

SHARP

Avertissement



R-640

FOUR A MICRO-ONDES AVEC GRILL - MODE D'EMPLOI

F

Ce mode d'emploi du four contient des informations importantes, que vous devez lire avant d'utiliser votre four à micro-ondes.
Avertissement: Des risques sérieux pour la santé peuvent être encourus si ces instructions d'utilisation et d'entretien ne sont pas respectées ou si le four est modifié de sorte qu'il soit possible de le faire fonctionner lorsque la porte est ouverte.

800 W (IEC 60705)

Chère cliente, cher client,

Nous vous félicitons pour l'achat de votre nouveau four à micro-ondes avec grill, qui facilitera considérablement vos tâches en cuisine.

Vous serez agréablement surpris de voir tout ce qu'il est possible de faire avec un four à micro-ondes. Vous pouvez non seulement décongeler et réchauffer rapidement des aliments, mais également préparer des repas entiers.

Posséder un four à micro-ondes présente de nombreux avantages, dont vous ne pourrez que vous réjouir:

- La nourriture peut être préparée dans les plats de service, vous permettant de faire moins de vaisselle.
- Grâce aux temps de cuisson plus courts et à la faible quantité d'eau et de graisse utilisée, nombre de vitamines, minéraux et saveurs originales sont préservés.

Nous vous conseillons de suivre attentivement ces guides de cuisson et instructions d'utilisation.

Vous comprendrez dès lors plus aisément comment utiliser votre four.

Apprenez à apprécier votre four à micro-ondes et préparez, grâce à lui, vos plats préférés.

Votre équipe four à micro-ondes



Attention:
votre produit
comporte ce
symbole.
Il signifie que
les produits
électroniques
usagés ne doivent
pas être mélangés
avec les déchets
ménagers
généraux.
Un système de
collecte séparé
est prévu pour ces
produits.

A. Informations sur la mise au rebut à l'intention des utilisateurs privés (ménages)

1. Au sein de l'Union européenne

Attention : si vous souhaitez mettre cet appareil au rebut, ne le jetez pas dans une poubelle ordinaire !

Les appareils électriques et électroniques usagés doivent être traités séparément et conformément aux lois en vigueur en matière de traitement, de récupération et de recyclage adéquats de ces appareils.

Suite à la mise en oeuvre de ces dispositions dans les Etats membres, les ménages résidant au sein de l'Union européenne peuvent désormais ramener gratuitement* leurs appareils électriques et électroniques usagés sur des sites de collecte désignés.

Dans certains pays*, votre détaillant reprendra également gratuitement votre ancien produit si vous achetez un produit neuf similaire.

*) Veuillez contacter votre administration locale pour plus de renseignements.

Si votre appareil électrique ou électronique usagé comporte des piles ou des accumulateurs, veuillez les mettre séparément et préalablement au rebut conformément à la législation locale en vigueur.

En veillant à la mise au rebut correcte de ce produit, vous contribuerez à assurer le traitement, la récupération et le recyclage nécessaires de ces déchets, et préviendrez ainsi les effets néfastes potentiels de leur mauvaise gestion sur l'environnement et la santé humaine.

2. Pays hors de l'Union européenne

Si vous souhaitez mettre ce produit au rebut, veuillez contacter votre administration locale qui vous renseignera sur la méthode d'élimination correcte de cet appareil.

Suisse : les équipements électriques ou électroniques usagés peuvent être ramenés gratuitement au détaillant, même si vous n'achetez pas un nouvel appareil. Pour obtenir la liste des autres sites de collecte, veuillez vous reporter à la page d'accueil du site www.swico.ch ou www.sens.ch.

B. Informations sur la mise au rebut à l'intention des entreprises

1. Au sein de l'Union européenne

Si ce produit est utilisé dans le cadre des activités de votre entreprise et que vous souhaitez le mettre au rebut :

Veuillez contacter votre revendeur SHARP qui vous informera des conditions de reprise du produit. Les frais de reprise et de recyclage pourront vous être facturés. Les produits de petite taille (et en petites quantités) pourront être repris par vos organisations de collecte locales.

Espagne : veuillez contacter l'organisation de collecte existante ou votre administration locale pour les modalités de reprise de vos produits usagés.

2. Pays hors de l'Union européenne

Si vous souhaitez mettre ce produit au rebut, veuillez contacter votre administration locale qui vous renseignera sur la méthode d'élimination correcte de cet appareil.

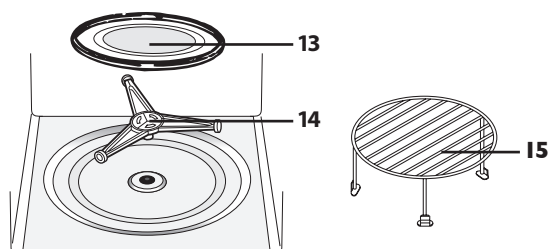
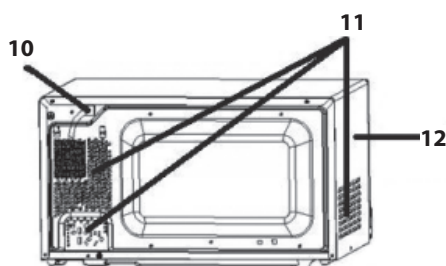
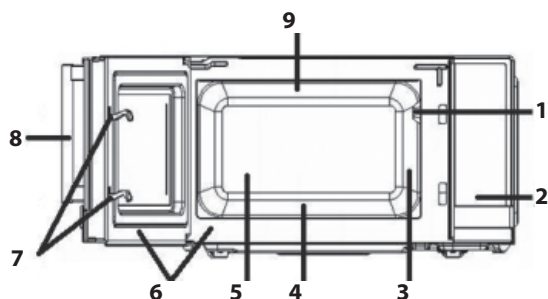


Mode d'emploi

CHÈRE CLIENTE, CHER CLIENT	1
INFORMATIONS SUR LA MISE AU REBUT	2
FOUR ET ACCESSOIRES	4
PANNEAU DE COMMANDE	5
INSTRUCTIONS IMPORTANTES DE SECURITE	6-8
INSTALLATION	8
AVANT LA MISE EN SERVICE	9
NIVEAU DE PUISSANCE DU MICRO-ONDES	9
REGLAGE DE L'HORLOGE	10
COMMENT UTILISER VOTRE FOUR	11-12
CUISSON AU GRILL	13-14
CUISSON MIX GRILL	15
DECONGELATION AUTOMATIQUE	16-17
CUISSON AUTOMATIQUE	18-19
AUTRES FONCTIONS PRATIQUES	20-22
CONSEILS DE CUISSON AU MICRO-ONDES	23-24
USTENSILES DE CUISINE COMPATIBLES	25
CONSEILS DE DECONGELATION	26
CONSEILS DE RECHAUFFAGE	27
NETTOYAGE ET ENTRETIEN	28
AVANT D'APPELER LE DEPANNEUR	29
FICHE TECHNIQUE	30
ADRESSES D'ENTRETIEN	I-IV



FOUR ET ACCESSOIRES



FOUR

1. Eclairage du four
2. Panneau de commande
3. Boîtier du guide d'ondes (NE PAS ENLEVER)
4. Entraînement
5. Cavité du four
6. Joint de porte et surface de contact du joint
7. Loquets de sécurité de la porte
8. Poignée d'ouverture de la porte
9. Élément de chauffage du grill
10. Cordon d'alimentation
11. Ouvertures de ventilation
12. Partie extérieure

ACCESSOIRES:

Assurez-vous que les accessoires suivants sont bien fournis avec le four:

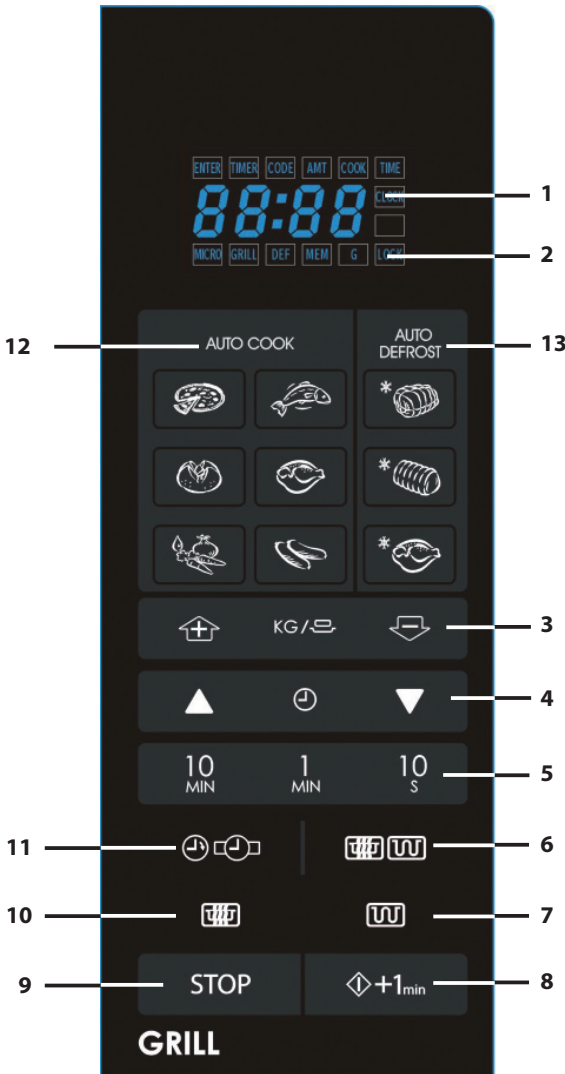
13. Plateau tournant
 14. Pied du plateau
 15. Grille
- Placez le pied du plateau dans l'entraînement situé sur le sol de la cavité, puis posez le plateau tournant sur le pied, en vous assurant qu'il soit fermement positionné.
 - Pour éviter d'endommager le plateau tournant, assurez-vous que les plats ou les récipients ne touchent pas le bord du plateau lorsque vous les retirez du four.
 - Concernant l'utilisation de la grille, référez-vous aux instructions de cuisson au grill des pages F-13-15.

Ne touchez jamais la grille lorsqu'elle est chaude.

REMARQUES:

- Le boîtier du guide d'ondes est fragile. Veuillez faire très attention en nettoyant l'intérieur du four à ne pas l'endommager.
- Après la cuisson sans couvercle d'aliments gras, nettoyez soigneusement la cavité et tout particulièrement l'élément de chauffage du grill. Ces derniers doivent être propres et secs. Les dépôts de graisse peuvent chauffer, libérer de la fumée voire prendre feu.
- Utilisez toujours le four avec le plateau tournant et le pied du plateau correctement ajustés. Ceci permet une cuisson en profondeur et régulière. Un plateau tournant mal positionné peut bouger, ne pas tourner correctement et endommager le four.
- Le plateau tournant pivote dans le sens des aiguilles d'une montre ou dans le sens inverse. Le sens de la rotation peut changer à chaque utilisation du four. Ceci n'affecte pas les performances de cuisson.
- Lorsque vous commandez des accessoires, veuillez mentionner au revendeur ou au service agréé d'entretien le **NOM DE LA PIÈCE** et le **NUMÉRO DU MODÈLE**. Ce numéro de modèle est situé sur l'étiquette signalétique, située sur la partie droite lorsque vous ouvrez la porte.

⚠ AVERTISSEMENT: ⚠ Ce symbole signifie que ces surfaces peuvent devenir chaudes durant l'utilisation. La porte, la partie extérieure, la cavité du four, les accessoires et les plats peuvent chauffer de manière importante durant l'utilisation. Pour éviter de vous brûler, utilisez toujours des gants de cuisine épais.



1. AFFICHAGE NUMÉRIQUE

2. VOYANTS LUMINEUX

Le voyant lumineux clignotera ou s'allumera durant l'utilisation:

ENTREE
MINUTEUR
CODE
AMT (QUANTITE)
CUISSON
TEMPS
HORLOGE
MICRO (MICRO-ONDES)
GRILL
DEF (DECONGELATION)
MEM (MEMOIRE)
G (GRAMME)
VERROUILLAGE

Les touches:

3. POIDS/PORTION
4. MOINS/PLUS DE TEMPS
5. TEMPS
6. MIX GRILL
7. GRILL
8. DEMMARRAGE/◇+1min
9. ARRÊT
10. NIVEAU DE PUISSANCE DU MICRO-ONDES
11. REGLAGE HORLOGE / MINUTEUR DE CUISSON
12. CUISSON AUTOMATIQUE

	Pizza
	Pommes de terre en robe des champs
	Légumes frais
	Poisson
	Blanc de poulet
	Saucisse

13. DECONGELATION AUTOMATIQUE

	Porc
	Bœuf
	Blanc de poulet



INSTRUCTIONS IMPORTANTES DE SECURITE

CONSIGNES IMPORTANTES DE SECURITE: VEUILLEZ LIRE ATTENTIVEMENT ET CONSERVER POUR VOUS Y REFERER ULTERIEUREMENT.

Pour éviter tout danger d'incendie.

Le four micro-ondes ne doit pas être laissé allumé sans supervision. Des puissances trop élevées, ou des temps de cuisson trop longs, peuvent surchauffer les aliments et causer un départ de feu.

Ce four est conçu pour être utilisé sur un plan de travail uniquement. Il n'est pas conçu pour être encastéré. Ne placez pas le four dans une armoire de cuisine. La prise secteur doit être facilement accessible, afin que la fiche du cordon d'alimentation puisse être aisément débranchée en cas d'urgence.

Le courant d'alimentation doit être à 230 V, 50 Hz, avec un fusible de ligne d'alimentation d'au moins 10 A ou un disjoncteur d'alimentation d'au moins 10 A.

Ce four doit être alimenté à partir d'un circuit électrique indépendant.

Veillez ne pas placer votre four à proximité d'une zone génératrice de chaleur. Par exemple, près d'un four traditionnel.

Ne placez pas ce four dans une atmosphère de humidité élevée ou bien où l'humidité peut s'accumuler.

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

Si vous observez la présence de fumées, éteignez ou débranchez le four et gardez la porte fermée afin d'étouffer des flammes éventuelles.

Vérifiez la compatibilité des ustensiles avec le four. Voir page F-25. Utilisez uniquement des récipients et ustensiles compatibles avec le mode micro-ondes. Lors du réchauffage de nourriture dans des récipients en plastique ou en papier, gardez un œil sur le four pour pallier au risque de départ de feu.

Nettoyez le boîtier du guide d'ondes, la cavité micro-ondes et le plateau tournant après utilisation. Ceux-ci doivent être secs et propres. Les dépôts de graisse peuvent chauffer, commencer à fumer ou prendre feu.

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

Retirez tout emballage métallique, embout de fermeture facile, etc., des aliments et emballages alimentaires. Des arcs électriques peuvent apparaître sur les surfaces métalliques et être sources d'incendie.

N'utilisez pas ce four micro-ondes pour faire de la friture. La température de l'huile ne peut pas être contrôlée et l'huile risquerait de s'enflammer.

Pour faire du pop-corn, utilisez une machine à pop-corn spéciale micro-ondes.

Ne conservez aucun aliment ou produit à l'intérieur du four. Vérifiez les réglages après la mise en service du four et assurez-vous que le four fonctionne correctement.

Pour éviter surchauffe et départ d'incendie, il est important d'être vigilant lors de la cuisson ou du réchauffage d'aliments au contenu en graisse ou en sucre élevés, par exemple, Roulés à la saucisse, Tartes ou pudding de Noël. Référez-vous aux conseils de cuisson du mode d'emploi et à la section livre de cuisine.

Pour éviter toute blessure

AVERTISSEMENT:

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

- a) Porte: assurez-vous qu'elle ferme correctement, qu'elle ne présente pas de défaut d'alignement et qu'elle n'est pas voilée.
- b) Charnières et loquets de sécurité: assurez-vous qu'ils ne sont ni endommagés ni desserrés.
- c) Joints de porte et surfaces de contact: assurez-vous qu'ils ne sont pas endommagés.
- d) Intérieur de la cavité et de la porte: assurez-vous qu'il n'est pas cabossé.
- e) Cordon d'alimentation et sa prise: assurez-vous qu'ils ne sont pas endommagés.

Si la porte ou les joints de porte sont endommagés, l'appareil ne doit pas être utilisé avant d'avoir été réparé par une personne qualifiée.

Ne réglez, ne réparez ou ne modifiez jamais le four par vous-même. Il est dangereux pour une personne non-qualifiée d'effectuer des opérations de réparation ou d'entretien demandant le démontage du boîtier protégeant l'utilisateur des ondes micro-ondes.

Ne faites pas fonctionner le four avec porte ouverte et ne modifiez pas les loquets de sécurité de la porte d'une quelconque manière.

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

Évitez que de la graisse ou des saletés ne s'accumulent dans le joint de porte ou sur les pièces proches. Nettoyez le four à intervalles réguliers et retirez tout reste de nourriture. Respectez les instructions du paragraphe "Nettoyage et entretien" de la page F-28. Le non-respect des consignes de nettoyage du four peut entraîner une détérioration de la surface susceptible d'affecter le bon fonctionnement de l'appareil et de présenter des risques.

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

Pour éviter toute décharge électrique

Ne retirez en aucun cas le boîtier externe.

Ne versez aucun liquide ou n'insérez aucun objet dans les ouvertures de verrouillage de la porte ou de ventilation. Si un liquide a été renversé, éteignez et débranchez immédiatement le four, et appelez un agent d'entretien agréé SHARP.

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

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



Gardez le cordon d'alimentation éloigné des surfaces chaudes, y compris la face arrière du four.

N'essayez pas de remplacer la lampe du four par vous-même, ou de laisser une personne autre qu'un électricien agréé SHARP le faire. Si la lampe du four tombe en panne, veuillez consulter votre revendeur ou un service d'entretien agréé SHARP.

Si le cordon d'alimentation de votre appareil est endommagé, il doit être remplacé par un câble spécifique. Cet échange doit être fait par un agent d'entretien agréé SHARP.

Pour éviter toute explosion ou ébullition soudaine:

AVERTISSEMENT: Les liquides ou autres aliments ne doivent pas être réchauffés dans des récipients fermés, ceux-ci étant susceptibles d'exploser.

Le réchauffage au micro-ondes de boissons peut mener à une ébullition éruptive différée, et des précautions particulières doivent être prises lors de la manipulation du récipient.

N'utilisez jamais de récipient scellé. Retirer tout ruban d'étanchéité et couvercle avant l'utilisation. La surpression dans un récipient scellé peut provoquer une explosion et ce, même une fois le four arrêté.

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

Ne réchauffez jamais de liquide dans des récipients à goulot étroit, comme des biberons, le contenu pouvant alors déborder du récipient lors du chauffage et causer des brûlures.

Pour éviter tout débordement de liquide bouillant et brûlure éventuelle:

1. N'utilisez pas de temps de cuisson trop long.
2. Remuez le liquide avant le chauffage/réchauffage.
3. Il est recommandé de placer une tige de verre ou un objet similaire (non-métallique) dans le liquide durant le réchauffage
4. Conservez le liquide pendant au moins 20 secondes dans le four une fois le chauffage terminé, de manière à éviter toute ébullition soudaine différée.

Ne cuisez pas d'œufs dans leurs coquilles. Les œufs durs ne doivent pas être réchauffés au micro-ondes, puisqu'ils peuvent exploser même une fois le chauffage terminé. Pour cuire ou réchauffer des œufs non brouillés ou mélangés, percez le blanc et le jaune, les œufs risquant sinon d'exploser. Décortiquez et découpez les œufs durs avec de les réchauffer dans le four micro-ondes.

Percez la peau des aliments tels que pommes de terres, saucisses ou fruits avant la cuisson, pour éviter tout risque d'explosion.

Pour éviter toute brûlure

AVERTISSEMENT: Il est nécessaire de remuer ou d'agiter le contenu des biberons et pots pour bébé et de vérifier leur température avant leur consommation, afin d'éviter toute brûlure.

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

Ouvrez toujours les récipients, machines à pop-corn, sacs de cuisson pour four, etc., en les gardant éloignés de votre visage et de vos mains, afin d'éviter les risques de brûlure par vapeur et de débordement de liquide bouillant.

Pour éviter toute brûlure, testez toujours la température des aliments et remuez avant de servir. Faites particulièrement attention aux aliments et boissons destinés aux bébés, enfants ou personnes âgées. Des pièces accessibles peuvent chauffer durant l'utilisation. Les enfants en bas âge doivent rester à distance de l'appareil.

La température du récipient est trompeuse et ne reflète pas celle des aliments. Vérifiez toujours la température des aliments.

Tenez-vous éloigné du four lors de l'ouverture de la porte, de manière à éviter toute brûlure due à la vapeur ou à la chaleur. Coupez en tranches les plats cuisinés farcis après chauffage afin de laisser s'échapper la vapeur et d'éviter les brûlures. Cet appareil n'est pas conçu pour être utilisé via un minuteur ou un système de télé-commande externes.

Pour éviter toute mauvaise utilisation par les enfants

AVERTISSEMENT: N'autorisez un enfant à utiliser le four sans supervision que si des instructions adéquates lui ont été données, afin que l'enfant puisse utiliser le four de manière sûre en comprenant les dangers liés à une mauvaise utilisation. Lorsque l'appareil est utilisé en mode GRILL, MIX GRILL et CUISSON AUTOMATIQUE, les enfants ne doivent utiliser le four que sous la supervision d'un adulte, en raison des températures élevées générées. Cet appareil n'est pas conçu pour être utilisé par des personnes (y compris des enfants) aux capacités physiques, sensorielles ou mentales diminuées, sans expérience ni connaissances sur le fonctionnement, à moins qu'ils ne soient supervisés ou que des consignes d'utilisation leur aient été données par une personne responsable de leur sécurité. Les enfants doivent être surveillés pour s'assurer qu'ils ne jouent pas avec l'appareil.

Les enfants doivent être surveillés afin de s'assurer qu'ils ne jouent pas avec l'appareil.

Il est important d'apprendre aux enfants les principales consignes de sécurité: utilisation des poignées, prudence lors de l'ouverture des emballages alimentaires, attention spéciale portée aux emballages (par ex. matériaux auto-chauffants) conçus pour garder les aliments croustillants, ceux-ci pouvant être chauds.

Autres avertissements

Veuillez ne pas modifier le four en aucune manière. Veuillez ne pas déplacer le four pendant son fonctionnement. Ce four a été conçu pour la préparation d'aliments et ne doit être utilisé que pour leur cuisson. Il n'est pas adapté à un usage commercial ou scientifique.

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

N'utilisez jamais le four à vide, sauf si recommandé dans le mode d'emploi, voir page F-13. Ceci pourrait endommager le four. Lors de l'utilisation d'un plat à brunir ou d'un matériau auto-chauffant, gardez toujours un



INSTRUCTIONS IMPORTANTES DE SECURITE

matériau isolant thermique en dessous, telle qu'une assiette en porcelaine, afin d'éviter que les contraintes thermiques n'endommagent le plateau tournant. Le temps de préchauffage stipulé dans les instructions du plat ne doit pas être dépassé.

N'utilisez pas d'ustensiles en métal, qui reflètent les ondes micro-ondes et peuvent être source d'arcs électriques. Ne placez pas de canettes dans le four.

Utilisez uniquement le plateau tournant conçu pour ce four.

Ne posez aucun objet sur le boîtier du four pendant son fonctionnement.

Ne placez pas de récipients en plastique dans le micro-ondes lorsque le four est encore chaud après une utilisation du **GRILL**, **MIX GRILL** et **CUISSON AUTOMATIQUE**, car ils risqueraient de fondre. Les récipients en plastique ne peuvent pas être utilisés pour les modes de fonctionnement précédents, sauf si mentionné spécifiquement par le constructeur.

REMARQUES:

Si vous n'êtes pas sûr de savoir comment brancher votre four, veuillez consulter un électricien qualifié et agréé.

Ni le fabricant ni le distributeur ne sauraient être tenus responsable des dommages occasionnés au four ou des blessures personnelles qui résulteraient d'une mauvaise observation des consignes de branchement électrique.

Des gouttes d'eau peuvent se former sur les parois de la cavité du four, autour des joints et des surfaces d'étanchéité. Ceci est normal et n'est pas une indication d'un mauvais fonctionnement ou de fuites de micro-ondes.



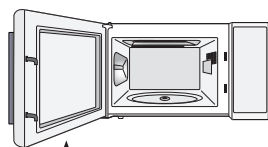
Ce symbole signifie que ces surfaces peuvent devenir chaudes durant l'utilisation.



INSTALLATION

1. Retirez tous les matériaux d'emballage de l'intérieur de la cavité du four. Retirez l'autocollant présentant les fonctionnalités, le cas échéant, de l'intérieur de la porte.

Ne retirez pas la pellicule de protection se trouvant à l'intérieur de la porte.



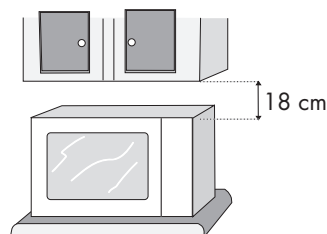
NE PAS ENLEVER

2. Vérifiez soigneusement que le four ne présente aucun signe de dommages.

3. La porte du four peut devenir chaude durant la cuisson. Placez ou montez le four de manière à ce que la partie inférieure du four soit au moins à 85 cm du sol. Gardez les enfants à distance de la porte pour éviter qu'ils ne se brûlent.

4. Ne laissez pas le cordon d'alimentation reposer sur des surfaces chaudes ou coupantes, telles que l'aération d'évacuation de l'air chaud à l'arrière du four.

5. Assurez-vous qu'il existe un vide au-dessus du four d'au moins 18 cm.



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

AVANT LA MISE EN SERVICE



Branchez le four.

1. L'affichage du four clignotera.



2. Pressez la touche **ARRÊT**.



3. Le symbole suivant s'affiche:



Utilisez la touche **ARRÊT** pour:

1. Effacer une erreur de programmation.
2. Arrêter le four temporairement pendant la cuisson.
3. Annuler un programme durant la cuisson, Pressez la touche **ARRÊT**.
4. Pour régler ou annuler le verrouillage enfant (reportez-vous à la page F-22).



NIVEAU DE PUISSANCE DU MICRO-ONDES



Niveau de puissance	Appuyez sur la touche NIVEAU DE PUISSANCE	Pourcent
FORT	x 1	P100
MOYEN-FORT	x 2	P70
MOYEN	x 3	P50
MOYEN-DOUX (Décongélation)	x 4	P30
DOUX (Décongélation)	x 5	P10



Touche **NIVEAU DE PUISSANCE**

- Votre four possède 5 niveaux de puissance, comme montré ci-contre.
- Pour changer le niveau de puissance de cuisson, pressez la touche **NIVEAU DE PUISSANCE**, puis entrez le temps de cuisson.

Niveau de puissance

Le niveau de puissance des micro-ondes est modulé en coupant et en rallumant la source d'énergie micro-ondes.

Lors de l'utilisation d'un niveau de puissance de moins de 100%, vous pourrez entendre l'énergie micro-ondes pulser, s'allumant et s'éteignant, durant la cuisson ou la décongélation de vos aliments.

IMPORTANT: La cuisson se fera au niveau de puissance de 100% si vous ne pressez pas la touche **NIVEAU DE PUISSANCE** pour rentrer le réglage désiré.

Vérification du niveau de puissance

Pour vérifier le niveau de puissance micro-ondes durant la cuisson, pressez la touche **NIVEAU DE PUISSANCE**. Tant que la touche **NIVEAU DE PUISSANCE** est pressée, le niveau de puissance s'affiche.

Le minuteur continue de fonctionner même lorsque le niveau de puissance est affiché.

Suivez les recommandations générales suivantes pour choisir le niveau de puissance de cuisson:

100 P (800 W) pour les cuissons rapides et le réchauffage, par ex. soupe, ragoûts, nourriture en boîte de conserve, boissons chaudes, légumes etc.

70 P (560 W) pour les cuissons plus longues de nourritures denses, comme rôtis, pains de viande, repas dans une assiette, mais aussi pour les plats sensibles comme les sauces au fromage et gâteaux éponge. A ce niveau réduit de puissance, la sauce ne bouillera pas et la nourriture sera cuite uniformément sans sur-cuisson sur les bords.

50 P (400 W) pour les aliments denses nécessitant un long temps de cuisson pour une cuisson traditionnelle, par ex. plats à base de bœuf, il est recommandé d'utiliser ce niveau de puissance pour obtenir une viande tendre.

30 P (240 W) Réglage de décongélation) utilisez ce niveau de puissance pour décongeler, afin de vous assurer une décongélation uniforme. Ce réglage est aussi adapté à la cuisson du riz, des pâtes, des boulettes et de la crème renversée.

10 P (80 W) pour la décongélation douce, par ex. gâteaux à la crème ou pâtisseries.

P=POURCENTAGE



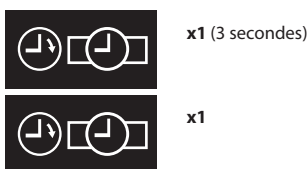
REGLAGE DE L'HORLOGE

Votre four possède une horloge au format 12 heures ou 24 heures.

- Pour sélectionner l'horloge au format 12 heures, pressez la touche **REGLAGE HORLOGE / MINUTEUR DE CUISSON** une fois pendant 3 secondes. "12H" s'affichera.



- Pour sélectionner l'horloge au format 24 heures, pressez la touche **REGLAGE HORLOGE / MINUTEUR DE CUISSON** deux fois. "24H" s'affichera.



Pour régler l'horloge, suivez les instructions ci-contre.

REMARQUES:

- Pressez la touche **ARRÊT** en cas d'erreur durant la programmation.
- Si vous pressez la touche **TEMPS** une fois de trop, continuez à pressez la touche jusqu'à ce que le temps désiré réapparaisse.
- Si l'horloge est réglée, lorsque la cuisson est terminée l'heure correcte s'affiche. Si l'horloge n'a pas été réglée, l'écran affiche seulement le symbole ":" à la fin de la cuisson.
- Si l'alimentation électrique du four à micro-ondes est coupée, l'affichage montrera de manière intermittente "88:88" une fois le courant rétabli. Si la coupure intervient durant la cuisson, le programme sera effacé. Le réglage de l'horloge sera aussi effacé.
- Si vous souhaitez remettre l'horloge à l'heure, suivez à nouveau l'exemple ci-contre.

1. Sélectionnez le format d'horloge voulu.



"12H" s'affichera.



"24H" s'affichera.



2. Entrez les heures en pressant la touche **10 MIN**.



3. Entrez les minutes en pressant les touches **1 MIN** et **10 SEC**.



4. Pour démarrer l'horloge, pressez la touche **REGLAGE HORLOGE / MINUTEUR DE CUISSON** deux fois.



REMARQUES:

Une fois le format 12 heures ou 24 heures sélectionné, la fonction horloge ne vous laissera plus rentrer un réglage de l'heure non-compatible avec ce format. Par exemple, il n'est pas possible de rentrer 13:00 pour le format 12 heures ou 25:00 pour le format 24 heures. Si une heure incorrecte est rentrée, l'affichage retournera à 12H ou 24H. En pressant la touche **REGLAGE HORLOGE / MINUTEUR DE CUISSON**, il est possible de régler à nouveau l'horloge.



Ouverture et fermeture de la porte:

Pour ouvrir la porte du four, tirer sur la poignée d'ouverture de la porte.

Démarrage du four:

Fermez la porte et pressez la touche **DEMARRAGE**/◊+1 min.



Arrêt du four:

Si vous souhaitez arrêter le four durant la cuisson, pressez la touche **ARRÊT** une fois et ouvrez la porte du four.



Si vous souhaitez annuler le programme de cuisson, Pressez la touche **ARRÊT**.

Votre four vous permet de cuire et de décongeler vos aliments via des programmes automatiques, ou de cuire et de décongeler de manière manuelle.

La cuisson et la décongélation automatiques vous permettent de cuire et de décongeler en utilisant des programmes pré-réglés, pour lesquels les temps de cuisson ont été calculés pour vous, par ex. **CUISSON AUTOMATIQUE** et **DECONGELATION AUTOMATIQUE**.

La cuisson et la décongélation automatiques vous permettent de cuire ou de décongeler des aliments et des poids non-compris dans les programmes automatiques. Les exemples suivants présentent des cas de cuisson et décongélation manuelles.

Pour la cuisson et la décongélation automatiques, veuillez vous référer aux pages F-16-19.

CUISSON MANUELLE EN MODE MICRO-ONDES UNIQUEMENT

- Entrez le niveau de puissance et le temps de cuisson.
- Mélangez ou retournez les aliments, si possible, 2 - 3 fois durant la cuisson, si nécessaire.
- Après la cuisson, couvrez les aliments et laissez refroidir, si nécessaire.

Exemple:

Pour cuire 2 minutes et 30 secondes à 70% de puissance.

1. Entrez le niveau de puissance en appuyant 2 fois sur la touche **NIVEAU DE PUISSANCE**.



2. Entrez le temps de cuisson en appuyant deux fois sur la touche **1 MIN**, puis trois fois sur la touche **10 SEC**



3. Appuyez sur la touche ◊ (**DEMARRAGE**)/+1 min pour lancer la minuterie.



L'affichage montrera le temps se décomptant durant la cuisson.



COMMENT UTILISER VOTRE FOUR

DÉCONGÉLATION MANUELLE

- Entrez le temps de décongélation et utilisez des niveaux de puissance de 10% à 30% pour décongeler (reportez-vous à la page F-9).
- Mélangez ou retournez les aliments, si possible, 2 - 3 fois durant la cuisson,
- Après la décongélation, couvrez les aliments de papier aluminium et laissez-les reposer jusqu'à décongélation complète.

NOTES POUR CUISSON ET DECONGELATION MANUELLES:

- Lors du démarrage du four, la lampe du four s'allume et le plateau tournant commence à tourner dans le sens des aiguilles d'une montre ou dans le sens inverse.
- Le temps de cuisson programmable maximal est de 99 minutes, 90 secondes (99,90).

REMARQUE:

- Si la porte est ouverte durant la cuisson ou la décongélation pour mélanger ou retourner les aliments, le temps de cuisson sur l'affichage s'arrête automatiquement. Le temps de cuisson ou de décongélation recommence à s'écouler une fois la porte fermée et la touche **DEMARRAGE**/◇+1min pressée.
- lorsque la cuisson est terminée ouvrez la porte et pressez la touche **ARRÊT** et l'heure s'affichera sur l'écran, si l'horloge a été réglée.
- Si vous voulez connaître le niveau de puissance durant la cuisson, pressez la touche **NIVEAU DE PUISSANCE** et la valeur s'affichera 3 secondes sur l'écran, puis disparaîtra après 3 secondes.

Exemple:

Pour décongeler pendant 10 minutes à 30 % de puissance.

1. Entrez le niveau de puissance en appuyant 4 fois sur la touche **NIVEAU DE PUISSANCE**.



2. Entrez le temps de décongélation en appuyant une fois sur la touche **10 MIN**.



3. Appuyez sur la touche ◇ (**DEMARRAGE**)/+1 min pour lancer la minuterie.



L'affichage décompte la durée de décongélation restante.



Il est possible d'observer de la fumée ou de sentir une odeur de brûlé durant la première utilisation du grill. Ceci est normal et ne signifie pas que le four est hors-service.

Pour éviter ce problème, lors de la première utilisation du four, chauffez le four à vide (sans aliment) pendant 20 minutes en mode grill.

IMPORTANT: Durant le fonctionnement, ouvrez une fenêtre ou mettez en route le système de ventilation de votre cuisine pour évacuer la fumée et les odeurs. Assurez-vous qu'il n'y a pas de nourriture dans le four.

Exemple:

Première utilisation du grill, en utilisant la touche **GRILL**.

1. Pressez la touche **GRILL** une seule fois.



2. Entrez le temps de cuisson en appuyant deux fois sur la touche **10 MIN**.



3. Appuyez sur la touche  (**DÉMARRAGE**)/+1 min pour lancer la minuterie.



L'affichage montrera le temps. Lorsque le four a terminé le programme, ouvrez la porte pour refroidir la cavité du four.

AVERTISSEMENT:

La porte, la partie extérieure, la cavité du four et les accessoires peuvent devenir chauds durant le fonctionnement. Faites attention à ne pas vous brûler lors du refroidissement du four après usage.



CUISSON AU GRILL

Le grill situé sur la partie supérieure de la cavité de four dispose d'un seul réglage. Le grill est assisté par le plateau tournant qui pivote de manière simultanée afin de griller uniformément les aliments.

Utilisez la grille pour griller de petits éléments de nourriture, tels que bacon, jambon et pains aux raisins, et retournez les aliments à mi-cuisson.

La nourriture peut être placée directement sur la grille, dans un plat à tarte ou une assiette résistante à la température sur la grille

REMARQUES:

- Il n'est pas nécessaire de préchauffer le grill avant la cuisson.
- Lorsque vous grillez de la nourriture dans un plat profond, placez le récipient sur le plateau tournant.

Exemple:

Pour cuire au grill pendant 20 minutes, en utilisant la touche **GRILL**.

1. Pressez la touche **GRILL** une seule fois.



2. Entrez le temps de cuisson en appuyant deux fois sur la touche **10 MIN**,



3. Appuyez sur la touche $\diamond$ (**DÉMARRAGE**)/+1 min pour lancer la minuterie.



L'affichage décompte la durée de décongélation restante.

AVERTISSEMENT:

La porte, la partie extérieure, la cavité du four et les accessoires peuvent devenir très chauds durant le fonctionnement. Pour éviter de vous brûler, utilisez toujours des gants de cuisine épais.



MIX GRILL combine la puissance micro-ondes et la cuisson au grill. MIX signifie que la cuisson se fait alternativement par Micro-ondes et au Grill.

La combinaison de la cuisson micro-ondes avec le grill permet de réduire le temps de cuisson, tout en gardant des aliments grillés et croustillants. Il existe deux types de combinaison:

COMBINAISON 1

Cuisson micro-ondes pendant 30% du temps Cuisson au grill pendant 70% du temps. Adapté aux poissons et gratins.

COMBINAISON 2

Cuisson micro-ondes pendant 55% du temps Cuisson au grill pendant 45% du temps. Utiliser pour les omelettes et la volaille.

REMARQUES:

- Il n'est pas nécessaire de préchauffer le grill avant la cuisson.
- Lorsque vous grillez de la nourriture dans un plat profond, placez le récipient sur le plateau tournant.

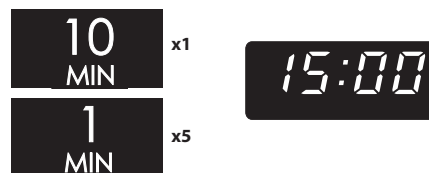
Exemple:

Pour cuire au grill pendant 15 minutes, en utilisant le mode **MIX GRILL**, Cuisson micro-ondes pendant 30% du temps

1. Pressez la touche **MIX GRILL** une fois.
(Pressez la touche **MIX GRILL** deux fois pour la **COMBINAISON 2.**)



2. Entrez le temps de cuisson en appuyant une fois sur la touche **10 MIN** puis 5 fois sur la touche **1 MIN**.



3. Appuyez sur la touche  (**DÉMARRAGE**)/+1 min pour lancer la minuterie.



L'affichage décompte le temps de cuisson restant.



AVERTISSEMENT:

La porte, la partie extérieure, la cavité du four et les accessoires peuvent devenir très chauds durant le fonctionnement. Pour éviter de vous brûler, utilisez toujours des gants de cuisine épais.



DECONGELATION AUTOMATIQUE

La **CUISSON / DECONGELATION AUTOMATIQUES** vous permet de cuire ou de décongeler les aliments listés sur le panneau de contrôle et les tableaux des pages F-17 et F-19.

Suivez l'exemple ci-dessous pour savoir comment utiliser ces fonctions.

Exemple de DECONGELATION AUTOMATIQUE:

Pour décongeler un kilo de bœuf.

1. Pressez la touche **BOEUF**.



x1



2. Entrez le poids en pressant la touche **POIDS PLUS** 9 fois.

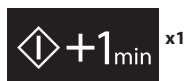


KG/⌘

x9



3. Appuyez sur la touche  (**DÉMARRAGE**)/+1 min pour lancer la minuterie.



x1



L'affichage décompte la durée de décongélation restante.

AUTO DEFROST



Porc



Bœuf



Blanc de poulet

⚠ AVERTISSEMENT:

La porte, la partie extérieure, la cavité du four et les accessoires peuvent devenir très chauds durant le fonctionnement. Pour éviter de vous brûler, utilisez toujours des gants de cuisine épais.



TABEAU DE DECONGELATION AUTOMATIQUE

MENU	PLAGE DE POIDS	NOTES POUR LA DECONGELATION AUTOMATIQUE
Rôti: Porc 	100 g - 2000 g	- Vous devrez peut-être retourner la nourriture durant la décongélation pour assurer un résultat homogène. - Lorsque vous devez effectuer une action (par exemple, retourner les aliments), le four s'arrête, un signal sonore se déclenche et un voyant clignote sur l'affichage. Pour continuer la cuisson, pressez la touche DEMARRAGE/ +1min. - La température finale de la nourriture dépend de la température initiale des aliments. Vérifiez que vos aliments sont complètement décongelés. Si nécessaire, vous pouvez allonger le temps de décongélation manuellement. - Avant de congeler de la nourriture, assurez-vous qu'elle soit fraîche et de bonne qualité.
Bœuf 	100 g - 2000 g	
Blanc de poulet 	100 g - 2000 g	

Les aliments à décongeler sont conservés à -18°C.

NOTES POUR LA DECONGELATION MANUELLE:

- Pour décongeler manuellement, sélectionnez les niveaux de puissance P10 ou P30. Sélectionnez le temps désiré et pressez la touche **DEMARRAGE**.
- Si nécessaire, protégez les petits morceaux de viande ou de volaille avec de petits morceaux plats d'aluminium. Ceci permet d'empêcher ces parties de devenir chaudes pendant la décongélation. Faites attention à ce que l'aluminium ne touche pas les parois du four.
- Ne cuisez la viande ou la volaille qu'une fois complètement décongelée.

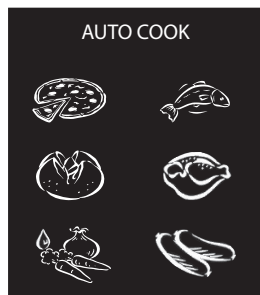
PLAGE DE POIDS POUR LA DECONGELATION AUTOMATIQUE

- Pesez la viande ou la volaille avant chaque cuisson/décongélation, le poids sur l'étiquette pouvant être seulement approximatif.
- Le poids des aliments doit être arrondi à 100 g près, par exemple, 650 g à 700 g.
- Vous devez vous limiter à la décongélation d'aliments aux poids compris dans les tableaux.**



CUISSON AUTOMATIQUE

La CUISSON AUTOMATIQUE vous permet de cuire les aliments listés sur le panneau de contrôle.



CUISSON
AUTOMATIQUE

Suivez l'exemple ci-contre pour plus de détails concernant l'utilisation de cette fonction.

Exemple:

Pour cuire deux pommes de terre en robe des champs (460 g).

1. Sélectionnez le menu requis en pressant la touche **Pommes de terre en robe des champs**.



2. Pressez la touche **POIDS PLUS/MOINS** pour choisir le nombre de pommes de terre (jusqu'à 3).



3. Appuyez sur la touche **◇ (DÉMARRAGE)/+1 min** pour lancer la minuterie.



L'affichage décompte le temps de cuisson restant.

⚠ AVERTISSEMENT:

La porte, la partie extérieure, la cavité du four et les accessoires peuvent devenir très chauds durant le fonctionnement. Pour éviter de vous brûler, utilisez toujours des gants de cuisine épais.



TABLEAU DE CUISSON AUTOMATIQUE

MENU	PLAGE DE POIDS	ETAT DE LA NOURRITURE
Pizza 	150 g - 450 g	Pizza fraîche déjà préparée, réchauffée en utilisant le micro-ondes.
Poisson 	200 g - 600 g	Poisson frais entier, cuisinée en utilisant le micro-ondes.
Pommes de terre en robe des champs (230 g chacune) 	230 g - 690 g	Pomme de terre fraîche, cuisinée en utilisant le micro-ondes.
Blanc de poulet 	200 g - 600 g	Blanc de poulet frais, cuisinés en utilisant le micro-ondes.
Légumes frais 	200 g - 600 g	Légumes frais cuisinée en utilisant le micro-ondes.
Saucisse 	100 g - 500 g	Saucisse fraîche, cuisinée en utilisant le micro-ondes.

PLAGE DE POIDS:

- Le poids des aliments doit être arrondi à 100 g près, par exemple 650 g à 700 g ou 340 g à 300 g.

REMARQUES:

- S'il est nécessaire de remuer la nourriture durant la cuisson automatique, le four s'arrête et un signal sonore se déclenche, le temps de cuisson restant s'affichant simultanément sur l'affichage. Pour continuer la cuisson une fois la nourriture mélangée, pressez la touche **DEMARRAGE**/◊+1min.
- La température finale de la nourriture dépend de la température initiale des aliments. Vérifiez que vos aliments sont complètement décongelés. Si nécessaire, prolongez la cuisson manuellement.
- Les résultats de la cuisson automatique dépendent de variables comme la forme et la taille des aliments ainsi que de vos préférences en matière de cuisson. Si vous n'êtes pas satisfait(e) du résultat, veuillez ajuster le temps de cuisson à votre convenance.



AUTRES FONCTIONS PRATIQUES

1. CUISSON AU SEQUENCE

Cette fonction vous permet de cuire en utilisant deux étapes différentes, qui peuvent inclure une cuisson au Grill ou Mix Grill.

Une fois programmé, il n'est pas nécessaire d'intervenir sur le four, le four passant automatiquement d'un mode de cuisson à l'autre.

Exemple:

Pour cuire:

5 minutes avec 70% de puissance micro-ondes (Etape 1)

6 minutes au Grill (Etape 2)

ETAPE 1

1. Entrez le niveau de puissance en appuyant 2 fois sur la touche **NIVEAU DE PUISSANCE**.



2. Entrez le temps de cuisson en appuyant 5 fois sur la touche **1 MIN**.



ETAPE 2

3. Sélectionnez le grill en pressant la touche **GRILL** une fois.



4. Entrez le temps de cuisson en appuyant 6 fois sur la touche **1 MIN**.



5. Appuyez sur la touche **◊ (DÉMARRAGE)/+1 min** pour lancer la minuterie.



REMARQUE IMPORTANTE:

Il est très important de faire attention à rentrer le niveau de puissance, la fonction et le temps de manière correcte pour une cuisson séquentielle. Si vous entrez un niveau de puissance, une fonction ou une durée de cuisson incorrects, pressez la touche **ARRÊT** deux fois et redémarrez le processus.

2. FONCTION + 1min

La touche +1min vous permet:

- De cuire à 100% de la puissance micro-ondes par multiples de 1 minute.
- D'allonger le temps de cuisson en cuisson manuelle par multiples de 1 minute. Vous ne pouvez utiliser cette fonction qu'en cuisson manuelle.

REMARQUES:

- Le temps total peut être allongé jusqu'à 99 minutes.

Exemple:

Pour cuire sur P100 pendant 2 minutes, pressez la touche deux fois **DÉMARRAGE/◊+1min**.





3. Touche PLUS OU MOINS DE TEMPS

Les touches **PLUS**(▲) et **MOINS**(▼) vous permettent de:

- Augmenter ou réduire le temps de cuisson/décongélation pendant l'utilisation du four (mode de cuisson manuelle uniquement).

POUR UNE CUSSION MANUELLE:

Exemple:

Pour cuire pendant 10 minutes à 50% de la puissance micro-ondes, puis diminuer le temps de cuisson par 2 minutes.

- Entrez le niveau de puissance en appuyant 3 fois sur la touche **NIVEAU DE PUISSANCE**.



- Entrez le temps de cuisson en appuyant une fois sur la touche **10 MIN**.



- Appuyez sur la touche **◇ (DÉMARRAGE)/+1 min** pour lancer la minuterie.



- Réduisez le temps de cuisson en appuyant 2 fois sur la touche **MOINS DE TEMPS**.



Le temps de cuisson est réduit de 2 minutes et continue à être décompté, par exemple:

REMARQUES:

- Le temps de cuisson / décongélation peut être modifié par intervalle de 1 minute.
- Le temps total peut être allongé jusqu'à 99 minutes.



AUTRES FONCTIONS PRATIQUES

4. MINUTEUR DE CUISINE

Utilisez le MINUTEUR DE CUISINE pour mesurer le temps ou surveiller le temps de repos des aliments cuits / décongelés.

REMARQUES:

- Vous pouvez entrer un temps allant jusqu'à 99 minutes, 90 secondes.
- Si vous utilisez le MINUTEUR DE CUISINE sans cuire, le temps se décompte sur l'écran, puis revient à l'affichage standard une fois terminé.
- Si vous souhaitez utiliser le MINUTEUR DE CUISINE en même temps qu'une cuisson, le temps de cuisson se décomptera sur l'écran. Pour vérifier le décompte du MINUTEUR DE CUISINE, gardez la touche MINUTEUR DE CUISINE appuyée. L'écran affiche alors le temps restant (l'affichage revient automatiquement au décompte du temps de cuisson après quelques secondes)
- Si la cuisson se termine avant le déclenchement du MINUTEUR DE CUISINE, le temps restant pour le MINUTEUR DE CUISINE s'affiche sur l'écran.
- Pour annuler le MINUTEUR DE CUISINE, pressez simplement la touche **MINUTEUR DE CUISINE** puis pressez la touche **ARRÊT** pour revenir à l'affichage de l'horloge, si réglée.
- La fonction de MINUTEUR DE CUISINE peut être utilisée lorsque le four est en route.

Exemple:

Pour régler la minuterie sur 5 minutes.

1. Pressez la touche **REGLAGE HORLOGE / MINUTEUR DE CUISSON** deux fois.



2. Entrez le temps désiré en appuyant 5 fois sur la touche **1 MIN**.



3. Pressez la touche **3.START/⬇+1min.**



L'affichage commence le décompte. Lorsque l'affichage arrive à zéro, un signal sonore se déclenche.

5. VERROUILLAGE ENFANT

IMPORTANT:

Pour activer le verrouillage enfant, pressez la touche **STOP** pendant 3 secondes. Le voyant VERROUILLAGE s'affiche sur l'écran. Cette opération verrouille le panneau de contrôle pendant le fonctionnement.

Pour annuler, pressez la touche **ARRÊT** pendant 3 secondes.



Un micro-ondes cuit les aliments plus vite que les méthodes traditionnelles. Il est donc essentiel de suivre les techniques suivantes pour assurer de bons résultats.

La plupart de ces techniques sont similaires à celles utilisées en cuisine traditionnelle.

REMARQUES SUR LES CONSEILS DE CUISSON:

- **Restez toujours à proximité du four pendant son utilisation.**
- **Vérifiez que les ustensiles utilisés sont compatibles avec un four micro-ondes (Voir "USTENSILES DE CUISINE COMPATIBLES" à la page F-25).**
- Ne placez pas d'aliments ou d'ustensiles chauds sur un plateau tournant froid ou d'aliments ou d'ustensiles froids sur un plateau tournant chaud.
- **Les liquides et la nourriture ne doivent pas être réchauffés dans des récipients fermés ou avec un couvercle, une surpression pouvant se former à l'intérieur et causer l'explosion du récipient.**
- N'utilisez du pop-corn pour micro-ondes que dans son emballage (suivez les instructions du fabricant). N'utilisez jamais d'huile sauf si recommandé par le fabricant et ne cuisez jamais plus longtemps que préconisé.



AVERTISSEMENT:

Suivez dans tous les cas les instructions du mode d'emploi SHARP.

Si vous dépassez le temps de cuisson recommandé et utilisez des niveaux de puissance trop élevés, les aliments peuvent surchauffer, brûler et, dans les cas extrêmes, prendre feu et endommager le four.

Techniques de Cuisson

Disposez	Placez les morceaux de nourriture les plus épais vers l'extérieur du plat. Par ex., pilons de poulet. Les aliments placés près du bord du plat reçoivent plus d'énergie, et donc cuisent plus rapidement que ceux placés au centre.	
Couvrez	Il est bon pour certains aliments de les couvrir pendant la cuisson micro-ondes, suivez les recommandations si disponibles. Utilisez du film plastique compatible micro-ondes ou un couvercle adapté.	
Percez	Les aliments comportant une coquille, une peau ou une membrane doivent être percés en plusieurs endroits avant d'être cuits ou réchauffés, la vapeur pouvant créer une surpression et les faire exploser. Par ex. Pommes de Terre, Poisson, Poulet, Saucisses.	
	REMARQUE: Les œufs dans leurs coquilles, les œufs durs ou à la coque ne doivent pas être réchauffés dans le micro-ondes. Ceux-ci peuvent exploser, même après la fin de la cuisson.	
Mélangez, tournez et redispensez	Pour une cuisson homogène, il est important de mélanger, de tourner et de redispensez les aliments pendant la cuisson. Mélangez et redispensez toujours en allant de l'extérieur du plat vers le centre.	
Laissez reposer	Il est nécessaire de laisser reposer les aliments après la cuisson: ceci permet à la chaleur de se répartir uniformément dans la nourriture.	



CONSEILS DE CUISSON AU MICRO-ONDES

Caractéristiques des aliments	
Composition	Les aliments riches en graisse ou en sucre (par ex. pudding de Noël, tarte à la viande) demandent un temps de cuisson plus court. Soyez prudent, la surchauffe des aliments peut conduire à un départ de feu. Les os dans la nourriture conduisent la chaleur, rendant la cuisson plus rapide. Prenez ceci en compte pour assurer une cuisson homogène.
Densité	La densité des aliments affecte le temps de cuisson requis. Les aliments légers et poreux, comme le pain et les gâteaux, cuisent plus vite que les aliments lourds et denses, comme le rôti et les ragoûts.
Quantité	Le nombre d'ondes micro-ondes dans votre four reste le même quelle que soit la quantité de nourriture à cuire. Le temps de cuisson augmente en même temps que la quantité de nourriture placée dans le four. Par ex. quatre pommes de terre prendront plus de temps à cuire que deux.
Taille	Les petits aliments et petits morceaux de nourriture cuisent plus rapidement que les gros, les ondes micro-ondes pouvant pénétrer de tous les côtés vers le centre. Pour une cuisson homogène, découpez tous les morceaux de la même taille.
Forme	Les aliments de taille irrégulière, comme le blanc et les pilons de poulet, prennent plus longtemps à cuire dans les parties épaisses. Pour une cuisson homogène, placez les parties les plus épaisses vers l'extérieur du plat, où elles reçoivent plus d'énergie. Les formes arrondies cuisent plus rapidement que celles carrées dans un micro-ondes.
Température de la nourriture	La température initiale de la nourriture affecte le temps de cuisson requis. Les aliments froids mettent plus longtemps à cuire que ceux à la température ambiante. Par ex., un gâteau fait avec des ingrédients froids (comme de la margarine), mettra plus longtemps à cuire qu'un gâteau à base d'ingrédients à la température ambiante. La température du récipient n'indique pas de manière précise la température du contenu (nourriture ou boisson). Coupez les aliments fourrés, comme par exemple des beignets à la confiture, pour évacuer la chaleur ou la vapeur.



Visage et Mains: Utilisez toujours des gants spécial four pour retirer les aliments ou les récipients du four. Gardez vos distance lors de l'ouverture de la porte du four, pour permettre à la chaleur ou à la vapeur de s'évacuer. Lors du retrait de couvercles (par ex. film plastique), ou de l'ouverture de sacs à griller et d'emballages de pop-corn, dirigez la vapeur loin de votre visage et de vos mains.



Vérifiez la température des aliments et boissons et mélangez avant de servir. Faites particulièrement attention dans le cas de nourriture pour bébé, enfant ou personne âgée. Veillez à mélanger ou à secouer le contenu des biberons et des bocaux de nourriture pour bébé, et à vérifier la température avant leur consommation, pour éviter les brûlures.

USTENSILES DE CUISINE COMPATIBLES



Pour cuire / décongeler des aliments dans un four micro-ondes, l'énergie micro-ondes doit être capable de traverser le récipient pour pénétrer la nourriture. Il est donc important d'utiliser des ustensiles de cuisine adaptés.

Les plats ronds ou ovales sont préférables aux plats carrés ou rectangulaire, la nourriture ayant tendance à trop cuire dans les coins. Les ustensiles de cuisine listés ci-dessous peuvent être utilisés.

Ustensiles de cuisine	Compatible Micro-ondes	Grill	Commentaires
Papier aluminium Récipients en papier aluminium	✓ / ✗	✓	De petits morceaux d'aluminium peuvent être utilisés pour empêcher les aliments de surchauffer. Gardez le papier aluminium à une distance d'au moins 2 cm des parois du four, des arcs électriques pouvant se développer. Les récipients en papier aluminium ne sont pas recommandés, sauf si spécifié par le fabricant, par ex. Microfoil®, suivez attentivement les instructions.
Plats à brunir	✓	✗	Suivez toujours les instructions du fabricant. Ne dépassez pas les temps de cuisson indiqués. Faites très attention, ces plats peuvent devenir très chauds.
Porcelaine et céramiques	✓ / ✗	✗	Porcelaine, poterie, terre cuite émaillée et porcelaine anglaise sont généralement compatibles, sauf pour les plats présentant des décorations métalliques.
Plats en verre par ex. Pyrex®	✓	✓	Restez vigilant lors de l'utilisation de verrerie fine, la chaleur brutale pouvant les craqueler ou les casser.
Métal	✗	✓	Il n'est pas recommandé d'utiliser des ustensiles de cuisine en métal lors de l'utilisation du micro-ondes, ceux-ci pouvant conduire à la formation d'arcs électriques, sources potentielles de départ de feu.
Plastique/Polystyrène par ex. récipients de restauration rapide	✓	✗	Faites aussi attention au fait que certains récipients peuvent se déformer, fondre ou se décolorer à haute température.
Film plastique	✓	✗	Ne doit pas toucher la nourriture et doit être percé pour laisser la vapeur s'échapper.
Sacs de Congélation / à Griller	✓	✗	Doit être percé pour laisser la vapeur s'évacuer. Assurez-vous que les sacs sont compatibles avec la cuisson micro-ondes N'utilisez pas d'attaches de fermeture en plastique ou en métal, celles-ci pouvant fondre ou causer des arcs électriques et prendre feu.
Assiettes / Gobelets en papier et papier essuie-tout	✓	✗	N'utilisez ces matériaux que pour réchauffer ou absorber l'humidité. Faites attention à ne pas les surchauffer, ceci créant un risque d'incendie.
Paille et récipients en bois	✓	✗	Restez toujours à proximité du micro-ondes lors de l'utilisation de ces matériaux, leur surchauffe pouvant être cause de départ de feu.
Papier recyclé et journaux	✗	✗	Peut contenir des résidus de métaux pouvant causer des arcs électriques et un départ de feu.
Grille	✓	✓	La grille métallique fournie a été conçue spécialement et est adaptée à tous les modes de cuisson. Elle n'endommagera pas votre four.

⚠ AVERTISSEMENT:
Lorsque vous réchauffez de la nourriture dans des récipients en papier ou en plastique, surveillez le four pour éviter tout risque d'incendie.



CONSEILS DE DÉCONGÉLATION

La décongélation par micro-ondes est la méthode la plus rapide.

Le processus est simple, mais il est important de suivre les instructions pour assurer une décongélation en profondeur.

Redisposez	Les aliments placés vers l'extérieur du plat se décongèleront plus rapidement que ceux au centre du plat. Il est donc essentiel que la nourriture soit redistribuée jusqu'à 4 fois pendant la décongélation. Déplacez les morceaux denses depuis l'extérieur vers le centre et redistribuez les parties se superposant. Ceci permet une décongélation homogène de toute la nourriture.
Séparez	Les aliments peuvent être collés les uns aux autres lorsqu'ils sortent du congélateur. Il est important de séparer les aliments aussitôt que possible durant la décongélation. par ex. tranches de bacon, filets de poulet.
Protégez	Certaines parties des aliments à décongeler peuvent chauffer. Pour éviter que ces parties ne surchauffent et ne commencent à cuire, protégez-les avec des petits morceaux de papier aluminium, qui reflètent les ondes micro-ondes. par ex. cuisses et ailes de poulet.
Laissez reposer	Un temps de repos est nécessaire pour assurer une décongélation homogène des aliments. La décongélation n'est pas terminée lorsque la nourriture est sortie du micro-ondes. La nourriture doit reposer, couverte, durant une période de temps suffisante pour complètement la décongeler à cœur.
Retournez	Il est essentiel de retourner tous les aliments au moins 3 à 4 fois durant la décongélation. Ceci permet une décongélation en profondeur.

REMARQUES:

- Retirez tous les emballages et films plastiques avant la décongélation.
- Pour décongeler de la nourriture, utilisez 30% ou 10% de puissance micro-ondes.



Pour réchauffer des aliments, suivez les conseils et notes ci-dessous pour assurer que votre nourriture est bien réchauffée à cœur avant le service.

Repas dans une assiette	Retirez tous les morceaux de viande et de volaille, et réchauffez-les séparément, voir ci-dessous. Placez les petits morceaux de nourriture vers le centre de l'assiette, et les éléments plus gros et épais vers l'extérieur. Couvrez avec un film plastique spécial micro-ondes et réchauffez à 50%, mélangez/redispensez les aliments à mi-réchauffage. REMARQUES: Assurez-vous que la nourriture est réchauffée à cœur avant de servir.	
Viande découpée	Couvrez avec un film plastique spécial micro-ondes et réchauffez à 50%. Redispensez au moins une fois les aliments pour assurer un réchauffage homogène. REMARQUE: Assurez-vous que la nourriture est réchauffée à cœur avant de servir.	
Morceaux de volaille	Placez les morceaux les plus épais vers l'extérieur du plat, couvrez avec un film plastique spécial micro-ondes et réchauffez à 70%. Retournez les aliments à mi-réchauffage. REMARQUE: Assurez-vous que la nourriture est réchauffée à cœur avant de servir.	
Ragoûts	Couvrez avec un film plastique spécial micro-ondes et réchauffez à 50%. Mélangez souvent pour assurer un réchauffage homogène. REMARQUE: Assurez-vous que la nourriture est réchauffée à cœur avant de servir.	

Pour arriver aux meilleurs résultats possibles durant la décongélation, sélectionnez un niveau de puissance adapté au type de nourriture. Par ex., un bol de légumes peut être réchauffé à 100%, alors que des lasagnes contiennent des ingrédients qui ne peuvent pas être mélangés, et doivent être réchauffés à 50%.

REMARQUES:

- Retirez la nourriture du papier aluminium ou de récipients métalliques avant le réchauffage.
- Les temps de réchauffage dépendent de la forme, de l'épaisseur, de la quantité et de la température de la nourriture, mais aussi de la taille, de la forme et du matériau du récipient.



Ne réchauffez jamais de liquides dans des récipients à goulot étroit, le contenu pouvant alors déborder du récipient lors du chauffage et causer des brûlures.

- Pour éviter surchauffe et départ d'incendie, il est important d'être vigilant lors de la cuisson ou du réchauffage d'aliments aux contenus en graisse ou en sucre élevés, par ex. quiches à la viande ou pudding de Noël.
- Ne réchauffez jamais d'huile ou de graisse de friture, ceci pouvant causer une surchauffe et un départ d'incendie.
- Les pommes de terre en conserve ne doivent pas être chauffées au four à micro-ondes, suivez les instructions du fabricant sur la boîte.



Veillez à mélanger ou à secouer le contenu des biberons et des bocaux de nourriture pour bébé, et à vérifier la température avant leur consommation, pour éviter les brûlures.



NETTOYAGE ET ENTRETIEN

INTERIEUR DU FOUR

- Il est important de nettoyer l'intérieur du four après chaque utilisation.
- Pour nettoyer l'intérieur du four, utilisez un produit détergent léger, comme du liquide vaisselle, mélangé à de l'eau chaude sur un chiffon doux. N'utilisez pas de nettoyeurs caustiques (y compris solution alcalines, acides, diluant, benzène, alcool ou nettoyant pour four).
- Chauffez votre four régulièrement en utilisant le grill. Référez-vous au chapitre "Chauffer sans nourriture" de la page F-13. Les résidus de nourriture et de graisse peuvent être source de fumée et mauvaises odeurs.
- La nourriture et les éclaboussures s'accumulent sur les parois du four. Si des dépôts de graisse ou de nourriture se forment à l'intérieur du four, ceux-ci peuvent surchauffer, libérer de la fumée, voire même prendre feu lors de la prochaine utilisation du four.
- Gardez le **boîtier du guide d'ondes** constamment propre. Le boîtier du guide d'ondes est fait d'un matériau fragile et doit être nettoyé soigneusement (suivez les instructions de nettoyage ci-dessus).
NOTE: ne laissez pas tremper le boîtier du guide d'ondes, il pourrait se désagréger.
Le boîtier est une pièce consommable et doit être remplacé à défaut de nettoyage régulier.

- La nourriture libère de la vapeur durant la cuisson et de la condensation peut se former à l'intérieur du four et sur la porte. Il est important d'essuyer le four et de le garder sec. La condensation s'accumulant peut faire rouiller l'intérieur du four.
- **Ne laissez pas la graisse ou les saletés s'accumuler sur les joints de la porte et autour de la porte. Ceci peut empêcher de fermer la porte correctement et être source de fuites de micro-ondes (suivez les instructions de nettoyage).**
- Assurez-vous que les accessoires sont nettoyés après chaque utilisation avec un liquide vaisselle doux et séchés. Ceci empêchera la formation de dépôts de graisse ou de nourriture. Les accessoires peuvent être nettoyés au lave-vaisselle.
- Gardez le boîtier du guide d'ondes et les accessoires constamment propres. Si des dépôts de graisse se forment dans la cavité ou sur les accessoires, ceux-ci peuvent surchauffer, causer des arcs électriques, libérer de la fumée, voire même prendre feu lors de la prochaine utilisation du four.
- **NETTOYEZ LE FOUR A INTERVALLE REGULIER ET ELIMINEZ LES DEPOTS DE NOURRITURE.**
Le mauvais entretien du four peut conduire à une détérioration de la surface, pouvant réduire la durée de vie de votre appareil et poser des risques durant l'utilisation.

Conseil de nettoyage - Pour un nettoyage facile de votre four:

Placez un demi-citron dans un bol, ajoutez 300 ml d'eau et chauffez à 100% pendant 10-12 minutes. Nettoyez le four en utilisant un chiffon doux sec.

PARTIE EXTÉRIEURE

- Nettoyez l'extérieur du four à micro-ondes avec un liquide détergent doux, comme du liquide vaisselle, mélangé à de l'eau chaude sur un chiffon doux.
- Le panneau de contrôle doit être nettoyé et essuyé avec la porte ouverte, et donc avec le four désactivé.

PORTE

- Pour éliminer toutes traces de saletés, nettoyez régulièrement les deux côtés de la porte, les joints de la porte et les pièces adjacentes avec un chiffon doux humide.
- N'utilisez par d'éponge abrasive agressive ou de couteau à racle pour nettoyer la vitre en verre du four, ceux-ci pouvant rayer la surface, voire briser la vitre.

REMARQUES:

- N'utilisez jamais de nettoyant en bombe, de maniques ou d'éponge à récurer, ceux-ci pouvant endommager la surface du four.
- Veillez à ne pas utiliser de nettoyeur à vapeur.
- Faites attention à ne pas laisser des gouttes d'eau savonnée s'infiltrer dans les petits trous des parois du four et du sol de la cavité. Si trop d'eau s'infiltré dans ces trous, l'intérieur du four peut être endommagé.
- Les parties autour de la cavité du four, et de la zone du grill, risquent fortement de ternir. Ceci est normal et n'affecte en rien les performances du four.

⚠ AVERTISSEMENT:
Avant le nettoyage assurez-vous que la cavité du four, la porte, le boîtier du four et les accessoires sont complètement froids.



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

1. Alimentation
Vérifiez que le four est convenablement raccordé à une prise murale.
Vérifiez le fusible et le disjoncteur.
2. Lorsque la porte est ouverte, la lampe du four s'allume-t-elle? OUI _____ NON _____
3. Placez une tasse contenant approximativement 150 ml d'eau dans le four et refermez la porte.
Programmez le four une minute à la puissance 100P et mettez-le en marche.
L'éclairage du four s'allume-t-il? OUI _____ NON _____
Le plateau tournant pivote-t-il? **NOTE:** Le plateau tournant pivote dans les deux sens. OUI _____ NON _____
La ventilation fonctionne-t-elle? (Vous devez entendre le bruit du ventilateur.) OUI _____ NON _____
Après 1 minute, le signal sonore se fait-il entendre? OUI _____ NON _____
L'indicateur de cuisson en route s'éteint-il? OUI _____ NON _____
La tasse d'eau est-elle chaude après les opérations ci-dessus? OUI _____ NON _____
4. Retirez la tasse d'eau du four et fermez la porte.
Programmez le grill pour trois minutes et lancez le four.
L'élément de chauffage du grill devient-il rouge après 3 minutes? OUI _____ NON _____

Si vous avez répondu "NON" à l'une des questions précédentes, contactez votre revendeur ou un Agent d'Entretien agréé SHARP et faites-lui part de vos observations.

REMARQUES:

Si vous cuisez des aliments plus longtemps que le temps standard (voir tableau ci-contre) en gardant le même mode de cuisson, le mécanisme de sécurité du four se met en route. Le niveau de puissance micro-ondes est alors réduit et l'élément de chauffage du grill s'allume et s'éteint.

Mode de cuisson	Durée normale
Micro-ondes 100% cuisson	20 minutes
Cuisson au grill	10 minutes



FICHE TECHNIQUE

Tension d'alimentation	230-240 V mono-phasé, 50 Hz,
Consommation de courant:	
Micro-ondes.....	1,20 kW
Grill	1,05 kW
Fusible/disjoncteur de protection.....	Minimum 10 A
Puissance fournie:	
Micro-ondes.....	800 W (IEC 60705)
Grill	1000 W
Fréquence des micro-ondes	2450 MHz * (Group 2/Class B)
Dimensions extérieures.....	452 (W) x 262 (H) x 395 (D) mm
Dimensions intérieures	315 (W) x 210 (H) x 329 (D) mm **
Capacité du four.....	20 litres **
Cuisson uniforme.....	Diamètre du plateau tournant 245 mm
Poids.....	Approx. 12,5 kg

- * Ce produit répond aux exigences de la norme européenne EN55011.
Conformément à ce standard, ce produit est classé comme appareil de groupe 2 classe B.
Groupe 2 signifie que cet équipement génère volontairement de l'énergie RF sous forme de rayonnement électromagnétique pour le traitement thermique d'aliments.
Classe B signifie que l'équipement est adapté à une utilisation domestique.
- ** La capacité intérieure est calculée en mesurant la largeur, la profondeur et la hauteur maximales.
La capacité à contenir des aliments est inférieure.

DANS LE CADRE DE NOTRE POLITIQUE D'AMELIORATION CONTINUE, NOUS NOUS RESERVONS LE DROIT DE
MODIFIER LA CONCEPTION ET LES SPECIFICATIONS SANS AVERTISSEMENT.

SHARP