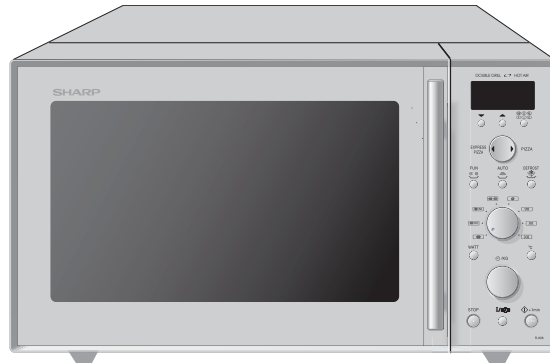


SHARP



Achtung
Avertissement
Waarschuwing
Avvertenza
Advertencia
Importante



DEUTSCH

FRANÇAIS

NEDERLANDS

ITALIANO

ESPAÑOL

PORTUGUÊS

R-898

MIKROWELLENGERÄT MIT GRILL OBEN UND UNTEN - **BEDIENUNGSANLEITUNG MIT KOCHBUCH**
FOUR A MICRO-ONDES AVEC GRILS HAUT ET BAS - **MODE D'EMPLOI AVEC LIVRE DE RECETTES**
MAGNETRONOVEN MET BOVEN- EN ONDERGRILL - **GEBRUIKSAANWIJZING MET KOOKBOEK**
FORNO A MICROONDE CON GRILL SUPERIORE E INFERIORE - **MANUALE D'ISTRUZIONI E LIBRO DI RICETTE**
HORNO DE MICROONDAS CON GRILL SUPERIOR E INFERIOR - **MANUAL DE INSTRUCCIONES Y RECETARIO**
MICRO-ONDAS COM GRILL SUPERIOR E INFERIOR - **MANUAL DE INSTRUÇÕES COM LIVRO DE RECEITAS INCLUIDO**

D

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

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

F

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

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

NL

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

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

I

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

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

E

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

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

P

Este manual de instruções contém informações importantes que deverá ler cuidadosamente antes de utilizar o seu forno micro-ondas.

Importante: Podem verificar-se graves riscos para a saúde caso os procedimentos indicados neste manual não sejam respeitados ou se o forno for modificado de modo a funcionar com a porta aberta.

900 W (IEC 60705)

D Sehr geehrter Kunde,

Wir gratulieren Ihnen zu Ihrem neuen Kombi-Mikrowellengerät mit Grill oben und unten und Heissluft das Ihnen ab jetzt die Arbeit im Haushalt wesentlich erleichtern wird.

Es kombiniert alle Vorteile der schnellen Mikrowelle mit denen des Grills, der mit seiner Hitze für eine knusprige Bräune sorgt.

Sie werden angenehm überrascht sein, was man mit der Mikrowelle alles machen kann. Sie können nicht nur schnell auftauen und erhitzen, sondern auch ganze Menüs zubereiten.

Unser Mikrowellen-Team hat für Sie in unserem Kochstudio die leckersten internationalen Rezepte zusammengestellt, die Sie leicht und schnell zubereiten können.

Lassen Sie sich von den angegebenen Rezepten anregen und bereiten Sie auch eigene und bewährte Rezepte in Ihrem Kombi-Mikrowellengerät zu. Die Mikrowelle bietet Ihnen viele Vorteile, die Sie begeistern werden:

- Sie können bis zu 80% Zeit und Energie einsparen.
- Die Lebensmittel können direkt im Serviergeschirr zubereitet werden, so dass wenig Abwasch anfällt.
- Kurze Garzeiten, wenig Wasser und wenig Fett sorgen dafür, dass viele Vitamine, Mineralstoffe und der Eigengeschmack erhalten bleiben.

Wir empfehlen Ihnen, den Kochbuch-Ratgeber und die Bedienungsanleitung genau durchzulesen. So wird Ihnen die Bedienung ihres Gerätes leicht von der Hand gehen.

Viel Spaß beim Umgang mit Ihrem neuen Kombi-Mikrowellengerät und beim Ausprobieren der leckeren Rezepte.
Ihr Mikrowellen-Team

F Chère cliente, cher client,

Nous vous félicitons de l'achat de votre nouveau four micro-ondes avec grill haut et bas et convection qui va vous simplifier considérablement le travail dans la cuisine.

Cet appareil allie les avantages du four à microondes si rapide à ceux du grill dont la chaleur intense forme le gratiné brunâtre croustillant.

Vous serez agréablement surpris de voir tout ce que vous pouvez faire avec votre micro-ondes.

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

Notre équipe spécialisée dans la cuisine aux micro-ondes a réuni pour vous les plus succulentes recettes internationales: vous aurez plaisir à les essayer tant elles sont faciles et rapides à préparer.

Laissez-vous mettre en appétit et utilisez votre

combiné micro-ondes grill aussi pour préparer vos recettes favorites.

Vous ne pourrez plus vous passer des avantages que vous offrent les micro-ondes:

- Vous économisez jusqu'à 80% de temps et d'énergie. Vous pouvez préparer les aliments et les servir dans la même vaisselle, vous avez donc moins de vaisselle à laver.
- Grâce aux temps de cuisson réduits, aux faibles quantités d'eau et de graisse utilisés, les aliments conservent une grande partie de leurs vitamines et de leurs substances minérales et gardent leur saveur propre.

Lisez attentivement ce guide et le mode d'emploi.

Vous pourrez utiliser votre appareil encore plus facilement.

Nous vous souhaitons beaucoup de plaisir avec votre nouveau combiné micro-ondes/grill et, bien sûr, bon appétit!
Votre équipe de spécialistes de la cuisine aux micro-ondes

NL Geachte klant,

Gefeliciteerd met de aanschaf van uw nieuwe magnetronoven met boven- en ondergrill en convector, die u goed van dienst zal zijn in de keuken.

U zult verbaasd staan over hoeveel verschillende dingen deze magnetronoven voor u kan doen. Niet alleen kunt u met de oven snel etenswaren ontdooien of opwarmen, u kunt er ook complete maaltijden mee bereiden.

In onze testkeuken heeft ons magnetronteam een aantal van de lekkerste internationale recepten verzameld, die snel en gemakkelijk te bereiden zijn.

Laat u zich inspireren door de recepten die we hebben bijgesloten, zodat u uw eigen favoriete maaltijden in de magnetronoven kunt bereiden.

Er zijn vele leuke voordelen aan een magnetronoven verbonden:

- Etenswaren kunnen direct in de serveerschalen worden bereid, zodat er minder afwas is.
- Kortere kooktijden en het gebruik van weinig water en vetten zorgen er voor dat vele vitamines, mineralen en unieke smaakjes bewaard blijven.

U wordt aangeraden om eerst de kookboekgids en de gebruiksaanwijzing goed door te lezen.

Zodoende zult u gemakkelijk kunnen begrijpen wat deze oven voor u kan betekenen.

Veel plezier met uw magnetronoven en met het uitproberen van de heerlijke recepten.
Uw Magnetron-team



DEUTSCH

FRANÇAIS

NEDERLANDS

ITALIANO

ESPAÑOL

PORTUGUÊS

I Gentile Cliente,

Complimenti per aver scelto questo forno a microonde con grill superiore e inferiore a convezione, che si rivelerà un prezioso strumento che faciliterà il lavoro in cucina.

Si stupirà scoprendo cosa si può preparare con un forno a microonde, che non si limita a scongelare e scaldare i cibi, ma può cucinare pasti completi.

Per dimostrare quale valido aiuto possa offrire il nostro forno a microonde abbiamo selezionato alcune deliziose ricette internazionali veloci e facili da preparare.

Speriamo che gli esempi illustrati siano una guida utile per consentirle di cucinare i suoi piatti preferiti con questo forno a microonde.

Usare un forno a microonde presenta molti vantaggi che certamente Lei apprezzerà:

- il cibo si può cucinare direttamente nei piatti di portata: questo significa avere un minor numero di stoviglie da lavare.
- tempi di cottura brevi ed uso limitato di acqua e grassi: questi fattori consentono di non perdere le proprietà di molte vitamine, minerali e di mantenere i sapori.

Consigliamo di leggere con attenzione il ricettario e le istruzioni sull'uso che permetteranno di comprendere come utilizzare al meglio il suo forno.

Cucinare con questo forno sarà semplice e piacevole al tempo stesso, e Le consentirà di preparare piatti prelibati in breve tempo e con poca fatica.

E Estimado cliente:

Le felicitamos por haber adquirido este nuevo horno de microondas con grill superior e inferior y convección, que a partir de ahora le hará bastante más fáciles los quehaceres de la cocina.

Le sorprenderá agradablemente la cantidad de cosas que pueden hacerse con un microondas. No sólo puede usarse para descongelar o calentar rápidamente alimentos, sino también para preparar comidas completas.

En nuestra cocina de pruebas, nuestros colaboradores especializados en el uso de los microondas ha reunido una selección de las más deliciosas recetas internacionales, que se preparan rápida y sencillamente.

Esperamos que las recetas aquí incluidas le sirvan de

inspiración y le ayuden a preparar sus propios platos favoritos en su horno de microondas.

El poseer un horno de microondas ofrece muchísimas ventajas que estamos seguros que hallará interesantes:

- Los alimentos pueden prepararse directamente en los mismos platos en que se sirven, por lo que hay menos que lavar después.
- Debido a que se tarda menos en hacer las comidas y se usa poca agua y grasa se preserva mucho del contenido de vitaminas y minerales, así como los sabores característicos.

Le aconsejamos que lea con atención la guía culinaria y las instrucciones.

Así comprenderá fácilmente cómo se usa el horno.

Esperamos que disfrute con su horno de microondas y que le guste ensayar las recetas deliciosas.

P Caro cliente:

Parabéns por ter adquirido o seu novo forno micro-ondas. A partir deste momento as suas tarefas na cozinha ficarão muito mais facilitadas.

Vai ficar espantado com o tipo de coisas que pode fazer com o seu micro-ondas: pode usá-lo para descongelar e aquecer rapidamente os alimentos e também para preparar refeições completas.

A nossa equipa especializada em micro-ondas reuniu, a partir de ensaios feitos na nossa cozinha, uma selecção das melhores e mais deliciosas receitas internacionais, fáceis e simples de preparar.

Inspire-se nas receitas que incluímos neste manual e prepare os seus pratos favoritos no forno micro-ondas.

São tantas as vantagens em ter um forno micro-ondas que estamos certos de que as vai achar irresistíveis:

- Os alimentos podem ser preparados directamente nos pratos, reduzindo a quantidade de loiça para lavar.
- O facto de cozinhar mais rapidamente, utilizando pouca água e gordura, garante a preservação das vitaminas, dos minerais e do sabor natural dos alimentos.

Recomendamos-lhe uma leitura atenta do manual de instruções e do livro de receitas.

Desta forma, será mais fácil perceber como usar o micro-ondas.

Aproveite ao máximo o seu forno micro-ondas e experimente as nossas deliciosas receitas!

D

Kundeninformationen zur umweltfreundlichen Entsorgung dieses SHARP-Produktes

D

Wenn dieses Produkt nicht weiter verwendet werden kann, sollte es unter Einhaltung der geltenden Gesetze auf umweltfreundliche Weise an einer Abfallsammelstelle abgegeben und dort entsorgt werden.

DIESES PRODUKT NICHT MIT DEM HAUSHALTSMÜLL ENTSORGEN ODER MIT ANDEREM ABFALL MISCHEN!
DIES WÜRD EINE GEFÄHRDUNG FÜR DIE UMWELT DARSTELLEN!

Sharp Corporation hat sich dem Umweltschutz verschrieben und legt großen Wert auf Energieeinsparung. Unser Ziel ist es, die umweltschädigende Wirkung unserer Produkte möglichst gering zu halten. Zu diesem Zweck setzen wir ständig neue, verbesserte, auf Umweltschutz ausgelegte Produkttechnologien ein, wenden neue, verbesserte Designs an und informieren den Kunden entsprechend.

(1) Für unsere Kunden in Belgien, den Niederlanden, Schweden und der Schweiz

SHARP beteiligt sich am nationalen Recyclingsystem für Elektro- und Elektronikgeräte, das auf der Grundlage des Umweltrechts ins Leben gerufen wurde.

Wenn Sie dieses SHARP-Produkt ausrangieren möchten, lesen Sie bitte hier die Einzelheiten zu den betreffenden Ländern:

Land	Recyclinginformationen für dieses Land
Belgien	Bitte nutzen Sie die Dienste des belgischen Elektronikrecyclingsystems „Recupel“. • Rufen Sie an unter 0800-40387 (innerhalb des Landes) • Oder besuchen Sie die Website: www.recupel.be
Niederlande	Bitte nutzen Sie die Dienste des niederländischen Elektronikrecyclingsystems „NVMP“. • Rufen Sie an unter 0800-0242002 (innerhalb des Landes) • Oder besuchen Sie die Website: www.nvmp.nl
Schweden	Bitte nutzen Sie die Dienste des schwedischen Elektronikrecyclingsystems „ELRETUR“. • Rufen Sie an unter 08-5452-1290 (innerhalb des Landes) • Oder besuchen Sie die Website: www.el-retur.se
Schweiz	Bitte nutzen Sie die Dienste des schweizerischen Elektronikrecyclingsystems „S.EN.S“. • Rufen Sie an unter 043-255 20 00 (innerhalb des Landes) • Besuchen Sie die Website: www.sens.ch

(2) Für unsere Kunden in Dänemark, Deutschland, Finnland, Frankreich, Italien, Luxemburg, Österreich, Portugal und Spanien

Wenn Sie dieses SHARP-Produkt ausrangieren möchten, fragen Sie bitte bei Ihren Behörden vor Ort nach, wo es entsprechende Abfallsammelstellen gibt, oder wenden Sie sich an ein für das Recycling elektrischer und elektronischer Geräte lizenziertes Recyclingunternehmen. Entsorgen Sie dieses Produkt dann über eine dieser Einrichtungen.

Ab 13. August 2005 sollen im ganzen Land Abfallsammelstellen zur Verfügung stehen, an denen private Haushalte ihre elektrischen und elektronischen Altgeräte kostenlos und umweltfreundlich abgeben können. Erfragen Sie dann bitte bei Ihren Behörden vor Ort, wo sich die nächstgelegene Sammelstelle befindet, die dieses Produkt annehmen kann, und entsorgen Sie dieses Produkt über die entsprechende Stelle.

Bis dahin kann es passieren, dass der letzte Nutzer die Kosten für die Entsorgung und das Recycling selber tragen muss.

(3) Für unsere Kunden in anderen Ländern

Wenn Sie dieses SHARP-Produkt ausrangieren möchten, fragen Sie bitte bei Ihren Behörden vor Ort nach, wo es Abfallsammelstellen gibt, oder wenden Sie sich an ein für das Recycling elektrischer und elektronischer Geräte lizenziertes Recyclingunternehmen. Entsorgen Sie dieses Produkt dann über eine dieser Einrichtungen.

Es kann passieren, dass der letzte Nutzer die Kosten für die Entsorgung und das Recycling selber tragen muss.

Information de la clientèle sur un rebut conforme au respect de l'environnement de ce produit SHARP

Si ce produit est arrivé en fin de vie, il doit être collecté et mis au rebut en respectant les lois en vigueur et l'environnement.

NE JETEZ PAS CE PRODUIT AVEC VOS ORDURES MÉNAGÈRES OU MÉLANGÉ AVEC D'AUTRES DÉTRITUS ! VOUS POURRIEZ NUIRE GRAVEMENT À L'ENVIRONNEMENT !

Sharp Corporation s'est engagé à protéger l'environnement et à économiser l'énergie. Notre objectif est de réduire l'impact de nos produits sur l'environnement en mettant en œuvre et en améliorant de façon continue des technologies, des conceptions et des informations à destination de la clientèle qui aident à préserver l'environnement.

(1) Pour nos clients en Belgique, aux Pays-bas, en Suède et en Suisse

SHARP participe au système national de recyclage des équipements électriques et électroniques qui a été mis en œuvre sur la base de la loi sur l'environnement.

Si vous souhaitez rebuter ce produit SHARP, veuillez prendre connaissance des modalités dans votre pays :

Pays	Information sur le recyclage pour ce pays
Belgique	Veuillez utiliser les services du programme de recyclage belge pour l'électronique appelé "Recupel". • Appelez le 0800 - 40387 (si vous êtes dans ce pays) • ou visitez le site Internet : www.recupel.be
Pays-bas	Veuillez utiliser les services du programme de recyclage néerlandais pour l'électronique appelé "NVMP". • Appelez le 0800 - 0242002 (si vous êtes dans ce pays) • ou visitez le site Internet : www.nvmp.nl
Suède	Veuillez utiliser les services du programme de recyclage suédois pour l'électronique appelé "ELRETUR". • Appelez le 08 - 5452-1290 (si vous êtes dans ce pays) • ou visitez le site Internet : www.el-retur.se
Suisse	Veuillez utiliser les services du programme de recyclage suisse pour l'électronique appelé "S.EN.S". • Appelez le 043 - 255 20 00 (si vous êtes dans ce pays) • ou visitez le site Internet : www.sens.ch

(2) Pour nos clients en Autriche, au Danemark, en Finlande, en France, en Allemagne, en Italie, au Luxembourg, au Portugal et en Espagne

Si vous souhaitez rebuter ce produit SHARP, veuillez contacter les autorités locales pour obtenir des informations sur les centres de collecte, ou contactez une société de recyclage agréée pour le recyclage des équipements électriques et électroniques, puis organisez la collecte par l'une ou l'autre de ces filières.

A partir du 13 août 2005, il est prévu que des centres de collecte soient mis en place sur tout le territoire pour que les utilisateurs particuliers puissent déposer gratuitement leurs équipements électriques et électroniques usagés dans un souci de respect de l'environnement. Vous pourrez dès lors demander aux autorités locales de vous communiquer le centre le plus proche pouvant accepter ce produit et l'y amener. Avant cette date, il est possible que l'utilisateur doive participer au coût du ramassage et du recyclage.

(3) Pour nos clients dans d'autres pays

Si vous souhaitez rebuter ce produit SHARP, veuillez contacter les autorités locales pour obtenir des informations sur les centres de collecte, ou contactez une société de recyclage agréée pour le recyclage des équipements électriques et électroniques, puis organisez la collecte par l'une ou l'autre de ces filières. Il est possible que l'utilisateur doive participer au coût du ramassage et du recyclage.

E

Información para los clientes sobre la eliminación ecológica de este producto SHARP

E

Si este producto ya ha dejado de funcionar, debe recogerse y eliminarse de la forma apropiada según la legislación vigente de modo que no perjudique el medioambiente.

NO SE DESHAGA DE ESTE PRODUCTO TIRÁNDOLO A LA BASURA JUNTO CON LOS DESECHOS DOMÉSTICOS U OTRO TIPO DE RESIDUOS, YA QUE PUEDE SUPONER UN RIESGO ECOLÓGICO

Sharp Corporation es una empresa comprometida con la protección del medioambiente y la conservación de la energía. Nuestro objetivo es minimizar el impacto medioambiental de nuestros productos implementando y mejorando continuamente las tecnologías y los diseños de nuestros productos, así como la información dirigida a nuestros clientes con el fin de conservar el medioambiente.

(1) Para nuestros clientes de Bélgica, Holanda, Suecia y Suiza

SHARP participa en el sistema de reciclaje nacional de equipos eléctricos y electrónicos que se ha fundado de acuerdo con las leyes medioambientales.

Si desea deshacerse de algún producto SHARP, lea aquí la información pertinente a cada país:

País	Información sobre el reciclaje para cada país en cuestión
Bélgica	Utilice los servicios del sistema de reciclaje de componentes electrónicos de Bélgica denominado "Recupel". • llame al número de teléfono 0800 - 40387 (desde el país) • o consulte el sitio web: www.recupel.be
Holanda	Utilice los servicios del sistema de reciclaje de componentes electrónicos de Holanda denominado "NVMP". • llame al número de teléfono 0800 - 0242002 (desde el país) • o consulte el sitio web: www.nvmp.nl
Suecia	Utilice los servicios del sistema de reciclaje de componentes electrónicos de Suecia denominado "ELRETUR". • llame al número de teléfono 08 - 5452-1290 (desde el país) • o consulte el sitio web: www.el-retur.se
Suiza	Utilice los servicios del sistema de reciclaje de componentes electrónicos de Suiza denominado "S.EN.S". • llame al número de teléfono 043 - 255 20 00 (desde el país) • o consulte el sitio web: www.sens.ch

(2) Para nuestros clientes de Austria, Dinamarca, Finlandia, Francia, Alemania, Italia, Luxemburgo, Portugal y España

Si desea deshacerse de este producto SHARP, póngase en contacto con las autoridades locales para que le indiquen cuáles son los puntos de recogida pertinentes o póngase en contacto con una compañía de reciclaje que esté autorizada para reciclar equipos eléctricos y electrónicos; a continuación, deshágase de este producto mediante una de estas opciones.

Está previsto que a partir del 13 de agosto de 2005 estén disponibles en todo el país puntos de recogida donde los usuarios puedan depositar, de forma totalmente gratuita y sin perjudicar al medioambiente, los equipos y componentes electrónicos que tengan en sus casas y de los que se quieran deshacer. Póngase en contacto con las autoridades locales para que le informen de cuál es el punto de recogida más cercano donde puede depositar este producto para que se hagan cargo de él de forma adecuada.

Antes de esa fecha, es posible que los usuarios tengan que hacerse cargo de los gastos de recogida y reciclaje.

(3) Para nuestros clientes de otros países

Si desea deshacerse de este producto SHARP, póngase en contacto con las autoridades locales para que le indiquen cuáles son los puntos de recogida pertinentes o póngase en contacto con una compañía de reciclaje que tenga autorización para reciclar equipos eléctricos y electrónicos. A continuación deshágase del producto mediante una de estas opciones.

Es posible que los usuarios tengan que hacerse cargo de los gastos de recogida y reciclaje.

D INHALT: Bedienungsanleitung

SEHR GEEHRTER KUNDE	1
RECYCLINGINFORMATIONEN	3
GERÄT	12 - 13
ZUBEHÖR	13
BEDIENFELD	16
WICHTIGE SICHERHEITSHINWEISE	20 - 22
AUFSTELLANWEISUNGEN	22
VOR INBETRIEBNAHME	23
AUSWÄHLEN DER SPRACHE	23
ENERGIESPARMODUS	24
VERWENDUNG DER STOP-TASTE	24
EINSTELLEN DER UHR	25
MIKROWELLENLEISTUNG	25
GAREN MIT DER MIKROWELLE	26
GRILLBETRIEB	26 - 27
HEIZEN OHNE SPEISEN	27
HEISSLUFTBETRIEB	28 - 29

D INHALT: Kochbuch

WAS SIND MIKROWELLEN?	45
DAS KANN IHR NEUES KOMBI- MIKROWELLENGERÄT	45
DAS GEEIGNETE GESCHIRR	46 - 47
TIPPS UND TECHNIKEN	47 - 49
ERHITZEN	50
AUFTAUEN	50

F TABLE DES MATIERES: Mode d'emploi

CHERE CLIENTE, CHER CLIENT	1
INFORMATION SUR LE RECYCLAGE	4
FOUR	12 - 13
ACCESSOIRES	14
TABEAU DE COMMANDE	17
INSTRUCTIONS IMPORTANTES DE SECURITE	78 - 80
INSTALLATION	80
AVANT UTILISATION	81
CHOIX D'UNE LANGUE	81
MODE D'ECONOMIE D'ENERGIE	82
TOUCHE STOP (ARRET)	82
REGLAGE DE L'HORLOGE	83
REGLAGE DE NIVEAU DE PUISSANCE	83
MICRO-ONDES	83
CUISSON AU MICRO-ONDES	84
CUISSON AU GRIL	84 - 85
FONCTIONNEMENT A VIDE	85
CUISSON PAR CONVECTION	86 - 87

F TABLE DES MATIERES: Livre de recettes

QUE SONT LES MICRO-ONDES?	103
VOICI CE QUE VOUS POURREZ FAIRE AVEC VOTRE NOUVEAU COMBINÉ MICRO-ONDES/GRIL	103
BIEN CHOISIR LA VAISSELLE	104 - 105
CONSEILS ET TECHNIQUE	105 - 107
RECHAUFFAGE	108
DECONGELATION	108

KOMBI-BETRIEB	30 - 31
ANDERE NÜTZLICHE FUNKTIONEN	32 - 34
AUTOMATIK-BETRIEB (EXPRESS PIZZA)	35
EXPRESS PIZZA-TABELLE	35
AUTOMATIK-BETRIEB (PIZZA, FUN MENÜS, GAR-AUTOMATIK, AUFTAU-AUTOMATIK)	36 - 37
PIZZA-TABELLE	37
FUN MENÜS-TABELLE	38
GAR-AUTOMATIK-TABELLE	39
AUFTAU-AUTOMATIK-TABELLE	40
REZEPTE FÜR FUN MENÜS	41
REZEPTE FÜR GAR-AUTOMATIK AC-3	42
REINIGUNG UND PFLEGE	43
FUNKTIONSPRÜFUNG	44
SERVICE-NIEDERLASSUNGEN	368 - 373
TECHNISCHE DATEN	374

AUFTAUEN UND GAREN	51
GAREN VON FLEISCH, FISCH UND GEFLÜGEL	51
GAREN VON FRISCHEM GEMÜSE	51
ZEICHENERKLÄRUNG	52
TABELLEN	53 - 55
REZEPTE	56 - 77

CUISSON COMBINÉE	88 - 89
AUTRES FONCTIONS PRATIQUES	90 - 92
FONCTIONNEMENT AUTOMATIQUE (PIZZA RAPIDE)	93
TABEAU PIZZA RAPIDE	93
FONCTIONNEMENT AUTOMATIQUE (PIZZA, FUN MENUS, CUISSON AUTOMATIQUE, DECONGELATION AUTOMATIQUE)	94 - 95
TABEAU DE PIZZA	95
TABEAU DE FUN MENU	96
TABEAU DE CUISSON AUTOMATIQUE	97
TABEAU DE DECONGELATION AUTOMATIQUE	98
RECETTES DES FUN MENUS	99
RECETTES POUR CUISSON AUTOMATIQUE (AC-3)	100
ENTRETIEN ET NETTOYAGE	101
AVANT D'APPELER LE DEPANNEUR	102

ADRESSES D'ENTRETIEN	368 - 373
FICHE TECHNIQUES	375



DEUTSCH

FRANÇAIS

NEDERLANDS

ITALIANO

ESPAÑOL

PORTUGUÊS

(NL) INHOUDSOPGAVE: Gebruiksaanwijzing

GEACHTE KLANT	1
INFORMATIE VOOR RECYCLING	5
OVEN	12 - 13
TOEBEHOREN	14
BEDIENINGSPANEEL	17
BELANGRIJKE VEILIGHEIDSMATREGELEN ..	136 - 138
INSTALLATIE	138
VOORDAT U DE OVEN VOOR HET EERST AANZET ..	139
KIES EEN TAAL	139
ENERGIESPAARSTAND	140
GEBRUIK VAN DE STOP-TOETS	140
DE KLOK INSTELLEN	141
ENERGIENIVEAU VAN DE MAGNETRON	141
KOKEN MET DE MAGNETRON	142
KOKEN MET DE GRILL	142 - 143
DE OVEN LEEG OPWARMEN	143
KOKEN MET CONVECTIEWARMTE	144 - 145

DUBBELE-KOKEN	146 - 147
ANDERE GEMAKKELIJKE FUNCTIES	148 - 150
AUTOMATISCHE KOOKFUNCTIE (EXPRESS PIZZA)	151
EXPRESS PIZZA-TABEL	151
AUTOMATISCHE KOOKFUNCTIE (PIZZA, FUN MENUS, AUTO KOOK, AUTO ONTDOOI) ..	152 - 153
PIZZA-TABEL	153
FUN MENUS-TABEL	154
AUTOMATISCHE KOOK-TABEL	155
AUTOMATISCHE ONTDOOI-TABEL	156
RECEPTEN VOOR FUN MENUS	157
RECEPTEN VOOR AUTO KOOK AC-3	158
ONDERHOUD EN REINIGING	159
VOORDAT U EEN REPARATEUR BELT	160
ONDERHOUDSADRESSEN	368 - 373
TECHNISCHE GEGEVENS	376

(NL) INHOUDSOPGAVE: Kookboek

WAT ZIJN MICROGOLVEN?	161
DAT KAN UW NIEUWE COMBI-MAGNETRON ALLEMAAL	161
GESCHIKTE SCHALEN	162 - 163
TIPS EN ADVIES	163 - 165
VERWARMEN	166
ONTDOOIEN	166

ONTDOOIEN EN KOKEN VAN VOEDSEL	167
HET KOKEN VAN VLEES, VIS EN GEVOGELTE ..	167
HET KOKEN VAN VERSE GROENTEN	167
UITLEG VAN DE SYMBOLEN	168
TABEL	169 - 171
RECEPTEN	172 - 193

(I) INDICE: Manuale d'istruzioni

CARISSIMI CLIENTI	2
INFORMAZIONI SUL RICICLAGGIO	5
FORNO	12 - 13
ACCESSORI	15
PANNELLO DI CONTROLLO	81
ISTRUZIONI IMPORTANTI SULLA SICUREZZA	194 - 196
INSTALLAZIONE	196
PRIMA DI USARE IL FORNO	197
SELEZIONE DELLA LINGUA	197
MODALITÀ DI RISPARMIO ENERGETICO	198
USO DEL PULSANTE DI ARRESTO	198
IMPOSTAZIONE DELL'OROLOGIO	199
LIVELLI DI POTENZA	199
COTTURA A MICROONDE	200
COTTURA CON IL GRILL	200 - 201
RISCALDAMENTO DEL FORNO VUOTO	201
COTTURA A CONVEZIONE	202 - 203
COTTURA COMBINATA	204 - 205

ALTRE COMODE FUNZIONI	206 - 208
FUNZIONAMENTO AUTOMATICO (EXPRESS PIZZA)	209
TABELLA EXPRESS PIZZA	209
FUNZIONAMENTO AUTOMATICO (PIZZA, FUN MENUS, COTTURA AUTOMATICA, SCONGELAMENTO AUTOMATICA)	210 - 211
TABELLA PIZZA	211
TABELLA FUN MENUS	212
TABELLA COTTURA AUTOMATICA	213
TABELLA SCONGELAMENTO AUTOMATICA	214
RICETTE PER FUN MENUS	215
RICETTE PER COTTURA AUTOMATICA	216
MANUTENZIONE E PULIZIA	217
CONTROLLI DA EFFETTUARE PRIMA DI RICORRERE AL SERVIZIO DI ASSISTENZA	218
INDIRIZZI DI SERVIZIO	368 - 373
DATI TECNICI	377

(I) INDICE: Libro di ricette

CHE COSA SONO LE MICROONDE?	219
FUNZIONI DEL SUO NUOVO FORNO A MICROONDE	219
UTENSILI ADATTI	220 - 221
CONSIGLI E TECNICHE DI COTTURA ..	221 - 223
COMO RISCALDARE LE VIANDE	224
COMO SCONGELARE I CIBI	224

COME SCONGELARE E CUOCERE I CIBI	225
COME CUOCERE CARNE, PESCE E POLLAME ..	225
COME CUOCERE LA VERDURA FRESCA	225
SPIEGAZIONE DEI SIMBOLI	226
TABELLAS	227 - 229
RICETTE	230 - 251

(E) INDICE: Manual de instrucciones

MUY ESTIMADO	2
INFORMACIÓN SOBRE EL RECICLAJE	6
HORNO	12 - 13
ACCESORIOS	15
PANEL DE MANDOS	19
INSTRUCCIONES IMPORTANTES SOBRE SEGURIDAD	252 - 254
INSTALACIÓN	254
ANTES DE LA PUESTA EN FUNCIONAMIENTO	255
SELECCIÓN DE UN IDIOMA	255
MODO DE AHORRO DE ENERGÍA	256
UTILIZACIÓN DE LA TECLA DE PARADA	256
PUESTA EN HORA DEL RELOJ	257
NIVELES DE POTENCIA DEL MICROONDAS	257
COCCIÓN CON MICROONDAS	258
COCCIÓN CON GRILL	258 - 259
CALENTAMIENTO SIN ALIMENTOS	259
COCCIÓN POR CONVECCIÓN	260 - 261

(E) INDICE: Recetario

¿QUE SON LAS MICROONDAS?	277
LAS CUALIDADES DE SU NUEVO HORNO DE MICROONDAS COMBINADO	277
LA VAJILLA APROPIADA	278 - 279
SUGERENCIAS Y TÉCNICAS	279 - 281
CALENTAMIENTO	282
DESCONGELACION	282

(P) ÍNDICE: Manual de instruções

CARO CLIENTE	2
INFORMAÇÃO SOBRE RECICLAGEM	7
FORNO	12 - 13
ACESSÓRIOS	15
PAINEL DE COMANDOS	19
INSTRUÇÕES DE SEGURANÇA IMPORTANTES	310 - 312
INSTALAÇÃO	312
ANTES DE COMEÇAR	313
SELECIONAR O IDIOMA	313
MODO DE ECONOMIA DE ENERGIA	314
UTILIZAR O BOTÃO STOP	314
ACERTAR O RELÓGIO	315
NÍVEL DE POTÊNCIA DO MICRO-ONDAS	315
COZEDURA COM MICRO-ONDAS	316
COZEDURA COM GRILL	316 - 317
AQUECER SEM ALIMENTOS	317
COZEDURA COM CONVECÇÃO	318 - 319

(P) ÍNDICE: Livro de receitas

O QUE SÃO MICRO-ONDAS?	335
O QUE PODE FAZER O SEU NOVO MICRO-ONDAS COMBINADO	335
RECIPIENTES APROPRIADOS	336 - 337
SUGESTÕES E TÉCNICAS	337 - 339
AQUECER	340
DESCONGELAR	340

COCCIÓN COMBINADA	262 - 263
OTRAS FUNCIONES PRÁCTICAS	264 - 266
OPERACIÓN AUTOMÁTICA (EXPRESS PIZZA)	267
TABLA DE EXPRESS PIZZA	267
OPERACIÓN AUTOMÁTICA (PIZZA, FUN MENÚS, COCCIÓN AUTOMÁTICA, DESCONGELACIÓN AUTOMÁTICA)	268 - 269
TABLA DE PIZZAS	269
TABLA DE FUN MENÚS	270
TABLA DE COCCIÓN AUTOMÁTICA	271
TABLA DE DESCONGELACIÓN AUTOMÁTICA	272
RECETAS PARA FUN MENÚS	273
RECETAS PARA COCCIÓN AUTOMÁTICA AC-3	274
CUIDADO Y LIMPIEZA	275
COMPROBACIONES ANTES DE LLAMAR AL SERVICIO DE REPARACIONES	276

DIRECCIONES DE SERVICIOS	368 - 373
DATOS TÉCNICOS	378

DESCONGELACION Y COCCIÓN DE ALIMENTOS	283
COCCIÓN DE CARNE, PESCADO Y AVES	283
COCCIÓN DE VERDURAS FRESCAS	283
EXPLICACION DE LAS SEÑALES	284
TABLAS	285 - 287
RECETAS	288 - 309

COZEDURA DUAL	320 - 321
OUTRAS FUNÇÕES ÚTEIS	322 - 324
FUNCIONAMENTO AUTOMÁTICO (RÁPIDO PIZZA)	325
TABELA DE RÁPIDO PIZZA	325
FUNCIONAMENTO AUTOMÁTICO (PIZZA, FUN MENUS, AUTOMÁTICO COZEDURA, AUTOMÁTICO DESCONGELAMENTO)	326 - 327
TABELA DE PIZZA	327
TABELA DE FUN MENUS	328
TABELA DE AUTO COZEDURA	329
TABELA DE AUTO DESCONGELAMENTO	330
RECEITAS PARA FUN MENUS	331
RECEITAS PARA AUTO COZEDURA AC-3	332
CUIDADOS E LIMPEZA	333
IDENTIFICAÇÃO DE PROBLEMAS	334

ENDEREÇOS DOS CENTROS DE ASSISTÊNCIA	368 - 373
ESPECIFICAÇÕES	379

DESCONGELAR E COZINHAR	341
COZINHAR CARNE, PEIXE E AVES	341
COZINHAR LEGUMES FRESCOS	341
SIMBOLOGIA	342
TABELAS	343 - 345
RECETAS	346 - 367



DEUTSCH

FRANÇAIS

NEDERLANDS

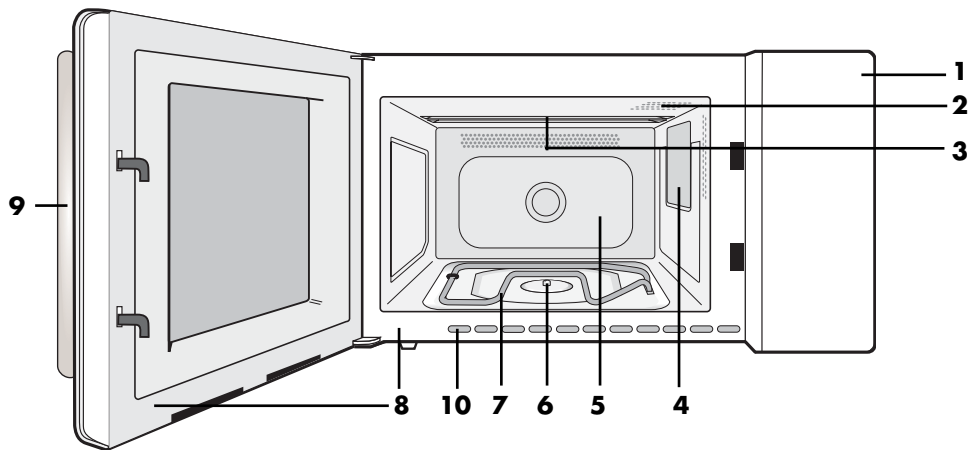
ITALIANO

ESPAÑOL

PORTUGUÊS



GERÄT/FOUR/OVEN/FORNO/HORNO/FORNO



- (D)**
1. Bedienfeld
 2. Garraumlampe
 3. Grill-Heizelement (Grill oben)
 4. Spritzschutz für den Hohlleiter
 5. Garraum
 6. Antriebswelle
 7. Grill-Heizelement (Grill unten)
 8. Türdichtungen und Dichtungsoberflächen
 9. Türöffner

- (I)**
1. Pannello di controllo
 2. Luce forno
 3. Resistenza del grill (superiore)
 4. Coperchio guida onde
 5. Cavità del forno
 6. Albero motore del piatto rotante
 7. Resistenza del grill (inferiore)
 8. Guarnizioni e superfici di tenuta dello sportello
 9. Maniglia di apertura sportello

- (F)**
1. Tableau de commande
 2. Eclairage du four
 3. Élément chauffant du grill (gril haut)
 4. Cadre du répartiteur d'ondes
 5. Cavité du four
 6. Entraînement
 7. Élément chauffant du grill (gril bas)
 8. Joints de porte et surfaces de contact du joint
 9. Poignée d'ouverture de la porte

- (E)**
1. Panel de mandos
 2. Lámpara del horno
 3. Resistencia del grill superior
 4. Tapa de la guía de ondas
 5. Interior del horno
 6. Arrastre del plato giratorio
 7. Resistencia del grill inferior
 8. Juntas de la puerta y superficies de cierre
 9. Tirador para abrir la puerta

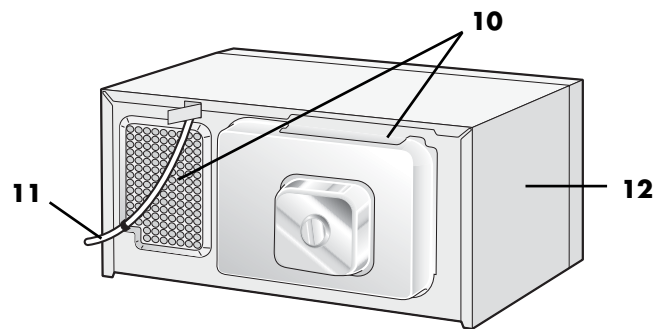
- (NL)**
1. Bedieningspaneel
 2. Ovenlamp
 3. Grillverwarmingsselement (boven grill)
 4. Afdekplaatje (voor golfgeleider)
 5. Ovenruimte
 6. Verbindingsstuk
 7. Grillverwarmingsselement (onderste grill)
 8. Deurafdichtingen en pasvlakken
 9. Deur open-handel

- (P)**
1. Painel de Comandos
 2. Lâmpada do forno
 3. Elemento de aquecimento do grill (superior)
 4. Protecção da guia de onda
 5. Cavidade do forno
 6. Eixo motor do prato giratório
 7. Elemento de aquecimento do grill (inferior)
 8. Juntas da porta e superfícies isolantes
 9. Pega de abertura da porta

GERÄT/FOUR/OVEN/FORNO/HORNO/FORNO



- | | | |
|-----------------------------------|---------------------------|------------------------|
| (D) 10. Lüftungsöffnungen | 11. Netzanschlußkabel | 12. Außenseite |
| (F) 10. Ouvertures de ventilation | 11. Cordon d'alimentation | 12. Partie extérieure |
| (NL) 10. Ventilatie-openingen | 11. Snoer | 12. Behuizing |
| (I) 10. Prese d'aria | 11. Cavo di alimentazione | 12. Mobile esterno |
| (E) 10. Orificios de ventilación | 11. Cable de alimentación | 12. Caja exterior |
| (P) 10. Orifícios de ventilação | 11. Cabo de alimentação | 12. Estrutura exterior |



DEUTSCH

FRANÇAIS

ZUBEHÖR



(D) ZUBEHÖR

Überprüfen, dass die Zubehörteile vorhanden sind:

13 Drehteller **14** Niedriger Rost

15 Hoher Rost

Drehteller auf die Antriebswelle für den Drehteller am Boden des Gerätes setzen.

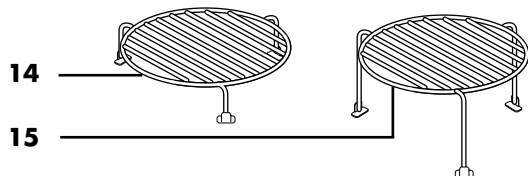
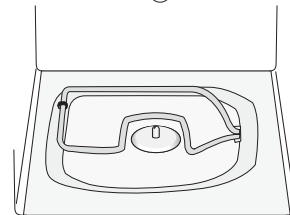
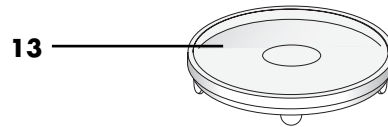
Den Drehteller und die Roste vor der ersten Benutzung mit milder Seifenlauge reinigen. Den Drehteller nicht zerschneiden oder zerkratzen.

WARNUNG:

Das Zubehör (z.B. der Drehteller) wird im GRILL-, KOMBI-, HEISSLUFT- und AUTOMATIKBETRIEB (außer bei der Auftau-Automatik) sehr heiß. Um Verbrennungen zu vermeiden, tragen Sie stets dicke Ofenhandschuhe, wenn Sie die Speisen oder den Drehteller aus dem Gerät entnehmen.

HINWEIS:

Bei der Bestellung von Zubehörteilen müssen Sie dem Händler bzw. dem SHARP-Kundendienst immer folgendes angeben: Teilebezeichnung und Modellnamen.



NEDERLANDS

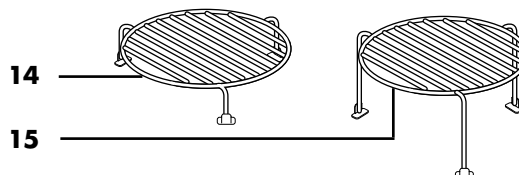
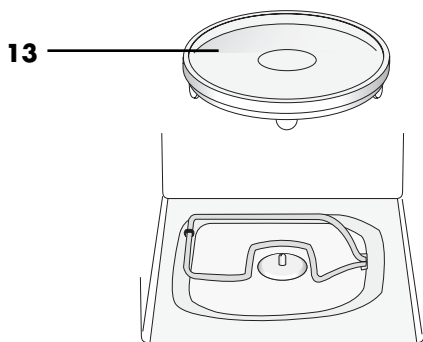
ITALIANO

ESPAÑOL

PORTUGUÊS



ACCESSOIRES/TOEBEHOREN



F ACCESSOIRES

Vérifier que les accessoires suivants sont fournis:

13 Plateau tournant **14** Trépied bas

15 Trépied haut

Placez le plateau tournant sur son axe, au bas du four. Avant d'utiliser le plateau tournant et les trépieds pour la première fois, les nettoyer à l'eau légèrement savonneuse.

Ne pas couper ou gratter le plateau tournant.

AVERTISSEMENT:

Les accessoires (plateau tournant par exemple) deviennent très chauds lors du fonctionnement en mode GRIL, COMBINE, CONVECTION et AUTOMATIQUE (sauf Décongélation Auto). Il faut toujours utiliser des gants lorsque vous retirez les aliments ou le plateau tournant du four pour éviter les brûlures.

REMARQUE:

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

NL TOEBEHOREN

Controleer of de volgende accessoires zijn geleverd:

13 Draaitafel **14** Laag rek **15** Hoog rek

Plaats de draaitafel op de motoras op de ondergrond van de opening.

Voordat u de draaitafel en de roosters voor het eerst gebruikt, dient u ze in een milde water & zeepoplossing schoon te maken. Niet op de draaitafel snijden of krassen.

WAARSCHUWING:

De accessoires (bijv. de draaitafel) worden tijdens verhitting met de GRILL, de DUBBELE FUNCTIE, CONVECTIEWARMTE of AUTOMATISCHE KOOKPROGRAMMA'S (behalve de automatische ontdooiprogramma's) heel erg heet. Altijd dikke overhandschoenen gebruiken om de etenswaren of de draaitafel uit de oven te halen, om verbrandingen te voorkomen.

OPMERKING:

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

ACCESSORI/ACCESORIOS/ACESSÓRIES



I ACCESSORI

Controllare che la confezione contenga tutti gli accessori elencati di seguito:

13 Piatto rotante **14** Griglia bassa

15 Griglia alta

Montare il piatto girevole sopra l'apposito albero motore previsto sul fondo della cavità.

Lavare il piatto rotante e le altre griglie con acqua e sapone prima di utilizzarli per la prima volta.

Evitare di tagliare o graffiare il piatto rotante.

AVVERTENZA:

Durante la cottura con il GRILL, COMBINATA, A CONVEZIONE e AUTOMATICA (escluso lo scongelamento rapido), gli accessori (ad esempio il piatto rotante) raggiungono una temperatura elevata. Per evitare scottature, utilizzare sempre guanti da cucina per togliere le pentole o il piatto rotante dal forno.

NOTA:

Ordinando gli accessori, comunicare al rivenditore o ad un tecnico SHARP autorizzato il nome del componente ed il modello del forno.

E ACCESORIOS

Compruebe que ha recibido los siguientes accesorios:

13 Plato giratorio **14** Rejilla baja

15 Rejilla alta

Coloque la bandeja giratoria sobre al eje del motor situado en la parte inferior del alojamiento para alimentos.

Antes de utilizar el plato giratorio y las rejillas por primera vez lávelos con agua jabonosa usando un detergente suave. No corte o raye el plato giratorio.

ADVERTENCIA:

Los accesorios (como el plato giratorio) se pondrán muy calientes durante los modos de operación con GRILL, COMBINADO, CONVECCIÓN y AUTOMÁTICO (excepto Descongelación automática). Use siempre manoplas para horno al sacar el alimento o el plato giratorio del horno para evitar quemarse.

NOTA:

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

P ACESSÓRIOS

Verifique se o forno inclui os seguintes acessórios:

13 Prato giratório **14** Grelha baixa

15 Grelha alta

Posicione o suporte giratório sobre o eixo do motor rotativo na parte inferior da cavidade.

Antes de utilizar pela primeira vez o prato giratório e as grelhas, limpe com água e um detergente suave.

Evite cortes e riscos no prato giratório.

AVISO:

Os acessórios (ex.: prato giratório) aquecem muito durante o funcionamento nos modos de Grill, Convecção, Dual e Automático (excepto Auto Descongelamento). Utilize sempre luvas grossas de cozinha para retirar os alimentos ou o prato giratório do forno de modo a evitar queimaduras.

NOTA:

Caso pretenda encomendar acessórios, não se esqueça de mencionar o número da peça e o nome do modelo ao seu revendedor ou ao agente autorizado da SHARP.

DEUTSCH

FRANÇAIS

NEDERLANDS

ITALIANO

ESPAÑOL

PORTUGUÊS

TABLEAU DE COMMANDE/BEDIENINGSPANEEL



F TABLEAU DE COMMANDE

Affichage numérique et témoins

1. Témoin **GRIL BAS**
2. Témoin **GRIL HAUT**
3. Témoin **REGLAGE DE L'HORLOGE**
4. Témoins **MOINS/PLUS**
5. Témoin **INFORMATION**
6. Témoin **DUREE**
7. Témoin **CUISSON EN COURS**
8. Témoin **POIDS (kg)**
9. Témoin **MICRO-ONDES**
10. Témoin **CONVECTION**

Touches de fonctionnement

11. Touche **LANGUE**
12. Touche **EXPRESS PIZZA**
13. Touche **PIZZA**
14. Touche **FUN MENUS**
15. Touche **DECONGELATION AUTO**
16. Touche **CUISSON AUTO**
17. Touche **MODE CUISSON**

Tourner le bouton pour que le témoin désigne le symbole approprié:

-  pour une cuisson micro-ondes
-  pour une cuisson micro-ondes avec GRIL DU HAUT
-  pour une cuisson micro-ondes avec GRIL DU BAS
-  pour une cuisson micro-ondes avec CONVECTION
-  CONVECTION
-  GRIL DU HAUT
-  GRIL DU BAS
-  GRILLES DU BAS & DU HAUT

18. Touche **CONVECTION (° C)**

Appuyer pour changer le réglage de la convection

19. Bouton rotatif **DUREE/POIDS**

Tourner le bouton rotatif pour sélectionner le temps de cuisson/décongélation ou le poids des aliments.

20. Touche **DEPART**  **/+ 1 min**

21. Touche **INFO/HORLOGE**

22. Touche **STOP (ARRET)**

23. Touche **NIVEAU DE PUISSANCE MICRO-ONDES**

Appuyer pour changer les réglages de puissance du four micro-ondes

24. Touches **MOINS/PLUS**

NL BEDIENINGSPANEEL

Digitaal display en lichtjes

1. **ONDERSTE GRILL**-lichtje
2. **BOVENSTE GRILL**-lichtje
3. **KLOKINSTELLING**-lichtje
4. **MINDER/MEER**-lichtje
5. **INFORMATIE**-lichtje
6. **TIJD**-lichtje
7. **KOKEN**-lichtje
8. **GEWICHT**-lichtje (kg)
9. **MAGNETRON**-lichtje
10. **CONVECTIEWARMTE**-lichtje

Bedieningstoetsen

11. **TAAL**-toets
12. **EXPRESS PIZZA**-toets
13. **PIZZA**-toets
14. **FUN MENUS**-toets
15. **AUTOMATISCH ONTDOOIPROGRAMMA**-toets
16. **AUTOMATISCH KOOKPROGRAMMA**-toets
17. **BEREIDINGSMODUS**-draaiknop

Draai de knop tot de gewenste kookstand op het display verschijnt:

-  voor koken met de magnetron
-  voor koken met de magnetron in combinatie met BOVENSTE GRILL
-  voor koken met de magnetron in combinatie met ONDERSTE GRILL
-  voor koken met de magnetron in combinatie met CONVECTIEWARMTE
-  voor CONVECTIEWARMTE
-  voor BOVENSTE GRILL
-  voor ONDERSTE GRILL
-  voor BOVENSTE en ONDERSTE GRILL

18. **CONVECTIEWARMTE (° C)**-toets

Druk de toets in om de convection-instelling te wijzigen

19. **TIJD/GEWICHT**-draaiknop

Draai de knop voor het instellen van de kooktijd/ontdooitijd of het gewicht van het voedsel.

20. **START**  **/+ 1 min**-toets

21. **INFO/KLOK**-toets

22. **STOP**-toets

23. **MAGNETRONVERMOGENNIVEAU**-toets

Hiermee stelt u het vermogen van uw magnetron in

24. **MINDER/MEER**-toetsen

DEUTSCH

FRANÇAIS

NEDERLANDS

ITALIANO

ESPAÑOL

PORTUGUÊS



INSTRUCTIONS IMPORTANTES DE SECURITE

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

Pour éviter tout danger d'incendie

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

Si le four est encastéré dans une cuisine, il faut utiliser le cadre d'installation EBR-5000 sous licence SHARP. Ce dernier est disponible chez votre revendeur. Consultez les instructions d'installation du cadre ou demandez à votre revendeur la procédure d'installation correcte. Seule l'utilisation de ce cadre permet d'assurer la sécurité et la qualité du produit.

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

La tension d'alimentation doit être égale à 230 V, 50 Hz avec un fusible de distribution de 16 A minimum, ou un disjoncteur de 16 A minimum.

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

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

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

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

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

N'utilisez que des récipients et des ustensiles conçus pour les fours à micro-ondes (voir page 104-105).

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

Nettoyez le cadre du répartiteur d'ondes, la cavité du four et le plateau tournant après chaque utilisation du four. Après cuisine des nourritures grasses sans couvercle, nettoyez toujours la cavité et particulièrement l'élément de gril complètement. Ces pièces doivent être toujours sèches et dépourvues de graisse. Les accumulations de graisse peuvent s'échauffer au point de fumer ou de s'enflammer.

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

N'obstruez pas les ouvertures de ventilation.

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

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

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

Pour éviter toute blessure

AVERTISSEMENT:

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

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

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

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

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

Ne laissez pas les dépôts de graisse ou de saleté s'incruster sur les joints de porte et les surfaces voisines. Reportez-vous aux instructions de la section "Entretien et Nettoyage" page 101. Le non-respect des consignes de nettoyage du four entraînera une détérioration de la surface susceptible d'affecter le bon fonctionnement de l'appareil et de présenter des risques.

INSTRUCTIONS IMPORTANTES DE SECURITE



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

Pour éviter toute secousse électrique

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

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

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

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

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

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

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

Si le cordon d'alimentation de cet appareil est endommagé, veuillez-le faire remplacer par un réparateur SHARP agréé.

Pour éviter toute explosion ou ébullition soudaine

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

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

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

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

Pour éviter toute ébullition soudaine et tout risque:

1. Remuez le liquide avant de le chauffer ou de le réchauffer.
2. Placez une tige de verre ou un objet similaire dans le récipient contenant le liquide.
3. Conservez le liquide quelque temps dans le four pendant au moins 20 secondes à la fin de la période de chauffage de manière à éviter toute ébullition soudaine différée.

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

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

Pour éviter toute brûlure

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

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

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

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

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

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

Veillez à ce que les enfants ne touchent pas la porte du four ni les autres parties accessibles afin de prévenir les risques de brûlure lorsque le grill est utilisé.

Ne touchez pas la porte du four, le compartiment extérieur, le compartiment arrière, la cavité du four, les ouvertures de ventilation, les accessoires et les plats en mode **GRIL**, **CONVECTION**, en mode **CUISSON COMBINÉE** ou en mode **CUISSON AUTOMATIQUE**, car ils s'échauffent. Avant nettoyage, s'assurer qu'ils ne soient pas chauds.

Pour éviter toute mauvaise utilisation par les enfants

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



INSTRUCTIONS IMPORTANTES DE SECURITE

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

Empêchez qu'ils ne s'appuient sur la porte du four. Ne les laissez pas jouer avec le four qui n'est pas un jouet. Vous devez enseigner aux enfants les consignes de sécurité telles: l'usage d'un porte-récipient, le retrait avec précaution des produits d'emballage des aliments. Vous devez leur dire de porter une attention particulière aux emballages (par exemple, ceux qui sont destinés à griller un aliment) dont la température peut être très élevée.

Autres avertissement.

Vous ne devez pas modifier le four.

Vous ne devez pas déplacer le four pendant son fonctionnement.

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

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

Ne jamais faire fonctionner le four à vide, sauf recommandation du mode d'emploi, voir page 85. Sinon vous risquez d'endommager le four.

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

N'utilisez aucun ustensile métallique car ils réfléchissent les micro-ondes et peuvent provoquer un arc électrique. Ne tentez pas de cuire ou de réchauffer les aliments dans une boîte de conserve.

N'utilisez que le plateau tournant conçu pour ce four. N'utilisez aucun récipient en matière plastique prévu pour les fours à micro-ondes si le four est encore chaud du fait d'une cuisson précédente au **GRIL**, **CONVECTION**, en mode **CUISSON COMBINEE** ou en mode **CUISSON AUTOMATIQUE**, ces récipients peuvent fondre. Les récipients en matière plastique sont à proscrire pour ces modes de cuisson, sauf si leur fabricant a précisé qu'ils conviennent à cet usage. Ne posez aucun objet sur la carrosserie du four pendant son fonctionnement.

REMARQUES:

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

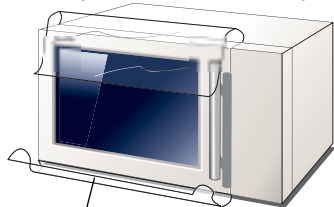
Ni le fabricant ni le distributeur ne peuvent être tenus pour responsable des dommages causés au four ou des blessures personnelles qui résulteraient de l'inobservation des consignes de branchement électrique.

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



INSTALLATION

1. Retirez tous les éléments d'emballage situés à l'intérieur du four. Jetez la feuille de polythène située entre la porte et la cavité. Retirez la totalité du film de protection ainsi que l'autocollant descriptif qui se trouve sur la partie extérieure de la porte.



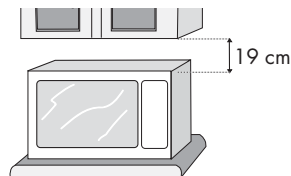
Retirer ce film.

2. Vérifiez soigneusement que le four ne présente aucun signe d'endommagement.
3. Posez le four sur une surface horizontale et plate et suffisamment solide pour supporter le poids du four ainsi que celui des aliments les plus lourds que vous avez l'intention d'y cuire.

4. La porte du four est parfois chaude durant la cuisson. Placez ou installez le four à 85 cm ou plus du sol. Empêchez les enfants de s'en approcher pour éviter qu'ils ne se brûlent.

5. Ne laissez le cordon d'alimentation au-dessus d'aucune surface chaude ou pointue, telle que la zone de ventilation du four.

6. Assurez-vous qu'il existe bien un espace de 19 cm au-dessus du four.



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

AVANT UTILISATION



Votre four est préréglé en mode Economie d'énergie. Lorsque vous le brancherez pour la première fois, l'écran numérique n'affichera aucune indication.

Pour utiliser le four en mode Economie d'énergie:

1. Branchez le four. L'écran numérique n'affichera aucune indication.
2. Ouvrez la porte. Le message "SELECT LANGUAGE" s'affiche en 6 langues.
3. Refermez la porte.
4. Sélectionnez la langue de votre choix (voir plus bas).
5. Faites chauffer le four à vide (voir page 84).

REMARQUE:

Vous pouvez opter pour le mode Réglage horloge si vous le désirez (voir page 82 du mode d'emploi). Le mode Economie d'énergie ne fonctionnera cependant pas si l'horloge est réglée.

CONSEILS DE CUISSON:

Votre four est équipé d'un système d'affichage des informations qui vous permet d'accéder à des instructions détaillées pour toutes les fonctions/touches du four. Ces instructions s'afficheront sur l'écran numérique à chaque fois que vous appuierez sur une touche et vous informeront de la prochaine étape.

Si le four est en mode Economie d'énergie et n'est pas utilisé pendant 3 minutes ou plus (fermeture de la porte, activation de la touche **STOP**, fin de cuisson, etc.), il ne fonctionnera pas jusqu'à ce que la porte soit à nouveau ouverte et fermée.

FRANÇAIS

CHOIX D'UNE LANGUE



Appuyer sur LANGUE	LANGUE
1 fois	ENGLISH
2 fois	DEUTSCH
3 fois	NEDERLANDS
4 fois	FRANCAI
5 fois	ITALIAN
6 fois	ESPANOL

La langue préréglée est l'anglais. Pour sélectionner la langue de votre choix, faites défiler les options disponibles en appuyant sur la touche **LANGUE** de la manière indiquée ci-contre. Puis appuyez sur la touche **DEPART** **/+ 1 min.**

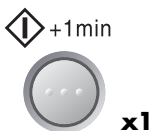
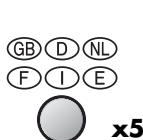
Exemple:

Pour sélectionner l'italien.

1. Choisir la langue désirée.

2. Commencer le réglage.

Vérifier l'affichage:



REMARQUE: La langue sélectionnée sera mémorisée, même en cas de coupure d'alimentation.



MODE D'ECONOMIE D'ENERGIE

Votre four offre deux modes de fonctionnement: le mode Economie d'énergie et le mode Réglage horloge. En mode Economie d'énergie, l'écran numérique n'affiche aucune indication lorsque le four n'est pas utilisé. En mode Réglage horloge, l'heure est affichée.

Si le four est en mode Economie d'énergie et n'est pas utilisé pendant 3 minutes ou plus (fermeture de la porte, activation de la touche **STOP**, fin de cuisson, etc.), il ne fonctionnera pas jusqu'à ce que la porte soit à nouveau ouverte et fermée.

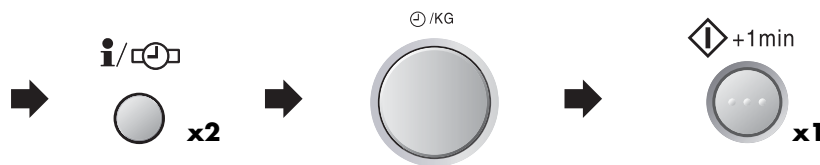
Le mode Economie d'énergie est annulé quand l'horloge est réglée.

Pour démarrer le mode Economie d'énergie manuellement, suivez les instructions ci-dessous.

Exemple:

Pour activer le mode d'économie d'énergie (il est actuellement 23:35):

1. Vérifiez l'exactitude de l'heure affichée.
2. Appuyez sur le bouton **INFO/HORLOGE**.
3. Affichez la valeur 0 en tournant le cadran **HEURE/POIDS**.
4. Appuyez sur le bouton **DEPART** **/+1 min.** L'alimentation est coupée et aucune donnée n'est affichée.



Vérifier l'affichage:



TOUCHE STOP (ARRET)

STOP



Utiliser la touche **STOP** (ARRET) pour:

1. Effacer une erreur lors de la programmation.
2. Faire une pause en cours de cuisson.
3. Annuler un programme en cours de cuisson (appuyer sur la touche **STOP** (ARRET) deux fois).

REGLAGE DE L'HORLOGE

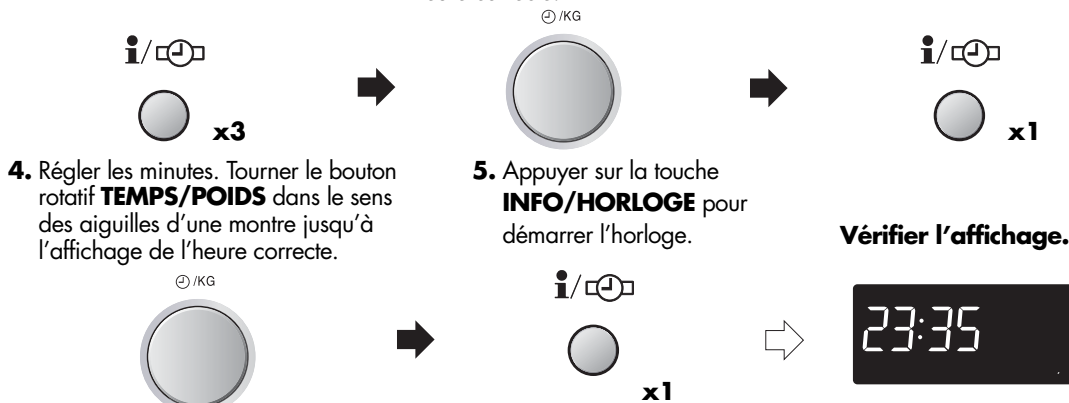


Il existe deux modes de réglage: horloge sur 12 heures et horloge sur 24 heures.

1. Pour sélectionner l'horloge sur 12 heures, appuyer deux fois sur la touche **INFO/HORLOGE**.   **x2**
2. Pour sélectionner l'horloge sur 24 heures, appuyer trois fois sur la touche **INFO/HORLOGE**.   **x3**

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

1. Choisir l'horloge 24 heures en appuyant trois fois sur la touche **INFO/HORLOGE**.
2. Régler les heures. Tourner le bouton rotatif **TEMPS/POIDS** dans le sens des aiguilles d'une montre jusqu'à l'affichage de l'heure correcte.
3. Passer des heures aux minutes en appuyant une fois sur la touche **INFO/HORLOGE**.



FRANÇAIS

REMARQUES:

1. Vous pouvez tourner le bouton rotatif **DUREE/POIDS** dans le sens des aiguilles d'une montre ou dans le sens contraire.
2. Appuyer sur la touche **ARRET (STOP)** en cas d'erreur de programmation.
3. Si le four est en mode cuisson ou minuterie et si vous voulez connaître l'heure, appuyer sur la touche **REGLAGE HORLOGE**. Tant que la touche reste enfoncée, l'heure s'affiche.
4. S'il y a une coupure de courant, débranchez le four, rebranchez-le, ouvrez la porte puis refermez-la, l'écran indique "ENERGY SAVE MODE".
5. Si cela se produit lorsque le four est en service, le programme est effacé, l'horloge est dérégulée et vous devez la régler de nouveau.
6. Pour régler l'heure à nouveau, suivre l'exemple ci-dessous.
7. Si vous ne réglez pas l'horloge, appuyez une fois sur la touche **ARRET (STOP)**. ".0" apparaît à l'affichage. A la fin du fonctionnement du four, ".0" réapparaît sur l'affichage au lieu de l'heure.
8. Si vous réglez l'horloge, le mode d'économie d'énergie est hors service.

REGLAGE DE NIVEAU DE PUISSANCE MICRO-ONDES



Votre four dispose de 5 niveaux de puissance. Pour choisir le niveau de puissance, suivre les conseils donnés dans le livre de recettes.

900 W = 100 % puissance
630 W = 70 % puissance
450 W = 50 % puissance

270 W = 30 % puissance
90 W = 10 % puissance

- Pour sélectionner la cuisson micro-ondes, faites tourner le bouton **MODE CUISSON** et mettez le sur le réglage micro-ondes .
- Pour régler la puissance, appuyer sur la touche **NIVEAU DE PUISSANCE** jusqu'à l'affichage du niveau désiré.
- Si l'on appuie une fois sur la touche **NIVEAU DE PUISSANCE** 900 W (100 %) s'affiche. Si vous dépassez le niveau désiré, continuez d'appuyer sur la touche **NIVEAU DE PUISSANCE** jusqu'à revenir à la puissance voulue.
- Si vous ne sélectionnez pas de puissance, le four se règle automatiquement sur 900 W (100 %).



CUISSON AU MICRO-ONDES

Le four peut être programmé pour un temps de cuisson maximal de 90 minutes. L'augmentation du temps de cuisson (décongélation) varie de 10 secondes à cinq minutes. Elle dépend de la durée totale de cuisson (décongélation) indiquée dans le tableau.

Cuisson:

0-5 minutes
5-10 minutes
10-30 minutes
30-90 minutes

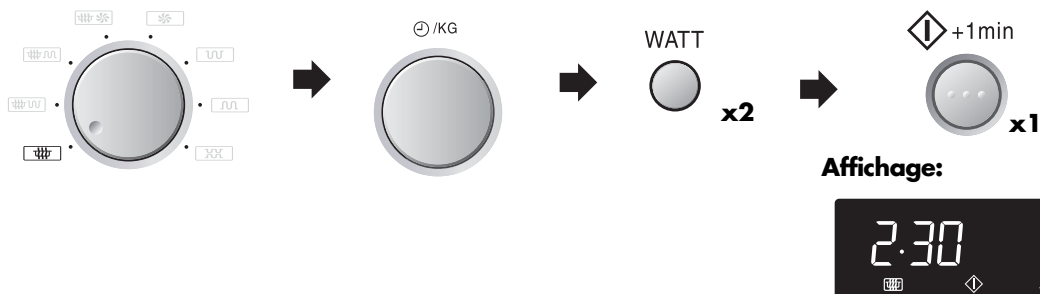
Incrément:

10 secondes
30 secondes
1 minute
5 minutes

Exemple:

Pour réchauffer une soupe pendant 2 minutes et 30 secondes à mi-puissance 630 W.

1. Mettez le bouton **MODE CUISSON** sur MICRO-ONDES.
2. Écrivez le temps de cuisson désiré en tournant le bouton rotatif **TEMPS/POIDS**.
3. Appuyez sur la touche de **NIVEAU DE PUISSANCE MICRO-ONDES** deux fois pour la puissance de la micro-onde 630W.
4. Appuyez sur la touche **DEPART** /+1 min pour démarrer de la cuisson.



REMARQUES:

1. Si l'on ouvre la porte pendant la cuisson, le temps de cuisson affiché s'arrête automatiquement. Le compte à rebours reprend lorsque l'on referme la porte et que l'on appuie sur la touche **DEPART** /+1 min.
2. Pour connaître la puissance utilisée en cours de cuisson, appuyez sur la touche **NIVEAU DE PUISSANCE MICRO-ONDES**. La puissance

s'affiche tant que la touche **NIVEAU DE PUISSANCE MICRO-ONDES** reste enfoncée.

3. Il est possible de tourner le bouton **TEMPS/POIDS** dans le sens ou dans le sens inverse des aiguilles d'une montre. Si l'on tourne le bouton dans le sens inverse des aiguilles d'une montre, le temps de cuisson diminue progressivement à partir de la valeur de 90 minutes.



CUISSON AU GRIL

Ce four dispose de 2 éléments grill chauffants avec 3 modes de cuisson au grill. Entrer d'abord la durée puis sélectionner le grille désiré en tournant le bouton **MODE CUISSON** comme indiqué ci-dessous.

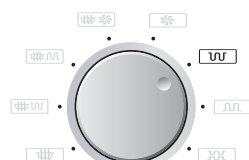
MODE CUISSON	ELEMENT(S) GRIL CHAUFFANT(S) UTILISES	AFFICHAGE
	Gril haut et bas simultanément	GRIL HAUT ET BAS
	Gril haut	GRIL HAUT
	Gril bas	GRIL BAS

CUISSON AU GRIL



Exemple: Pour faire cuire du pain grillé au fromage pendant 5 minutes avec l'élément grill haut seulement. (Placer le pain sur le trépied haut).

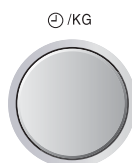
1. Mettez le bouton **MODE CUISSON** sur GRIL HAUT.



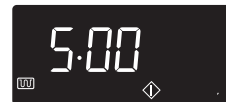
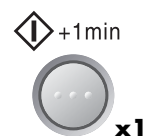
Affichage:



2. Écrivez le temps de cuisson désiré en tournant le bouton rotatif **TEMPS/POIDS**.



3. Appuyer sur la touche **DEPART** **/+1 min** pour démarrer de la cuisson.



FRANÇAIS

1. Les trépieds haut ou bas sont recommandés pour la cuisson au grill.
2. Il est possible que de la fumée et des odeurs se dégagent lors de la première utilisation du grill, mais cela ne signifie pas que le four est inutilisable.
3. Après le cuisson l'affichage est le suivant "REFROIDISSEMENT EN COURS".

AVERTISSEMENT:

L'intérieur du four, la porte, le partie extérieure, le plateau tournant, les trépieds, les plats et surtout le grill bas risquent de devenir très chauds, utilisez des gants de cuisine épais lorsque vous retirez les aliments ou le plateau tournant du four pour éviter les brûlures.

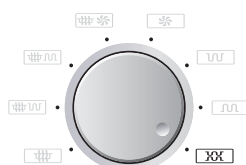
FONCTIONNEMENT A VIDE



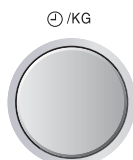
Il est possible que de la fumée et des odeurs se dégagent lors de la première utilisation du mode grill(s), cuisson combinée ou convection, mais cela ne signifie pas que le four est inutilisable. Pour éviter ceci, faire fonctionner le four à vide pendant 20 minutes avec les grils haut et bas avant la première utilisation du four.

IMPORTANT: De la fumée et des odeurs se dégagent pendant cette opération. Ouvrir les fenêtres et faire fonctionner le ventilateur d'aération de la pièce.

1. Mettez le bouton **MODE CUISSON** sur GRIL HAUT ET BAS.



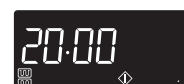
2. Saisir la durée de fonctionnement. (20 min.)



3. Appuyer sur la touche **DEPART** **/+1 min** pour démarrer de la cuisson.



4. Le four commence à décompter. A la fin du fonctionnement à vide, ouvrir la porte pour laisser refroidir le four.



AVERTISSEMENT: La porte du four, les parois extérieures et l'intérieur du four seront chauds. Prendre soin d'éviter les risques de brûlures pendant que le four refroidit.



CUISSON PAR CONVECTION

Ce four micro-ondes dispose de 10 réglages de température préréglés utilisant une combinaison des grils haut et bas.

Touche CONVECTION	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Temp. du four (° C)	250	230	220	200	180	160	130	100	70	40

Exemple 1: Cuisson avec préchauffage

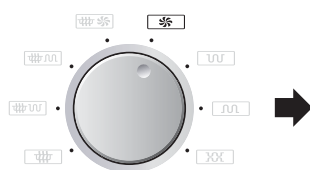
Pour préchauffer à 180° C et cuire pendant 20 minutes à 180° C.

1. Mettez le bouton **MODE CUISSON** sur CONVECTION.

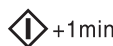
2. Saisir la température de préchauffage voulue en appuyant 5 fois sur la touche **CONVECTION**. L'affichage indique 180° C.

3. Appuyer sur la touche **DEPART** / **+1 min** pour démarrer le préchauffage.

Lorsque la température de préchauffage est atteinte et le signal sonore retentit, l'affichage indique 180° C, ouvrir la porte et placer les aliments dans le four. Fermer la porte.



x5

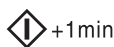
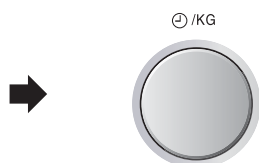


x1



4. Écrivez le temps de cuisson désiré en tournant le bouton rotatif **TEMPS/POIDS**.

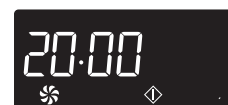
5. Appuyer sur la touche **DEPART** / **+1 min** pour démarrer de la cuisson.



x1



Vérifier l'affichage.



REMARQUES:

- Après le préchauffage, si vous voulez cuire à une température différente, appuyer sur la touche **CONVECTION** jusqu'à ce que le réglage voulu apparaisse sur l'affichage. Dans l'exemple ci-dessus, pour modifier la température, appuyer sur la touche **CONVECTION** après avoir saisi la durée de cuisson.
- Lorsque le four atteint sa température de préchauffage programmée, il reste automatiquement à la température de préchauffage pendant 30 minutes. Au bout de 30 minutes, l'affichage passe à l'heure, si l'horloge est réglée. Le programme **CONVECTION** sera annulé.
- Après cuisson, le four refroidit automatiquement et l'affichage est le suivant "REFROIDISSEMENT EN COURS".

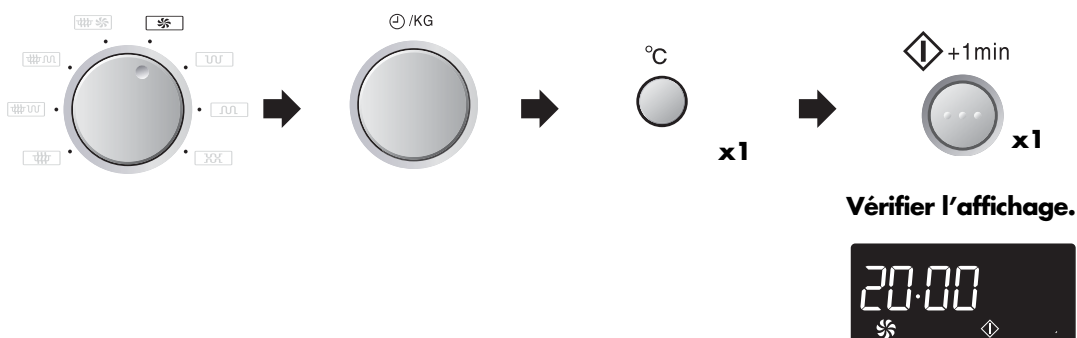
CUISSON PAR CONVECTION



Exemple 2: Cuisson sans préchauffage

Pour faire cuire à 250° C pendant 20 minutes.

1. Mettez le bouton **MODE CUISSON** sur  CONVECTION.
2. Écrivez le temps de cuisson désiré en tourner le bouton rotatif **TEMPS/POIDS**.
3. Entrer la température en appuyant sur la touche **CONVECTION** un fois. (250° C).
4. Appuyer sur la touche **DEPART**  /+1 min pour démarrer de la cuisson.



FRANÇAIS

REMARQUE:

1. Après cuisson, le four refroidit automatiquement et l'affichage est le suivant "REFROIDISSEMENT EN COURS".
2. Pour modifier la température de convection, appuyer sur la touche **CONVECTION** jusqu'à ce que la température voulue apparaisse sur l'affichage.
3. Les mesures de la température prises tandis que le four est en mode de convection différeront du niveau affiché. C'est dû aux éléments de gril tournant en marche et en arrêt afin de régler la température de four. Ceci n'affectera pas les résultats de cuisine aussi longs que l'exécution manuelle et le livre de cuisinier sont suivis correctement.

AVERTISSEMENT:

L'intérieur du four, la porte, le partie extérieure, le plateau tournant, les trépieds, les plats et surtout le gril bas risquent de devenir très chauds, utilisez des gants de cuisine épais lorsque vous retirez les aliments ou le plateau tournant du four pour éviter les brûlures.



CUISSON COMBINEE

Ce four dispose de 3 modes de cuisson combinee pour une cuisson associant micro-ondes et convection, gril supérieur ou gril inférieur. Pour sélectionner le mode de cuisson combinee, mettez le bouton rotatif **MODE CUISSON** sur le réglage voulu puis choisissez d'abord la durée de cuisson. En général, la cuisson combinée réduit le temps total de cuisson.

Setting	MODE CUISSON	Puissance de Micro-ondes	Méthode de cuisson	Affichage
COMB. 1 		270 W	Convection 250° C	
COMB. 2 		270 W	Gril haut	
COMB. 3 		270 W	Gril bas	

REMARQUES: Les réglages de puissance sont variables:

COMB. 1: La température du four peut passer de 40° C à 250° C en 10 étapes.

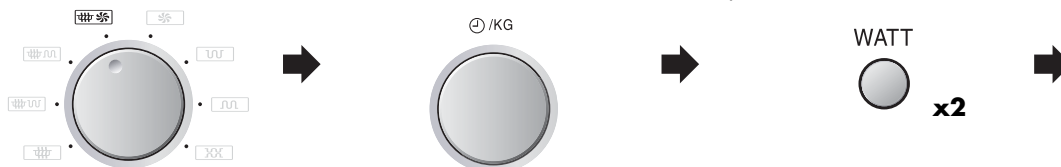
Les niveaux de puissance micro-ondes peuvent passer de 90 W à 450 W en 3 étapes.

COMB. 2 et 3: Les niveaux de puissance micro-ondes peuvent passer de 90 W à 900 W en 5 étapes.

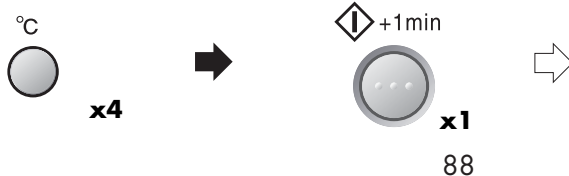
Exemple 1:

Pour faire cuire pendant 20 minutes à l'aide COMB. 1 de la puissance micro-ondes 90 W et Convection 200° C.

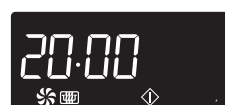
1. Mettez le bouton **MODE CUISSON** sur COMBINEE 1.
2. Écrivez le temps de cuisson désiré en tournant le bouton rotatif **TEMPS/POIDS**.
3. Appuyez sur la touche de **NIVEAU DE PUISSANCE MICRO-ONDES** deux fois pour la puissance de la micro-onde 90 W.



4. Entrer la température en appuyant sur la touche **CONVECTION** 4 fois. (200° C).
5. Appuyer sur la touche **DEPART** /+1 min pour démarrer de la cuisson.



Vérifier l'affichage.



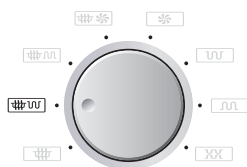
CUISSON COMBINÉE



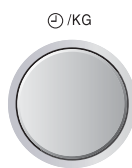
Exemple 2:

Pour faire cuire pendant 20 minutes à l'aide COMB. 2 de la puissance micro-ondes 90 W et GRIL HAUT.

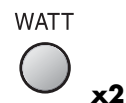
1. Mettez le bouton **MODE CUISSON** sur COMBINÉE 2.



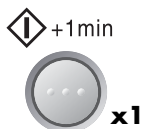
2. Écrivez le temps de cuisson désiré en tournant le bouton rotatif **TEMPS/POIDS**.



3. Appuyez sur la touche de **NIVEAU DE PUISSANCE MICRO-ONDES** deux fois pour la puissance de la micro-onde 90 W.



4. Appuyer sur la touche **DEPART** /+ 1 min pour démarrer de la cuisson.



Vérifier l'affichage.

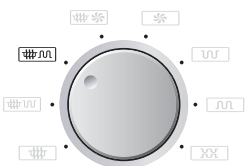


FRANÇAIS

Exemple 3:

Pour faire cuire pendant 20 minutes à l'aide COMB. 3 de la puissance micro-ondes 90 W et GRIL BAS.

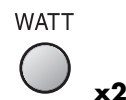
1. Mettez le bouton **MODE CUISSON** sur COMBINÉE 3.



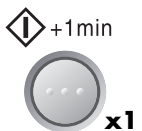
2. Écrivez le temps de cuisson désiré en tournant le bouton rotatif **TEMPS/POIDS**.



3. Appuyez sur la touche de **NIVEAU DE PUISSANCE MICRO-ONDES** deux fois pour la puissance de la micro-onde 90 W.



4. Appuyer sur la touche **DEPART** /+ 1 min pour démarrer de la cuisson.



Vérifier l'affichage.



AVERTISSEMENT:

L'intérieur du four, la porte, le partie extérieure, le plateau tournant, les trépiers, les plats et surtout le gril bas risquent de devenir très chauds, utilisez des gants de cuisine épais lorsque vous retirez les aliments ou le plateau tournant du four pour éviter les brûlures.

REMARQUES:

1. Après cuisson, l'affichage est le suivant "REFROIDISSEMENT EN COURS". À l'espace libre, appuyez sur la touche **ARRÊT**.
2. Les mesures de la température prises tandis que le four est en mode de convection différeront du niveau affiché. C'est dû aux éléments de gril tournant en marche et en arrêt afin de régler la température de four. Ceci n'affectera pas les résultats de cuisine aussi longs que l'exécution manuelle et le livre de cuisinier sont suivis correctement.



AUTRES FONCTIONS PRATIQUES

1. Touche **MOINS / PLUS**.

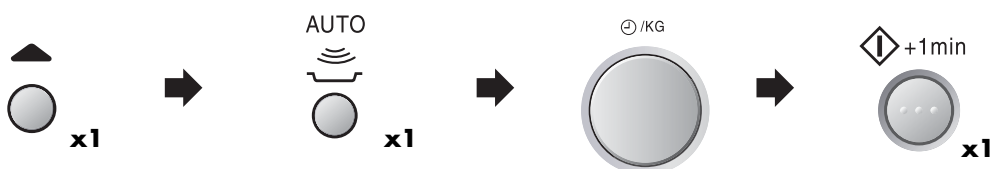
Les touches **MOINS** (▼) et **PLUS** (▲) vous permettent de diminuer ou d'augmenter facilement les réglages programmés (pour une cuisson plus ou moins avancée) en mode automatique ou en cours de cuisson.

a) Modification de la durée des programmes automatiques.

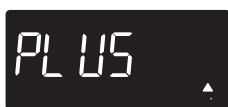
Exemple:

Pour faire cuire 0,4 kg de brochettes grillées à l'aide de la touche **CUISSON AUTOMATIQUE** et de la touche **PLUS** (▲).

1. Choisir le résultat voulu (bien cuit) en appuyant une fois sur la touche **PLUS** (▲).
2. Sélectionner le programme **CUISSON AUTOMATIQUE** (brochettes grillées) en appuyant une fois sur la touche **CUISSON AUTOMATIQUE**.
3. Écrivez le poids désiré en tournant le bouton rotatif **TEMPS/POIDS**.
4. Appuyer sur la touche **DEPART** (↻) / **+1 min** pour démarrer de la cuisson.



Affichage:



REMARQUES:

Pour annuler les réglages **MOINS** ou **PLUS**, appuyer à nouveau sur la touche.

Pour passer de **PLUS** à **MOINS**, appuyer simplement sur la touche **MOINS** (▼).

Pour passer de **MOINS** à **PLUS**, appuyer simplement sur la touche **PLUS** (▲).

b) Modification de la durée de cuisson pendant le fonctionnement.

Vous pouvez augmenter ou diminuer la durée de cuisson par multiples de 1 minute en appuyant sur les touches **MOINS** (▼) et **PLUS** (▲).

REMARQUE:

Vous ne pouvez utiliser cette fonction que pour la cuisson manuelle.

AUTRES FONCTIONS PRATIQUES



2. Fonction **MINUTE PLUS**.

Le bouton **DEPART** **/+1 min** permet d'activer les deux fonctions suivantes:

a) Cuisson 1 minute

Vous pouvez faire cuire des aliments dans le mode de votre choix pendant 1 minute sans définir de temps de cuisson.

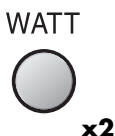
Exemple:

Si vous désirez faire cuire des aliments pendant 1 minute à 630 W en mode micro-ondes.

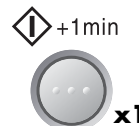
1. Mettez le bouton **MODE CUISSON** sur MICRO-ONDES.



2. Appuyez sur la touche de **NIVEAU DE PUISSANCE MICRO-ONDES** deux fois pour la puissance de la micro-onde 630 W.



3. Appuyer sur la touche **DEPART** **/+1 min** pour démarrer de la cuisson.



Affichage:



FRANÇAIS

REMARQUES:

1. Vous ne pouvez utiliser cette fonction que pour la cuisson manuelle.
2. Lorsque le bouton **MODE CUISSON** se trouve sur la position micro-ondes () et que vous appuyez sur **DEPART** **/+1 min**, la puissance est toujours égale à **900 W**.
Lorsque le bouton **MODE CUISSON** se trouve sur la position (, ou) et que vous appuyez sur le touche **DEPART** **/+1 min**, la puissance de cuisson micro-ondes est toujours égale à **270 W**.
Lorsque le bouton **MODE CUISSON** se trouve sur la position (ou) et que vous appuyez sur le touche **DEPART** **/+1 min**, la température de convection est toujours égale à **250° C**.
3. Pour la sécurité des enfants, le touche **DEPART** **/+1 min** ne peut être utilisé que dans les 3 minutes qui suivent la dernière opération, à savoir la fermeture de la porte ou l'utilisation du touche **ARRET**.

b) Allongement du temps de cuisson

Vous pouvez allonger le temps de cuisson par incrément d'une minute lorsque vous appuyez sur le touche **DEPART** **/+1 min** et que le four fonctionne.

REMARQUE:

Vous ne pouvez utiliser cette fonction que pour la cuisson manuelle.



AUTRES FONCTIONS PRATIQUES

3. VERIFICATION DES REGLAGES PENDANT LE FONCTIONNEMENT DU FOUR

Vous pouvez vérifier le niveau de puissance, l'heure, la température du four.

VERIFICATION DU NIVEAU DE PUISSANCE:

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

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

WATT



Tant que votre doigt reste appuyé sur la touche, le niveau de puissance est affiché.

VERIFICATION DE LA TEMPERATURE DE CONVECTION:

Pour vérifier la température de convection en cours de cuisson, appuyer sur la touche **CONVECTION**.

Pendant le préchauffage du four, vous pouvez contrôler la température du four.

°C



Tant que votre doigt reste appuyé sur la touche, la température de convection en °C s'affiche.

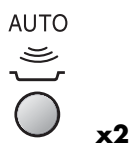
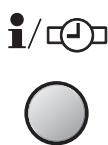
4. Touche **INFORMATION**

Des informations utiles sont associées à chaque touche. Pour obtenir ces informations, appuyer sur la touche **INFO/HORLOGE** avant d'appuyer sur la touche voulue.

Exemple:

Pour obtenir des informations sur le programme de CUISSON AUTO numéro 2, Poulet rôti:

1. Sélectionner la fonction **INFORMATION**.
2. Appuyer sur la touche **CUISSON AUTO** deux fois pour CUISSON AUTO AC-2.



Vérifier l'affichage:



REMARQUES:

1. Le message d'information se répète deux fois, puis l'affichage indique l'heure.
2. Pour annuler l'affichage d'informations, appuyer sur la touche **STOP** (ARRET).

FONCTIONNEMENT AUTOMATIQUE (PIZZA RAPIDE)



La fonction **EXPRESS PIZZA** vous permet de cuire automatiquement et très rapidement une pizza surgelée. Reportez-vous aux instructions suivantes pour de plus amples renseignements sur cette fonction:

1. Afin de prévenir toute utilisation accidentelle du four, la fonction **EXPRESS PIZZA** ne peut être utilisée que dans un délai de 3 minutes après la fin de la cuisson, la fermeture de la porte ou l'activation de la touche **STOP**.
2. Le poids de la pizza doit être entré en appuyant à plusieurs reprises sur la touche **EXPRESS PIZZA**, jusqu'à affichage du poids correct. Entrez uniquement le poids de la pizza même, sans le poids du plat. Si le poids de la pizza diffère des valeurs indiquées dans le tableau de cuisson, utilisez la fonction PIZZA (voir pages 94 - 95) ou le mode manuel.
3. Le temps de cuisson programmé est un temps moyen. Pour modifier la durée de cuisson, utilisez les touches **MOINS (▼)** ou **PLUS (▲)** avant d'appuyer sur la touche **EXPRESS PIZZA** (voir page 90). Pour obtenir les meilleurs résultats de pizza, utilisez la fonction PIZZA (P-1 pizza surgelée), voir page 94 - 95.
4. Il n'est pas nécessaire d'appuyer sur la touche **DEPART**. Le four se mettra automatiquement en marche une fois le poids indiqué.

REMARQUE:

La température finale variera en fonction de la température initiale, par ex. selon que la pizza est surgelée ou à la température ambiante. Vérifiez que la pizza est bien cuite. Le cas échéant, prolongez manuellement le temps de cuisson.

AVERTISSEMENT:

L'intérieur du four, la porte, le partie extérieure, le plateau tournant, les trépieds, les plats et surtout le gril bas risquent de devenir très chauds, utilisez des gants de cuisine épais lorsque vous retirez les aliments ou le plateau tournant du four pour éviter les brûlures.

Exemple: Pour faire cuire 0,3 kg de Pizza surgelée.

1. Pour sélectionner le menu et la plage de poids requise, appuyez une fois sur la touche **EXPRESS PIZZA**.



Après 2 secondes le four commencera à faire cuire automatiquement.

TABLEAU DE PIZZA RAPIDE



TOUCHE	MENU	QUANTITÉ (Incrément) / UTENSILES	PRÉPARATION
EXPRESS PIZZA 	Pizza surgelée rapide 	0,30/0,35/0,40 kg (50 g) (Temp. initiale -18° C) Directement sur le plateau tournant	• Retirer la pizza préparée surgelée de l'emballage et la mettre sur le plateau tournant. • Après la cuisson, la mettre sur le plat de service.



FONCTIONNEMENT AUTOMATIQUE (PIZZA/FUN MENUS/CUISSON AUTO/DÉCONGÉLATION AUTO)

Ces fonctions automatiques sont conçues pour calculer le mode et le temps de cuisson corrects et obtenir les meilleurs résultats. Ce four comprend 3 menus PIZZA, 5 menus FUN, 5 menus CUISSON AUTO et 5 menus DÉCONGÉLATION AUTO.

Touche **PIZZA**



PIZZA

Touche **FUN MENUS**



FUN

Touche **CUISSON AUTO**



AUTO

Touche **DÉCONGÉLATION AUTO**



AUTO
DEFROST

AVERTISSEMENT: Pour tous les menus excepté DÉCONGÉLATION AUTO :

L'intérieur du four, la porte, le partie extérieure, le plateau tournant, les trépieds, les plats et surtout le gril bas risquent de devenir très chauds, utilisez des gants de cuisine épais lorsque vous retirez les aliments ou le plateau tournant du four pour éviter les brûlures.

Reportez-vous aux étapes suivantes pour de plus amples informations sur cette fonction:

1. Pour choisir un programme, appuyer sur la touche **PIZZA, FUN MENUS, CUISSON AUTO** ou **DÉCONGÉLATION AUTO** jusqu'à l'affichage du numéro de programme désiré.
2. Saisir le poids des aliments en tournant le bouton rotatif **TEMPS/POIDS** jusqu'à l'affichage du poids désiré. (Excepté FUN MENUS C-4 et C-5). Indiquer uniquement le poids des aliments. Ne pas tenir compte du poids du récipient. Pour les aliments de poids supérieur ou inférieur aux poids/quantités donnés dans le tableau, faire cuire sans utiliser le programme automatique.
3. Les temps de cuisson programmés sont des durées moyennes. Pour diminuer ou augmenter ces durées, utiliser la touche **MOINS (▼)** ou la touche **PLUS (▲)** respectivement. Pour les meilleurs résultats, suivez les instructions à cuire de tableau aux pages 95 - 98.
4. Pour démarrer la cuisson, appuyer sur la touche **DEPART** **/+1 min.**

S'il est nécessaire par exemple de retourner les aliments, le four s'arrête et les signaux sonores retentissent. La durée de cuisson restante et le témoin approprié clignoteront à l'affichage. Pour continuer la cuisson, appuyer sur la touche **DEPART** **/+1 min.**

Exemple:

1.



PIZZA Touche **PIZZA**

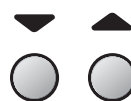
2.



0.5 /KG

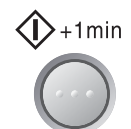
Bouton rotatif
TEMPS/POIDS

3.



Touches
MOINS/PLUS

4.



+1 min

Touche
DEPART **/+1 min**

La température finale variera en fonction de la température initiale, par ex. selon que la pizza est surgelée ou à la température ambiante. Vérifiez que la pizza est bien cuite. Le cas échéant, prolongez manuellement le temps de cuisson.

FONCTIONNEMENT AUTOMATIQUE (PIZZA/FUN MENUS/CUISSON AUTO/DÉCONGÉLATION AUTO)



La touche **PIZZA**, **FUN MENUS**, **CUISSON AUTO** et **DÉCONGÉLATION AUTO** vous permet de cuire des aliments rapidement et facilement.

Exemple: Pour faire cuire 0,4 kg de Brochettes grillées à l'aide de la touche **CUISSON AUTO**.

1. Appuyer une fois sur la touche **CUISSON AUTO** pour choisir le programme CUISSON AUTO AC-1. Les informations de cuisson apparaissent et l'indicateur de poids clignote à l'écran:
2. Saisir le poids en tournant le bouton **TEMPS/POIDS** dans le sens des aiguilles d'une montre.
3. Appuyer sur la touche **DEPART** **+1 min** pour démarrer la cuisson.



FRANÇAIS

TABLEAU DE PIZZA



TOUCHE	MENU	QUANTITÉ (Incrément) / UTENSILES	PRÉPARATION
x1	P-1 Pizza Pizza surgelée	0,15 - 0,60 kg (50 g) (Temp. initiale. -18° C) Sur le plateau tournant	- Retirer la pizza préparée surgelée de l'emballage et la mettre sur le plateau tournant. Pour la cuisson des pizzas à fond épais appuyer sur la touche PLUS (▲). - Après la cuisson, la mettre sur le plat de service.
x2	P-2 Pizza Pizza réfrigérée	0,15 - 0,45 kg (50 g) (Temp. initiale 5° C) Sur le plateau tournant	- Retirer la pizza préparée réfrigérée de l'emballage et la mettre sur le plateau tournant. - Après la cuisson, la mettre sur le plat de service.
x3	P-3 Pizza Pizza Fraîche z.B. Pizza faite maison	0,7 - 1,0 kg (100 g) (Temp. initiale 20° C) Sur le plateau tournant	- Préparer la pizza selon la recette ci-dessous. - La mettre directement sur le plateau tournant. - Après la cuisson, la mettre sur le plat de service.

RECETTE POUR PIZZA

Ingrédients:

- 300 g env. Pâte prête à l'emploi (mélange en sachet ou pâte à dérouler)
- 200 g env. Tomates en conserve Basilic, origan, thym, sel, poivre.
- 150 g Garniture au choix. (ex. maïs, jambon, salami, ananas)
- 50 g Fromage râpé

Préparation:

1. Préparer la pâte selon les instructions de l'emballage. La rouler à la taille du plateau tournant et la mettre dessus.
2. Graisser légèrement le plateau tournant, posez-y le fond de la pizza et percez la pâte.
3. Egoutter les tomates et les couper en morceaux. Assaisonner les tomates avec les épices et les étaler sur la pâte. Mettre tous les autres ingrédients sur la pizza et recouvrir de fromage.
4. Faites cuire avec **P-3 Pizza** "Pizza Fraîche".



TABLEAU DE FUN MENU

TOUCHE	MENU	QUANTITÉ (Incrément) / UTENSILES	PRÉPARATION
FUN (« »)  x1	C-1 Fun Menu Baguettes surgelées  e.g. Baguettes avec l'écimage de pizza.	0,15 - 0,50 kg (50 g) (Temp. initiale -18° C) Directement sur le plateau tournant	- Retirer les morceaux de baguette surgelés de leur emballage et les mettre sur le plateau tournant. - Après la cuisson, les disposer sur le plat de service.
FUN (« »)  x2	C-2 Fun Menu Bâtonnets de poisson 	0,20 - 0,50 kg (50 g) (Temp. initiale -18° C) Directement sur le plateau tournant	- Retirer les bâtonnets de poisson de leur emballage et les mettre sur le plateau tournant. - Après la cuisson, les disposer sur le plat de service.
FUN (« »)  x3	C-3 Fun Menu Pommes frites  (recommandé pour les fours conventionnels) e.g types standard et épais	0,20 - 0,40 kg (50 g) (Temp. initiale -18° C) Directement sur le plateau tournant	- Retirer les frites surgelées de leur emballage et les mettre sur le plateau tournant dans une couche. - Pour les frites épaisses, utiliser la touche PLUS (▲). - Après la cuisson, les disposer sur le plat de service.
FUN (« »)  x4	C-4 Fun Menu Plats végétariens 	(Temp. initiale 20° C) Plat à gratiner Trépied bas	Voir recettes pour le Nourriture végétarienne à la page 94.
FUN (« »)  x5	C-5 Fun Menu Desserts  e.g. Croustillant de Fruit	(Temp. initiale 20° C) Plat à gratiner Trépied bas	Voir recettes pour le Desserts à la page 94.

TABLEAU DE CUISSON AUTOMATIQUE



TOUCHE	MENU	QUANTITÉ (Incrément) / UTENSILES	PRÉPARATION
AUTO x1	AC-1 Cuisson Brochettes grillées Voir recettes à la page 114.	0,2 - 0,8 kg (100 g) (Temp. initiale 5° C) Trépied haut	• Préparer les brochettes. • Mettre les brochettes sur le trépied haut. • Au signal sonore, retourner les brochettes. • Après la cuisson, disposer les brochettes sur un plat et servir.
AUTO x2	AC-2 Cuisson Poulet rôti Ingrédients for 1,2 kg poulet rôti: 1/2 cuill. à café de sel et poivre. 1 cuill. à café de paprika, doux. 2 cuill. à soupe d'huile	0,9 - 1,8 kg (100 g) (Temp. initiale 5° C) Trépied bas	• Mélanger les ingrédients et les étaler sur le poulet. • Percer la peau des morceaux de poulet. • Mettre le poulet sur le trépied bas, blanc de poulet vers le bas. • Au signal sonore, retourner le poulet. • Après cuisson, laisser reposer pendant environ 3 minutes dans le four, les disposer sur le plat de service.
AUTO x3	AC-3 Cuisson Filet de poisson gratiné Voir recettes à la page 123 et 124.	0,6 - 1,2 kg* (100 g) (Temp. initiale 5° C) Plat à gratin Trépied bas	• Voir recettes pour le filet de poisson gratiné à la page 100. * Poids total tout les ingrédients.
AUTO x4	AC-4 Cuisson Gratin Voir recettes à la page 123 et 124.	0,5 - 1,5 kg* (100 g) (Temp. initiale 5° C) Plat à gratin Trépied bas	• Préparer le gratin. • Placer le gratin sur le trépied bas. • Après cuisson, laisser reposer dans du papier aluminium pendant environ 5 minutes. * Poids total tout les ingrédients.
AUTO x5	AC-5 cuisson Gâteau Voir recettes à la page 128 - 131.	0,5 - 1,5 kg* (100 g) Temp. initiale 20° C) Moule Trépied bas Soucoupe	• Préparer le gâteau. • Placer le moule sur le trépied bas avec une soucoupe entre le trépied et le moule. • Laisser reposer pendant environ 10 minutes après cuisson.

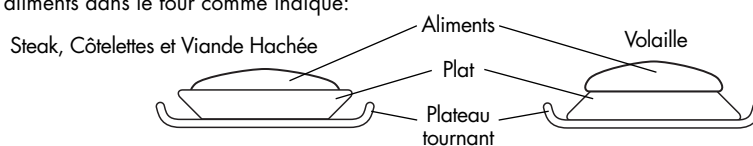


TABLEAU DE DÉCONGÉLATION AUTOMATIQUE

TOUCHE	MENU	QUANTITÉ (Incrément) / UTENSILES	PRÉPARATION
DEFROST   x1	AD-1 Décongélation Steak et Côtelettes 	0,2 - 1,0 kg (100 g) (Temp. initiale -18° C) (Voir remarque ci-dessous)	- Placer les aliments sur une assiette au centre du plateau tournant. - Quand le four s'arrête et que le signal sonore retentit, retourner les aliments, redisposer et séparer. Protégez les parties minces et les parties déjà chaudes avec du papier d'aluminium. - Après décongélation, emballer dans du papier aluminium pour 10 - 20 minutes, jusqu'à complète décongélation.
DEFROST   x2	AD-2 Décongélation Viande hachée 	0,2 - 1,0 kg (100 g) (Temp. initiale -18° C) (Voir remarque ci-dessous)	- Placez le morceau de viande hachée sur une assiette au centre du plateau tournant. - Lorsque le four s'arrête et que le signal sonore retentit, retournez la viande. Retirez les parties décongelées si possible. - Une fois la décongélation effectuée, laissez reposer 5 - 10 minutes jusqu'à ce que la viande soit totalement décongelée.
DEFROST   x3	AD-3 Décongélation Volaille 	0,9 - 2,0 kg (100 g) (Temp. initiale -18° C) (Voir remarque ci-dessous)	- Placer une assiette renversée sur le plateau tournant et mettre la volaille côté poitrail vers le bas sur l'assiette. - Quand le four s'arrête et que le signal sonore retentit, retourner. Protégez les parties minces et les parties déjà chaudes avec du papier d'aluminium. - Après décongélation, couvrir d'une feuille de papier aluminium et laisser reposer 30 - 90 minutes jusqu'à complète décongélation.
DEFROST   x4	AD-4 Décongélation Gâteau 	0,1 - 1,4 kg (100 g) (Temp. initiale -18° C) Plat	- Retirez l'emballage du gâteau. - Placez sur un plat au centre du plateau tournant. - Une fois la décongélation effectuée, coupez le gâteau en portions identiques que vous espacerez et laissez reposer pendant 15 - 70 minutes jusqu'à ce que le gâteau soit uniformément décongelé.
DEFROST   x5	AD-5 Décongélation Pain 	0,1 - 1,0 kg (100 g) (Temp. initiale -18° C) Plat (Ce programme n'est recommandé que pour le pain en tranches.)	- Poser le pain sur un plat au centre du plateau tournant. - Quand le signal sonore retentit, changer la position des tranches et retirer celles qui sont décongelées. - Après la décongélation, séparer toutes les tranches et les disposer sur un grand plat. Couvrir le pain d'une feuille de papier aluminium et le laisser reposer 5 - 10 minutes pour compléter la décongélation.

REMARQUES: Décongélation Automatique

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



RECETTES DES MENUS FUN



FRANÇAIS

PLATS VEGETARIENS (C-4)**Courgettes farcies**

Ingrédients:

- 4 courgettes de taille identique (poids total: 700 – 900 g)
- 2 bottes de ciboule
- 4 tomates (400 g)
- 200 g de fêta haché
- 40 g de biscotte
- 1 oeuf
- sel et poivre
- 10 g de margarine pour graisser la casserole

Pour la sauce:

- 150 ml de bouillon de légumes
- 100 ml de crème
- 62,5 g de fromage à pâte molle
- 25 g de graines de tournesol

Préparation:

- Lavez les courgettes et découpez-les en deux dans le sens de la longueur. Retirez les pépins, retirez la chair des courgettes et coupez-la en cubes. Lavez la ciboule et coupez-la en petites tranches. Faites bouillir les tomates, pelez-les et coupez-les en tranches.
- Battez l'œuf, assaisonnez avec du sel et du poivre, émiettez la biscotte et mélangez le tout aux tomates coupées, au fêta, aux courgettes coupées en cubes et à la moitié de la ciboule.
- Graissez le plat à gratin, placez les moitiés de courgettes dans le plat et farcissez.
- Placez le plat à gratin sur la grille inférieure et sélectionnez le **MENU FUN C-4** "Plat végétarien".
- Battez ensemble le bouillon de légumes, la crème et le fromage à pâte molle et ajoutez le reste de la ciboule. Lorsque la sonnerie retentit et que le four s'arrête, ajoutez la sauce et saupoudrez le plat de graines de tournesol. Appuyez sur la touche **DEPART**.
- Laissez reposer 5 minutes après la cuisson.

PLATS VEGETARIENS (C-4)**Poivrons farcis**

Ingrédients:

- 4 poivrons rouges
- 2 oignons
- 200 g de champignons frais mélangés
- 2 oeufs
- 100 g d'emmental râpé
- 25 g de miettes de pain
- une botte de feuilles de citron
- une botte de persil
- sel, poivre, noix de muscade
- 10 g de margarine pour graisser la casserole

Pour la sauce:

- 240 g de petites tomates pelées en boîte, bien égouttées
- 100 g de crème fraîche
- 150 ml de vin blanc
- herbes de Provence

Préparation:

- Découpez les poivrons rouges en deux dans le sens de la longueur, retirez les queues et les pépins, lavez et séchez. Découpez les oignons en petits cubes et mélangez-les avec les champignons en tranches.
- Battez les oeufs et mélangez-les à l'emmental, aux miettes de pain, aux oignons, aux champignons et aux herbes finement hachées. Assaisonnez le mélange et farcissez les poivrons rouges.
- Placez les poivrons farcis dans un plat à gratin graissé, placez le plat à gratin sur la grille inférieure et sélectionnez le **MENU FUN C-4** "Plat végétarien".
- Mélangez entre-temps les tomates à la crème fraîche, au vin blanc et aux herbes. Lorsque la sonnerie retentit et que le four s'arrête, ajoutez la sauce et appuyez sur la touche **DEPART**.
- Laissez reposer 5 minutes après la cuisson.

DESSERTS (C-5)**Crumble aux framboises, aux pommes et aux amandes**

Ingrédients:

Pour le fourrage:

- 250 g de framboises surgelées
- 2 pommes de table, épluchées et découpées en fines tranches
- 50 g de cassonade
- 15 ml de crème de cassis

Pour la pâte sablée:

- 75 g de beurre
- 125 g de farine sans levure
- 100 g d'amandes hachées
- 75 g de sucre semoule

Préparation:

- Placez les framboises, les pommes, la cassonade et la crème de cassis dans un plat à gratin et mélangez bien. Chauffez pendant 5 minutes à 900 W. Remuez à mi-cuisson.
- Préparez entre-temps la pâte sablée. Mélangez le beurre à la farine jusqu'à obtention d'une pâte ressemblant à des miettes de pain fines, ajoutez les amandes hachées et le sucre semoule et remuez.
- Saupoudrez la pâte sablée de manière égale sur le fruit à l'aide d'une cuillère. Placez sur la grille inférieure et sélectionnez le **MENU FUN C-5** "Dessert".

CONSEIL:

Vous pouvez également utiliser des cerises ou des pêches en boîte (200 g) au lieu des framboises surgelées, des pommes et de la cassonade. Il sera alors inutile de cuire préalablement les fruits.



RECETTES POUR CUISSON AUTOMATIQUE AC-3

FILET DE POISSON GRATINÉ (AC-3)

Gratin de poisson à l'italienne

Ingrédients:

pour 600 g de poisson:
250 g de mozzarella environ.
250 g tomates.
2 CS de beurre d'anchois.
sel et poivre.
1 CS de basilic haché.
jus d'un demi-citron.
2 CS de fines herbes hachées.
75 g de gouda râpé (45 % M.G.).

Préparation:

- Laver et sécher le poisson. L'arroser de jus de citron, saler et graisser au beurre d'anchois.
- Placer dans un plat à gratin ovale (32 cm).
- Saupoudrer le poisson de gouda.
- Laver les tomates et retirer la queue. Couper en tranches et placer sur le fromage.
- Saler, poivrer et ajouter les fines herbes.
- Egoutter la mozzarella, couper en tranches et placer sur les tomates. Parsemer de basilic.
- Placer le plat à gratin sur le trépied bas et faire cuire au **CUISSON AUTOMATIQUE AC-3** "Filet de poisson gratiné" (1,2 kg).

Conseil: Après la cuisson, retirer le poisson du plat à gratin et ajouter du liant de sauce. Faire cuire à nouveau pendant 1-2 minutes à 900 W.

FILET DE POISSON GRATINÉ (AC-3)

Filet de poisson gratiné 'Esterhazy'

Ingrédients:

pour 600 g de poisson:
250 g poireaux.
50 g d'oignon.
100 g de carottes
1 CS de beurre.
poivre, set et muscade.
2 CS de jus de citron.
125 g de crème fraîche.
100 g de gouda râpé (45 % M.G.).

Préparation:

- Laver les poireaux, les couper dans le sens de la longueur puis en rondelles.
- Peler les oignons et les carottes et les couper en rondelles fines.
- Mettre les légumes, le beurre et les épices dans une terrine et bien mélanger. Faire cuire pendant 5-6 minutes à 900 W. Remuer une fois en cours de cuisson.
- Laver et sécher le poisson, l'arroser de jus de citron et saler.
- Mélanger la crème fraîche aux légumes et assaisonner à nouveau.
- Placer la moitié des légumes dans un plat à gratin ovale (32 cm). Placer le poisson au-dessus des légumes et recouvrir du reste des légumes.
- Recouvrir de gouda et placer sur le trépied bas. Faire cuire au **CUISSON AUTOMATIQUE AC-3** "Filet de poisson gratiné" (1,2 kg).

FILET DE POISSON GRATINÉ (AC-3)

Gratin de poisson au brocoli

Ingrédients:

pour 500 g de poisson:
2 CS de jus de citron
1 CS de beurre.
2 CS de farine
300 ml de lait.
aneth haché, sel et poivre.
250 g de brocoli surgelé.
100 g de gouda râpé (45 % M.G.).

Préparation:

- Laver et sécher le poisson. L'arroser de jus de citron et saler.
- Réchauffer le beurre et la farine dans une casserole ronde à découvert pendant environ 1-1 1/2 minutes à 900 W.
- Ajouter le lait et bien mélanger. Faire cuire à nouveau à découvert pendant 3-4 minutes à 900 W. Après la cuisson, remuer et assaisonner d'aneth, saler et poivrer.
- Décongeler le brocoli dans une terrine pendant 4-6 minutes à 900 W. Après décongélation, placer le brocoli dans un plat à gratin et poser le poisson au-dessus. Assaisonner.
- Verser la sauce et parsemer de fromage
- Placer sur le trépied bas et faire cuire au **CUISSON AUTOMATIQUE AC-3** "Filet de poisson gratiné" (1,1 kg).

ENTRETIEN ET NETTOYAGE



ATTENTION: N'UTILISEZ PAS DE DÉCAPE FOURS VENDUS DANS LE COMMERCE OU DE PRODUITS ABRASIFS OU AGRESSIFS, OU DE PRODUITS QUI CONTIENNENT DE LA SOUDE CAUSTIQUE, OU DE TAMPONS ABRASIFS SUR UNE PARTIE QUELCONQUE DE VOTRE FOUR À MICRO-ONDES.

AVERTISSEMENT!

Après l'utilisation des modes GRIL, COMBINÉ, CONVECTION et AUTOMATIQUE (à l'exception du mode Décongélation automatique), l'intérieur du four, la porte, l'extérieur du four et les accessoires deviennent très chauds. Avant le nettoyage, s'assurer qu'ils sont complètement refroidis.

Extérieur du four

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

Tableau de commande

Ouvrez la porte avant de le nettoyer pour rendre inopérante la minuterie du tableau de commande. Nettoyez soigneusement à l'aide d'un chiffon humecté d'eau. N'utilisez pas de produit chimique ou abrasif. Évitez de mouiller abondamment le tableau.

Intérieur du four

1. Pour un nettoyage facile, essuyer les éclaboussures et les dépôts à l'aide d'un chiffon doux et mouillé ou une éponge après chaque utilisation et pendant que le four est encore tiède. Si les tâches résistent à un simple nettoyage, utiliser de l'eau savonneuse puis essuyer à plusieurs reprises à l'aide d'un chiffon mouillé jusqu'à ce que tous les résidus soient éliminés. Ne pas enlever le cadre répartiteur d'ondes.
2. S'assurer que le savon doux ou l'eau ne pénètre pas dans les petits trous d'aération situés sur les parois du four au risque d'endommager le four.
3. Ne pas utiliser de vaporisateur pour nettoyer l'intérieur du four.
4. Faire chauffer régulièrement le four (voir "Fonctionnement à vide" à la page 85). Toute éclaboussure à l'intérieur du four pourrait dégager de la fumée et des odeurs.

Plateau tournant

Retirer le plateau tournant. Les laver avec de l'eau légèrement savonneuse. Sécher avec un chiffon doux. Le plateau tournant sont résistants au lave-vaisselle.

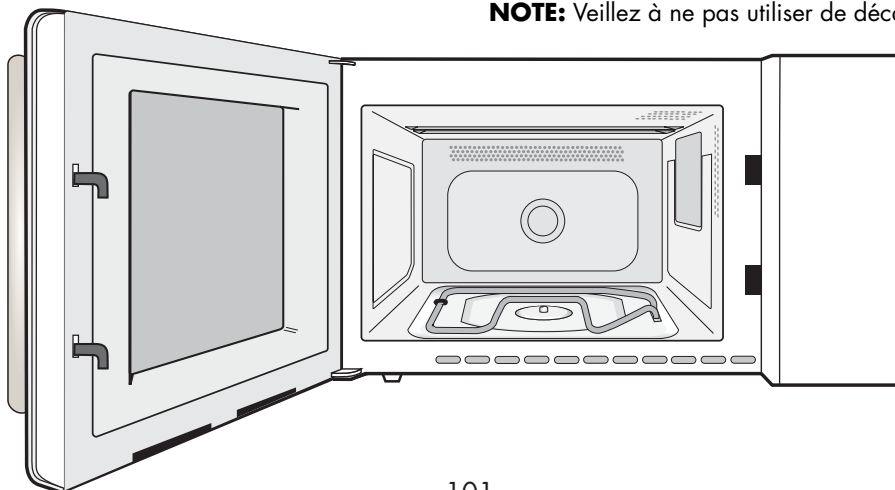
Trépieds bas et haut

Laver les trépieds au moyen d'une solution diluée de liquide vaisselle puis les sécher soigneusement. Les trépieds peuvent être lavés au lave-vaisselle.

Porte

Essuyer fréquemment la porte (intérieurement et extérieurement), les joints et les surfaces de contact des joints avec un chiffon doux et mouillé pour éliminer les éclaboussures ou dépôts.

NOTE: Veillez à ne pas utiliser de décape four.





AVANT D'APPELER LE DEPANNEUR

AVANT DE FAIRE APPEL A UN TECHNICIEN, PROCEDEZ AUX VERIFICATIONS SUIVANTES:

1. Alimentation:

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

Vérifiez le fusible et le disjoncteur.

2. Quand la porte est ouverte, la lampe est-elle éclairée?

OUI _____ NON _____

3. Placer une tasse de 150 ml d'eau env. dans le four et bien fermer la porte.

Mettre le four en mode micro-ondes .

Programmer le four une minute sur la puissance 900 W et le mettre en marche.

La lampe s'éclaire-t-elle?

OUI _____ NON _____

Le plateau tournant tourne-t-il?

OUI _____ NON _____

REMARQUE: Le plateau tournant peut tourner dans les deux sens.

La ventilation est-elle normale?

OUI _____ NON _____

(Poser la main sur les ouvertures de ventilation. Vous devez sentir un courant d'air.)

Après 1 minute, le signal se fait-il entendre?

OUI _____ NON _____

L'indicateur de cuisson en cours s'éteint-il?

OUI _____ NON _____

Est-ce que la tasse d'eau est chaude après les opérations ci-dessus?

OUI _____ NON _____

4. Sortir la tasse du four et fermer la porte. Mettre le four en mode

GRIL (gril haut et bas)  pendant 3 minutes.

Après 3 minutes, les éléments chauffants du gril

sont-ils rouges?

OUI _____ NON _____

IMPORTANT:

Si l'écran n'affiche rien, même lorsque la fiche d'alimentation est correctement branchée, il est possible que le four soit en mode Economie d'énergie. Ouvrez et refermez la porte pour utiliser le four. Voir page 82.

Si la réponse à l'une des questions ci-dessus est "NON", appelez votre revendeur ou un technicien d'entretien agréé par SHARP et précisez-lui ce que vous avez constaté. Voir couverture intérieure au dos pour les adresses.

REMARQUES:

- Si vous faites cuire des aliments pendant plus longtemps que la durée normale sans modifier le mode de cuisson, la puissance du four diminue automatiquement pour éviter la surchauffe. (La puissance de cuisson micro-ondes diminue et les éléments gril s'allument par intermittence.)

Betriebsart	Standardzeit
Cuisson micro-ondes 900 W	20 min.
Cuisson Gril	
GRIL HAUT 	15 min.
GRIL BAS 	15 min.
GRIL HAUT et BAS 	Gril haut - 6 min. Gril bas - 6 min.
Combinée 2  (puissance micro-ondes de 900 W seulement)	Micro - 20 min. Gril haut - 15 min.
Combinée 3  (puissance micro-ondes de 900 W seulement)	Micro - 20 min. Gril bas - 15 min.

- Après la cuisson GRIL, (avec les deux éléments chauffants), COMBINÉE, CONVECTION et AUTOMATIQUE (sauf DECONGELATION AUTOMATIQUE), le ventilateur se met en marche et le message "REFROIDISSEMENT EN COURS" apparaît sur l'affichage. De même, il se met en marche quand on appuie sur la touche **STOP** (ARRET) pour ouvrir la porte pendant ces modes de cuisson; il est donc possible de sentir de l'air provenant des ouvertures d'aération.

QUE SONT LES MICRO-ONDES?



Les micro-ondes sont, tout comme les ondes radio et télévision, des ondes électromagnétiques.

Dans le micro-ondes, les ondes sont générées par le magnétron et font vibrer les molécules d'eau des aliments. La friction qui en résulte dégage de la chaleur qui décongèle, réchauffe ou cuit les aliments.

Le secret des temps de cuisson courts tient au fait que les micro-ondes pénètrent de tous les côtés dans les aliments. L'énergie est donc utilisée avec un rendement optimal. En comparaison, l'énergie utilisée pour la cuisson avec une cuisinière électrique doit d'abord passer de la plaque chauffante à la casserole puis de la casserole aux aliments. Ces "détours" entraînent d'importantes pertes d'énergie.

Aliments - Ils absorbent les micro-ondes.

Métaux - Ils réfléchissent les micro-ondes.

LES PROPRIÉTÉS DES MICRO-ONDES

Les micro-ondes traversent tous les objets non métalliques, le verre, la porcelaine, la céramique, la

matière plastique, le bois et le papier. C'est la raison pour laquelle ces matériaux ne chauffent pas dans le micro-ondes. La vaisselle n'est réchauffée que de façon indirecte par la chaleur des aliments.

Les mets absorbent les micro-ondes et sont donc réchauffés.

Les matériaux métalliques ne sont pas traversés par les micro-ondes, ils les réfléchissent. C'est pourquoi, en règle générale, il ne faut pas utiliser d'objets métalliques dans le micro-ondes. Il existe toutefois des exceptions qui vous permettent d'utiliser les propriétés des métaux. On recouvre par exemple de feuille d'aluminium certaines parties des mets pendant la décongélation ou la cuisson, empêchant ainsi une cuisson exagérée de certaines parties aux formes irrégulières. Suivez à ce propos les indications du guide.

Verre, porcelaine, céramique, matières plastiques, papier, etc. Ils laissent passer les micro-ondes.

FRANÇAIS

VOICI CE QUE VOUS POURREZ FAIRE AVEC VOTRE NOUVEAU COMBINÉ MICRO-ONDES/GRIL



MODE MICRO-ONDES

Vous pouvez utiliser votre nouveau combiné micro-ondes/gril en mode micro-ondes par exemple pour réchauffer rapidement des plats garnis ou des boissons ou faire fondre presque instantanément du beurre ou du chocolat.

Le micro-ondes est également idéal pour décongeler les aliments.

Il est souvent conseillé de combiner les micro-ondes avec l'air chaud ou le gril (cuisson mixte). Vous pouvez ainsi cuire très rapidement les aliments tout en les brunissant. Le temps de cuisson est en règle générale bien inférieur à la cuisson traditionnelle.

CUISSON MIXTE (MICRO-ONDES AVEC AIR CHAUD OU GRIL)

L'utilisation combinée de deux modes de fonctionnement vous permet d'utiliser de façon idéale tous les avantages de votre appareil.

Vous avez le choix entre deux utilisations combinées:

- Micro-ondes + air chaud (idéal pour les rôtis, les volailles, les gratins et soufflés, les pizzas, le pain et les gâteaux) et
- Micro-ondes + gril (idéale pour les pizzas, les pièces rôties à cuisson rapide, les rôtis, les volailles, les cuisses de poulet, les brochettes, les croûtes au fromage et pour les casse-croûtes, gratiner).

La cuisson combinée vous permet en même temps de cuire et de brunir. L'avantage réside dans le fait que l'air chaud ou la chaleur du gril ferment rapidement les pores des couches extérieures des aliments. Les micro-ondes assurent une cuisson douce et rapide. Les aliments seront croustillants tout en restant juteux à l'intérieur.

CUISSON À L'AIR CHAUD

Vous pouvez utiliser l'air chaud sans les micro-ondes. Les résultats obtenus sont les mêmes qu'avec un four conventionnel.

Lors de la cuisson à l'air chaud, un ventilateur situé derrière la paroi arrière du four souffle de l'air chaud dans le four. L'air ainsi pulsé chauffe très rapidement l'extérieur des aliments, ce qui empêche par exemple la viande de perdre son jus et de sécher. Grâce à ce phénomène de fermeture des pores, les mets restent savoureux et cuisent plus rapidement qu'avec les méthodes de cuisson traditionnelles.

CUISSON AU GRIL

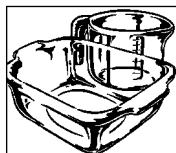
Votre appareil est équipé d'un gril au quartz que vous pouvez utiliser sans les micro-ondes comme un gril traditionnel. Vous pouvez gratiner ou griller rapidement les aliments. Votre four dispose de plus d'un deuxième gril sous le plateau tournant. Ce dernier sert à brunir les aliments par dessous.



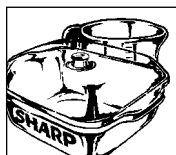
BIEN CHOISIR LA VAISSELLE

BIEN CHOISIR LA VAISSELLE POUR LE MODE MICRO-ONDES

VERRE ET VERRE CERAMIQUE



La vaisselle en verre résistant à la chaleur est tout à fait adaptée à une utilisation dans le micro-ondes. Elle permet d'observer le déroulement de la cuisson de tous les côtés. La vaisselle ne doit pas contenir de métal (p. ex. cristal au plomb) ou être recouverte de métal (p. ex. bord doré, bleu de cobalt).

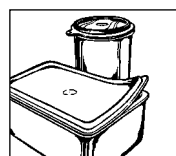


CERAMIQUE

La céramique convient généralement. Elle doit être émaillée, sinon l'humidité peut pénétrer à l'intérieur de la céramique. L'humidité réchauffe cette matière et peut la fêler. Si vous n'êtes pas sûr que votre vaisselle convient à la cuisson aux micro ondes, veuillez faire le test décrit à la page 105.

PORCELAINE

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

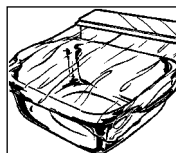


MATIERES PLASTIQUES

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

VAISSELLE EN CARTON

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



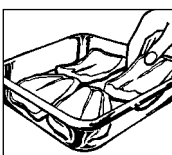
PAPIER ABSORBANT

Le papier absorbant peut être utilisé pour absorber l'humidité qui se dégage lorsqu'on réchauffe rapidement certains aliments, p. ex. du pain ou des mets panés. Intercaler le papier entre les mets et le plateau tournant. La surface des mets reste ainsi croustillante et sèche. On évitera les projections de graisse en recouvrant les mets gras de papier absorbant.

FILM PLASTIQUE POUR MICRO-ONDES

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

SACHETS A ROTI



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



METAUX

En règle générale, il ne faut pas utiliser de métaux étant donné que les micro-ondes ne peuvent pas les traverser et ne parviennent donc pas jusqu'aux aliments. Il existe toutefois quelques exceptions: on peut utiliser d'étroites bandes de feuille d'aluminium pour recouvrir certaines parties des mets pour éviter qu'elles décongèlent ou cuisent trop rapidement (p. ex. les ailes d'un poulet).



On peut utiliser de petites brochettes métalliques ou des barquettes en aluminium (comme ceux contenant les plats cuisinés) mais ils doivent être de dimensions réduites par rapport à la quantité d'aliments. Les barquettes en aluminium doivent par exemple être au moins aux $\frac{2}{3}$ ou aux $\frac{3}{4}$ pleins.

Il est conseillé de mettre les mets dans de la vaisselle appropriée à l'utilisation dans un micro-ondes.

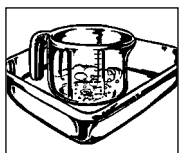
Si l'on utilise des plats en aluminium ou toute autre vaisselle métallique, il faut respecter un écart minimum d'environ 2 cm entre le plat et les parois du four qui pourraient être endommagées par la formation d'étincelles.

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

BIEN CHOISIR LA VAISSELLE



TEST D'APTITUDE POUR LA VAISSELLE



Si vous n'êtes pas sûr que votre vaisselle puisse être utilisée avec votre micro-ondes, procédez au test suivant: mettre l'ustensile dans l'appareil. Poser un récipient contenant 150 ml d'eau sur ou à côté de l'ustensile. Faire fonctionner l'appareil à pleine puissance pendant 1 à 2 minutes. Si l'ustensile reste froid ou à peine tiède, il convient à une utilisation au micro ondes. Ne pas faire ce test avec de la vaisselle en matière plastique car elle pourrait fondre.

LES USTENSILES APPROPRIES POUR LA CUISSON COMBINEE

En règle générale, les ustensiles micro-ondes résistants à la chaleur (par exemple en porcelaine, céramique ou verre) sont également adaptés à la cuisson combinée (micro-ondes et convection, micro-ondes et grill).

Ces ustensiles risquent cependant de devenir très

chauds par l'utilisation de la convection ou du grill. Les ustensiles et films plastique ne sont pas adaptés pour la cuisson combinée.

Ne pas utiliser de papier essuie-tout ou de papier sulfurisé. Ils risquent de surchauffer et de s'enflammer.

METAL

En règle générale, ne pas utiliser d'ustensiles métalliques. Les exceptions à cette règle sont les suivantes: les moules à revêtement permettant de bien brunir les bords des aliments, tels que par exemple le pain et les gâteaux. Suivre les conseils pour les ustensiles appropriés à la cuisson micro-ondes. Pour éviter la formation d'arc causée par un matériau isolant résistant à la chaleur, disposer par exemple une assiette porcelaine entre l'objet métallique et le trépied. En cas de formation d'arc électrique, éviter d'utiliser ces matériaux pour la cuisson combinée.

LES USTENSILES ADAPTES POUR LA CUISSON PAR CONVECTION ET GRIL

Pour la cuisson par convection ou grill sans micro-ondes, vous pouvez utiliser les ustensiles adaptés pour un four ou grill traditionnel.

FRANÇAIS

CONSEILS ET TECHNIQUES



CONSEILS ET TECHNIQUES

AVANT DE COMMENCER ...

Pour simplifier le plus possible l'utilisation du micro-ondes, nous avons réuni ici les conseils les plus importants : ne faire fonctionner le four que lorsqu'il contient des aliments.

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

TEMPERATURE DE DEPART

Les temps de décongélation, de réchauffage et de cuisson indiqués sont fonction de la température des aliments. Les aliments surgelés ou sortant du réfrigérateur nécessitent par exemple un temps plus long que les aliments à la température ambiante.

Pour le réchauffage et la cuisson, on suppose que les aliments ont été conservés à une température normale (réfrigérateur: environ 5° C, température

ambiante: environ 20° C). Pour la décongélation, on suppose que les aliments sont à la température de surgélation de -18° C.

Ne préparer le pop-corn que dans des récipients à **popcorn** spécialement conçus pour une utilisation au micro-ondes. Suivre fidèlement les indications du fabricant. Ne pas utiliser de récipients normaux en carton ou de vaisselle en verre.



Ne pas faire cuire les oeufs dans leur coquille car elle risque d'éclater sous l'effet de la pression interne.

Ne pas faire chauffer d'huile ou de graisse à friture dans le four. Il n'est pas possible d'en contrôler la température et l'huile pourrait gicler. Ne pas utiliser de récipients fermés comme des bocaux ou des boîtes. La



pression interne pourrait les faire exploser (exception: conserves).



CONSEILS ET TECHNIQUES

TOUTES LES DUREES INDIQUEES

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

SEL, EPICES ET HERBES

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

VERIFICATION DE LA CUISSON

On peut tester le degré de cuisson des aliments de la même façon que pour la préparation traditionnelle:

- thermomètre à aliments: à la fin du réchauffage ou de la cuisson, chaque aliment a une certaine température intérieure. Le thermomètre à aliments permet de déterminer si le mets est suffisamment réchauffé ou cuit;
- fourchette: vous pouvez utiliser une fourchette pour voir si le poisson est cuit. Lorsque la chair du poisson n'est plus vitreuse et qu'elle se détache facilement des arêtes, le poisson est cuit. Un poisson cuit trop longtemps sera dur et sec;
- piques en bois: on vérifiera la cuisson des pâtisseries et du pain en y enfonçant une pique en bois. Si la pique ressort propre et sèche, la cuisson est terminée.

TABEAU: DETERMINATION DU TEMPS DE CUISSON AVEC LE THERMOMETRE DE CUISINE

Boisson/aliment	Température intérieure à la fin du temps de cuisson	Température intérieure après un temps de repos de 10 à 15 min
Réchauffer des boissons (café, thé, eau, etc.)	65-75° C	
Réchauffer du lait	60-65° C	
Réchauffer des soupes	75-80° C	
Réchauffer des potées	75-80° C	
Volailles	80-85° C	85-90° C
Viande d'agneau		
saignant	70° C	70-75° C
bien cuit	75-80° C	80-85° C
Rosbif		
saignant	50-55° C	55-60° C
à point	60-65° C	65-70° C
bien cuit	75-80° C	80-85° C
Viande de porc, de veau	80-85° C	80-85° C

DETERMINATION DU TEMPS DE CUISSON AVEC LE THERMOMETRE DE CUISINE

A la fin de la cuisson, chaque boisson et chaque aliment ont une certaine température intérieure (température du cœur). Une fois cette température atteinte, on peut arrêter la cuisson, on obtiendra un bon résultat. Vous pouvez déterminer la température intérieure à l'aide d'un thermomètre de cuisine. Le tableau des températures à la page suivante indique les températures principales.

ADDITION D'EAU

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

ALIMENTS A PEAU

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

ALIMENTS GRAS

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

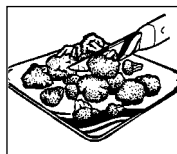
BLANCHIR LES LEGUMES

Il faut blanchir les légumes avant de les congeler pour assurer une meilleure conservation de la qualité et de l'arôme.

Voici comment procéder:

laver les légumes et les couper en petits morceaux
mettre dans une terrine 250 g de légumes et 275 ml d'eau, couvrir la terrine et réchauffer de 3 à 5 minutes ; plonger immédiatement les légumes blanchis dans de l'eau glacée pour arrêter la cuisson puis les égoutter; emballer hermétiquement les légumes blanchis et les congeler.

CONSEILS ET TECHNIQUES



CONSERVES DE FRUITS ET DE LEGUMES

Il est simple et facile de faire des conserves avec le micro-ondes.

On trouve dans le commerce des bocaux à conserves, des joints en caoutchouc et des fermetures appropriées en matière plastique, spécialement conçus en vue d'une utilisation dans un micro-ondes. Les fabricants fournissent des conseils d'utilisation précis.

PETITES ET GRANDES QUANTITES

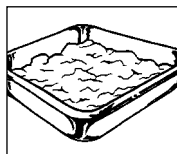
Les temps de fonctionnement de votre micro-ondes sont directement fonction de la quantité d'aliments que vous voulez décongeler, réchauffer ou cuire.

Cela signifie que les petites portions cuisent plus rapidement que les grandes.

En règle générale:

QUANTITE DOUBLE = TEMPS PRESQUE DOUBLE

QUANTITE DEUX FOIS INFÉRIEURE = MOITIÉ MOINS DE TEMPS.



RECIPIENTS CREUX ET PLATS

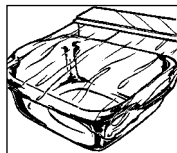
Si l'on prend deux récipients de même contenance, un creux et un plat, le récipient creux

nécessitera un temps de cuisson plus long. On préférera donc les récipients les plus plats possibles avec une large ouverture.

Utiliser des récipients à bords hauts seulement pour les aliments qui risquent de déborder, p. ex. les pâtes, le riz, le lait, etc.

RECIPIENTS RONDS ET OVALES

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

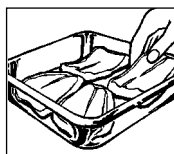


COUVRIR OU NON

Un récipient couvert conserve aux aliments leur humidité et réduit le temps de cuisson.

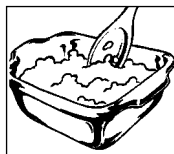
Couvrir le récipient avec un couvercle, une feuille de plastique cuisine résistant à la chaleur ou un couvercle spécial. Ne pas couvrir les mets sur lesquels une croûte doit se former, comme p. ex. les rôtis ou les poulets. La règle est la suivante: ce que l'on cuit avec un couvercle avec une cuisinière

conventionnelle doit l'être aussi au micro-ondes, ce que l'on cuit sans couvercle avec une cuisinière peut l'être aussi au micro-ondes.



PIECES DE FORME IRREGULIERE

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



FAUT-IL REMUER LES METS ?

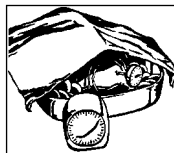
Il est nécessaire de remuer les aliments parce que les micro-ondes en réchauffent d'abord l'extérieur. On équilibre ainsi la température, ce qui assure un réchauffage uniforme des mets.

COMMENT DISPOSER LES METS ?

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

RETOURNER

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



TEMPS DE REPOS

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



RECHAUFFAGE

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



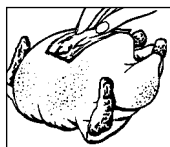
DECONGELATION

Le micro-ondes est idéal pour décongeler les aliments. Les temps de décongélation sont inférieurs à la décongélation traditionnelle. Dans la suite, vous trouverez quelques conseils. Sortez le produit surgelé de son emballage et posez-le sur un plat.

EMBALLAGES ET RECIPIENTS

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

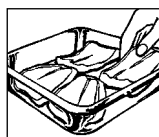
COUVRIR



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

RETOURNER/REMUER

Il faut retourner ou remuer une fois presque tous les



aliments. Séparer et disposer correctement le plus tôt possible les pièces qui collent les unes aux autres.

LES PETITES QUANTITES

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

LES ALIMENTS DELICATS

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

LE TEMPS DE REPOS...

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

DECONGELATION ET CUISSON DES ALIMENTS



Le micro-ondes permet de décongeler et de cuire en une seule opération les plats surgelés. Le tableau à la page 112 comporte quelques exemples. Tenez également compte des remarques sur le "Réchauffage" et la "Décongélation" des

aliments. Pour les plats cuisinés surgelés du commerce, respectez les indications de l'emballage qui comporte en général des temps de cuisson exacts et de conseils pour la cuisson au micro-ondes.

CUISSON DE VIANDES, DE POISSONS ET DE VOLAILLES



- En achetant la viande, choisissez dans la mesure du possible des morceaux de taille égale. Vous obtiendrez ainsi les meilleurs résultats à la cuisson.
- Lavez soigneusement la viande, le poisson et la volaille sous l'eau froide puis les sécher avec du papier absorbant avant de les préparer de la façon habituelle.
- La viande de bœuf doit avoir reposé assez longtemps et ne pas être tendineuse.
- Même si les morceaux de viande sont de taille identique, ils peuvent cuire différemment. Cela est dû entre autres à la nature de la viande, aux

différences de teneur en graisse et en liquide ainsi qu'à la température de la viande avant la cuisson.

- Retournez les grosses pièces de viande, de poisson et de volaille à la moitié du temps de cuisson afin qu'elles cuisent de façon uniforme de tous les côtés.
- Après la cuisson, couvrez le rôti d'une feuille d'aluminium et laissez-le reposer environ 10 minutes (temps de repos). Pendant ce temps, la cuisson se poursuit et le liquide se répartit uniformément dans la viande. On perdra ainsi moins de jus de viande en découpant le rôti.

FRANÇAIS

CUISSON DES LEGUMES FRAIS



- Dans la mesure du possible, achetez des légumes de la même taille. Ceci est important surtout si vous voulez cuire les légumes dans leur entier (p.ex. pommes de terre en robe des champs).
- Lavez les légumes et nettoyez-les avant de peser la quantité nécessaire à la recette et de les couper en petits morceaux.
- Assaisonnez comme vous le faites d'habitude mais ne salez en règle générale qu'après la cuisson.
- Ajoutez environ 5 cuillerées à soupe d'eau pour 500 g de légumes, un peu plus pour les légumes riches en fibres. Les quantités nécessaires figurent dans le tableau à la page 113.
- On cuira en général les légumes dans une terrine à couvercle. On peut cuire les légumes à forte

teneur en eau, comme les oignons ou les pommes de terre en robe des champs, sans addition d'eau en les enveloppant dans une feuille de plastique cuisine résistant à la chaleur.

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



LEGENDE

PUISSANCE DU MICRO-ONDES

Votre four micro-ondes dispose d'une puissance de 900 W et de 5 niveaux de puissance.

Pour choisir le niveau de puissance, suivre les indications données dans ce livre de cuisine.

Généralement les recommandations suivantes s'appliquent:

100 % de la puissance = 900 Watts

Pour une cuisson ou un réchauffage rapides, p.ex. pour les plats garnis, les boissons chaudes, les légumes, le poisson, etc

70 % de la puissance = 630 Watts

Pour la cuisson longue de mets compacts (p. ex. les rôtis) ou de mets délicats (p. ex. la sauce au fromage), il faut réduire la puissance du micro-ondes. Avec une puissance réduite, les mets ne débordent pas et la viande cuira de façon uniforme sans être trop cuite sur les côtés.

50 % de la puissance = 450 Watts

Pour les mets compacts qui nécessitent normalement un long temps de cuisson, p. ex. les plats de viande de boeuf, il est conseillé de réduire la puissance et d'augmenter légèrement le temps de cuisson. La viande sera plus tendre.

30 % de la puissance = 270 Watts

NIVEAU DE DECONGELATION

Pour décongeler, sélectionner une faible puissance pour que la décongelation des aliments se fasse de façon uniforme. Cette puissance est idéale pour cuire le riz, les pâtes et les quenelles.

10 % de la puissance = 90 Watts

Pour une décongélation en douceur de mets délicats, p. ex. les tartes à la crème, choisissez le plus bas niveau de puissance.

Témoins Explication



Gril haut

A usages multiples pour griller viande, volaille et poisson.



Gril bas

Cette méthode de cuisson permet de dorer les aliments par le bas.



Cuisson combinée gril haut et bas

Utilisation simultanée des grils haut et bas. Idéale pour les croque-monsieur, les quiches, les saucisses et les fritures.



Cuisson par convection.

Vous pouvez de cette manière choisir parmi 10 niveaux de température de convection (40° C - 250° C).



Cuisson combinée 1 micro-ondes et convection

a température de convection voulue (40° C - 250° C).



Cuisson combinée 2 micro-ondes avec gril haut



Cuisson combinée 3 micro-ondes avec gril bas

Cette méthode de cuisson permet de combiner différents niveaux de puissance micro-ondes avec le gril haut ou bas.

W = WATT

TABLEAUX



TABLEAU: DECONGELER AU FOUR A MICRO-ONDES

Aliments	Quantité -g-	Puissance en W	Temps de décongélation -Min-	Conseils	Temps de repos -Min-
Petites saucisses	300	270 W	3-5	Les poser les unes à côté des autres et les retourner à la moitié du temps de décongélation	5-10
Crevettes	300	270 W	6-8	Retourner à la moitié du temps de décongélation et retirer les parties décongelées	5
Pain en tranches	250	270 W	2-3	Poser les tranches les unes à côté des autres, seulement commencer à décongeler	5
Pain entier	1000	270 W	8-10	Retourner à la moitié du temps de décongélation	15
Pâtisserie, 1 pièce	150	270 W	1-3		5
Tarte entière, Ø 24 cm				Poser sur le plateau tournant avec le programme automatique Ad-4 décongeler	60-90
Beurre	250	270 W	2-3	Seulement commencer à décongeler	15
Fruits comme les fraises, framboises, cerises, prunes	250	270 W	2-4	Poser régulièrement les uns à côté des autres, retourner à la moitié du temps de décongélation	5

Pour décongeler la volaille, les pattes de poulet, les côtelettes, les steaks, viande hachée, pain et les gâteaux, veuillez utiliser la fonction décongélation automatique.

FRANÇAIS

TABLEAU: DECONGELER ET CUIRE

Aliments	Quantité -g-	Réglage	Puissance en W	Temps de cuisson -Min-	Ajout d'eau	Conseils	Temps de repos -Min-
Filet de poisson	400		900 W	10-12	-	Couvrir	1-2
Truite, 1 pièce	250		900 W	6-8	-	Couvrir	1-2
Assiette préparée	400		900 W	8-10	-	Couvrir, mélanger après 6 minutes	2
Légumes	300		900 W	7-9	5 c.s.	Couvrir, mélanger à la moitié du temps	2
Légumes	450		900 W	9-11	5 c.s.	Couvrir, mélanger à la moitié du temps	2
Pain aux herbes,	175		630 W	env. 3	- 	Poser sur le plateau tournant env. 2	3-4
Petits pains, 4 pièces	80		900 W 180° C	1/2 8-10	-	Poser sur le plateau tournant	-



TABLEAUX

TABLEAU: RECHAUFFER DES BOISSONS ET DES ALIMENTS

Boissons/Aliments	Quantité -g/ml-	Puissance en W	Temps -Min-	Conseils
Boissons, 1 tasse	150	900 W	env. 1	Ne pas couvrir
Assiette préparée (légumes, viande et accompagnements)	400	900 W	3-5	Humecter la sauce avec un peu d'eau, couvrir, mélanger une fois entre-temps
Plat unique, soupe	200	900 W	1-3	Couvrir, mélanger après avoir réchauffé
Accompagnements	200	900 W	env. 2	Humecter avec un peu d'eau, couvrir, mélanger de temps en temps
Viande, 1 tranche ¹	200	900 W	2-3	Humecter la sauce avec un peu d'eau, couvrir
Petites saucisses, 2 pièces	180	450 W	2-2 1/2	Piquer plusieurs fois la peau
Aliments pour bébés, 1 verre	190	450 W	1/2-1	Retirer le couvercle, bien mélanger après avoir réchauffé et tester la température
Fondre de la margarine ou du beurre ¹	50	900 W	1/2-1	
Fondre du chocolat	100	450 W	env. 3	Mélanger une fois entre-temps
Dissoudre 6 feuilles de gélatine	10	450 W	1/2-1	Faire tremper dans de l'eau, bien égoutter et mettre dans un bol, mélanger de temps en temps

¹ à partir de la température du réfrigérateur.

TABLEAU: CUIRE DES LEGUMES FRAIS

Aliments	Quantité -g-	Puissance en W	Temps de décongélation -Min-	Conseils	Quantité d'eau -c.s.-
Légumes (par exemple, chou-fleur, poireau fenouil, brocoli, poivron, courgette)	300	900 W	5-7	Préparer comme d'habitude, couvrir mélanger de temps en temps	5
	500	900 W	8-10		5

Les pommes de terre nécessitent un temps de cuisson plus long de 1 à 3 minutes.

TABLEAUX



TABLEAU: CUIRE, GRILLER, GRATINER

Plat	Quantité -g-	Réglage	Puissance en W	Temps de cuisson -Min-	Conseils	Temps de repos -Min-
Rôti de porc	500		450 W/ 160° C	10-11 (*) 7-8	Epicer selon le goût, poser sur la trépid bas, retourner après (*)	10
Rôti de porc	1000		450 W/ 160° C	20-23 (*) 14-17	Epicer selon le goût, poser sur la trépid bas, retourner après (*)	10
Rôti de porc	1500		450 W/ 160° C	30-33 (*) 23-25	Epicer selon le goût, poser sur la trépid bas, retourner après (*)	10
Rosbif à point	1000		630 W 630 W 630 W	5-8 7-10(*) 2-5	Epicer selon le goût, poser sur la trépid bas, la partie grasse vers le bas, retourner après (*)	10
Rosbif à point	1500		630 W 630 W 630 W	12-14 12-14(*) 4-5	Epicer selon le goût, poser sur la trépid bas, la partie grasse vers le bas, retourner après (*)	10
Pain de viande	700		450 W 450 W	20-23 6-9	Préparer le pain de viande (moitié porc/moitié bœuf), poser dans un moule et cuire sur le plateau tournant	10
Poulet	1200				Préparer avec le programme automatique AC-2 pour poulets rôti	3
Pattes de poulets	200		270 W 270 W	4-6(*) 3-4	Epicer selon le goût et poser sur la trépid haut, avec la peau vers le bas, retourner après (*)	3
Pattes de poulets	600		450 W 450 W	7-9(*) 2-3 5-6	Epicer selon le goût et poser sur la trépid haut avec la peau vers le bas retourner après (*)	3
Truite	250		90 W 90 W	6-8(*) 3-5	Laver, humecter de jus de citron, saler à l'intérieur et à l'extérieur, rouler dans farine, poser sur la grille, retourner après (*)	3
Romsteck	200			8-11(*) 6-8	Poser sur la grille, retourner après (*)	-
Saucisse grillée 5 pièces	400			9-11(*) 6-7	Poser sur la trépid haut, retourner après (*)	-
Faire gratiner				10-12	Poser la préparation sur la trépid haut des préparations	-
Toasts au fromage 1			450 W	1/2 4-5	Faire griller le toast, beurrer, garnir d'une tranche de jambon cuit, d'une tranche d'ananas et d'une tranche de fromage fondu. Poser cette préparation au milieu de la grille.	-
	4		450 W	1 5-7		

FRANÇAIS



RECETTES

VARIANTES DE RECETTES TRADITIONNELLES ADAPTÉES AUX MICRO-ONDES

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

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

pour les aliments crus qui doivent être cuits à l'étuvée, réduisez l'addition de liquide aux deux tiers de la quantité indiquée dans la recette originale. Le cas échéant, rajoutez du liquide pendant la cuisson ; On peut considérablement réduire l'addition de graisse. Une faible quantité de beurre, de margarine ou d'huile suffit à donner du goût aux mets. Le micro-ondes est donc idéal pour cuire des plats à faible teneur en matières grasses, par exemple dans le cadre d'un régime.

VARIANTES DE RECETTES TRADITIONNELLES ADAPTÉES AUX MICRO-ONDES POUR LA CUISSON COMBINÉE

En général, on applique les mêmes règles que pour la cuisson au micro-ondes. Cependant, il faut prendre en compte les points suivants:

1. Il faut déterminer le niveau de puissance du micro-ondes selon le type de nourriture et le temps de cuisson. En règle générale, suivre les recommandations données dans les recettes.

2. Dans le cas de cuisson combinée micro-ondes/gril, il faut prendre en compte les points suivants:

Pour des aliments épais tels que des rôtis de porc, le temps de cuisson au micro-ondes est plus long que pour des aliments de petite taille. Néanmoins, pour le gril, l'inverse s'applique. Plus la nourriture est proche du gril, plus vite elle est dorée. En d'autres termes, lors de la cuisson combinée de gros rôtis, le temps de gril est plus court que pour des petits rôtis.

3. Avec le gril haut, utiliser le grand trépied pour dorer les aliments plus rapidement et de façon plus égale.
(Exception: faire griller les aliments épais et les desserts sur le petit trépied)

4. Votre four dispose de plus d'un deuxième gril sous le plateau tournant. Ce dernier sert à brunir les aliments par dessous.

LA PREPARATION DES RECETTES

- Toutes les recettes de ce recueil sont, à défaut d'indication contraire, prévues pour quatre personnes.
- Vous trouverez au début de chaque recette des recommandations sur la vaisselle à utiliser et sur le temps de cuisson total.
- A défaut d'indication contraire, les quantités indiquées sont celles des aliments nettoyés et prêts à cuisiner.
- Les œufs utilisés pour les recettes ont un poids de 55 g (calibre 3).

ABREVIATIONS UTILISEES

CC = cuillerée à café
CS = cuillerée à soupe
kg = kilogramme
g = gramme

l = litre
ml = millilitre
cm = centimètre
Mn = Minute
MG = matière grasse

Hors d'oeuvres et snacks

France

Soupe à l'oignon gratinée

Temps de cuisson total: env. 15-17 minutes

Vaisselle: 1 terrine à couvercle (2 litres)
4 Tasses de soupe (200 ml)**Ingrédients**

- 1 CS de beurre ou de margarine
2 oignons (100 g), coupés en rondelles
800 ml de bouillon de viande
Sel, Poivre
2 tranches de pain en mie
4 CS de fromage râpé (40 g)

Préparation

1. Répartir le beurre dans la terrine, y mettre les rondelles d'oignons, le bouillon de viande et les épices, couvrir et cuire.

9-11 mn 900 W

2. Faire griller le pain de mie, couper les tranches en dés et les disposer dans les tasses. Verser dessus la soupe à l'oignon et saupoudrer de fromage.
3. Poser les tasses sur la grille du haut et faire gratiner.

env. 6 mn

2. Ajouter le bouillon de viande, le vin, le madère, le crabe et les épices aux légumes. Couvrir et cuire.

7-9 mn 450 W

3. Retirer le laurier et les grains de poivre de la soupe. Délayer la farine dans un peu d'eau froide et la verser dans la soupe. Ajouter la crème, mélanger et réchauffer.

2-3 mn 900 W

4. Remuer la soupe et y ajouter le beurre avant de servir.

Suisse

Potage à l'orge des grisons

Bündner Gerstensuppe

Temps de cuisson total: env. 27-34 minutes

Vaisselle: 1 terrine à couvercle (3 litres)

Ingrédients

- 2 CS de beurre ou de margarine (20 g)
1 oignon (50 g), haché menu
1-2 carottes (130 g) coupées en rondelles
15 g de céleri coupé en dés
1 poireau (130 g) coupé en rondelles
3 feuilles de chou blanc (100 g) coupées en lamelles. Poivre
200 g d'os de veau
50 g de grains d'orge
50 g de lard maigre coupé en minces tranches
700 ml de bouillon de viande
4 saucisses de Francfort (300 g)

Préparation

1. Mettre le beurre et l'oignon haché dans la terrine, couvrir et cuire à l'étuvée.

env. 1-2 mn 900 W

2. Mettre les légumes dans la terrine. Ajouter les os, le lard maigre et l'orge et verser le bouillon de viande. Poivrer, couvrir et cuire.

1. 9-11 mn 900 W

2. 17-21 mn 450 W

3. Couper les saucisses en petits morceaux et les mettre dans la soupe 5 minutes avant la fin de la cuisson.
4. Après la cuisson, laisser reposer la soupe environ 5 minutes. Retirer les os avant de servir.

Suède

Bisque de crabe

Kräftsoppa

Temps de cuisson total: env. 11-15 minutes

Vaisselle: 1 terrine à couvercle (2 litres)

Ingrédients

- 1 oignon (50 g) haché menu
50 g de carottes coupées en rondelles
3 CS de beurre ou de margarine (30 g)
500 ml de bouillon de viande
100 ml de vin blanc et 100 ml de madère
200 g de crabe en boîte
1/2 feuille de laurier
3 poivre blanc en grains
3 CS de farine (30 g)
100 ml de crème
thym

Préparation

1. Mettre les légumes et le beurre ou la margarine dans la terrine, couvrir et réchauffer.

2-3 mn 900 W

Recettes

Hors d'oeuvres et snacks

Allemagne

Toast aux Champignons*Champignon toast*

Temps de cuisson total: env. 3-4 minutes

Vaisselle: Grille du haut

Ingrédients

- 2 CS de beurre ou de margarine
- 2 gousses d'ail, écrasées
- sel
- 4 tranches de pain de mie
- 75 g de champignons frais, en tranches
- sel, poivre
- 75 g de fromage râpé
- 4 CC persil, finement haché
- poudre de paprika, doux

Préparation

- Mélanger le beurre, l'ail et le sel.
- Griller les tranches de pain de mie et les tartiner de beurre d'ail. Placer les champignons sur les toast, saler et poivrer.
- Mélanger le fromage avec le persil et le mettre sur les champignons, puis les saupoudrer de poudre de paprika.
- Placer les toasts sur la grille du haut et faire gratiner.

3-4 mn  270 W

Espagne

Champignons de Paris farcis au romarin*Champiñones rellenos al romero*

Temps de cuisson total: env. 9-14 minutes

Vaisselle: 1 terrine à couvercle (1 litres)
1 terrine rond à couvercle
(Ø env. 26 cm)**Ingrédients**

- 8 gros champignons de Paris entiers (env. 500 g)
- 2 CS de beurre ou de margarine (20 g)
- 1 oignon (50 g), haché menu
- 50 g de jambon cru
- poivre gris moulu
- romarin haché
- 125 ml de vin blanc sec
- 125 ml de crème
- 2 CS de farine (20 g)

Préparation

- Couper les pieds des champignons en petits morceaux. Couper le jambon en petits dés.
- Repartir le beurre au fond de la terrine. Ajouter l'oignon, le jambon, les pieds de champignons, assaisonner avec le poivre et le romarin, couvrir et cuire.

3-5 mn  900 W

Laisser refroidir.

- Réchauffer dans l'autre terrine couverte 100 ml de vin et la crème.

1-3 mn  900 W

- Mélanger la farine et le reste du vin, mélanger au liquide chaud.

env. 1 mn  900 W

- Remplir les champignons avec la farce au jambon, les disposer dans la sauce. Poser la terrine et faire cuire sur la grille du haut. Placer le plat sur la grille supérieure et cuire à découvert.

4-5 mn  630 W

Après la cuisson, laisser les champignons reposer environ 2 minutes.

Allemagne

Poêlée de dinde épicée*Pikante Putenpfanne*

(2 Portions)

Temps de cuisson total: env. 22-27 minutes

Vaisselle: 1 terrine à couvercle (1,5 litres)

Ingrédients

- 1 tasse de riz long précuit (120 g)
- 1 sachet de safran
- 300 g de blanc de dinde coupé en dés
- poivre
- Paprika en poudre
- 250 ml tasse de bouillon de viande
- 1 oignon (50 g), coupés en rondelles
- 1 poivron rouge (100 g) coupé en lamelles
- 1 petit poireau (100 g) coupé en lamelles
- 2 CS de beurre ou de margarine (20 g)

Préparation

- Mélanger le riz avec le safran et verser le mélange avec les dés de viande dans le moule. Verser le bouillon de viande par-dessus, couvrir et cuire.

4-6 mn  900 W

- Ajouter les légumes et les épices et mélanger. Parsemer de petits morceaux de beurre, couvrir et cuire.

1. 1-2 mn  900 W2. 17-19 mn  270 W

Après la cuisson, laisser reposer la poêlée de dindon environ 2-3 minutes.

Viandes, Poissons et Volailles

Grèce

Aubergines farcies à la viande hachée*Melitsánes jemistés mé kimá*

Temps de cuisson total: env. 17-20 minutes
 Vaisselle: 1 terrine à couvercle (1 litre)
 1 plat ovale à gratin
 (longueur env. 32 cm)

Ingrédients

2 aubergines sans tige (env. 250 g chacune)
 3 tomates (env. 200 g)
 1 CC d'huile d'olive pour graisser le plat
 2 oignons (100 g) hachés
 4 piments verts doux
 200 g de viande hachée de boeuf ou d'agneau
 2 gousses d'ail broyées
 2 CS de persil non frisé haché
 2 gousses d'ail broyées
 2 CS de persil non frisé haché
 sel & poivre
 paprika fort
 60 g de fromage de brebis grec coupé en dés

Conseil:

Vous pouvez remplacer les aubergines par des courgettes.

Préparation

1. Couper les aubergines en deux dans le sens de la longueur. Les évider à la petite cuiller en laissant environ 1 cm de pulpe. Saler les aubergines. Couper la pulpe en dés.
2. Peler deux tomates, enlever la partie dure et les couper en dés.
3. Graisser le fond de la terrine avec l'huile d'olive, y mettre les oignons, couvrir et cuire à l'étuvée.

env. 2 mn  900 W

4. Enlever la queue et les pépins des piments, les couper en rondelles. En mettre un tiers de côté pour la décoration. Mélanger la viande hachée avec les dés d'aubergines et de tomate, les piments, les gousses d'ail broyées et le persil, assaisonner.
5. Sécher les moitiés d'aubergines. Les farcir avec la moitié du hachis, répartir le fromage de brebis puis recouvrir avec le reste de la farce.

11-13 mn  630 W

6. Garnir les moitiés d'aubergines avec la dernière tomate coupée en tranches et les rondelles de piment, les mettre dans le plat à gratin, couvrir et cuire.

4-5 mn  630 W

Après la cuisson, laisser reposer environ 2 minutes.

Espagne

Jambon farci*Jamón relleno*

Temps de cuisson total: env. 13-18 minutes
 Vaisselle: 1 terrine à couvercle (2 litres)
 1 moule à gratin (Ø environ 26 cm)
 8 petites brochettes en bois

Ingrédients

150 g d'épinards frais sans tige
 150 g de fromage blanc à 20 % MG
 50 g d'emmental
 poivre
 paprika doux
 8 tranches de jambon-cuit (400 g)
 125 ml d'eau
 125 ml de crème
 2 CS de farine (20 g)
 2 CS de beurre ou de margarine (20 g)
 1 CC de beurre ou de margarine pour graisser le plat

Préparation

1. Couper finement les épinards, les mélanger au fromage blanc et au fromage et assaisonner.
2. Garnir chaque tranche de jambon avec une cuillerée à soupe de farce, la rouler et y enfoncer une pique.
3. Faire une sauce béchamel: verser l'eau et la crème dans la terrine, couvrir et réchauffer.

2-4 mn  900 W

Pétrir le beurre avec la farine, incorporer au liquide et bien mélanger au fouet.
 Couvrir, faire bouillir jusqu'à ce que la sauce soit liée.

env. 1 mn  900 W

Remuer et assaisonner.

4. Verser la sauce dans le plat graissé, y disposer les roulades, couvrir et cuire.

1. 2-4 mn.  900 W

2. 8-9 mn.  630 W

Après la cuisson, laisser reposer les roulades environ 5 minutes avant de servir.

Conseil:

Vous pouvez aussi utiliser une sauce béchamel en vente dans le commerce.

Recettes

Viandes, Poissons et Volailles

Italie

Cailles à la sauce au fromage et aux herbes*Quaglie in salsa vellutata*

Temps de cuisson total: env. 16-19 minutes

Vaisselle: 1 plat à gratin rectangulaire
(env. 20 x 20 x 6 cm)
1 terrine à couvercle (1 litres)**Ingrédients**

4 cailles (600 - 800 g)
sel
poivre
200 g de lard maigre coupé en tranches fines
1 CC de beurre ou de margarine pour graisser le plat
1 CS de persil, sauge, romarin et basilic frais hachés
150 ml de porto
250 ml de bouillon de viande
2 CS de beurre ou de margarine (20 g)
2 CS de farine (20 g)
50 g d'emmental râpé

Préparation

1. Laver les cailles et les sécher soigneusement. Les saler et poivrer à l'extérieur, les barder avec le lard et les ficeler.
2. Graisser le plat à gratin, y mettre les cailles et les cuire à l'étuvée en les retournant de temps en temps.

8-10 mn  630 W

3. Hacher finement les herbes, en saupoudrer les cailles puis arroser de porto. Continuer la cuisson.

4-5 mn  630 W

Retirer les cailles du jus de cuisson.

4. Couvrir et réchauffer le bouillon de viande dans la terrine.

env. 2 mn  900 W

Pétrir le beurre et la farine, mélanger au liquide, faire bouillir et cuire en remuant de temps en temps.

env. 2 mn  900 W

5. Mélanger le fromage à la sauce. Ajouter la sauce au jus de cuisson, bien mélanger, et réchauffer en napper les cailles et servir.

Suisse

Émincé de veau à la zurichoise*Züricher Geschnetzeltes*

Temps de cuisson total: env. 9-14 minutes

Vaisselle: 1 terrine à couvercle (2 litres)

Ingrédients

600 g de filet de veau
1 CS de beurre ou de margarine
1 oignon (50 g), haché menu
100 ml de vin blanc
liant à sauce, foncé, pour environ 1/2 l de sauce
300 ml de crème
1 CS persil haché

Préparation

1. Couper le filet en bandes de l'épaisseur d'un doigt.
2. Enduire uniformément la terrine de beurre. Mettre l'oignon et la viande dans la terrine, couvrir et cuire. Remuer une fois pendant la cuisson.

6-9 mn  900 W

3. Ajouter le vin blanc, le liant à sauce et la crème, remuer, couvrir et continuer la cuisson. Remuer une fois pendant la cuisson.

3-5 mn  900 W

4. Goûter l'émincé, remuer encore une fois et laisser reposer environ 5 minutes. Le garnir de persil.



Viandes, Poissons et Volailles

Italie

Escalopes de veau à la mozzarella

Scaloppe all pizzaiola

Temps de cuisson total: env. 23-26 minutes
Vaisselle: 1 plat bas, carré à gratin
(longueur env. 25 cm)

Ingrédients

2 fromages de mozzarella de 150 g
400 g de tomates en boîte, pelées
4 escalopes de veau (600 g)
20 ml d'huile d'olive
2 gousses d'ail coupées en rondelles
poivre, fraîchement moulu
2 CS de câpres (20 g)
origan, sel

Préparation

1. Couper la mozzarella en tranches. Réduire les tomates en purée au batteur.
2. Laver les escalopes, les sécher et les aplatir. Répartir l'huile et les rondelles d'ail dans le plat à gratin. Disposer les escalopes et les napper de coulis de tomates. Garnir de câpres, saupoudrer de poivre et d'origan et cuire terrine couverte sur la grille du bas.

15-17 mn  630 W

Tourner les tranches d'escalope.

3. Garnir chaque escalope de quelques tranches de mozzarella, saler et faire griller sans couvrir sur la grille du haut.

8-9 mn 

Après la cuisson, laisser reposer environ 5 minutes.

Consouefl:

Vous pouvez servir ces escalopes avec des spaghettis et une salade fraîche.

Allemagne

Brochettes de viande panachées

Bunte Fleischspieße

Temps de cuisson total: env. 14 minutes
Vaisselle: Grille du haut
4 brochettes en bois (longueur env. 25 cm)

Ingrédients

400 g d'escalope de porc
2 oignons (100 g) coupés en quatre
4 tomates (250 g) coupées en quatre
1/2 poivron vert (100 g) coupé en huit
4 CS d'huile

2 CC de paprika doux
sel
1/2 CC de piment de Cayenne
1 CC de sauce Worcester

Préparation

1. Couper la viande et le lard en dés de 2 à 3 cm.
2. Enfiler en alternance la viande et les légumes sur les quatre brochettes.
3. Mélanger l'huile et les épices et en badigeonner les brochettes. Poser les brochettes sur la grille du haut et les griller.

AUTO COOK AC-1 

Pays-Bas

Terrine de viande hachée

Gehacktschotel

Temps de cuisson total: env. 23-27 minutes
Vaisselle: 1 terrine à couvercle (2 litres)

Ingrédients

500 g de viande hachée (moitié porc moitié boeuf)
3 oignons (150 g), haché menu
1 oeuf
50 g de chapelure
sel & poivre
350 ml de bouillon de viande
70 g de concentré de tomates
2 pommes de terre (200 g) coupées en dés
2 carottes (200 g) coupées en dés
2 CS persil haché

Préparation

1. Bien pétrir la viande hachée, les oignons hachés, l'oeuf et la chapelure pour obtenir une pâte homogène, saler et poivrer. Mettre la pâte dans la terrine.
2. Mélanger le bouillon de viande et le concentré de tomates.
3. Ajouter les pommes de terre, les carottes et le bouillon à la viande hachée, mélanger et cuire à couvert. Remuer une fois avant la fin de la cuisson.

23-27 mn.  900 W

Remuer encore la terrine, garnir de persil avant de servir.

Recettes

Viandes, Poissons et Volailles

France

Filets de sole

(2 Portions)

Temps de cuisson total: env. 12-14 minutes

Vaisselle: 1 plat à gratin avec couvercle
(longueur environ 26 cm)**Ingrédients**

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

Préparation

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

12-14 mn  630 W

Après la cuisson, laisser les filets de sole reposer environ 2 minutes avant de servir.

Vous pouvez aussi utiliser de la sébaste, du mullet, du carrelet ou du cabillaud.

Suisse

Filet de poisson à la sauce au fromage

Fischfilet mit Käsesauce

Temps de cuisson total: env. 23-27 minutes

Vaisselle: 1 terrine à couvercle (1 litre)
1 plat ovale à gratin
(longueur env. 26 cm)**Ingrédients**

- 4 filets de poisson (env. 800 g)
 (p. ex. "Egli", filet ou cabillaud)
 2 CS de jus de citron
 sel
 1 CS de beurre ou de margarine
 1 oignon (50 g), haché menu
 2 CS de farine (20 g)
 100 ml de vin blanc
 1 CC d'huile végétale pour huiler le plat
 100 g d'emmental râpé
 2 CS de persil haché

Préparation

1. Laver le filets, les sécher et les arroser de jus de citron. Les laisser reposer environ 15 minutes, les sécher à nouveau et les saler.
2. Répartir le beurre au fond de la terrine, y ajouter l'oignon, couvrir et cuire à l'étuvée.

1-2 mn  900 W

3. Saupoudrer l'oignon de farine et mélanger. Ajouter le vin blanc et mélanger.
4. Graisser le plat à gratin et y disposer les filets. Verser la sauce sur les filets, et recouvrir de fromage râpé. Poser le plat sur la grille du bas et cuire.

1. 13-14 mn  450 W2. 9-11 mn  450 W

Après la cuisson, laisser reposer les filets 2 minutes environ avant de servir. Avant de servir, garnir les filets de persil haché.



Viandes, Poissons et Volailles

Allemagne

Trites aux amandes

Mandelforellen

Temps de cuisson total: env. 11¹/₂-15 minutes

Vaisselle: 1 plat ovale à gratin
(longueur env. 30 cm)

Ingrédients

- 4 truites de 200 - 250 g, écaillées et vidées
jus d'un citron
sel
30 g de beurre ou de margarine
5 CS de farine (50 g)
1 CS de beurre ou de margarine pour graisser le plat
50 g d'amandes émincées

Préparation

1. Laver les truites, les sécher et les arroser de jus de citron. Saler l'intérieur et l'extérieur des poissons et les laisser reposer environ 15 minutes.
2. Faire fondre le beurre

1/2-1 mn  900 W

3. Sécher les poissons, les badigeonner de beurre et les rouler dans la farine.
4. Graisser le plat, y mettre les truites et cuire sur la grille du bas.

9-11 mn  630 W

Tournez la truite et l'arrosez au-dessus des amandes.

2-3 mn  630 W

Après la cuisson, laisser reposer les truites 2 minutes environ avant de servir.

Conseil:

Vous pouvez servir les truites aux amandes avec des pommes de terre au persil et une salade verte.

Préparation

1. Étaler le beurre sur le pain.
2. Mettre le fromage et le jambon sur la première tranche de pain. Étaler la crème fraîche sur le jambon et recouvrir avec la deuxième tranche de pain.
3. Parsemer le dessus de fromage râpé. Mettre le croque-monsieur sur le plateau tournant et faire cuire.

1. env. 1¹/₂ - 2 mn  270 W

2. env. 3 mn 

France

Quiche aux crevettes

Temps de cuisson total: 20-25 minutes

Vaisselle: Cocotte avec couvercle (1 L)

Ingrédients

- 200 g de farine
120 g de beurre ou de margarine
4 CS eau froide
2 CS de beurre ou de margarine
2 oignons (400 g), haché menu
100 g lardons
150 g crevettes décortiquées
2 oeufs
100 ml crème aigre
sel, poivre, noix de muscade
1 CS persil haché

Préparation

1. Mélanger la farine, le beurre et l'eau. Laisser reposer cette pâte 30 minutes au réfrigérateur.
2. Mettre le beurre dans la cocotte. Ajouter les oignons, les lardons et les crevettes et faire cuire à couvert. Remuer une fois en cours de cuisson.

4-6 mn  900 W

3. Laisser refroidir et jeter le liquide de cuisson. Mélanger les oeufs, la crème et les épices.
4. Étaler la pâte à un diamètre de 24 cm environ. La mettre sur le plateau tournant. Presser doucement la pâte sur le plateau et former une bordure avec la pâte qui dépasse.
5. Mélanger les ingrédients pour la garniture. Les déposer sur la pâte et faire cuire.

1. 12-14 mn  270 W

2. 4-5 mn 

Recettes

Snacks

Allemagne

Oeufs brouillés aux oignons et lardons*Rühreim mit Zwiebeln und Speck*

Temps de cuisson total: 4-5 minutes

Ingrédients

5-10 g margarine
 25 g oignons, émincés
 40 g lardons
 3 oeufs
 3 CS lait
 sel, poivre

Préparation

1. Mettre la margarine, les oignons et les lardons sur le plateau tournant et faire cuire.

2-3 mn  450 W

2. Battre les oeufs, le lait, le sel et le poivre. Verser ce mélange sur les oignons et les lardons et faire cuire.

env. 2 mn  900 W

Remuer les oeufs une fois en cours de cuisson.

Burgers

Temps de cuisson total: 13-15 minutes

Ingrédients

400 g viande de bœuf hachée
 sel, poivre

Préparation

1. Mélanger les ingrédients en une pâte ferme. Après avoir passé les mains sous l'eau froide, former 4 portions plates et de taille identique. Placer ces burgers sur le plateau tournant et faire cuire.

10-12 mn  270 W

2. Retourner les burgers.

env. 3 mn 

Italie

Pizza aux artichauts*Pizza ai carciofi*

Temps de cuisson total: 17-18 minutes

Vaisselle: Plateau tournant

Ingrédients

150 g farine
 4 g levure sèche
 1 CC sucre
 1/2 CC sel
 2 CC huile
 90 ml eau tiède
 300 g tomates en conserve, égouttées
 100 g cœurs d'artichaut
 1 CS huile d'olive pour graisser le plateau
 2 CS purée de tomates
 30 g salami en tranches
 50 g jambon cuit
 basilic, origan, thym
 sel, poivre
 olives
 10 fromage râpé
 100 g

Préparation

1. Mélanger la farine, la levure, le sucre et le sel. Ajouter l'huile et l'eau et pétrir jusqu'à obtenir une pâte consistante. Laisser lever dans le four micro-ondes.

2-3 mn  90 W

Laisser ensuite reposer la pâte couverte pendant 10-15 minutes.

2. Egoutter les tomates pelées et couper les artichauts en quatre.
3. Huiler le plateau tournant. Etaler la pâte et la placer sur le plateau tournant.
4. Etaler la purée de tomates sur la pâte et la recouvrir de tomates.

Assaisonner selon goût et mettre la reste des ingrédients sur la pizza. Ajouter les olives et parsemer de fromage râpé.

Faire cuire la pizza à l'aide du automatique programme pour fraîche pizza.

(Cette recette donne environ 0,9 kg.)

P-3 PIZZA



Snacks

France

Tarte aux oignons

Temps de cuisson total: env. 22-28 minutes
Vaisselle: cocotte avec couvercle (2 l)

Ingrédients

15 g levure
185 g farine
60 ml huile
1 CC sel
30 g margarine ou beurre
600 g oignons, en petits dés
2 œufs
150 g crème fraîche
sel, paprika, noix de muscade
50 g lardons
marjolaine ou thym

Préparation

1. Dissoudre la levure dans de l'eau tiède. Ajouter la farine, l'huile et le sel et mélanger en une pâte ferme. Faire lever dans le four micro-ondes.

env. 2 mn  90 W

Laisser reposer environ 10-15 minutes.

2. Mettre la margarine et les oignons dans une cocotte et faire cuire à couvert. Remuer à la mi-cuisson.

7-9 mn  900 W

3. Laisser refroidir les oignons puis les égoutter. Petit à petit, ajouter les œufs et la crème fraîche. Ajouter sel, paprika et de noix de muscade.
4. Etaler la pâte à la taille du plateau tournant. Beurrer le plateau tournant et y disposer la pâte. La laisser reposer pendant 10 minutes supplémentaires.
5. Mettre le mélange à base d'oignon et les lardons sur la pâte. Parsemer de marjolaine ou de thym et faire cuire. Pique au milieu plusieurs fois.

1. 7-8 mn  630 W

2. 4-6 mn 

3. 2-3 mn 

Autriche

Gratin d'épinards

Spinatauflauf

Temps de cuisson total: env. 43-46 minutes
Vaisselle: 1 terrine à couvercle (1 litres)
1 moule à gratin (Ø environ 26 cm)

Ingrédients

2 CS de beurre ou de margarine (20 g)
1 oignon (50 g), haché menu
600 g d'épinards en branches surgelés
sel, poivre, noix de muscade, ail en poudre
1 CC de beurre ou de margarine pour graisser le plat
400 g de pommes de terre bouillies coupées en rondelles
200 g de jambon cuit coupé en dés
3 œufs
100 ml de crème fraîche
100 g d'emmental râpé
paprika en poudre

Préparation

1. Répartir le beurre au fond de la terrine, ajouter l'oignon haché, couvrir et cuire à l'étuvée.

2-3 mn  900 W

2. Ajouter les épinards, couvrir la terrine et cuire. Remuer une ou deux fois pendant la cuisson.

12-14 mn  900 W

Verser l'eau de cuisson et assaisonner les épinards.

3. Graisser le plat à gratin. Disposer les rondelles de pomme de terre, les dés de jambon et les épinards en couches alternées dans le plat à gratin. Terminer par une couche d'épinards.
4. Mélanger les œufs avec la crème fraîche, assaisonner et verser sur les légumes. Saupoudrer le gratin de fromage râpé puis de paprika en poudre. Faire cuire la pizza à l'aide du automatique programme AC-4 pour gratin. (Cette recette donne environ 1,5 kg).

AUTO COOK AC-4 

Après la cuisson, laisser le gratin reposer environ 10 minutes.

Conseil:

Vous pouvez utiliser d'autres ingrédients, p.ex. du brocoli, du salami, des pâtes, etc.

Recettes

Légumes, pâtes, riz et quenelles

Allemagne

Gratin de brocoli et pommes de terre aux champignons de Paris*Broccoli-Kartoffelaufbau mit Champignons*

Temps de cuisson total: env. 40-42 minutes
 Vaisselle: 1 terrine à couvercle (2 litres)
 1 moule à gratin (Ø environ 26 cm)

Ingrédients

350 g de pommes de terre, épluchées, coupées en deux (facultatif)
 350 g de brocoli en bouquets
 6 CS d'eau (60ml)
 1 CC de beurre ou de margarine pour graisser le plat
 350 g de champignons de Paris coupés en tranches
 1 CS de persil haché menu
 sel & poivre
 3 œufs
 120 ml de crème
 120 ml de lait
 sel
 poivre
 noix de muscade
 80 g de gouda râpé

Préparation

1. Mettre les pommes de terre et le brocoli dans la terrine. Ajouter l'eau, couvrir et cuire en remuant une fois pendant la cuisson.

11-13 mn  900 W

2. Couper les pommes de terre en rondelles.
3. Graisser le moule à gratin. Disposer une couche de brocoli, une couche de champignons et une couche de pommes de terre en alternant.
4. Mélanger les œufs avec le liquide et les épices et verser le mélange sur les légumes. Saupoudrer de fromage râpé et faire cuire.
Faire cuire la pizza à l'aide du automatique programme AC-4 pour gratin.
(Cette recette donne environ 1,5 kg).

AUTO COOK AC-4 

Après la cuisson, laisser le gratin reposer 10 minutes environ avant de servir.

Allemagne

Gratin de pâtes aux courgettes*Zucchini-Nudel-Auflauf*

Temps de cuisson total: env. 41-44 minutes
 Vaisselle: 1 terrine à couvercle (2 litres)
 1 moule à gratin (Ø environ 26 cm)

Ingrédients

500 ml d'eau
 1/2 CC d'huile
 80 g de macaronis
 400 g tomates en boîte, coupées en petits morceaux
 3 oignons (150 g), hachés menu
 basilic, thym, sel, poivre
 1 CS d'huile pour graisser le plat
 450 g courgettes
 150 g de crème aigre
 2 œufs
 100 g de cheddar râpé

Préparation

1. Faire bouillir l'eau avec l'huile et le sel dans la terrine ouverte.

3-4 mn  900 W

2. Casser les macaronis en morceaux, les verser dans la terrine, remuer et laisser gonfler.

9-11 mn  270 W

Egoutter les pâtes et les laisser refroidir.

3. Mélanger les tomates et les oignons et bien assaisonner. Graisser le plat à gratin, y verser les pâtes, les napper de sauce tomate et garnir de rondelles de courgettes.
Faire cuire la pizza à l'aide du automatique programme AC-4 pour gratin.
(Cette recette donne environ 1,5 kg).

AUTO COOK AC-4 

Après la cuisson, laisser le gratin reposer 5-10 minutes avant de servir.



Légumes, pâtes, riz et quenelles

Autriche

Quenelles de pain blanc

Semmelknödel

(pour 5 pièces)

Temps de cuisson total: env. 7-10 minutes

Vaisselle: 1 terrine à couvercle (1 litres)
5 tasses ou ramequins

Ingrédients

2 CS de beurre ou de margarine (20 g)
1 oignon (50 g) haché menu
500 ml de lait
200 g de pain blanc rassis
3 œufs

Préparation

1. Graisser le fond de la terrine, y ajouter l'oignon haché, couvrir et cuire à l'étuvée.
2. Ajouter le lait et réchauffer.

1-2 mn  900 W

3. Couper le pain en petits dés et les arroser de lait. Battre les œufs, les ajouter au pain et au lait, bien mélanger jusqu'à l'obtention d'une pâte onctueuse. Si nécessaire, rajouter un peu de lait.
4. Répartir de façon uniforme la pâte dans 5 tasses ou ramequins, recouvrir de feuille de plastique cuisine résistant à la chaleur, disposer au bord du plateau tournant et cuire.

6-8 mn  900 W

Après la cuisson, laisser les quenelles reposer env. 2 minutes. Avant de servir, démouler les quenelles et les mettre sur un plat.

Italie

Lasagne al forno

Lasagne al forno

Temps de cuisson total: env. 17-21 minutes

Vaisselle: 1 terrine à couvercle (2 litres)
1 plat à gratin carré avec couvercle (env. 20x20x6 cm)

Ingrédients

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

Préparation

1. Couper les tomates en tranches, les mélanger avec le jambon, l'oignon, l'ail, la viande de bœuf hachée et le concentré de tomates. Épicer, couvrir et cuire à l'étuvée.

6-8 mn  900 W

2. Mélanger la crème fraîche, le lait, le parmesan, les herbes et l'huile et épicer.
3. Graisser le plat à gratin et disposer au fond un tiers des lasagne. Recouvrir les lasagne avec la moitié du hachis et y verser un peu de sauce. Couvrir avec le second tiers des pâtes puis le hachis, un peu de sauce puis le reste des pâtes. Pour terminer, napper abondamment les pâtes de sauce et saupoudrer de parmesan. Répartir le beurre en petites noisettes et faire cuire sur la grille du bas.

11-13 mn  450 W + 220° C

Après la cuisson, laisser les lasagne reposer de 5-10 minutes.

Recettes

Légumes, pâtes, riz et quenelles

Italie

Tagliatelle à la crème fraîche et au basilic*Tagliatelle alla panna e basilico* (pour 2 portions)

Temps de cuisson total: env. 17-25 minutes
 Vaisselle: 1 terrine à couvercle (2 litres)
 1 moule à soufflé (env. 20 cm diamètre)

Ingrédients

1 litre d'eau
 1 CC de sel
 200 g de tagliatelles
 1 gousse d'ail
 15-20 feuilles de basilic
 200 g de crème fraîche
 30 g de parmesan râpé
 sel/poivre

Préparation

1. Verser l'eau salée dans la terrine, couvrir et porter à ébullition.

9-11 mn  900 W

2. Ajouter les pâtes, porter à nouveau à ébullition puis cuire lentement.

1. 1-2 mn  900 W

2. 6-9 mn  270 W

3. Frotter entre temps le moule à soufflé avec la gousse d'ail. Hacher les feuilles de basilic, en mettre un peu de côté pour la décoration.
4. Bien égoutter les pâtes, les mélanger à la crème fraîche puis saupoudrer de basilic haché.
5. Ajouter le parmesan, le sel et le poivre, verser dans le moule à soufflé et remuer.

1-3 mn  900 W

Garnir de basilic et servir chaud.

Autriche

Chou-fleur à la sauce au fromage*Karfiol mit Käsesauce*

Temps de cuisson total: env. 18-21 minutes
 Vaisselle: 1 terrine à couvercle (2 litres)
 1 terrine à couvercle (1 litre)

Ingrédients

800 g de chou-fleur (entier)
 1 tasse d'eau (150 ml)
 125 ml de lait
 125 ml de crème
 75-100 g de fromage fondu
 2-3 CS de liant à sauce (20-30 g)

Préparation

1. Faire plusieurs incisions dans le trognon du chou-fleur. Mettre le chou-fleur la tête vers le haut dans la terrine, ajouter l'eau, couvrir et cuire.

15-17 mn  900 W

Laisser reposer le chou-fleur quelques minutes dans la terrine, puis verser l'eau de cuisson.

2. Verser le lait et la crème fouettée dans la terrine, ajouter le fromage coupé en morceaux, couvrir et réchauffer.

env. 2-3 mn  900 W

3. Bien mélanger le liant à sauce, couvrir et réchauffer.

env. 1 mn  900 W

Bien remuer la sauce et la verser sur le chou-fleur.

Conseil:

Avant de servir, vous pouvez garnir le chou-fleur de persil haché.

France

Gratin dauphinois

Temps de cuisson total: env. 28-30 minutes
 Vaisselle: 1 plat ovale à gratin
 (longueur env. 26 cm)

Ingrédients

1 CS de beurre ou de margarine
 500 g de pommes de terre, épluchées, coupées en fines rondelles
 sel
 poivre
 2 ousses d'ail écrasées
 300 g de crème fraîche)
 150 ml de lait
 50 g de fromage râpé (Gouda)

Préparation

1. Beurrer le plat. Disposer les pommes de terre par couches successives. Assaisonner chaque couche de sel, de poivre et d'ail.
2. Mélanger la crème fraîche et le lait, verser le mélange sur les pommes de terre. Saupoudrer de fromage râpé et faire cuire sur le trépied bas.

28-30 mn  450 W + 160° C

Après la cuisson, laisser le gratin reposer 10 minutes environ avant de servir.

Légumes, pâtes, riz et quenelles**Risotto du tessin**

Tessiner Risotto

Temps de cuisson total: env. 21-26 minutes
 Vaisselle: 1 terrine à couvercle (2 litres)

Ingrédients

50 g de lard maigre
 2 CS de beurre ou de margarine (20 g)
 1 oignon (50 g), haché menu
 200 g de riz rond
 400 ml de bouillon de viande
 70 g de Sbrinz râpé (ou d'emmenthal râpé)
 1 pincée de safran
 sel & poivre

Préparation

1. Couper le lard en dés. Beurrer le fond de la terrine, ajouter l'oignon et le lard, couvrir et cuire à l'étuvée.

2-3 mn		900 W
--------	--	-------

2. Ajouter le riz, verser le bouillon de viande, porter à ébullition puis faire cuire lentement.

1. 4-6 mn		900 W
-----------	--	-------

2. 15-17 mn		270 W
-------------	--	-------

Après la cuisson, laisser le riz reposer environ 2 minutes.

3. Mélanger le fromage et le safran puis assaisonner.

Conseil:

Server le risotto avec des girolles ou des champignons de Paris étuvés et une salade mélangée.

Chou-rave à la sauce à l'aneth

Kohlrabi in Dillsauce

(2 Portions)

Temps de cuisson total: env. 10-11 minutes
 Vaisselle: 2 1 terrine à couvercle (1 litres)

Ingrédients

400 g de chou-rave en tranches (env. 2 choux)
 4-5 CS d'eau
 2 CS de beurre ou de margarine (20 g)
 150 ml de crème fraîche
 sel, poivre, muscade, paprika en poudre,
 quelques gouttes de jus de citron
 1 bouquet d'aneth haché menu

Préparation

1. Mettre le chou-rave et l'eau dans la terrine, couvrir et cuire. Remuer de temps en temps.

9-10 mn		900 W
---------	--	-------

Verser l'eau de cuisson.

2. Répartir le beurre dans la terrine, ajouter la crème fraîche et réchauffer sans couvercle. Ne pas porter à ébullition.

env. 1 mn		900 W
-----------	--	-------

3. Saler la sauce et l'assaisonner avec les épices et le jus de citron. Incorporer l'aneth et verser la sauce sur le chou-rave.

Conseil:

Vous pouvez remplacer le chou-rave par des salsifis noirs.

Recettes

Gâteaux, pain, desserts et boissons

Grande Bretagne

Gâteau aux cerises

Cherry Cake

Temps de cuisson total: env. 26-27 minutes

Vaisselle: moule séparable
(diamètre environ 28 cm)**Ingrédients**

1 CC beurre ou de margarine pour graisser le moule
 200 g beurre
 200 g sucre
 3 œufs
 200 g farine
 1 CC ras bord levure
 1 verre cerises aigres (350 g)

Préparation

1. Graisser le moule.
2. Ramollir le beurre dans un bol de cuisine.

1/2-1 mn  630 W

3. Ajouter le sucre et remuer jusqu'à obtenir un mélange consistant. Ajouter les œufs un à un. Mélanger la farine à la levure et ajouter par cuillerées.
4. Egoutter les cerises dans une passoire.
5. Remplir le moule de pâte de manière uniforme. Y disposer les cerises de manière uniforme. Cuire le gâteau sur le trépied bas avec la soucoupe et cuire à l'aide du automatique programme AC-5 pour gâteau.
(Cette recette donne environ 1,1 kg).

AUTO COOK AC-5 

Allemagne

Pudding aux cerises

Kirschenmichel

Temps de cuisson total: env. 23-26 minutes

Vaisselle: Plat à gratin rond à bords hauts
(de 20cm de diamètre environ)**Ingrédients**

4 de pain rassis (160 g)
 375 ml de lait
 60 g de beurre ou de margarine
 8 CS sucre (80 g)
 4 jaune d'œuf
 1 CS de farine
 30 g d'amandes hachées
 1 zeste de citron râpé
 1 CC de beurre ou de margarine pour graisser le plat
 500 g de griottes dénoyautées, égouttées
 2 CS de chapelure
 1 CS de beurre ou de margarine

Préparation

1. Émietter le pain rassis et le tremper dans le lait.
2. Travailler le beurre, le sucre et le jaune d'œuf au batteur jusqu'à obtention d'une pâte onctueuse. Incorporer la farine, les amandes, le zeste de citron et le pain ramolli débarrassé de son liquide.
3. Battre les blancs d'œuf en neige et les incorporer au mélange.
4. Graisser le plat. Disposer une couche de pâte au pain et une couche de griottes en alternant. Terminer par une couche de pâte.
5. Saupoudrer le pudding de chapelure et garnir de petites noisettes de beurre.
Faire cuire sur le trépied bas.

23-26 mn  450W + 200° C

Après la cuisson, laisser le gratin reposer 5-10 minutes.



Gâteaux, pain, desserts et boissons

Allemagne

Gâteau à la liqueur d'œuf

Eierlikör-Torte

Temps de cuisson total: 23-24 minutes

Vaisselle: moule séparable
(diamètre environ 28 cm)**Ingrédients**

100 g chocolat à cuire
5 œufs
100 g beurre ou margarine
100 g sucre
1 sachet sucre vanillé
200 g noisettes pilées
1 sachet levure
1 CS rhum

Belag:

400 g crème
2 CS sucre
1 sachet épaississant
4-5 CS liqueur d'œuf
30 g copeaux de chocolat

Préparation

1. Graisser le moule séparable.
2. Râper le chocolat à cuire en fines lamelles. Séparer les œufs et battre les blancs d'œuf jusqu'à ce qu'ils soient fermes.
3. Mettre le beurre dans un grand bol et l'amollir.

1 mn  450 W

4. Ajouter le sucre et le sucre vanillé au beurre et battre jusqu'à obtenir un mélange aéré. Ajouter les jaunes d'œuf au fur et à mesure. Ajouter le chocolat, les noisettes, la levure et le rhum et mélanger. Y mélanger soigneusement le blanc d'œuf battu.
5. Mettre le mélange dans le moule séparable et étaler uniformément. Cuire sur le trépied bas avec la soucoupe du four à l'aide du automatique programme AC-5 pour gâteau. (Cette recette donne environ 0,8 kg).

AUTO COOK AC-5



6. Battre la crème, le sucre et la crème fraîche jusqu'à ce qu'ils soient fermes. Incorporer la liqueur d'œuf à la crème. Étaler uniformément le mélange en partant du milieu. Parsemer les copeaux de chocolat sur le dessus.
7. Laisser refroidir le gâteau avant de servir.

France

Tarte aux pommes avec calvados

pour 12-16 tranches

Temps de cuisson total: env. 29-30 minutes

Vaisselle: moule séparable
(diamètre environ 28 cm)**Ingrédients**

200 g de farine
1 CC levure
100 g sucre
1 sachet sucre vanillé
1 pincée sel
1 œuf
3-4 gouttes extrait d'amande amère
125 g beurre
1 CS de beurre ou de margarine pour graisser le moule
50 g noisettes hachées
600 g pommes (pommes à cuire environ 3-4)
cannelle
2 œufs
1 pincée sel
4 CS sucre
1 sachet sucre vanillé
4 CS Calvados
1 1/2 CS farine de maïs
125 g crème épaisse
sucre glace pour saupoudrer

Préparation

1. Mélanger la farine et la levure. Ajouter le sucre, le sucre vanillé, le sel, l'œuf, l'extrait d'amande amère et le beurre et pétrir à l'aide du crocjet du mixeur. Recouvrir la pâte et réfrigérer pendant environ 30 minutes.
2. Graisser le moule, rouler la pâte entre deux feuilles de papier aluminium et placer la pâte dans le moule. Former une épaisseur de 3 cm.
3. Étaler les noisettes sur la pâte.
4. Peler les pommes, couper en quatre, enlever le trognon et couper en tranches. Disposer les tranches de pommes de manière à chevaucher les noisettes et saupoudrer légèrement de cannelle.
5. Séparer les œufs. Battre les blancs d'œuf jusqu'à ce qu'ils soient fermes, ajouter une pincée de sel et ajouter petit à petit 1 cuillerée à soupe de sucre. Battre les jaunes d'œuf, le reste du sucre et le sucre vanillé jusqu'à obtenir une mousse. Ajouter le calvados, la farine de maïs et la crème épaisse et mélanger. Incorporer le blanc d'œuf battu et étaler le mélange uniformément sur les tranches de pommes. Cuire sur le trépied bas avec la soucoupe du four à l'aide du automatique programme AC-5 pour gâteau. (Cette recette donne environ 1,3 kg).

Touche PLUS (▲) et
AUTO COOK AC-5**Conseil:**

Laisser refroidir le gâteau dans le moule et saupoudrer de sucre glace avant de servir.

Recettes

Gâteaux, pain, desserts et boissons

Autriche

Gâteau aux noisettes

Nußkuchen

Temps de cuisson total: env. 24-28 minutes
 Vaisselle: moule carré, 30 cm

Ingédients

250 g de beurre ou de margarine
 175 g sucre
 1 sachet sucre vanillé
 4 œufs
 200 g noisettes pilées
 1 CS liqueur d'amandes
 250 g de farine
 2 CC levure, remplies à ras
 100 g nappage chocolat, noisettes
 1 CC de beurre ou de margarine pour graisser le moule, chapelure

Préparation

1. Graisser le moule et ajouter une couche de chapelure.
2. Faire fondre le beurre dans un grand bol.

1 mn  900 W

3. Ajouter le sucre et le sucre vanillé au beurre et battre jusqu'à obtenir un mélange aéré. Ajouter les œufs un à un et battre énergiquement. Incorporer les noisettes et la liqueur. Mélanger la farine et la levure et incorporer. Mettre le mélange dans le moule et étaler uniformément. Cuire sur le plateau tournant du four

21-24 mn  270 W + 180° C

4. Laisser refroidir le gâteau pendant environ 5 minutes. Faire fondre le nappage dans un plat.

3-4 mn  270 W

5. Napper le gâteau et saupoudrer de noisettes.

Pays-Bas

Tarte au pommes

Gedeckter Apfelkuchen

Temps de cuisson total: ca 25-26 minutes
 Vaisselle: moule séparable
 (diamètre environ 28 cm)

Ingédients

90 g beurre ou margarine
 90 g sucre
 1 sachet sucre vanillé
 1 CS zeste de citron (non-traité)
 1 Prise sel
 2 œufs
 200 g farine
 1/2 sachet levure
 4-5 Pommes de taille moyenne
 jus de citron
 50 g sucre
 1 CC cannelle
 50 g raisins secs
 1 jaune d'œuf
 1 CS lait

Préparation

1. Battre le beurre pendant environ 30 secondes en utilisant la grande vitesse du mixeur jusqu'à obtenir une crème.
2. Ajouter le sucre, le sucre vanillé, le zeste de citron et le sel et bien mélanger jusqu'à obtenir un mélange crémeux. Mélanger les œufs un à un. Mélanger la farine et la levure et incorporer au mélange.
3. Placer 2/3 du mélange dans le moule séparable.
4. Peler les pommes, couper en quatre et enlever le trognon. Couper en fines tranches et arroser de jus de citron. Mélanger avec le sucre et la cannelle et laisser reposer pendant environ 10 minutes. Ajouter les raisins et étaler sur le mélange.
5. Mélanger le reste de la pâte avec 50 g de farine et rouler à la taille du moule. Placer sur la garniture aux pommes et canneler les bords. Percer le dessus plusieurs fois avec une fourchette.
6. Battre le jaune d'œuf avec le lait et glacer le dessus à l'aide du mélange.
7. Cuire sur le trépied bas avec la soucoupe du four à l'aide du automatique programme AC-5 pour gâteau.
 (Cette recette donne environ 1,1 kg).

AUTO COOK AC-5



Gâteaux, pain, desserts et boissons

Suisse

Gâteau à la carotte

Möhrentorte

Temps de cuisson total: env. 25-26 minutes
Vaisselle: moule rond (env 28 cm de diamètre)

Ingrédients

5 jaune d'œuf
250 g sucre
250 g carottes, finement râpées
jus de citron
250 g amandes pilées
80 g farine
1 CS levure
5 blancs d'œuf

Préparation

1. Graisser le moule.
2. Battre les jaunes d'œuf et le sucre à la main jusqu'à obtenir une crème. Ajouter la carotte, le jus de citron et les amandes. Mélanger la farine et la levure, ajouter au mélange et bien remuer.
3. Battre les blancs d'œuf jusqu'à ce qu'ils soient fermes et incorporer au mélange. Placer le mélange dans le moule. Cuire sur le trépied bas avec la soucoupe du four à l'aide du automatique programme AC-5 pour gâteau.
(Cette recette donne environ 1,1 kg).

AUTO COOK AC-5



4. Laisser refroidir dans le moule pendant 5 minutes après la cuisson.

France

Tarte aux poires

pour environ 12-14 tranches

Temps de cuisson total: env. 19-24 minutes
Vaisselle: Moule rond (env. 28 cm de diamètre)
Plat avec couvercle (2 litres)
Petit bol avec couvercle

Ingrédients

150 g farine
75 g beurre ou margarine
30 g sucre glace
1 pincée sel
1 œuf
1 CC beurre ou margarine pour graisser le moule
250 ml lait
1 pincée sel
2 jaune d'œuf
20 g sucre
1/2 sachet sucre vanillé (5 g)
1 CS farine de maïs
540 g poires en boîte, égouttées
120 g gelée de groseilles
1 CS fruits confit
1 CS amandes effilées

Préparation

1. Pétrir la farine, le beurre, le sucre glace, le sel et l'œuf à l'aide du crochet du mixeur. Recouvrir et réfrigérer pendant 30 minutes.
2. Graisser le moule. Rouler la pâte et placer dans le moule. Garnir le fond et les bords du moule. Percer la pâte plusieurs fois avec une fourchette. Cuire sur le trépied bas du four.

1. 10-12 mn 270W + 200° C

2. 5-7 mn 200° C

3. Retirer la pâte du moule et laisser refroidir sur le trépied de refroidissement.
4. Mettre le lait et le sel dans le plat, recouvrir et réchauffer.

env. 2 mn 900 W

5. Battre les jaunes d'œuf avec le sucre et le sucre vanillé jusqu'à obtenir une légère crème. Mélanger avec la farine de maïs. Ajouter lentement le lait chaud. Verser le mélange dans le plat, recouvrir et cuire. Remuer de temps en temps et en fine de cuisson.

1-2 mn 900 W

6. Enrober le gâteau de crème. Disposer les poires égouttées sur le dessus. Mettre la gelée de groseille dans le petit bol, recouvrir et réchauffer.

env. 1 mn 900 W

7. Verser sur les poires et décorer avec les fruits confits et les amandes effilées.

Conseil:

N'ajouter le nappage que peu de temps avant de servir pour éviter de ramollir le gâteau.

Recettes

Gâteaux, pain, desserts et boissons

Danemark

Pain fantaisie

Temps de cuisson total: 18-20 minutes
 Vaisselle: Plat à pizza (environ 30 cm de diamètre)

Ingrédients

190 g farine de blé
 190 g farine de seigle
 40 g levure
 1/4 litre babeurre
 125 g fromage blanc
 1 1/2 CC sel
 Env. 50 ml babeurre
 graines de pavot, graines de sésame, graines
 de cumin

Préparation

1. A partir des ingrédients, préparer la pâte à lever et laisser lever pendant environ 30 minutes.
2. Garnir le plat à pizza de papier sulfurisé.
3. Pétrir la pâte et former 2-3 longs rouleaux. Diviser en 19 morceaux de taille égale et former des petits pains. Placer un petit pain au milieu et disposer les autres en cercle autour. Badigeonner la pâte de babeurre et saupoudrer à tour de rôle de graines de pavot, de sésame et de cumin.
4. Laisser reposer la pâte pendant 30 minutes.
5. Préchauffer le four à 230° C.
Placer sur le trépied bas du four et cuire.

18-20 mn  90 W + 230° C



Grande-Bretagne

Pain aux raisins

Temps de cuisson total: env. 25-29 minutes
 Vaisselle: Moule rectangulaire (env. 25x11x8 cm)

Ingrédients

15 g levure, fraîche
 1 CS sucre
 275 ml eau tiède
 450 g farine de blé
 1 CC sel
 25 g margarine ou beurre
 200 ml eau
 2 CS Rhum (ou quelques gouttes d'extrait de rhum)
 1 CC beurre pour graisser le moule

Pour badigeonner:

1 jaune d'oeuf
 1 CS eau

Préparation

1. Dissoudre la levure et le sucre dans l'eau tiède.
2. Mélanger la farine et le sel dans un grand bol, faire un cratère au milieu et verser le mélange à base de levure. Mélanger un peu de farine. Placer de petits morceaux de beurre autour du bord de la farine. Pétrir tous les ingrédients pour obtenir une pâte à lever homogène.
3. Recouvrir le bol d'un torchon et laisser reposer au chaud pendant 30 minutes.
4. Pendant ce temps, laver les raisins, les amollir dans l'eau pendant 5-10 minutes avant de les sécher. Mélanger les raisins au rhum et laisser tremper. Pétrir à nouveau la pâte, en y ajoutant les raisins.
5. Mettre la pâte à lever dans le moule graissé, recouvrir et laisser reposer au chaud pendant 15 minutes.
6. Mélanger le jaune d'oeuf et l'eau. Inciser le pain aux raisins dans le sens de la longueur et badigeonner de jaune d'oeuf.
7. Placer le moule sur le plateau tournant du four.

1. 21-23 mn  90 W + 200° C

2. 4-6 mn  200° C



Gâteaux, pain, desserts et boissons

Allemagne

Pain aux trois céréales*Dreikornbrot*

Temps de cuisson total: 25-28 minutes
 Vaisselle: Plat à pizza (environ 30 cm de diamètre)

Ingrédients

100 g farine de seigle
 550 g farine de blé
 100 g graines de lin
 100 g graines de sésame
 60 g levure fraîche
 1/2 litre eau
 1 CS sel

Préparation

1. A partir des ingrédients, préparer la pâte à lever et laisser lever pendant environ 30 minutes.
2. Graisser légèrement le plat à pizza et saupoudrer de farine.
3. Pétrir à nouveau la pâte et former un long pain. Placer sur le plat à pizza, recouvrir et laisser lever pendant 30-40 minutes. Préchauffer le four à 230° C.
4. Badigeonner le pain d'eau et percer plusieurs fois avec une fourchette.
5. Cuire sur le trépied bas du four préchauffé.

25-28 mn  90 W + 230° C

Avant de couper le pain partez pour se refroidir complètement.

Danemark

Gelée de baies à la sauce vanille*Rødgrød med vanilie sovs*

Temps de cuisson total: env. 8-12 minutes
 Vaisselle: Plat avec couvercle (2 litres)

Ingrédients

150 g groseilles rouges, lavées et triées
 150 g fraises, lavées et triées
 150 g framboises, lavées et triées
 250 ml vin blanc
 100 g sucre
 50 ml jus de citron
 8 feuilles de gélatine
 300 ml lait
 cœur d'un 1/2 baton de vanille
 30 g sucre
 15 g arôme liquide (Maggi)

Préparation

1. Mettre quelques fruits de côté pour garnir le plat. Ecraser le reste des fruits avec le vin blanc, verser dans le plat, recouvrir et cuire.

5-7 mn  900 W

Ajouter le sucre et le jus de citron.

2. Faire ramollir la gélatine dans de l'eau froide pendant environ 10 minutes, retire et égoutter. Incorporer la gélatine dans la purée de fruits chaude, jusqu'à ce qu'elle soit dissoute. Mettre la gelée au réfrigérateur et attendre qu'elle prenne.
3. Pour la sauce à la vanille: verser le lait dans un plat. Ouvrir le bâton de vanille et en retirer le cœur. Remuer le cœur de vanille, le sucre et l'arôme Maggi dans le lait, recouvrir et cuire. Remuer une fois en cours de cuisson.

3-5 mn  900 W

4. Mettre la gelée sur un plat et garnir du reste des fruits. Servir avec la sauce à la vanille.

Conseil:

De la crème ou du yaourt très froid est un accompagnement délicieux.

Recettes

Gâteaux, pain, desserts et boissons

Allemagne

Gâteau de semoule au coulis de framboise*Grießflammeri mit Himbeersauce*

Temps de cuisson total: ca 15-20 minutes

Vaisselle: Plat avec couvercle (2 litres)

Ingrédients

500 ml lait
 40 g sucre
 15 g amandes, hachées
 50 g semoule
 1 jaune d'œuf
 1 CS au
 1 blanc d'œuf
 250 g framboises
 50 ml eau
 40 g sucre

Préparation

1. Mettre le lait, le sucre et les amandes dans le plat, recouvrir et cuire.

3-5 mn		900 W
--------	--	-------

2. Ajouter la semoule, remuer, recouvrir et cuire, en remuant de temps en temps.

10-12 mn		270 W
----------	--	-------

3. Mélanger le jaune d'œuf et l'eau dans une tasse et ajouter ce mélange à la semoule chaude. Battre le blanc d'œuf jusqu'à ce qu'il soit ferme et l'incorporer dans le mélange. Verser le gâteau de semoule dans des coupes à dessert.
4. Pour faire le coulis, laver les framboises et les sécher en les tamponnant légèrement. Les placer avec l'eau et le sucre dans un plat, recouvrir et réchauffer.

2-3 mn		900 W
--------	--	-------

5. Ecaser les framboises et servir chaud ou froid avec le gâteau de semoule.

Suède

Riz à la pistache et aux fraises*Pistaschris med zordgubbe*

Temps de cuisson total: env. 23-30 minutes

Vaisselle: Plat avec couvercle (2 litres)

Ingrédients

125 g riz
 150 ml lait
 175 ml eau
 1 bâton de vanille
 1 pincée sel
 50 g sucre
 250 g fraises
 40 g sucre
 40 ml Cointreau (liqueur d'orange, 40 Vol.-%)
 200 ml crème
 1 blanc d'œuf
 50 g pistache

Préparation

1. Mettre le riz dans le bol et ajouter le liquide. Ouvrir le bâton de vanille, l'ajouter au riz, saler, sucrer, recouvrir et cuire, en remuant une fois en cours de cuisson.

1. 3-5 mn		900 W
-----------	--	-------

2. 20-25 mn		270 W
-------------	--	-------

Laisser reposer le riz pendant 5 minutes après cuisson.

2. Couper les fraises en deux et ajouter le sucre et le Cointreau.
3. Retirer le bâton de vanille du riz et laisser refroidir le riz sous l'eau froide tout en remuant. Battre la crème et le blanc d'œuf séparément jusqu'à ce qu'ils soient fermes. Incorporer d'abord la pistache, puis la crème, le lait et pour finir le blanc d'œuf dans le riz froid.
4. Mettre le riz dans un grand bol et faire un cratère pour les fraises.



Gâteaux, pain, desserts et boissons

France

Poires au chocolat

Temps de cuisson total: env. 8-14 minutes

Vaisselle: Plat avec couvercle (2 litres)
Plat avec couvercle (1 litres)**Ingrédients**

4 poires (500 g)
60 g sucre
1 sachet sucre vanillé (10 g)
1 CS liqueur de poire, 30 Vol.-%
150 ml eau
130 g chocolat noir
100 g crème fraîche

Préparation

1. Peler les poires.
2. Mélanger le sucre, le sucre vanillé, la liqueur et l'eau dans le bol, recouvrir et réchauffer.

1-2 mn		900 W
--------	--	-------

3. Placer les poires dans le jus, recouvrir et cuire.

6-10 mn		900 W
---------	--	-------

Retirer les poires du jus et laisser refroidir.

4. Verser 50ml du jus de poire dans le petit bol. Ajouter le chocolat écrasé et la crème, recouvrir et réchauffer.

1-2 mn		900 W
--------	--	-------

5. Remuer bien la sauce. Verser sur les poires et servir.

Conseil:

Vous pouvez ajouter une boule de glace à la vanille.

Autriche

Chocolat à la crème*Schokolade mit Schlagobers (pour 1 personne)*

Temps de cuisson total: env. 1 minute

Vaisselle: Grande tasse (200 mlitres)

Ingrédients

150 ml lait
30 g chocolat noir, râpé
30 ml crème
copeaux de chocolat

Préparation

1. Verser le lait dans la tasse. Ajouter le chocolat noir, remuer et réchauffer. Remuer de temps en temps.

env. 1 mn		900 W
-----------	--	-------

2. Battre la crème jusqu'à ce qu'elle monte, ajouter au chocolat et saupoudrer de copeaux de chocolat avant de servir.

FRANÇAIS

Pays-Bas

Boissons de feu*Vuurdrank (pour 10 personnes)*

Temps de cuisson total: env. 8-10 minutes

Vaisselle: Plat avec couvercle (2 litres)

Ingrédients

500 ml vin blanc
500 ml vin rouge sec
500 ml rhum, 54 Vol. -%
1 orange
3 bâtons de cannelle
75 g sucre
10 CC sucre candi

Préparation

1. Verser l'alcool dans le plat. Peler l'orange et ajouter le zeste d'orange, la cannelle et le sucre à l'alcool. Recouvrir et cuire.

8-10 mn		900 W
---------	--	-------

2. Retirer le zeste d'orange et la cannelle, mettre une cuillerée à café de sucre candi dans chaque verre à grog, ajouter la boisson et servir.

F

FICHE TECHNIQUE

F

Tension d'alimentation	: 230V, 50 Hz, monophasé
Fusible/disjoncteur de protection	: 16 A minimum
Consommation électrique:	Micro-ondes : 1,45 kW
	Gril haut : 1,25 kW
	Gril bas : 0,65 kW
	Gril haut/Micro-ondes : 2,65 kW
	Gril bas/Micro-ondes : 2,05 kW
	Grils haut et bas : 1,85 kW
	Triple : 3,40 kW
	Convection : 1,86 kW
	Convection/Micro-ondes : 2,06 kW
Puissance:	Micro-ondes : 900 W (IEC 60705)
	Gril haut : 1,2 kW
	Gril bas : 0,6 kW
	Convection : 1,8 kW
Fréquence des micro-ondes	: 2450 MHz * (Groupe 2/classe B)
Dimensions extérieures	: 520 mm (W) x 309 mm (H) x 486 mm (D)
Dimensions intérieures	: 353 mm (W) x 207 mm (H) x 357 mm (D) **
Capacité	: 26 litres **
Plateau tournant	: ø325 mm, Métal
Poids	: 19 kg
Eclairage de four	: 25 W/240-250 V

- * Ce produit répond aux exigences de la norme européenne EN55011.
Conformément à cette norme, ce produit est un équipement 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 multipliant la largeur, la profondeur et la hauteur maximales.
La contenance réelle pour les aliments est inférieure à celle-ci.



Ce four est conforme aux exigences des Directives 89/336/EEC et 73/23/EEC révisées par 93/68/EEC.
LES SPECIFICATIONS PEUVENT ETRE CHANGEES SANS PREAVIS LORS D'AMELIORATIONS APORTEES A L'APPAREIL.

NL

TECHNISCHE GEGEVENS

NL

Wisselstroom	: 230V, 50 Hz, enkele fase
Zekering/circuitonderbreker	: Minimum 16 A
Stroombenodigdheid:	Magnetron : 1,45 kW
	Bovenste grill : 1,25 kW
	Onderste grill : 0,65 kW
	Bovenste grill/Magnetron : 2,65 kW
	Onderste grill/Magnetron : 2,05 kW
	Bovenste en onderste grill : 1,85 kW
	Drie functie : 3,40 kW
	Convectiewarmte : 1,86 kW
	Convectiewarmte/Magnetron : 2,06 kW
Uitvoermogen:	Magnetron : 900 W (IEC 60705)
	Bovenste grill : 1,2 kW
	Onderste grill : 0,6 kW
	Convectiewarmte : 1,8 kW
Magnetronfrequentie	: 2450 MHz * (groep 2/klasse B)
Afmetingen buitenkant	: 520 mm (B) x 309 mm (H) x 486 mm (D)
Afmetingen binnenkant	: 353 mm (B) x 207 mm (H) x 357 mm (D) **
Ovencapaciteit	: 26 liter **
Draaitafel	: ø325 mm, metaal
Gewicht	: 19 kg
Ovenlampje	: 25 W/240-250 V

* Dit product voldoet aan de vereisten van de Europese norm EN55011.
 In overeenstemming met deze norm is dit product geclassificeerd als groep 2 klasse B apparatuur.
 Groep 2 betekent dat het apparaat opzettelijk radiofrequentie uitzendt in de vorm van
 elektromagnetische straling voor het verhitten van voedsel.
 Klasse B apparatuur betekent dat het apparaat geschikt is voor huishoudelijk gebruik.

** De inhoud wordt berekend door het meten van de maximum breedte, hoogte en diepte van het apparaat.
 Het actuele inhoudsvermogen voor spijzen is geringer.



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

DOOR CONTINUE VERBETERINGEN KUNNEN SPECIFICATIES ZONDER AANKONDIGING VERANDEREN.

DATI TECNICI

Tensione di linea CA	: 230 V, 50 Hz, monofase
Fusibile linea distribuzione/interruttore automatico	: 16 A minimo
Tensione di alimentazione:	Microonde : 1,45 kW
	Grill superiore : 1,25 kW
	Grill inferiore : 0,65 kW
	Grill superiore/Microonde : 2,65 kW
	Grill inferiore/Microonde : 2,05 kW
	Grill superiore ed inferiore : 1,85 kW
	Funzione triplice : 3,40 kW
	Convezione : 1,86 kW
	Convezione/Microonde : 2,06 kW
Potenza erogata:	Microonde : 900 W (IEC 60705)
	Grill superiore : 1,2 kW
	Grill inferiore : 0,6 kW
	Convezione : 1,8 kW
Frequenza microonde	: 2450 MHz * (Gruppo 2/classe B)
Dimensioni esterne	: 520 mm (L) x 309 mm (A) x 486 mm (P)
Dimensioni cavità	: 353 mm (L) x 207 mm (A) x 357 mm (P) **
Capacità forno	: 26 litri **
Piatto rotante	: ø325 mm, metallo
Peso	: 19 kg
Lampada forno	: 25 W/240-250 V

- * Dit product voldoet aan de vereisten van de Europese norm EN55011.
In overeenstemming met deze norm is dit product geclassificeerd als groep 2 klasse B apparatuur.
Groep 2 betekent dat het apparaat opzettelijk radiofrequentie uitzendt in de vorm van elektromagnetische straling voor het verhitten van voedsel.
Klasse B apparatuur betekent dat het apparaat geschikt is voor huishoudelijk gebruik.
- ** De inhoud wordt berekend door het meten van de maximum breedte, hoogte en diepte van het apparaat.
Het actuele inhoudsvermogen voor spijzen is geringer.



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

NEL QUADRO DELLA NOSTRA POLITICA DI MIGLIORAMENTO CONTINUO, LE SPECIFICHE TECNICHE POSSONO ESSERE MODIFICATE SENZA COMUNICAZIONE PREVENTIVA.

E

DATOS TÉCNICOS

E

Tensión de CA	: 230V, 50 Hz, monofásica
Fusible/disuntor de fase	: Mínimo 16 A
Requisitos potencia de CA:	Microondas : 1,45 kW
	Grill superior : 1,25 kW
	Grill inferior : 0,65 kW
	Grill superior/Microondas : 2,65 kW
	Grill inferior/Microondas : 2,05 kW
	Grills superior e inferior : 1,85 kW
	Función triple : 3,40 kW
	Convección : 1,86 kW
	Convección/Microondas : 2,06kW
Potencia de salida:	Microondas : 900 W (IEC 60705)
	Grill superior : 1,2 kW
	Grill inferior : 0,6 kW
	Convección : 1,8 kW
Frecuencia microondas	: 2450 MHz * (grupo 2/clase B)
Dimensiones exteriores	: 520 mm (An) x 309 mm (Al) x 486 mm (P)
Dimensiones interiores	: 353 mm (An) x 207 mm (Al) x 357 mm (P) **
Capacidad del horno	: 26 litros **
Plato giratorio	: ø325 mm, metal
Peso	: 19 kg
Lámpara del horno	: 25 W/240-250 V

* Este Producto cumple el requisito de la norma europea EN55011.
De acuerdo con dicha norma, este producto está clasificado como equipamiento del grupo 2, clase B.
El grupo 2 significa que el equipamiento genera intencionadamente energía por radiofrecuencia en forma de radiación electromagnética para el tratamiento por calentamiento de alimentos.
La clase B significa que el equipamiento resulta adecuado para su uso en establecimientos domésticos.

** La capacità interna calcolata misurando la larghezza, la profondità e l'altezza massima.
La capacità effettiva di contenere cibo è minore.



Este horno cumple con las exigencias de las directivas 89/336/EEC y 73/23/EEC según la modificación 93/68/EEC.

LAS CARACTERÍSTICAS TÉCNICAS PUEDEN CAMBIAR SIN PREVIO AVISO AL IR INTRODUCIÉNDOSE MEJORAS EN EL APARATO.

P

ESPECIFICAÇÕES

P

Tensão de Linha CA	: 230 V, 50 Hz, uma fase
Distribuição fusível/corta-circuitos	: Mínimo de 16 A
Requisitos de Alimentação CA:	Micro-ondas : 1,45 kW
	Grill Superior : 1,25 kW
	Grill Inferior : 0,65 kW
Grill Superior/Micro-ondas	: 2,65 kW
Grill Inferior/Micro-ondas	: 2,05 kW
Grill Superior e Inferior	: 1,85 kW
Tripla	: 3,40 kW
Convecção	: 1,86 kW
Convecção/Micro-ondas	: 2,06 kW
Potência de Saída:	Micro-ondas : 900 W (IEC 60705)
	Grill Superior : 1,2 kW
	Grill Inferior : 0,6 kW
	Convecção : 1,8 kW
Frequência do Micro-ondas	: 2450 MHz * (grupo 2/classe B)
Dimensões Exteriores	: 520 mm (P) x 309 mm (A) x 486 (C)
Dimensões da Cavidade	: 353 mm (P) x 207 mm (A) x 357 (C) **
Capacidade do Forno	: 26 litros **
Prato Giratório	: Ø 325 mm, metal
Peso	: aprox. 19 kg
Lâmpada do Forno	: 25 W / 240-250 V

- * Este produto cumpre os requisitos da norma europeia EN55011.
De acordo com esta norma, este produto está classificado como equipamento do grupo 2, classe B.
O grupo 2 significa que o equipamento gera energia de radiofrequência sob a forma de radiação electromagnética para tratamento térmico de alimentos.
A classe B significa que o equipamento é adequado à utilização doméstica.
- ** A capacidade interna é calculada medindo largura, profundidade e altura máximas.
A capacidade real para receber alimentos é menor.



Este equipamento está em conformidade com os requisitos das directivas 89/336/CEE e 73/23/CEE, alterada pela directiva 93/68/CEE.
DE ACORDO COM UMA POLÍTICA DE DESENVOLVIMENTO PERMANENTE, RESERVAMO-NOS O DIREITO DE ALTERAR A CONCEPÇÃO E AS ESPECIFICAÇÕES DO PRODUTO SEM AVISO PRÉVIO.

SHARP

SHARP ELECTRONICS (EUROPE) GMBH.

Sonninstrasse 3
20097 Hamburg
Germany

SHARP MANUFACTURING

ist ein Mitglied von:

est un membre de:

is een lid van:

è un membro di:

es un miembro de:

é um membro de:



Gedruckt in Grossbritannien

Imprimé au Royaume-Uni

Gedruckt in Groot-Brittannie

Stampato in Gran Bretagna

Impreso en el Reino Unido

Impresso no Reino Unido



Der Zellstoff zur
Herstellung dieses
Papiers kommt zu
100 % aus nachhaltig
bewirtschafteten
Wäldern

Ce papier est
entièrément fabriqué
à partir de pâte à
papier provenant
de forêts durables

De pulp die gebruik is
voor de vervaardiging
van dit papier is voor
100 % afkomstig uit
bossen die doorlopend
opnieuw aangeplant
worden

Il 100 % della pasta
utilizzata per
produrre questa carta
proviene da foreste
sostenibili

El 100 % de la
pasta utilizada en
la fabricación de
este papel procede
de bosques
sostenibles

Este papel é
totalmente fabricado
a partir de pasta de
papel proveniente
de florestas duráveis

TINS-A398URRO

SHARP

SHARP ELECTRONICS (EUROPE) GMBH.

Sonninstrasse 3
20097 Hamburg
Germany

SHARP MANUFACTURING

ist ein Mitglied von:

est un membre de:

is een lid van:

è un membro di:

es un miembro de:

é um membro de:



Gedruckt in Grossbritannien

Imprimé au Royaume-Uni

Gedruckt in Groot-Brittannie

Stampato in Gran Bretagna

Impreso en el Reino Unido

Impresso no Reino Unido



Das Papier dieser
Bedienungsanleitung
besteht zu 100 %
aus Altpapier

Le papier de ce
mode d'emploi est
fait de 100 %
de papier réutilisé

De papier voor deze
gebruiksaanwijzing
is van 100 %
hergebruiken papier
gemaakt

La carta di questo
manuale d'istruzioni
è fatta di 100 %
della carta riciclata

El papel de este
manual de
instrucciones se
hace de 100 %
es del papel
reciclado

O papel deste
manual da operação
é feito de 100 %
do papel recycled

TINS-A398URRO