die Zutaten und Garzeiten für die Sauce entsprechend anzupassen (zu verringern).
- 2 Wenn die Saucen für 'Kabeljau Provençal' oder 'Fischfilet mit pikanter Sauce' dickflüssiger sein sollen, den Fisch nach dem Garen entnehmen und etwas Saucenbinder einrühren (Herstellieranleitung bitte beachten).

REINIGUNG UND PFLEGE

VORSICHT!

KEINE HANDELSÜBLICHEN OFENREINIGER, SCHEUERENDE ODER SCHARFE REINIGUNGSMITTEL ODER METALLWOLLEREINIGER AM MIKROWELLENGERÄT VERWENDEN.

Außen

Die Außenseite des Gerätes mit einer milden Seifenlauge reinigen. Die Seifenlauge gründlich mit einem feuchten Tuch abwischen und mit einem Handtuch nachtrocknen.

Bedienfeld

Vor dem Reinigen die Tür öffnen, um das Bedienfeld außer Betrieb zu setzen.

Das Bedienfeld vorsichtig mit einem feuchten Tuch reinigen. Niemals zuviel Wasser und keine chemischen oder scheuernden Reiniger verwenden, da das Bedienfeld dadurch beschädigt werden kann.

Innen

1. Nach jedem Gebrauch das noch warme Gerät zur Reinigung mit einem weichen, feuchten Tuch oder

Schwamm abwischen, um leichte Verschmutzungen zu entfernen. Für starke Verschmutzungen eine milde Seifenlauge verwenden und mehrmals mit einem weichen, feuchten Tuch oder Schwamm gründlich nachwischen, bis alle Rückstände vollständig entfernt sind.

2. Sicherstellen, daß weder Seifenlauge noch Wasser durch die kleinen Öffnungen an der Wand eindringen, da dies das Gerät beschädigen kann.

3. Verwenden Sie keine Sprühreiniger im Garraum.

Drehteller und Drehteller-Träger

Entfernen Sie zuerst den Drehteller und den Drehteller-Träger aus dem Garraum. Den Drehteller und den Träger mit einer milden Seifenlauge reinigen und mit einem weichen Tuch trocknen. Beide Teile sind spülmaschinenfest.

Gerätetür

Die Tür auf beiden Seiten, die Türdichtung und die Dichtungsoberflächen des öfteren mit einem feuchten Tuch abwischen, um Verschmutzungen zu entfernen.

FUNKTIONSPRÜFUNG

Bitte prüfen Sie die folgenden Punkte, bevor Sie den Kundendienst rufen.

1. Stromversorgung

Überprüfen Sie, ob der Netzstecker richtig an eine spannungsführende Netzsteckdose angeschlossen ist. Vergewissern Sie sich, daß die Netzsicherung bzw. der Sicherungsautomat in Ordnung ist.

2. Einen Meßbecher mit etwa 150 ml Wasser in das Gerät stellen und die Tür schließen.

Die Garraumlampe sollte erlöschen, wenn die Tür geschlossen wird.

Das Gerät für eine Minute auf der Leistungsstufe HIGH (100%) programmieren und den Betrieb starten.

Leuchtet die Lampe?

JA _____ NEIN _____

Dreht sich der Drehteller?

JA _____ NEIN _____

HINWEIS: Der Drehteller dreht sich nach links oder rechts.

Arbeitet die Lüftung?

JA _____ NEIN _____

(Legen Sie Ihre Hand über die Lüftungsöffnungen und prüfen Sie, ob Luft herauskommt.)


Ertönt der Signalton nach 1 Minute?

JA _____ NEIN _____

Ist das Wasser im Becher nach dem obigen Vorgang warm?

JA _____ NEIN _____

3. R-3G16(N) / R-3G17(N)

Den Leistungsstufen/Grill-Wahlschalter auf  stellen.

Die Zeitschaltuhr auf drei Minuten einstellen.

Wird das Grill-Heizelement nach drei Minuten rot?

JA _____ NEIN _____

Falls für eine der obigen Fragen die Antwort "NEIN" ist, den Händler oder den autorisierten SHARP-Kundendienst benachrichtigen und das Ergebnis der Prüfung mitteilen.

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.

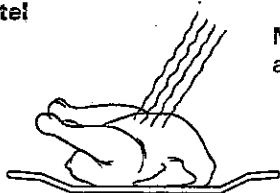
Sie können nicht nur schnell auftauen und erhitzen, sondern auch ganze Menüs zubereiten.

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

WISSENSWERTES ÜBER MIKROWELLEN

Mikrowellen versetzen die Wassermoleküle im Lebensmittel in Schwingungen. Durch die verursachte Reibung entsteht Wärme, die dafür sorgt, daß die Speisen aufgetaut, erhitzt oder gegart werden.

Lebensmittel



Mikrowellen werden absorbiert

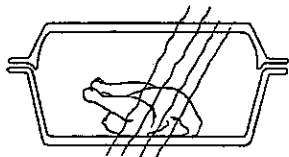
DAS GEEIGNETE GESCHIRR

Glas, Glas-Keramik und Porzellan

Hitzebeständiges Geschirr aus Glas, Glaskeramik oder Porzellan ist sehr gut geeignet. Es darf jedoch nicht metalhaltig (z.B. Bleikristall) oder mit einer Metallauflage versehen sein (z.B. Goldrand, Kobaltblau).

**Glas, Porzellan, Keramik
Kunststoff, Papier, etc.**

Mikrowellen durchdringen



Keramik

ist im allgemeinen gut geeignet. Keramik muß glasiert sein, da bei unglasierter Keramik Feuchtigkeit in das Geschirr eindringen kann. Feuchtigkeit erhitzt das Material und kann es zum Zerspringen bringen.

GESCHIRR FÜR DEN GRILLBETRIEB

R-3G16(N) / R-3G17(N)

Für den Grillbetrieb können Sie jedes hitzebeständige Geschirr einsetzen, das für konventionelles Grillen geeignet ist, z.B. Porzellan, Keramik, Glas und Geschirr aus Metall.

Beim Mikrowellengaren mit anschließenden Grillen muß das Geschirr mikrowellengeeignet und hitzebeständig sein. Gut geeignet sind z.B. feuerfeste Glas- und Keramikformen.

Kunststoff und Papiergeschirr

Hitzebeständiges, mikrowellengeeignetes Kunststoff- oder Papiergeschirr ist zum Auftauen, Erhitzen und Garen geeignet. Beachten Sie bitte die Angaben des Herstellers.

Mikrowellenfolie

oder hitzebeständige Folie ist zum Abdecken oder Umwickeln gut geeignet. Beachten Sie bitte die Angaben des Herstellers.

Sollten sie sich für ein Grill-Mikrowellengerät entschieden haben, so kombiniert es alle Vorteile der schnellen Mikrowelle mit denen des Grills, der mit seiner Hitze für eine knusprig braune Kruste sagt.

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

Bratbeutel

können im Mikrowellengerät verwendet werden. Metallclipse sind jedoch zum Verschließen ungeeignet, da die Bratbeutelfolie schmelzen kann. Nehmen Sie Bindfäden zum Verschließen und stechen Sie den Bratbeutel mehrmals mit einer Gabel ein. Nicht hitzebeständige Folie, wie z.B. Frischhaltefolie, ist für die Benutzung im Mikrowellengerät nicht empfehlenswert.

Bräunungsgeschirr

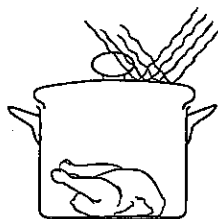
ist spezielles Mikrowellenbratgeschirr aus Glaskeramik mit einer Metallegierung am Boden, die dafür sorgt, daß die Speise gebräunt wird.

Bei Verwendung von Bräunungsgeschirr muß ein geeigneter Isolator, z.B. ein Porzellanteller, zwischen Drehteller und Bräunungsschale gelegt werden. Beachten Sie genau die Vorheizzeit gemäß Herstelleranweisung. Bei Überschreitung kann es zur Beschädigung des Drehtellers und Drehteller-Trägers kommen bzw. die Schutzsicherung des Gerätes auslösen und das Gerät ausschalten.

Metal

sollte in der Regel nicht verwendet werden, da Mikrowellen Metall nicht durchdringen und so nicht an die Speisen gelangen können.

Es gibt jedoch Ausnahmen: Schmale Streifen aus Aluminiumfolie können zum Abdecken von Teilen verwendet werden, damit diese nicht zu schnell auftauen oder garen (z.B. die Flügel beim Hähnchen).



Mikrowellen werden reflektiert

Kleine Metallspieße und Aluminiumschalen (z.B. bei Fertiggerichten) können benutzt werden. Sie müssen aber im Verhältnis zur Speise klein sein, z.B. müssen Aluminiumschalen mindestens 2/3 bis 3/4 mit Speise gefüllt sein. Empfehlenswert ist, die Speise in mikrowellengeeignetes Geschirr umzufüllen.

Bei Verwendung von Aluminiumschalen oder anderem Metallgeschirr muß ein Mindestabstand von ca. 2,0cm zu den Garraumwänden eingehalten werden, da diese sonst durch mögliche Funkenbildung beschädigt werden können.

Kein Geschirr mit Metallauflage, Metallteilen oder Metalleinschlüssen, wie z.B. mit Schrauben, Bändern oder Griffen verwenden.

TIPS UND TECHNIKEN

Einstellung der Zeiten

Die Auftau-, Erhitzungs- und Garzeiten sind im allgemeinen erheblich kürzer als in einem konventionellen Herd oder Backofen. Halten Sie sich deshalb an die in diesem Ratgeber empfohlenen Zeiten. Stellen Sie die Zeiten eher kürzer als länger ein. Machen Sie nach dem Garen eine Garprobe. Lieber kurz nachgaren als etwas übergaren lassen.

Ausgangstemperatur

Die Auftau-, Erhitzungs- und Garzeiten sind von der Ausgangstemperatur der Lebensmittel abhängig. Tiefgefrorene und kühl-schränktemperierte Lebensmittel benötigen beispielsweise länger als raumtemperierte. Für das Erhitzen und Garen von Lebensmitteln werden normale Lagertemperaturen vorausgesetzt (Kühlschränktemperatur ca. 5°C, Raumtemperatur ca. 20°C). Für das Auftauen von Lebensmitteln wird von -18°C Tiefkühltemperatur ausgegangen.

Alle angegebenen Zeiten

in diesem Ratgeber sind Richtwerte, die je nach Ausgangstemperatur, Gewicht, Frische und Beschaffenheit (Wasser-, Fettgehalt etc.) der Lebensmittel variieren können.

Wasserzugabe

Gemüse und andere sehr wasserhaltige Lebensmittel können im eigenen Saft oder mit wenig Wasserzugabe gegart werden. Dadurch bleiben viele Vitamine und Mineralstoffe im Lebensmittel erhalten.

Fette Speisen

Mit Fett durchwachsenes Fleisch und Fettschichten garen schneller als magere Teile. Decken Sie deshalb diese Teile beim Garen mit etwas Aluminiumfolie ab oder legen Sie die Lebensmittel mit der fetten Seite nach unten.

Kleine und große Mengen

Die Mikrowellenzeiten sind direkt abhängig von der Menge des Lebensmittels das Sie auftauen, erhitzen oder garen möchten. Das bedeutet, kleine Portionen garen schneller als große.

Als Faustregel gilt:

DOPPELTE MENGE = FAST DOPPELTE ZEIT

HALBE MENGE = HALBE ZEIT

Hohe und flache Gefäße

Beide Gefäße haben das gleiche Fassungsvermögen aber in der hohen Form ist die Garzeit länger als in der flachen. Bevorzugen Sie deshalb möglichst flache Gefäße mit großer Oberfläche.

Hohe Gefäße nur für Gerichte verwenden, bei denen die Gefahr des Überkochens besteht, z.B. für Nudeln, Reis, Milch, etc.

Runde und ovale Gefäße

In runden und ovalen Formen garen Speisen gleichmäßiger als in eckigen, da sich in Ecken Mikrowellenenergie konzentriert und die Speise an diesen Stellen übergaren könnte.

Anordnung

Mehrere Einzelportionen, z.B. Puddingförmchen, Tassen oder Pellkartoffeln, ringförmig auf dem Drehteller anordnen. Zwischen den Portionen Platz lassen, so daß die Mikrowellenenergie von allen Seiten eindringen kann.

Abdecken

Durch Abdecken bleibt die Feuchtigkeit im Lebensmittel erhalten und die Garzeit verkürzt sich. Zum Abdecken einen Deckel, Mikrowellenfolie oder eine Abdeckhaube verwenden. Speisen, die eine Kruste erhalten sollen, z.B. Braten oder Hähnchen, nicht abdecken.

Umrühren

Das Umrühren der Speisen ist notwendig, da die Mikrowellen zuerst die äußeren Bereiche erhitzen. Dadurch wird die Temperatur ausgeglichen und die Speise gleichmäßig erhitzt.

Wenden

Mittelgroße Teile, wie Hamburger und Steaks, während des Garvorgangs einmal wenden, um die Garzeit zu verkürzen. Große Teile, wie Braten und Hähnchen, müssen gewendet werden, da die nach oben gerichtete Seite mehr Mikrowellenenergie erhält und austrocknen könnte, falls nicht gewendet wird.























Standzeit

Die Einhaltung der Standzeit ist eine der wichtigsten Mikrowellen-Regeln. Fast alle Speisen, die in der Mikrowelle aufgetaut, erhitzt oder gegart werden, benötigen eine kurze oder längere Standzeit, in der ein Temperaturengleich stattfindet und sich die Flüssigkeit in der Speise gleichmäßig verteilen kann.

ERHITZEN

- Fertiggerichte in Aluminiumbehältern sollten herausgenommen und auf einem Teller oder in einer Schüssel erhitzt werden.
- Bei fest verschlossenen Gefäßen die Deckel entfernen.
- Speisen mit Mikrowellenfolie, Teller oder Abdeckhaube (im Handel erhältlich) abdecken, damit die Oberfläche nicht austrocknet. Getränke müssen nicht abgedeckt werden.
- Beim Kochen von Flüssigkeiten wie Wasser, Kaffee, Tee oder Milch, einen Glasstab in das Gefäß stellen.
- Größere Mengen, wenn möglich, zwischendurch umrühren, so daß sich die Temperatur gleichmäßig verteilt.
- Die Zeiten sind für Lebensmittel bei einer Zimmertemperatur von 20°C angegeben. Bei kühl-schranktemperierten Lebensmitteln erhöht sich die Erhitzungszeit geringfügig.
- Lassen Sie die Speisen nach dem Erhitzen 1-2 Minuten stehen, so daß sich die Temperatur gleichmäßig innerhalb der Speise verteilt (Standzeit).
- Die angegebenen Zeiten sind Richtwerte, die je nach Ausgangstemperatur, Gewicht, Wassergehalt, Fettgehalt und gewünschtem Endzustand etc. variieren können.

Tabelle: Erhitzen von Getränken und Speisen.

Getränk/Speise	Menge -g/ml-	Leistung - Stufe-	Zeit (Min)	Verfahrenshinweise
Kaffee, 1 Tasse	150		1 - 1 1/2	nicht abdecken
Milch, 1 Tasse	150		ca. 1 1/2	nicht abdecken
Wasser, 1 Tasse	150		1 - 1 1/2	nicht abdecken, zum Kochen bringen
6 Tassen	900		7 - 9	nicht abdecken, zum Kochen bringen
1 Schüssel	1000		10 - 13	abdecken, zum Kochen bringen
Tellergericht (Gemüse, Fleisch und Beilagen)	400		4 - 6	Sauce mit Wasser beträufeln, Fleisch klein schneiden, abdecken, zwischendurch umrühren
Eintopf	200		2 - 3	abdecken, nach dem Erhitzen umrühren
Suppe, klar	200		2 - 2 1/2	abdecken, nach dem Erhitzen umrühren
Cremsuppe	200		2 - 3	abdecken, nach dem Erhitzen umrühren
Gemüse	200		2 1/2 - 3 1/2	eventuell etwas Wasser zugeben,
	500		5 - 7	abdecken, nach der halben Erhitzungszeit umrühren
Beilagen	200		1 - 2 1/2	mit etwas Wasser beträufeln,
	500		5 - 6	abdecken, zwischendurch umrühren
Fleisch, 1 Scheibe	200		2 1/2 - 3 1/2	mit etwas Sauce beträufeln, abdecken
Fischfilet	200		2 1/2 - 3 1/2	abdecken
Würstchen, 2 Stück	180		ca. 1 1/2	die Haut mehrmals einstechen
Kuchen, 1 Stück	150		1/2 - 1	auf ein Kuchengitter legen
Babynahrung 1 Glas	190		1 - 1 1/2	Deckel entfernen, nach dem Erhitzen gut umrühren und die Temperatur prüfen
Margarine oder Butter schmelzen	50		1/2 - 1	
Schokolade schmelzen	100		ca. 3	zwischendurch umrühren
6 Blatt Gelatine auflösen	10		ca. 1/2	in Wasser einweichen, gut ausdrücken und in eine Suppentasse geben; zwischendurch umrühren
Tortenguß für 1/4 l Flüssigkeit	10		6 - 8	mit Zucker und 250ml Flüssigkeit anrühren, abdecken, zwischendurch und nach dem Erhitzen gut umrühren

AUFTAUEN

Nehmen Sie das Gefriergut aus der Verpackung und legen Sie es zum Auftauen auf einen Teller.

Verpackungen und Behälter

Gut geeignet zum Auftauen und Erhitzen von Speisen sind mikrowelleneignete Verpackungen und Behälter die sowohl tiefkühlgeeignet (bis ca. -40°C) als auch hitzebeständig (bis ca. 220°C) sind. So können Sie im gleichen Geschirr auftauen, erhitzen und sogar garen, ohne die Speise zwischendurch umfüllen zu müssen.

Abdecken

Dünnere Teile vor dem Auftauen mit kleinen Aluminiumstreifen abdecken. Angetaute oder warme Teile während des Auftauens ebenfalls mit Aluminiumstreifen abdecken. Dies verhindert, daß dünnere Teile bereits zu heiß werden, während dickere Teile noch gefroren sind.

Die Mikrowellenleistung

eher niedriger als zu hoch wählen. So erzielen Sie ein gleichmäßiges Auftauergebnis. Ist die Mikrowellenleistung zu hoch, gart die Speisenoberfläche bereits an, während das Innere noch gefroren ist.

Wenden/Umrühren

Fast alle Lebensmittel müssen zwischendurch einmal gewendet oder umgerührt werden. Teile, die aneinanderhaften, so bald wie möglich voneinander trennen und umordnen.

Kleinere Mengen

tauen gleichmäßiger und schneller auf als große. Wir empfehlen deshalb, möglichst kleine Portionen einzufrieren. So können Sie sich schnell und einfach ganze Menüs zusammenstellen.

Empfindliche Lebensmittel

wie Torte, Sahne, Käse und Brot nicht vollständig auftauen, sondern nur antauen und bei Raumtemperatur fertig auftauen. Dadurch wird vermieden, daß die äußeren Bereiche bereits zu heiß werden, während die inneren noch gefroren sind.

Die Standzeit

nach dem Auftauen von Lebensmitteln ist besonders wichtig, da der Auftauvorgang während dieser Zeit fortgesetzt wird. In der Auftautabelle finden Sie die Standzeiten für verschiedene Lebensmittel. Die Lebensmittel nach der Standzeit möglichst sofort weiterverarbeiten und nicht wieder einfrieren.

Tabelle: Auftauen

Lebensmittel	Menge -g/ml-	Leistung - Stufe-	Zeit (Min)	Verfahrenshinweise	Standzeit - Min-
Bratenfleisch	1500	☞	32-36	auf einen umgedrehten Teller legen,	30-90
(z.B. Schwein,	1000	☞	21-25	nach der halben Auftauzeit wenden	30-90
Rind, Lamm, Kalb)	500	☞	12-14		30-90
Steaks, Schnitzel	200	☞	4-6	nach der halben Auftauzeit wenden	10-15
Koteletts, Leber					
Gulasch	500	☞	11-14	zwischenndurch zweimal umdrehen (umrühren) und trennen	15-30
Würstchen 8 Stück	600	☞	7-10	nebeneinander legen, nach	5-10
4 Stück	300	☞	4-7	der halben Auftauzeit wenden	5-10
Ente/Pute	1500	☞	28-32	auf einen umgedrehten Teller legen,	30-90
				nach der halben Auftauzeit wenden	
Hähnchen	1200	☞	20-23	auf einen umgedrehten Teller legen,	30-90
				nach der halben Auftauzeit wenden	
	1000	☞	16-19	auf einen umgedrehten Teller legen,	30-90
				nach der halben Auftauzeit wenden	
Hähnchenschenkel	200	☞	4-7	nach der halben Auftauzeit wenden	10-15
Fisch im Stück	800	☞	10-13	nach der halben Auftauzeit wenden	10-15
Fischfilet	400	☞	8-11	nach der halben Auftauzeit wenden	5-10
Krabben	500	☞	10-13	nach der halben Auftauzeit wenden,	30
				und aufgetaute Teile entfernen	
Brötchen, 2 Stück	80	☞	ca. 1	nur antauen	-
Vollkornbrot in Scheiben	250	☞	2-4	Scheiben nebeneinander	-
Toastbrotscheiben				legen, nur antauen	
Mischbrot, ganz	750	☞	9-12	nach der halben Auftauzeit	15
Weißbrot, ganz				wenden (Eiskern bleibt)	
Kuchen, 1 Stück	150	☞	2-3 1/2	auf ein Kuchengitter legen	5
Sahnetorte, 1 Stück				auf ein Kuchengitter legen	10
Torte ganz, ø 28cm		☞	ca. 1 1/2	auf ein Kuchengitter legen	30-60
Butter	250	☞	23-26	nur antauen	15
Obst wie Erdbeeren	250	☞	2-4	nur antauen	5
Himbeeren			4-6	gleichmäßig nebeneinander	
Kirschen				legen, nach der halben	
Pflaumen				Auftauzeit wenden	

Die in der Tabelle angegebenen Zeiten sind Richtwerte, die je nach Gefriertemperatur, Beschaffenheit und Gewicht der Lebensmittel variieren können.

GAREN VON FRISCHEM GEMÜSE

- Achten Sie beim Kauf von Gemüse darauf, daß die Stücke möglichst gleichmäßig sind. Dies ist vor allem dann wichtig, wenn Sie das Gemüse im Stück garen möchten (z.B. Pellkartoffeln).
- Gemüse vor der Zubereitung waschen, putzen und dann erst die erforderliche Menge für das Rezept abwiegen und zerkleinern.
- Würzen Sie wie gewohnt, aber salzen Sie in der Regel erst nach dem Garen.
- Pro 500 g Gemüse ca. 5 EL Wasser zugeben. Faserreiches Gemüse benötigt etwas mehr Wasserzugabe. Angaben hierzu finden Sie in der Tabelle.
- Gemüse wird in der Regel in einer Schüssel mit Deckel gegart. Flüssigkeitsreiche Gemüsesorten, wie z.B. Gemüsezwiebeln oder Pellkartoffeln, können ohne Wasserzugabe in Mikrowellenfolie gegart werden.
- Gemüse nach der Hälfte der Garzeit umrühren oder wenden.
- Nach dem Garen das Gemüse ca. 2 Minuten stehen lassen, damit sich die Temperatur gleichmäßig verteilt (Standzeit).
- Die angegebenen Garzeiten sind Richtwerte und hängen vom Gewicht, der Ausgangstemperatur und der Beschaffenheit der Gemüsesorte ab. Je frischer das Gemüse ist, desto kürzer sind die Garzeiten.

Tabelle: Garen von frischem Gemüse

Gemüse	Menge -g-	Leistung - Stufe-	Zeit (Min.)	Wasserzugabe -EL/ml	Verfahrenshinweise
Blattspinat	300		6 - 9		nach dem Waschen gut abtropfen lassen, abdecken, zwischendurch ein- bis zweimal umrühren
Blumenkohl	800		17 - 20	5-6 EL	1 ganzer Kopf, abdecken in Röschen teilen, zwischendurch umrühren
	500		11 - 13	4-5 EL	
Brökkoli	500		11 - 13	4-5 EL	in Röschen teilen, abdecken, zwischendurch umrühren
Champignons	500		8 - 11		ganze Köpfe, abdecken, zwischendurch umrühren
Salzkartoffeln	500		10 - 12	150ml	in gleich große Stücke schneiden, etwas salzen, abdecken, zwischendurch umrühren

GAREN VON FLEISCH, FISCH UND GEFLÜGEL

- Achten Sie beim Einkauf darauf, daß die Stücke möglichst gleichmäßig sind. So erhalten Sie ein gutes Garergebnis.
- Fleisch, Fisch und Geflügel vor der Zubereitung gründlich unter fließend kaltem Wasser abwaschen und mit Küchenpapier trockentupfen. Danach wie gewohnt weiterverarbeiten.
- Rindfleisch sollte gut abgehangen und sehnenarm sein.
- Trotz gleicher Größe der Stücke kann das Garergebnis unterschiedlich ausfallen. Dies liegt u.a. an der Art des Lebensmittels, am unterschiedlichen Fett- und Flüssigkeitsgehalt als auch an der Temperatur vor dem Garen.
- Ab 15 Minuten Garzeit erhält man eine natürliche Bräunung.
- Um außerdem eine knusprige Oberfläche zu erhalten, sollten Sie Bräunungsgeschirr verwenden oder das Lebensmittel auf dem Herd anbraten und in der Mikrowelle fertig garen. Auf diese Weise erhalten Sie gleichzeitig einen braunen Fond für die Zubereitung einer Sauce.
- Größere Fleisch-, Fisch- und Geflügelstücke nach der halben Garzeit wenden, so daß sie von allen Seiten gleichmäßig gegart werden.
- Decken Sie Bratenfleisch nach dem Garen mit Aluminiumfolie ab und lassen ihn ca. 10 Minuten ruhen (Standzeit). Während dieser Zeit gart der Braten nach, und die Flüssigkeit verteilt sich gleichmäßig, so daß beim Anschneiden weniger Fleischsaft verlorengeht.

Tabelle: Garen von Fleisch, Fisch und Geflügel

Fleisch, Fisch und Geflügel	Menge -g-	Leistung - Stufe-	Zeit (Min)	Verfahrenshinweise	Standzeit - Min-
Braten (Schwein, Kalb, Lamm)	500		18 - 20	nach Geschmack würzen, in eine Quicheform legen, nach * wenden.	10
	1000		36 - 40	Nach der Hälfte der Garzeit wenden.	10
	1500		50 - 54		10
Fischfilet	200		3 - 4	nach Geschmack würzen, auf einen Teller legen, abdecken	3
Hähnchen	1200		33 - 36	nach Geschmack würzen, in eine Quicheform legen, nach der halben Garzeit wenden	3
Hähnchenschenkel	200		3 - 5	nach Geschmack würzen, auf einen Teller legen, abdecken	3

GRILLBETRIEB

R-3G16(N) / R-3G17(N)

Tabelle: Garen von Fleisch und Geflügel

Nach dem Garen decken Sie bitte den Braten mit Aluminiumfolie ab und lassen ihn ca. 10 Minuten ruhen (Standzeit). Während dieser Zeit gart der Braten nach und die Flüssigkeit verteilt sich gleichmäßig, so daß beim Anschneiden weniger Fleischsaft verlorengeht.

Für das Grillen benutzen Sie den Rost, um eine schnelle und gleichmäßige Bräunung zu erzielen. Große, dicke Lebensmittel werden vom Drehteller aus gegrillt.

Fleisch und Geflügel	Menge - g -	Einstell.	Leistung - Stufe -	Garzeit - Min.-	Verfahrenshinweise	Standzeit - Min.-
Braten (z.B. Schwein, Kalb, Lamm)	500			7-9	Nach Geschmack würzen, in eine Quicheform legen, auf den Drehteller stellen, nach (*) wenden	10
				11-13(*)		
	1000			6-8		
				5-7		
				19-21		
				17-19(*)		
				5-7		
				16-18		
	1500			25-28		
				13-15(*)		
			3-5			
			23-26			
Rostbeef, medium	1000			17-19	Nach Geschmack würzen, mit der fetten Seite nach unten in eine Quicheform legen, auf den Drehteller stellen, nach (*) wenden	10
				8-10(*)		
	1500			3-5		
				22-24		
Hackbraten	1000			8-10(*)	Hackfleischteig zubereiten, in eine Auflaufform legen und auf dem Rost garen	
				3-4		
Hähnchen	1200			16-18	Nach Geschmack würzen, mit der Brustseite nach unten in eine Quicheform legen, auf den Drehteller stellen, nach (*) wenden	3
				5-7		
Hähnchenschenkel	200			21-23	Nach Geschmack würzen, mit der Hautseite nach unten auf den Rost legen, nach (*) wenden	3
				9-11(*)		
				5-7		
				3-5		
				7-9(*)		
				4-6		

Tabelle: Grillen und Gratinieren von Fleisch, Aufläufen und Käsetoasts

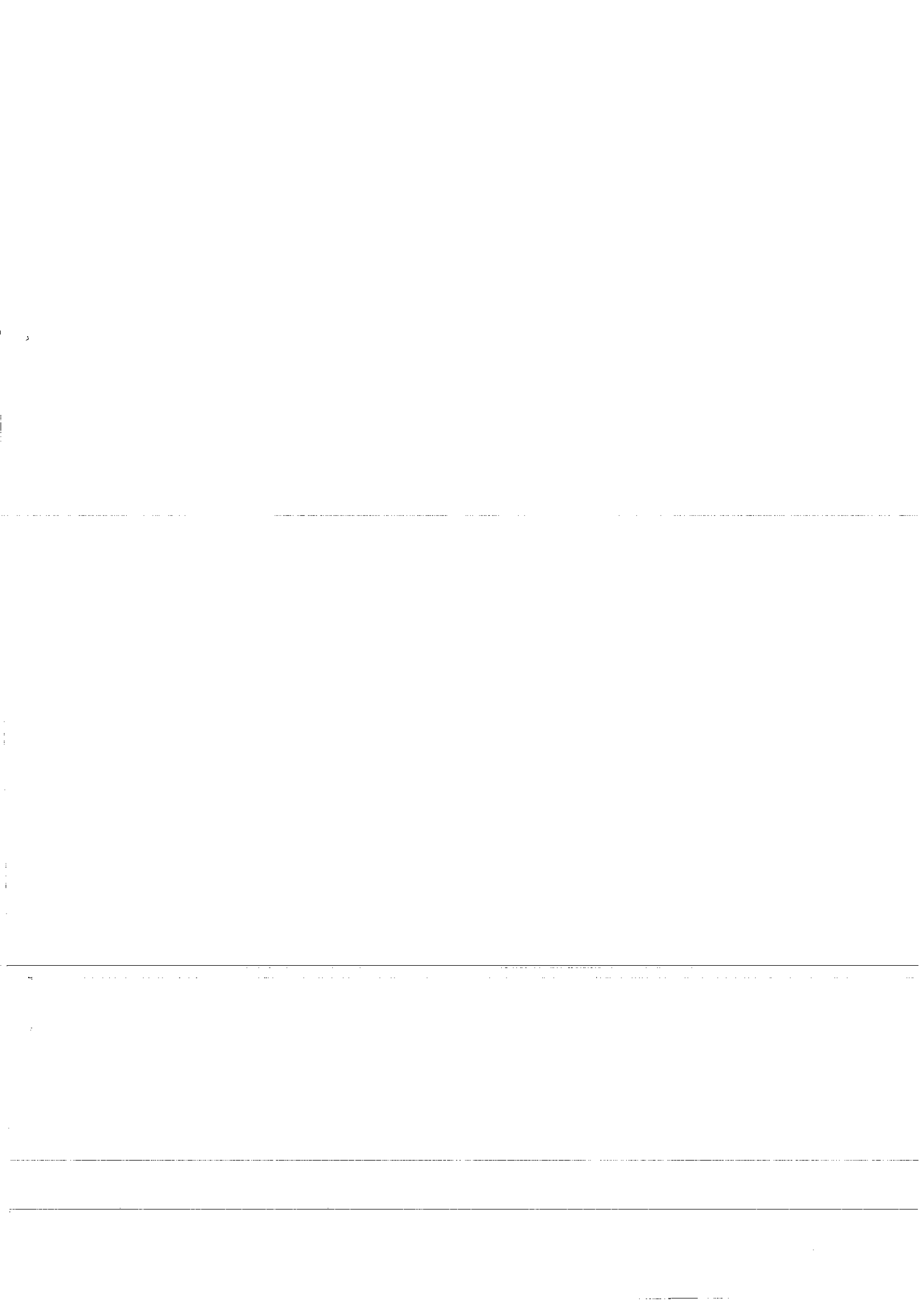
Gericht	Menge - g -	Einstell.	Garzeit - Min.-	Verfahrenshinweise	Standzeit - Min.-	
Steaks, 2 Stück, medium	400			11-13(*)	Auf den Rost legen, nach (*) wenden, nach dem Grillen würzen	2
				8-11		
Lammkoteletts, 2 Stück, medium	300			12-14(*)	Auf den Rost legen, nach (*) wenden, nach dem Grillen würzen	2
				10-12		
Grillwürste 5 Stück	400			14-16(*)	Auf den Rost legen, nach (*) wenden Auflaufform auf den Rost stellen	10
				7-9		
Gratinieren von Käsetoast, 1 Stück				8-10	Toastbrot toasten, mit Butter bestreichen, mit einer Scheibe gekochtem Schinken, einer Scheibe Ananas und einer Scheibe Schmelzkäse belegen, auf dem Rost grillen	10
				6-7		1

S**TEKNISKA DATA**

Elektrisk anslutning:	230V, 50Hz, enfasström	R-2S56(N)/R-2S57(N): 450mm(B)x294mm(H)x360mm(D)
Säkring/Automatsäkring:	Min. 10A	R-3G16(N)/R-3G17(N): 450mm(B)x294mm(H)x366mm(D)
Effektförbrukning:	R-2V16(N)/R-2V16S(N): 1.16kW	Ugnsutrymme: 290mm(B)x174mm(H)x313mm(D)
	R-2S56(N)/R-2S57(N): 1.5kW	Ugnsvolym:
	R-3G16(N)/R-3G17(N): 1.2kW	16 l
	Grill: 1.05kW	Timer:
Mikrovågseffekt:	R-2V16(N)/R-2V16S(N):	R-2V16(N)/R-2V16S(N)/R-3G17(N) En hastighet, 0 till 30
	700W(IEC705)	minuter
	R-2S56(N)/R-2S57(N):	R-3G16(N) Två hastigheter, 0 till 60 min.
	700W(IEC705)	Jämn uppvärmning: System med roterande
	R-3G16(N)/R-3G17(N):	bottenplatta (ø272mm)
	750W(IEC705)	Vikt:
	Grill: 1000W(500W x 2)	R-2V16(N)/R-2V16S(N): 14.6kg
Mikrovågsfrekvens:	2450MHz	R-2S56(N)/R-2S57(N): 14kg
Ytermått:		R-3G16(N)/R-3G17(N): 16kg
R-2V16(N)/R-2V16S(N): 450mm(B)x294mm(H)x360mm(D)		Ugnslampa:
		25W/230V

D**TECHNISCHE DATEN**

Stromversorgung:	230V, 50Hz, Einphasenstrom	Garraumabmessungen: 290mm(B)x174mm(H)x313mm(T)
Sicherung/		Garrauminhalt: 16 Liter
Sicherungsautomat:	Mindestens 10A	Zeitschaltuhr:
Leistungsaufnahme:	R-2V16(N)/R-2V16S(N): 1.16kW	R-2V16(N)/R-2V16S(N)/R-3G17(N):
	R-2S56(N)/R-2S57(N): 1.5kW	Einfacher Geschwindigkeit (0 bis 30 Min.)
	R-3G16(N)/R-3G17(N): 1.2kW	R-3G16(N): Zwei Geschwindigkeiten, (0 bis 60 Min.)
	Grill: 1.05kW	Drehteiler ø272mm
Leistungsabgabe:	R-2V16(N)/R-2V16S(N): 700W(IEC705)	Gewicht:
	R-2S56(N)/R-2S57(N): 700W(IEC705)	R-2V16(N)/R-2V16S(N): 14.6kg
	R-3G16(N)/R-3G17(N): 750W(IEC705)	R-2S56(N)/R-2S57(N): 14kg
	Grill: 1000W(500W x 2)	R-3G16(N)/R-3G17(N): 16kg
Mikrowellenfrequenz	2450MHz	Garraumlampe:
Außenabmessungen:		25W/230V
R-2V16(N)/R-2V16S(N): 450mm(B)x294mm(H)x360mm(T)		
R-2S56(N)/R-2S57(N): 450mm(B)x294mm(H)x360mm(T)		
R-3G16(N)/R-3G17(N): 450mm(B)x294mm(H)x366mm(T)		



DK SPECIFIKATIONER

Strømforsyning:	230V, 50Hz, enfaset strøm	Ovnens indvendige mål: 290mm(B)x174mm(H)x313mm(D)
Sikring/sikringsautomat:	Mindst 10A	Volumen, ovns indre: 16 liter
Optaget effekt:	R-2V16(N)/R-2V16S(N): 1.16kW R-2S56(N)/R-2S57(N): 1.5kW R-3G16(N)/R-3G17(N): 1.2kW Grill: 1.05kW	Kontrolur: R-2V16(N)/R-2V16S(N)/R-3G17(N) Enkelt-hastighed, 0 til 30 minutter R-3G16(N) To hastigheder, 0 til 60 minutter
Afgivet effekt:	R-2V16(S(N)): 700W(IEC705) R-2S56/57(N): 700W(IEC705) R-3G16/17(N): 750W(IEC705) Grill: 1000W(500W x 2)	Tilberedningens jævnhedsgrad: Drejetallerkensystem (ø272mm)
Mikrobølgefrekvens	2450MHz	Vægt: R-2V16(N)/R-2V16S(N): 14.6kg R-2S56(N)/R-2S57(N): 14kg R-3G16(N)/R-3G17(N): 16kg
Undvendige mål:		Ovnbelysning: 25W/230V
R-2V16(N)/R-2V16S(N): 450mm(B)x294mm(H)x360mm(D)		
R-2S56(N)/R-2S57(N): 450mm(B)x294mm(H)x360mm(D)		
R-3G16(N)/R-3G17(N): 450mm(B)x294mm(H)x366mm(D)		

F TEKNISSET TIEDOT

Virta:	230V, 50Hz, 1-vaihe	Uunin sisämitat: 290mm(L)x174mm(K)x313mm(S)
Sulake/sulakeautomaatti:	vähintään 10A	Uunin tilavuus: 16 litraa
Ottoteho:	R-2V16(N)/R-2V16S(N): 1.16kW R-2S56(N)/R-2S57(N): 1.5kW R-3G16(N)/R-3G17(N): 1.2kW Grill: 1.05kW	Ajanasetuskytkin: R-2V16(N)/R-2V16S(N)/R-3G17(N) yksinopeuksinen, 0 - 30 minuuttia R-3G16(N) nopeutta, 0-60 minuuttia
Mikroaaltoteho:	R-2V16(S(N)): 700W(IEC705) R-2S56/57(N): 700W(IEC705) R-3G16/17(N): 750W(IEC705) Grill: 1000W(500W x 2)	Kypsymistasaisuus: järjestelmänä pyörivä kypsymisalusta (alustan ø272mm)
Mikroaaltotaajuus	2450MHz	Paino: R-2V16(N)/R-2V16S(N): 14.6kg R-2S56(N)/R-2S57(N): 14kg R-3G16(N)/R-3G17(N): 16kg
Ukomitat:		Uunin lamppu: 25W/230V
R-2V16(N)/R-2V16S(N): 450mm(L)x294mm(K)x360mm(S)		
R-2S56(N)/R-2S57(N): 450mm(L)x294mm(K)x360mm(S)		
R-3G16(N)/R-3G17(N): 450mm(L)x294mm(K)x366mm(S)		

N SPESIFIKASJONER

Strømforsyning:	230V, 50Hz, enfasestrøm	Ovnsrommål: 290mm(B)x174mm(H)x313mm(D)
Sikring/sikringsautomat:	Minst 10A	Ovnsrommolum: 16 liter
Opptatt effekt:	R-2V16(N)/R-2V16S(N): 1.16kW R-2S56(N)/R-2S57(N): 1.5kW R-3G16(N)/R-3G17(N): 1.2kW Grill: 1.05kW	Tidsinnstilling: R-2V16(N)/R-2V16S(N)/R-3G17(N) En hastighet, fra 0 til 30 minutter R-3G16(N) To hastigheter, 0 til 60 minutter
Avgitt effekt:	R-2V16(S(N)): 700W(IEC705) R-2S56/57(N): 700W(IEC705) R-3G16/17(N): 750W(IEC705) Grill: 1000W(500W x 2)	Jevn fordeling av varmen: Roterende tallerken (ø272mm)
Mikrobølgefrekvens:	2450MHz	Vekt: R-2V16(N)/R-2V16S(N): 14.6kg R-2S56(N)/R-2S57(N): 14kg R-3G16(N)/R-3G17(N): 16kg
Ytre mål:		Ovnsromlampe: 25W/230V
R-2V16(N)/R-2V16S(N): 450mm(B)x294mm(H)x360mm(D)		
R-2S56(N)/R-2S57(N): 450mm(B)x294mm(H)x360mm(D)		
R-3G16(N)/R-3G17(N): 450mm(B)x294mm(H)x366mm(D)		

SHARP**SHARP ELECTRONICS (EUROPE) GMBH.**

Sonninstrasse 3, 20097 Hamburg 1

Germany

SHARP ELECTRONICS (SVENSKA) AB.

Stensättravägen 2,

127 22 Skärholmen, Sweden