

بخش ۱- توضیحات کلی، ۲ الی ۱۱

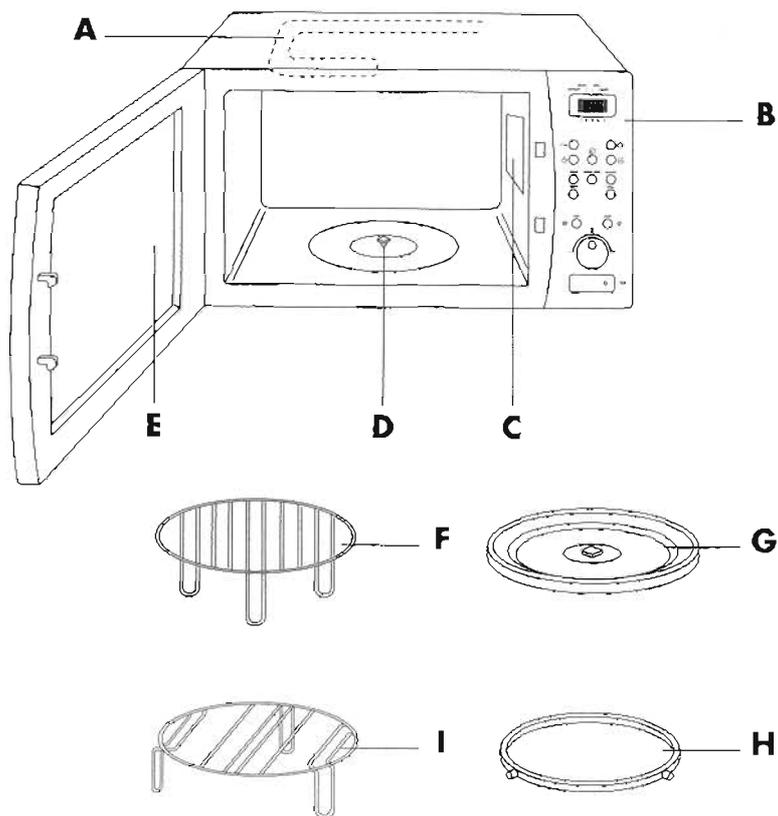
- ۱-۱- توضیحاتی در مورد فر، ۲
- ۲-۱- توضیحاتی در مورد صفحه کنترل و نحوه استفاده از آن، ۳
- ۳-۱- نحوه نصب فر، ۴، ۵، ۶
- ۴-۱- تذکرات مهم ایمنی، ۷، ۸
- ۵-۱- اطلاعات فنی، ۸
- ۶-۱- نصب و اتصالات الکتریکی، ۸، ۹
- ۷-۱- ظروف نسوز قابل استفاده در ماکروفر، ۹
- ۸-۱- چگونه از فر خود نتیجه ای مطلوب بگیریم، ۱۰
- ۹-۱- قوانین و پیشنهادات کلی در مورد نحوه استفاده از فر، ۱۱

بخش ۲- استفاده از دکمه های کنترل و برنامه های مختلف فر ۱۲ الی ۳۰

- ۱-۲- چگونگی تنظیم ساعت، ۱۲
- ۲-۲- پخت همزمان در دو سطح مختلف، ۱۳، ۱۴
- ۳-۲- نحوه تنظیم برنامه یخ زدایی اتوماتیک، ۱۵، ۱۶
- ۴-۲- چگونگی تنظیم فر جهت گرم نگه داشتن، گرم کردن مجدد و پخت غذا، ۱۷
- ۵-۲- استفاده از برنامه ماکروویو تنها، جهت گرم نگه داشتن غذا، ۱۸
- ۶-۲- استفاده از برنامه ماکروویو تنها، جهت گرم کردن مجدد غذا، ۱۸، ۱۹
- ۷-۲- استفاده از برنامه ماکروویو تنها، به هنگام پخت، ۲۰، ۲۱، ۲۲
- ۸-۲- استفاده همزمان گریل + ماکروویو، ۲۳، ۲۴
- ۹-۲- برنامه گریل تنها، ۲۵، ۲۶
- ۱۰-۲- اجرای چند برنامه یکی پس از دیگری، ۲۷
- ۱۱-۲- استفاده از دکمه های برنامه های اتوماتیک، ۲۸، ۲۹
- ۱۲-۲- برنامه محافظ کودک، ۳۰

بخش ۳- نکات و نگهداری، ۳۱

مراکز خدمات پس از فروش آریستون در سراسر کشور، ۳۲



F طبقه پایه بلند
G بشقاب گردان
H حلقه بشقاب گردان
I طبقه پایه کوتاه

A المنت گرمایشی کباب پز
B صفحه کنترل
C پوشش خروجی ماکروفر
D محور گردشی
E داخل درب

۲-۱- توضیحاتی در مورد صفحه کنترل و نحوه استفاده از آن خدمات طلایی نیکان

۱. نمایشگر

این صفحه نمایشگر یک ساعت روزانه بر اساس ۲۴ ساعت است که، دارای زمانهای پخت از پیش تنظیم شده، برنامه انتخابی (نمایشگرهای بالایی) و درجه انتخابی ماکروفر نیز می باشد. (نمایشگرهای پایینی)



1

۲. کلید چرخشی

زمانهای پخت با استفاده از این حکمه می توانید زمان پخت یا ساعت روزانه را تنظیم نمایید.

۳. حکمه ساعت تنظیم

با فشار دادن این حکمه می توانید ساعت روزانه را تنظیم نموده و هنگامیکه فر مشغول کار است این ساعت را مشاهده نمایید.

۴. حکمه یخ زدایی (DEFROST)

یخ زدای خودکار با فشار دادن این حکمه می توانید یخ مواد غذایی را ذوب کنید.

۵. حکمه میزان قدرت

(POWER LEVEL)

میزان قدرت ماکروفر با فشار دادن این حکمه می توانید اندازه قدرت مورد نیاز ماکروفر را انتخاب نمایید.

قدرتهای ماکروفر به ترتیب زیر میباشد:

- ۱- ۱۵۰ وات
- ۲- ۳۰۰ وات
- ۳- ۴۵۰ وات
- ۴- ۷۰۰ وات
- ۵- ۹۰۰ وات

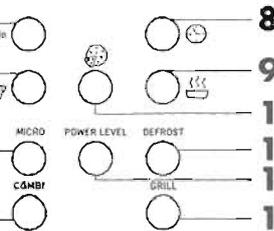
۶. حکمه گریل (GRILL)

پخت فقط با گریل با فشار دادن این حکمه می توانید مواد غذایی را کباب کنید.

۷. حکمه شروع کار (START)

بعد از انتخاب نوع عملکرد و زمان پخت می توانید با فشار دادن این حکمه فر را روشن کنید.

۸. حکمه درب باز کن



2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

۹. حکمه +۱ دقیقه

با فشار دادن این حکمه ماکروفر با حداکثر قدرت به مدت ۱ دقیقه شروع به کار می کند. با هر بار فشار اضافی این حکمه به اندازه ۳۰ ثانیه، تا حداکثر ۶ دقیقه به زمان تنظیم شده اضافه خواهد شد.

۱۰-۹. حکمه های عملکرد خودکار

با زدن هر یک از این حکمه ها می توانید پاپ کورن، انواع سیب زمینی، آشامیدنی های گرم، غذای آماده برای سرو، پیتزای یخ زده، غذاهای یخ زده از پیش پخته شده را تهیه نمایید.

۱۱. حکمه ماکروویو (MICRO)

پخت از طریق ماکروفر با فشار دادن این حکمه می توانید مواد غذایی را پخته یا گرم نمایید.

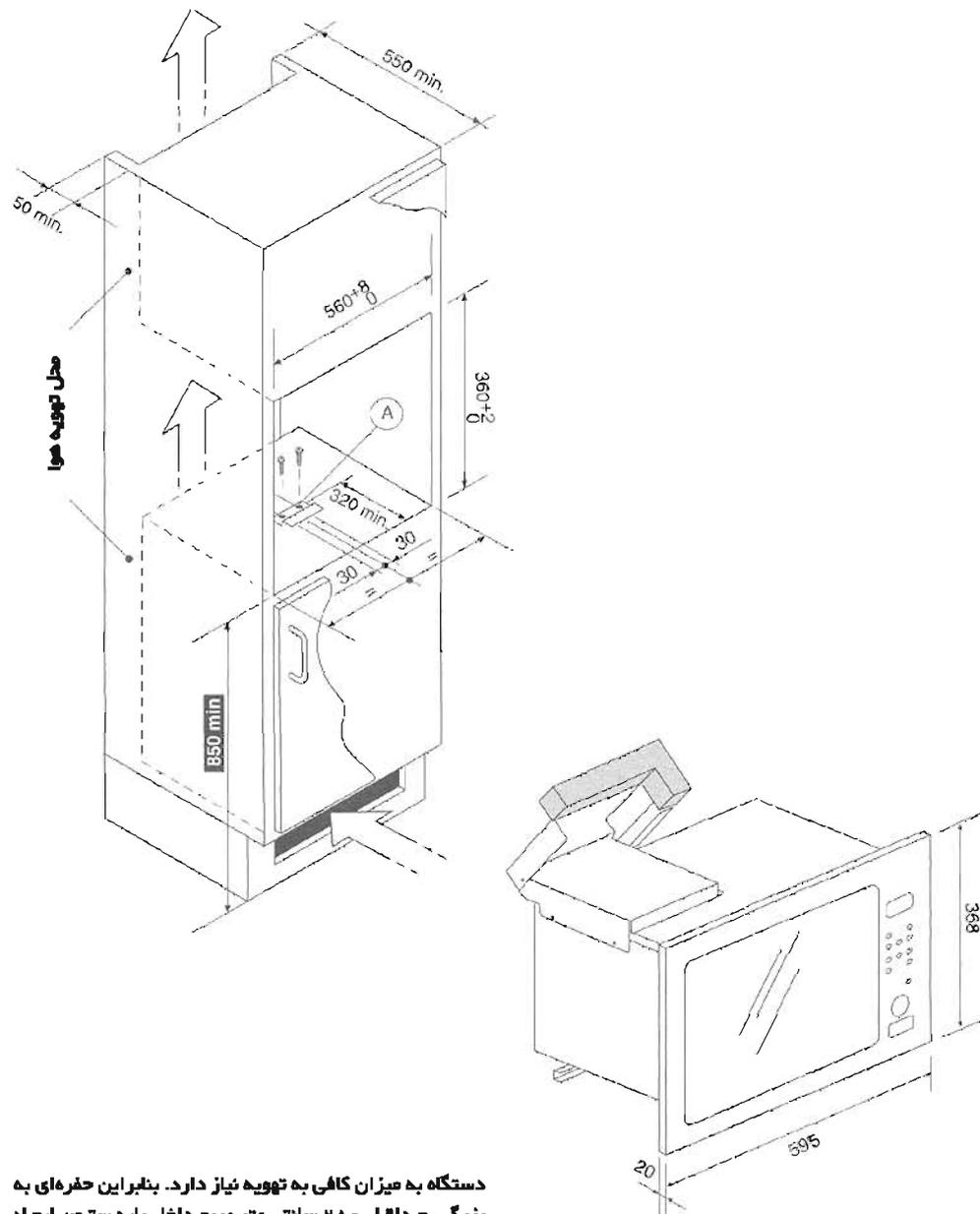
۱۲. حکمه ترکیبی (COMBI)

پخت ترکیبی همراه با گریل با فشار دادن این حکمه می توانید عملکردهای ترکیبی ماکروفر + گریل را انتخاب نمایید.

۱۳. حکمه توقف (STOP)

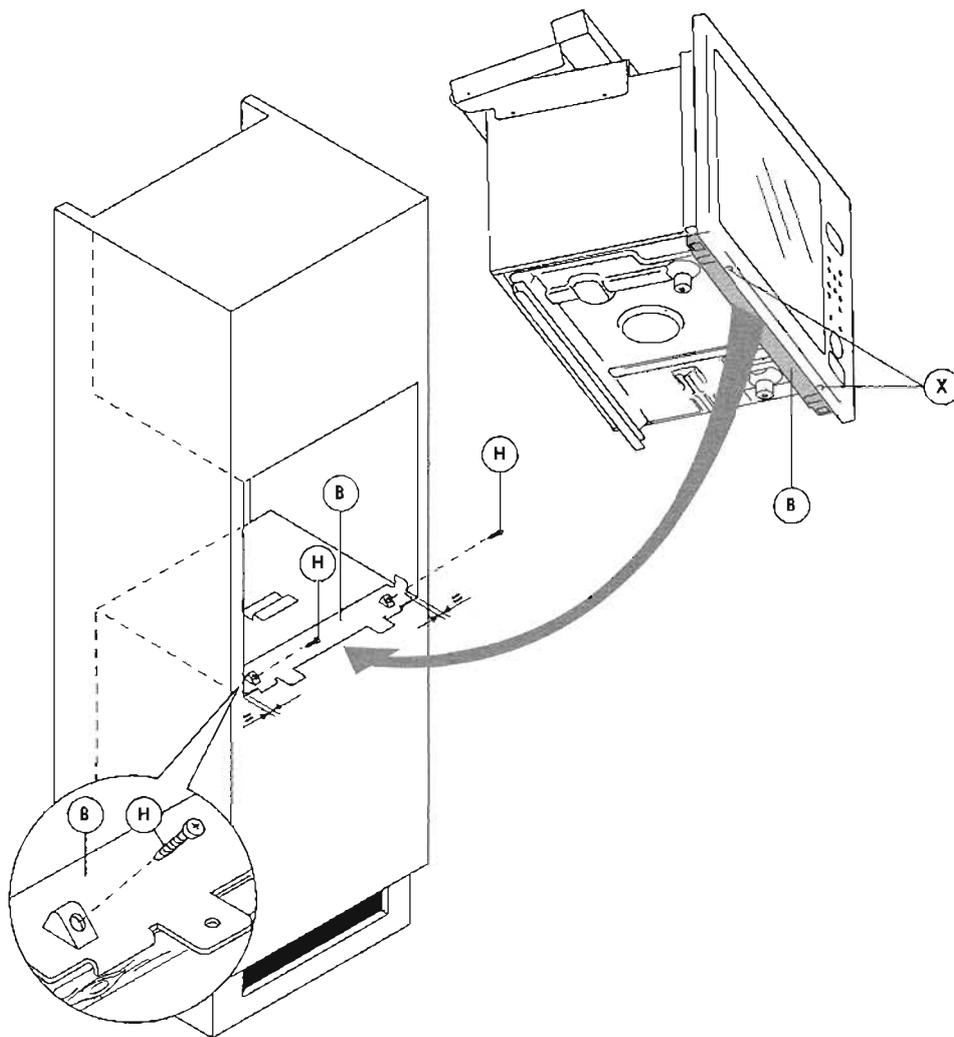
حذف یک عملکرد با فشار دادن این حکمه می توانید پخت را متوقف یا زمانهای پخت از پیش تنظیم شده را حذف نمایید.

داخل فر یک بسته پلاستیکی همراه با لوازم نصب قرار دارد. این بسته را از فر بیرون بیاورید. قبل از استفاده از فر در صورتی که گوشه های فر دارای پوشش پلاستیکی هستند آنها را بردارید.
۱- با استفاده از دو پیچ ۱۳ میلیمتری نوار فلزی (A) را محکم کنید (تمام این لوازم در بسته وسایل موجود می باشند)



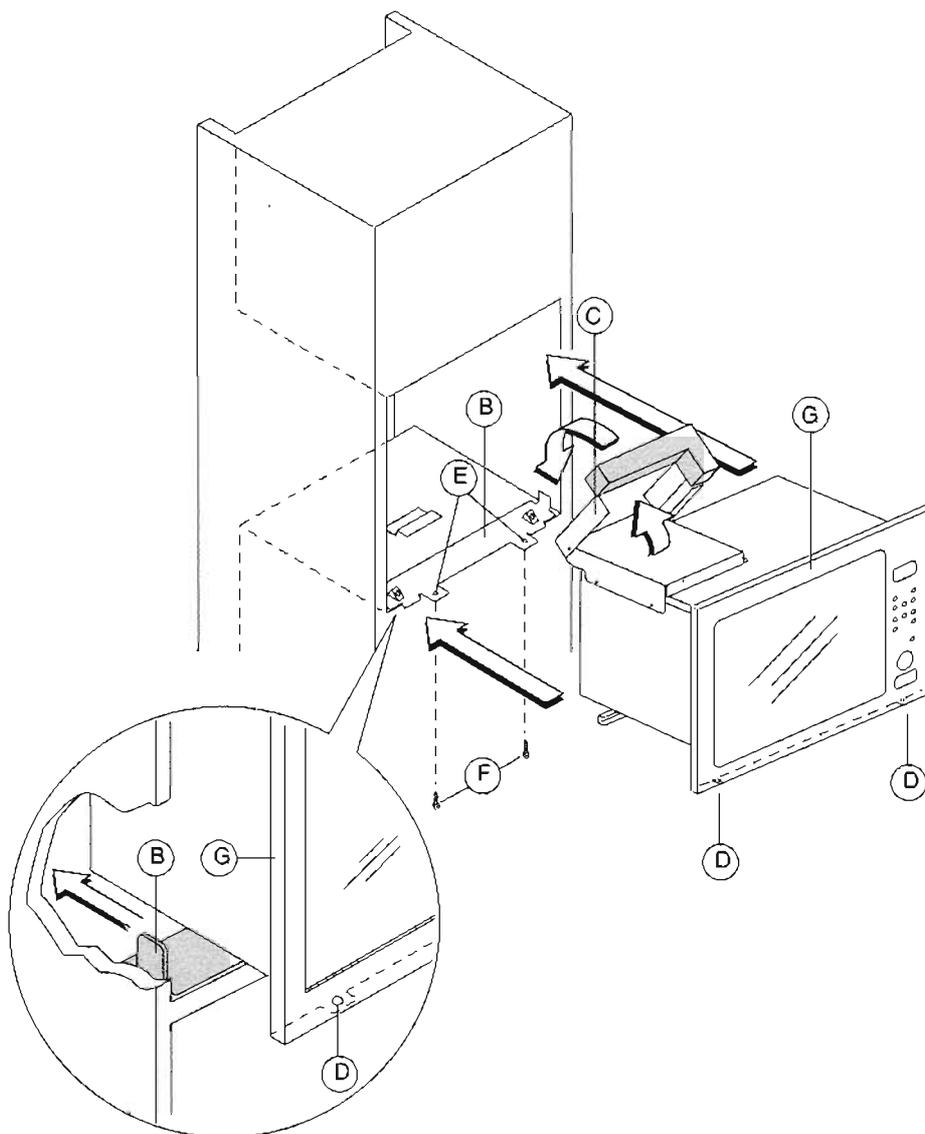
دستگاه به میزان کافی به تهویه نیاز دارد. بنابراین حفره ای به بزرگی حداقل ۲۸۰ سانتی متر مربع داخل پایه ستون ایجاد نمایند.

۲- دو پیچ (X) را از قید نگهدارنده واقع در زیر ماکروفر جدا کنید.
۳- قید نگهدارنده (B) را در مکان مناسب داخل شیار محکم کنید. اطمینان حاصل کنید که در دو طرف قید نگهدارنده به میزان مساوی فضای خالی وجود دارد. قید نگهدارنده را با استفاده از دو پیچ ۱۶ میلیمتری (H) که داخل بسته وسایل موجود است محکم نمایید.



قید نگهدارنده را طوری قرار دهید که دو لبه فر واقع در مرز انتهایی شیار جلو آمده و قسمت جلونی فر روی آن ساکن گردد.

- ۴- سرپوش تخلیه دود (C) را کاملاً باز کنید (چنانچه موجود است).
- ۵- دستگاه را داخل شیار بلغزانید. آنقدر بلغزانید تا قسمت جلویی فر (G) روی قطعه (B) قرار گیرد، و حفره های (D) زیر فریم جلویی فر با حفره های (E) تماس گردند.
- ۶- با استفاده از دو پیچ (X) که پیش از این باز شد، دستگاه را به قید نگهدارنده (B) محکم کنید.



اتصالات برقی :

مهم: چنانچه دستگاه مجهز به سیم رابط و دوشاخه باشد، باید ماوری قرار گیرد که همواره دوشاخه به راحتی به پریز برسد. اگر دستگاه مجهز به سیم رابط بدون دوشاخه باشد، باید به یک سیم کشی اصلی و ثابت، متشکل از یک کلید قطع کننده، دارای تماسهای جداگانه حداقل ۳ میلیمتری در هر قطب، و دارای اتصال دائمی به ارت، وصل گردد.

این دستورات را به دقت بخوانید و از آنها جهت مراجعات بعدی نگهداری نمایید. توجه: این فر جهت یخ زدایی، گرم کردن و پخت غذا داخل منازل طراحی شده و به هیچ عنوان نباید به منظور مصارف دیگر استفاده شود.

۱) اخطار، اگر درب یا درز و شکاف درب خراب شد، تا زمانیکه فر توسط متخصصین شرکت نیکان تعمیر نشده، از آن استفاده نکنید.
۲) اخطار، اگر لازم است جهت تعمیر دستگاه، پوشش محافظ در مقابل اشعه دستگاه برداشته شود، این عمل باید توسط تکنسین مجاز شرکت نیکان انجام شود.

۳) اخطار، مایعات در ظروف در بسته، تخم مرغ درسته و آب یز شده نباید داخل ماکروفر حرارت ببینند چرا که ممکن است بعد از اتمام گرم کردن فر، بترکند.

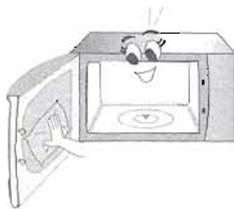
۴) اخطار، در جریان استفاده از فر، قسمت‌های مختلف آن گرم می‌شود. مراقب باشید اطفال با آن در تماس نباشند.

۵) اخطار، هنگام عملکرد ترکیبی، فر به شدت داغ می‌گردد، اجازه ندهید بچه‌ها بدون نظارت افراد بزرگتر از فر استفاده کنند.

۶) هیچ‌گاه سعی نکنید با تغییر تدابیر ایمنی در حالیکه درب فر باز است از آن استفاده نمایید.



۷) چنانچه هر گونه شی خارجی، بین قاب جلویی فر و درب آن قرار دارد از فر استفاده نکنید. با استفاده از یک تکه پارچه خشک و مواد شوینده غیر سایشی همواره داخل درب (E) را تمیز نگهدارید. نگذارید بین قاب جلویی و درب فر کثیفی یا مواد غذایی باقی بمانند.



۸) در صورت خرابی دوشاخه یا سیم رابط، از فر استفاده نکنید. چرا که ممکن است باعث برق گرفتگی شود. سیم رابط، در صورت خرابی، باید فقط توسط متخصصین شرکت نیکان تعویض گردد، تا از خطرات احتمالی آن جلوگیری گردد.

۹) در صورت مشاهده دود، دستگاه را خاموش یا از برق بکشید، و جهت خاموش کردن شعله‌های احتمالی درب را بسته نگهدارید.

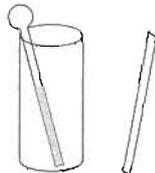
۱۰) تنها از ظروف و وسایلی که مناسب ماکروفر می‌باشند استفاده نمایید. برای جلوگیری از ایجاد حرارت بالا و احتمال شعله‌ور شدن داخل دستگاه، تومسبه می‌گردد به هنگام پخت داخل ظروف یک بار مصرف پلاستیکی، مقوایی یا دیگر مواد نسوز و یا به هنگام پخت مقادیر کم غذا، بر عملکرد فر نظارت داشته باشید.



۱۱) هیچ‌گاه بشقاب گردان را بعد از اینکه به مدت طولانی حرارت دیده داخل آب نگذارید. چرا که این عمل باعث شکسته شدن آن می‌گردد.

۱۲) هنگام اجرای برنامه پخت به صورت تنها ماکروفر و ماکروفر ترکیبی، به هیچ عنوان نباید فر را بدون اینکه غذا داخل آن باشد از پیش گرم نموده و یادر حالیکه خالی است به کار بیاندازید، چرا که ممکن است باعث ایجاد جرقه گردد.

۱۳) قبل از استفاده از فر، اطمینان حاصل کنید که ظروف و وسایل انتخابی، برای پخت داخل ماکروفر مناسب باشند. (به بخش ظروف شیشه‌ای و اقلام مشابه آن مراجعه نمایید)



۱۴) هنگامیکه فر در حال کار است ممکن است دمای درب یا سطح خارجی آن بالا باشد، بدین دلیل چیزی روی آن نگذارید و نیز به المنتهای حرارتی داخل فر دست نزنید.

۱۵) هنگام گرم کردن مایعات (آب، قهوه، شیر و غیره) این امکان وجود دارد که مایع به ناگاه شروع به جوشیدن نموده، سرریز شده و بسوزد. برای جلوگیری از این حالت یک تاشق پلاستیکی ضد حرارت یا یک میله شیشه‌ای قبل از گرم کردن مایعات، داخل ظرف آنها قرار دهید. به هر حال به هنگام برداشتن ظرف خیلی مراقب باشید.



۱۶) الکل درجه بالا، یا مقادیر زیادی از روغن را گرم نکنید. چرا که ممکن است این مواد شعله ور گردند.

۱۷) محتویات بطری های حاوی مایعات یا شیشه بچه ها، باید هم زده یا تکان داده شوند و باید دمای آنها را قبل از مصرف، کنترل کنید تا نسوزید. همچنین لازم است که غذای داخل مگروفور نیز هم زده شود تا حرارت آن یکنواخت گردد. هنگام استفاده از شیشه های استریلیزه متداول تجاری، قبل از روشن کردن فر، همواره اطمینان حاصل کنید که میزان آب داخل مخزن، مطابق با استاندارد کارخانه تولیدی می باشد.

وجهه هنگامیکه فر را برای اولین بار روشن می کنید، ممکن است به مدت تقریباً ۱۰ دقیقه بونی جدید و مقداری دود از آن ساطع گردد، این حالت تنها به دلیل مواد نگهدارنده کاربردی داخل المنت حرارتی ایجاد می گردد.

۱۸) تمام ماکروفرها طبق استانداردهای متداول ایمنی الکترومغناطیسی و مقررات سازگاری، آزمایش و مورد تایید قرار گرفته اند. به منظور احتیاط، سرویس و خدمات طلایی نیکان فاصله ای بین ۲۰ تا ۳۰ سانتیمتر بین دستگاه و مصرف کننده توصیه می کند، تا از رسیدن احتمالی اشعه به مصرف کننده جلوگیری شود. اگر شما مشکوک به نشت اشعه می باشید، فوراً فر را خاموش کنید و با خدمات طلایی نیکان تماس بگیرید.

۱۹) از پاک کننده های زیر و وسایل تیز و فلزی جهت تمیز کردن درب شیشه ای فر استفاده نکنید، چون این مواد موجب خراشیدگی سطح و در نهایت باعث خرد شدن شیشه می گردند.

۵-۱- اطلاعات فنی

اندازه های خارجی	(به قسمت نحوه کار گذاشتن فر مراجعه کنید)
اندازه های داخلی (ارتفاع X عرض X طول)	۳۳۲ X ۲۰۲ X ۳۳۰
حجم خالص فر	۲۴ لیتر
وزن تقریبی	۲۰ کیلوگرم
قطر بشقاب گردان	۲۷/۵ سانتیمتر
چراغ فر	۲۵ وات

برق خروجی - ماکروفر: ۹۰۰ وات (IEC705)

به منظور دستیابی به اطلاعات بیشتر، به صفحه اطلاعاتی قرار داده شده در جلوی دستگاه مراجعه کنید. این دستگاه مورد تایید دستورالعمل EC شماره ۸۹/۳۳۶ و ۹۲/۳۱ مطابق دستورالعمل الکترومغناطیسی EC به شماره ۰۴/۲۰۰۴/۱۹۳۵ به تاریخ ۲۰۰۴/۱۰/۲۷ در مورد موادی که برای تماس با غذا در نظر گرفته شده اند می باشد.

۶-۱- نصب و اتصالات الکتریکی

فر حداقل باید در ارتفاعی حدود ۸۵۰ میلیمتر کار گذاشته شود.

۱) کلیه ملزومات فر را خارج کرده، آنها را بشوئید.

۲) داخل آن را با پارچه ای تمیز و خشک، پاک نمایند.

۳) باز و بسته شدن درب را چک کنید، ببینید در اثر حمل و نقل به دستگاه صدمه وارد نشده باشد.

۴) گیره (H) را در مرکز شیار مدور قرار داده، منفه چرخان (E) را به آن متصل کنید. محور (D) باید وارد شیار مربوطه در مرکز صفحه چرخان شود.

۵) بعد از اینکه نصب انجام شد، کابل برق و پریز باید به راحتی در دسترس باشند.

۶) تنها یک برقکار ماهر می تواند خروجی برق را نصب و یا جابجا نماید.

۷) دستگاه را تنها به پریز برقی که ظرفیت آن حداقل ۱۶ آمپر می باشد متصل نمایند. همچنین اطمینان حاصل نمایند که کلید اصلی نصب شده در منزلتان ظرفیتی حداقل برابر ۱۶ آمپر داشته باشد تا از اتصال برق هنگام روشن بودن فر جلوگیری گردد.

۸) قبل از استفاده از دستگاه، کنترل کنید که ولتاژ برق شبیه به ولتاژی باشد که بر روی برچسب درجه بندی درج شده است و همچنین پریز برق به طور صحیح به زمین متصل شده است. در غیر اینصورت تولید کننده هیچ مسئولیتی در قبال عدم تطابق با این مقررات ایمنی را قبول نمی کند.

۹) بیشتر دستگاههای پیشرفته الکترونیکی مانند (تلویزیون، رادیو، سیستمهای استریو و غیره) در مقابل فرکانسهای (RF) دارای محافظ هستند، ولی برخی دستگاههای الکترونیکی در مقابل این امواج دارای محافظ نمی باشند، بنابراین باید حداقل به اندازه ۱ الی ۲ متر بین اینگونه وسایل و فر فاصله باشد.

۷-۱- ظروف نسوز قابل استفاده در ماکروفر

شما می توانید از انواع ظروف شیشه ای (ترجیحا پیرکس)، سرامیک، چینی و سفالی بدون قطعات و تزئینات فلزی (حاشیه، پایه و دستگیره های طلایی) استفاده کنید. ظروف پلاستیکی مقاوم در برابر حرارت نیز می توانند، تنها در داخل ماکروفر استفاده شده و حرارت ببینند.

چنانچه هنوز جهت استفاده از ظرفی خاص مردد هستید، می توانید آزمایشی ساده انجام دهید. ظرف خالی را برای مدت ۳۰ ثانیه داخل ماکروفر تنظیم شده با حداکثر قدرت یا (برنامه میکروویو تنها) قرار دهید، اگر ظرف هنوز سرد است یا کمی گرم شده، این ظرف برای پخت داخل ماکروفر مناسب بوده و چنانچه خیلی داغ شده یا جرقه می زند، مناسب نیست.

ممکن است شما، جهت گرم کردن غذا در مدت کوتاه، از دستمالهای کاغذی، سینی های مقوایی و ظروف پلاستیکی (یک بار مصرف) استفاده نمایید، این ظروف باید از نظر اندازه و شکل طوری باشند که بشقاب گردان بتواند به راحتی بچرخد.

جهت استفاده از ظروف چهارگوش بزرگ (که ممکن است نتوانند داخل محفظه پخت بچرخند)، شما می توانید محور (D) را از جایش خارج نمایید تا از چرخش صفحه (G) جلوگیری شود. به خاطر داشته باشید که برای گرفتن نتیجه خوب باید به هنگام پخت به دفعات، غذا را هم زده و ظرف غذا را بچرخانید.

ظروف فلزی، چوبی، کاغذ آشه‌پزی، ظروف حصیری یا بشقاب بلوری، قابل استفاده داخل ماکروفر نمی باشند.

قفسه فلزی کباب پز که برای استفاده داخل ماکروفر تهیه شده جهت ایمنی استفاده داخل فر، به طور کامل آزمایش شده است. همچنین باید به خاطر داشته باشید، از آنجائیکه ماکروفر تنها غذا را گرم می نماید، نه ظروف آنها را مانند ظروف بلوری، سفالی و از این قبیل، شما می توانید، غذا را داخل ظروف سرو آنها پخت نمایید، تا مشکل شستن قابلمه را نداشته باشید.

چنانچه فر در حال اجرای برنامه گریل تنها می باشد، می توانید از انواع ظروف قابل استفاده داخل ماکروفر، استفاده کنید.

(به جدول زیر توجه نمایید)

ظروف فلزی	کاغذ یا مقوا	پلاستیک	فویل آلومینیومی	ظروف سفالی	شیشه سرامیکی	پیرکس	شیشه	
خیر	بلی	بلی	خیر	بلی	بلی	بلی	بلی	ماکروویو تنها
خیر	خیر	خیر	خیر	بلی	بلی	بلی	خیر	ترکیب ماکروویو + گریل
بلی	خیر	خیر	بلی	بلی	بلی	بلی	خیر	گریل تنها

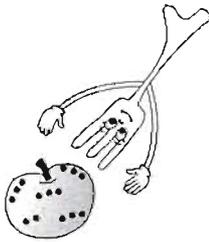
صفحه جدول زمانی و AMT	صفحه توضیحات	چه برنامه با چه قدرتی را باید انتخاب کنم ؟	می خواهم چه کاری انجام دهم ؟
	۱۷ و ۱۸	با ۱ بار زدن حکمه تنظیم قدرت pot. (۱۵۰ وات)	● چگونگی گرم نگه داشتن غذا
۱۶	۱۵		● یخ زدایی یا Defrost
۱۹	۱۷ و ۱۸		● نرم شدن شکلات و شکلات شکری
۱۹	۱۸	با ۲ بار زدن حکمه تنظیم قدرت pot. (۳۰۰ وات)	● ذوب کردن کره و نرم شدن پنیر
۲۲	۲۲	با ۳ بار زدن حکمه تنظیم قدرت pot. (۴۵۰ وات)	● گرم کردن نان شیرینی
۲۱	۱۷ تا ۲۰	با ۴ بار زدن حکمه تنظیم قدرت pot. (۷۰۰ وات)	● پخت خوراک، سینه مرغ
۲۱	۱۷ تا ۲۰		● پخت میوه، سبزیجات، برنج، سوپ و ماهی
۱۹	۱۸	با ۵ بار زدن حکمه تنظیم قدرت pot. (۹۰۰ وات)	● گرم کردن هر نوع غذای پخته شده یا یخ زده
۱۴	۱۳	ماکروویو با قدرت کم	● یخ زدایی، گرم کردن و پخت همزمان در دو سطح مختلف
۲۴	۲۳ و ۲۴		● پخت سریع انواع کباب، طیور، گوشت‌های به سیخ کشیده شده، سیب زمینی
۲۴	۲۴	ترکیبی	● غذاهایی چون ماکارونی، لازانیا و سبزیجات
۲۹	۲۵ و ۲۹	گریل	● همبرگر کبابی، چنجه، فرانکفورتر، سوسیس، نان تست و ... به سبک سنتی
۲۸	۲۹ و ۳۰		● برای گرم کردن مجدد پیتزا یا غذای از پیش پخته شده و یخ زده
۲۸	۲۹ و ۳۰	برنامه اتوماتیک 	● برای گرم کردن نوشیدنیها و مایعات
۲۸	۲۹ و ۳۰		● برای گرم کردن وعده های غذایی آماده ولی سرد شده

۹-۱- قوانین و پیشنهادات کلی در مورد نحوه استفاده از فر خدمات طلایی نیکان

ماکروفر شامل تشعشعات الکترومغناطیسی، از نوع امواج نوری است که در طبیعت نیز یافت می‌شوند. (مثال، نور خورشید) داخل فر این امواج از تمام جهات وارد غذا می‌گردند و باعث گرم شدن مولکولهای آب، چربی و قند می‌شوند. گرما به سرعت و تنها داخل غذا تولید می‌گردد، در حالیکه ظرف آن به طور غیر مستقیم و در اثر داغ شدن غذا گرم می‌شود. این عمل باعث می‌گردد غذا به ظرف خود نچسبد و شما می‌توانید ظرف غذا را خیلی کم یا اصلا چرب نکنید. بنابراین پخت داخل ماکروفر برای رژیم غذایی فرد، سالم و مناسب بوده، و برخلاف روشهای سنتی، مواد غذایی کمتر خشک شده و ارزش غذایی خود را از دست نمی‌دهند، و بنابراین طعم اصلی خود را بیشتر حفظ می‌نمایند.

قوانین اولیه جهت پخت داخل ماکروفر

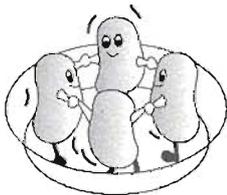
۱) جهت تنظیم مسیح زمانهای پخت، به خاطر داشته باشید (با توجه به جداول سفحات بعد) هنگامیکه مقدار مواد غذایی داخل ماکروفر را افزایش می‌دهید، دما نیز به همان میزان باید افزایش یابد و بالعکس. مهم است که به زمانهای توقف توجه کنیم، زمان توقف بدین معنی است که، غذا بعد از پخت باید مدتی به اصطلاح استراحت کند. در این مدت، دما در آن بالا می‌رود. به عنوان مثال دمای گوشت، به میزان حدود ۵ الی ۸ درجه سانتیگراد (تقریباً ۹ الی ۱۵ درجه فارنهایت) طی زمان توقف افزایش خواهد یافت. زمانهای توقف ممکن است داخل یا خارج از فر به دست آید.



۲) یکی از موارد حائز اهمیت اینست که طی پخت، به دفعات غذا را هم بزنید. این عمل باعث می‌گردد که دما داخل غذا به طور یکنواخت تقسیم شده، در نتیجه زمان پخت کوتاه گردد.

۳) همچنین لازم است طی پخت مواد غذایی مخصوصاً گوشت روی آنها را برگردانید، حال چه قطعات گوشت بزرگ باشند مثل (کباب، جوجه های درسته و غیره) و چه کوچک باشند مثل (سینه مرغ و غیره).

۴) غذاهایی که دارای پوسته یا صدف می‌باشند مثل: تخم مرغ، سیب زمینی، گوجه فرنگی، فرارنگورتر و ماهی، باید در نقاط متعددی توسط چاقو سوراخ شوند، تا بخار بتواند از آنها خارج شده و بترکند.

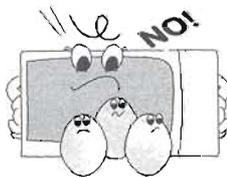


۵) اگر شما در حال پخت قطعات متعدد غذایی (مثل سیب زمینی آب پز) هستید، این مواد را داخل یک ظرف پیرکس بگذارید تا به طور یکنواخت بپزند.

۶) هر چقدر دمای پخت داخل ماکروفر پایین تر باشد، مدت زمان طبخ غذا بیشتر می‌شود. غذاهایی که دارای دمای معمولی هستند در مقایسه با غذای بخ زده سریعتر پخته خواهند شد.

۷) همیشه ظرف غذای آماده برای طبخ را وسط بشقاب گردان قرار دهید.

۸) غلیظ شدن هوا داخل فر کاملاً طبیعی است. برای کاهش چنین غلظتی، مواد غذایی را با ورقه، کاغذ روغنی، در پوش شیشه ای و یا خیلی ساده تر، با دسر کردن بشقابی به روی آن بپوشانید، در این حالت غذاهایی که حاوی آب بیشتری هستند مثل سبزیجات و میوه ها بهتر می‌پزند. پوشاندن ظرف مواد غذایی باعث می‌گردد داخل فر به هنگام پخت تمیز بماند. از ورقه های تمیزی که مخصوص ماکروفر ساخته شده استفاده ننمایید.



۹) تخم مرغ را داخل پوسته نپزید؛ فشار ایجاد شده داخل تخم مرغ ممکن است باعث ترکیدن آن شود. تخم مرغی که تازه پخته شده را گرم ننمایید، مگر اینکه به صورت نیم رو یا املت باشد.

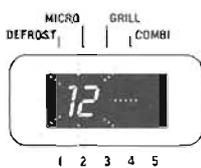
۱۰) فراموش نکنید قبل از پخت و یا گرم کردن غذا داخل ماکروفر، ظرفی را که هوا در آنها نفوذ نمی‌کند و یا مهر و موم شده اند باز کنید، چرا که ممکن است فشار داخل ظرف زیاد شده و باعث ترکیدن آن شود.

بخش ۲- استفاده از دکمه های کنترل و برنامه های مختلف فر ARISTON MADE IN ITALY

۱.۲- چگونگی تنظیم ساعت

● هنگامیکه دستگاه برای اولین بار به برق وصل می شود، یا بعد از قطع و وصل شدن برق، شکل 12:00 شروع به چشمک زدن روی صفحه نمایشگر می نماید.

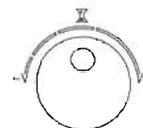
برای تنظیم ساعات روزانه دستورالعمل زیر را انجام دهید:



□ دکمه (۸) را فشار دهید. (ساعت روی صفحه نمایشگر شروع به چشمک زدن می کند)



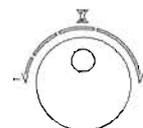
□ با چرخاندن (۷) ساعت صحیح را تنظیم نمایید. (ساعت روی صفحه نمایشگر شروع به چشمک زدن می کند)



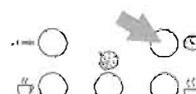
□ دکمه (۸) را یکبار دیگر فشار دهید. (ساعت محو و دقیقه روی صفحه نمایشگر ظاهر می شود)



□ با چرخاندن ولوم (۷) تعداد دقیق را تنظیم نمایید (دقیقه تنظیم شده روی صفحه نمایشگر شروع به چشمک زدن می کند)



□ دکمه (۸) را مجدداً فشار دهید. (زمان تنظیم شده روی صفحه نمایشگر ظاهر می شود)



● اگر شما می خواهید زمانی را که تنظیم کرده اید تغییر دهید، دکمه (۸) را فشار داده سپس اقدام به تنظیم زمان، همانطور که در بالا ذکر شد بنمایید.

● شما می توانید به راحتی با فشار دادن دکمه (۸) زمان را حتی بعد از آغاز عملکرد دستگاه مشاهده کنید. (زمان به مدت ۳ ثانیه نشان داده خواهد شد)

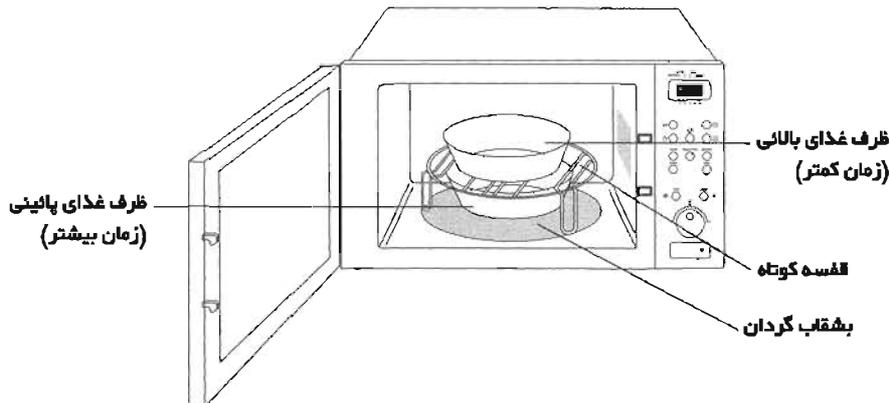
با استفاده از طبقه کوتاه و در حالیکه فر، روی برنامه ماکروویو تنها میباشد، شما می توانید غذاها را در ظروف مختلف و در دو سطح به طور همزمان پخت، گرم و نیز یخ زدایی نمایید. در حقیقت سیستم خاص تشعشع دو برابر ماکروفر، باعث تقسیم درست انرژی می گردد.

هنگامیکه می خواهید همزمان در دو سطح مختلف دو ظرف غذا را پخت نمایید، باید موارد اساسی زیر را به خاطر بسپارید.

۱) زمانهای پخت برای ظروف غذایی که همزمان پخت می شوند، با آنهایکه مربوط به پخت ظروف تکی است، متفاوت هستند. بنابراین همیشه به جدول مربوطه در صفحه ۱۴ مراجعه نمایید.

زمانهای مربوط به پخت همزمان	
۱۶ دقیقه	سیب زمینی (بالا)
۳۰ دقیقه	خوراک گوشت گوساله (پائین)
زمانهای پخت مربوط به ظروف تکی	
۷ الی ۸ دقیقه	سیب زمینی
۳۵ الی ۳۵ دقیقه	خوراک گوشت گوساله

۲) همواره مراقب باشید غذایی را که نیاز به زمان پخت کمتری دارد، روی طبقه کوتاه قرار دهید: این باعث می شود که ظرف رومی را راحت تر جابجا کنید. طبقه را بیرون بیاورید تا پخت ظرف پائینی نیز به اتمام برسد.



۳) به توضیحات و تذکرات موجود در جدول، دقت لازم را مبذول دارید. همیشه قبل از برداشتن غذایی که برای گرم کردن مجدد در فر گذاشته اید، اطمینان حاصل نمایید که غذا به اندازه کافی گرم شده است.

زمانبندی یخ زدایی

نوع غذا	مکان تابه	مقدار (گرم)	نوع برنامه	دقایق	توضیحات
گوشت	بالا	۵۰۰	یخ زدایی	۲۰	بعد از ۱۰ دقیقه روی گوشت را برگردانید، بعد از اتمام پخت، بگذارید گوشت به مدت ۱۵ دقیقه داخل فر بماند.
گوشت	پائین	۵۰۰	DEFROST	۲۰	
قطعات جوجه خوراک	بالا	۵۰۰	یخ زدایی	۲۴	طی مدت یخ زدایی، تکه ها را جدا از هم بگذارید. هنگامیکه پخت به اتمام رسید، بگذارید گوشت به مدت ۱۵ دقیقه داخل فر بماند.
خوراک	پائین	۵۰۰	DEFROST	۲۴	
گل کلم ماهی درسته	بالا	۴۵۰	یخ زدایی	۲۲	در پایان پخت، بگذارید ۵ الی ۱۰ دقیقه داخل فر بماند.
ماهی درسته	پائین	۵۰۰	DEFROST	۲۲	

زمانبندی گرم کردن مجدد

نوع غذا	مکان تابه	مقدار (گرم)	نوع برنامه	دقایق	توضیحات
گوشت، تک پرس	بالا	۱۵۰	۵	۶	غذا را با پوشش پلاستیکی بیوشانید.
سبزیجات، تک پرس	پائین	۲۵۰	۵	۶	
بشقاب لازانیا	بالا	۵۰۰	۵	۹	غذا را با پوشش پلاستیکی بیوشانید.
بشقاب لازانیا	پائین	۵۰۰	۵	۹	
گوشت، تک پرس	بالا	۱۵۰	۵	۶	غذا را با پوشش پلاستیکی بیوشانید.
بشقاب لازانیا	پائین	۵۰۰	۵	۸	

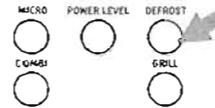
زمانهای پخت

نوع غذا	مکان تابه	مقدار (گرم)	نوع برنامه	دقایق	توضیحات
سیب زمینی	بالا	۵۰۰	۵	۱۶	به اندازه های مساوی خرد کنید و با پوشش پلاستیکی بیوشانید.
سیب زمینی	پائین	۵۰۰	۵	۱۶	
هویج	بالا	۵۰۰	۵	۱۸	به اندازه های مساوی خرد کنید و با پوشش پلاستیکی بیوشانید.
هویج	پائین	۵۰۰	۵	۱۸	
کدو سبز	بالا	۴۷۵	۵	۱۴	تمام آن را با پوشش پلاستیکی بیوشانید. بعد از ۱۴ دقیقه قفسه را خارج کنید. آنرا با پوشش پلاستیکی بیوشانید.
برشهای ماهی	پائین	۴۰۰	۵	۱۶	
کدو سبز	بالا	۴۷۵	۵	۱۳	بعد از ۱۳ دقیقه قفسه را خارج کنید. آنرا با پوشش پلاستیکی بیوشانید.
ماهی درسته	پائین	۲۰۰	۵	۱۴	
ماهی درسته	بالا	۲۰۰	۵	۱۴	آنرا با پوشش پلاستیکی بیوشانید.
ماهی درسته	پائین	۲۰۰	۵	۱۴	
سیب زمینی	بالا	۵۰۰	۵	۱۶	به اندازه های مساوی خرد کرده، با پوشش پلاستیکی بیوشانید. بعد از ۱۶ دقیقه غذا را بیرون آورده ۲ یا ۳ بار آنرا هم بزنید.
خوراک گوشت گوساله	پائین	۱۵۰۰	۵	۴۰	
کلم	بالا	۵۰۰	۵	۱۴	روی غذا را با پوشش پلاستیکی بیوشانید. بعد از ۱۴ دقیقه، طبقه را بیرون بیاورید، روی غذا را با پوشش پلاستیکی بیوشانید و دو دفعه هم بزنید.
برنج	پائین	۳۰۰	۵	۲۰	
کلم بروکسل	بالا	۵۰۰	۵	۱۴	روی غذا را با پوشش پلاستیکی بیوشانید. بعد از ۱۴ دقیقه، طبقه را بیرون آورده آنرا با پوشش پلاستیکی بیوشانید.
نخود سبز	پائین	۵۰۰	۵	۱۸	

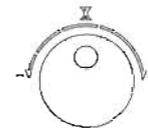
هنگام استفاده از این برنامه، تنها زمان یخ زدایی را تنظیم نمایید. قدرت ماکروفر از قبل تنظیم شده است.



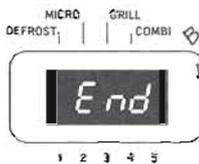
حکمه یخ زدایی یا DEFROST (۱۱) را فشار دهید. روی صفحه نمایشگر این علامت ظاهر شده و علامت برنامه یخ زدایی در سمت چپ قسمت بالا روشن خواهد شد.



با چرخاندن ولوم (۷) زمان مورد نظر خود را تنظیم نمایید. (صفحه نمایشگر شروع به چشمک زدن می نماید.)



حکمه START (۱۳) را فشار دهید. (صفحه نمایشگر، زمان تنظیم شده را نشان خواهد داد)



هنگامیکه زمان تنظیم شده پایان یابند، سه بوق طولانی خواهید شنید و همزمان کلمه END روی صفحه نمایشگر ظاهر خواهد شد.

Beep
Beep
Beep

● چنانچه برای مشاهده پیشرفت یخ زدایی، درب فر را باز کنید، کار فر متوقف گشته و زمان باقیمانده شروع به چشمک زدن روی صفحه نمایشگر می نماید. جهت ادامه عمل یخ زدایی، درب را بسته حکمه START (۱۳) را فشار دهید. فر زمانی را که در آن عملکرد قطع شده بود، خواهد یافت.

● برای برگرداندن زمان تنظیم شده به صفر، طبق دستور زیر عمل کنید:

- اگر درب فر باز است، حکمه STOP (۶) را یکبار فشار دهید.

- اگر فر در حال کار است، حکمه STOP (۶) را دو بار فشار دهید.

- اگر فر خاموش بوده و درب آن بسته باشد، حکمه STOP (۶) را یکبار فشار دهید.

استفاده از برنامه ماکروویو تنها برای یخ زدایی

● غذاهای منجمد داخل جعبه یا ورقه پلاستیکی یا بسته بندی های مخصوص، می توانند در صورت نداشتن قسمتهای فلزی به طور مستقیم داخل فر گذاشته شوند. (مثال: نوارها، پرچهای اتصال)

● بعضی غذاها، مثل میوه ها، سبزیجات و ماهی، عمدتاً نیازی به یخ زدایی قبل از پخت ندارند.

● غذاهای خوراک مانند و انواع گوشتها و نیز سس گوشت، اگر به تناوب هم زده یا برگردانده شوند، بهتر یخ زدایی می گردند.

● گوشت و ماهی به هنگام یخ زدایی آب داخل خود را از دست می دهند. بنابراین بهتر است این مواد را داخل سینی یا ظرف قرار دهید.

● بهتر است تکه های گوشت را قبل از اینکه داخل فریزر قرار دهیم از ظرف خود جدا کنید. این عمل باعث می شود در مدت زمان پخت صرفه جویی گردد.

● بهتر است از مدت زمانیکه روی مواد منجمد شده درج گشته، مدت کمتری را برای یخ زدایی غذا اختصاص دهید، چرا که این مقادیر همیشه صحیح نیستند. زمان لازم برای یخ زدایی غذا بسته به درجه انجماد متفاوت است.

زمانبندی یخ زدایی

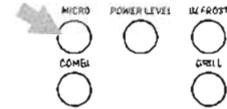
زمان توقف (دقیقه)	توضیحات	زمان قابل تنظیم (دقیقه)	مقدار	نوع غذا
۲۰	طی مدت یخ زدایی، گوشت را برگردانید. به توضیحات پایین صفحه رجوع کنید. (*)	۱۹-۲۱	۱ کیلوگرم	گوشت • انواع کباب (گوشت گوسفند، گاو، گوساله) • استیک، کتلت، قطعات گوشت خوراک، گوشت گوساله
۵		۴-۶	۲۰۰ گرم	• گوشت
۱۰		۱۰-۱۲	۵۰۰ گرم	• گوشت
۱۵		۱۰-۱۲	۵۰۰ گرم	• گوشت
۱۰		۵-۷	۲۵۰ گرم	• همبرگر
۱۰		۵-۷	۲۰۰ گرم	• انواع سوسیس
۱۰	۶-۸	۳۰۰ گرم		
۲۰	طی مدت یخ زدایی، طیور را برگردانید. در پایان زمان توقف، آن را زیر آب گرم بشوید تا یخهای آن زودوده گردد.	۲۵-۲۷	۱/۵ کیلوگرم	طیور • اردک، بوقلمون
۲۰		۲۵-۲۷	۱/۵ کیلوگرم	• جوجه های درسته
۱۰		۱۳-۱۵	۷۰۰ گرم	• جوجه های قطعه قطعه شده
۱۰		۸-۱۰	۳۰۰ گرم	• سینه مرغ
	سبزیجات یخ زده نیازی به یخ زدایی، قبل از پخت ندارند.			سبزیجات
۷	طی مدت یخ زدایی، روی ماهی را برگردانید.	۷-۹	۳۰۰ گرم	ماهی • فیله ماهی
۷		۸-۱۰	۴۰۰ گرم	• ماهی تکه شده
۷		۱۰-۱۲	۵۰۰ گرم	• ماهی درسته
۷		۸-۱۰	۴۰۰ گرم	• شاه میگو، میگو
۱۰	فویل نقره ای یا قسمتهای فلزی را بردارید. پنیر نباید کاملاً یخ زدایی شود. خامه باید از ظرف خود خارج شده و داخل بشقاب قرار گیرد.	۴-۶	۲۵۰ گرم	لبنیات • کره
۱۵		۵-۷	۲۵۰ گرم	• پنیر
۵		۷-۹	۲۰۰ میلی لیتر	• خامه
۳	نان را مستقیماً روی بشقاب گردان قرار دهید.	۱-۲	۱۵۰ گرم	انواع نان • دو رول متوسط
۳		۲-۴	۳۰۰ گرم	• ۴ رول متوسط
۳		۲-۴	۲۵۰ گرم	• نان برش خانگی
۳		۲-۴	۲۵۰ گرم	• نان سیوس دار
۱۰	۲ الی ۳ دفعه هم بزنید.	۸-۱۰	۵۰۰ گرم	میوه جات • توت فرنگی، گوجه برقانی
۱۰		۵-۷	۳۰۰ گرم	• گیلاس، انگور بی دانه، زرد آلو
۶		۳-۵	۲۵۰ گرم	• تمشک چنگلی • تمشک سیاه

(*) این توضیحات برای تست یخ زدایی گوشت چرخ کرده بر طبق قواعد Par. ۱۳.۳، ۶۰۷۰۵ (به صفحه ۲ مراجعه کنید) قابل اجرا است. طی زمان تنظیم شده گوشت را برگردانید. آن را مستقیماً روی بشقاب گردان قرار دهید. اطلاعات بعدی، که شامل سایر آزمایشات اجرایی بر طبق قواعد ۶۰۷۰۵ می باشد، در جدول صفحه ۳۱ توضیح داده شده است.

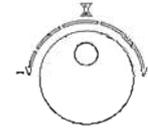
۳.۲ - چگونگی تنظیم فر جهت گرم نگه داشتن، داغ کردن و پخت غذا خدمات های نیکان



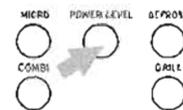
دکمه MICRO (۳) را فشار دهید. (نمایشگر روی ۰:۰۰ شروع به چشمک زدن کرده و علامت دوم در سمت بالا و چپ، به همراه اولین علامت واقع در سمت راست و پایین روشن خواهند شد.)



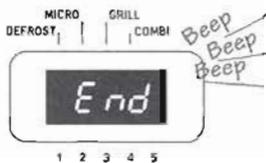
زمان مورد نظر خود را با چرخاندن ولوم (۷) تنظیم کنید. (صفحه نمایشگر شروع به چشمک زدن می نماید)



دکمه POWER LEVEL (۱۲) را تا زمانیکه مقدار قدرت مورد نظر را ببینید فشار دهید (حداکثر = ۵، حداقل = ۱). اگر شما از این دکمه استفاده نکنید، فر با حداکثر قدرت یعنی ۵ به کار خواهد افتاد. (علامت موجود در قسمت زیرین صفحه نمایشگر نشان دهنده میزان قدرت انتخابی خواهد بود).



دکمه START (۱۴) را فشار دهید. (صفحه نمایشگر، زمان و قدرت تنظیم شده را نشان خواهد داد.)



هنگامیکه زمان تنظیم شده پایان یافت، سه بوق طولانی خواهید شنید و همزمان عبارت END روی نمایشگر ظاهر خواهد شد.

- حتی در زمان کارکرد دستگاه این امکان وجود دارد که ساعت روز را ببینید، بدین ترتیب که با فشار دادن دکمه (۸) زمان صحیح به مدت ۳ ثانیه روی نمایشگر ظاهر خواهد شد.
- شما می توانید هر لحظه که مایل بودید، درب فر را باز کرده، با دیدن غذا پیشرفت کار را بررسی نمایید. در این لحظه تشعشعات مایکروفر به طور خودکار قطع شده و بعد از بستن درب و فشار دادن دکمه START (۱۳) دوباره آغاز خواهند شد.
- اگر به هر دلیلی خواستید بدون باز کردن درب، عملکرد پخت متوقف شود، دکمه STOP (۶) را فشار دهید.
- برای توقف پخت، طبق دستور زیر عمل کنید:
 - چنانچه درب فر باز است، دکمه STOP (۶) را یکبار فشار دهید.
 - چنانچه درب فر در حال کار است، دکمه STOP (۶) را دوبار فشار دهید.
 - چنانچه فر خاموش شده و درب آن بسته است، دکمه STOP (۶) را یکبار فشار دهید.
- زمان پخت و قدرت مایکروفر، حتی بعد از اینکه دکمه START (۱۳) را جهت فعال سازی عملکردی دلخواه فشار دادید، قابل تغییر است.

۵-۲- استفاده از برنامه ماکروویو تنها، جهت گرم نگه داشتن غذا

این برنامه برای بیشتر غذاها مناسب بوده و شما قادر خواهید بود تا غذا را بدون اینکه به ظرف خود بچسبد یا خشک شود، گرم نگه دارید. حتی اگر این غذا پخته شده، یا دوباره گرم شده باشد. با انتخاب قدرت "1" و پوشاندن روی غذا با بشقاب یا لایه نازک پلاستیکی، می توانید غذا را تا زمان سرو آن گرم نگه دارید. اگر روی غذای داخل ظروف پوشیده باشد، می تواند به همین صورت گرم بماند.

۶-۲- استفاده از برنامه ماکروویو تنها، برای گرم کردن مجدد غذا

گرم کردن مجدد غذا داخل ماکروفر از روشهای معمول سنتی آن، سریعتر و از لحاظ مصرف انرژی به صرفه تر است.

● توصیه می کنیم غذاها را (به خصوص اگر یخ زده اند) در دمای حداقل ۷۰ درجه سانتیگراد، گرم کنید. (در این دما خیلی داغ می شوند). بگذارید ۱۰ دقیقه بمانند زیرا خیلی داغ هستند.

● با این کار هر گونه باکتری احتمالی داخل غذا کشته خواهد شد.

● جهت گرم کردن غذاهای نیم پز یا یخ زده، طبق قواعد زیر عمل کنید:

- ظرف غذا را در صورت فلزی بودن تعویض کنید.

- غذا را با پوشش پلاستیکی بیوشانید (روکش مخصوص ماکروفر، و یا یک بشقاب دمر کرده مناسب است) بدین ترتیب هم طعم طبیعی غذا حفظ خواهد شد، هم فر تمیز خواهد ماند.

- در صورت امکان، مکرراً غذا را هم زده یا برگردانید تا دما یکنواخت شده و فرآیند پخت تسریع گردد.

- طبق زمانهای پیش بینی شده در جدول عمل کنید. توجه داشته باشید که تحت شرایطی خاص می توان این زمانبندی ها را طولانی تر نمود.

● غذاهای یخ زده باید قبل از گرم کردن یخ زدائی شوند. هر چه دمای اولیه غذا پایین تر باشد، زمان بیشتری برای گرم کردن لازم است.

● مواد غذایی و نوشیدنیها ممکن است در ظروف پلاستیکی یا کاغذی به طور مختصر گرم شوند. به هر حال چنانچه زمان گرم کردن خیلی طولانی گردد، ممکن است شکل این ظروف تغییر نماید.

زمانبندی گرم کردن غذا

توجه: بعضی مواد غذایی می توانند به راحتی و با استفاده از برنامه خودکار گرم شوند. (به صفحه ۲۸ مراجعه شود)

نوع غذا	مقدار	سطح انتقال نیرو	زمان قابل تنظیم (دقیقه)	توضیحات
مواد غذایی نرم ● شکلات / پودر شکر ● کره	۱۰۰ گرم ۵۰-۷۰ گرم	۳ ۵	۴-۵ ۱۰-۱۵ ثانیه	بشقاب را داخل فر بگذارید. بشقابی را که حاوی خامه شکلاتی است یکبار هم بریزید. برای یخ زدایی کره، ۱ دقیقه اضافه کنید.
غذاهای سرد (دمای اولیه ۸ یا ۵ درجه سانتیگراد الی ۳۰ یا ۲۰ درجه سانتیگراد) ● ماست ● شیشه بچه	۱۲۵ گرم ۲۴۰ گرم	۵ ۵	۱۵-۲۰ ثانیه ۳۰-۳۵ ثانیه	فویل را بردارید. شیشه بچه را بدون پستانک گرم کنید و بلافاصله بعد از گرم کردن آن را تکان دهید تا دمای داخل آن یکنواخت شود. قبل از استفاده، دمای محتویات آن را امتحان کنید. اگر دمای شیر معمولی باشد زمان گرم کردن آن کوتاهتر خواهد بود. برای جلوگیری از آتش سوزی احتمالی هنگام استفاده از شیر خشک آن را به خوبی هم بریزید. لطفا همواره از شیر تازه و استریلیزه استفاده کنید.
غذای آماده سرد (دمای اولیه ۸ یا ۵ درجه سانتیگراد تا تقریباً ۷۰ درجه سانتیگراد) ● بسته لازانیا یا ماکارونی ● بسته گوشت به همراه سبزیجات یا بسته سبزیجات به تنهایی ● بسته ماهی به همراه سبزیجات یا بسته سبزیجات به تنهایی ● بشقاب گوشت به همراه سبزیجات یا بشقاب سبزیجات به تنهایی ● بشقاب ماکارونی، کاندونی یا لازانیا ● بشقاب ماهی به همراه برنج یا برنج به تنهایی	۴۰۰ گرم ۴۰۰ گرم ۳۰۰ گرم ۴۰۰ گرم ۴۰۰ گرم ۴۰۰ گرم ۳۰۰ گرم	۵ ۵ ۵ ۵ ۵ ۵ ۵	۳-۵ ۳-۵ ۲-۴ ۴-۶ ۴-۶ ۳-۵ ۳-۵	انواع غذاهای بسته بندی شده و کارخانه ای، که می توان آنها را تا دمای ۷۰ درجه سانتیگراد گرم نمود. غذا را از هر نوع بسته بندی آن خارج کنید، و آن را مستقیماً داخل بشقابی که باید سرو شود قرار دهید. برای دریافت نتیجه گیری بهتر همواره روی غذا را بیوشانید. پرسهای انواع غذاهای تازه طبخ شده، در دمای ۷۰ درجه سانتیگراد گرم می شوند. غذا را مستقیماً داخل ظرفی که در آن سرو می شود قرار داده، سپس آن را با روکش پلاستیکی یا بشقاب دمر کرده بیوشانید.
غذای یخ زده جهت گرم کردن یا پختن (دمای اولیه ۲۰- یا ۱۸- درجه سانتیگراد) تا تقریباً ۷۰ درجه سانتیگراد ● بسته لازانیا یا ماکارونی دارای هواگیر ● بسته گوشت به همراه برنج یا سبزیجات ● بسته ماهی به همراه سبزیجات ● بسته سبزیجات پخته به تنهایی ● بسته ماهی به همراه سبزیجات خام یا سبزیجات خام به تنهایی ● یک پرس گوشت و سبزیجات، یا سبزیجات به تنهایی ● یک پرس ماکارونی، یا لازانیا ● یک پرس ماهی به همراه برنج یا برنج تنها	۴۰۰ گرم ۴۰۰ گرم ۳۰۰ گرم ۳۰۰ گرم ۴۰۰ گرم ۴۰۰ گرم ۳۰۰ گرم	۵ ۵ ۵ ۵ ۵ ۵ ۵	۵-۷ ۴-۶ ۲-۴ ۶-۸ ۵-۷ ۶-۸ ۳-۵	بسته های هر نوع غذای کارخانه ای آماده و یخ زده جهت گرم کردن تا دمای ۷۰ درجه سانتیگراد. غذا را از ظروف فلزی خارج کرده، مستقیماً داخل بشقاب سرو قرار دهید. زمان پخت را به مدت چند دقیقه افزایش دهید. غذای خام را از بسته بندی خود خارج کرده، داخل ظرف مناسب ماکروفر قرار دهید، سپس روی آنرا بیوشانید. پرسهای هر نوع غذای طبخ شده و یخ زده، در دمای ۷۰ درجه سانتیگراد گرم می شوند. غذای یخ زده را داخل بشقاب سرو آن قرار داده روی آن یک بشقاب پیرکس دمر کنید. اگر بعد از بررسی دیدید که فقط مرکز آن داغ شده آن را هم بریزید.
نوشیدنیهای خنک (دمای اولیه ۸ یا ۵ درجه سانتیگراد) تا تقریباً ۷۰ درجه سانتیگراد ● یک فنجان آب ● یک فنجان شیر ● یک فنجان قهوه ● یک بشقاب سوپ	۱۸۰ سی سی ۱۵۰ سی سی ۱۰۰ سی سی ۳۰۰ سی سی	۵ ۵ ۵ ۵	۱/۳۰-۲ ۱/۱۵-۱/۴۵ ۱/۱۵-۱/۴۵ ۳-۴	کلیه نوشیدنیها باید بعد از گرم شدن هم زده شوند، تا دمای آنها یکنواخت گردد. برای سوپ توصیه می کنیم که با یک بشقاب روی آن را بیوشانید.
نوشیدنیها در دمای معمولی یا اتاق (دمای اولیه ۳۰ یا ۲۰ درجه سانتیگراد) تا تقریباً ۷۰ درجه سانتیگراد ● یک فنجان آب ● یک فنجان شیر ● یک فنجان قهوه ● یک بشقاب سوپ	۱۸۰ سی سی ۱۵۰ سی سی ۱۰۰ سی سی ۳۰۰ سی سی	۵ ۵ ۵ ۵	۱/۱۵-۱/۴۵ ۱-۱/۳۰ ۴۵-ثانیه ۲-۳	کلیه نوشیدنیها باید بعد از گرم شدن هم زده شوند، تا دمای آنها یکنواخت گردد. برای سوپ توصیه می کنیم که با یک بشقاب روی آن را بیوشانید.

انواع سوپ و برنج

سوپها معمولاً به میزان کمتری مایع احتیاج دارند، چرا که تبخیر در ماکروفر نسبتاً محدود است. بدین دلیل نمک تنها باید در پایان پخت و یا طی زمان توقف اضافه گردد.

لازم است بدانیم، دمای لازم برای پخت برنج در ماکروفر (همانند پخت ماکرونی) تقریباً برابر همان دما به هنگام پخت مواد غذایی روی شعله گاز است. تنها مزیت آن اینست که هنگام پخت غذا داخل ماکروفر لازم نیست به طور پیوسته غذا را هم بزنید. (۲ یا ۳ بار کافی است).

مواد غذایی داخل ظروف مخصوص ماکروفر قرار داده شده و توسط پوششی پلاستیکی پوشانده می شوند (برای تهیه ۷۵۰ گرم سوپ، شما به ۳۰۰ گرم برنج احتیاج دارید و باید فر را به مدت ۱۲ تا ۱۵ دقیقه در بالاترین درجه قرار دهید). به علاوه، برنج به کف ظرف خود نخواهد چسبید، و از آنجائیکه می توان آن را در سوپ خوری یا ظروفی مشابه آن پخت، لازم نیست آن را در بشقاب سرو غذا بریزید.

انواع گوشت

هنگام استفاده از برنامه ماکروویو تنها، جهت پخت گوشت، باید گوشت را با پوشش پلاستیکی مخصوص ماکروفر بپوشانید، بدین ترتیب گرما بهتر تقسیم شده، و از هدر رفتن آب غذا که اغلب باعث خشک و نازک شدن گوشت می گردد جلوگیری می شود. این عملکرد فر، جهت تهیه خوراک، خوراک گوشت گوساله، سینه مرغ و غیره .. مناسب است. جهت تهیه انواع کباب و کباب سیخی، باید از برنامه ترکیبی استفاده نمود.

ماهی

ماهی می تواند داخل ماکروفر به سرعت و به بهترین نحو پخته شود. شما می توانید مقداری روغن یا کره به آن بمالید (یا اگر دوست ندارید، بدون آن) ماهی را با ورقه ای تمیز بپوشانید. پوست ماهی باید برش داده شود، و ماهی فیله باید در ظرفی مرتب چیده شود. تومیه می شود ماهی غلطانیده شده در مایع تخم مرغ را داخل ماکروفر نپزید.

میوه ها و سبزیجات

میوه ها و سبزیجات پخته شده داخل ماکروفر، ارزش غذایی و رنگ خود را در مقایسه با پخت داخل فرهای سنتی بیشتر حفظ می کنند.

قبل از پخت میوه ها و سبزیجات، آنها را شسته و تمیز نمایید. قطعات را باید به اندازه های مساوی و ریز درآورید. برای هر ۵۰۰ گرم میوه و سبزی به مقدار ۵ قاشق چایخوری آب اضافه کنید (سبزیجات فیبر دار، به آب بیشتری نیاز دارند). میوه ها و سبزیجات باید همواره با پوشش پلاستیکی پوشانده شوند. میوه ها و سبزیجات را به هنگام پخت، حداقل یکبار مخلوط کنید. تنها در پایان پخت، مقداری نمک اضافه نمایید.

زمانهای پخت

زمان ماندن غذا (دقیقه)	توضیحات	زمان قابل تنظیم (دقیقه)	سطح قدرت	مقدار	نوع غذا
۲	با پوشش پلاستیکی بپوشانید.	۷-۵	۴	۳۰۰ گرم	ماهی ● فیله
۲	با پوشش پلاستیکی بپوشانید.	۹-۷	۴	۳۰۰ گرم	● برش های ماهی
۲	با پوشش پلاستیکی بپوشانید.	۱۰-۸	۴	۵۰۰ گرم	● درسته
۲	با پوشش پلاستیکی بپوشانید.	۷-۵	۴	۲۵۰ گرم	● درسته
۲	با پوشش پلاستیکی بپوشانید.	۹-۷	۴	۴۰۰ گرم	● ماهی خرد شده
۲	با پوشش پلاستیکی بپوشانید.	۹-۷	۴	۵۰۰ گرم	● خرچنگ آب شیرین
۴	به قطعات ۲ سانتیمتری تقسیم کنید.	۹-۸	۵	۵۰۰ گرم	میوه ها و سبزیجات ● مارچوبه
۴	بهتر است از خرد کننده مخصوص کنگر فرنگی استفاده کنید.	۱۱-۱۰	۵	۳۰۰ گرم	● کنگر فرنگی
۴	آنها را خرد کنید.	۱۱-۱۰	۵	۵۰۰ گرم	● لوبیا سبز
۴	به قطعات کوچک تقسیم کنید.	۷-۶	۵	۵۰۰ گرم	● کلم بروکلی
۴	درسته بگذارید. (قطعه قطعه نکنید)	۷-۶	۵	۵۰۰ گرم	● کلم بروکسل
۴	درسته بگذارید. (قطعه قطعه نکنید)	۷-۶	۵	۵۰۰ گرم	● کلم سبز
۴	درسته بگذارید. (قطعه قطعه نکنید)	۷-۶	۵	۵۰۰ گرم	● کلم قرمز
۴	به اندازه های مساوی خرد کنید.	۹-۸	۵	۵۰۰ گرم	● هویج
۴	ساقه ساقه کنید.	۱۱-۱۰	۵	۵۰۰ گرم	● گل کلم
۴	قطعه قطعه کنید.	۷-۶	۵	۵۰۰ گرم	● کرفس
۴	به شکل چهار گوش، قطعه قطعه کنید.	۶-۵	۵	۵۰۰ گرم	● بادمجان
۴	درسته بگذارید. (قطعه قطعه نکنید)	۶-۵	۵	۵۰۰ گرم	● تره فرنگی
۴	درسته بگذارید. نیازی به آب ندارد.	۶-۵	۵	۵۰۰ گرم	● قارچ
۴	درسته و در اندازه های یکسان بگذارید. نیازی به آب ندارد.	۵-۴	۵	۲۵۰ گرم	● پیاز
۴	بعد از اینکه اسفناج را شسته و برگهایش را خشک کردید، روی ظرف را بپوشانید.	۶-۵	۵	۳۰۰ گرم	● اسفناج
۴	به چهار قسمت مساوی تقسیم کنید.	۱۰-۹	۵	۵۰۰ گرم	● نخود سبز
۴	قطعه قطعه کنید.	۱۲-۱۱	۵	۵۰۰ گرم	● رازیانه
۴	به قطعات مساوی تقسیم کنید.	۹-۸	۵	۵۰۰ گرم	● فلفل
۴	درسته بگذارید. (قطعه قطعه نکنید)	۸-۷	۵	۵۰۰ گرم	● سیب زمینی
۴	درسته بگذارید. (قطعه قطعه نکنید)	۷-۶	۵	۵۰۰ گرم	● کدوی سبز
۱۰	در حالیکه روی آن پوشانده شده است بپزید و ۲ یا ۳ بار آنها را مخلوط کنید.	۳۵-۳۰	۵	۱۵۰۰ گرم	انواع گوشت ● خوراک
۳	در حین پخت روی آن را برگردانید.	۱۵-۱۰	۴	۵۰۰ گرم	● سینه مرغ
۵	به توضیحات پایین صفحه رجوع کنید. (*)	۲۱-۱۹	۴	۹۰۰ گرم	● گوشت تکه ای

توجه: این زمانهای پخت تقریبی بوده و بسته به وزن غذا، دمای اولیه آن، و درمورد میوه ها و سبزیجات، بسته به حجم و نوع چیدمان آنها متفاوت است.

(*) این علائم جهت پخت گوشت چرخ کرده طبق قواعد ۶۰۷۰۵، Para. ۱۲.۳.۳ مناسب است. ظرف را با ورقه ای نازک، مناسب با پخت داخل ماکروفر، بپوشانید. اطلاعات بعدی که شامل سایر انواع پخت طبق قواعد ۶۰۷۰۵ می گردد در جدول صفحه ۳۱ ذکر شده است.

پختن کیک و میوه جات

حجم انواع کیک (با قدرت پانین تر فر) نسبت به پخت معمولی سایر غذاها افزایش می یابد. برای اینکه مواد خمیر و میوه ها خشک نشوند، بهتر است سطح غذا با کرم، بستنی یا شکلات تزئین شود یا غذا را به هنگام پخت، کاملا بپوشانید. چون اینگونه مواد غذایی نسبت به آنتهائیکه در فرهای معمولی پخته میشوند سریعتر خشک میگردند. چنانچه میوه را با پوست می پزید باید آنرا سوراخ کرده و بپوشانید؛ لازم است بعد از پخت بگذارید مواد پخت شده در فر بمانند. (۳ تا ۵ دقیقه).

زمانهای پخت برای غذاهای تنوری و میوه ها

نوع غذا / مقدار	سطح نیرو	زمان تنظیم شده (دقیقه)	زمان توقف (دقیقه)	توضیحات
کیک بادامی (۷۰۰ گرم)	۳	۱۵ الی ۱۷	۵	ممکن است با هر گونه کرم ترکیب شود.
کیک گردویی (۸۵۰ گرم)	۳	۱۹ الی ۱۲	۵	پر شده با مربا و ژله.
کیک آناناسی (۸۰۰ گرم)	۳	۱۷ الی ۱۹	۵	قطعات پای سیب می توانند کف ظرف قرار داده شوند یا داخل خمیر، مخلوط گردند.
کیک سیب (۱۰۰۰ گرم)	۳	۱۹ الی ۲۱	۵	روی سیب ها به صورت تزئینی بریده شده است.
کیک قهوه (۷۵۰ گرم)	۳	۱۵ الی ۱۷	۵	وقتی پر از کرم می شود عالی است.
شیرینی ایتالیایی	۴	۲ الی ۴	۳	هر ۳۰ ثانیه به سرعت مخلوط کنید.
گلابی پخته (۳۰۰ گرم)	۵	۴ الی ۶	۳	گلابی ها را باید به چهار قسمت مساوی تقسیم کرد.
سیب پخته شده (۳۰۰ گرم)	۵	۵ الی ۷	۳	سیب ها را باید قطعه قطعه کرد.
فرنی تخم مرغی (۷۵۰ گرم)	۵	۱۵ الی ۱۷	۵	این اظهارات جهت پخت طبق قواعد ۶۰۷۰۵ Para. ۱۲.۳.۱ مناسب است.
کیک اسفنجی (۴۷۵ گرم)	۵	۵ الی ۷	۵	این اظهارات جهت اجرای پخت طبق قواعد ۶۰۷۰۵، Para. ۱۲.۳.۲ مناسب است و اطلاعات بعدی که شامل سایر انواع پختها طبق قواعد ۶۰۷۰۵ می باشد در جدول صفحه ۲ نوشته شده است.

این برنامه برای موارد زیر مناسب می باشد:

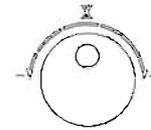
- تهیه سریع انواع کباب، طیور، خوراک گوشت و انواع سیب زمینی صفحه ۲۴
 - انواع خوراک (لازانيا، سبزیجات، ماکارونی) صفحه ۲۴
- چگونه برنامه را در حالت ترکیبی ماکروویو + گریل قرار دهیم



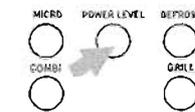
دکمه COMBI (۵) را فشار دهید. (نمایشگر روی علامت چشمک خواهد زد و علامت بالایی مربوط به برنامه ماکروویو + گریل به همراه علامت پایینی سمت چپ، مربوط به میزان قدرت ماکروویو پدیدار خواهند شد.



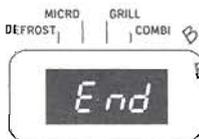
زمان مورد نظر خود را با چرخاندن ولوم تنظیم (۷) تنظیم کنید. (صفحه نمایشگر شروع به چشمک زدن خواهد کرد)



دکمه POWER LEVEL (۱۲) مربوط به میزان قدرت ماکروویو را فشار دهید تا قدرت مورد نظر خود جهت اجرای برنامه را انتخاب نمایید. (۵ = حداکثر و ۱ = حداقل) اگر شما این دکمه را فشار ندهید، فر با قدرت ۳ عمل خواهد نمود. (علامت واقع در قسمت پایینی صفحه نمایشگر، نشانگر میزان قدرت انتخابی است.)



دکمه START (۱۳) را فشار دهید. (صفحه نمایشگر زمان و قدرت انتخابی را نشان خواهد داد)



هنگامیکه زمان تنظیم شده پایان یافت، شما سه بوق طولانی خواهید شنید و همزمان کلمه END روی صفحه نمایشگر ظاهر خواهد شد.



● حتی در زمان عملکرد فر، این امکان وجود دارد که ساعت روز را ببینید، بدین ترتیب که با فشار دادن دکمه (A) زمان صحیح، به مدت ۳ ثانیه روی نمایشگر ظاهر خواهد شد.

● شما می توانید هر لحظه که مایل بودید، درب فر را باز کرده، با دیدن غذا پیشرفت کار را بررسی نمایید. در این لحظه تشعشعات ماکروویو به طور خودکار قطع شده و بعد از بستن درب و فشار دادن دکمه START (۱۳) دوباره آغاز خواهد شد.

● اگر به هر دلیلی خواستید بدون باز کردن درب، عملکرد پخت متوقف شود، دکمه STOP (۶) را فشار دهید.

● برای توقف پخت، طبق دستور زیر عمل کنید:

- چنانچه درب فر باز است، دکمه STOP (۶) را یکبار فشار دهید.

- چنانچه فر در حال کار است، دکمه STOP (۶) را دوبار فشار دهید.

- چنانچه فر خاموش شده و دربش بسته است، دکمه STOP (۶) را یکبار فشار دهید.

● زمان پخت و قدرت ماکروویو، حتی بعد از اینکه دکمه START (۱۳) را جهت فعال سازی عملکردی دلخواه فشار دادید، قابل تغییر است.

توجه: این مدل دارای برنامه خنک کن خودکار می باشد، زمانیکه فر بعد از پخت به صورت ترکیبی ماکروویو + گریل یا گریل تنها، بسیار گرم می شود، فعال می گردد. هنگامیکه المنت کباب پز و قطعات ماکروویو خاموش هستند، فن، چراغ فر و بشقاب گردان، به مدت ۵ دقیقه دیگر کار خواهند کرد. به علاوه هنگامیکه درب برای جابجایی غذا باز و بسته می شود کلمه COOL تا زمان اتمام برنامه نشان داده می شود.

استفاده از برنامه ماکروویو + گریل جهت پخت غذا

- از هیچ ادویه ای استفاده نکنید (تنها ۱/۲ فنجان آب بریزید تا گوشت لطیف بماند).
- روی کباب و تکه های بزرگ گوشت را هنگامیکه نیم پز شدند برگردانید.
- اگر به هنگام پخت و قبل از پایان وقت تنظیم شده، سطح مواد غذایی به اندازه کافی برشته شد، دکمه STOP را فشار دهید تا زمان باقیمانده را جهت پخت به صورت (ماکروویو تنها) دوباره تنظیم کنید. جهت بررسی نحوه پخت، درب فر را باز کنید. همواره به هنگام کار با فر، از دستکشهای مخصوص استفاده نمایید. چرا که المنت حرارتی داغ می باشد. باز کردن درب فر باعث قطع هر دو عملکرد ماکروویو و گریل خواهد شد.
- جهت از سر گیری مجدد برنامه پخت، درب فر را ببندید و دکمه START (۱۴) را فشار دهید.
- هنگام استفاده از برنامه های گریل، فر نیاز به پیش حرارتی ندارد، در حالیکه فر، خالی از مواد غذایی است آنرا روشن نکنید.

زمانهای پخت

زمان توقف (دقیقه)	توضیحات	زمان قابل تنظیم (دقیقه)	سطح قدرت	مقدار	نوع
۵	● زمانهای ذکر شده جهت پخت ماکارونی خام است. چنانچه ماکارونی از پیش آماده است، از برنامه ترکیبی استفاده کنید تا غذا به رنگ دلخواهتان درآید.	۸+ فقط ماکروویو)	۵	۱۱۰۰ گرم	● لازانیا
۵	● به مدت طولانی یخ زدایی نکنید.	۱۲	۵	۶۰۰ گرم	● گنوجی
۵	● ماکارونی ابتدا باید کمی جوشانده شود.	۸	۵	۱۵۰۰ گرم	● ماکارونی با ادویه
۵	● زمانهای ذکر شده جهت پخت گل کلم خام هستند. اگر گل کلم آماده و آب پز است، از عملکرد ترکیبی استفاده کنید تا رنگ مورد دلخواه به دست آید.	۱۷	۵	۱۰۰۰ گرم	● گل کلم در سس بکامل
۵	● تمام گوجه فرنگی ها باید هم اندازه باشند.	۱۰	۳	۸۰۰ گرم	● گوجه فرنگی
۵	● فلفل های کوتاه و پهن مناسب تر هستند.	۱۷	۵	۱۴۰۰ گرم	● فلفل دلمه ای شکم پر
۵	● بادمجان ابتدا باید سرخ یا کبابی شود.	۱۰	۵	۱۳۰۰ گرم	● بادمجان
۵	● دو یا سه بار مخلوط کنید.	۳۰	۴	۷۵۰ گرم	● سیب زمینی کبابی
۵	● (*)	۲۵	۵	۱۱۰۰ گرم	● خوراک سیب زمینی
۱۰	● بعد از گذشت ۳۵ الی ۴۰ دقیقه در بین پخت روی آنرا برگردانید.	۵۵	۲	۱۰۰۰ گرم	● انواع کباب (گوشت گوسفند، گوشت گاو)
۱۰	● ۵۰۰ گرم گوشت گاو، تخم مرغ، ژامبون، نان خرد شده و غیره را با هم مخلوط کنید.	۲۰	۳	۸۰۰ گرم	● تکه گوشت در مورد تست ۲.۳.۴ IEC ۶۰۷۰۵ که در جدول صفحه ۲ نشان داده شده است قابل اجرا نیست.
۱۰	● (**)	۴۰	۴	۱۲۰۰ گرم	● مرغ درسته
۱۰	● در بین پخت، روی آنرا برگردانید.	۲۰	۳	۶۰۰ گرم	● کباب سیخی
۱۰	● در بین پخت، روی آنرا برگردانید.	۴۰	۳	۱۰۰۰ گرم	● بره
۱۰	● در بین پخت، روی آنرا برگردانید.	۴۵	۳	۱۰۰۰ گرم	● بوقلمون (تکه ها)
۱۰	● در بین پخت، روی آنرا برگردانید.	۵۰	۳	۱۵۰۰ گرم	● اردک

(*) این علائم جهت اجرای برنامه های پخت، بر طبق قواعد ۶۰۷۰۵ Para ۲.۳.۴ مناسب می باشند. اطلاعات بعدی که شامل سایر برنامه های اجرایی بر طبق قواعد ۶۰۷۰۵ می باشند، در جداول دیگر ذکر شده است.

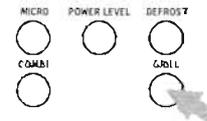
(**) این علائم جهت اجرای برنامه پخت بر طبق قواعد ۶۰۷۰۵ Para ۲.۳.۴ مناسب می باشند. اطلاعات بعدی که شامل سایر برنامه های اجرایی بر طبق قواعد ۶۰۷۰۵ می باشند، در جدول صفحه ۳۱ ذکر شده است.

این برنامه برای موارد زیر مناسب می باشد:
 ● انواع کباب های سنتی (مثال: انواع چنجه ها، همبرگرها، فرادکفورتها، نان تست و غیره) صفحه ۲۶

چگونگی تنظیم برنامه گریل تنها



□ دکمه GRILL (۱۳) را فشار دهید. (صفحه نمایشگر شروع به چشمک زدن روی علامت □ می نماید) علامت برنامه گریل در بالا ظاهر خواهد شد.



□ زمان مورد نظر خود را با چرخاندن ولوم (۷) تنظیم کنید. (صفحه نمایشگر شروع به چشمک زدن مینماید)



□ غذا را روی طبقه فلزی بلند قرار داده، سپس همه چیز را روی بشقاب گردان قرار دهید. درب را ببندید. دکمه START (۱۳) را فشار دهید. (صفحه نمایشگر تنظیم خواهد شد)



□ هنگامیکه زمان تنظیم شده پایان یافت، سه بوق طولانی خواهید شنید و همزمان کلمه END روی صفحه نمایشگر ظاهر خواهد شد.

- حتی در زمان عملکرد فر، این امکان وجود دارد که ساعت روز را ببینید، بدین ترتیب که با فشار دادن دکمه (۸) زمان صحیح، به مدت ۳ ثانیه روی نمایشگر ظاهر خواهد شد.
- شما می توانید هر لحظه که مایل بودید، درب فر را باز کرده، با خیدن غذا، پیشرفت کار را بررسی نمایید. در این لحظه تشعشعات ماکروفر به طور خودکار قطع شده و بعد از بستن درب و فشار دادن دکمه START (۱۳) دوباره آغاز خواهند شد.
- اگر به هر دلیلی خواستید بدون باز کردن درب، عملکرد پخت متوقف شود، دکمه STOP (۶) را فشار دهید.
- برای توقف پخت، طبق دستور زیر عمل کنید:
 - چنانچه درب فر باز است، دکمه STOP (۶) را یکبار فشار دهید.
 - چنانچه فر در حال کار است، دکمه STOP (۶) را دوبار فشار دهید.
 - چنانچه فر خاموش شده و درب آن بسته است، دکمه STOP (۶) را یکبار فشار دهید.
- زمان پخت و قدرت ماکروفر، حتی بعد از اینکه دکمه START (۱۳) را جهت فعال سازی عملکردی دلخواه فشار دادید، قابل تغییر است.

توجه: این مدل دارای فن خودکار می باشد که به دلیل گرم شدن بیش از حد فر بعد از اجرای برنامه گریل تنها، فعال می گردد. به صفحه ۲۳ مراجعه کنید.

استفاده از برنامه گریل تنها جهت کباب کردن غذا

با استفاده از این عملکرد، می توان انواع غذاهای خوشمزه کبابی تهیه نمود.
همواره قبل از شروع برنامه پخت به مدت ۵ الی ۸ دقیقه فر را گرم کنید.
کلیه غذاها باید به هنگام پخت برگردانده شوند تا به طور یکنواخت برشته گردند.

زمانهای پخت

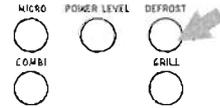
توضیحات	زمان قابل تنظیم (دقیقه)	مقدار	نوع
● بعد از ۸ الی ۷ دقیقه رویش را برگردانید.	۱۶ الی ۱۸	۳	● پنجه گوساله یا گوسفند
● باید همواره سوراخ شود. اگر خیلی بزرگ است باید دو نیم گردد. بعد از ۳ الی ۴ دقیقه رویش را برگردانید.	۱۰ الی ۱۲	۳	● سوسیس
● به صورت چهار گوش خرد کنید.	۱۰ الی ۱۲	۳	● همبرگر
● بعد از گذشت ۳ الی ۴ دقیقه رویش را برگردانید.	۹ الی ۱۱	۱	● فلفل
● ضخامت تکه ها یک سانتیمتر است. بعد از گذشت ۳ الی ۴ دقیقه رویش را برگردانید.	۹ الی ۱۱	۴ تکه	● بادمجان
● ضخامت تکه ها یک سانتیمتر است. بعد از گذشت ۲ الی ۳ دقیقه رویش را برگردانید.	۸ الی ۱۰	۶ تکه	● کدو سبز
● قسمتهای خشک شده را با دقت بتراشید.	۲/۳۰	۴ تکه	● نان تست شده

● شما می توانید انواع ترتیبهای زیر را اجرا کنید.

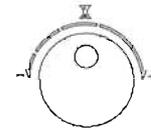
- (۱) یخ زدایی + پخت
 (۲) پخت ۱ + پخت ۲
 (۳) یخ زدایی + پخت ۱ + پخت ۲
 مثال: تنظیم برنامه به صورت ترتیب یخ زدایی + پخت



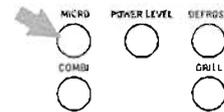
☑ دکمه DEFROST (۱۱) را فشار دهید. (شکل ۱۱:۱۱)
 روی صفحه نمایشگر چشمک زده و علامت برنامه یخ زدایی در سمت چپ بالا ظاهر خواهد شد.



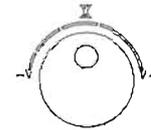
☑ زمان مورد نظر خود را با چرخاندن ولوم (۷) تنظیم کنید. (صفحه نمایشگر شروع به چشمک زدن می نماید)



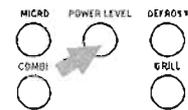
☑ دکمه MICRO (۴) را فشار دهید. (صفحه نمایشگر روی علامت ۱۱:۱۱ شروع به چشمک زدن کرده و علامت دومین عملکرد مایکروفر در سمت چپ بالا، به همراه اولین علامت میزان قدرت فر در سمت راست پایین ظاهر خواهد شد.)



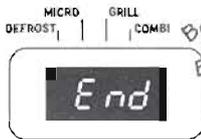
☑ زمان مورد نظر خود را با چرخاندن ولوم (۷) تنظیم کنید. (صفحه نمایشگر شروع به چشمک زدن می نماید)



☑ دکمه POWER LEVEL (۵) را فشار دهید. تا زمانیکه مقدار نیروی مورد نظر خود را انتخاب کنید. (۵ = حداکثر، ۱ = حداقل). (علامتی که در انتهای صفحه نمایشگر وجود دارد نشانگر میزان قدرت انتخابی است)



☑ دکمه START را فشار دهید. (۱۴) تا اجرای برنامه ها به ترتیب آغاز گردد. (صفحه نمایشگر زمان و عملکرد انتخاب شده را به ترتیب نشان خواهد داد.)



☑ در پایان اجرای این برنامه های متوالی، سه بوق طولانی خواهید شنید و عبارت END روی صفحه نمایشگر، ظاهر خواهد شد.

دکمه های برنامه های اتوماتیک، جهت اجرای ۵ برنامه مختلف به همراه زمان های پخت و قدرت از پیش تعیین شده می باشد. این برنامه ها بهترین نتایج را بعد از پخت غذاهای ذکر شده در جدول پائین تضمین می نماید.

دکمه	چه چیزی می توانید درست کنید	پیشنهاداتی جهت پخت بهتر
 (۳) <ul style="list-style-type: none"> یکبار فشار دهید. دوبار فشار دهید. سه بار فشار دهید. چهاربار فشار دهید. 	<ul style="list-style-type: none"> ● یک فنجان کوچک قهوه (۶۰ سی سی) دارای دمای معمولی را، گرم می کند. ● دو فنجان کوچک یا یک فنجان بزرگ قهوه (۱۲۰ سی سی) دارای دمای معمولی را، گرم می کند. ● یک فنجان بزرگ (۲۰۰ سی سی) که تازه از یخچال درآمده را گرم می کند. ● یک بشقاب سوپ (۳۰۰ سی سی) که تازه از یخچال درآمده را گرم می کند. 	<p>بعد از گرم کردن مایع، آنرا خوب هم بزنید تا دما به طور یکنواخت، داخل آن پخش گردد.</p>
 (۹) وعده های غذایی آماده و سرد. <ul style="list-style-type: none"> یکبار فشار دهید. دوبار فشار دهید. 	<ul style="list-style-type: none"> ● ۱۰۰ گرم غذای تازه از یخچال درآمده را گرم می کند. ● ۲۵۰ گرم گوشت یا گوشت + سبزیجات، که تازه از یخچال درآمده را گرم می کند. 	<p>در مورد غذاهایی است که روز قبل پخته شده و داخل یخچال گذاشته شده است. توسط لایه ای نازک و نامرئی و یا یک بشقاب دمر کرده روی غذا را بپوشانید.</p>
 (۱۰) غذای آماده یخ زده. <ul style="list-style-type: none"> یکبار فشار دهید. دوبار فشار دهید. سه بار فشار دهید. 	<ul style="list-style-type: none"> ● یک پیتزای یخ زده آماده (۳۰۰ گرم) را گرم می کند. ● یک بسته حاوی (حداکثر ۳۰۰ گرم غذای نیم پز و یخزده یا حداکثر ۳۰۰ گرم غذای آماده و یخزده مثل گوشت + سبزیجات) را گرم می کند. ● دو بسته غذایی حاوی (حداکثر ۵۵۰ گرم غذای نیم پز و یخ زده یا حداکثر ۵۵۰ گرم گوشت و سبزیجات پخته و آماده) را گرم می کند. 	<p>پیتزا را مستقیماً روی بشقاب گردان قرار دهید. اگر بسته حاوی مواد غذایی برای قرار دادن داخل ماکروفر مناسب است مستقیماً آنرا روی بشقاب گردان قرار دهید.</p> <p>محتویات داخل بسته را درون بشقاب ریخته آنرا با نایلون مخصوص یا یک بشقاب دیگر بپوشانید.</p>

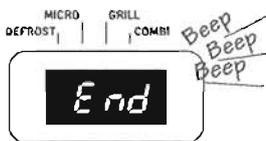
جهت تنظیم زمانهای پخت از پیش تعیین شده، طبق دستور العمل زیر عمل کنید:



دکمه برنامه خودکار را فشار دهید. (زمان از پیش تنظیم شده روی صفحه نمایشگر چشمک خواهد زد، در همین حال دومین علامت واقع در سمت چپ بالا و دیگری که پایین آن است و نشانگر قدرت از پیش تنظیم شده ماکروویو است روشن خواهند شد)



دکمه START (۱۴) را فشار دهید تا فر روشن شود.



هنگامیکه زمان تنظیم شده پایان یافت، سه بوق طولانی خواهید شنید، و کلمه END روی صفحه نمایشگر ظاهر خواهد شد.

برنامه ریزی ۱ از ۱ تا ۶ دقیقه با حداکثر قدرت

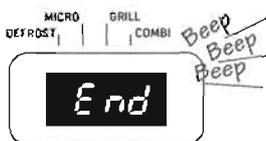
این عملکرد به هنگام گرم کردن مقادیر کم غذا یا نوشیدنی یا اضافه کردن دقایقی بیشتر در پایان زمان پخت، بسیار مفید است.



دکمه +1 MIN (۲) را فشار دهید. (علامت ۱:۰۰ روی نمایشگر شروع به چشمک زدن خواهد کرد و دومین علامت واقع در سمت چپ و بالا مربوط به عملکرد ماکروفر به همراه اولین علامت واقع در سمت پایینی سمت راست مربوط به قدرت ماکروفر ظاهر خواهند شد.) با هر بار زدن این دکمه ۳۰ ثانیه به مدت زمان پخت اضافه می شود که حداکثر آن ۶ دقیقه می باشد.



دکمه START (۱۴) را فشار دهید تا ماکروفر فعال گردد.



هنگامیکه زمان تنظیم شده پایان یافت، سه بوق طولانی خواهید شنید، و کلمه END روی صفحه نمایشگر ظاهر خواهد شد.

جهت جلوگیری از به کار افتادن ناخواسته و اتفاقی فر، قسمت کنترل الکترونیکی که شامل برنامه های محافظ زیر می باشد، روی دستگاه نصب شده است.

۱- قفل دکمه START

- هنگامیکه فر خاموش است و برنامه ای به آن داده نشده (ساعت روی صفحه ظاهر می شود)، دکمه **START** (۱۴) را به مدت ۵ ثانیه فشار دهید.

- یک بوق کوتاه خواهید شنید و دیگر قادر نخواهید بود داخل فر غذا بپزید.

- برای از کار انداختن قفل ایمنی، دکمه **START** را (۱۴) فشار داده، آنقدر نگاهدارید تا صدای بوق را دوباره بشنوید.

۲- قفل جهت تغییرات احتمالی زمان پخت

- هنگامیکه فر در حال کار است، این قطعه ایمنی مانع از دستکاری یا تغییر دادن زمانهای پخت می گردد. این برنامه باعث جلوگیری از زیاد شدن تصادفی یا اتفاقی زمان پخت (سوختن غذا) می گردد.

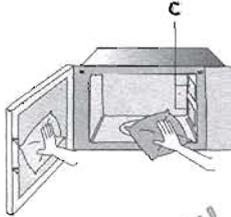
- هنگامیکه فر خاموش است و هیچ برنامه ای به آن داده نشده (ساعت نشان داده می شود) دکمه **STOP** (۶) را به مدت ۵ ثانیه فشار دهید.

- یک بوق کوتاه خواهید شنید و دیگر قادر نخواهید بود که زمانهای پخت را به هنگام اجرای برنامه پخت تغییر دهید.

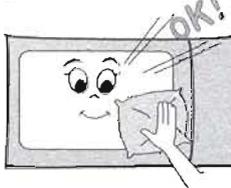
- جهت از کار انداختن قفل ایمنی، دکمه **STOP** (۶) را فشار داده، آنقدر نگاهدارید تا دوباره صدای بوق را بشنوید.

۱.۳ نظافت

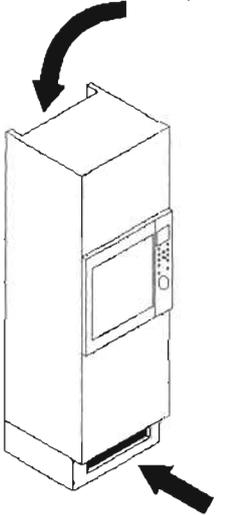
همواره قبل از نظافت فر، حوشخانه را از برق بیرون بکشید و مهر کنید تا وسیله خنک شود.



محفظه داخلی فر شما دارای یک لعابکاری مخصوص و نجسب می باشد که باعث می گردد علاوه بر این که ذرات چربی و غذا به آن نجسبند، نظافت آن نیز به راحتی انجام پذیرد. همواره پوششی بیرونی ماکروفر را تمیز نگهداشته و لکه های روغن و چربی را از روی آن پاک کنید. (شکل C)



هنگام تمیز کردن سطح بیرونی فر به هیچ عنوان از مواد پاک کننده زبر، اسفنجهای سیمی و لوازم تیز و فلزی استفاده نکنید. همچنین مراقب باشید آب و مایعات پاک کننده، باعث انسداد هواکش کباب پز واقع در بالای فر نشوند. جهت تمیز کردن سطح داخلی و خارجی درب فر، از الکل و مواد پاک کننده فرسایشی یا آمونیاکی استفاده نکنید. داخل فر را با بخار تمیز نکنید.



همواره داخل درب فر را تمیز نگهدارید تا از درست بسته شدن آن اطمینان حاصل نمایید. بدین ترتیب کثیفی و باقیمانده های غذا بین درب و قاب جلویی فر باقی نمی ماند. همواره حفره های مربوط به تهویه هوای فر که در پشت و زیر کابینت فر قرار دارند را بررسی کنید که بوسیله گرد و خاک و چیزهای دیگر مسدود نشده باشند. جهت بررسی ضروری حفرات تهویه واقع در پشت فر با مرکز خدمات طلایی نیکان تماس حاصل نمایید.

لازم است بعضی اوقات بشقاب گردان فر، و محافظ مربوط به آن جهت نظافت خارج گردد. کف فر نیز باید مرتباً تمیز گردد. بشقاب گردان و محافظ آن را با آب و مابون بشویند. مابون استفاده شده باید از نوع ملایم باشد. این قطعات را داخل ماشین ظرفشویی نیز می توانید بشویند. بشقاب گردان را بعد از اینکه به مدت طولانی حرارت دید، داخل آب سرد فرو نکنید. چرا که تغییر دمای ناگهانی باعث شکسته شدن آن می شود. موتور بشقاب گردان لاک و مهر شده و پوشیده است، بنابراین لازم نیست هنگام تمیز کردن زیر بشقاب گردان نگران نفوذ آب به زیر محور (د) باشید.

اطلاعات و دستورالعمل اجرای پخت، طبق قواعد IEC 60705 و EN 60705 (۱۹۹۹-۰۳)

کمیسیون بین المللی و الکترومکانیکی SC 59H، استاندارد در مورد آزمایشات مقایسه ای عملکرد گرم کردن در فرهای ماکرو ارائه داده است. برای این نوع فر توصیه می شود به روش زیر عمل کنید: طاقت (۳) مربوط به مدل ۳۳۴ و طاقت (۳) مربوط به مدل ۳۳۲ می باشد.

سرآزمایی	علا	مدت زمان پخت	عملکرد	میزان قدرت	وزن	نوع تغذیه	توضیحات
۱۲.۳.۱	هیولای طلوع برقی	۱۵-۱۷	مغزو	۵	۷۵۰ گرم	۵ دقیقه	بعد از سپری شدن زمان توقف سطح بیرونی بررسی شود. فستق داخلی بیرونی بعد از گذشت ۲ ساعت بررسی شود.
۱۲.۳.۲	کیک اسفنجی	۵-۷	مغزو	۵	۳۷۵ گرم	۵ دقیقه	از طرف هیولای ای نسوز استاندارد (به قطر حداکثر ۲۱۰ میلیمتر) یا ظرف هیولای ای پیرکس با قطر ۲۱۰ و بلندی ۵۰ میلیمتر و ضخامت دیواره ۶ میلیمتر استفاده کنید.
۱۲.۳.۳	گوجه ای	۱۹-۲۱	مغزو	۴	۹۰۰ گرم	۵ دقیقه	ظرف را با تاپون مخصوص فر که در نظافتی سوراخ شده ببوشانید. از ظرف چهارگوش هیولای ای استاندارد و فستق مطبق اقواد 1-10460-Arcopal®Cat. nr. Z1/B8(01) استفاده کنید.
۱۳.۳	پخت زبادی گوجه گوجه	۱۰-۱۲	پخت زبادی	-	۵۰۰ گرم	۱۵ دقیقه	غذای پخت زده را مستقیماً روی بشقاب گردان قرار دهید. بعد از سپری شدن نصف زمان پخت، غذا را پشت و رو کنید.
۱۲.۳.۴	سبب زردی تهری	۲۲-۲۶	ترکیب	۵	۱۱۰۰ گرم	۵ دقیقه	از ظرف هیولای ای نسوز استاندارد (به قطر حداکثر ۲۱۰ میلیمتر) یا ظرف هیولای ای پیرکس با قطر ۲۱۰ و بلندی ۵۰ میلیمتر و ضخامت دیواره ۶ میلیمتر استفاده کنید. ظرف را مستقیماً روی بشقاب گردان قرار داده و فر را از پیش گرم کنید.
۱۲.۳.۶	چوبه	۳۸-۴۰	ترکیب	۴	۱۲۰۰ گرم	۵ دقیقه	چوبه را داخل ظرف پیرکس هیولای ای با قطر ۲۱۰ و بلندی ۵۰ میلیمتر و ضخامت دیواره ۶ میلیمتر قرار دهید. نصف لیوان آب داخل ظرف بریزید و آن را مستقیماً روی بشقاب گردان بگذارید. از طرفه مکنوی با چکه غیر استفاده نکنید. بعد از گذشت نیمی از زمان پخت، غذا را پشت و رو کنید.