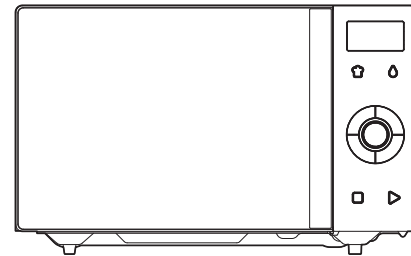


 WINIADAEWOO

HORNO DE MICROONDAS

MANUAL DE INSTRUCCIONES

Antes de operar este horno por favor lea completamente estas instrucciones.



WKOG-A8BUB

PARA EVITAR POSIBLES EXPOSICIONES A EXCESIVA ENERGÍA DE MICROONDAS

- (a) **No intente hacer funcionar el horno con la puerta abierta**, esta operación puede resultar en una exposición perjudicial a energía de microondas. Es importante que no intente forzar o alterar el bloqueo de seguridad.
- (b) **No coloque ningún objeto** entre la parte frontal del horno y la puerta ni permita que se acumule suciedad o residuos en las superficies de cierre.
- (c) **ADVERTENCIA:** Si la puerta o el burlete de la puerta están dañados, no se deberá hacer funcionar el horno hasta que haya sido reparado por una persona competente: (1) puerta (abolladura); (2) bisagras y seguros (rotos o flojos); (3)

burletes de la puerta y superficies de sellado.

- (d) **ADVERTENCIA:** Es peligroso para cualquier persona que no esté capacitada realizar algún servicio o reparación que incluya retirar alguna cubierta que proteja contra la exposición a energía de microondas.
- (e) **ADVERTENCIA:** No debe calentar líquidos y otros alimentos en recipientes herméticos ya que es posible que exploten.
- (f) **ADVERTENCIA:** Este electrodoméstico puede ser utilizado por niños de mayores de 8 años y personas con capacidades físicas, sensoriales o mentales reducidas o falta de experiencia y conocimiento si se les ha dado supervisión o instrucciones sobre el uso del electrodoméstico de una manera segura y entienden de los peligros Involucrado.
Los niños no deben jugar con el aparato.

La limpieza y el mantenimiento del usuario no deben ser realizados por niños a menos que sean mayores de 8 años y estén supervisados.

(g) ADVERTENCIA : Cuando el aparato funciona en el modo de combinación, los niños solo deben usar el horno bajo la supervisión de un adulto debido a la temperatura generada. (si se proporciona)

(h) ADVERTENCIA : El aparato y sus partes accesibles se calientan durante el uso. Se debe tener cuidado para evitar tocar elementos calefactores.

Los niños menores de 8 años se mantendrán alejados a menos que sean supervisados continuamente.

(i) ADVERTENCIA : Mantenga el aparato y su cable fuera del alcance de los niños menores de 8 años.

CONTENIDO

PRECAUCIONES PARA EVITAR POSIBLES EXPOSICIONES A EXCESIVA ENERGIA DE MICROONAS	1
INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD IMPORTANTES.....	4
INSTRUCCIONES PARA CONEXIÓN A TIERRA.....	6
INSTALACIÓN.....	6
DIAGRAMA DE CARACTERÍSTICAS.....	7-8
PROCEDIMIENTOS DE OPERACIÓN	9
ZERO STAND-BY CÓMO FUNCIONA.....	10
CÓMO CONFIGURAR LOS CONTROLES DEL HORNO	11-15
CÓMO DETENER EL HORNO MIENTRAS ESTÁ EN FUNCIONAMIENTO	16
CUIDADO Y LIMPIEZA.....	17
ELIMINACIÓN DE LOS EQUIPOS ELÉCTRICOS Y ELECTRÓNICOS USADOS	17
ESPECIFICACIONES.....	18
ANTES DE SOLICITAR SERVICIO.....	19
PREGUNTAS Y RESPUESTAS	20
INSTRUCCIONES DE COCCIÓN	21
UTILICE SU HORNO DE MICROONDAS CON SEGURIDAD	22
ADVERTENCIA.....	22
PRINCIPIOS DE COCCIÓN EN MICROONDAS.....	23
CÓMO LAS MICROONDAS COCEN LOS ALIMENTOS.....	23
TABLAS DE CONVERSIÓN.....	23
TÉCNICAS DE COCINA.....	24
GUÍA DE DESCONGELADO	25
TABLA DE COCCIÓN Y CALENTAMIENTO	26
TABLA DE VEGETALES	27
RECETAS.....	28-30

INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD IMPORTANTES

Lea estas instrucciones cuidadosamente y consérvelas en un lugar seguro para su posterior consulta.

ADVERTENCIA Para asegurar el óptimo desempeño de su horno, así como para reducir el riesgo de fuego, quemaduras, descarga eléctrica y otros peligros, se deben observar ciertas precauciones básicas

1. No utilice el horno para otros fines que no sea la preparación de alimentos, tal como secado de ropa, papel o cualquier otro ítem que no sea alimento o con propósitos de esterilización.
2. No utilice el horno cuando está vacío, esto podría dañarlo.
3. No utilice el interior del horno con fines de almacenamiento. No guarde artículos como por ejemplo papeles, libros de cocina, utensilios de cocina, etc. dentro del horno.
4. No haga funcionar el horno sin la bandeja de vidrio. Asegúrese que esté correctamente colocada en la

base giratoria.

5. Asegúrese de retirar los tapones y tapas antes de iniciar la cocción cuando prepare alimentos en frascos sellados.
6. No coloque materiales extraños entre la superficie del horno y la puerta. Podría provocar fugas excesivas de energía de microondas.
7. No use productos de papel reciclado para cocinar. Pueden contener impurezas que podrían ocasionar chispas y/o fuego cuando se utilicen durante la cocción.
8. No prepare palomitas de maíz a menos que lo haga en un recipiente apto para prepararlas o a menos que esté empaquetado comercialmente y esté recomendado especialmente para hornos microondas. El maíz para preparar en microondas produce menos cantidad que el preparado en forma convencional; quedará un cierto número de granos sin explotar. No utilice aceite a menos que lo especifique el fabricante.
9. No cocine ningún alimento que esté rodeado de una membrana, como por ejemplo yemas de huevo, patatas, hígados de pollo, etc., sin antes pincharlos varias veces con un tenedor.

10. No deje en el microondas las palomitas de maíz más tiempo del que especifica el fabricante (el tiempo de preparación es, por lo general, menos de tres minutos).

El que lo deje más tiempo en el microondas no da como resultado más palomitas de maíz, sino que puede ocasionar que se achicharren o se quemem. Asimismo, la bandeja puede quedar muy caliente para manipularla o puede romperse.

11. Si ve humo, apague o desenchufe el aparato y mantenga la puerta cerrada para sofocar cualquier llama.
12. Cuando caliente comida en recipientes de plástico o papel preste atención al horno debido a la posibilidad de ignición.
13. El contenido de los biberones y tarros de comida para bebés se deben revolver o agitar y se debe verificar la temperatura antes del consumo, para evitar quemaduras.
14. Siempre revise la temperatura de los alimentos y bebidas que hayan sido calentados en un horno microondas antes de dárselo a alguien, especialmente a niños o ancianos. Esto es importante porque las cosas que han sido

calentadas en un horno microondas continúan calentándose aún cuando la cocción haya finalizado.

15. Los huevos frescos y huevos hervidos enteros no deberán calentarse en hornos microondas ya que pueden explotar, aún después que se haya terminado de calentar en el microondas.
16. Mantenga la cubierta de guía de microondas limpia en todo momento. Limpie el interior del horno con un paño húmedo suave después de cada uso. Si deja grasa en cualquier parte del interior se puede sobrecalentar, ocasionar humo e incluso prenderse fuego la próxima vez que use el horno.
17. Nunca caliente aceite o grasa para freír ya que no puede controlar la temperatura y puede causar un sobrecalentamiento y fuego.
18. Los líquidos, como por ejemplo agua, café o té pueden sobrecalentarse superando el punto de ebullición sin aparentemente estar hirviendo debido a la tensión de la superficie del líquido. Que esté hirviendo o un burbujeo puede no ser visible cuando retira el recipiente del horno microondas. **ESTO PUEDE HACER QUE LÍQUIDOS MUY CALIENTES HIERVAN REPENTINAMENTE CUANDO SE COLOCA EN EL LÍQUIDO UNA CUCHARA U**

OTRO UTENSILIO.

Para reducir el riesgo de daño a personas:

- a) No sobrecaliente el líquido.
 - b) Remueva el líquido tanto antes como a la mitad de tiempo que piensa calentarlo.
 - c) No use recipientes con lados planos y cuellos angostos.
 - d) Después de calentar, permita que el recipiente repose en el horno microondas durante un período corto de tiempo antes de retirarlo.
 - e) Tenga extremo cuidado cuando coloque una cuchara u otro utensilio en el recipiente.
19. Esta unidad no debe ser utilizada por personas (incluyendo niños) con capacidad física, sensorial o mental reducida, o con falta de experiencia o conocimiento, a menos que una persona responsable de su seguridad les brinde la supervisión e instrucciones sobre el uso de la unidad.
20. Utilice solo utensilios que sean adecuados para su uso en hornos microondas.
21. El calentamiento de las bebidas por microondas puede provocar una ebullición eruptiva retrasada, por lo tanto, se debe tener cuidado al manipular el recipiente.

22. Este electrodoméstico está diseñado para usarse en aplicaciones domésticas y similares, como:
- áreas de cocina del personal en tiendas, oficinas y otros entornos de trabajo;
 - casas de campo;
 - por clientes en hoteles, moteles y otros entornos de tipo residencial;
 - ambientes tipo cama y desayuno.
23. No se permiten recipientes metálicos para alimentos y bebidas durante la cocción con microondas.
24. El horno microondas está destinado a calentar alimentos y bebidas. El secado de alimentos o ropa y el calentamiento de almohadillas térmicas, pantuflas, esponjas, trapos húmedos y similares pueden provocar riesgos de lesiones, ignición o incendio.
25. El aparato no debe limpiarse con un limpiador a vapor.
26. La instrucción indicará que los aparatos no están destinados a ser operados por medio de un temporizador externo o un sistema de control remoto separado.

GUARDA ESTAS INSTRUCCIONES

INSTRUCCIONES PARA CONEXIÓN A TIERRA

Este aparato debe estar conectado a tierra. En el caso de un cortocircuito eléctrico, la conexión a tierra reduce el riesgo de descarga eléctrica al proporcionar un cable de escape para la corriente eléctrica. Este aparato está equipado con un cable que tiene un cable de tierra con un enchufe de tierra. El enchufe debe estar enchufado a un tomacorriente que esté correctamente instalado y conectado a tierra.

ADVERTENCIA: El uso incorrecto del enchufe de tierra puede provocar un riesgo de descarga eléctrica. Consulte a un electricista o técnico calificado si las instrucciones de conexión a tierra no se entienden completamente, o si existen dudas sobre si el electrodoméstico está correctamente conectado a tierra.

Si es necesario usar un cable de extensión, use solo un cable de extensión de 3 hilos que tenga un enchufe de tierra de 3 clavijas, y un receptáculo de 3 ranuras que aceptará el enchufe del aparato. La clasificación marcada del cable de extensión debe ser igual o mayor que la clasificación eléctrica del aparato.

IMPORTANTE: Los colores de los cables de red de distribución eléctrica para este aparato tienen el siguiente código:

Verde y amarillo: Conexión a tierra. Azul: Neutro

Marrón: Línea

Como los colores de los cables de la red eléctrica de este aparato pueden no corresponder con los colores de clasificación que identifican los terminales en su enchufe, proceda de la siguiente manera: El cable de color verde y amarillo debe conectarse al terminal en el enchufe que está marcado con la letra "E" o con el símbolo de conexión a tierra o de color verde y amarillo, o verde. El cable de color azul debe conectarse al terminal que está marcado con la letra "N" o de color negro, o azul. El cable de color marrón debe conectarse al terminal que está marcado con la letra "L" o de color rojo, o marrón.

ADVERTENCIA: ESTE APARATO DEBE TENER CONEXIÓN A TIERRA.

INSTALACIÓN

1. Ventilación

No bloquee las rejillas de ventilación. Si se bloquean durante la operación, el horno puede sobrecalentarse y eventualmente causar una falla. Para una ventilación adecuada, deje más de 76 mm de espacio entre los lados del horno, la parte trasera y la altura mínima de espacio libre necesaria sobre la superficie superior del horno es de 150 mm.

2. Coloque el horno sobre una superficie plana y firme.

3. Deje espacio atrás y de lado

Todas las salidas de aire deben mantenerse libres. Si todas las ventilaciones están cubiertas durante la operación, el horno puede sobrecalentarse y, eventualmente, fallar el horno.

4. Si el horno está ubicado cerca de un aparato de TV o radio podrían ocurrir interferencias. Coloque el horno tan alejado de estos aparatos como sea posible.

5. Instale la unidad lejos de aparatos calefactores y grifos. Mantenga el horno alejado de aire caliente, vapor o salpicaduras cuando elija un lugar donde colocarlo, o el aislamiento podrá verse afectado y podrían surgir averías.

6. Suministro de energía

Revise su fuente de alimentación local. Este horno necesita una corriente de aproximadamente 6 amperios, 230V y 50Hz.

El cable de alimentación mide aproximadamente 1 metro.

El voltaje usado debe ser el mismo que se especifica en este horno. El uso de un voltaje superior puede ocasionar un incendio u otro accidente causando daño al horno. El uso de un voltaje inferior la cocción será más lenta. No nos hacemos responsables por los daños que resulten del uso de este horno con un voltaje que no sea el especificado.

Si el cable de alimentación está dañado, deberá ser reemplazado por el fabricante, su agente autorizado o un técnico capacitado para evitar riesgos.

7. Cómo examinar su horno microondas después de desembalarlo.

Saque el horno de la caja, retire todo el material de embalaje, y examínelo para asegurarse que no tenga ningún daño como por ejemplo una puerta rota, una abolladura en el interior del horno, bisagras o seguros rotos o sueltos. No retire el film del interior de la puerta. Si el horno está dañado NO REALICE LA INSTALACIÓN, y notifique al distribuidor inmediatamente.

8. No opere el horno si está más frío que la temperatura ambiente.

(Esto puede ocurrir durante la entrega en clima frío). Permita que el horno alcance la temperatura ambiente antes de operar.

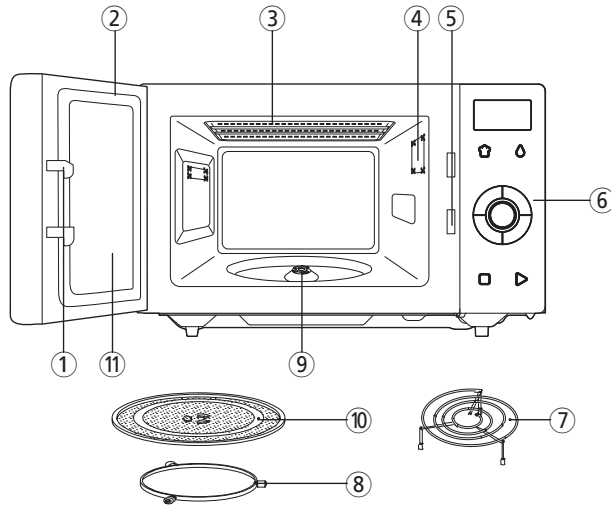
9. Antes de usar

El elemento de Parrilla está cubierta con un recubrimiento para proteger la superficie y evitar daños durante el tránsito.

Cuando use el horno con la función de Parrilla al principio, este recubrimiento se puede quemar, generar olor desagradable y un poco de humo.

Por lo tanto, se recomienda hervir 200cc de agua con la función de parrilla por 10 minutos para quemar este recubrimiento por adelantado antes de usar el horno.

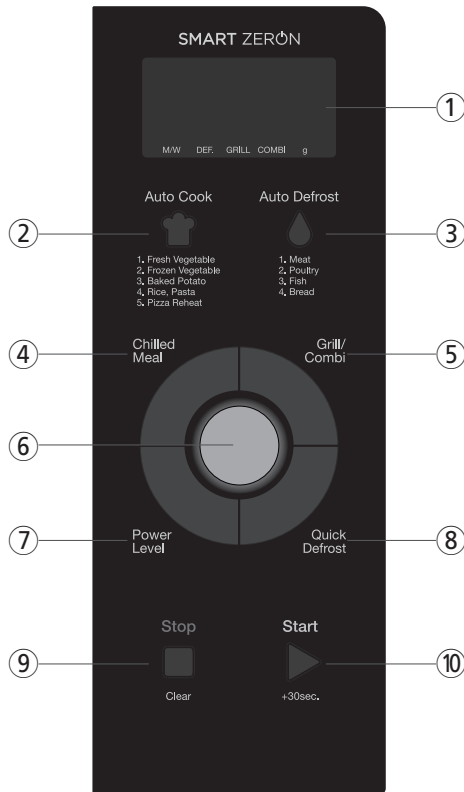
DIAGRAMA DE CARACTERÍSTICAS



- ① **Seguro de la Puerta** - Cuando la puerta se cierre el horno automáticamente se cerrará. Si la puerta se abre durante el funcionamiento, el magnetrón automáticamente se apagará.
- ② **Burlete de la Puerta** - Las superficies del burlete de la puerta evitan que las microondas se escapen del interior del horno.
- ③ **Reflector (calentador aislante)**
- ④ **Lámpara del Horno** - Se enciende automáticamente durante el funcionamiento del horno.
- ⑤ **Sistema de Bloqueo de Seguridad**
- ⑥ **Panel de Control**
- ⑦ **Rack de Metal**
- ⑧ **Montaje de Aro de la Bandeja Giratoria** - Debe siempre utilizarlo para cocinar junto con la bandeja de vidrio.
- ⑨ **Acoplador** - Encaja en el eje del centro de la base del interior del horno. Debe permanecer en el horno durante toda la cocción.
- ⑩ **Bandeja de Vidrio** - Fabricada en vidrio especial resistente al calor. La bandeja debe estar siempre correctamente colocada antes de poner en funcionamiento la unidad. No cocine los alimentos directamente sobre la bandeja.
- ⑪ **Pantalla de Observación** - Le permite ver los alimentos. La pantalla está diseñada de forma tal que las microondas no pueden pasar a través de la misma.

DIAGRAMA DE CARACTERÍSTICAS

(continuado)



- ① **Pantalla** - Muestra información sobre la cocción, como el tiempo de cocción, el nivel de potencia, el peso de los alimentos, etc.
- ② **Auto Cook** - Presione este botón para seleccionar el menú Cocción automática.
- ③ **Auto Defrost** - Presione este botón para seleccionar el menú Descongelación automática.
- ④ **Chilled Meal** - Presione este botón para recalentar la comida fría.
- ⑤ **Grill / Combi** - Presione este botón para seleccionar la función Grill / Combi.
- ⑥ **Mando giratorio** - Se usa para configurar el tiempo y el peso.
- ⑦ **Power Level** - Presione este botón para establecer el nivel de potencia.
- ⑧ **Quick Defrost** - Presione este botón para descongelar alimentos muy rápidamente.
- ⑨ **Stop/Clear** - Presione este botón para detener el funcionamiento del horno o borrar todas las entradas.
- ⑩ **Start / + 30sec.** - Presione este botón para iniciar el funcionamiento del horno o agregue 30 segundos al tiempo de cocción en la función + 30 seg.

PROCEDIMIENTOS DE OPERACIÓN

Esta sección incluye información útil sobre el funcionamiento del horno.

1. Enchúfe el cable de alimentación a una toma de corriente de 230V 50Hz.
 2. Después de colocar la comida en un recipiente adecuado, abra la puerta del horno y colóquela en la bandeja de vidrio.
La bandeja de vidrio y la guía de rodillos deben estar siempre en su lugar durante la cocción.
 3. Cierre la puerta. Asegúrese de que esté bien cerrado.
 4. Configure el programa y la hora requeridos, luego presione Start.
 5. Una vez que la cocción esté completa, tenga cuidado de retirar el recipiente ya que estará caliente.
- 1 La luz del horno está encendida solo cuando el horno de microondas está funcionando.
 - 2 La puerta del horno se puede abrir en cualquier momento durante el funcionamiento abriendo la puerta. El horno se apagará automáticamente.
 - 3 Cada vez que se presiona un botón, sonará un pitido para reconocer el toque.
 - 4 El horno cocina automáticamente a plena potencia a menos que se configure en un nivel de potencia más bajo.
 - 5 La pantalla no mostrará nada aunque el horno esté enchufado. Cuando abre la puerta, la pantalla se enciende y suena un pitido.
 - 6 La pantalla volverá al "End" cuando finalice el tiempo de cocción.
 - 7 Cuando se presiona el botón Stop / Clear durante el funcionamiento del horno, el horno deja de cocinar y se retiene toda la información. Para borrar toda la información presione el botón Stop / Clear una vez más. Si se abre la puerta del horno durante el funcionamiento del horno, se retiene toda la información.

- 8 Si se presiona el botón Start y el horno no funciona, verifique que no haya obstrucciones en el área entre la puerta y el sello de la puerta y asegúrese de que la puerta está cerrada de forma segura. El horno no comenzará a cocinar hasta que la puerta esté completamente cerrada o el programa se haya reiniciado.

Asegúrese que el horno esté adecuadamente instalado y enchufado en la toma de corriente.

TABLA DE SALIDA DE VATIAGE

- El nivel de potencia se ajusta oprimiendo la Tecla de Potencia del Microondas. La Tabla muestra el visor, el nivel de potencia y el porcentaje de potencia.

OPRIMA LA TECLA DE POTENCIA POWER	PORCENTAJE DE POTENCIA APROXIMADO	NIVEL DE POTENCIA (VISOR)
1 vez	100%	P-HI
2 veces	90%	P-90
3	80%	P-80
4	70%	P-70
5	60%	P-60
6	50%	P-50
7	40%	P-40
8	30%	P-30
9	20%	P-20
10	10%	P-10
11	0%	P-00

ZERO STAND-BY - CÓMO FUNCIONA

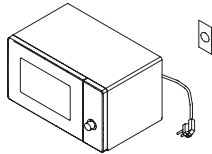
¿Qué es el Stand-by power...

Este horno tiene una característica especial que puede reducir el consumo de energía en espera al no desenchufarlo o apagarlo por completo.

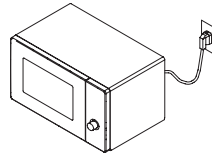
El horno se apagará automáticamente cuando no esté en uso durante 2 minutos después de terminar de trabajar. Aunque el horno siempre esté enchufado, no consume energía en modo de ahorro de energía. Cuando un usuario abre la puerta una vez, el horno se despierta del modo de ahorro de energía y se prepara para trabajar.

Stand-by power se refiere a la energía eléctrica que consumen los aparatos electrónicos y eléctricos mientras están apagados o en stand-by mode.

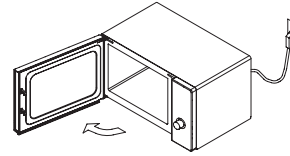
Cómo encender el horno al principio ...



1. Ahora desconectado.

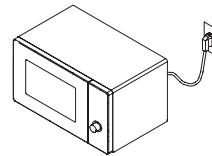


2. Conecte su cable de alimentación a una toma de corriente, pero su pantalla no se encenderá.

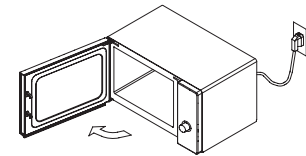


3. Abra la puerta para usar el horno y luego su pantalla se encenderá.

Cómo encender el horno después de terminar su función



1. El horno se apagará automáticamente cuando no esté en uso durante 2 minutos después de terminar su función.



2. Abra la puerta para usar el horno, y luego su pantalla se encenderá.

CONTROLS

COCINAR CON MICROONDAS

Esta característica le permite cocinar alimentos con energía de microondas. Puede cambiar el nivel de potencia de microondas del 100% al 0%.

Power

1. Ponga la comida en el horno y cierre la puerta.
2. Presione el botón Power Level para seleccionar el nivel de potencia deseado.

NOTA: Si se omite este paso, el horno cocinará a plena potencia.

3. Gire el mando giratorio para configurar el tiempo de cocción.

NOTA: Puede configurar el tiempo de cocción de 10 segundos a 60 minutos.

Start

4. Presione el botón Start.
Cuando termine el tiempo de cocción, escuchará 3 pitidos.

NOTA: El uso de niveles de potencia más bajos aumenta el tiempo de cocción, que se recomienda para alimentos como queso, leche y cocción lenta de carnes.

+30 sec

30 sec le permite recalentar durante 30 segundos a plena potencia simplemente presionando el botón +30 sec.

Al presionar repetidamente el botón +30 sec, también puede extender el tiempo de recalentamiento a 5 minutos en incrementos de 30 segundos.

Start/+30sec

1. Presione el botón + 30 sec.
Cuando presiona el botón + 30 sec, se muestra ": 30" y el horno comienza a recalentarse.

AUTO COOK

AUTO COOK le permite cocinar sus comidas favoritas.

1. Ponga la comida en el horno y cierre la puerta.

AUTO COOK

2. Presione el botón Auto Cook para seleccionar el menú Auto Cook deseado.

3. Gire el mando giratorio para ajustar el peso de los alimentos.

Start

4. Presione el botón Start.
Cuando termine el tiempo de cocción, escuchará 3 pitidos.

[Tabla de COCCIÓN AUTOMÁTICA AUTO COOK]

Presiona el botón	Menú de cocción automática	Monitor	Peso	Direcciones
Una vez	Vegetal Fresco	AC-1	200g~400g	Recorte y lave las verduras mixtas. Colóquelos en el plato redondo. Añada a 2 cucharadas de agua y cubra con una envoltura.
Dos veces	Vegetal Congelado	AC-2	200g~400g	Coloque las verduras en el plato redondo. Añada a 2 cucharadas de agua y cubra con una envoltura.
3 Veces	Patata al horno	AC-3	1~3ea	Elija patatas medianas 200 ~ 250 g. lave y perfore las patata con un tenedor. Colóquelos en el plato giratorio.

Presiona el botón	Menú de cocción automática	Monitor	Peso	Direcciones															
4 Veces	Arroz/Pasta	AC-4	100g~300g	<p>Lave el arroz, Escurre el agua. Coloque el arroz y el agua hirviendo con 1/4 a 1 cucharadita de sal en un recipiente hondo y grande.</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>peso</th> <th>100g</th> <th>200g</th> <th>300g</th> <th>cubrir</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>agua</td> <td>arroz 180ml</td> <td>330ml</td> <td>480ml</td> <td>o</td> </tr> <tr> <td></td> <td>pasta 400ml</td> <td>800ml</td> <td>1200ml</td> <td>x</td> </tr> </tbody> </table> <p>* Arroz: después de cocinar, déjelo cubierto durante 5 minutos hasta que el agua se absorba. * Pasta: durante la cocción, revuelva varias veces. Después de cocinar, deje reposar 1 o 2 minutos con la tapa. Enjuague la pasta con agua fría.</p>	peso	100g	200g	300g	cubrir	agua	arroz 180ml	330ml	480ml	o		pasta 400ml	800ml	1200ml	x
peso	100g	200g	300g	cubrir															
agua	arroz 180ml	330ml	480ml	o															
	pasta 400ml	800ml	1200ml	x															
5 Veces	Recalentamiento de pizza	AC-5	1~3 piezas	<ul style="list-style-type: none"> • Use sólo alimentos refrigerados. • Coloque la pizza en un plato apto para microondas con el extremo ancho de la rebanada hacia el borde exterior del plato. • No permita que las rodajas se superpongan. No cubrir. • Antes de servir, deje reposar 1 ~ 2min. 															

AUTO DEFROST

Esta característica le permite descongelar alimentos.

Auto Defrost

Start

1. Ponga la comida en el horno y cierre la puerta.
2. Presione el botón Auto Defrost para seleccionar el menú de descongelación deseado.
3. Gire el mando giratorio para ajustar el peso de los alimentos.
4. Presione el botón Start.
El horno emite un pitido durante el ciclo de descongelación para indicar que la comida necesita darse vuelta o ser reorganizada. Cuando finalice el tiempo de descongelación, escuchará 3 pitidos.

[Tabla de descongelación automática]

Presiona el botón	Menú de descongelamiento automático	Monitor	Peso	Direcciones
Una vez	Carne	Ad-1	100g~1500g	<ul style="list-style-type: none"> • Carne picada, filete, cubos para bistec, solomillo, asado de ternera, lomo asado, hamburguesa de ternera, chuletas de cordero, asado, salchicha, chuletas (2 cm). • De la vuelta de la comida cuando suene el pitido. • Después de descongelar, deje reposar durante 5-15 minutos.
Dos veces	Aves de corral	Ad-2	100g~1500g	<ul style="list-style-type: none"> • Pollo entero, patas, pechugas, pechugas de pavo. • De la vuelta de la comida cuando suene el pitido. • Después de descongelar, deje reposar durante 20-30 minutos.
3 veces	Pez	Ad-3	100g~800g	<ul style="list-style-type: none"> • Filetes, bistecs, pescado entero, mariscos. • De la vuelta de la comida cuando suene el pitido. • Después de descongelar, deje reposar durante 10-20 minutos.
4 veces	Pan	Ad-4	100g~500g	<ul style="list-style-type: none"> • Pan rebanado, bollos, baguette, etc. • De la vuelta de la comida cuando suene el pitido. • Después de descongelar, deje reposar durante 1-2 minutos.

QUICK DEFROST

Esta característica le permite descongelar carne muy rápidamente.

Quick Defrost

1. Ponga la comida en el horno y cierre la puerta.
2. Presione el botón Quick Defrost.
3. Gire el mando giratorio para ajustar el peso de los alimentos.

Start

4. Presione el botón Start.
El horno emite un pitido durante el ciclo de descongelación para indicar que la comida necesita darse vuelta o ser reorganizada. Cuando finalice el tiempo de descongelación, escuchará 3 pitidos.

Numero	Menú de descongelación rápida	Monitor	Peso	Direcciones
1	Carne	0	100g ~ 1000g	<ul style="list-style-type: none"> • El microondas tiene una función de descongelación rápida que le permite descongelar solo CARNE. • Voltee la comida cuando suene el pitido. • Después de descongelar, dejar reposar durante 5-15 minutos.

CHILLED MEAL

1. Ponga la comida en el horno y cierre la puerta.

Chilled Meal

2. Presione el botón Chilled Meal para seleccionar el peso de los alimentos.

Start

3. Presione el botón Start.
Cuando finalice el horario de trabajo, escuchará 3 pitidos.

[Tabla de comida refrigerada]

Presiona el botón	Comida refrigerada	Monitor	Temperatura de comida	Direcciones
Una vez	300g	300	Refrigerada	Perfore con un pincho en la superficie. Coloque la comida en el plato giratorio de vidrio. Después de cocinar, deje reposar durante 2-3 minutos antes de servir. - Agitable, por ejemplo: espagueti a la boloñesa, estofado de ternera - No agitable, por ejemplo: lasaña, pastel de carne Nota Para los alimentos contenidos en la (s) bolsa (s), perfore la porción de carne y las porciones de arroz / pasta, etc. - Para alimentos agitables, revuelva con el pitido. - Alimentos no agitables, no es necesario revolverlos con el pitido.
Dos veces	400g	400		
3 veces	500g	500		

GRILL

Este horno tiene modo de cocción Grill. Esta característica le permite dorar y tostar los alimentos rápidamente.

1. Ponga la comida en el horno y cierre la puerta.

Grill/Combi

2. Presione el botón Grill / Combi una vez.

3. Gire el mando giratorio para configurar el tiempo de cocción.

NOTA: Puede configurar el tiempo de cocción de 10 segundos a 30 minutos.

Start

4. Presione el botón Start.
Cuando termine el tiempo de cocción, escuchará 3 pitidos.

COMBI

Este horno tiene modo de cocción combinado. Esta característica le permite cocinar alimentos rápidamente con energía de calentador y microondas.

1. Ponga la comida en el horno y cierre la puerta.

Grill/Combi

2. Presione el botón Grill / Combi dos veces.

3. Gire el mando giratorio para configurar el tiempo de cocción.

NOTA: Puede configurar el tiempo de cocción de 10 segundos a 60 minutos.

Start

4. Presione el botón Start.
Cuando termine el tiempo de cocción, escuchará 3 pitidos.

CÓMO DETENER EL HORNO MIENTRAS ESTÁ EN FUNCIONAMIENTO

1. Oprima la tecla de detener/borrar STOP/CLEAR.
 - Puede volver a hacer funcionar el horno oprimiendo la tecla de inicio START.
 - Oprima la tecla STOP/CLEAR una vez más para borrar todas las instrucciones.
 - Debe poner nuevas instrucciones.
2. Abra la puerta.
 - Puede volver a hacer funcionar el horno cerrando la puerta y oprimiendo la tecla de inicio START.

NOTA: El horno deja de funcionar cuando se abre la puerta.

Advertencia -

Si ve que se arquea, oprima la tecla de detener/borrar STOP/CLEAR y corrija el problema.

El arqueado es el término en el área de microondas para chispas en el horno.

El arqueado lo ocasiona lo siguiente:

- a) Que un metal o lámina de aluminio esté tocando un lado del horno.
- b) El papel no está moldeado a los alimentos (los bordes dados vueltas hacia arriba actúan como antenas).
- c) Metal, como precintos de metal, pinchos para aves, o platos con adornos dorados, en el microondas.
- d) Está usando en el microondas toallas de papel reciclado conteniendo pequeñas piezas de metal.

CUIDADO Y LIMPIEZA

Aunque su horno está provisto con características de seguridad, es importante tener en cuenta lo siguiente:

1. Es importante no anular o alterar los bloqueos de seguridad.
2. No coloque ningún objeto entre la parte frontal del horno y la puerta ni permita que se acumule residuos en las superficies de cierre. Limpie el área de cierre con frecuencia con un detergente suave, enjuague y seque. Nunca use polvos abrasivos o esponjas.
3. Cuando esté abierta, no se debe ejercer presiones en la puerta. Por ejemplo, un niño colgado de una puerta abierta o cualquier peso podría hacer que el horno se vuelque hacia adelante y ocasionar daños y también averiar la puerta. No haga funcionar el horno si está dañado hasta que haya sido reparado por un técnico de servicio capacitado. Es importante que el horno se cierre de forma correcta y que no haya daño en:
 - Puerta (abolladura).
 - Bisagras y seguros (rotos o sueltos).
 - Burletes de la puerta y superficies de cierre.
4. El horno no deberá ser ajustado o reparado por nadie excepto un técnico de servicio capacitado.
5. El horno deberá limpiarse con regularidad y deberá retirarse del mismo cualquier depósito de comida.
6. De no mantener el horno en condiciones óptimas de limpieza podría deteriorarse la superficie lo que podría afectar a la vida útil del aparato y posiblemente dar lugar a una situación peligrosa.

ELIMINACIÓN DE LOS EQUIPOS ELÉCTRICOS Y ELECTRÓNICOS USADOS

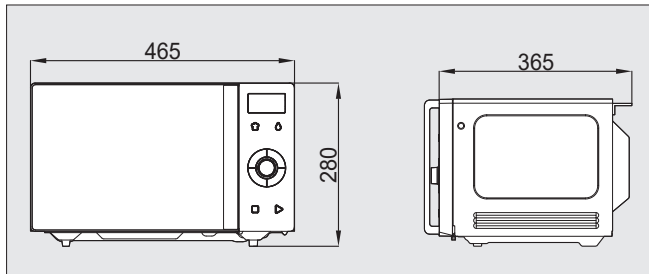


El significado del símbolo en el producto, sus accesorios o el embalaje indica que este producto no deberá tratarse como desperdicio doméstico. Por favor, elimine este producto de acuerdo con el sistema de recolección para el reciclaje de desperdicios eléctricos y electrónicos aplicable a su zona. En la Unión Europea y otros países europeos hay sistemas de recolección por separado para productos eléctricos y electrónicos usados. Al asegurar la correcta eliminación de este producto, ayudará a prevenir potenciales peligros para el medio ambiente y la salud humana, que de otra manera podrían ocasionar el manejo de desperdicios no adecuado de este producto. El reciclaje de materiales ayudará a conservar los recursos naturales. Por lo tanto, por favor no elimine sus viejos equipos eléctricos y electrónicos junto con sus desperdicios domésticos. Por información más detallada sobre el reciclaje de este producto, por favor póngase en contacto con la oficina municipal de su ciudad, el servicio de eliminación de desperdicios domésticos o el comercio donde adquirió el producto.

ESPECIFICACIONES

SUMINISTRO DE CORRIENTE		230V ~ 50Hz, fase sencilla con conexión a tierra
CONSUMO DE ENERGÍA	MICROONDAS	1200 W
	GRILL	1050 W
	COMBINADO	2200 W
POTENCIA DE SALIDA DE MICROONDAS		800 W
FRECUENCIA DE MICROONDAS		2450 MHz
DIMENSIONES EXTERIORES (WXHxD)		465 X 280 X 365 mm
DIMENSIONES INTERIORES (WXHxD)		314 X 201 X 329 mm
PESO NETO		APPROX. 13.3 Kg
TEMPORIZADOR		60 min.
SELECCIONES DE POTENCIA		10 niveles
VOLUMEN		23 L

* Las especificaciones están sujetas a cambio sin previo aviso



ANTES DE SOLICITAR SERVICIO

A menudo puede corregir usted mismo los problemas de funcionamiento.

Si el horno microondas/grill no funciona correctamente, ubique dónde se encuentra el problema en la tabla siguiente e intente las soluciones marcadas para cada problema.

Si su horno microondas/grill aún no funciona correctamente póngase en contacto con su Centro de Servicio más cercano.

Nota:

Es normal que haya vapor alrededor de la puerta durante el ciclo de cocción. La puerta no cierra el interior del horno completamente sino que su diseño especial contribuye a la total seguridad del aparato.

Aviso:

1. No intente hacer funcionar el horno cuando esté vacío ya que podría dañarlo.
2. Hay una abertura de escape ubicada en la parte posterior del horno. Instale la unidad de modo que la salida no quede bloqueada.

Si el horno microondas/grill aún no funciona correctamente póngase en contacto con su Centro de Servicio más cercano.

PROBLEMA	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
El horno no enciende	X	X	X	X											
Arcos eléctricos o chispas					X	X									
Alimentos cocidos no uniformemente					X		X	X	X						
Alimentos cocidos en exceso												X			
Alimentos no totalmente cocidos					X					X	X	X			
Descongelado incorrecto					X		X	X		X					X

SOLUCIÓN	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
¿Presionó la tecla de inicio?															
¿El cable de corriente está correctamente conectado?															
¿Está la puerta cerrada?															
Ajuste el tiempo de cocción.															
Use solamente utensilios de cocina aptos para microondas.															
No haga funcionar el horno vacío.															
Utilice la bandeja del microondas.															
Remueva o dé vuelta a los alimentos.															
Descongele completamente los alimentos.															
Gire el dial correctamente / Oprima las teclas de función correctas.															
Revise que las partes de ventilación del horno no estén bloqueadas.															
Realice el "descongelado manual" durante 10 minutos.															

PREGUNTAS Y RESPUESTAS

* **P:** **Accidentalmente hice funcionar el horno microondas sin alimentos. ¿Se ha dañado?**

R: Hacer funcionar el horno microondas vacío por un período corto de tiempo no dañará el horno. Sin embargo, no es recomendable.

* **P:** **¿Puede usarse el horno microondas sin la bandeja de vidrio o sin el montaje del aro de la bandeja giratoria?**

R: No. Tanto la bandeja de vidrio como el montaje de aro de la bandeja giratoria deben colocarse siempre en el horno antes de iniciar la cocción.

* **P:** **¿Puedo abrir la puerta cuando el horno está en funcionamiento?**

R: La puerta puede abrirse en cualquier momento durante el proceso de cocción. La energía de microondas cesará instantáneamente y se mantendrá el ajuste de tiempo hasta que la puerta se cierre.

* **P:** **¿Por qué hay humedad en el horno microondas después de la cocción?**

R: La humedad a los lados de su horno microondas es normal. Es causada por el vapor de cocinar los alimentos al tocar la fría superficie el horno.

* **P:** **¿La energía de microondas pasa a través de la pantalla de observación en la puerta?**

R: No. La pantalla de metal rebota la energía al interior del horno. Los orificios permiten que la luz pase, pero no permiten que la energía de microondas los atraviese.

* **P:** **¿Por qué a veces los huevos explotan?**

R: Cuando esté cocinando o escalfando huevos, la yema podría explotar debido al vapor que se acumula dentro de la membrana de la yema. Para evitar esto, simplemente perfora la yema con un mondadientes antes de cocinarlo. Nunca cocine huevos sin antes perforar la cáscara.

* **P:** **¿Por qué se recomienda el tiempo de reposo después que el proceso de cocción haya finalizado?**

R: El tiempo de reposo es muy importante. Con la cocción de microondas, el calor está en los alimentos, no en el horno. Muchos alimentos acumulan suficiente calor interno para permitir que el proceso de cocción continúe, aún cuando los alimentos se hayan retirado del horno. El tiempo de reposo para trozos de carne, vegetales grandes y tortas es para permitir que el interior se cocine completamente, sin cocinar en exceso la parte exterior.

* **P:** **¿Qué significa "tiempo de reposo"?**

R: "Tiempo de reposo" significa que los alimentos deberían retirarse del horno y cubrirse un tiempo adicional para permitir que se terminen de cocinar. Esto deja libre el horno para continuar con otras cocciones.

* **P:** **¿Por qué mi horno no siempre cocina tan rápido como lo indica la guía de cocción en horno microondas?**

R: Revise nuevamente su guía de cocción para asegurarse que siguió las indicaciones exactamente, y para ver qué puede haber ocasionado variaciones en el tiempo de cocción. Los ajustes de calor y los tiempos de las guías de cocción son sugerencias para evitar cocer demasiado, el problema más común al acostumbrarse a un horno microondas. Dependiendo de las variaciones en el tamaño, forma y peso podría requerirse más tiempo de cocción. Use su sentido común junto con las sugerencias de la guía de cocción y revise si los alimentos están cocidos así como lo haría con una cocina convencional.

* **P:** **¿Se dañará el horno microondas si funciona estando vacío?**

R: Sí. Nunca lo haga funcionar vacío.

* **P:** **¿Puedo hacer funcionar el horno microondas sin la bandeja giratoria para sostener una fuente?**

R: No. Si quita la bandeja giratoria obtendrá pobres resultados de cocción. Los platos que use en su microondas deberán caber en la bandeja giratoria.

* **P:** **¿Es normal que la bandeja giratoria gire en cualquier dirección?**

R: Sí. La bandeja giratoria rota en sentido de las agujas del reloj así como en sentido contrario, dependiendo de la rotación del motor en el momento que el ciclo de cocción comience.

* **P:** **¿Puedo preparar palomitas de maíz en el horno microondas? ¿Cómo obtengo los mejores resultados?**

R: Sí. Prepare palomitas de maíz para microondas empaquetadas siguiendo las indicaciones del fabricante. No use bolsas de papel regulares. Intente la "prueba de sonido" y detenga el horno cuando escuche que los granos explotan cada uno o dos segundos. No intente volver a preparar los granos que no explotaron. No prepare palomitas usando utensilios de cocina de vidrio.

INSTRUCCIONES DE COCINA

Use solamente utensilios que son aptos para usar en horno microondas.

PRUEBA DE UTENSILIOS

Coloque el utensilio en cuestión al lado de un vaso lleno de agua en el horno microondas. Microondas a alta potencia durante 1-2 minutos.

Si el agua se calienta, pero el utensilio permanece frío, el utensilio es apto para microondas. Sin embargo, si el utensilio se calienta, las microondas son absorbidas por el utensilio y no debe estar en el horno de microondas. Probablemente tenga muchos artículos a mano en su cocina ahora mismo que se pueden usar como equipo de cocina en su horno de microondas. Lea la siguiente lista de verificación.

UTENSILIOS DE COCINA

Antes de poner en uso, el usuario deberá asegurarse que los utensilios sean aptos para usar en hornos de microondas.

Solamente función de microondas

Los utensilios y recipientes para cocción que se vayan a usar en un horno microondas deberán ser de un material que no funcione como barrera para la energía de microondas. Generalmente esto significa que debería cocinar en papel, plástico, vidrio o cerámica. Las cacerolas de metal reflejan la energía de microondas e inhiben la cocción, por lo que no deberían utilizarse.

Además del material, la forma del recipiente también debe tenerse en consideración. En las formas ovales/redondas se cocina más parejo. En los recipientes cuadrados o rectangulares los alimentos se pueden cocinar en exceso en los bordes porque ahí se absorbe más energía.

Con los recipientes llanos se obtienen los mejores resultados de cocción. Los utensilios de porcelana y cerámica son excelentes para usar en su horno microondas. La mayoría de los vidrios también son buenos. El vidrio de cristal de plomo se puede rajar por lo tanto no debería usarse. Los de plástico y papel también se pueden utilizar siempre que puedan soportar la temperatura de los alimentos calientes. Para cocinar solamente use plásticos que puedan soportar una temperatura por encima de los 120°C, como polipropileno y poliamida. Algunos materiales plásticos como la melanina se dañarán si se calientan en el microondas. Para averiguar si cierto recipiente es apto para microondas realice la siguiente prueba:

Coloque un recipiente vacío y un vaso de agua en el horno microondas. El agua es necesaria porque no se debe hacer funcionar el horno microondas vacío o solamente con recipientes vacíos. Permita que el horno funcione a potencia máxima durante un minuto. Un recipiente apto para usar en horno microondas estará apenas tibio.

Material	Cocción en Grill	Cocción en Microondas	Cocción combinada
Vidrio (general)	No	Sí (1)	No
Vidrio (resistente al calor)	Sí	Sí	Sí
Cerámica de vidrio y cerámica (resistente al calor)	Sí	Sí (1)	Sí (1)
Vajilla de barro cocido	Sí	Sí	Sí
Loza (resistente al calor)	Sí	Sí	Sí
Plástico (general)	No	Sí (2)	No
Plástico (resistente al calor)	Sí (2)	Sí (2)	Sí (2)
Papel de aluminio	Sí	Sí (3)	Sí
Bandejas de metal	Sí (4)	No	Sí (4)
Metal (ollas, cacerolas, etc.)	Sí	No	No
Papel	No	Sí	No

1. Sin partes de metal o adornos de metal.
2. Algunos plásticos son resistentes al calor solamente a ciertas temperaturas. ¡Preste atención!
3. Es posible usar papel de aluminio para cubrir las áreas delicadas de los alimentos (esto evita el exceso de cocción).
4. Las bandeja de metal se pueden utilizar en métodos de combinación, sin embargo si son muy profundas reducirán enormemente la eficacia ya que protege a los alimentos de la energía de microondas.
5. Use durante períodos cortos y para cubrir. Absorben el exceso de humedad cuando los alimentos se están entibiando. Preste especial atención ya que el sobrecalentamiento podría ocasionar un incendio en su horno. No use productos de papel reciclados como por ejemplo rollos de cocina a menos que se indique que están específicamente diseñados para usar en hornos de microondas. Estos productos contienen impurezas que pueden ocasionar chispas y/o fuego cuando se utilizan.

Los recipientes de metal como por ejemplo cacerolas o sartenes no deberían usarse en hornos microondas. Tampoco deben usarse platos o recipientes con adornos ya que partes de esos adornos pueden ser por ejemplo dorados y podrían dañarse. Pueden usarse pequeños trozos de papel de aluminio, pero solamente para revestir las áreas que podrían cocinarse demasiado (por ejemplo alitas de pollo, puntas de patitas y colas de pescado) pero el aluminio no debe tocar las paredes del horno ya que podría dañarlas.



Atención:

- Hay gran variedad de accesorios disponibles en el mercado. Antes de comprarlos, asegúrese que los mismos sean aptos para usar en horno microondas.
- Cuando coloque alimentos en el horno microondas, asegúrese que los alimentos, así como los soportes y las cubiertas de los mismos no estén en contacto directo con ninguna de las paredes internas o la parte superior del interior del horno porque se podrían manchar.

UTILICE SU HORNO DE MICROONDAS CON SEGURIDAD

Uso general

No intente vencer o alterar los enclavamientos de seguridad.

No coloque ningún objeto entre el marco frontal del horno y la puerta ni permita que se acumulen residuos en las superficies de sellado. Limpie con un detergente suave, enjuague y seque. Nunca use polvos o almohadillas abrasivas.

No someta la puerta del horno a tensión o peso, como un niño colgado de una puerta abierta.

Esto podría hacer que el horno se caiga hacia adelante, lo que le ocasionará lesiones y daños al horno.

No opere el horno si los sellos de la puerta o las superficies de sellado están dañados; o si la puerta está doblada; o si las bisagras están flojas o rotas.

No opere el horno vacío. Esto dañará el horno.

No intente secar ropa, periódicos u otros materiales en el horno. Pueden incendiarse.

No utilice productos de papel reciclado ya que pueden contener impurezas que pueden provocar chispas o incendios.

No golpee ni golpee el panel de control con objetos duros. Esto puede dañar el horno.

Comida

Nunca use su horno de microondas para hacer conservas caseras. El horno no está diseñado para el enlatado casero adecuado. Los alimentos enlatados incorrectamente pueden echarse a perder y ser peligrosos para su consumo.

Utilice siempre el tiempo mínimo de cocción de la receta. Es mejor cocinar poco en lugar de cocinar demasiado.

Los alimentos poco cocidos se pueden devolver al horno para cocinarse más. Si la comida se cocina demasiado, no se puede hacer nada.

Caliente pequeñas cantidades de alimentos o alimentos con poca humedad con cuidado. Estos pueden secarse rápidamente, quemarse o incendiarse.

No caliente los huevos en la cáscara. La presión puede acumularse y los huevos pueden explotar. Las patatas, las manzanas, las yemas de huevo y las salchichas son ejemplos de alimentos con piel no porosa.

Deben perforarse antes de cocinar para evitar estallar.

No intente freír en su horno de microondas.

Siempre permita un tiempo de reposo de al menos 20 segundos después de que el horno se haya apagado para permitir que la temperatura se nivele, revuelva durante el calentamiento, si es necesario, y SIEMPRE revuelva después del calentamiento. Para evitar la ebullición eruptiva y el posible escaldado, debe poner una cuchara o un palito de vidrio en las bebidas y remover antes, durante y después del calentamiento.

No deje el horno desatendido mientras haga palomitas de maíz.

No haga palomitas de maíz en una bolsa de papel a menos que sea el producto de palomitas de maíz de microondas preparado comercialmente.

Los granos pueden sobrecalentarse y encender una bolsa de papel marrón.

No coloque bolsas de palomitas de maíz para microondas empaquetadas directamente en la bandeja del horno. Coloque el paquete sobre una placa de vidrio o cerámica apta para microondas para evitar el sobrecalentamiento y la rotura de la bandeja del horno.

No exceda el tiempo sugerido por los fabricantes de palomitas de maíz para microondas.

Estallar más tiempo no produce más palomitas de maíz, pero puede provocar quemaduras, quemaduras de fuego. Recuerde, la bolsa y la bandeja de palomitas de maíz pueden estar demasiado calientes para manejar.

Retire con precaución y use agarradores.

Advertencia

*Si ve que se arquea, oprima la tecla de detener/borrar **STOP/CLEAR** y corrija el problema.*

El arqueo es el término en el área de microondas para chispas en el horno.

El arqueo lo ocasiona lo siguiente:

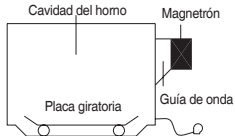
- Que un metal o lámina de aluminio esté tocando un lado del horno.
- El papel no está moldeado a los alimentos (los bordes dados vueltas hacia arriba actúan como antenas).
- Metal, como precintos de metal, pinchos para aves, o platos con adornos dorados, en el microondas.
- Está usando en el microondas toallas de papel reciclado conteniendo pequeñas piezas de metal.

PRINCIPIOS DE MICROONDAS

La energía de microondas se ha utilizado en este país para cocinar y recalentar alimentos desde los primeros experimentos con RADAR en la Segunda Guerra Mundial. Las microondas están presentes en la atmósfera todo el tiempo, tanto de forma natural como artificial. Las fuentes artificiales incluyen radar, radio, televisión, enlaces de telecomunicaciones y teléfonos para automóviles.

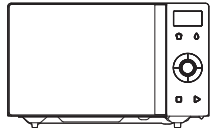
CÓMO LAS MICROONDAS COCEN LOS ALIMENTOS

El horno de microondas es un equipo ISM del Grupo 2 en el cual la energía de radiofrecuencia se genera intencionalmente y se usa en forma de radiación electromagnética para el tratamiento de material. Este horno es un equipo de Clase B adecuado para su uso en establecimientos domésticos y en establecimientos conectados directamente a una red de suministro de energía de bajo voltaje que abastece edificios utilizados para fines domésticos.



En un horno microondas, la electricidad se convierte en microondas por el MAGNETRON.

▶ REFLEXIÓN



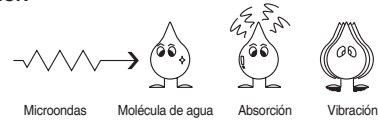
Las microondas rebotan en las paredes metálicas y la pantalla metálica de la puerta.

▶ TRANSMISIÓN



Luego pasan a través de los recipientes de cocción para ser absorbidos por las moléculas de agua en los alimentos, todos los alimentos contienen agua en mayor o menor medida.

▶ ABSORCIÓN



Las microondas hacen que las moléculas de agua vibren, lo que provoca FRICCIÓN, es decir, CALOR. Este calor luego cocina la comida. Las microondas también se sienten atraídas por las partículas de grasa y azúcar, y los alimentos ricos en estas se cocinarán más rápidamente. Las microondas solo pueden penetrar a una profundidad de 1½ a 2 pulgadas (4-5 cm) y, a medida que el calor se propaga a través de la comida por conducción, al igual que en un horno tradicional, la comida se cocina desde afuera hacia adentro.

TABLAS DE CONVERSIÓN

MEDIDAS DE PESO		MEDIDAS DE VOLUMEN		MEDIDAS DE CUCHARA	
15 g	½ oz.	30 ml	1 fl.oz.	1.25 ml	¼ tsp
25 g	1 oz.	100 ml	3 fl.oz.	2.5 ml	½ tsp
50 g	2 oz.	150 ml	5 fl.oz. (¼ pt)	5 ml	1 tsp
100 g	4 oz.	300 ml	10 fl.oz.	15 ml	1 tbsp
175 g	6 oz.	600 ml	20 fl.oz. (1pt)		
225 g	8 oz.				
450 g	1 g.				

MEDIDAS DE FLUIDOS		
1 Cup	= 8 fl.oz.	= 240 ml
1 Pint	= 16 fl.oz. (UK 20 fl.oz.)	= 480 ml (UK 560 ml)
1 Quart	= 32 fl.oz. (UK 40 fl.oz.)	= 960 ml (UK 1120 ml)
1 Gallon	= 128 fl.oz. (UK 160 fl.oz.)	= 3840 ml (UK 4500 ml)

TÉCNICAS DE COCINA

TIEMPO PERMANENTE

Alimentos densos, p. ej. carne, patatas horneadas y pasteles, requieren reposo tiempo (dentro o fuera del horno) después de cocinar, para permitir que el calor termine de conducir para cocinar el centro por completo. Envuelva las uniones de carne y patatas horneadas en papel de aluminio mientras está parado. Las carnes necesitan aprox. 10-15 minutos, Patatas horneadas 5 minutos. Otros alimentos como la comida en platos, verduras, pescado, etc. requieren de 2 a 5 minutos de reposo. Después de descongelar los alimentos, también debe permitirse el tiempo de reposo. Si la comida no se cocina después del tiempo de reposo, regrese al horno y cocine por tiempo adicional.

CONTENIDO DE HUMEDAD

Muchos alimentos frescos, p. ej. verduras y frutas, varían en su contenido de humedad durante toda la temporada, particularmente las Patatas asadas. Por esta razón, los tiempos de cocción puede que tengan que ser ajustados. Ingredientes secos, p. ej. el arroz y la pasta pueden secarse durante el almacenamiento, por lo que los tiempos de cocción pueden diferir.

DENSIDAD

Los alimentos porosos y aireados se calientan más rápidamente que los alimentos densos y pesados.

FILM TRANSPARENTE

Film transparente ayuda a mantener la humedad de alimentos y el vapor atrapado asiste en acelerar los tiempos de cocción. Perfore antes de cocinar para permitir que escape el exceso de vapor. Siempre tenga cuidado al retirar film transparente de un plato ya que el vapor acumulado estará muy caliente.

FORMA

Incluso las formas se cocinan de manera uniforme. Los alimentos se cocinan mejor por microondas cuando están en un recipiente redondo en lugar de cuadrado.

ESPACIADO

Los alimentos se cocinan más rápido y uniformemente si están separados. NUNCA apile los alimentos uno encima del otro.

TEMPERATURA DE ARRANQUE

Cuanto más fría es la comida, más tiempo tarda en calentarse. La comida de una nevera tarda más en recalentarse que la comida a temperatura ambiente.

LIQUIDOS

Todos los líquidos deben agitarse antes y durante el calentamiento. El agua especialmente debe removerse antes y durante el calentamiento, para evitar la erupción. No caliente líquidos que hayan sido previamente hervidos. No sobrecalentar.

VOLTEADO Y AGISTACIÓN

Algunos alimentos requieren revolverse durante la cocción. Las carnes y aves deben ser volteados a la mitad del tiempo de cocción.

ARREGLANDO

Alimentos individuales, p. ej. las porciones o chuletas de pollo deben colocarse en un plato de manera que las partes más gruesas estén hacia el exterior.

CANTIDAD

Pequeñas cantidades se cocinan más rápido que grandes cantidades, también las comidas pequeñas se calentarán más rápidamente que las porciones grandes.

PERFORACIÓN

La piel o la membrana de algunos alimentos harán que se acumule vapor durante la cocción. Se deben perforar estos alimentos o se debe despegar una tira de piel antes de cocinar para permitir que escape el vapor. Los huevos, patatas, manzanas, salchichas, etc., deberán perforarse antes de cocinarlos. NO INTENTE A HERVIR HUEVOS CON LA CÁSCARA.

CUBIERTA

Cubra los alimentos con film transparente para microondas o una tapa. Cubra pescado, verduras, guisos, sopas. No cubra pasteles, salsas, patatas o pastas.

GUÍA DE DESCONGELADO

- ▶ No descongele la carne cubierta. Si la cubre podría cocinarla. Siempre retire el envoltorio externo y la bandeja. Utilice solamente recipientes aptos para uso en horno microondas.
- ▶ Comience descongelando la carne de ave entera con la pechuga hacia abajo. Comience descongelando las carnes para asar con la grasa hacia abajo.
- ▶ La forma del paquete altera el tiempo de descongelado.
Las formas rectangulares finas se descongelan más rápidamente que un bloque ancho.
- ▶ Una vez que haya pasado 1/3 del tiempo de descongelado, revise los alimentos. Quizás desee darlos vuelta, separarlos, reacomodarlos o retirar las porciones descongeladas de los alimentos.
- ▶ Durante el descongelado, el horno le avisará que es momento de girar los alimentos. En este momento, abra la puerta del horno y revise los alimentos. Siga las técnicas que se mencionan a continuación para obtener los óptimos resultados al descongelar.
- ▶ Una vez descongelados, los alimentos deberían estar fríos, pero suaves en todas las áreas. Si aún siguen apenas cubiertos de hielo, vuelva a colocarlos en el horno microondas brevemente, o deje reposar durante unos minutos. Después de descongelar, permita que los alimentos reposen por 5-60 minutos si aún hay partes cubiertas de hielo.
- ▶ La carne de ave y pescados pueden colocarse debajo de agua fría hasta que se descongelen.
- ❖ **Dar vuelta:** Asados, costillas, aves enteras, pechugas de pavo, panchos, salchichas, filetes o chuletas.
- ❖ **Reacomodar:** Separe filetes, chuletas, hamburguesas empanadas, carne picada, trozos de pollo o mariscos, trozos de carne como carne de estofado.
- ❖ **Cubrir:** Use pequeñas tiras de papel de aluminio para proteger áreas delgadas o bordes de alimentos con formas desparejas tal como alas de pollo. Para evitar que se arqueen, no permita que el papel esté a menos de una pulgada de las paredes del horno o la puerta.
- ❖ **Retirar:** Para evitar que se cocinen, debería retirar del horno las porciones que ya se descongelaron. Esto podría acortar el tiempo de descongelado para alimentos que pesen menos de 3 libras (1350 g).

TABLA DE DESCONGELADO

ÍTEM & PESO	TIEMPO DE DESCONGELADO	TIEMPO DE REPOSO	TÉCNICAS ESPECIALES
CARNE DE RES Carne picada 1 lb./450g	8-10 min.	15-20 min.	Separe y retire las porciones descongeladas con un tenedor.
Carne de estofado 1 ½ lbs./675g	12-15 min.	25-30 min.	Separe y vuelva a acomodar una vez.
Frituras de carne 4(4oz./110g)	8-10 min.	15-20 min.	Dé vuelta una vez que haya transcurrido la mitad del tiempo.
CARNE DE CERDO Costillas con poca carne 1 lb./450g	7-9 min.	25-30 min.	Separe y vuelva a acomodar una vez.
Chuletas 4(5oz./125g)	8-10 min.	25-30 min.	Separe y dé vuelta una vez.
Cerdo picado 1 lb./450g	8-10 min.	15-20 min.	Separe y retire las porciones descongeladas con un tenedor.
CARNE DE AVE Pollo entero 2 ½ lbs./1125g	20-25 min.	45-90 min.	Dé vuelta una vez que haya transcurrido la mitad del tiempo. Cubra lo que sea necesario.
Pechugas de pollo 1 lbs./450g	8-11 min.	15-30 min.	Separe y vuelva a acomodar una vez.
Pollo para freír (en trozos) 2 lbs./900g	16-20 min.	25-30 min.	Separe y vuelva a acomodar una vez.
Muslos de pollo 1 ½ lbs./675g	12-16 min.	15-30 min.	Separe y vuelva a acomodar una vez.
PESCADO & MARISCOS Pescado entero 1 lb./450g	6-8 min.	15-20 min.	Dé vuelta una vez que haya transcurrido la mitad del tiempo. Cubra lo que sea necesario.
Filetes de pescado 1 ½ lb./675g	9-12 min.	15-20 min.	Separe y dé vuelta una vez.
Camarone ½ lb./225g	3-4 min.	15-20 min.	Separe y vuelva a acomodar una vez.

* Los tiempos son aproximados porque las temperaturas de los freezers pueden variar.

TABLA DE COCCIÓN Y CALENTAMIENTO

Carta de cocina

ÍTEM	NIVEL DE POTENCIA	TIEMPO DE COCCIÓN POR LB/450G	Instrucción especial
CARNE			
Ternera	- Poco hecho	P-80	6-8 min.
	- Al punto	P-80	7-9 min.
	- Bien hecho	P-80	9-11 min.
Cerdo		P-HI	10-13 min.
Bacon		P-HI	8-10 min.
AVE			
Pollo entero		P-HI	4-9 min.
Porciones de pollo		P-80	5-7 min.
Pecho (deshuesado)		P-80	6-8 min.
PESCADO FRESCO			
Filetes de pescado		P-HI	3-5 min.
Caballa entera, limpia y preparada		P-HI	3-5 min.
Trucha entera, limpia y preparada		P-HI	4-6 min.
Bifes de salmón		P-HI	4-6 min.
<p>NOTA: Los tiempos anteriores deben tomarse sólo como guía. Debe tener en cuenta las diferencias en los gustos y preferencias. Los tiempos podrán variar dependiendo de la forma, el corte y la composición de los alimentos</p> <p>La carne, las aves y el pescado congelados deben descongelarse completamente antes de cocinarlos.</p>			

TABLA DE VEGETALES

Use un cuenco de vidrio Pyrex con tapa. Agregue 30-45ml de agua (2-3 cucharadas) cada 250g a menos que se recomiende otra cantidad de agua - vea Tabla. Cocine cubierto por el tiempo mínimo - vea Tabla. Continúe cocinando para obtener el resultado que prefiera. Remueva una vez durante la cocción y una vez después que haya finalizado la misma. Agregue sal, hierbas o mantequilla después de cocinar. Cubra durante un tiempo de reposo de 3 minutos.

Consejo: Corte los vegetales frescos en trozos de tamaño uniforme. Cuanto más pequeños sean los cortes, más rápido se cocinarán.
Todos los vegetales deberían cocinarse usando potencia de microondas completa.

Guía de Cocción para Vegetales congelados

Vegetales	Peso	Tiempo	Comentarios
Espinaca	0.3 lb./125g	2-3 min	Agregue 15 ml(1 cucharada) de agua fría.
Brócoli	½ lb./250g	4-5½ min	Agregue 30 ml(2 cucharada) de agua fría.
Guisantes	½ lb./250g	4-5½ min	Agregue 15 ml(1 cucharada) de agua fría.
Judías Verdes	½ lb./250g	5-7 min	Agregue 30 ml(2 cucharada) de agua fría.
Menestra(zanahorias/guisantes/maiz)	½ lb./250g	4-5½ min	Agregue 15 ml(1 cucharada) de agua fría.
Menestra(estilo chino)	½ lb./250g	5-7 min	Agregue 15 ml(1 cucharada) de agua fría.

Guía de Cocción para Vegetales Frescos

Vegetales	Peso	Tiempo	Comentarios
Brócoli	½ lb./250g 1 lb./500g	4-5 min 7-8 min	Prepare los cogollos de tamaños parejos. Arregle que los tallos queden para el centro.
Coles de Bruselas	½ lb./250g	5-6 min	Agregue 60-75ml (5-6 cucharadas) de agua.
Zanahorias	½ lb./250g	4-5 min	Corte las zanahorias en rodajas de tamaño parejo.
Coliflor	½ lb./250g 1 lb./500g	4-5 min 7-8 min	Prepare los cogollos de tamaños parejos. Corte los cogollos grandes en mitades. Arregle que los tallos queden para el centro.
Calabacines	½ lb./250g	4-5 min	Corte los calabacines en mitades. Agregue 30ml (2 cucharadas) de agua o un trocito de mantequilla. Cocine hasta que estén apenas tiernos.
Berenjenas	½ lb./250g	4-5 min	Corte las berenjenas en rodajas pequeñas y rocíe con 1 cucharada de jugo de limón.
Puerros	½ lb./250g	4-5 min	Corte los puerros en rodajas gruesas.
Setas	0.3 lb./125g ½ lb./250g	2-3 min 4-6 min	Prepare setas enteros o en rodajas. No agregue agua. Rocíe jugo de limón. Condimente con sal y pimienta. Escorra antes de servir.
Cebollas	½ lb./250g	4-5 min	Corte las cebollas en rodajas o mitades. Agregue solamente 15ml (1 cucharada) de agua.
Pimientos morrones	½ lb./250g	4-6 min	Corte los pimientos morrones en rebanadas pequeñas.
Patatas	½ lb./250g 1 lb./500g	5-7 min 8-10 min	Pese las patatas peladas y córtelas en mitades o cuartos de tamaño similar.
Nabos	½ lb./250g	7-9 min	Corte los nabos en pequeños cubos.

RECETAS

Sopa de Tomate & Naranja

1 onza (25g) de mantequilla
1 cebolla mediana, cortada en trozos pequeños
1 zanahoria grande & 1 patata grande, cortadas en trozos pequeños
1 ¾ libras (800g) de tomates, cortados en trozos pequeños Jugo y cáscara rallada de 1 naranja pequeña
1 ½ pintas (900ml) de caldo de verdura caliente Sal y pimienta al gusto

Sopa de Cebolla Francesa

1 cebolla grande, a rodajas
1 cucharada (15ml) de aceite de maíz
2 onzas (50g) de harina
2 pintas (1,2 litros) de caldo de carne o verduras caliente
Sal y pimienta a gusto
2 cucharadas (30ml) de perejil picado
4 rebanadas gruesas de pan francés
2 onzas (50g) de queso rallado

1. Derrita la mantequilla en un cuenco grande a P-HI durante 30 segundos.
2. Agregue la cebolla, la zanahoria y la patata y cocine a P-HI durante 6 minutos. Remueva a la mitad de la cocción.
3. Agregue los tomates, el jugo de naranja, la cáscara de naranja y el caldo. Mezcle bien. Condimente con sal y pimienta a gusto. Cubra el cuenco y cocine a P-HI durante 18 minutos. Remueva 2-3 veces durante la cocción, hasta que los vegetales estén tiernos.
4. Pase por la licuadora y sirva inmediatamente.

1. Coloque la cebolla y el aceite en un cuenco, mezcle bien y cocine a P-HI durante 2 minutos.
2. Añada la harina para hacer una pasta y agregue el caldo gradualmente. Condimente y agregue el perejil.
3. Cubra el cuenco y cocine a P-70 durante 20 minutos.
4. Vierta la sopa en cuencos individuales, sumerja el pan y rocíe generosamente con el queso.
5. Cocine a P-70 durante 2 minutos, hasta que el queso se haya derretido.

Vegetales Salteados

1 cucharada (15ml) de aceite de girasol
2 cucharadas (30ml) de salsa de soja
1 cucharada (15ml) de jerez
1 pulgada (2,5cm) de raíz de jengibre, pelada y rallada fina
2 zanahorias medianas, cortadas en tiras finas
4 onzas (100g) de champiñones pequeños cortados en trozos pequeños
2 onzas (50g) de brotes de soja
4 onzas (100g) de judías verdes
1 pimienta roja, sin semillas y cortado en rodajas finas
4 cebollas riesmas, cortadas en trozos pequeños
4 onzas (100g) de castañas de agua, fileteadas Hojas de ¼ col china, finamente

- cortadas
1. Coloque el aceite, la salsa de soja, el jerez, el jengibre, el ajo y las zanahorias en un cuenco grande, y mezcle bien.
 2. Cubra y cocine a P-HI durante 5-6 minutos, removiendo una vez.
 3. Agregue los champiñones pequeños, los brotes de soja, las judías verdes, el pimienta roja, las cebollas tiernas, las castañas de agua y las hojas de col china. Mezcle bien.
 4. Cocine a P-HI durante 6-7 minutos, hasta que los vegetales estén tiernos. Mezcle 2-3 veces durante la cocción.

Los vegetales salteados son ideales para servir con carne o pescado.

Pollo a la Miel

4 pechugas de pollo deshuesadas
2 cucharadas (30ml) de miel líquida
1 cucharada (15ml) de mostaza en grano
½ cucharadita (2,5ml) de estragón seco
1 cucharada (15ml) de puré de tomate
¼ pinta (150ml) de caldo de pollo

1. Coloque las pechugas de pollo en una fuente de horno.
2. Mezcle el resto de los ingredientes todos juntos y vierta la mezcla sobre el pollo. Agregue sal y pimienta a gusto.
3. Cocine a P-HI durante 13-14 minutos. Reacomode y cubra el pollo con la salsa dos veces durante la cocción.

Queso Roquefort & Cebolletas Asados Envueltos

2 patatas (aproximadamente 9 onzas (250g) cada una)
2 onzas (50g) de mantequilla
4 onzas (100g) de queso Roquefort, cortado en trozos pequeños
1 cucharada (1ml) de cebolletas frescas, cortadas en trozos pequeños
2 onzas (50g) de setas, fileteadas
Sal y pimienta a gusto

1. Pinche cada patata en varios lugares. Cocine a P-HI durante 12-13 minutos. Corte en mitades y vacíelas en un cuenco, agregue la mantequilla, el queso, las cebolletas, las setas, sal y pimienta, y mezcle bien.
2. Coloque la mezcla en las cáscaras de las patatas y colóquelas en una bandeja.
3. Cocine a P-50 durante 10 minutos.

Salsa Blanca

1 onza (25g) de mantequilla
1 onza (25g) de harina
½ pinta (300ml) de leche
Sal y pimienta a gusto

1. Coloque la mantequilla en un cuenco y cocine a P-HI durante 30 segundos hasta que se derrita.
2. Agregue la harina y bata con la leche. Cocine a P-HI durante 4-5 minutos, removiendo cada 2 minutos hasta que quede espesa y suave. Condimente con sal y pimienta a gusto.

Mermelada de Fresas

1 ½ libras (675g) de fresas limpias
3 cucharadas (45ml) de jugo de limón
1 ½ libras (675g) de azúcar en polvo

1. Coloque las fresas y el jugo de limón en un cuenco bien grande, caliente a P-HI durante 5 minutos, o hasta que la fruta se haya suavizado. Agregue azúcar y mezcle bien.
2. Cocine a P-70 durante 30-35 minutos. Hasta que alcance el punto de fusión*, remueva cada 4-5 minutos.
3. Vierta sobre frascos limpios y calientes. Cubra, selle y etiquete.

** Punto de fusión: Para determinar el punto de fusión, coloque 1 cucharadita (5ml) de mermelada en un platillo frío. Permita que repose durante 1 minuto. Toque con cuidado la superficie de mermelada con un dedo, si la superficie se arruga se ha alcanzado el punto de fusión.*

Torta Sencilla para Microondas

4 onzas (100g) de margarina
4 onzas (100g) de azúcar
1 huevo
4 onzas (100) de harina
2-3 cucharadas (30-45ml) de leche

1. Cubra la base de una tortera de 8 pulgadas (20,4cm) con papel encerado o parafinado.
2. Bata juntas la margarina y el azúcar hasta que quede una crema suave y esponjosa. Bata los huevos e incorpore la harina alternando con la leche.
3. Vierta sobre la tortera. Cocine a P-HI durante 4-5 minutos, hasta que un pincho salga limpio.
4. Deje reposar la torta durante 5 minutos antes de desmoldarla.

Tortilla

½ onza (15g) de mantequilla
4 huevos
6 cucharadas (90ml) de leche
Sal y pimienta

1. Bata los huevos y la leche. Condimente.
2. Coloque la mantequilla en una fuente de 10 pulgadas (26 cm). Cocine a P-HI durante 30 segundos, hasta que se derrita. Cubra la fuente con la mantequilla derretida.
3. Vierta la mezcla de la tortilla en la fuente. Cocine a P-HI durante 2 minutos, remueva la mezcla y cocine nuevamente a P-HI durante 1 minuto.

Huevos Revueltos

½ onza (15g) de mantequilla
2 huevos
2 cucharadas (30ml) de leche
Sal y pimienta

1. Derrita la mantequilla en un cuenco a P-HI durante 30 segundos.
2. Agregue los huevos, la leche y condimente y mezcle bien.
3. Cocine a P-HI durante 3 minutos, removiendo cada 30 segundos.

Mezcla Sabrosa

1 cebolla pequeña, cortada en trozos pequeños
1 diente de ajo, machacado
1 cucharadita (5ml) de aceite
7 onzas (200g) de tomates cortados en trozos pequeños
1 cucharada (15ml) de puré de tomate
1 cucharadita (5ml) de hierbas aromáticas
8 onzas (225g) de carne picada
Sal y pimienta

1. Coloque la cebolla, el ajo y el aceite en una fuente de horno, y cocine a P-HI durante 2 minutos o hasta que esté suave.
2. Coloque todos los otros ingredientes en la fuente. Mezcle bien.
3. Cubra y cocine a P-HI durante 5 minutos y luego a P-50 durante 10-15 minutos o hasta que la carne esté cocida.