



*Thinking of you*  
**Electrolux**



EMS171750  
EMS171760

**EN** MICROWAVE OVEN  
**SV** MIKROVÅGSUGN  
**FI** MIKROAALTOUUNI  
**NO** MIKROBØLGEOVN  
**DA** MIKROBØLGEOVN

USER MANUAL 2  
ANVÄNDARMANUAL 29  
KÄYTTÖOHJE 56  
BRUKERHÅNDBOK 83  
BRUGERVEJLEDNING 110



## CONTENTS

SAFETY INFORMATION . . . . .	3
PRODUCT DESCRIPTION . . . . .	7
CONTROL PANEL . . . . .	8
BEFORE FIRST USE . . . . .	8
OPERATION . . . . .	10
PROGRAMME CHARTS . . . . .	16
RECIPES . . . . .	20
CARE AND CLEANING . . . . .	23
TROUBLESHOOTING . . . . .	25
TECHNICAL INFORMATION . . . . .	25
INSTALLATION . . . . .	26
ENVIRONMENT CONCERNS . . . . .	28

## WE'RE THINKING OF YOU

Thank you for purchasing an Electrolux appliance. You've chosen a product that brings with it decades of professional experience and innovation. Ingenious and stylish, it has been designed with you in mind. So whenever you use it, you can be safe in the knowledge that you'll get great results every time.



Get usage advice, brochures, trouble shooter, service information:  
**[www.electrolux.com](http://www.electrolux.com)**



Register your product for better service:  
**[www.electrolux.com/productregistration](http://www.electrolux.com/productregistration)**



Buy Accessories, Consumables and Original spare parts for your appliance:  
**[www.electrolux.com/shop](http://www.electrolux.com/shop)**

## CUSTOMER CARE AND SERVICE

We recommend the use of original spare parts.  
When contacting Service, ensure that you have the following data available.  
The information can be found on the rating plate. Model, PNC, Serial Number.



Warning/Caution-Safety information



General information and tips



Environmental information

Subject to change without notice.

## SAFETY INFORMATION



### IMPORTANT SAFETY INSTRUCTIONS: READ CAREFULLY AND KEEP FOR FUTURE REFERENCE

#### To avoid the danger of fire

The microwave oven should not be left unattended during operation. Power levels that are too high or cooking times that are too long may overheat foods resulting in a fire. The electrical outlet must be readily accessible so that the unit can be unplugged easily in an emergency. The AC power supply must be 230 V, 50 Hz, with a minimum 10 A distribution line fuse, or a minimum 10 A distribution circuit breaker. It is recommended that a separate circuit serving only this appliance be provided. Do not store or use the oven outdoors.

**If food being heated begins to smoke, DO NOT OPEN THE DOOR. Turn off and unplug the oven and wait until the food has stopped smoking. Opening the door while food is smoking may cause a fire. Only use microwave-safe containers and utensils. Do not leave the oven unattended when using disposable plastic, paper or other combustible food containers. Clean the waveguide cover, the oven cavity, the turntable and turntable support after use. These must be dry and free from grease. Built-up grease may overheat and begin to smoke or catch fire. The microwave oven is intended for heating food and beverages. Drying of food or**

#### **clothing and heating of warming pads, slippers, sponges, damp cloth and similar may lead to risk of injury, ignition or fire.**

Do not place flammable materials near the oven or ventilation openings. Do not block the ventilation openings. Remove all metallic seals, wire twists, etc., from food and food packages. Arcing on metallic surfaces may cause a fire. Do not use the microwave oven to heat oil for deep frying. The temperature cannot be controlled and the oil may catch fire. To make popcorn, only use special microwave popcorn makers. Do not store food or any other items inside the oven. Check the settings after you start the oven to ensure the oven is operating as desired. See the corresponding hints in this operation manual.

#### To avoid the possibility of injury



- WARNING! Do not operate the oven if it is damaged or malfunctioning. Check the following before use:**
- a) The door; make sure the door closes properly and ensure it is not misaligned or warped.
  - b) The hinges and door safety latches; check to make sure they are not broken or loose.
  - c) The door seals and sealing surfaces; ensure that they have not been damaged.

- d) Inside the oven cavity or on the door; make sure there are no dents.**
- e) The power supply cord and plug; ensure that they are not damaged.**

**Never adjust, repair or modify the oven yourself. It is hazardous for anyone other than a competent person to carry out any service or repair operation which involves the removal of a cover which gives protection against exposure to microwave energy.**

Do not operate the oven with the door open or alter the door safety latches in any way. Do not operate the oven if there is an object between the door seals and sealing surfaces.

**Do not allow grease or dirt to build up on the door seals and adjacent parts. Follow instructions for “Care and cleaning”. Failure to maintain the oven in a clean condition could lead to a deterioration of the surface that could adversely affect the life of the appliance and possibly result in a hazardous situation.**

Individuals with PACEMAKERS should check with their doctor or the manufacturer of the pacemaker for precautions regarding microwave ovens.

**To avoid the possibility of electric shock**  
Under no circumstances should you remove the outer cabinet. Never spill or insert any objects

into the door lock openings or ventilation openings. In the event of a spill, turn off and unplug the oven immediately and call an authorised ELECTROLUX service agent. Do not immerse the power supply cord or plug in water or any other liquid. Do not allow the power supply cord to run over any hot or sharp surfaces, such as the hot air vent area at the top rear of the oven.

**Do not attempt to replace the oven lamp yourself or allow anyone who is not authorised by ELECTROLUX to do so. If the oven lamp fails, please consult your dealer or call an authorised ELECTROLUX service agent.**

If the power supply cord of this appliance is damaged, it must be replaced with a special cord. The exchange must be made by an authorised ELECTROLUX service agent.

**To avoid the possibility of explosion and sudden boiling**

**⚠ WARNING! Liquids and other foods must not be heated in sealed containers since they are liable to explode.**

Never use sealed containers. Remove seals and lids before use. Sealed containers can explode due to a build up of pressure even after the oven has been turned off. Take care when microwaving liquids. Use a wide-mouthed container to allow bubbles to escape.

**Microwave heating of beverages can result in delayed eruptive boiling, therefore care has to be taken when handling the container.**

To prevent sudden eruption of boiling liquid and possible scalding:

1. Stir liquid prior to heating/reheating.
2. It is advisable to insert a glass rod or similar utensil into the liquid whilst reheating.
3. Let liquid stand for at least 20 seconds in the oven at the end of cooking time to prevent delayed eruptive boiling.

**Do not cook eggs in their shells and whole hard boiled eggs should not be heated in microwave ovens since they may explode even after microwave cooking has ended. To cook or reheat eggs which have not been scrambled or mixed, pierce the yolks and the whites, or the eggs may explode. Shell and slice hard boiled eggs before reheating them in the microwave oven.**

Pierce the skin of such foods as potatoes, sausages and fruit before cooking, or they may explode.

#### **To avoid the possibility of burns**

Use pot holders or oven gloves when removing food from the oven to prevent burns. Always open containers, popcorn makers, oven cooking bags, etc., away from the face and hands to avoid steam burns.

**To avoid burns, always test food temperature and stir before serving and pay special attention to the temperature of food and drink given to babies, children or the elderly.**

Temperature of the container is not a true indication of the temperature of the food or drink; always check the food temperature. Always stand back from the oven door when opening to avoid burns from escaping steam and heat. Slice stuffed baked foods after heating to release steam and avoid burns.

**Keep children away from the door to prevent them burning themselves.**

**To avoid misuse by children**

**⚠ WARNING! The appliance and its accessible parts become hot during use. Care should be taken to avoid touching heating elements. Children less than 8 years of age shall be kept away unless continuously supervised.**

**This appliance can be used by children aged from 8 years and above and persons with reduced physical, sensory or mental capabilities or lack of experience and knowledge if they have been given supervision or instruction concerning use of the appliance in a safe way and understand the hazards involved. Children should be supervised to ensure they do not play with the appliance. Cleaning and user maintenance shall not be made by children unless they are aged from 8 years and above and supervised. This appliance is intended to be used in household and**

**similar applications such as: staff kitchen areas in shops, offices and other working environments; farm houses; by clients in hotels, motels and other residential environments; bed and breakfast type environments.**

Do not lean or swing on the oven door. Do not play with the oven or use it as a toy. Children should be taught all important safety instructions: use of pot holders, careful removal of food coverings; paying special attention to packaging (e.g. self-heating materials) designed to make food crisp, as they may be extra hot.

#### **Other warnings**

Never modify the oven in any way. This oven is for home food preparation only and may only be used for cooking food. It is not suitable for commercial or laboratory use.

#### **To promote trouble-free use of your oven and avoid damage**

Never operate the oven when it is empty.

When using a browning dish or self-heating material, always place a heat-resistant insulator such as a porcelain plate under it to prevent damage to the turntable and turntable support due to heat stress. The preheating time specified in the dish's instructions must not be exceeded.

Do not use metal utensils, which reflect microwaves and may cause electrical arcing. Do not put cans in the oven. Only use the turntable and the turntable support designed for this oven. Do not operate the oven without the turntable.

To prevent the turntable from breaking:

- a) Before cleaning the turntable with water, leave the turntable to cool.
- b) Do not put hot foods or hot utensils on a cold turntable.
- c) Do not put cold foods or cold utensils on a hot turntable.

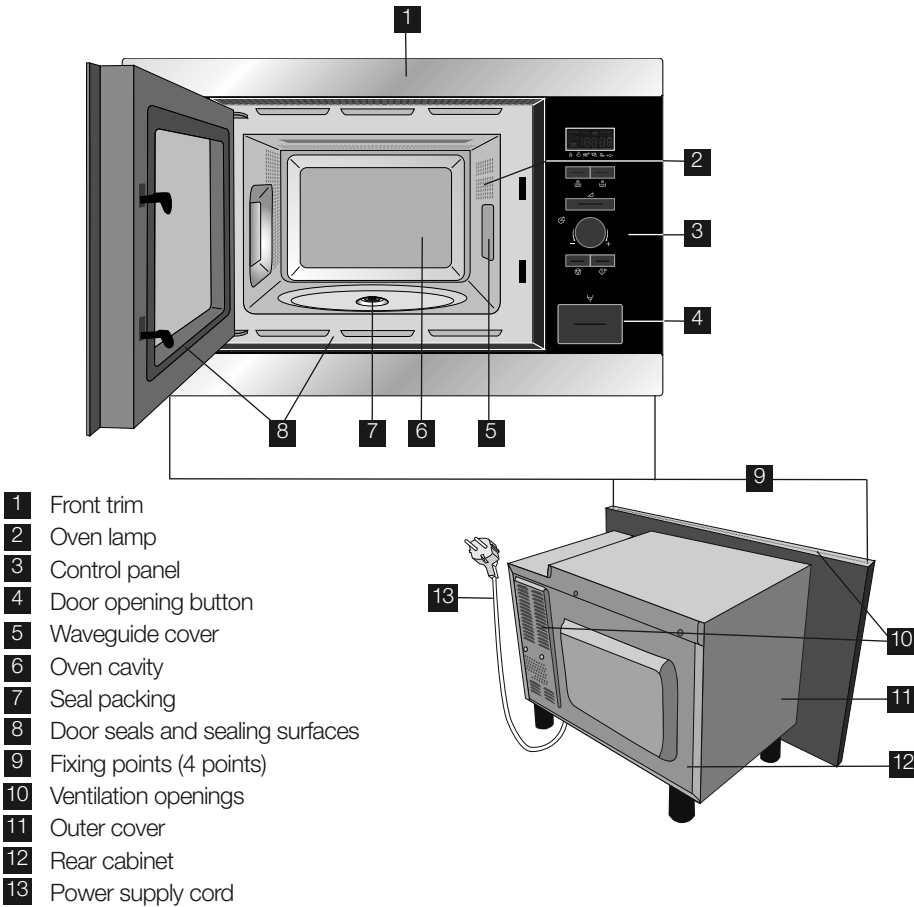
Do not place anything on the outer cabinet during operation.

#### **⚠ Important!**

If you are unsure how to connect your oven, please consult an authorised, qualified electrician. Neither the manufacturer nor the dealer can accept any liability for damage to the oven or personal injury resulting from failure to observe the correct electrical connection procedure. Water vapour or drops may occasionally form on the oven walls or around the door seals and sealing surfaces. This is a normal occurrence and is not an indication of microwave leakage or a malfunction.

## PRODUCT DESCRIPTION

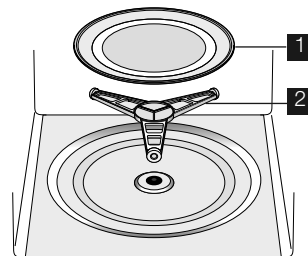
### MICROWAVE OVEN AND ACCESSORIES



Check to make sure the following accessories are provided:

- 1 Turntable
- 2 Turntable support
- 3 4 fixing screws (not shown)

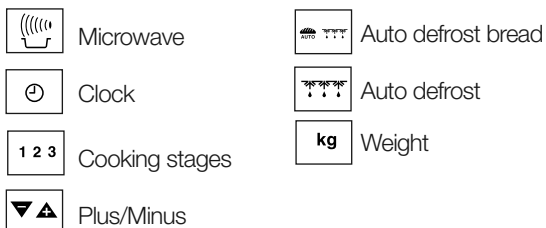
- Place the turntable support in the seal packing on the floor of the cavity.
- Then place the turntable on the turntable support.
- To avoid turntable damage, ensure dishes or containers are lifted clear of the turntable rim when removing them from the oven.



When you order accessories, please mention two items: part name and model name to your dealer or authorised ELECTROLUX service agent.

## CONTROL PANEL

### 1 DIGITAL DISPLAY indicators



### 2 AUTO COOK indicators

### 3 AUTO COOK button

### 4 AUTO DEFROST button

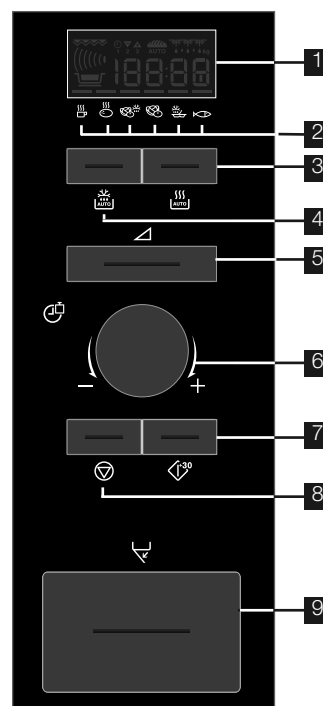
### 5 POWER LEVEL button

### 6 TIMER/WEIGHT knob

### 7 START/+30 button

### 8 STOP button

### 9 DOOR OPENING button



## BEFORE FIRST USE

### ECON MODE

The oven is set in 'ENERGY SAVE' mode ('Econ').

1. Plug in the oven.
2. The display will show: 'Econ'.
3. The display will count down from 3:00 to zero.
4. When zero is reached, the oven goes into 'Econ' mode and the display goes blank.




- To cancel Econ mode, set the clock.

### SETTING THE CLOCK

The oven has a 12 and 24 hour clock.


**Example:** To set the clock to 11:30 (12 hour clock).

1. Open the door.
2. The display will show: 'Econ'.
3. Press and hold the START/+30 button for 5 seconds. The oven will beep. The display will show: 

4. Rotate the TIMER/WEIGHT knob to adjust the hour.

5. Press the START/+30 button once then rotate the TIMER/WEIGHT knob to adjust the minutes.

6. Press the START/+30 button.

7. Check the display: 




8. Close the door.



- You can rotate the TIMER/WEIGHT knob clockwise or anti-clockwise.
- If you press the STOP button the clock will not be set. The display will show: 'Econ'.



**Example:** To set the clock to 23:30 (24 hour clock).

1. Open the door.
2. The display will show: 'Econ'.
3. Press and hold the START/+30 button for 5 seconds. The oven will beep. The display will show: 
4. Press the START/+30 button. The display will show: 
5. Rotate the TIMER/WEIGHT knob to adjust the hour.
6. Press the START/+30 button once then rotate the TIMER/WEIGHT knob to adjust the minutes.
7. Press the START/+30 button.
8. Check the display: 
9. Close the door.




- You can rotate the TIMER/WEIGHT knob clockwise or anti-clockwise.
- If you press the STOP button the clock will not be set. The display will show: 'Econ'.

## ADJUSTING THE TIME WHEN THE CLOCK IS SET

**Example:** To set the clock to 11:45.

1. Open the door.
2. Press and hold the START/+30 button for 5 seconds. The oven will beep. The display will show: 

(If you want to change the clock to 24 H, press the START/+30 button again.)

3. Rotate the TIMER/WEIGHT knob to adjust the hour.
4. Press the START/+30 button once then rotate the TIMER/WEIGHT knob to adjust the minutes.
5. Press the START/+30 button.
6. Check the display: 

## TO CANCEL THE CLOCK AND SET ECON MODE

1. Open the door.
2. Press and hold the START/+30 button for 5 seconds. The oven will beep. The display will show: 

(If you want to change the clock to 24 H, press the START/+30 button again.)

3. Press the STOP button.
4. The display will show: 'Econ'.
5. Close the door.
6. The oven will count down from 3:00 to zero.
7. When zero is reached, the oven goes into Econ mode and the display goes blank.

## USING THE STOP BUTTON

Use the STOP button to:

1. Erase a mistake during programming.
2. Stop the oven temporarily during cooking, press once.
3. Cancel a programme during cooking, press twice.



## CHILD SAFETY LOCK

The oven has a safety feature which prevents the accidental running of the oven by a child. When the lock has been set, no part of the microwave will operate until the lock feature has been cancelled.

**Example:** To set the child safety lock.

1. Press and hold the STOP button for 5 seconds.



The oven will beep twice and 'LOC' will be displayed: 



- To cancel the child safety lock, press and hold the STOP button for 5 seconds, the oven will beep twice and the time of day will be displayed.
- Child safety lock cannot be set if the clock is not set.

## OPERATION

### MICROWAVE COOKING ADVICE

To cook/defrost food in a microwave oven, the microwave energy must be able to pass through the container to penetrate the food. Therefore it is important to choose suitable cookware. Round/oval dishes are preferable to square/oblong ones, as the food in the corners tends to overcook.

It is important to turn, rearrange or stir food to ensure even heating. Standing time is necessary after cooking, as it enables the heat to disperse equally throughout the food.

#### Food characteristics

Composition	Foods high in fat or sugar (e.g. Christmas pudding, mince pies) require less heating time. Care should be taken as overheating can lead to fire.
Density	Food density will affect the amount of cooking time needed. Light porous foods, such as cakes or bread, cook more quickly than heavy, dense foods, such as roasts and casseroles.
Quantity	The cooking time must be increased as the amount of food placed in the oven increases (e.g. four potatoes will take longer to cook than two).
Size	Small foods and small pieces cook faster than large ones, as microwaves can penetrate from all sides to the centre. For even cooking make all the pieces the same size.
Shape	Foods which are irregular in shape, such as chicken breasts or drumsticks, take longer to cook in the thicker parts. Round shapes cook more evenly than square shapes when microwave cooking.
Temperature of food	The initial temperature of food affects the amount of cooking time needed. Chilled foods will take longer to cook than food at room temperature. Cut into foods with fillings (e.g. jam doughnuts) to release heat or steam.

#### Cooking techniques

Arrange	Place the thickest parts of food towards the outside of the dish (e.g. chicken drumsticks).
Cover	Use vented microwave cling film or a suitable lid.
Pierce	Foods with a shell, skin or membrane must be pierced in several places before cooking or reheating as steam will build up and may cause food to explode (e.g. potatoes, fish, chicken, sausages). <b>⚠ Important!</b> Eggs should not be heated using microwave power as they may explode, even after cooking has ended (e.g. poached, hard boiled).
Stir, turn and rearrange	For even cooking it is essential to stir, turn and rearrange food during cooking. Always stir and rearrange from the outside towards the centre.
Stand	Standing time is necessary after cooking to enable the heat to disperse equally throughout the food.
Shield	Some areas of food being defrosted may become warm. Warm areas can be shielded with small pieces of foil, which reflect microwaves (e.g. legs and wings on a chicken).

## MICROWAVE SAFE COOKWARE

<b>Cookware</b>	<b>Microwave safe</b>	<b>Comments</b>
Aluminium foil/containers	✓ / ✗	Small pieces of aluminium foil can be used to shield food from overheating. Keep foil at least 2 cm from the oven walls, as arcing may occur. Foil containers are not recommended unless specified by the manufacturer. Follow instructions carefully.
Browning dishes	✓	Always follow the manufacturer's instructions. Do not exceed heating times given. Be very careful as these dishes become very hot.
China and ceramics	✓ / ✗	Porcelain, pottery, glazed earthenware and bone china are usually suitable, except for those with metallic decoration.
Glassware e.g. Pyrex®	✓	Care should be taken if using fine glassware as it can break or crack if heated suddenly.
Metal	✗	It is not recommended to use metal cookware when using microwave power as it will arc, which can lead to fire.
Plastic/polystyrene e.g. fast food containers	✓	Care must be taken as some containers warp, melt or discolour at high temperatures.
Cling film	✓	Should not touch the food and must be pierced to let the steam escape.
Freezer/roasting bags	✓	Must be pierced to let steam escape. Ensure bags are suitable for microwave use. Do not use plastic or metal ties, as they may melt or catch fire due to the metal arcing.
Paper - plates, cups and kitchen paper	✓	Only use for warming or to absorb moisture. Care must be taken as overheating may cause fire.
Straw and wooden containers	✓	Always attend the oven when using these materials as overheating may cause fire.
Recycled paper and newspaper	✗	May contain extracts of metal which will cause arcing and may lead to fire.

## MICROWAVE COOKING

Your oven can be programmed for up to 90 minutes. The input unit of cooking time varies from 15 seconds to five minutes. It depends on the total length of the cooking time as shown in the table.

<b>Cooking time</b>	<b>Increasing unit</b>
0-5 minutes	15 seconds
5-10 minutes	30 seconds
10-30 minutes	1 minute
30-90 minutes	5 minutes

## MANUAL DEFROSTING

For manual defrosting (without operating the Auto Defrost feature), use 240 W. The defrost symbol appears in the window display whenever the power level is selected.

## MICROWAVE POWER LEVELS

Your oven has 6 power levels.

Power setting	Suggested use
800 W/HIGH	Used for fast cooking or reheating (e.g. soup, casseroles, canned food, hot beverages, vegetables, fish).
560 W	Used for longer cooking of dense foods such as roast joints, meat loaf and plated meals, also for sensitive dishes such as cheese sauce and sponge cakes. At this reduced setting, the sauce will not boil over and food will cook evenly without over cooking at the sides.
400 W	For dense foods which require a long cooking time when cooked conventionally (e.g. beef dishes) it is advisable to use this power setting to ensure the meat will be tender.
240 W/ DEFROST	To defrost, select this power setting, to ensure that the dish defrosts evenly. This setting is also ideal for simmering rice, pasta, dumplings and cooking egg custard.
80 W	For gentle defrosting (e.g. cream gateaux or pastry).
0 W	For standing/kitchen timer.

W = WATT

**Example:** To heat soup for 2 minutes and 30 seconds on 560 W microwave power.

1. Press the POWER LEVEL button twice.



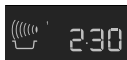
2. Enter the time by rotating the TIMER/WEIGHT knob clockwise/anti-clockwise until 2.30 is displayed.



3. Press the START/+30 button.



4. Check the display:



### Important!

If the power level is not selected, 800 W/HIGH is automatically set.



- When the door is opened during the cooking process, the cooking time on the digital display stops automatically. The cooking time starts to count down again when the door is closed and the START/+30 button is pressed.
- If you wish to know the power level during cooking, press the POWER LEVEL button once.
- You can increase or decrease the cooking time during cooking by rotating the TIMER/WEIGHT knob.
- You can change the power level during cooking by pressing the POWER LEVEL button.
- To cancel a programme during cooking, press the STOP button twice.

## KITCHEN TIMER

**Example:** To set the kitchen timer for 7 minutes.

1. Press the POWER LEVEL button 7 times.



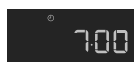
2. Enter the time by rotating the TIMER/WEIGHT knob clockwise/anti-clockwise until 7.00 is displayed.



3. Press the START/+30 button.



4. Check the display:



- To pause the timer, press the STOP button. To resume the timer press START/+30, to exit press STOP again.

## ADD 30 SECONDS

The START/+30 button allows you to operate the two following functions.

### 1. Direct Start

You can directly start cooking on 800 W/ HIGH microwave power level for 30 seconds by pressing the START/+30 button.



### 2. Extend the cooking time

You can extend the cooking time for multiples of 30 seconds if the button is pressed while the oven is in operation.



- You cannot use this function during AUTO COOK or AUTO DEFROST.

## PLUS AND MINUS

The PLUS  $\Delta$  and MINUS  $\nabla$  function enables you to decrease or increase the cooking time when using the automatic programmes.

If you prefer boiled potatoes which are cooked but still firm, use MINUS  $\nabla$ .

Alternatively, if you prefer boiled potatoes softer, use PLUS  $\Delta$ .

**Example:** To cook 0.3 kg of boiled potatoes, well done.

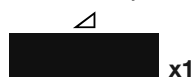
1. Select the menu required by pressing the AUTO COOK button twice.



2. Turn the TIMER/WEIGHT knob until 0.3 is displayed.



3. Press the POWER LEVEL button once to select the PLUS  $\Delta$  adjustment.



4. Press the START/+30 button.



5. Check the display:



- To cancel PLUS/MINUS, press the POWER LEVEL button 3 times.
- If you select PLUS, the display will show  $\Delta$ .
- If you select MINUS, the display will show  $\nabla$ .

## MULTIPLE SEQUENCE COOKING

A sequence of 3 stages (maximum) can be programmed.

**Example:** To cook:  
5 minutes on 800 W power (Stage 1)  
16 minutes on 240 W power (Stage 2)

### Stage 1

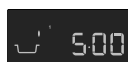
1. Press the POWER LEVEL button once.



2. Enter the desired time by rotating the TIMER/WEIGHT knob clockwise until 5.00 is displayed.



3. Check the display:



### Stage 2

1. Press the POWER LEVEL button 4 times.



2. Enter the desired time by rotating the TIMER/WEIGHT knob clockwise until 16.00 is displayed.



3. Press the START/+30 button.



4. Check the display:



The oven will begin to cook for 5 minutes on 800 W, and then for 16 minutes on 240 W.

## AUTO COOK AND AUTO DEFROST

AUTO COOK and AUTO DEFROST automatically work out the correct cooking mode and cooking time. You can choose from 6 AUTO COOK and 2 AUTO DEFROST menus.

### Auto Cook

Food	Symbol
Beverage	
Boiled potatoes/ Jacket potatoes	
Frozen vegetables	
Fresh vegetables	
Frozen ready meals	
Fish fillet with sauce	

**Example:** To cook 0.3 kg of boiled potatoes.

1. Select the menu required by pressing the AUTO COOK button twice.



2. Turn the TIMER/WEIGHT knob until 0.3 is displayed.



3. Press the START/+30 button.



4. Check the display:



When action is required (e.g. to turn food over) the oven stops and the audible bell sounds, remaining cooking time and the indicator will flash on the display. To continue cooking, press the START/+30 button. At the end of the AUTO COOK time, the programme will automatically stop. The audible bell sounds and the cooking symbol will flash. After 1 minute and a reminder beep, the time of day will be displayed.

## Auto Defrost

Food	Symbol
Meat/fish/poultry	
Bread	

**Example:** To defrost 0.2 kg of bread.

1. Select the menu required by pressing the AUTO DEFROST button twice.



2. Turn the TIMER/WEIGHT knob until 0.2 is displayed.



3. Press the START/+30 button.















4. Check the display:



When action is required (e.g. to turn food over) the oven stops and the audible bell sounds, remaining cooking time and the indicator will flash on the display. To continue cooking, press the START/+30 button. At the end of the AUTO DEFROST time, the programme will automatically stop. The audible bell sounds and the cooking symbol will flash. After 1 minute and a reminder beep, the time of day will be displayed.









## PROGRAMME CHARTS


### AUTO COOK AND AUTO DEFROST CHARTS

Auto cook	Weight (increasing unit)/Utensils	Button	Procedure
Beverage (Tea/Coffee) 	1-4 cups 1 cup = 200 ml	 x1	<ul style="list-style-type: none"> <li>Place cup towards edge of turntable.</li> </ul>
Boiled and jacket potatoes 	0.1-0.8 kg (100 g) Bowl and lid	 x2	<p>Boiled potatoes: Peel the potatoes and cut them into similar sized pieces.</p> <p>Jacket potatoes: Choose potatoes of similar size and wash them.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Put the boiled or jacket potatoes into a bowl.</li> <li>Add the required amount of water, approx. 2 tbsp per 100 g and a little salt.</li> <li>Cover with lid.</li> <li>When the audible bell sounds, stir and re-cover.</li> <li>After cooking, stand for approx. 2 min.</li> </ul>
Frozen vegetables 	0.1-0.6 kg (100 g) Bowl and lid	 x3	<ul style="list-style-type: none"> <li>Add 1 tbsp water per 100 g and salt as desired (for mushrooms no additional water is necessary).</li> <li>Cover with lid.</li> <li>When the audible bell sounds, stir and re-cover.</li> <li>After cooking, stand approx. 2 min.</li> </ul> <p><b>i</b> If frozen vegetables are compacted together, cook manually.</p>
Fresh vegetables 	0.1-0.6 kg (100 g) Bowl and lid	 x4	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cut into small pieces, e.g. strips, cubes or slices.</li> <li>Add 1 tbsp water per 100 g and salt as desired (for mushrooms no additional water is necessary).</li> <li>Cover with lid.</li> <li>When the audible bell sounds, stir and re-cover.</li> <li>After cooking, stand for approx. 2 min.</li> </ul>
Frozen ready meals (stirrable) 	0.3-1.0 kg (100 g) Bowl and lid	 x5	<ul style="list-style-type: none"> <li>Transfer meal to suitable microwave-proof dish.</li> <li>Add some liquid if recommended by the manufacturer.</li> <li>Cover with lid.</li> <li>Cook without cover if the manufacturer instructs.</li> <li>When the audible bell sounds, stir and re-cover.</li> <li>After cooking, stir and stand for approx. 2 min.</li> </ul>
Fish fillet with sauce 	0.4-1.2 kg* (100 g) Gratin dish and microwave cling film	 x6	<ul style="list-style-type: none"> <li>See recipes for 'Fish fillet with sauce' on page 18.</li> </ul> <p>* Total weight of all ingredients.</p>

**i** Chilled foods are cooked from 5 °C, frozen foods are cooked from -18 °C.



Auto defrost	Weight (increasing unit)/Utensils	Button	Procedure
Meat/fish/poultry   (Whole fish, fish steaks, fish fillets, chicken legs, chicken breast, minced meat, steak, chops, burgers, sausages)	0.2-0.8 kg (100 g) Flan dish	  x1	<ul style="list-style-type: none"> <li>Place the food in a flan dish in the centre of the turntable.</li> <li>When the audible bell sounds, turn the food over, rearrange and separate. Shield thin parts and warm spots with aluminium foil.</li> <li>After defrosting, wrap in aluminium foil for 15-45 min, until thoroughly defrosted.</li> <li>Minced meat: When the audible bell sounds, turn the food over. Remove the defrosted parts if possible.</li> </ul> <p> Not suitable for whole poultry.</p>
Bread  	0.1-1.0 kg (100 g) Flan dish	  x2	<ul style="list-style-type: none"> <li>Distribute in a flan dish in the centre of the turntable. For 1.0 kg, distribute directly on the turntable.</li> <li>When the audible bell sounds, turn over, rearrange and remove defrosted slices.</li> <li>After defrosting cover in aluminium foil and stand for 5-15 min until thoroughly defrosted.</li> </ul>

 Chilled foods are cooked from 5 °C, frozen foods are cooked from -18 °C.



- Enter the weight of the food only. Do not include the weight of the container.
- For food weighing more or less than weights/quantities given in the Auto cook and defrost charts, use manual operation.
- The final temperature will vary according to the initial temperature. Check food is piping hot after cooking.
- When action is required (e.g. to turn food over) the oven stops and the audible bell sounds, remaining cooking time and the indicator will flash on the display. To continue cooking, press the START/+30 button.
- After Microwave mode the cooling fan may come on.

#### Auto defrost

- Steaks and chops should be frozen in one layer.
- Minced meat should be frozen in a thin shape.
- After turning over, shield the defrosted portions with small, flat pieces of aluminium foil.
- The poultry should be processed immediately after defrosting.

## RECIPES FOR AUTO COOK

<b>Fish fillet with piquant sauce</b>			
0.4 kg	0.8 kg	1.2 kg	
140 g	280 g	420 g	canned tomatoes, drained
40 g	80 g	120 g	corn
4 g	8 g	12 g	chilli sauce
12 g	24 g	36 g	onion, finely chopped
1 tsp	1-2 tsp	2 tsp	red wine vinegar
			mustard, thyme and cayenne pepper
200 g	400 g	600 g	fish fillet
			salt

1. Mix ingredients for the sauce.
2. Place the fish fillet in a round gratin dish with the thin ends toward the centre and sprinkle with salt.
3. Spread the sauce on the fish fillet.
4. Cover with microwave cling film and cook on AUTO COOK, "Fish fillet with sauce".
5. After cooking, stand for approx. 2 min.

<b>Fish fillet with curry sauce</b>			
0.4 kg	0.8 kg	1.2 kg	
200 g	400 g	600 g	fish fillet
			salt
40 g	80 g	120 g	banana, sliced
160 g	320 g	480 g	ready-made curry sauce

1. Place the fish fillet in a round gratin dish with the thin ends toward the centre and sprinkle with salt.
2. Spread the banana and the ready-made curry sauce on the fish fillet.
3. Cover with microwave cling film and cook on AUTO COOK, "Fish fillet with sauce".
4. After cooking, stand for approx. 2 min.

## REDUCED POWER LEVEL

 **Important!**

If you cook the food over the standard time using 800 W, the power of the oven will lower automatically to avoid overheating (the

microwave power level will be reduced to 560 W). After pausing for 90 seconds, 800 W power can be reset.

<b>Cooking mode</b>	<b>Standard time</b>	<b>Reduced power level</b>
Microwave 800 W	20 minutes	Microwave 560 W

## COOKING CHARTS

Abbreviations used				
tbsp = tablespoon	cup = cupful	g = gram	ml = millilitre	min = minutes
tsp = teaspoon	kg = kilogram	l = litre	cm = centimetre	

## Heating food and drink

Food/drink	Quantity -g/ml-	Power Level	Time -Min-	Method
Milk, 1 cup	150	800 W	approx. 1	do not cover
Water, 1 cup 6 cups 1 bowl	150	800 W	1-2	do not cover
	900	800 W	10-12	do not cover
	1000	800 W	11-13	do not cover
One plate meal (vegetables, meat and trimmings)	400	800 W	3-6	sprinkle some water onto the sauce, cover, stir halfway through heating
Soup/stew	200	800 W	1-2	cover, stir after heating
Vegetables	200	800 W	2-3	if necessary add some water, cover, stir halfway through heating
	500	800 W	4-5	
Meat, 1 slice*	200	800 W	3-4	thinly spread sauce over the top, cover
Fish fillet*	200	800 W	2-3	cover
Cake, 1 slice	150	400 W	½	place in a flan dish
Baby food, 1 jar	190	400 W	approx. 1	transfer into a suitable microwaveable container, after heating stir well and test the temperature
Melting margarine or butter*	50	800 W	½	cover
Melting chocolate	100	400 W	2-3	stir occasionally

\* from chilled

## Defrosting

Food	Quantity -g-	Power Level	Time -Min-	Method	Standing time -Min-
Goulash	500	240 W	8-12	stir halfway through defrosting	10-15
Cake, 1 slice	150	80 W	2-5	place in a flan dish	5
Fruit (e.g. cherries, strawberries, raspberries, plums)	250	240 W	4-5	spread out evenly, turn over halfway through defrosting	5

**i** The times shown in the table are guidelines which may vary according to freezing temperature, quality and weight of the foodstuffs.

## Defrosting and cooking

Food	Quantity -g-	Power Level	Time -Min-	Method	Standing time -Min-
Fish fillet	300	800 W	10-12	cover	2
One plate meal	400	800 W	9-11	cover, stir after 6 minutes	2

## Cooking meat and fish

Food	Quantity -g-	Power Level	Time -Min-	Method	Standing time -Min-
Roasts (pork, veal, lamb)	1000	800 W	19-21*	season to taste, place in a shallow flan dish, turn over after*	10
		400 W	11-14		
	1500	800 W	33-36*		10
		400 W	13-17		
Roast beef (medium)	1000	800 W	9-11*	season to taste, place in a flan dish, turn over after*	10
		400 W	5-7		
Fish fillet	200	800 W	3-4	season to taste, place in a flan dish, cover	3

## RECIPES

All the recipes in this book are calculated on the basis of 4 servings unless otherwise stated.

### Adapting recipes for the microwave oven

If you would like to adapt your favourite recipes for the microwave, you should take note of the following: shorten cooking times by a third to a half. Follow the example of the recipes in this book.

Foods which have a high moisture content such as meat, fish, poultry, vegetables, fruit, stews and soups can be prepared in your microwave without any difficulty.

Foods which have little moisture, such as platters of food, should have the surface moistened prior to heating or cooking.

The amount of liquid to be added to raw foods, which are to be braised, should be reduced to about two thirds of the quantity in the original recipe. If necessary, add more liquid during cooking.

The amount of fat to be added can be reduced considerably. A small amount of butter, margarine or oil is sufficient to flavour food. For this reason your microwave is excellent for preparing low-fat foods as part of a diet.

### Mushroom Soup

Utensils: Bowl with lid (2 l capacity)

- 200 g mushrooms, sliced
- 50 g onion, finely chopped
- 300 ml meat stock
- 300 ml cream
- 25 g plain flour
- 25 g butter or margarine
- salt and pepper
- 1 egg
- 150 ml crème fraîche

1. Place the vegetables and the stock in the bowl, cover and cook.  
8-9 min. 800 W
2. Blend all the ingredients in a mixer. Add the cream.
3. Mix the flour and butter to a paste and blend into the soup. Season with salt and pepper, cover and cook. Stir after cooking.  
4-6 min. 800 W
4. Mix the egg yolk with the crème fraîche, gradually stir into the soup. Heat for a short time, but do not let it boil!  
1-2 min. 800 W  
After cooking, stand for approx. 5 min.

## Ratatouille

Utensils: Bowl with lid (2 l capacity)

5 tbsp olive oil  
 1 clove garlic, crushed  
 50 g onion, sliced  
 250 g aubergine, cubed  
 200 g courgette, cubed  
 200 g pepper, large cubes  
 75 g fennel, large cubes  
 1 bouquet garni  
 200 g tinned artichoke hearts, cut into quarters  
 salt and pepper

1. Place the olive oil and garlic in the bowl. Add the prepared vegetables, except the artichoke hearts, and season with pepper. Add the bouquet garni, cover and cook, stirring once. 19-21 min. 800 W  
 For the last 5 min, add the artichoke hearts and cook.
2. Season the ratatouille to taste with salt and pepper. Remove the bouquet garni before serving. After cooking, stand for approx. 2 min.

## Sole fillets

Utensils: Shallow oval oven dish with microwave cling film (approx. 26 cm long)

400 g sole fillets  
 1 lemon, whole  
 150 g tomatoes  
 10 g butter or margarine to grease the dish  
 1 tbsp vegetable oil  
 1 tbsp parsley, chopped  
 salt and pepper  
 4 tbsp white wine  
 20 g butter

1. Wash the fish and pat dry. Remove any bones.
2. Cut the lemon and the tomatoes into thin slices.
3. Grease the oven dish with butter. Place the fish fillets in the dish and drizzle with the vegetable oil.
4. Sprinkle parsley over the dish, place the tomato slices on top and season. Place the lemon slices on top of the tomatoes and pour the white wine over them.
5. Place small pats of butter on top of the lemon, cover and cook. 16-19 min. 800 W  
 After cooking, stand for approx. 2 min.

## Stuffed ham

Utensils: Bowl with lid (2 l capacity)  
 Oval gratin dish with lid (approx. 26 cm long)

125 g leaf spinach, chopped  
 125 g fromage frais, 20 % fat content  
 40 g Emmental cheese, grated  
 pepper and paprika  
 6 slices cooked ham (300 g)  
 125 ml water  
 125 ml cream  
 20 g flour  
 20 g butter or margarine  
 10 g butter or margarine to grease the dish

1. Mix the spinach with the cheese and fromage frais, season to taste.
2. Place a tablespoon of the filling on top of each slice of the cooked ham, and roll up. Spear the ham with a wooden skewer to fasten it.
3. Make a béchamel sauce; to do this, pour the water and cream into a bowl and heat. 3-4 min. 800 W  
 Mix the flour and butter to make a roux, add to the liquid, and whisk until dissolved. Cover, cook until thick. 1 min. 800 W  
 Stir and taste.
4. Place the sauce into the greased dish, place the filled rolls of ham into sauce and cook with lid. 3-4 min. 800 W  
 After cooking, stand for approx. 5 min.

## Zürich veal stew

Utensils: Dish with lid (2 l capacity)

- 600 g veal fillet
- 10 g butter or margarine
- 50 g onion, finely chopped
- 100 ml white wine
- seasoned gravy browning for approx. 1/2 l gravy
- 300 ml cream
- 1 tbsp parsley, chopped

1. Cut the veal into strips.
2. Grease the dish with the butter. Put the meat and onion into the dish, cover and cook. Stir once during cooking.  
7-10 min. 800 W
3. Add the white wine, gravy browning and cream, stir, cover and continue cooking. Stir occasionally.  
4-5 min. 800 W
4. Stir the mixture after cooking, stand for approx. 5 min. Garnish with parsley.

## Lasagne

Utensils: Bowl with lid (2 l capacity)  
Shallow square gratin dish with lid (approx. 20 x 20 x 6 cm)

- 300 g tinned tomatoes
- 50 g ham, chopped
- 50 g onion, finely chopped
- 1 clove of garlic, crushed
- 250 g minced beef
- 2 tbsp tomato purée
- salt and pepper
- 150 ml crème fraîche
- 100 ml milk
- 50 g Parmesan cheese, grated
- 1 tsp mixed chopped herbs
- 1 tsp olive oil
- 1 tsp vegetable oil to grease the dish
- 125 g lasagne verde
- 1 tbsp Parmesan cheese, grated

1. Chop the tomatoes, mix with the ham and onion, garlic, minced meat and tomato puree. Season, cover and cook.  
7-9 min. 800 W
2. Mix the crème fraîche with the milk, Parmesan cheese, herbs, oil, and spices.
3. Grease the dish and cover the bottom with about 1/3 of the pasta. Put half of the minced meat mixture on the pasta and pour on some sauce. Repeat and finish with the remaining pasta. Cover the pasta with sauce and sprinkle with Parmesan cheese. Cook with the lid on.  
15-17 min. 560 W

After cooking, stand for approx. 5-10 min.

## Fruit jelly with vanilla sauce

Utensils: Dish with lid (2 l capacity)  
Bowl with lid (1 l capacity)

- 150 g redcurrants, washed and stalks removed
- 150 g strawberries, washed and hulls removed
- 150 g raspberries, washed and hulls removed
- 250 ml white wine
- 100 g sugar
- 50 ml lemon juice
- 8 gelatin leaves
- 300 ml milk
- 1/2 vanilla pod
- 30 g sugar
- 15 g cornflour

1. Put some of the fruit to one side for decoration. Purée the rest of the fruit with the white wine, put it into a dish, cover and heat.  
7-9 min. 800 W
2. Stir in the sugar and the lemon juice.
3. Soak the gelatin in cold water for approx. 10 min, then take it out and squeeze dry. Stir the gelatin in with the hot purée until it has dissolved. Place the jelly in the refrigerator and leave to set.
4. To make the vanilla sauce; put the milk into the other dish. Slit the vanilla pod and remove the insides, stir this into the milk with the sugar and the cornflour. Cover and cook, stir during cooking and again at the end.  
3-4 min. 800 W
5. Turn out the jelly onto a plate and decorate with the remaining fruit. Pour the vanilla sauce over the jelly.

## CARE AND CLEANING

**CAUTION: DO NOT USE COMMERCIAL OVEN CLEANERS, STEAM CLEANERS, ABRASIVE, HARSH CLEANERS, ANY THAT CONTAIN SODIUM HYDROXIDE OR SCOURING PADS ON ANY PART OF YOUR MICROWAVE OVEN.**

**CLEAN THE OVEN AT REGULAR INTERVALS AND REMOVE ANY FOOD DEPOSITS. Failure to maintain the oven in a clean condition could lead to a deterioration of the surface that could adversely affect the life of the appliance and possibly result in a hazardous situation.**

### Oven exterior

The outside of your oven can be cleaned easily with mild soap and water. Make sure the soap is wiped off with a moist cloth, and dry the exterior with a soft towel.

### Control panel

Open the door before cleaning to de-activate the control panel. Care should be taken when cleaning the control panel. Using a cloth dampened with water

only, gently wipe the panel until it becomes clean. Avoid using excessive amounts of water. Do not use any sort of chemical or abrasive cleaner.

### Oven interior

1. For cleaning, wipe any splatters or spills with a soft damp cloth or sponge after each use while the oven is still warm. For heavier spills, use a mild soap and wipe several times with a damp cloth until all residues are removed. Do not remove the waveguide cover.
2. Make sure that mild soap or water does not penetrate the small vents in the walls which may cause damage to the oven.
3. Do not use spray type cleaners on the oven interior.

### Turntable and turntable support

Remove the turntable and turntable support from the oven. Wash the turntable and turntable support in mild soapy water. Dry with a soft cloth. Both the turntable and the turntable support are dishwasher safe.

## Door

To remove all trace of dirt, regularly clean both sides of the door, the door seals and sealing surfaces with a soft, damp cloth. Do not use harsh abrasive cleaners or sharp metal scrapers to clean the oven door glass since they can scratch the surface, which may result in shattering of the glass.

 **Important!** A steam cleaner should not be used.



## TROUBLESHOOTING

Problem	Check if . . .
The microwave appliance is not working properly?	<ul style="list-style-type: none"> <li>The fuses in the fuse box are working.</li> <li>There has not been a power outage.</li> <li>If the fuses continue to blow, please contact a qualified electrician.</li> </ul>
The microwave mode is not working?	<ul style="list-style-type: none"> <li>The door is properly closed.</li> <li>The door seals and their surfaces are clean.</li> <li>The START/+30 button has been pressed.</li> </ul>
The turntable is not turning?	<ul style="list-style-type: none"> <li>The turntable support is correctly connected to the drive.</li> <li>The ovenware does not extend beyond the turntable.</li> <li>Food does not extend beyond the edge of the turntable preventing it from rotating.</li> <li>There is nothing in the well beneath the turntable.</li> </ul>
The microwave will not switch off?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Isolate the appliance from the fuse box.</li> <li>Call an authorised ELECTROLUX service agent.</li> </ul>
The interior light is not working?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Call your local ELECTROLUX service agent. The interior light bulb can be exchanged only by a trained ELECTROLUX service agent.</li> </ul>
The food is taking longer to heat through and cook than before?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Set a longer cooking time (double quantity = nearly double time) or</li> <li>If the food is colder than usual, rotate or turn from time to time or</li> <li>Set a higher power setting.</li> </ul>

## TECHNICAL INFORMATION

AC Line Voltage	230 V, 50 Hz, single phase	
Distribution line fuse/circuit breaker	Minimum 10 A	
AC Power required:	Microwave	1.2 kW
Output power:	Microwave	800 W (IEC 60705)
Microwave Frequency	2450 MHz * (Group 2/Class B)	
Outside Dimensions:	EMS17175O	494 mm (W) x 371 mm (H) x 316 mm (D)
	EMS17176O	594 mm (W) x 371 mm (H) x 316 mm (D)
Cavity Dimensions	285 mm (W) x 202 mm (H) x 298 mm (D) **	
Oven Capacity	17 litres **	
Turntable	ø 272 mm, glass	
Weight	approx. 16 kg	
Oven lamp	25 W/240-250 V	

\* This Product fulfils the requirement of the European standard EN55011. In conformity with this standard, this product is classified as group 2 class B equipment. Group 2 means that the equipment intentionally generates radio-frequency energy in the form of electromagnetic radiation for the heat treatment of food.

Class B equipment means that the equipment is suitable to be used in domestic establishments. \*\* Internal capacity is calculated by measuring maximum width, depth and height. Actual capacity for holding food is less.



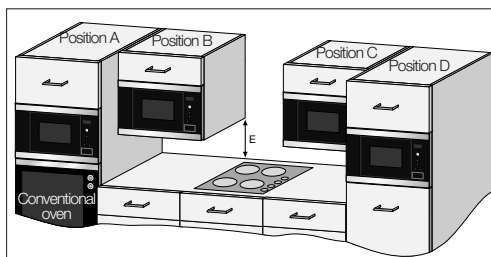
This oven complies with the requirements of Directives 2004/108/EC, 2006/95/EC, 2009/125/EC and 2011/65/EU.

SPECIFICATIONS ARE SUBJECT TO CHANGE WITHOUT NOTICE AS PART OF CONTINUOUS IMPROVEMENT

## INSTALLATION

### The microwave can be fitted in position A, B, C or D:

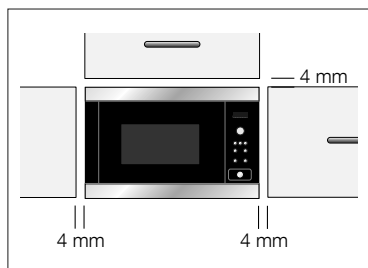
Position	Niche size		
	W	D	H
A	560 x 550 x 360		
B+C	462 x 300 x 350		
	462 x 300 x 360		
	560 x 300 x 350		
	560 x 300 x 360		
D	462 x 500 x 350		
	462 x 500 x 360		
	560 x 500 x 350		
	560 x 500 x 360		



Measurements in (mm)

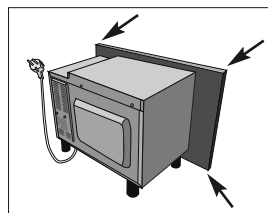
#### INSTALLING THE APPLIANCE

1. Remove all packaging and check carefully for any signs of damage.
2. This oven is designed to fit into a 360 mm high cupboard as standard.  
When fitting into a 350 mm high cupboard:-  
Unscrew and remove the 4 feet from the bottom of the oven. There are 3 tall feet and 1 short foot. Replace the 3 tall feet with those provided in the accessory pack. Do not replace the short foot.
3. Fit the appliance into the kitchen cupboard slowly, and without force, until the front frame of the oven seals against the front opening of the cupboard.
4. Ensure the appliance is stable and not leaning. Ensure that a 4 mm gap is kept between the cupboard door above and the top of the frame (see diagram).



#### Fixing Option 1:

Fix the oven in position with the screws provided. The fixing points are located on the top and bottom corners of the oven.



#### Fixing Option 2:

Please see the template sheet supplied with this oven.

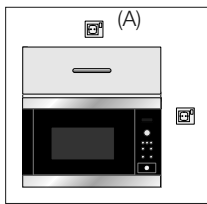
## SAFE USE OF THE APPLIANCE

### If fitting the microwave in position B or C (see diagram on page 26):

- The cupboard must be a minimum of 500 mm (E) above the worktop and must not be installed **directly** above a hob.
- This appliance has been tested and approved for use near domestic gas, electric and induction hobs only.
- Sufficient space between hob and microwave should be allowed to prevent overheating of microwave oven, surrounding cupboard and accessories.
- Do not operate the hob without pans when the microwave oven is operating.
- Care should be taken when attending to the microwave oven while the hob is on.

### CONNECTING THE APPLIANCE TO THE POWER SUPPLY

- **The electrical outlet should be readily accessible so that the unit can be unplugged easily in an emergency. Or it should be possible to isolate the oven from the supply by incorporating a switch in the fixed wiring in accordance with the wiring rules.**
- **The socket should not be positioned behind the cupboard.**
- The best position is above the cupboard, see (A).



- Connect the appliance to a single phase 230 V/50 Hz alternating current via a correctly installed earth socket. The socket must be fused with a 10 A fuse.
- **The power supply cord may only be replaced by an electrician.**

- Before installing, tie a piece of string to the power supply cord to facilitate connection to point (A) when the appliance is being installed.
- When inserting the appliance into the high-sided cupboard, **DO NOT** crush the power supply cord.
- Do not immerse the power supply cord or plug in water or any other liquid.

## ELECTRICAL CONNECTIONS



### **WARNING!**

### **THIS APPLIANCE MUST BE EARTHED**

**The manufacturer declines any liability should this safety measure not be observed.**

If the plug that is fitted to your appliance is not suitable for your socket outlet, you must call your local ELECTROLUX service agent.

## ENVIRONMENT CONCERNS

### **Ecologically responsible disposal of packaging materials and old appliances**

#### PACKAGING MATERIALS

ELECTROLUX microwave ovens require effective packaging to protect them during transportation. Only the minimum packaging necessary is used. Packaging materials (e.g. foil or styrofoam) can place children at risk.


**Danger of suffocation. Keep packaging material away from children.**

All packaging materials used are environment friendly and can be recycled. The cardboard is made from recycled paper and the wooden parts are untreated. Plastic items are marked as follows:

«PE» polyethylene e.g. packaging film  
 «PS» polystyrene e.g. packaging (CFC-free)  
 «PP» polypropylene e.g. packaging straps  
 By using and re-using the packaging, raw materials are saved and waste volume is reduced. Packaging should be taken to your nearest recycling centre. Contact your local council for information.

#### DISPOSAL OF OLD APPLIANCES

Old appliances should be made safe before disposal by removing the plug, and cutting off and disposing of the power cable. It should then be taken to the nearest recycling centre. Check with your local Council or Environmental Health Office to see if there are facilities in your area for recycling the appliance.

The symbol  on the product or on its packaging indicates that this product may not be treated as household waste. Instead it should be taken to the appropriate collection point for the recycling of electrical and electronic equipment. By ensuring this product is disposed of correctly, you will help prevent potential negative consequences for the environment and human health, which could otherwise be caused by inappropriate waste handling of this product. For more detailed information about recycling of this product, please contact your local council, your household waste disposal service or the shop where you purchased the product.

## INNEHÅLL

VIKTIGA SÄKERHETSINSTRUKTIONER . . . . .	30
PRODUKTÖVERSIKT . . . . .	34
KONTROLLPANEL . . . . .	35
INNAN FÖRSTA ANVÄNDNING . . . . .	35
ANVÄNDA MIKROVÅGSUGNEN . . . . .	37
PROGRAMTABELLER . . . . .	43
RECEPT . . . . .	47
SKÖTSEL OCH RENGÖRING . . . . .	50
VAD GÖR JAG OM . . . . .	52
SPECIFIKATIONER . . . . .	52
INSTALLATION . . . . .	53
MILJÖINFORMATION . . . . .	55

## FÖR PERFEKT RESULTAT

Tack för att du köpt en Electrolux-produkt. Du har valt en produkt som för med sig årtionden av yrkeserfarenhet och innovation. Genial och snygg har den utformats med dig i åtanke. Så när du än använder den kan du känna dig trygg med att veta att du får fantastiska resultat varje gång.

Välkommen till Electrolux.

### Besök vår webbplats för att:



Få tips om användning, broschyrer, felsökare, serviceinformation:  
**[www.electrolux.com](http://www.electrolux.com)**



Registrera din produkt för bättre service:  
**[www.electrolux.com/productregistration](http://www.electrolux.com/productregistration)**



Köp tillbehör, förbrukningsvaror och originalreservdelar till din produkt:  
**[www.electrolux.com/shop](http://www.electrolux.com/shop)**

## KUNDTJÄNST OCH SERVICE

Vi rekommenderar att originalreservdelar används.  
Ha följande uppgifter till hands när du kontaktar serviceavdelningen.  
Informationen finns på typskylten. Modell, PNC, serienummer.



Varnings-/viktig säkerhetsinformation



Allmän information och tips



Miljöinformation

Vi förbehåller oss rätten till ändringar utan föregående meddelande.

## VIKTIGA SÄKERHETSINSTRUKTIONER



**VIKTIGA SÄKERHETSINSTRUKTIONER: LÄS DENNA TEXT NOGA OCH SPARA DEN FÖR FRAMTIDA BRUK**

### Att undvika brandrisk

Mikrovågsugnen bör inte lämnas utan uppsikt under användning. För höga effektnivåer eller för långa tillagningstider kan överhetta maten och orsaka eldsvåda. Det elektriska uttaget måste vara lätt åtkomligt så att enheten lätt kan kopplas ur i en nödsituation. Strömförsörjningen måste vara 230 V, 50 Hz, med minst 10 A säkring. Vi rekommenderar att en separat strömkrets som enbart hör till denna enhet används. Ugnen bör inte förvaras eller användas utomhus.

**ÖPPNA INTE DÖRREN om mat som värms upp börjar ryka. Stäng av ugnen, dra ur sladden och vänta tills maten har slutat att ryka.**

**Om du öppnar dörren medan maten ryker kan detta orsaka eldsvåda.**

**Använd endast mikrovågssäkra behållare och kärl. Lämna inte ugnen utan uppsikt vid användning av engångsplast, papper eller andra lättantändliga matbehållare. Rengör mikrovågsskyddet, ugnsutrymmet, den roterande tallriken och tallriksstödet efter användning. Dessa måste vara torra och fettfria. Gammalt fett kan överhettas och börja ryka eller fatta eld. Mikrovågsugnen är avsedd**

**för uppvärmning av mat och dryck. Torkning av mat eller kläder samt uppvärmning av värmekuddar, tofflor, tvättsvampar, fuktiga trasor eller liknande kan innebära risk för skada, antändning av material eller eldsvåda.**

Placera inte lättantändliga material nära ugnen eller ventilationsöppningarna. Blockera inte ventilationsöppningarna. Ta bort alla metallförslutningar, påsklämmor etc. från mat och matförpackningar. Svetsade metallytor kan orsaka eldsvåda. Använd inte mikrovågsugnen för att värma upp olja till fritering. Temperaturen kan inte kontrolleras och oljan kan fatta eld. Använd endast specialpopcorn för mikrovågsgugnar, om du vill poppa popcorn. Förvara inte mat eller andra föremål inuti ugnen. Kontrollera inställningarna när du har startat ugnen för att säkerställa att ugnen fungerar som du önskar. Se motsvarande tips i handboken.

**Att undvika risk för kroppsskada**

- ⚠ VARNING! Använd inte ugnen om den är skadad eller inte fungerar som den ska. Kontrollera följande före användning:**
- a) Dörren: Se till så att dörren stängs ordentligt och kontrollera att den inte är feljusterad eller skev.
  - b) Gångjärnen och säkerhetslåsen: Kontrollera att de inte är trasiga eller lösa.

**c) Dörrtätningarna och tätningsytorna:**  
Kontrollera att de inte har skadats.

**d) Inuti ugnstrymmet eller på dörren: Kontrollera att det inte finns några bucklor.**

**e) Strömssladden och kontakten: Kontrollera att de inte är skadade.**

Justera, reparera eller ändra aldrig ugnen själv. Det är riskfyllt för alla som inte har lämplig utbildning att utföra service eller reparation som innefattar avlägsnande av höljet, vilket skyddar mot exponering av mikrovågsstrålning.

Använd inte ugnen med dörren öppen och ändra inte dörrlåset på något sätt. Använd inte ugnen om det finns något föremål mellan dörrtätningen och tätningsytorna.

**Låt inte fett eller smuts samlas på dörrtätningar och närliggande delar. Följ instruktionerna för "Skötsel och rengöring". Om ugnen inte hålls ren kan ytan försämrats på ett sätt som kan påverka apparatens livslängd negativt, och möjligtvis resultera i en farlig situation.**

Individer med PACEMAKER bör rådfråga sin

läkare eller tillverkaren av pacemakern om säkerhetsföreskrifter beträffande mikrovågsugnar.

**Att undvika risk för elektriska stötar**

Du får inte under några omständigheter ta bort det yttre höljet. Undvik att spilla eller stoppa in föremål i dörrlåsoppningarna eller ventilationsöppningarna. I händelse av spill, ska du stänga av och koppla ur ugnen omedelbart och ringa ELECTROLUX Service. Doppa inte strömssladden eller kontakten i vatten eller någon annan vätska. Låt inte strömssladden löpa över heta eller vassa ytor, som t.ex. området kring varmluftsventilen på den bakre delen av ugnens ovansida.

**Försök inte att byta ut ugnslampan själv, och låt inte heller någon som inte är auktoriserad av ELECTROLUX Service göra det. Om ugnslampan går sönder, ska du kontakta din återförsäljare eller ELECTROLUX Service.**

Om strömssladden till denna apparat skadas måste den bytas ut mot en specialsladd. Detta utbyte måste göras av ELECTROLUX Service.

**Att undvika risk för explosion eller plötslig kokning**

**⚠ VARNING! Vätskor och annan mat får inte värmas upp i förslutna behållare eftersom de kan explodera.**

Använd aldrig förslutna behållare. Ta bort förslutningar och lock före användning. Förslutna behållare kan explodera på grund av ett uppbyggt tryck även efter det att ugnen har stängts av. Var försiktig när du värmer upp vätskor i mikrovågsugnen. Använd en behållare med bred öppning så att bubblorna kan komma ut.

**Uppvärmning av drycker i mikrovågsugn kan medföra försenad eruptiv kokning,**

## och därför måste försiktighet iakttas vid hantering av behållaren.

För att förhindra plötslig eruption av kokande vätska och eventuell skållning:

1. Rör om vätskan före uppvärmning/återuppvärmning.
2. Det är lämpligt att sätta i en glasstav eller liknande redskap i vätskan under återuppvärmning.
3. Låt vätskan stå i ugnen minst 20 sekunder i slutet på koktiden för att förhindra fördröjd eruptiv kokning.

**Koka inte ägg i sina skal. Hela hårdkokta ägg bör inte värmas i mikrovågsugn då de kan explodera även efter det att mikrovågsuppvärmningen är klar. Stick hål i äggulan och vitan då du ska tillaga eller värma upp ägg som inte är uppvispade eller rörda, annars kan äggen explodera. Skala och skiva hårdkokta ägg innan du värmer upp dem i mikrovågsugnen.**

Stick hål i skalet eller skinnet på potatis, korv och frukt innan tillagning, annars kan de explodera.

### Att undvika risk för brännskador

Använd grytlappar eller ugnsvantar när du tar ut mat ur ugnen för att förhindra brännskador. Håll alltid behållare som popcornpåsar, ugnspåsar etc. bortvända från ansikte och händer när du öppnar dem, för att undvika att ångan orsakar brännskador.

**För att undvika brännskador bör du alltid testa mattemperaturen och röra om maten före servering. Var**

## speciellt uppmärksam på temperaturen hos mat och drycker som ges till småbarn eller äldre.

Behållarens temperatur ger ingen tillförlitlig indikation om matens eller dryckens temperatur. Kontrollera alltid matens temperatur. Stå alltid en bit ifrån ugnsdörren när du öppnar den för att undvika att brännas av ånga och värme. Skiva fyllda bakade maträtter efter uppvärmning för att släppa ut ånga och undvika brännskador.

**Håll barn borta från dörren för att förhindra att de bränner sig.**

**Att undvika att barn använder mikrovågsugnen felaktigt**

**⚠ VARNING! Den här produkten och dess åtkomstbara delar blir varma under användningen. Ingen får vidröra värmeelementen. Barn under 8 år ska hållas på behörigt avstånd eller stå under ständig uppsikt.**

**Den här produkten kan användas av barn från 8 år och uppåt samt av personer med nedsatt fysisk, sensorisk eller mental förmåga eller bristande erfarenhet och kunskaper om de har övervakats eller instruerats rörande säkert bruk av produkten och**



**förstår de risker som detta bruk medför. Håll barnen under uppsyn så att de inte leker med apparaten. Rengöring och användarunderhåll får inte utföras av barn såvida de inte är minst 8 år och övervakas under aktiviteten. Den här apparaten är avsedd för användning i hemmet eller i liknande miljöer, till exempel: personalkök i affärer, kontor eller andra arbetsplatser; lantgårdar; av kunder på hotell, motell eller andra bostadsmiljöer; vandrarhem, bed and breakfast eller liknande miljöer.**

Luta dig inte emot eller gunga på ugnsdörren. Lek inte med ugnen och använd den ej heller som en leksak. Barn bör få lära sig alla viktiga säkerhetsinstruktioner: hur de använder grytlappar, försiktigt tar av lock etc., samt att vara speciellt uppmärksamma på förpackningar (t.ex. självupphettande material) som är utformade för att göra mat fräsigt, eftersom dessa kan vara extra varma.

#### **Andra varningar**

Ändra aldrig ugnen på något sätt. Denna ugn ska endast användas för mattillagning i hemmet och får endast användas för att tillaga mat. Den är inte lämplig för kommersiell användning eller laboratorieanvändning.

#### **Att underlätta problemfri användning av din ugn och undvika skador**

Använd aldrig ugnen när den är tom. Om du använder en brunfärgande form eller ett självupphettande material bör du alltid placera en värmebeständig isolator, som t.ex. en porlinsställrik, under formen eller materialet för att undvika att skada den roterande tallriken vid värmepåfrestningen. Den uppvärmningstid som anges i instruktionerna för formen får inte överskridas. Använd inte metallredskap, eftersom de återkastar mikrovågor och kan orsaka elektrisk smältning. Ställ inte konservburkar i ugnen. Använd endast den roterande tallrik och det tallriksstöd som är utformat för denna ugn. Använd inte ugnen utan den roterande tallriken.

För att förhindra att den roterande tallriken går sönder:

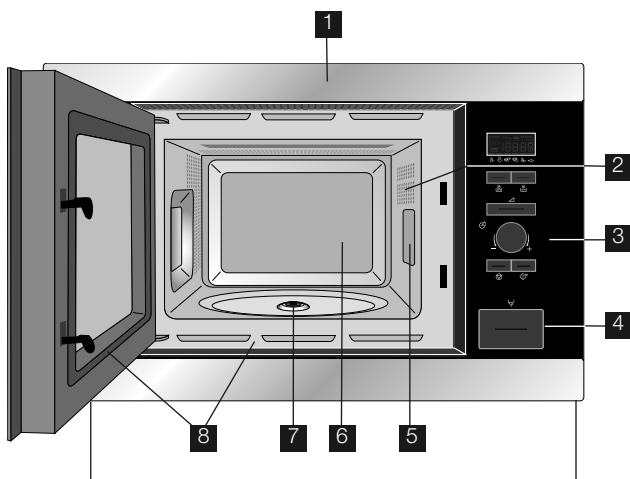
- Låt den roterande tallriken svalna innan den görs ren med vatten.
- Ställ inte het mat eller heta kärl på en kall roterande tallrik.
- Ställ inte kall mat eller kalla kärl på en het roterande tallrik.

Ställ inte någonting på det yttre höljet under användning.

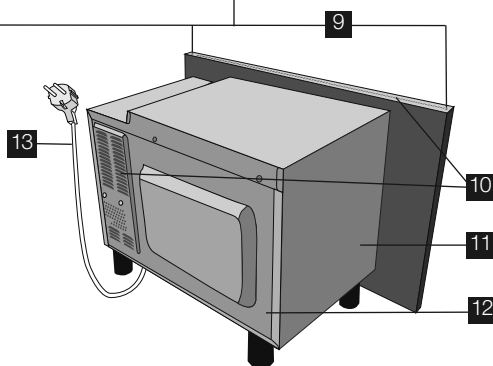
#### **⚠ Obs!**

Kontakta en auktoriserad elektriker om du är osäker på hur du skall ansluta din ugn. Varken tillverkaren eller återförsäljaren påtar sig något ansvar för skador på ugnen, eller personskador, som uppstår till följd av försummelse att utföra en korrekt elektrisk anslutning. Vattenånga eller vattendroppar kan tillfälligtvis uppstå på ugnsväggarna eller runt dörrtätningarna och tätningsytorna. Detta är normalt och inget tecken på mikrovågsläckage eller fel.

## PRODUKTÖVERSIKT MIKROVÅGSUGN OCH TILLBEHÖR



- 1 Framsida
- 2 Ugnslampa
- 3 Kontrollpanel
- 4 Knapp för dörröppning
- 5 Mikrovågsskydd
- 6 Ugnsutrymme
- 7 Tätning
- 8 Dörrtätning och tätningssytor

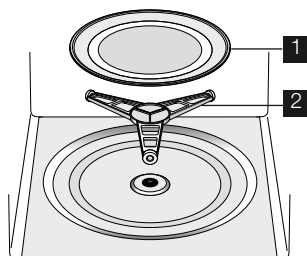


- 9 Fästpunkter (4 punkter)
- 10 Ventilationsöppningar
- 11 Yttre hölje
- 12 Bakre hölje
- 13 Elsladd

Kontrollera att följande tillbehör finns med:

- 1 Roterande tallrik
- 2 Tallriksstöd
- 3 4 Skruvar för fastsättning (visas ej)

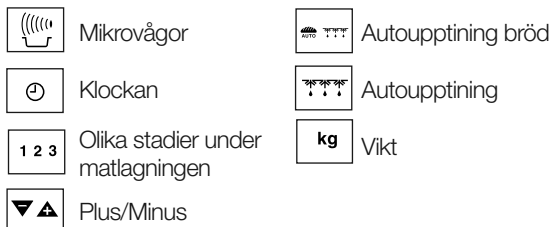
- Placera tallriksstödet i tätningen på botten av ugnsutrymmet.
- Placera sedan den roterande tallriken på tallriksstödet.
- För att undvika skador på den roterande tallriken, bör du se till så att tallrikar eller behållare inte kommer emot den roterande tallrikens kant när du tar ut dem ur ugnen.



När du beställer tillbehör ber vi dig att uppge två saker till din återförsäljare eller auktoriserade ELECTROLUX Services reparatör: artikelns namn, samt modellnamnet för din mikrovågsugn.

## KONTROLLPANEL

### 1 DIGITAL DISPLAY indikatorer



### 2 Symboler AUTOTILLAGNING

### 3 Knappen AUTOTILLAGNING

### 4 Knappen AUTOUPPTINING

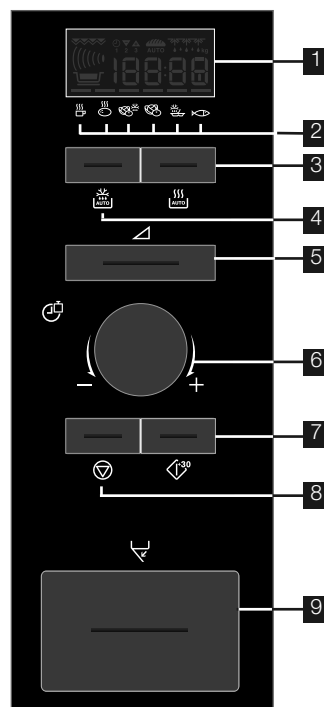
### 5 Knappen UGNENS EFFEKTIVNIVÅ

### 6 Vredet TIMER/VIKT

### 7 Knappen START/+30

### 8 Knappen STOP

### 9 Knappen för DÖRRÖPPNING



## INNAN FÖRSTA ANVÄNDNING

### ECO-LÄGE

Ställa in läget "SPARA ENERGI" (Econ).

1. Sätt i kontakten i vägguttaget.
2. På displayen visas: Econ.
3. Displayen räknar ner från 3:00 till noll.
4. När displayen når noll slår ugnen om till Eco-läget och displayen blir tom.



- Ställ in klockan för att avbryta Eco-läget.

### INSTÄLLNING AV KLOCKAN

Ugnen har en 12- och 24-timmarsklocka.

**Exempel:** Ställa in klockan på 11:30 (12-timmarsklocka).

1. Öppna luckan.
2. På displayen visas: Econ.
3. Håll in knappen START/+30 i fem sekunder. Ugnen avger en pipsignal. På displayen visas:




12 H

4. Vrid ratten TIMER/VIKT för att ställa in timmen.
5. Tryck på knappen START/+30 en gång och vrid sedan ratten TIMER/VIKT för att ställa in minuterna.
6. Tryck på knappen START/+30.
7. Kontrollera displayen: 11:30
8. Stäng luckan.



- Du kan vrida ratten TIMER/VIKT både medurs och moturs.
- Om du trycker på knappen STOP ställs inte klockan in. På displayen visas: Econ.

**Exempel:** Att ställa in klockan på 23:30 (24-timmarsklocka).


1. Öppna luckan.
2. På displayen visas: Econ.
3. Håll in knappen START/+30 i fem sekunder. Ugnen avger en pipsignal. På displayen visas: 
4. Tryck på knappen START/+30. Displayen är: 
5. Vrid ratten TIMER/VIKT för att ställa in timmen.
6. Tryck på knappen START/+30 en gång och vrid sedan ratten TIMER/VIKT för att ställa in minuterna.
7. Tryck på knappen START/+30.
8. Kontrollera displayen: 
9. Stäng luckan.




- Du kan vrida ratten TIMER/VIKT både medurs och moturs.
- Om du trycker på knappen STOP ställs inte klockan in. På displayen visas: Econ.

## JUSTERA TIDEN NÄR KLOCKAN ÄR INSTÄLLD

**Exempel:** Att ställa in klockan på 11:45.

1. Öppna luckan.
2. Håll in knappen START/+30 i fem sekunder. Ugnen avger en pipsignal. På displayen visas: 

(Om du vill ändra klockan till 24-timmarsformat ska du trycka på knappen START/+30 igen.)

3. Vrid ratten TIMER/VIKT för att ställa in timmen.
4. Tryck på knappen START/+30 en gång och vrid sedan ratten TIMER/VIKT för att ställa in minuterna.
5. Tryck på knappen START/+30.
6. Kontrollera displayen: 

## FÖR ATT AVBRYTA KLOCKA OCH STÄLL ECON-LÄGE

1. Öppna luckan.
2. Håll in knappen START/+30 i fem sekunder. Ugnen avger en pipsignal. På displayen visas: 

(Om du vill ändra klockan till 24-timmarsformat ska du trycka på knappen START/+30 igen.)

3. Tryck på knappen STOP.
4. På displayen visas: Econ.
5. Stäng dörren.
6. Displayen räknar ner från 3:00 till noll.
7. När displayen når noll slår ugnen om till Eco-läget och displayen blir tom.

## ANVÄNDA STOP-KNAPPEN

Använd STOP-knappen för att:

1. Radera ett fel under programmering.
2. Stoppa ugnen tillfälligt under tillagning.
3. Avbryta ett program under tillagning genom att trycka på knappen två gånger.



## BARNLÅS

Ugnen har en säkerhetsfunktion som förhindrar att barn startar ugnen av misstag. När låset har aktiverats kan ugnen inte köras på något sätt innan det har avaktiverats.

**Exempel:** Att ställa in barnlåset.

1. Håll STOP intryckt i 5 sekunder.



Ugnen piper och "LOC" visas på displayen: 



- Avaktivera barnlåset genom att trycka och hålla in STOP-knappen i fem sekunder. Ugnen piper två gånger och visar sedan klockan på displayen.
- Barnlåset kan inte ställas in om klockan inte är inställd.

## ANVÄNDA MIKROVÅGSUGNEN

### MIKROVÅGOR TILLAGNING RÅD

För att koka/tina upp mat i en mikrovågsugnen måste mikrovågsenergin kunna passera behållaren för att penetrera maten. Därför är det viktigt att välja lämpligt tillagningsgods. Runda/ovala fat är att föredra framför fyrkantiga/avlånga, eftersom maten i hörnorna tenderar att bli överkokt.

Det är viktigt att vända, ordna om eller röra om maten för att säkra jämn uppvärmning. Låt alltid maten vila efter tillagning, eftersom det gör det möjligt för värmen att sprida sig jämnt genom maten.

Matkaraktäristika	
Sammansättning	Mat med mycket fett och socker (exempelvis finhackade pajer) kräver kortare uppvärmningstid. Försiktighet måste iakttas eftersom överhettning kan leda till brand.
Densitet	Matdensiteten påverkar tillagningstiden. Lätt porös mat, som exempelvis kakor och bröd, tillagas snabbare än tung kompakt mat, som exempelvis stekar och grytor.
Kvantitet	Tillagningstiden måste ökas när mängden mat i ugnen ökar. Fyra potatisar tar exempelvis längre tid att koka än två.
Storlek	Små rätter och små bitar kokar fortare än stora, eftersom mikrovågor penetrerar från alla sidor mot mitten. Se till att alla bitarna har samma storlek för jämn tillagning.
Form	Mat som är oregelbunden i form, som exempelvis kycklingbröst eller fågelben, tar längre tid att tillaga när det gäller de tjockare delarna. Runda former tillagas jämnare än fyrkantiga vid tillagning med mikrovågor.
Temperatur	Matens initiala temperatur påverkar tillagningstiden. Djupfryst mat tar längre tid att tillaga än mat som är rumstempererad. Skär i mat med fyllningar, exempelvis syltmunkar, för att släppa ut värme eller ånga.

Tillagningstekniker	
Ordning	Placera de tjockaste delarna av maten mot fatets yttre kant. Exempelvis kycklinglår.
Skydd	Använd ventilerad mikrovågsglas eller passande lock.
Stick hål på	Stick några hål i mat med skal, skinn eller hinna innan tillagning eller återuppvärmning, eftersom ånga byggs upp som kan leda till att maten exploderar. exempelvis potatis, fisk, kyckling, korv. <b>⚠ Viktigt!</b> Ägg ska inte värmas upp med mikrovågsenergi eftersom de kan explodera, även efter tillagningen är över, exempelvis pocherade, hårdkokta.
Rör om, vänd och ordna om	För jämn tillagning är det viktigt att röra om, vända och ordna om maten under tillagning. Rör alltid om och ordna om utifrån och in mot mitten.
Låt stå	Att låta maten vila är nödvändigt efter tillagning för att göra det möjligt för värmen att sprida sig jämnt genom maten.
Skydd	En del områden i maten som tinas upp kan bli varma. Varma områden kan skyddas med små bitar folie, som reflekterar mikrovågor, exempelvis ben och vingar på en kyckling.

## REDSKAP SOM TÅL MIKROVÅGSUGN

Säkerhetskommentarer	När till gäller	Mikrovågstillagningsgods
Aluminiumfolie/ foliebehållare	✓ / ✗	Små bitar aluminiumfolie kan användas för att skydda maten mot överhettning. Håll folien minst 2 cm från ugnsväggarna eftersom ljusbågar kan uppstå. Foliebehållare rekommenderas inte om de inte är specificerade av tillverkaren, följ anvisningarna noggrant.
Browningfat	✓	Följ alltid tillverkarens anvisningar. Överskrid inte angivna uppvärmningstider. Var mycket försiktig eftersom dessa fat blir mycket heta.
Porslin och keramik	✓ / ✗	Porslin, lergods, glaserat lergods och ben är vanligtvis lämpligt, med undantag för de med metallisk dekoration.
Glasgods, exempelvis Pyrex®	✓	Försiktighet ska iakttas vid användning av fint glasgods, eftersom det kan bräckas eller spricka om det värms upp plötsligt.
Metall	✗	Vi rekommenderar inte användning av tillagningsgods i metall, eftersom det bildar ljusbågar som kan leda till brand.
Plast/polystyren, exempelvis matbehållare	✓	Försiktighet måste iakttas eftersom en del behållare förvrids, smälter eller missfärgas vid höga temperaturer.
Plastfolie	✓	Får inte beröra maten och måste genomborras för att låta ånga komma ut.
Frys-/stekpåsar	✓	Måste genomborras för att låta ånga komma ut. Kontrollera att påsarna är lämpliga för mikrovågsugn. Använd inte plast- eller metallband eftersom de kan smälta eller fatta eld på grund av ljusbågsbildning.
Papper tallrikar, muggar och hushållspapper	✓	Använd endast för uppvärmning eller för att absorbera fukt. Försiktighet måste iakttas eftersom överhettning kan orsaka brand.
Halm- och träbehållare	✓	Var alltid uppmärksam på ugnen när du använder dessa material, eftersom överhettning kan orsaka brand.
Returpapper och tidningar	✗	Kan innehålla extrakt av färg vilket kan orsaka ljusbågsbildning och leda till brand.

## MIKROVÅGOR TILLAGNING

Din ugn kan programmeras upp till 90 minuter. Den inmatade enheten för tillagnings- eller upptiningstid varierar från 15 sekunder till fem minuter. Det beror på den totala tillagnings- eller upptiningstidens längd, vilket visas i tabellen.

Tillagningstid	Ökningsenhet
0-5 minuter	15 sekunder
5-10 minuter	30 sekundee
10-30 minuter	1 minut
30-90 minuter	5 minuter

## TINA MANUELLT

Använd 240 W för att tina manuellt (utan att använda den automatiska tiningsfunktionen). Tiningssymbolen visas på displayen när den här effektnivån väljs.

## MIKROVÅGSUGNENS EFFEKTNIVÅ

Din ugn har 6 effektnivåer.

Effektinställning	Föreslagna användning
800 W/HÖGT	Används för snabb tillagning eller återuppvärmning av t.ex. soppor, grytor, burkmat, varma drycker, grönsaker, fisk etc.
560 W	Används för längre tillagning av kompakt mat som t.ex. stekar, köttfärslimpa och portionsrätter, men även för känsliga maträtter som t.ex. ostsås och sockerkaka. Vid denna lägre inställning kokar inte såsen över och maten kommer att tillagas jämnt utan att bli överkokt på sidorna.
400 W	För kompakt mat som behöver lång tillagningstid när den tillagas på vanligt sätt, t.ex. köträtter. Vi rekommenderar att du använder denna effektinställning för att säkerställa att köttet inte blir segt.
240 W/UPPTINING	För upptining bör du välja denna effektinställning för att säkerställa att maten tinas jämnt. Denna inställning är också idealisk för att sjuda ris, pasta, dumplings och till att koka äggkräm.
80 W	För skonsam upptining, av t.ex. gräddtårter eller bakverk.
0 W	Vilotid/äggklocka.

W = WATT

**Exempel:** Anta att du vill värma upp soppa i 2 minuter och 30 sekunder med en mikrovågseffekt på 560 W.

1. Tryck två gånger på UGNENS EFFEKTNIVÅ knapp.



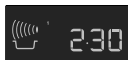
2. Välj tid genom att vrida på vredet TIMER/VIKT medsols eller motsols tills 2.30 visas i displayen.



3. Tryck på START/+30-knappen.



4. Kontrollera displayen:



- När dörren öppnas under tillagningsprocessen, stannar tillagningstiden på den digitala displayen automatiskt. Tillagningstiden börjar åter räknas ner när dörren stängs och knappen START/+30 trycks in.
- Om du vill ta reda på EFFEKTNIVÅ under tillagningen trycker du på knappen ugnens effektnivå.
- Öka eller minska tillagningstiden genom att vrida på knappen TIMER/VIKT under tillagningen.
- Ändra EFFEKTNIVÅ genom att trycka på effektknappen under tillagningen.
- Tryck två gånger på STOP-knappen för att avbryta ett program under tillagningen.

### Viktigt!

Om du inte väljer någon nivå ställs 800 W/HÖGT in automatiskt.

## ÄGGKLOCKA

**Exempel:** Ställa in äggklockan på sju minuter.

1. Tryck på UGNENS EFFEKTIVÅ-knappen 7 gånger.



2. Välj tid genom att vrida på vredet TIMER/VIKT medsols eller motsols tills 7.00 visas i displayen.



3. Tryck på START/+30-knappen.



4. Kontrollera displayen:



- Tryck på STOP knappen för att pausa äggklockan. Tryck på START/+30 för att starta äggklockan igen eller tryck på STOP knappen för att avbryta.

## LÄGG TILL 30 SEKUNDER

Knappen START/+30 ger dig möjlighet att använda följande två funktioner.

### 1. Direktstart

Tillagningen kan startas direkt på mikrovågseffekten 800 W/HÖGT i 30 sekunder genom att du trycker på knappen START/+30.



### 2. Utöka tillagningstiden

Du kan förlänga tillagningstiden vid manuell tillagning genom att förlänga koktiden med 30 sekunder i taget om knappen trycks in medan ugnen är på.



- Funktionen kan inte användas när AUTOTILLAGNING eller AUTOUPPTNING används.

## PLUS OCH MINUS

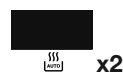
Med funktionerna PLUS  $\Delta$  och MINUS  $\nabla$  kan du öka eller minska tillagningstiden när de automatiska programmen används.

Använd MINUS  $\nabla$  om du föredrar kokta potatisar som är lite hårdare.

Använd PLUS  $\Delta$  om du föredrar kokta potatisar som är lite mjukare.

**Exempel:** Koka 0,3 kg potatis mjuka.

1. Välj den meny som ska användas genom att trycka på AUTOTILLAGNING-knappen två gånger.



2. Vrida TIMER/VIKT vredet till 0.3 displayen.



3. Tryck en gång på UGNENS EFFEKTIVÅ-knappen för att välja PLUS  $\Delta$ .



4. Tryck på START/+30-knappen.



5. Kontrollera displayen:



- Tryck på UGNENS EFFEKTIVÅ-knappen 3 gånger för att avaktivera PLUS/MINUS.
- Om du väljer PLUS visar displayen  $\Delta$ .
- Om du väljer MINUS visar displayen  $\nabla$ .



## FLERSTEGSTILLAGNING

En sekvens om tre steg (max) kan programmeras med olika kombinationer av MIKROVÅGOR.

**Exempel:** För att tillaga:

5 minuter med effekt 800 W (steg 1)

16 minuter med effekt 240 W (steg 2)

### Steg 1

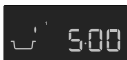
1. Tryck två gånger på UGNENS EFFEKTIVÅ knapp.



2. Välj effekt genom att vrida på vredet TIMER/VIKT medsols tills 5.00 visas i displayen.



3. Kontrollera displayen:



### Steg 2

1. Tryck 4 gånger på UGNENS EFFEKTIVÅ knapp.



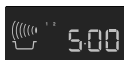
2. Välj effekt genom att vrida på vredet TIMER/VIKT medsols tills 16.00 visas i displayen.



3. Tryck på START/+30-knappen.



4. Kontrollera displayen:



Ugnen börjar tillaga i 5 minuter med effekten 800 W och fortsätter sedan i 16 minuter med 240 W.

## AUTOTILLAGNING OCH AUTOUPPTININGS ANVÄNDNING

Med AUTOTILLAGNING och AUTOUPPTINING räknas rätt tillagningssätt och tillagningstid ut automatiskt. Du kan välja mellan 6 AUTOTILLAGNINGSMENYER och 2 AUTOUPPTININGSMENYER.

### Autotillagning

Mat	Symbol
Dryck	
Kokt Potatis/ Bakad Potatis	
Frysta Grönsaker	
Färska Grönsaker	
Frusna Färdigrätter Omrörningsbara Rätter	
Fiskfilé Med Sås	

**Exempel:** Koka 0,3 kg potatis.

1. Välj den meny som ska användas genom att trycka på AUTOTILLAGNINGSMENY-knappen två gånger.



2. Vrida TIMER/VIKT-vredet tills 0.3 visas i displayen.



3. Tryck på START/+30-knappen.



4. Kontrollera displayen:



När det är dags att utföra en åtgärd (t.ex. vända på maten) stannar ugnen och en ljudsignal hörs, samtidigt som återstående tillagningstid och en indikator blinkar på displayen. Tryck på knappen START/+30 för att återuppta tillagningen. Programmet avbryts automatiskt när den AUTOMATISKA TILLAGNINGSTIDEN är slut. Klockan ljuder och kastrullsymbolen blinkar. Efter en minut ljuder en påminnelse signal, sedan återgår displayen till klockan.

## Autoupptinings

Mat	Symbol
Kött/fisk/fågel	
Bröd	

**Exempel:** Upptining av 0.2 kg bröd.

1. Välj den meny som ska användas genom att trycka på AUTOUPPTININGS-knappen två gånger.



2. Vrid TIMER/VIKT-vredet tills 0.2 visas i displayen.



3. Tryck på START/+30-knappen.















4. Kontrollera displayen:








När det är dags att utföra en åtgärd (t.ex. vända på maten) stannar ugnen och en ljudsignal hörs, samtidigt som återstående tillagningstid och en indikator blinkar på displayen. Tryck på knappen START/+30 för att återuppta tillagningen. Programmet avbryts automatiskt när den AUTOMATISKA UPTININGSTIDEN är slut. Klockan ljuder och kastrullsymbolen blinkar. Efter en minut ljuder en påminnelse signal, sedan återgår displayen till klockan.

## PROGRAMTABELLER

## TABELLER FÖR AUTOTILLAGNING OCH AUTOUPPTINING

Autotillagning	Vikt (ökningsenhet)/ Kärl	Knapp	Tillvägagångssätt
Dryck (Te/kaffe) 	1-4 koppar 1 kopp=200 ml	 x1	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ställ koppen mot utkanten av den roterande tallriken.</li> </ul>
Kokt och bakad potatis 	0,1-0,8 kg (100 g) Skål och lock	 x2	Kokt potatis: Skala potatisen och skär den i delar som är ungefär lika stora. Bakad potatis: Välj ut några potatisar av ungefär samma storlek och skölj dem. <ul style="list-style-type: none"> <li>Lägg de potatisar som ska kokas eller bakas i en skål.</li> <li>Tillsätt den mängd vatten som krävs (per 100 g), cirka 2 msk och lite salt.</li> <li>Täck över med ett lock.</li> <li>Rör om maten och täck över den igen när ljudsignalen hörs.</li> <li>Låt stå i ungefär 2 minuter efter tillagningen.</li> </ul>
Frysta grönsaker 	0,1-0,6 kg (100 g) Skål och lock	 x3	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tillsätt 1 msk vatten per 100 g och salt efter smak. (För svamp krävs inget extra vatten.)</li> <li>Täck över med ett lock.</li> <li>Rör om maten och täck över den igen när ljudsignalen hörs.</li> <li>Låt stå i ungefär 2 minuter efter tillagningen.</li> </ul> <p><b>i</b> Om frusna grönsaker har frusit ihop bör du tillaga dem manuellt.</p>
Färska grönsaker 	0,1-0,6 kg (100 g) Skål och lock	 x4	<ul style="list-style-type: none"> <li>Skär dem i små delar, t.ex. strimlor, tärningar eller skivor.</li> <li>Tillsätt 1 msk vatten per 100 g och salt efter smak. (För svamp krävs inget extra vatten.)</li> <li>Täck över med ett lock.</li> <li>Rör om maten och täck över den igen när ljudsignalen hörs.</li> <li>Låt stå i ungefär 2 minuter efter tillagningen.</li> </ul>
Frusna färdigrätter somröringsbara rätter (omrörings- bara) 	0,3-1,0 kg (100 g) Skål och lock	 x5	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lägg över maträtten i en lämplig mikrovågssäker form.</li> <li>Tillsätt vätska om tillverkaren rekommenderar det.</li> <li>Täck över med ett lock.</li> <li>Tillaga utan lock om tillverkaren rekommenderar dig att göra det.</li> <li>Rör om maten och täck över den igen när ljudsignalen hörs.</li> <li>Rör om och låt stå i ungefär 2 minuter efter tillagningen.</li> </ul>
Fiskfilé med sås 	0,4-1,2 kg* (100 g) Gratängform med mikrovågssfolie	 x6	<ul style="list-style-type: none"> <li>Se recept på "Fiskfilé med sås" på sidan 45.</li> </ul> <p>* Total vikt för alla ingredienser.</p>

**i** Kyld mat tillagas från 5 grader C, fryst mat tillagas från -18 grader C.

Autoupptningsnr	Vikt (ökningsenhet)/ Kärn	Knapp	Tillvägagångssätt
Kött/fisk/fågel  (Hel fisk, fiskkottletter, fiskfiléer, kycklinglår, kycklingfiléer, köttfärs, filéer, kottletter, hamburgare och korvar)	0,2-0,8 kg (100 g) Pajform	 x1	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lägg maten i en pajform och ställ formen mitt på den roterande tallriken.</li> <li>Vänd på maten, placera om den och dela på den när ljudsignalen hörs. Täck över tunna delar och varma fläckar med aluminiumfolie.</li> <li>Vira in maten i aluminiumfolie och låt vila i 15-45 minuter, efter upptining, tills den är helt upptinat.</li> <li>Köttfärs Vänd på maten när ljudsignalen hörs. Ta bort de delar som tinat, om det går.</li> </ul> <p><b>i</b> Inte tillämpligt för hel fågel.</p>
Bröd  	0,1-1,0 kg (100 g) Pajform	 x2	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lägg brödet i en pajform och ställ formen mitt på den roterande tallriken. 1,0 kg kan läggas direkt på den roterande tallriken.</li> <li>Vänd på brödet när ljudsignalen hörs, flytta om det och ta bort skivor som har tinats upp.</li> <li>Täck över brödet med aluminiumfolie efter upptining och låt stå i 5-15 minuter tills det är helt upptinat.</li> </ul>

**i** Kyld mat tillagas från 5 grader C, fryst mat tillagas från -18 grader C.



- Ange endast matens vikt. Räkna inte med behållarens vikt.
- Använd ett manuellt program om du ska tillaga mat som väger mer eller mindre än de vikter som ges i tillagningstabellerna.
- Den slutliga temperaturen varierar beroende på matens starttemperatur. Kontrollera att maten är rykande varm efter tillagningen.
- När det är dags att utföra en åtgärd (t.ex. vända på maten) stannar ugnen och en ljudsignal hörs, samtidigt som återstående tillagningstid och en indikator blinkar på displayen. Tryck på knappen START/+30 för att återuppta tillagningen.
- Kylfläkten går eventuellt igång efter lägena Mikro.



- Biffar och kottletter bör frysas in i ett lager.
- Köttfärs bör frysas in så platt som möjligt.
- Täck över de tinade delarna med små remsor av aluminiumfolie efter vändningen.
- Fågeln bör tillredas direkt efter upptiningen.

## RECEPT FÖR AUTOTILLAGNING

**Fiskfilé med pikant sås**

0,4 kg	0,8 kg	1,2 kg	
140 g	280 g	420 g	burktomater (avrunna)
40 g	80 g	120 g	majs
4 g	8 g	12 g	chilisås
12 g	24 g	36 g	lök (finhackad)
1 tsk	1-2 tsk	2 tsk	rödvinsvinäger
			senap, timjan i kajennpeppar
200 g	400 g	600 g	fiskfilé
			salt

1. Blanda ingredienserna till såsen.
2. Lägg fiskfilén i en rund gratängform med de tunna ändarna vända mot mitten och strö över salt.
3. Håll såsen över fiskfilén.
4. Täck över med mikrovågsfolie och tillaga med AUTOTILLAGNING "Fiskfilé med sås".
5. Låt maten stå i cirka 2 minuter efter tillagning.

**Fiskfilé med currysås**

0,4 kg	0,8 kg	1,2 kg	
200 g	400 g	600 g	fiskfilé
			salt
40 g	80 g	120 g	banan (skivad)
160 g	320 g	480 g	färdig currysås

1. Lägg fiskfilén i en rund gratängform med de tunna ändarna vända mot mitten och strö över salt.
2. Sprid ut bananen och currysåsen över fiskfilén.
3. Täck över med mikrovågsfolie och tillaga med AUTOTILLAGNING, "Fiskfilé med sås".
4. Låt maten stå i cirka 2 minuter efter tillagning.

## MINSKAD EFFEKTIVÅ

**⚠ Obs!**

Om tillagningstiden överskrider standardtiden vid 800 W, sänks ugnens effekt automatiskt för att undvika överhettning.

(Mikrovågsugnens effektnivå sänks till 560 W.) Efter en paus på 90 sekunder, kan det 800 W effektläget ställas in igen.

Tillagningsläge	Standardtid	Sänkt effektnivå
Mikrovågor 800 W	20 minuter	Mikrovågor 560 W

## TILLAGNINGSTABELLER

**Förkortningar**

msk = matsked	Kkp = kaffekopp	g = gram	ml = milliliter	min = minuter
tsk = tesked	kg = kilogram	l = liter	cm = centimeter	

**Värma mat och dryck**

<b>Mat/Dryck</b>	<b>Mängd -g/ml-</b>	<b>Effekt Nivå</b>	<b>Tid -Min-</b>	<b>Metod</b>
Mjölk, 1 kopp	150	800 W	ca. 1	täck inte över
Vatten, 1 kopp	150	800 W	1-2	täck inte över
6 koppar	900	800 W	10-12	täck inte över
1 skål	1000	800 W	11-13	täck inte över
Uppläggningsfat (grönsaker, kött och garnering)	400	800 W	3-6	stänk lite vatten över såsen över rör om efter halva tillagningstiden
Stuvning/soppa	200	800 W	1-2	täck över; rör om efter uppvärmning
Grönsaker	200	800 W	2-3	tillsätt vatten vid behov, täck över rör om efter
	500	800 W	4-5	halva uppvärmningstiden
Kött, 1 skiva*	200	800 W	3-4	stryk på ett tunt lager säs överst och täck över
Fiskfilé*	200	800 W	2-3	täck över
Kaka, 1 bit	150	400 W	½	lägg i en pajform
Barnmat, 1 burk	190	400 W	ca. 1	lägg maten i en lämplig behållare som tål mikrovågsugn, tillaga och rör sedan om ordentligt innan du kontrollerar temperaturen
Smält margarin eller smör*	50	800 W	½	täck över
Smälta choklad	100	400 W	2-3	rör om då och då

\* från kylld temperatur

**Upptining**

<b>Mat</b>	<b>Mängd -g-</b>	<b>Effekt Nivå</b>	<b>Tid -Min-</b>	<b>Metod</b>	<b>Vilotid -Min-</b>
Gulash	500	240 W	8-12	rör om efter halva upptiningstiden	10-15
Kaka, 1 bit	150	80 W	2-5	lägg i en pajform	5
Frukt som körsbär jordgubbar, hallon och plommon	250	240 W	4-5	sprid ut dem jämnt och vänd på dem efter halva upptiningstiden	5

**i** Tiderna som anges i tabellen är enbart riktlinjer och kan variera beroende på starttemperaturen på det frusna livsmedlet, dess sammansättning och dess vikt.

## Upptining och tillagning

Mat	Mängd -g-	Effekt Nivå	Tid -Min-	Metod	Vilotid -Min-
Fiskfilé	300	800 W	10-12	täck över	2
Portionsrätt	400	800 W	9-11	täck över och rör om efter 6 minuter	2

## Tillaga kött och fisk

Mat	Mängd -g-	Effekt Nivå	Tid -Min-	Metod	Vilotid -Min-
Stekar (fläsk, kalv, lamm)	1000	800 W	19-21*	krydda efter smak; lägg i en flat	10
	1500	400 W	11-14	pajform vänd efter	
		800 W	33-36*		
Rostbiff (medium)	1000	800 W	9-11*	krydda efter smak; lägg i en	10
	1500	400 W	5-7	pajform vänd efter	10
		400 W	13-17		
Fiskfilé	200	800 W	3-4	krydda efter smak, lägg på en tallrik och täck över	3

## RECEPT

Samtliga recept i den här kokboken är beräknade för fyra portioner, om inget annat anges.

### Anpassa recept för tillagning i mikrovågsugn

Om du vill anpassa dina favoritrecept för tillagning i mikrovågsugn, bör du observera följande:

Tillagningstiderna bör minskas med mellan en tredjedel och hälften av den ursprungliga tiden. Följ de exempel som ges i recepten i den här kokboken. Livsmedel som innehåller mycket vatten, såsom kött, fisk, fågel, grönsaker, frukt, grytor och soppor, lämpar sig väl för tillagning i mikrovågsugn. Livsmedel som innehåller lite

vatten, såsom mat på uppläggningsfat, bör fuktas på ytan före uppvärmning eller tillagning. Den mängd vätska som ska tillsättas till råa livsmedel, som ska bräseras, bör minskas till cirka två tredjedelar av mängden i originalreceptet. Tillsätt mer vätska under tillagningen vid behov. Den mängd fett som ska tillsättas kan minskas avsevärt. En liten mängd smör, margarin eller olja är tillräckligt för att smaksätta maten. Av denna anledning är din mikrovågsugn ett utmärkt hjälpmedel för att tillaga rätter med låg fetthalt, som en del av en diet.

### Champignonsoppa

Redskap: Skåll med lock (2 l)

200 g	svamp, skivad
50 g	lök, finhackad
300 ml	köttbuljong
300 ml	grädde
25 g	mjöl
25 g	smör eller margarin
	salt i peppar
1	ägg
150 ml	grädde

- Lägg grönsakerna och buljongen i skålen, täck över och tillaga.  
8-9 min. 800 W
- Blanda alla ingredienser i mixern.
- Rör samman mjöl och smör till en smet, och rör ut smeten i soppan. Krydda med salt och peppar, täck över och tillaga. Rör om efter tillagningen.  
4-6 min. 800 W
- Blanda äggulorna med grädden och rör ner blandningen i soppan, lite i taget. Värm upp soppan en kort stund, men låt den inte koka!  
1-2 min. 800 W  
Låt maten stå i cirka 5 minuter efter tillagningen.

## Ratatouille

Redskap: Skål med lock (2 l)

5 msk	olivolja
1	vitlöksklyfta, pressad
50 g	lök, skivad
250 g	aubergine, tärnad
200 g	zucchini, tärnad
200 g	paprika, i stora tärningar
75 g	fänkål, i stora tärningar
1	kryddbukett
200 g	kronärtskockshjärtan på burk, skurna i fyra delar
	salt i peppar

## Sjötungsfiléer

Redskap: Låg, oval ugnform med plastfolie som tål mikrougn (ca. 26 cm lång)

400 g	sjötungsfiléer
1	hel citron
150 g	tomater
10 g	smör
1 msk	vegetabilisk olja
1 msk	persilja, hackad
	salt i peppar
4 msk	vitt vin
20 g	smör

## Fylld skinka

Redskap: Skål med lock (2 l)

	Oval gratängform (ca 26 cm lång)
125 g	bladspenat, hackad
125 g	färskost, 20 % fettinnehåll
40 g	Emmentalost, riven
	peppar i paprika
6 skivor	kokt skinka (300 g)
125 ml	vatten
125 ml	grädde
20 g	mjölet
20 g	smör eller margarin
10 g	smör eller margarin för att smörja formen

- Lägg olivoljan och vitlöksklyftan i skålen. Tillsätt de förberedda grönsakerna, men inte kronärtskockshjärtana, och krydda med peppar. Tillsätt kryddbuketten, täck över och tillaga. Rör om en gång.  
19-21 min. 800 W  
Tillsätt kronärtskockshjärtana då fem minuter återstår, och värm upp.
  - Krydda ratatouillen med salt och peppar efter smak. Ta bort kryddbuketten före servering. Låt ratatouillen stå i cirka två minuter efter tillagningen.
- Skölj fisken och klappa den torr. Ta bort eventuella ben.
  - Skär citronen och tomaterna i tunna skivor.
  - Smörj ugnformen med smör. Lägg fiskfiléerna i formen och ringla över den vegetabiliska oljan.
  - Strö persilja över formen, lägg tomatskivorna ovanpå och krydda. Lägg citronsaktivorna ovanpå tomaterna och håll vitt vin över dem.
  - Lägg små smörklickar ovanpå citronen, täck över och tillaga.  
16-19 min. 800 W  
Låt maten stå i cirka 2 minuter efter tillagningen.
- Blanda spenaten med osten och färskosten, och krydda efter smak.
  - Lägg en matsked med fyllning på varje skinkskiva och rulla ihop dem. Fäst skinkan med en trästicka.
  - Gör en béchamelsås: håll vattnet och grädden i en skål och värm upp.  
3-4 min. 800 W  
Blanda mjölet och smöret till en redning, tillsätt redningen till vätskan och vispa tills den har lösts upp. Täck över och tillaga tills såsen har tjocknat.  
1 min. 800 W  
Rör om och smaka av.
  - Håll såsen i den smorda formen, lägg de fyllda skinkrullarna på såsen och tillaga under lock.  
3-4 min. 800 W  
Låt maten stå i cirka 5 minuter efter tillagningen.



## Kalvstuvning från zürich

Redskap: Form med lock (2 l)

600 g	kalvfilé
10 g	smör eller margarin
50 g	lök, finhackad
100 ml	vitt vin
	kryddad brunfärgare till cirka ½ l sky
300 ml	grädd
1 msk	persilja, hackad

1. Skär kalvköttet i strimlor.
2. Smörj formen med smöret. Lägg i köttet och löken, täck över och tillaga. Rör om en gång under tillagningen.  
7-10 min. 800 W
3. Tillsätt det vita vinet, brunfärgaren och grädden. Rör om, täck över och fortsätt tillagningen. Rör om då och då.  
4-5 min. 800 W
4. Rör om blandningen efter tillagningen och låt stå i cirka 5 minuter. Garnera med persilja.

## Lasagne

Redskap: Skål med lock (2 l)  
Låg, fyrkantig gratängform med lock  
(ca 20 x 20 x 6 cm)

300 g	konserverade tomater
50 g	skinka, hackad
50 g	lök, finhackad
1	vitlöksklyfta, pressad
250 g	köttfärs
2 msk	tomatpuré
	salt i peppar
150 ml	crème fraîche
100 ml	mjölk
50 g	parmesanost, riven
1 tsk	blandade, hackade örter
1 tsk	olivolja
1 tsk	vegetabilisk olja för smörjning av formen
125 g	gröna lasagneplattor
1 msk	riven Parmesanost

1. Hacka tomaterna och blanda dem med skinkan, löken, vitlöken, köttfärsen och tomatpurén. Krydda, täck över och tillaga.  
7-9 min. 800 W
2. Blanda crème fraîche med mjölk, parmesanost, örter, olja och kryddor.
3. Smörj formen och täck botten med cirka 1/3 av pastan. Lägg hälften av köttfärsblandningen på lasagneplattorna och håll över lite sås. Upprepa och avsluta med den pasta som är kvar. Täck till sist lasagnen med sås och strö över parmesanost. Tillaga lasagnen under lock.  
15-17 min. 560 W  
Låt maten stå i cirka 5-10 minuter efter tillagningen.

## Fruktgelé med vaniljsås

Redskap: Två skålar med lock (2 l)  
Två skålar med lock (1 l)

150 g	rödavinbär, sköljda och med stjälkarna borttagna
150 g	jordgubbar, sköljda och snoppade
150 g	hallon, sköljda och snoppade
250 ml	vitt vin
100 g	socker
50 ml	citronsaft
8	gelatinblad
300 ml	mjölk
½	vaniljstång
30 g	socker
15 g	majsmjöl

1. Spara en del av frukten till dekorerings. Mosa resten av frukten tillsammans med det vita vinet. Lägg purén i en skål, täck med lock och värm upp.  
7-9 min. 800 W
2. Rör ned sockret och citronsaften.
3. Blöt upp gelatinet i kallt vatten i ungefär 10 minuter, och ta sedan upp det och krama det torrt. Rör ut gelatinet i den varma purén tills det har lösts upp. Ställ gelén i kylskåpet tills den har stelnat.
4. Tillred vaniljsåsen: Häll i mjölken i den andra skålen. Dela vaniljstången, ta ut innehållet och rör ned det i mjölken med sockret och majsmjölet. Täck över och tillaga. Rör om under tillagningen och en gång till på slutet.  
3-4 min. 800 W
5. Vänd upp gelén på en tallrik och dekorera med den frukt som är över. Håll vaniljsåsen på gelén.

## SKÖTSEL OCH RENGÖRING

**VARNING! ANVÄND INTE UGNSRENGÖRINGSMEDEL FRÅN HANDELN, ÅNGTVÄTT, STRÄVA RENGÖRINGSPRODUKTER MED SLIPVERKAN, NÅGOT SOM INNEHÅLLER NATRIUMHYDROXID ELLER SKURSVAMPAR PÅ NÅGON DEL AV MIKROVÅGSUGNEN. RENGÖR UGNEN REGELBUNDET OCH TA BORT EVENTUELLA MATRESTER.**

**Underlåtenhet att hålla ugnen ren kan leda till förslitning av ytan som omvänt påverkar dess livslängd och även kan resultera i en riskfylld situation.**

### Ugnens utsida

Du kan lätt rengöra ugnens utsida med ett mildt handdiskmedel och vatten. Torka av diskmedlet med en fuktig trasa, och torka utsidan torr med en mjuk handduk.

### Ugnens kontrollpanel

Öppna dörren före rengöring för att inaktivera ugnens kontrollpanel. Var försiktig då du rengör ugnens kontrollpanel. Använd en trasa som endast har fuktats med vatten, och torka försiktigt av panelen tills den är ren. Undvik att använda alltför rikliga mängder vatten. Använd inget rengöringsmedel, varken kemiskt eller med slipeffekt.

### Ugnens insida

1. Använd en mjuk, fuktig trasa eller svamp till att torka ur ugnen efter varje användning, medan den fortfarande är varm. Använd ett mildt tvålmedel för grövre nedsmutsning, och torka flera gånger med en fuktig trasa tills alla rester har tagits borts. Ta inte bort mikrovågsskyddet.
2. Kontrollera så att det inte har kommit in handdiskmedel eller vatten i de små ventilerna på

väggarna, eftersom detta kan medföra skador på ugnen.

3. Använd inte rengöringsmedel i sprejform till ugnens insida.

### **Roterande tallrik och tallriksstöd**

Ta ur den roterande tallriken och stödet ur ugnen. Rengör den roterande tallriken och tallriksstödet med milt handdiskmedel. Torka torrt med en mjuk trasa. Både den roterande tallriken och stödet tål att diskas i diskmaskin.

### **Dörren**

Rengör regelbundet dörrens båda sidor, dörrtätningarna och tätningstornen med en mjuk, fuktig trasa, för att ta bort alla spår av smuts. Använd inte grova rengöringsmedel med slipeffekt eller vassa metallskrapor för att rengöra ugnens glasdörr eftersom de kan repa ytan och göra så att glaset splittras.

⚠ **Obs!** En ångtvätt får inte användas.

## VAD GÖR JAG OM

Problem	Kontrollera att/råd . . .
Mikrovågsugnen fungerar inte som den ska?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Säkringarna i proppskåpet fungerar.</li> <li>Att det inte har förekommit ett strömavbrott.</li> <li>Om säkringarna har gått, kontakta du en behörig elektriker.</li> </ul>
Mikrovågsläget fungerar inte?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Dörren har stängts ordentligt.</li> <li>Dörrtätningarna och tätningstorna är rena.</li> <li>START/+30-knappen har tryckts in.</li> </ul>
Den roterande tallriken roterar inte?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tallriksstödet har anslutits korrekt till drivningen.</li> <li>Den elfasta formen inte är större än den roterande tallriken.</li> <li>Mat inte förekommer utanför den roterande tallrikens kant så att tallriken förhindras att rotera.</li> <li>Inget blockerar rotationen i utrymmet under den roterande tallriken.</li> </ul>
Mikrovågsugnen stängs inte av?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Isolera apparaten från proppskåpet.</li> <li>Kontakta en behörig ELECTROLUX-servicetekniker.</li> </ul>
Belysningen inuti ugnen fungerar inte?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kontakta en behörig ELECTROLUX-servicetekniker. Glödlampan i ugnen får endast bytas ut av en behörig ELECTROLUX-servicetekniker.</li> </ul>
Det tar längre tid att värma upp och laga maten jämfört med tidigare?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ställ in en längre tillagningstid (dubbel mängd = knappt dubbel koktid) eller,</li> <li>Om maten är kallare än normalt, rotera eller vrid kärlet då och då eller,</li> <li>Ställ in en högre effektinställning.</li> </ul>

## SPECIFIKATIONER

Växelspänning	230 V, 50 Hz, en-fas
Distributionssäkring/-relä	Minst 10 A
Växelströmseffekt som krävs:	Mikrovågsugn 1,2 kW
Uteffekt:	Mikrovågsugn 800 W (IEC 60705)
Mikrovågsfrekvens	2450 MHz * (Grupp 2/Klass B)
Utvändigt mått:	EMS17175O 494 mm (B) x 371 mm (H) x 316 mm (D) EMS17176O 594 mm (B) x 371 mm (H) x 316 mm (D)
Invändigt mått	285 mm (B) x 202 mm (H) x 298 mm (D) **
Ugnskapacitet	17 liter **
Roterande tallrik	ø 272 mm, glas
Vikt	ca. 16 kg
Ugnsbelysning	25 W/240 - 250 V

\* Den här produkten uppfyller kraven i den europeiska standarden EN55011. I enlighet med denna standard har produkten klassificerats som utrustning i grupp 2, klass B. Grupp 2 innebär att utrustningen avsiktligt genererar radiofrekvensenergi i form av elektromagnetisk strålning för värmebehandling av livsmedel.

Klass B innebär att utrustningen är lämplig för bruk i hemmiljö.

\*\* Den invändiga kapaciteten beräknas genom att maximal bredd, djup och höjd mäts. Den faktiska kapaciteten för att rymma mat är mindre.



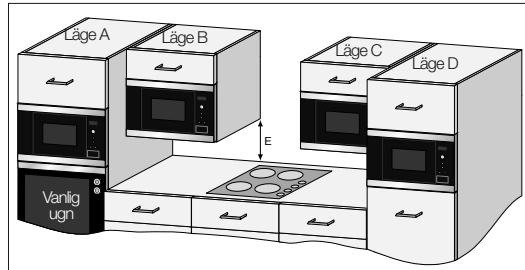
Den här ugnen överensstämmer med kraven i direktiven 2004/108/EC, 2006/95/EC, 2009/125/EC och 2011/65/EU.  
FÖR ATT STÄNDIGT KUNNA FÖRBÄTTRA VÅRA PRODUKTER KAN SPECIFIKATIONERNA KOMMA ATT ÄNDRAS UTAN FÖREGÅENDE MEDDELANDE.



## INSTALLATION

## Om mikrovågsugnen installeras i läge A, B, C eller D:

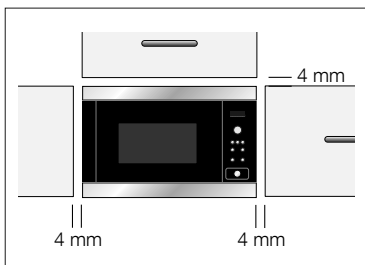
Läge	Nichmått		
	B	D	H
A	560 x 550 x 360		
B+C	462 x 300 x 350		
	462 x 300 x 360		
	560 x 300 x 350		
	560 x 300 x 360		
D	462 x 500 x 350		
	462 x 500 x 360		
	560 x 500 x 350		
	560 x 500 x 360		



Mått i (mm)

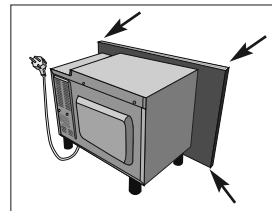
## INSTALLERA MIKROVÅGSUGNEN

1. Avlägsna allt förpackningsmaterial och undersök apparaten noggrant för tecken på skador.
2. Den här ugnen har utformats för att installeras i ett 360 mm högt skåp som standard. När ugnen installeras i ett 350 mm högt skåp: Skruva av och avlägsna de fyra fötterna från ugnens botten. Tre av fötterna är höga och en är låg. Byt ut de tre höga fötterna mot fötterna i tillbehörspaketet. Byt inte ut den korta foten.
3. Installera försiktigt apparaten i köksskåpet, utan att bruka våld, tills ugnens främre ram löper jämnt med skåpets främre öppning.
4. Försäkra att apparaten står stadigt och inte lutar. Upprätthåll ett avstånd på 4 mm mellan skåpsdörren ovan och ramens överdel (se figuren).



## Monteringsalternativ 1:

Fäst ugnen med skruvarna som medföljer. Fästpunkterna finns på ugnens övre och undre hörn.



## Monteringsalternativ 2:

Använd det medföljande informationsbladet.

## SÄKER ANVÄNDNING AV APPARATEN

### Om mikrovågsugnen installeras i läge B eller C (se bilden sidan 53):

- Skåpet måste vara minst 500 mm (E) ovanför arbetsytan och får inte installeras **direkt** ovanför en håll.
- Den här apparaten har testats och godkänts att användas i närheten av enbart gas- och elspisar för hemmabruk, samt induktionsspisar.
- Tillse tillräckligt avstånd mellan spisen och mikrovågsugnen för att undvika att mikrovågsugnen, omgivande köksskåp och tillbehör överhettas.
- Låt inte spisen vara påslagen utan att använda grytor/pannor när mikrovågsugnen är påslagen.
- Var försiktig när du använder mikrovågsugnen då spishällen är på.

- Knyt ett snöre runt strömsladden, före installationen, för att underlätta anslutning till läge (A) när apparaten installeras.
- Strömsladden FÅR INTE vikas när apparaten installeras i ett skåp med höga kanter.
- Doppa inte strömsladden eller kontakten i vatten eller annan vätska.

## ELEKTRISKA ANSLUTNINGAR

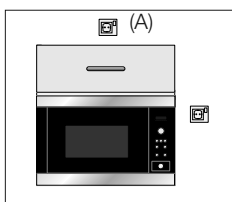


**WARNING!**  
**DEN HÄR APPARATEN MÅSTE JORDAS**  
**Tillverkaren fransäger sig allt ansvar om denna säkerhetsåtgärd inte följs.**

Om kontakten som anslutits till din apparat inte passar i eluttaget, kontaktar du ELECTROLUX Service.

## ANSLUTA APPARATEN TILL STRÖMKÄLLAN

- **Eluttaget ska vara lättillgängligt så att enheten enkelt kan kopplas ur om en nödsituation skulle uppstå. I annat fall ska det vara möjligt att bryta strömmen till ugnen genom att en brytare monteras på det fasta kablaget i enlighet med föreskrifterna för elanslutningar.**
- **Kontakten får inte sitta bakom skåpet.**
- Det bästa läget är ovanför skåpet, se (A).



- Anslut apparaten till 230 V/50 Hz växelström (en-fas) via ett korrekt installerat jordat uttag. Uttaget måste vara säkrat med en säkring på 10 A.
- **Strömsladden får endast bytas ut av en behörig elektriker.**

## MILJÖINFORMATION

### Miljövänligt bortskaffande av förpackningsmateriel och gamla apparater

#### FÖRPACKNINGSMATERIAL

Mikrovågsugnarna från ELECTROLUX erfordrar en effektiv förpackning som skyddar dem under transport. Minsta nödvändiga mängd förpackningsmaterial har använts.

Förpackningsmaterial (t.ex. plastfilm eller polystyren) kan utgöra en fara för barn.

**Tänk på kvävningsrisken. Allt förpackningsmaterial ska förvaras på avstånd från barn.**

Allt använt förpackningsmaterial är miljövänligt och kan återvinnas. Kartongen är tillverkad av återvunnet papper och trästyckena är obehandlade. Plastdelarna har märkts som följer:


«PE» polyetylen, t.ex. förpackningsfilm  
«PS» polystyren, t.ex. förpackningen (fri från CFC)  
«PP» polypropylen, t.ex. förpackningsremmar

Genom att använda och återanvända förpackningen, sparas råmaterial och avfallsvolymer begränsas.

Deponera förpackningen på närmaste återvinningsstation. Kontakta de lokala myndigheterna för ytterligare information.

#### SKROTNING OCH ÅTERVINNING

Kontakta Elkretsen AB eller återförsäljaren för att få reda på var du kan lämna produkten för skrotning och återvinning. Du kan också gå in på [www.elkretsen.se](http://www.elkretsen.se) för att ta reda på närmaste inlämningsställe. När det gäller kyl- och frysprodukter skall du kontakta din kommun för att få reda var du kan lämna in produkten för skrotning och återvinning.

Symbolen  på produkten eller emballaget anger att produkten inte får hanteras som hushållsavfall. Den skall i stället lämnas in på uppsamlingsplats för återvinning av el- och elektronikkomponenter. Genom att säkerställa att produkten hanteras på rätt sätt bidrar du till att förebygga eventuellt negativa miljö- och hälsoeffekter som kan uppstå om produkten kasseras som vanligt avfall. För ytterligare upplysningar om återvinning bör du kontakta lokala myndigheter eller sophämtningstjänst eller affären där du köpte varan.

## SISÄLLYSLUETTELO

TÄRKEITÄ TURVAOHJEITA .....	57
TUOTEKUVAUS .....	61
OHJAUSPANEELI .....	62
ENNEN KÄYTTÖÄ .....	62
KÄYTTÖ .....	64
OHJELMAKAAVIOT .....	70
RESEPTIT .....	74
HOITO & PUHDISTUS .....	77
ONGELMATILANTEET .....	79
TEKNISET TIEDOT .....	79
ASENNUS .....	80
YMPÄRISTÖÄ KOSKEVIA TIETOJA .....	81

## TÄYDELLISTEN TULOKSIEN SAAVUTTAMISEKSI

Kiitämme teitä Electrolux-laitteen hankinnasta. Olette valinneet tuotteen, joka perustuu vuosikymmenien aikana saatuun kokemukseen ja innovaatioon. Kekseliäs ja tyylikäs laite, joka on suunniteltu teitä ajatellen. Laitetta käyttäessänne voitte olla aina varma erinomaisista tuloksista.

Tervetuloa Electroluxiin.

### Vieraile verkkosivullamme:



Saadaksesi käyttöön liittyviä neuvoja, esitteitä, vianmääritysohjeita ja huolto-ohjeita:  
**www.electrolux.com**



Tuotteen rekisteröimiseksi parempaa huoltoa varten:  
**www.electrolux.com/productregistration**



Ostaaksesi laitteesi lisävarusteita, kulutusosia ja alkuperäisiä varaosia:  
**www.electrolux.com/shop**

## ASIAKASPALVELU JA HUOLTO

Suosittellemme alkuperäisten varaosien käyttöä.

Pida seuraavat tiedot saatavilla ottaessasi yhteyttä valtuutettuun huoltoliikkeeseen.

Kyseiset tiedot löytyvät laitteen arvokilvestä. Malli, tuotenumero, sarjanumero.



Varoitukset/huomautukset ja turvallisuusohjeet



Yleisohjeet ja vinkit



Ympäristönsuojeluohjeita

Oikeus muutoksiin pidätetään ilman erillistä ilmoitusta.



## TÄRKEITÄ TURVAOHJEITA



### TÄRKEITÄ TURVAOHJEITA: LUE HUOLELLISESTI JA SÄILYTÄ TULEVAA TARVETTA VARTEN

#### Tulipalon välttäminen

Mikroaaltouunia tulee valvoa käytön aikana. Liian suuri teho tai liian pitkä valmistusaika saattaa ylikuumentaa ruoan niin, että syttyy tulipalo. Pistorasian on oltava helposti ulottuvilla, jotta laitteen virtajohto voidaan irrottaa pistorasiasta vaaratilanteessa. Virtalähteen on oltava tyyppiä 230 V (AC), 50 Hz, jossa on vähintään 10 A:n sulake tai 10 A:n sulake. On suositeltavaa, että laite kytketään virtapiiriin, johon ei ole kytketty muita laitteita. Uunia ei saa säilyttää tai käyttää ulkona.

**Jos kuumennettava ruoka alkaa savuta, ÄLÄ AVAA LUUKKUA.** Katkaise virta, irrota uunin virtajohto seinäpistorasiasta ja odota, että ruoka lakkaa savuamasta. Luukun avaaminen ruoan savutessa saattaa aiheuttaa tulipalon. Käytä ainoastaan mikrouuninkestäviä astioita ja tarvikkeita. Uunia ei saa jättää ilman valvontaa, kun käytetään kertakäyttömuovisia, -paperisia tai muita palavia astioita. Puhdista aaltoputken suojuus, uunin sisäpuoli, pyörivä alusta ja alustan kannatin käytön jälkeen. Näiden osien on oltava kuivat eikä niihin saa jäädä rasvaa. Rasvajäämät voivat

**ylikuumentua ja alkaa savuta tai syttyä tuleen. Mikroaaltouuni tarkoitettu elintarvikkeiden ja juomien lämmittämiseen. Elintarvikkeiden ja vaatteiden kuivaaminen sekä lämpötyynyjen, tohvelien, pesusienien, kosteiden liinojen ja vastaavien lämmittäminen voi aiheuttaa loukkaantumis-, sytytys- tai tulipalovaaran.**

Uunin tai tuuletusaukkojen lähelle ei saa asettaa palavaa materiaalia. Tuuletusaukkoja ei saa peittää. Ruoasta ja ruoan kääreistä on poistettava kaikki metalliset sulkimet, langat jne. Metallipinnat voivat kipinöidä ja aiheuttaa tulipalon. Mikroaaltouunilla ei saa kuumentaa oppopaistoon käytettävää rasvaa. Lämpötilaa ei voi säädellä ja öljy voi syttyä tuleen. Popcornin valmistukseen on käytettävä erityisiä mikroaaltopopcorn-pakkauksia. Uunissa ei saa säilyttää ruokia tai muita tarvikkeita. Tarkista käynnistyksen jälkeen, että asetukset ovat oikeat ja että uuni toimii halutulla tavalla. Katso neuvoja käyttöohjeesta ja keittokirjaosasta.

#### Tapaturmien välttäminen



**VAARA! Älä käytä uunia, jos se on vahingoittunut tai jos se ei toimi kunnolla. Tarkista seuraavat seikat ennen käyttöä:**

- a) Luukku: varmista, että luukku sulkeutuu

- kunnolla ja että se ei ole vinossa tai vääntynyt.
- b) **Saranat ja luukun turvalukitus: tarkista, että ne eivät ole rikki tai löysällä.**
- c) **Luukun tiivisteet ja tiivistepinnat: varmista, että ne ovat ehjät.**
- d) **Uunin ja luukun sisäpuoli: varmista, että niissä ei ole kolhuja.**
- e) **Virtajohto ja pistoke: varmista, että ne ovat ehjät.**

**Älä koskaan säädä, korjaa tai muunna uunia itse. Muun kuin ammattitaitoisen asentajan on vaarallista suorittaa mitään huolto- tai korjaustöiden, joissa joudutaan irrottamaan mikroaalloilta suojaavia osia.**

Uunia ei saa käyttää luukun ollessa auki eikä luukun turvalukitusta saa muuttaa mitenkään. Älä käytä uunia, jos luukun tiivisteiden ja tiivistepintojen välissä on jotain.

**Pidä oven tiivisteet ja viereiset osat puhtaana rasvasta ja liasta. Noudata käyttöoh-jeessa olevia hoito- ja puhdistusohjeita. Uunin puhtaanapidon laiminlyönti saattaa**

**heikentää pinnan laatua, mikä voi lyhentää laitteen elinikää ja mahdollisesti aiheuttaa vaaratilanteen.**

Henkilöiden, joilla on SYDÄMENTAHDISTIN, on noudatettava lääkäriltä tai sydämentahdistimen valmistajalta saamia mikroaaltouunien käyttöön liittyviä varotoimia.

#### **Sähköiskujen välttäminen**

Laitteen kotelo ei saa koskaan irrottaa. Luukun lukitus- ja tuuletusaukoihin ei saa koskaan päästää nestettä tai työntää esineitä. Jos näihin joutuu nestettä, katkaise välittömästi virta, irrota uunin virtajohto seinäpistorasiasta ja ota yhteys valtuutettuun huolto-liikkeeseen. Virtajohtoa tai pistoketta ei saa upottaa veteen tai muuhun nesteeseen. Virtajohto ei saa koskettaa kuumia tai teräviä pintoja, kuten kuumaa tuuletusaukkoa ylhäällä uunin takana. Älä yritä vaihtaa uunin lampua itse.

**Uunin lampun saa vaihtaa vain ELECTROLUX in valtuuttama henkilö. Jos uunin lamppuun tulee vika, ota yhteys jälleenmyyjään tai valtuutettuun huoltoliikkeeseen.**

Jos laitteen virtajohto vaurioituu, se on vaihdettava samanlaiseen erikoisjohtoon. Virtajohdon saa vaihtaa vain valtuutettu ELECTROLUX huoltoliike.

#### **Räjähdyksen ja äkillisen kiehumisen välttäminen**

**⚠ VAARA! Nesteitä ja muita ruokia ei saa kypsentää suljetuissa astioissa, koska ne voivat räjähtää.**

Älä koskaan käytä suljettuja astioita. Poista kannet ja suojukset ennen käyttöä. Suljetut astiat voivat räjähtää paineen vaikutuksesta, vaikka uunin virta olisi jo katkaistu. Nesteitä on kuumennettava varoen. On suositeltavaa käyttää leveäsuista astiaa, jotta kuplat pääsevät poistumaan helposti.

## Juomien kuumennus mikroaaltouunissa voi johtaa kiehumiseen purkausmaisesti viiveellä, joten astiaa on käsiteltävä varoen.

Purkausmaisesti kiehuvan nesteen ja mahdollisten palovammojen estäminen:

1. Nestettä on sekoitettava ennen kuumennusta tai lämmitystä.
2. Lämmityksen ajaksi on suositeltavaa asettaa nesteeseen lasisauva tai vastaava väline.
3. Anna nesteen seistä uunissa vähintään 20 sekuntia kypsennysajan päätyttyä, jolloin vältetään jälkikäteen tapahtuva roiskuva kiehuminen.

## Kananmunia ei saa kypsentää kuorineen eikä kovaksikeitetyjä kananmunia saa kuumentaa mikroaaltouunissa, sillä ne voivat räjähtää vielä mikroaaltokypsennyksen jälkeen. Kun kypsennetään tai lämmitetään kananmunia, joita ei ole vatkattu tai sekoitettu, keltuaisiin ja valkuaisiin on pisteltävä reikiä, etteivät ne räjähdä. Kovaksikeitetyt kananmunat on kuorittava ja viipaloitava ennen kuin ne lämmitetään mikroaaltouunissa.

Esimerkiksi perunoiden, makkaroiden ja hedelmien kuoreen on pisteltävä reikiä ennen kypsennystä, etteivät ne räjähdä.

### Palovammojen välttäminen

Otettaessa ruokaa uunista on käytettävä

pannulappuja tai patakintaita. Valmistusastiat, popcorn-pakkaukset, paistopussit jne. on avattava kasvoista ja käsistä pois päin höyryn aiheuttamien palovammojen välttämiseksi.

## Palovammojen välttämiseksi ruoan lämpötila on tarkistettava ja ruoka sekoitettava ennen tarjoamista, erityisesti silloin, kun ruoka tarjoillaan vauvoille, lapsille tai vanhuksille.

Astian lämpötila ei vastaa ruoan tai juoman lämpötilaa; tämän takia ruoan lämpötila on aina tarkistettava. Luukkaa avattaessa on varottava kuumia höyryjä, jotka voivat aiheuttaa palovammoja. Täytetyt ruoat on viipaloitava kuumennuksen jälkeen, jotta höyry pääsee purkautumaan ja väilytään palovammoilta.

## Pidä lapset poissa luukun luota palovammojen välttämiseksi.

### Lasten suojeleminen

**⚠ VAARA!** Laite sekä sen osat, joihin pääsee käsiksi, kuumenevat käytön aikana.

### Lämmityselementtien koskettamista on vältettävä. Alle 8-

vuotiaat lapset eivät saa koskea laitteeseen,

paitsi jos heitä

valvotaan jatkuvasti.

Kahdeksanvuotiaat ja sitä

vanhemmat lapset,

fysisesti tai henkisesti

vammaiset, aistivammaiset

sekä henkilöt, joilta

**puuttuu riittävä kokemus tai tietämys, voivat käyttää tätä laitetta valvotusti tai jos heitä on opastettu laitteen turvallisessa käytössä ja jos he ymmärtävät laitteen käyttöön liittyvät vaarat. On valvottava, että lapset eivät leiki laitteella. Lapsi ei saa puhdistaa eikä huoltaa laitetta, paitsi jos hän on vähintään 8-vuotias ja aikuisen valvonnassa. Tämä laite on tarkoitettu käytettäväksi kotitalouksissa ja vastaavissa tiloissa: myymälöiden, toimistojen ja muiden työympäristöjen työpaikkakeittiöt; maatilat; hotellien, motellien ja muiden asuinympäristöjen asiakastilat; aamiaismajoituspaikat.**

Uunin luukkuun ei saa nojata eikä siitä saa roikkua. Uunin kanssa ei saa leikkiä. Lapsille on neuvottava kaikki tärkeät turvaohjeet: patalappujen käyttö, ruoan päällysten poistaminen varovaisesti, itsestään kuumenevien tai vastaavien ruoan rapeutta lisäävien pakkausten, jotka voivat olla erityisen kuumia, käyttö.

#### **Muita varoituksia**

Uunia ei saa muuntaa millään tavoin. Uuni on tarkoitettu ainoastaan kotikäyttöön ja sitä saa käyttää ainoastaan ruoan valmistukseen. Se ei sovellu kaupalliseen tai laboratorikäyttöön.

#### **Toimintahäiriöiden ja vahingoittumisen välttäminen Uunia ei saa käyttää tyhjänä**

Kun käytetään ruskistusastiaa tai itsestään kuumenevaa pakkausta, sen alle on aina asetettava lämmönkestävä eriste kuten posliinilautanen, jotta pyörivä alusta tai alustan kannatin ei vahingoitu. Alustan käyttöohjeissa mainittua esikuumennusaikaa ei saa ylittää. Älä käytä metallisia astioita, jotka heijastavat mikroaaltoja ja voivat kipinöidä. Uuniin ei saa laittaa tölkkejä.

Uunissa saa käyttää vain siihen tarkoitettua pyörivää alustaa ja alustan kannatinta. Uunia ei saa käyttää ilman pyörivää alustaa.

Pyörivän alustan vahingoittumisen välttäminen:

- Pyörivän alustan on annettava jäähtyä ennen kuin se puhdistetaan vedellä.
- Kylmälle alustalle ei saa asettaa kuumia ruokia tai astioita.
- Kuumalle alustalle ei saa asettaa kylmiä ruokia tai astioita.

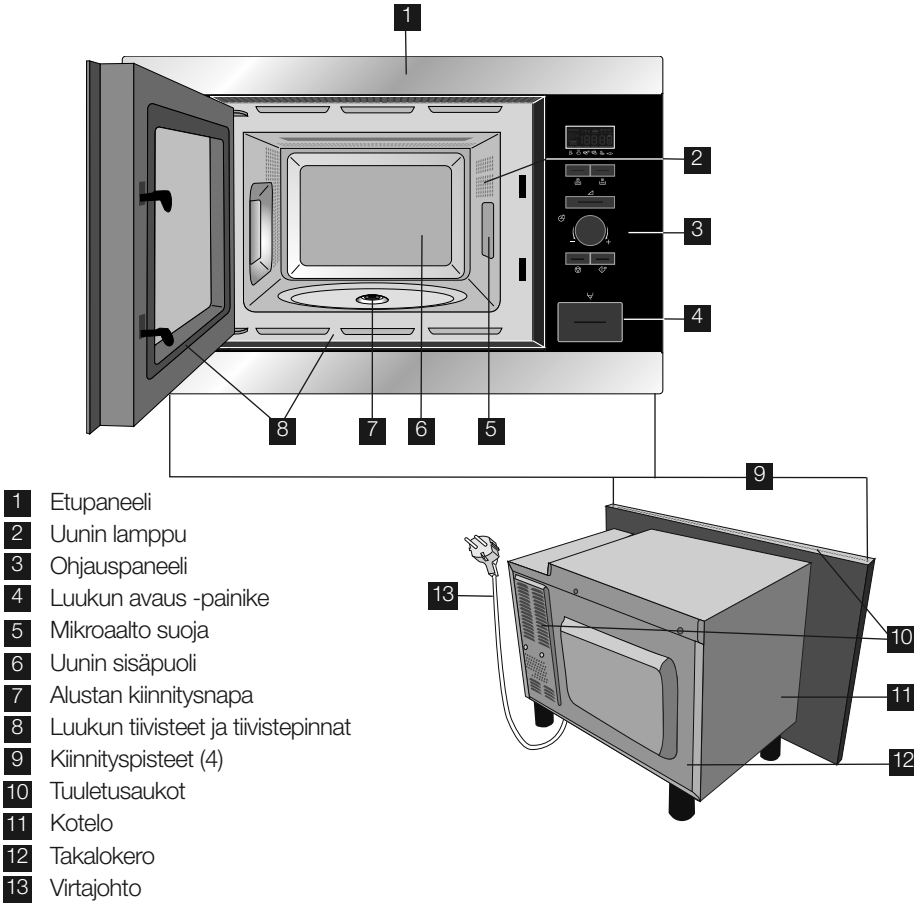
Laitteen kotelon päällä ei saa olla mitään käytön aikana.

#### **⚠️ Huomautus!**

Jos et osaa ottaa uunia käyttöön, ota yhteys valtuutettuun, pätevään sähköasentajaan. Valmistaja ja jälleenmyyjä eivät ota vastuuta uunin vahingoittumisesta tai henkilövahingoista, jotka seuraavat virheellisestä sähkökytkennästä. Uunin seinämiin sekä luukun tiivisteiden ja tiivistepintojen ympärille voi toisinaan tiivistyä kosteutta tai muodostua pisaroita. Tämä on normaalia eikä tarkoita, että mikroaaltoja vuotaisi laitteesta tai että se olisi epäkunnossa.

## TUOTEKUVAUS

### MIKROAALTOUUNI JA LISÄVARUSTEET

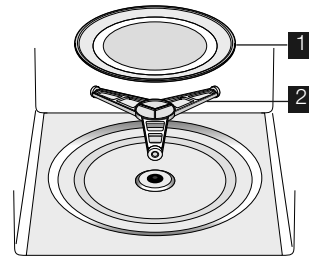


- 1 Etupaneeli
- 2 Uunin lamppu
- 3 Ohjauspaneeli
- 4 Luukun avaus -painike
- 5 Mikroaalto suoja
- 6 Uunin sisäpuoli
- 7 Alustan kiinnitysnapa
- 8 Luukun tiivisteet ja tiivistepinnat
- 9 Kiinnityspisteet (4)
- 10 Tuuletusaukot
- 11 Kotelo
- 12 Takalokero
- 13 Virtajohto

Tarkista, että uunin mukana on toimitettu seuraavat lisävarusteet:

- 1 Pyörivä alusta
- 2 Alustan kannatin
- 3 4 kiinnitysruvia (ei kuvassa)

- Aseta alustan kannatin uunin pohjassa olevaan kiinnitysnapaan.
- Aseta pyörivä alusta alustan kannattimen päälle.
- Varmista, että astiat eivät osu pyörivän alustan reunaan, kun ne otetaan pois uunista. Muuten alusta voi vahingoittua.



Kun tilaat lisävarusteita, ilmoita jälleenmyyjälle tai valtuutetulle ELECTROLUX huollolle tuotteen malli ja varaosa.

## OHJAUSPANEELI

### 1 DIGITAALINÄYTTÖ merkkivalot



Mikroaallot



Automaattisulatus leipä



Kello



Automaattisulatus



Ruuanlaittovaiheet



Paino



Plus- ja miinustoiminnot

### 2 AUTOMAATTIKYSENNYS merkkivalot

### 3 AUTOMAATTIKYSENNYS painike

### 4 AUTOMAATTISULATUS painike

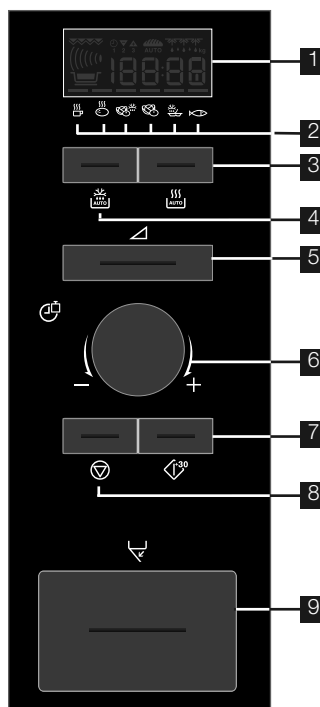
### 5 TEHOASETUS painike

### 6 AJASTIN/PAINO säädin

### 7 START/+30 painike

### 8 STOP painike

### 9 LUKUN AVAUS painike



## ENNEN KÄYTTÖÄ

### ENERGIANSÄÄSTÖTILA

Uuni on asetettu energiansäästötilaan ("Econ").

1. Kytke uunin virtajohto pistorasiaan.
2. Näytössä lukee: "Econ".
3. Näyttö laskee alaspäin luvusta 3:00 nolnaan.
4. Kun laskuri saavuttaa nolnan, uuni siirtyy energiansäästötilaan ja näyttö tyhjenee.



- Jos haluat peruuttaa energiansäästötilan, aseta kello.

### KELLON ASETUS

Uunissa on 12 ja 24 tunnin kello.

**Esimerkki:** Jos haluat asettaa kellonajaksi 11:30 (12 tunnin kello).

1. Avaa ovi.
2. Näytössä lukee: "Econ".

3. Paina ja pidä alhaalla START/+30-painiketta viiden sekunnin ajan. Kuulet äänimerkin. Näytössä lukee:

4. Aseta tunti kääntämällä AJASTIN/PAINO-nuppia.

5. Paina START/+30-painiketta kerran ja aseta sitten minuutit kääntämällä AJASTIN/PAINO-nuppia.

6. Paina START/+30-painiketta.




7. Tarkasta näyttö:

8. Sulje ovi.



- Voit kiertää AJASTIN/PAINO-nuppia myötä- tai vastapäivään.
- Jos painat STOP-painiketta, aikaa ei aseteta. Näytössä lukee: "Econ".

**Esimerkki:** Tunnin kellon asettaminen aikaan 23:30 (24 tunnin kell).



1. Avaa ovi.
2. Näytössä lukee: "Econ".
3. Paina ja pidä alhaalla START/+30-painiketta viiden sekunnin ajan. Kuulet äänimerkin. Näytössä lukee: 
4. Paina START/+30-painiketta. Näytössä lukee: 
5. Aseta tunti kääntämällä AJASTIN/PAINO-nuppia.
6. Paina START/+30-painiketta kerran ja aseta sitten minuutit kääntämällä AJASTIN/PAINO-nuppia.
7. Paina START/+30-painiketta.
8. Tarkasta näyttö: 
9. Sulje ovi.



- Voit kiertää AJASTIN/PAINO-nuppia myötä- tai vastapäivään.
- Jos painat STOP-painiketta, aikaa ei aseteta. Näytössä lukee: "Econ".

## AJAN SÄÄTÄMINEN KUN KELLO ON ASETETTU TAI UUNI

**Esimerkki:** Tunnin kellon asettaminen aikaan 11:45.

1. Avaa ovi.
2. Paina ja pidä alhaalla START/+30-painiketta viiden sekunnin ajan. Kuulet äänimerkin. Näytössä lukee: 
- (Jos haluat muuttaa kellon 24 tunnin kelloksi, paina uudelleen START/+30-painiketta.)
3. Aseta tunti kääntämällä AJASTIN/PAINO-nuppia.
4. Paina START/+30-painiketta kerran ja aseta sitten minuutit kääntämällä AJASTIN/PAINO-nuppia.
5. Paina START/+30-painiketta.
6. Tarkasta näyttö: 

## VOIT PERUUTTA A KELLON JA ASETTAA ECON TILASSA

1. Avaa ovi.
2. Paina ja pidä alhaalla START/+30-painiketta viiden sekunnin ajan. Kuulet äänimerkin. Näytössä lukee: 

- (Jos haluat muuttaa kellon 24 tunnin kelloksi, paina uudelleen START/+30-painiketta.)
3. Paina STOP-painiketta.
  4. Näytössä lukee: "Econ".
  5. Sulje ovi.
  6. Näyttö laskee alaspäin luvusta 3:00 nolnaan.
  7. Kun laskuri saavuttaa nolnan, uuni siirty energiansäästötilaan ja näyttö tyhjenee.

## STOP-PAINIKKEEN KÄYTTÖ

STOP painikkeella voidaan:

1. Poistaa ohjelmoinnin aikana tehty virhe.
2. Pysäyttää uuni tilapäisesti kypsennyksen aikana.
3. Peruuttaa ohjelma kypsennyksen aikana painamalla painiketta kahdesti.



## TURVALUKITUS

Uunissa on turvallisuustoiminto, joka estää lapsia käyttämästä uunia vahingossa. Kun lukitus on käytössä, mitään mikroaaltouunin toimintoja ei voida käyttää ennen kuin lukitustoiminto on poistettu käytöstä.

**Esimerkki:** Turvalukituksen käyttöönotto.

1. Paina STOP-painiketta 5 sekuntia.



Uuni antaa äänimerkin, ja näkyviin tulee "LOC":



- Poista turvalukitus käytöstä pitämällä STOP-painiketta painettuna viiden sekunnin ajan. Uuni antaa kaksi äänimerkkiä, ja kellonaika tulee näkyviin.
- Turvalukitusta ei voida ottaa käyttöön, jos kelloa ei ole asetettu.

## KÄYTTÖ NEUVOJA JA VINKKEJÄ

Ruoan kypsyttämiseksi/sulattamiseksi mikroounissa mikroaaltoenergian on kuljettava kyseisen astian seinämien läpi ruokaan pääsemiseksi. Näin ollen on tärkeää valita sopiva ruoanvalmistusastia.

Pyöreät/soikeat astiat ovat neliömäisiä/pitkulaisia parempia, sillä astian nurkissa olevalla ruoalla on taipumus ylikypsyä.

On tärkeää käännellä, siirrellä tai hämmentää ruokaa tasaisen lämmön varmistamiseksi. Seisonta-aika on välttämätön ruoan kypsyttämisen jälkeen, sillä sen aikana lämpö levittyy tasaisesti kautta ruoan.

### Ruokaa koskevia ominaisuuksia

Koostumus	Ruoat, joissa on paljon rasvaa tai sokeria (esim. maustekakut ja tortut) vaativat lyhyemmän kuumennusajan. On syytä noudattaa varovaisuutta, sillä ylikuumennus voi aiheuttaa syttymisen palamaan.
Tiiviyys	Ruoan tiiviyys voi vaikuttaa tarvittavan kypsytysajan pituuteen. Kevyet, huokoiset ruoat, kuten kakut tai leipä, kypsyvät nopeammin kuin raskaat, tiiviit ruoat, kuten paistit ja vuokaruokat.
Määrä	Kypsytysaikaa on pidennettävä uuniin asetetun ruoan määrää lisättäessä. Esimerkiksi neljän perunan kypsyttäminen vie pitempään kuin kahden perunan kypsyttäminen.
Koko	Pienikokoiset ruoat ja pienet palaset kypsyvät nopeammin kuin suurikokoiset, sillä mikroaallot pystyvät kulkemaan niiden kaikkien sivujen läpi kohti keskustaa. Tasaisen kypsyttämisen saamiseksi on parasta, että kaikki ruoan osat paloitellaan samankokoisiksi.
Muoto	Muodoltaan epäsäännöllisten ruokien, kuten kanan rintapalasten tai kanankoipien, paksumpien osien kypsyttäminen vaatii pitemmän ajan. Pyöreämuotoiset ruoat kypsyvät mikroounissa tasaisemmin kuin neliömuotoiset ruoat.
Lämpötila	Ruoan alustava lämpötila vaikuttaa kyseisen ruoan vaatiman kypsytämisaajan pituuteen. Jähdytetyt ruoat vievät pitempään kuin huoneen lämpötilassa oleva ruoka. Halkaise ruoat, joissa on täytettä, kuten hillomunkit, niiden lämmön laskemiseksi tai höyryn vähentämiseksi.

### Kypsytysmenetelmiä

Järjestele	Aseta ruoan paksummat osat astian ulko-osaa kohti. Esim. kanankoivet.
Peitä	Käytä ilmarei'illä varustettua mikroaaltokalvoa tai sopivaa kantta.
Lävistä	Sellaisten ruokien pinta, joissa on kuori tai kalvo, on lävistettävä useissa kohdin ennen kypsyttämistä tai uudelleenlämmittämistä, sillä muuten voi kehittyä höyryä, joka aiheuttaa ruoan äkillisen ulospurkautumisen. esim. perunat, kala, kana, makkarat. <b>⚠ Tärkeää!</b> Kanamunia, esim. paistettuja ja kovaksi keitettyjä munia, ei saa kuumentaa mikroaalloja käyttämällä, sillä ne voivat räjähtää vielä senkin jälkeen kun kypsyttäminen on suoritettu.
Hämmennä, kääntele ja siirtele	Tasaisen kypsyttämisen aikaansaamiseksi on ehdottoman tärkeää hämmentää, käännellä ja siirrellä ruokaa kypsyttämisen aikana. Muista aina hämmentää ja siirtele ulkosivuilta keskikohtaa kohti.
Seisota	Seisonta-aika on välttämätön kypsyttämisen jälkeen niin että lämpö jakautuu tasaisesti kautta koko ruoan.
Suojele	Jotkut sulatettavan pakasteen osista voivat lämmetä. Osat, joilla on taipumus lämmetä, voidaan suojata pieniä alumiinifoliopalasia käyttämällä. Nämä osat, kuten kanankoivet ja -siivet, voidaan peittää pienin alumiinifoliopalsin, jotka heijastavat mikroaalloja.



## MIKROAALTOUUNIN KESTÄVÄT KEITTOASTIAT

Ruoanvalmistusastiat	Sopivuus mikroounissa käytettäväksi	Kommentteja
Alumiinifolio/folioastiat	✓ / ✗	Pientä alumiinifoliopalasta voidaan käyttää ruoan suojelemiseksi ylikuumennusta vastaan. Aseta folio vähintään 2 cm etäisyydelle uunin seinästä, muuten voi aiheutua kipinöintiä. Folioastioita saa käyttää vain niiden valmistajan erityisestä suosituksesta, noudattaen tarkkaan annettuja ohjeita.
Ruskistusta varten tarkoitetut astiat	✓	Noudattaen aina valmistajan antamia ohjeita. Älä ylitä annettuja kuumennusaikoja. Ole hyvin varovainen, sillä nämä astiat voivat tulla hyvin kuumiksi.
Porsliini ja keramiikka	✓ / ✗	Porsliiniset astiat, saviastiat, lasitetusta keramiikasta ja luoporsliinista valmistetut astiat ovat yleensä sopivia käytettäväksi, mikäli niissä ei ole metallikoristelua.
Lasiastiat, esim. Pyrex®	✓	On syytä noudattaa varovaisuutta hienosta lasista valmistettuja astioita käytettäessä, sillä ne voivat särkyä tai haljeta ne äkillisesti kuumennettaessa.
Metalli	✗	Metallisten astioiden käyttöä ei suositella mikroaaltotehoa käytettäessä, muuten voi aiheutua kipinöintiä ja seurauksena voi olla syttyminen tuleen.
Muovi/polystyreeni esim. pikaruoka-astiat	✓	On syytä noudattaa varovaisuutta, sillä jotkut astiat voivat korkeissa lämpötiloissa käyristyä, sulaa tai haalistua väritään.
Kelmu	✓	Ei saa koskettaa ruokaa ja on lävistettävä höyryn päästämiseksi ulos.
Pakaste/paistopussit	✓	Täytyy lävistää höyryn päästämiseksi ulos. Varmista, että pussit sopivat käytettäväksi mikroounissa. Älä käytä muovisia tai metallisia siteitä, sillä ne voivat sulaa tai syttyä tuleen metallikipinöinnin aiheuttamana.
Paperi – lautaset, kupit ja talouspaperi	✓	Käytä vain lämmittämiseen tai kosteuden imemiseksi. On syytä noudattaa varovaisuutta, sillä ylikuumennus voi aiheuttaa syttymisen tuleen.
Olki- ja puuastiat	✓	Valvo aina uunia näitä materiaaleja käytettäessä, sillä ylikuumennus voi aiheuttaa syttymisen tuleen.
Kierrätetty paperi ja sanomalehti-paperi	✗	Voivat sisältää metalliutteen, jotka voivat aiheuttaa 'kipinöintiä' ja syttymisen tuleen.

## MIKROAALLOT KYPSENNYS

Uuni voidaan ohjelmoida toimimaan enintään 90 minuutin ajan. Annettava kypsennys- ja sulatusaika vaihtelee 15 sekunnin ja 5 minuutin välillä. Annettava aika riippuu okonaiskypsennys- tai kokonaissulatusajasta taulukon osoittamalla tavalla.

Kypsennysaika	Väli
0-5 minuuttia	15 sekuntia
5-10 minuuttia	30 sekuntia
10-30 minuuttia	1 minuutti
30-90 minuuttia	5 minuuttia

## MANUAALISESSA SULATUKSESSA

Manuaalisessa sulatuksessa (sulatus ilman automaattista sulatustoimintaa) on käytettävä 240 W:n tehoa. Näytössä näkyy sulatuksen symboli, kun tämä teho on valittu.

## TEHOASETUKSET

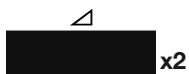
Uunissa on 6 tehoasetusta.

Tehotason asetus	Ehdotettu käyttö
800 W/ KORKEA	Käytetään pikakypsennykseen tai esim. keittojen, laatikoiden, purkkiruokien, kuumien juomien, vihannesten, kalan jne. lämmitykseen.
560 W	Käytetään tiiviiden ruokien, esim. paistien, lihamurekkeen ja valmisaterioiden pitempään kypsennykseen, sekä herkkien ruokien, kuten juustokastikkeen ja sokerikakkujen valmistukseen. Tällä asetuksella kastike ei kiehu yli ja ruoka kypsyy tasaisesti ulompien osien kypsymättä liikaa.
400 W	Tiiville ruoille, joiden kypsyminen kestää pitkään perinteisillä menetelmillä (esim. naudanliha), kannattaa käyttää tätä tehoasetusta, jotta lihasta tulisi mureaa.
240 W/ SULATUS	Valitse sulatukseen tämä asetus, jotta ruoka sulaa tasaisesti. Tämä asetus sopii myös erinomaisesti riisin, pastan ja mykyjen hiljalleen keittämiseen ja vanukkaan kypsennykseen.
80 W	Varovaiseen, esim. täytekakkujen tai leivonnaisten, sulatukseen.
0 W	Tasaantumisaika/keittöajastin.

W = WATT, Teho

**Esimerkki:** Kun halutaan kuumentaa keittoa 2 minuutin ja 30 sekunnin ajan 560 W:n mikroaaltoteholla.

1. Paina TEHOASETUS painiketta kaksi kertaa.



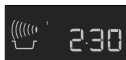
2. Aseta haluttu kypsennysaika kääntämällä AJASTIN/PAINO säädintä myötä- tai vastapäivään kunnes 2.30 tulee näytölle.



3. Paina START/+30 painiketta.



4. Tarkista näyttö:



- Jos luukku avataan kypsennyksen aikana, kypsennysaika pysähtyy automaattisesti. Kypsennysaika alkaa kulua uudelleen, kun luukku suljetaan ja painetaan START/+30 painiketta.
- Mikroaaltojen tehoasetus voidaan tarkistaa kypsennyksen aikana painamalla TEHOASETUS painiketta.
- Kypsennysaikaa voidaan lisätä tai vähentää kypsennyksen aikana kääntämällä AJASTIN/PAINO-säädintä.
- Kypsennystehoa voidaan säätää kypsennyksen aikana painamalla TEHOASETUS painiketta.
- Kypsennysohjelma voidaan peruuttaa kypsennyksen aikana painamalla STOP-painiketta kaksi kertaa.

**! Tärkeää!**

Jos tehoasetusta ei valita, oletuksena on automaattisesti 800 W/KORKEA.

## KEITTIÖAJASTIN

**Esimerkki:** Keittiöajastimen asetus seitsemäksi minuutiksi.

1. Paina TEHOASETUS painiketta 7 kertaa.



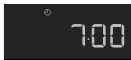
2. Aseta haluttu kypsennysaika kääntämällä AJASTIN/PAINO säädintä myötä- tai vastapäivään kunnes 7.00 tulee näytölle.



3. Paina START/+30 painiketta.



4. Tarkista näyttö:



- Ajastin voidaan keskeyttää tilapäisesti painamalla STOP-painiketta. Ajastin voidaan käynnistää uudelleen painamalla START/+30-painiketta. Ajastintilasta voidaan poistua kokonaan painamalla uudelleen STOP-painiketta.

## LISÄÄ 30 SEKUNTIA

START/+30 painike mahdollistaa seuraavat kaksi toimintoa.

1. **Pikakäynnistys**

START/+30 painikkeen painallus kypsentää 30 sekunnin ajan 800 W/KORKEA:n teholla.



2. **Kypsennysajan pidentäminen**

Kypsennysaika voidaan pidentää normaalikäytössä 30 sekuntia kerrallaan painamalla painiketta uunin ollessa käynnissä.



- Tätä toimintoa ei voida käyttää AUTOMAATTIKYPSENNYS- tai AUTOMAATTISULATUSTOIMINTOJEN käytön aikana.

## PLUS- & MIINUSTOIMINNOT

PLUS- ja MIINUSTOIMINTOJEN avulla voidaan vähentää tai lisätä kypsennysaika automaattiohjelmien käytön aikana.

Jos perunoista halutaan kypsiä mutta silti kiinteitä, voidaan käyttää MIINUSTOIMINTOA .

Jos taas halutaan, että perunat ovat hiukan pehmeämpiä, voidaan käyttää PLUSTOIMINTOA .

**Esimerkki:** Perunoiden (0,3 kg) valmistus hyvin kypsiksi.

1. Välj den meny som ska användas genom att trycka på AUTOTILLAGNING-knappen två gånger.



2. Kääntämällä AJASTIN/PAINO -säädintä kunnes 0.3 tulee näytölle.



3. Valitse PLUSTOIMINTO painamalla tehopainiketta kerran.



4. Paina START/+30 painiketta.



5. Tarkista näyttö:



- Peruuta PLUS-/MIINUSTOIMINTO painamalla TEHOASETUS painiketta kolme kertaa.
- Jos valitset PLUS, näytössä näkyy .
- Jos valitset MIINUS, näytössä näkyy .

## MONIVAIHEKYPSENNYS

Enintään kolme peräkkäistä vaihetta voidaan ohjelmoida yhdistämällä MIKROAALTO.

**Esimerkki:** Jos halutaan kypsentää:

5 minuuttia 800 W:n teholla (vaihe 1)

16 minuuttia 240 W:n teholla (vaihe 2)

### Vaihe 1

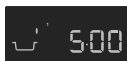
1. Paina TEHOASETUS painiketta kerran.



2. Aseta haluttu kypsennysaika kääntämällä AJASTIN/PAINO säädintä myötä- tai vastapäivään kunnes 5.00 tulee näytölle.



3. Tarkista näyttö:



### Vaihe 2

1. Paina TEHOASETUS painiketta 4 kertaa.



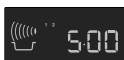
2. Aseta haluttu kypsennysaika kääntämällä AJASTIN/PAINO säädintä myötä- tai vastapäivään kunnes 16.00 tulee näytölle.



3. Paina START/+30 painiketta.



4. Tarkista näyttö:



Unni kypsentää ensin 5 minuuttia 800 W:llä, sitten 16 minuuttia 240 W:llä.

## AUTOMAATTIKYPSENNYS JA AUTOMAATTISULATUS ASETUS

AUTOMAATTIKYPSENNYS tai AUTOMAATTISULATUS toiminto määrittää oikean kypsennystavan ja -ajan automaattisesti. Käytettävissä on 6 AUTOMAATTIKYPSENNYS valikkoa ja 2 AUTOMAATTISULATUS valikkoa.

### Automaattikypsennys

Ruoka	Symboli
Juoma	
Keitetyt Perunat/Uuniperunat	
Pakastevihannekset	
Tuoreet Vihannekset	
Pakastetut Valmisateriat	
Kalafilee Kastikkeessa	

**Esimerkki:** Perunoiden (0,3 kg) valmistus.

1. Valitse haluttu valikko painamalla kaksi kertaa AUTOMAATTIKYPSENNYS painiketta.



2. Kääntämällä AJASTIN/PAINO säädintä kunnes 0.3 tulee näytölle.



3. Paina START/+30 painiketta.



4. Tarkista näyttö:



Kun käyttäjältä edellytetään toimenpiteitä (esim. ruoan sekoittamista), uunin toiminta pysähtyy, kuuluu äänimerkki ja jäljellä oleva kypsennysaika ja mahdolliset merkivalot vilkkuvat näytössä. Jatka kypsennystä painamalla START/+30 painiketta. Ohjelma päättyy automaattisesti AUTOMAATTIKYPSENNYSAJAN päättymisen jälkeen. Uuni antaa äänimerkin, ja kypsennyksen symboli vilkkuu. Yhden minuutin ja muistutus-äänimerkin jälkeen näkyviin tulee kellonaika.

## Automaattisulatus

Ruoka	Symboli
Liha/kala/linnunliha	
Leipä	

**Esimerkki:** Automaattisulatus (0,2kg) leipä.

1. Valitse haluttu valikko painamalla kaksi kertaa AUTOMAATTISULATUS painiketta.



2. Kääntämällä AJASTIN/PAINO -säädintä kunnes 0.2. tulee näytölle.



3. Paina START/+30 painiketta.















4. Tarkista näyttö:



Kun käyttäjältä edellytetään toimenpiteitä (esim. ruoan sekoittamista), uunin toiminta pysähtyy, kuuluu äänimerkki ja jäljellä oleva kypsennysaika ja mahdolliset merkkivalot vilkkuvat näytössä. Jatka kypsennystä painamalla START/+30 painiketta. Ohjelma päättyy automaattisesti AUTOMAATTISULATUSAJAN päättymisen jälkeen. Uuni antaa äänimerkin, ja kypsennyksen symboli vilkkuu. Yhden minuutin ja muistutusäänimerkin jälkeen näkyviin tulee kellonaika.









## OHJELMAKAAVIOT

### AUTOMAATTIKYPSENNYS & AUTOMAATTISULATUS TAULUKOT

Automaattikypsennys	Paino (taso)/Astiat	Painike	Valmistuskypsennys
Juoma (tee tai kahvi) 	1-4 kuppia 1 kuppi=200 ml	 x1	<ul style="list-style-type: none"> <li>Aseta kuppi pyörivän alustan reunalle.</li> </ul>
Keitetyt perunat ja uuniperunat 	0,1-0,8 kg (100 g) Kulho ja kansi	 x2	<p>Keitetyt perunat: Kuori perunat ja paloittele ne tasakokoisiksi palasiksi.</p> <p>Uuniperunat: Valitse tasakokoisia perunoita ja pese ne.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Aseta perunat kulhoon.</li> <li>Lisää tarvittava määrä vettä (per 100 g) eli noin 2 rkl ja vähän suolaa.</li> <li>Peitä kannella.</li> <li>Kun äänimerkki kuuluu, sekoita ja peitä uudelleen.</li> <li>Anna lämmön tasaantua kypsennyksen jälkeen noin 2 minuuttia.</li> </ul>
Pakastevihannekset 	0,1-0,6 kg (100 g) Kulho ja kansi	 x3	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lisää 100 g:aa kohti 1 rkl vettä ja suolaa maun mukaan. (Sienille ei tarvitse lisätä vettä.)</li> <li>Peitä kannella.</li> <li>Kun äänimerkki kuuluu, sekoita ja peitä uudelleen.</li> <li>Anna lämmön tasaantua kypsennyksen jälkeen noin 2 minuuttia.</li> </ul> <p><b>i</b> Jos pakastevihannekset ovat jäätyneet yhteen, aseta kypsennysasetukset itse.</p>
Tuoreet vihannekset 	0,1-0,6 kg (100 g) Kulho ja kansi	 x4	<ul style="list-style-type: none"> <li>Paloittele pieniin osiin, esim. suikaleiksi, kuutioiksi tai viipaleiksi.</li> <li>Lisää 100 g:aa kohti 1 rkl vettä ja suolaa maun mukaan. (Sienille ei tarvitse lisätä vettä.)</li> <li>Peitä kannella.</li> <li>Kun äänimerkki kuuluu, sekoita ja peitä uudelleen.</li> <li>Anna lämmön tasaantua kypsennyksen jälkeen noin 2 minuuttia.</li> </ul>
Pakastetut valmisateriat 	0,3-1,0 kg (100 g) Kulho ja kansi	 x5	<ul style="list-style-type: none"> <li>Siirrä ruoka sopivaan mikroaaltouunin kestäväään astiaan.</li> <li>Lisää tarvittaessa nestettä valmistajan ohjeiden mukaan.</li> <li>Peitä kannella.</li> <li>Kypsennä ilman kantta, jos valmistajan ohjeissa kehoitetaan näin.</li> <li>Kun äänimerkki kuuluu, sekoita ja peitä uudelleen.</li> <li>Sekoita kypsennyksen jälkeen ja anna lämmön tasaantua noin 2 minuuttia.</li> </ul>
Kalafilee kastikkeessa 	0,4-1,2 kg* (100 g) Soikea uunivuoka ja leivinpaperia	 x6	<ul style="list-style-type: none"> <li>Katso "Kalafilee kastikkeessa" reseptit, sivu 72.</li> </ul> <p>* Aineiden kokonaispaino.</p>

**i** Kylmäsäilytettävien ruokien alkulämpötila on 5 °C, pakasteiden –18 °C.

**Automaattisulatus Paino (taso)/Astiat Painike Valmistuskypsennys**

Liha/kala/ linnunliha  	0,2-0,8 kg (100 g) Paistinvuoka	  x1	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aseta ruoka paistinvuokaan pyörivän alustan keskelle.</li> <li>• Kun kuuluu äänimerkki, käännä ruoka, järjestele se uudelleen ja erottele osiin. Suojaa ohuet osat ja lämpimät osat alumiinifoliolla.</li> <li>• Kääri sulattamisen jälkeen alumiinifolioon 15-45 minuutiksi, kunnes ruoka on sulanut kauttaaltaan.</li> <li>• Jauheliha: Kun kuuluu äänimerkki, käännä ruoka. Poista sulatetut osat, jos mahdollista.</li> </ul> <p> Ei sovelly kokonaisten lintujen kypsennykseen.</p>
Leipä   	0,1-1,0 kg (100 g) Paistinvuoka	  x2	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aseta kakkuvuokaan pyörivän alustan keskelle. 1,0 kg jaotellaan suoraan kääntölevylle.</li> <li>• Kun kuuluu äänimerkki, käännä, asettele uudelleen ja poista sulaneet palaset.</li> <li>• Peitä sulattamisen jälkeen alumiinifoliolla ja anna seistä 5-15 minuuttia, kunnes ruoka on sulanut kauttaaltaan.</li> </ul>

 Kylmäsäilytettävien ruokien alkulämpötila on 5 °C, pakasteiden –18 °C.



- Anna pelkän ruoan paino. Älä lisää astian painoa.
- Jos ruoka painaa enemmän tai vähemmän kuin taulukoissa on mainittu, paino tai määrä on annettava itse.
- Valmiin ruoan lämpötila riippuu ruoan alkulämpötilasta. Varmista, että ruoka on tulikuuma kypsennyksen jälkeen.
- Kun käyttäjältä edellytetään toimenpiteitä (esim. ruoan sekoittamista), uunin toiminta pysähtyy, kuuluu äänimerkki ja jäljellä oleva kypsennysaika ja mahdolliset merkkivalot vilkkuvat näytössä. Jatka kypsennystä painamalla START/+30 painiketta.
- Jäähdytystuuletin voi käynnistyä mikroaalto-, grilli- tai yhdistelmägrillitoiminnon käytön jälkeen.

**Automaattisulatus**

- Pihvit ja kyljykset tulee pakastaa yhtenä kerroksena.
- Jauheliha tulee pakastaa ohuena levynä.
- Suojaa sulaneet osat kääntämisen jälkeen alumiinifolion suikaleilla.
- Siipikarja on käsiteltävä välittömästi sulattamisen jälkeen.

## RESEPTIÄ AUTOMAATTIKYPSENNYS

<b>Kalafilee mausteisessa kastikkeessa</b>			
0,4 kg	0,8 kg	1,2 kg	
140 g	280 g	420 g	säilyketomaatteja (valutettuna)
40 g	80 g	120 g	maissia
4 g	8 g	12 g	chilikastiketta
12 g	24 g	36 g	sipulia (hienoksi silputtuna)
1 tl	1-2 tl	2 tl	punaviinietikkaa
			sinappia, timjamia tai cayennepippuria
200 g	400 g	600 g	kalafileetä
			suolaa

<b>Kalafilee currykastikkeessa</b>			
0,4 kg	0,8 kg	1,2 kg	
200 g	400 g	600 g	kalafileetä
			suolaa
40 g	80 g	120 g	banaania (viipaleina)
160 g	320 g	480 g	valmista currykastiketta

1. Sekoita kastikkeen ainekset.
2. Aseta kalafileet pyöreään uunivuokaan siten, että pyrstöt ovat keskellä. Ripottele päälle suolaa.
3. Levitä kastike kalafileiden päälle.
4. Peitä leivinpaperilla ja kypsennä AUTOMAATTIKYPSENNYS, "Kalafilee kastikkeessa".
5. Anna lämmön tasaantua kypsennyksen jälkeen noin 2 minuuttia.

1. Aseta kalafileet pyöreään uunivuokaan siten, että pyrstöt ovat keskellä. Ripottele päälle suolaa.
2. Levitä kalafileiden päälle banaaniviipaleet ja currykastike.
3. Peitä leivinpaperilla ja kypsennä AUTOMAATTIKYPSENNYS, "Kalafilee kastikkeessa".
4. Anna lämmön tasaantua kypsennyksen jälkeen noin 2 minuuttia.

## AUTOMAATTINEN TEHON VÄHENNYS

 **Huomautus!**

Jos kypsennät ruokaa normaalin ajan vain 800 W:n teholla, uuni laskee tehoa automaattisesti liikuumenemisen välttämiseksi.

(Mikroaaltoteho lasketaan 560 wattiin.)

Suurin teho (800 W) voidaan asettaa uudelleen 90 sekunnin tauon jälkeen.

<b>Kypsennystapa</b>	<b>Normaali aika</b>	<b>Vähennetty teho</b>
Mikroaalto 800 W	20 minuuttia	Mikroaalto 560 W



## VALMISTUSAIKATAULUKOT

**Käytetyt lyhenteet**

rkl = ruokalusikka	kuppi = kupillinen	g = gramma	ml = millilitra	min = minuuttia
tl = teelusikka	kg = kilogramma	l = litra	cm = senttimetri	

**Ruokien & juomien kuumennus**

Ruoka/Juoma	Paino -g/ml-	Teho Asetus	Aika -Min-	Valmistus
Maito, 1 kuppi	150	800 W	noin. 1	älä peitä
Vesi, 1 kuppi	150	800 W	1-2	älä peitä
6 kuppia	900	800 W	10-12	älä peitä
1 kannullinen	1000	800 W	11-13	älä peitä
Tarjoilulautasia (Vihanneksia, lihaa ja lisukkeita)	400	800 W	3-6	lisää vettä kastikkeeseen, peitä, sekoita kerran lämmittämisen aikana
Lihapata/keitto	200	800 W	1-2	peitä, sekoita kuumennuksen jälkeen
Vihannekset	200	800 W	2-3	lisää vettä, jos tarpeen, peitä, sekoita puolivälissä lämmittämistä
	500	800 W	4-5	
Liha, 1 viipale*	200	800 W	3-4	levitä ohut kerros kastiketta päälle ja peitä
Kalafilée*	200	800 W	2-3	peitä
Kakku, 1 viipale	150	400 W	½	asetta kakkuvuokaan
Vauvan ruoka, 1 purkki	190	400 W	noin. 1	siirrä mikrouunissa käytettäväksi sopivaan astiaan, sekoita hyvin lämmityksen jälkeen ja testaa lämpötila
Margariinin tai voin sulatus*	50	800 W	½	peitä
Suklaan sulatus	100	400 W	2-3	sekoita silloin tällöin

\* Jääkaappilämpöinen

**Sulatus**

Ruoka	Paino -g-	Teho Asetus	Aika -Min-	Valmistus	Tasaantu- misaika -Min-
Gulassi	500	240 W	8-12	sekoita puolivälissä sulattamista	10-15
Kakku, 1 palanen	150	80 W	2-5	asetta kakkuvuokaan	5
Hedelmiä esim. kirsikoita, mansikoita, vadelmia, luumuja	250	240 W	4-5	levittele tasaisesti, käännä puolivälissä sulattamista	5

**i** Taulukossa annetut ajat ovat viitteellisiä ja voivat vaihdella pakasteen alkulämpötilan, rakenteen ja painon mukaan.

## Sulatus & kypsennys

Ruoka	Paino -g-	Teho Asetus	Aika -Min-	Valmistus	Tasaantu- misaika -Min-
Kalafilee	300	800 W	10-12	peitä	2
Tarjoilulautasia	400	800 W	9-11	peitä, sekoita 6 minuutin kuluttua	2

## Kypsennys liha & kala

Ruoka	Paino -g-	Teho Asetus	Aika -Min-	Valmistus	Tasaantu- misaika -Min-
Paistit (porsas, vasikka, lammas)	1000	800 W	19-21*	mausta maun mukaan, aseta	10
		400 W	11-14	piirakkavuokaan käännä jälkeen	
	1500	800 W	33-36*		10
	400 W	13-17			
Paahtopaisti (keskikypsä)	1000	800 W	9-11*	mausta maun mukaan, aseta	10
		400 W	5-7	piirakkavuokaan, käännä jälkeen	
Kalafilee	200	800 W	3-4	mausta maun mukaan, aseta vuokaan, peitä	3

## RESEPTIT

Kaikki tämän keittokirjan reseptit on tarkoitettu neljälle hengelle, ellei toisin ole mainittu.

### Reseptien muokkaus mikroaaltouunian varten

Jos haluat muokata suosikkireseptisi mikroaaltouunian varten, ota huomioon seuraavat seikat: Lyhennä kypsennysaikaa kolmanneksella tai puoleen. Ota mallia tämän keittokirjan resepteistä. Paljon kosteutta sisältävät ruoka-aineet, kuten liha, kala, siipikarja, vihannekset, hedelmät, padat ja keitot voidaan valmistaa mikroaaltouunissa vaivattomasti. Vähän kosteutta sisältävien ruoka-

aineiden (esim. lautaselle asetettu valmis ateria) pinta on kostutettava ennen kuumennusta tai kypsennystä. Haudutettaviin raakoihin ruoka-aineisiin lisättävän nesteiden määrää on vähennettävä noin kolmanneksella alkuperäisessä reseptissä mainitusta määrästä. Lisää nestettä tarvittaessa kypsennyksen aikana. Lisättävän rasvan määrää voidaan vähentää huomattavasti. Ruoan maustamiseen riittää pieni määrä voita, margariinia tai ruokaöljyä. Tästä syystä mikroaaltouuni sopii hyvin vähärasvaisten aterioiden valmistukseen.

### Sienikeitto

Astiat: Kannellinen 2 l:n kulho  
 200 g herkkusieniä, viipaleina  
 50 g sipuli, hienoksi silputtuna  
 300 ml lihalientä  
 300 ml kermaa  
 25 g vehnä jauhoa  
 25 g voita tai margariinia  
 suolaa ja pippuria  
 1 kananmuna  
 150 ml ranskankermaa

1. Aseta vihannekset ja liemi kulhoon, peitä kannella ja kypsennä.  
8-9 min. 800 W
2. Sekoita kaikki ainekset tehosekoittimessa.
3. Sekoita jauhot ja voi tahnaksi ja sekoita keittoon. Mausta suolalla ja pippurilla, peitä ja kypsennä. Sekoita kypsennyksen jälkeen.  
4-6 min. 800 W
4. Sekoita kananmunan keltuainen kermaan ja sekoita vähitellen keittoon. Kuumenna vähän aikaa, mutta älä anna kiehua.  
1-2 min. 800 W  
Seisota kypsytyksen jälkeen noin 5 minuuttia.

## Ratatouille

Astiat: Kannellinen 2 l:n kulho  
 5 rkl oliiviöljyä  
 1 valkosipulinkynsi, murskattuna  
 50 g sipuli, viipaleina  
 250 g munakoisoa, kuutioina  
 200 g kesäkurpitsaa, kuutioina  
 200 g paprikaa, isoina kuutioina  
 75 g fenkolia, isoina kuutioina  
 1 yrttinippu  
 200 g äilöttyjä artisokan sydämiä, neljään osaan lohkottuina suolaa ja pippuria

## Merianturafileet

Astiat: Matala, soikea vuoka ja mikroaaltokalvo (n. 26 cm pitkä)  
 400 g merianturafileitä  
 1 sitruuna, kokonainen  
 150 g tomaattia  
 10 g voita  
 1 rkl ruokaöljyä  
 1 rkl persiljaa, silputtuna suolaa ja pippuria  
 4 rkl valkoviiniä  
 20 g voita

## Täytetty kinkku

Astiat: Kannellinen 2 l:n kulho  
 Soikea paistinvuoka n. 26 cm pitkä)  
 125 g lehtipinaattia, pilkottu  
 125 g tuorejuusto, rasvapitoisuus 20 %  
 40 g Emmental-juustoa, raastettua pippuria ja paprikaa  
 6 viipaleita keitettyä kinkkua (300 g)  
 125 ml vettä  
 125 ml kermaa  
 20 g vehnä jauhoa  
 20 g voita tai margariinia  
 10 g voita tai margariinia vuoaan voiteluun

1. Aseta oliiviöljy ja valkosipulinkynsi kulhoon. Lisää valmistellut vihannekset (paitsi artisokan sydämet) ja mausta pippurilla. Lisää yrttinippu, sekoita, peitä ja kypsennä. Sekoita kerran.  
 19-21 min. 800 W  
 Lisää artisokan sydämet 5 minuuttia ennen kypsennysajan loppua ja kuumenna.
2. Mausta ratatouille maun mukaan suolalla ja pippurilla. Poista yrttinippu ennen tarjoilua. Anna lämmön tasaantua kypsennyksen jälkeen noin 2 minuuttia.

1. Huuhtele ja kuivaa kala. Poista ruodot.
2. Leikkaa sitruuna ja tomaatit ohuiksi viipaleiksi.
3. Voitele uunivuoka voilla. Aseta kalafileet vuokaan ja ripottele päälle kasvisöljyä.
4. Sirottele päälle parsakaalia, aseta tomaattiviipaleet päällimmäiseksi ja mausta. Aseta sitruunaviipaleet tomaattien päälle ja kaada valkoviini niiden päälle.
5. Aseta pieniä voinkareita sitruunan päälle, peitä ja kypsytä.  
 16-19 min. 800 W  
 Seisota kypsytuksen jälkeen noin 2 minuuttia.

1. Sekoita pinaatti Emmental juustoon ja tuorejuusto, mausta sopivasti.
2. Aseta ruokalusikallinen täytettä kullekin kinkkuviipaleelle ja pyöritä rullaksi. Kiinnitä puutikulla.
3. Valmista béchamel-kastike seuraavalla tavalla: kaada vesi ja kerma kulhoon ja kuumenna.  
 3-4 min. 800 W  
 Suurusta jauho ja voi, lisää suuruste nesteeseen ja vatkaa, kunnes seos on tasainen.  
 Peitä ja kypsytä, kunnes seos paksuntuu.  
 1 min. 800 W  
 Sekoita ja mausta.
4. Kaada kastike voideltuun vuokaan, asettele kinkkurullat kastikkeeseen ja kypsennä kannen alla.  
 3-4 min. 800 W  
 Seisota kypsytuksen jälkeen noin 5 minuuttia.

## Zürichin vasikkapata

Astiat:	Kannella varustettu 2 l:n kulho
600 g	vasikanfileetä
10 g	voita tai margariinia
50 g	sipuli, hienoksi silputtuna
100 ml	valkoviiniä
	maustettu ruskituskastike, noin ½ l kastiketta
300 ml	kermaa
1 rkl	persiljaa, silputtuna

## Lasagne

Astiat:	Kannellinen 2 l:n kulho
	Kannellinen matala, nelikulmainen uuniuoka (mitat noin 20 x 20 x 6 cm)
300 g	tomaattipurkki
50 g	kinkkua, pilkottuna
50 g	sipuli, hienoksi silputtuna
1	valkosipulinkynsi, murskattuna
250 g	jauhelihaa
2 rkl	tomaattisoseetta
	suolaa, pippuria
150 ml	ranskankermaa
100 ml	maitoa
50 g	Parmesan-juustoa, raastettu
1 tl	hienonnettuja yrtejä
1 tl	oliiviöljyä
1 tl	ruokaöljyä vuoaan voiteluun
125 g	lasagne verde
1 rkl	Parmesan-juustoa, raastettu

## Marjahyytelöä vaniljakastikkeessa

Astiat:	Kannellinen 2 l:n kulho
	Kannellinen 1 l:n kulho
150 g	punaherukoita, pestynä ja perattuina
150 g	mansikoita, pestynä ja perattuina
150 g	vadelmia, pestynä ja perattuina
250 ml	valkoviiniä
100 g	sokeria
50 ml	sitruunamehua
8	liivatelehteä
300 ml	maitoa
½	vaniljatanko
30 g	sokeria
15 g	maissijauhoa

1. Leikkaa vasikanliha viipaleiksi.
2. Voitele kulho voilla. Aseta liha ja sipuli kulhoon, peitä ja kypsytä. Sekoita kerran kypsennyksen aikana.  
7-10 min. 800 W
3. Lisää valkoviini, kastikeaines ja kerma, sekoita, peitä ja jatka kypsennystä. Sekoita silloin tällöin.  
4-5 min. 800 W
4. Sekoita kypsennyksen jälkeen, seisota noin 5 minuuttia. Koristele parsakaalilla.

1. Pilko tomaatit, sekoita kinkkuun ja sipuliin, valkosipuliin, jauhelhaan ja tomaattisoseeseen. Mausta, peitä ja kypsytä.  
7-9 min. 800 W
  2. Sekoita ranskankermaa maitoon, Parmesanjuustoon, yrteihin, öljyyn ja mausteisiin.
  3. Voitele vuoka ja asettele vuoaan pohjalle noin ⅓ pastasta. Levitä puolet jauhelihaseoksesta pastan päälle ja kaada päälle vähän juustokastiketta. Toista ja aseta päällimmäiseksi loput pastat. Peitä pasta kastikkeella ja ripottele pinnalle parmesanjuustoa. Kypsennä kannen alla.  
15-17 min. 560 W
- Anna seistä kypsyttämisen jälkeen noin 5-10 minuuttia.

1. Säästä muutamia marjoja koristeeksi. Soseuta loput marjat valkoviinin kera. Aseta sose astiaan, peitä ja kuumenna.  
7-9 min. 800 W
2. Sekoita joukkoon sokeri ja sitruunamehu.
3. Liota liivatelehtiä kylmässä vedessä noin 10 minuuttia ja purista ne sitten kuiviksi. Lisää liivate kuumen soseen joukkoon ja sekoita, kunnes se on liuennut kokonaan. Pane hyytelö jääkaappiin ja anna hyytyä.
4. Valmista vaniljakastike: Kaada maito toiseen astiaan. Halkaise vaniljatanko ja poista sisus. Sekoita sisus, sokeri ja maissijauho maitoon. Peitä ja kypsennä. Sekoita kypsennyksen aikana ja vielä lopussa.  
3-4 min. 800 W
5. Kumoa hyytelö tarjoiluvadille ja koristele lopuilla marjoilla. Kaada vaniljakastike hyytelön päälle.

## HOITO &amp; PUHDISTUS

**VAROITUS! ÄLÄ KÄYTÄ MIKROAALTOUUNIN MINKÄÄN OSIEN PUHDISTUKSEEN KAUPALLISIA UUNINPUHDISTUSAINEITA, HÖYRYPESUAINEITA, HANKAAVIA TAI KARKEITA PUHDISTUSAINEITA, NATRIUMHYDROKSIDIA SISÄLTÄVIÄ AINEITA TAI HANKAUSSIENIÄ. PUHDISTA UUNI SÄÄNNÖLLISIN VÄLIAJOIN JA POISTA MAHDOLLISET RUOAN JÄÄMÄT. Jos uunia ei pidetä puhtaana, voi seurauksena olla pinnan vaurioituminen, joka voi mahdollisesti vaikuttaa laitteen käyttöökään ja aiheuttaa vaarallisia tilanteita.**

**Uunin ulkopinta**

Uunin ulkopinta voidaan puhdistaa helposti miedolla saippualliuoksella. Pyyhi puhdistuksen jälkeen ensin kostealla liinalla ja kuivaa lopuksi pehmeällä pyyhkeellä.

**Uunin säätimet**

Avaa luukku ennen puhdistusta, jotta uunin säätimet kytkeytyvät pois toiminnasta. Ohjauspaneeli on puhdistettava varovasti. Pyyhi varovasti pelkällä vedellä kostutetulla liinalla, kunnes se on puhdas. Älä käytä liian märkää liinaa. Älä käytä mitään kemiallista puhdistusainetta tai hankausainetta.

**Uunin sisäpinta**

1. Pyyhi roiskeet ja läikkynyt neste kostealla, pehmeällä liinalla tai sienellä jokaisen käytön jälkeen, kun uuni on vielä lämmin. Irrota pinttynyt lika miedolla saippualliuoksella ja pyyhi useita kertoja kostealla liinalla, kunnes kaikki lika ja saippua lähtee pois. Älä irrota aaltoputken suojusta.
2. Varmista, ettei saippualliuosta tai vettä pääse seinämien pieniin tuuletusaukkoihin. Muutoin uuni voi vahingoittua.
3. Älä puhdistu uunin sisäpintaa suihkutettavilla puhdistusaineilla.

## Pyörivä alusta & alustan kannatin

Poista pyörivä alusta ja alustan kannatin uunista. Pese pyörivä alusta ja alustan kannatin miedossa saippualliuoksessa. Kuivaa pehmeällä liinalla. Sekä pyörivä alusta että alustan kannatin ovat konepesun kestäviä.

## Luukku

Puhdista luukun molemmat puolet, tiivisteet ja tiivistepinnat säännöllisesti kostealla, pehmeällä liinalla. Uunin ovilasin puhdistukseen ei saa käyttää voimakkaita hankausaineita tai teräviä metallisia raaputtimia. Ne voivat naarmuttaa pintaa ja aiheuttaa lasin rikkoutumisen.

**⚠ Huomautus!** Älä käytä höyrypesuria.

## ONGELMATILANTEET

Oire	Tarkista/ohje . . .
Laite ei toimi kunnolla?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sulakerasian sulakkeet toimivat.</li> <li>Talossa ei ole ollut sähkökatkoa.</li> <li>Jos sulakkeet palavat toistuvasti, ota yhteys pätevään sähköasentajaan.</li> </ul>
Mikroaaltouunitoiminto ei toimi?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Luukku on suljettu kunnolla.</li> <li>Luukun tiivisteet ja niiden pinnat ovat puhtaat.</li> <li>START/+30-painiketta on painettu.</li> </ul>
Pyörivä alusta ei pyöri?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Alustan kannatin on asetettu alustan napaan oikein.</li> <li>Astia ei ulotu pyörivän alustan ulkopuolelle.</li> <li>Ruoka ei ulotu pyörivän alustan ulkopuolelle ja estä sitä pyörimästä.</li> <li>Pyörivän alustan alla olevassa syvennyksessä ei ole mitään.</li> </ul>
Mikroaaltouunin virran katkaisu ei onnistu?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Eristä laite sulakerasiasta.</li> <li>Ota yhteys valtuutettuun ELECTROLUX-huoltoon.</li> </ul>
Uunin lamppu ei toimi?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ota yhteys valtuutettuun ELECTROLUX-huoltoon. Uunin lampun saa vaihtaa vain valtuutettu ELECTROLUX-huolto.</li> </ul>
Ruoan kuumeneminen ja kypsytminen kestää aikaisempaa kauemmin?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Aseta pitempi kypsennysaika (kaksinkertainen määrä = melkein kaksinkertainen aika) tai,</li> <li>Jos ruoka on tavallista kylmempää, käännä se silloin tällöin tai,</li> <li>Aseta suurempi teho.</li> </ul>

## TEKNISET TIEDOT

Verkkovirta (AC)	230 V, 50 Hz, yksivaiheinen
Sulake/suojakatkaisin	Vähintään 10 A
Vaadittu teho (AC):	Mikroaalto 1,2 kW
Lähtöteho:	Mikroaalto 800 W (IEC 60705)
Mikroaaltotaajuus	2450 MHz * (Ryhmän 2/Luokan B)
Ulkomitat:	EMS17175O 494 mm (L) x 371 mm (K) x 316 mm (S) EMS17176O 594 mm (L) x 371 mm (K) x 316 mm (S)
Sisämitat	285 mm (L) x 202 mm (K) x 298 mm (S) **
Uunin tilavuus	17 litraa **
Pyörivä alusta	ø 272 mm, lasia
Paino	noin. 16 kg
Uunin lamppu	25 W/240-250 V

\* Tämä laite täyttää eurooppalaisen standardin EN55011 vaatimukset. Tämän standardin vaatimusten mukaisesti laite on luokiteltu ryhmän 2, luokan B laitteeksi. Ryhmän 2 tarkoittaa, että laite tuottaa tarkoituksella radiotaajuusenergiaa sähkömagneettisen säteilyn muodossa ruoan kuumentamiseen.

Luokan B laite on laite, joka soveltuu käytettäväksi kotitalousympäristössä.  
\*\* Sisätilavuus on laskettu mittaamalla enimmäisleveys, syvyys ja korkeus. Todellinen uuniin mahtuvan ruoan tilavuus on pienempi.

Tämä uuni on direktiivin 2004/108/EC, 2006/95/EC, 2009/125/EC ja direktiivin 2011/65/EU mukaisine muutuksineen vaatimusten mukainen.

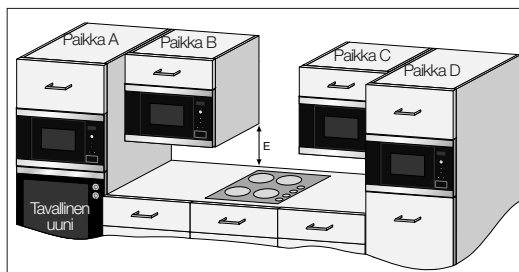
OIKEUS TEKNISTEN TIETOJEN MUUTOKSIIN PIDÄTETÄÄN OSANA JATKUVAA TUOTEKEHITYSTÄ.



## ASENNUS

## Mikroaaltouuni voidaan asentaa paikkaan A, B, C tai D:

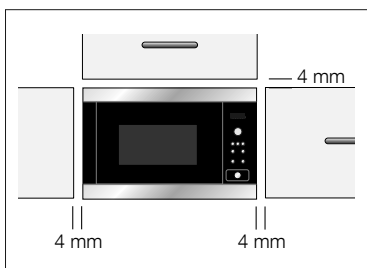
Paikka	Syvennyksen koko		
	L	S	K
A	560	550	360
B+C	462	300	350
	462	300	360
	560	300	350
	560	300	360
D	462	500	350
	462	500	360
	560	500	350
	560	500	360



Mitat millimetreinä (mm)

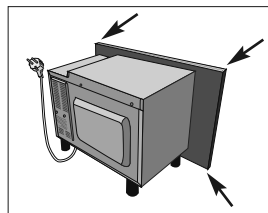
## LAITTEEN ASENTAMINEN

1. Poista kaikki pakkausmateriaalit ja tarkista huolellisesti, että laitteessa ei ole vaurioita.
2. Tämä uuni on suunniteltu sopimaan 360 mm:n korkuiseen hyllyyn. Jos asennat laitteen 350 mm:n korkuiseen hyllyyn: Irrota uunin pohjassa olevat neljä jalkaa (kolme pitkää ja yksi lyhyt jalka). Asenna kolmen korkean jalan tilalle kolme lisävarustepakkauksessa olevaa jalkaa. Älä asenna mitään lyhyen jalan tilalle.
3. Työnnä laitetta hyllyyn hitaasti (älä käytä liiallista voimaa), kunnes uunin etupaneeli on hyllyn etureunan kohdalla.
4. Varmista, että laite on vakaa ja ettei se ole kallallellaan. Varmista, että hyllyn yläreunan ja uunin etupaneelin yläreunan välissä on 4 mm:n rako (katso kuva).



## Kiinnitysvaihtoehto 1:

Kiinnitä uuni paikoilleen mukana toimitetuilla ruuveilla. Kiinnityspisteet ovat uunin ylä- ja alakulmissa.



## Kiinnitysvaihtoehto 2:

Tutustu mikroaaltouunin mukana toimitettuun mallineeseen.



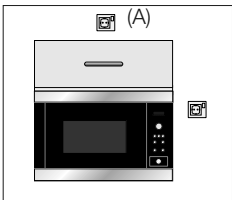
## LAITTEEN TURVALLINEN KÄYTTÖ

### Jos mikroaaltouuni asennetaan paikkaan B tai C (katso kuva sivulla 80):

- Kalusteen on oltava vähintään 500 mm (E) työtason yläpuolella. Kaluste ei saa olla **suoraan** liedien yläpuolella.
- Tämä laite on testattu ja hyväksytty käytettäväksi vain kotitalouskäyttöön tarkoitettujen kaasu-, sähkö- ja induktioliesien lähellä.
- Mikroaaltouunin on oltava riittävän etäällä liedestä, jotta mikroaaltouuni, kaluste ja lisävarusteet eivät ylikuumentu.
- Älä kuumenna tyhjiä keittolevyjä, kun mikroaaltouuni on käynnissä.
- Ole erityisen varovainen käyttäessäsi mikroaaltouunia, kun liesi on toiminnassa.

### LAITTEEN KYTKEMINEN SÄHKÖVERKKOON

- **Pistorasian on oltava helposti käsillä, jotta laite voidaan kytkeä irti vaaratilanteessa. Uuni voidaan kytkeä irti verkkovirrasta myös kiinteään johdotukseen ohjeiden mukaan asennetun kytkimen avulla.**
- **Pistorasia ei saa olla hyllyn takana.**
- Paras paikka on hyllyn yläpuolella, katso (A).



- Kytke laite maadoitettuun seinäpistorasiaan (230 V, 50 Hz). Pistorasiassa on oltava vähintään 10 A:n sulake.
- **Virtajohtoon saa vaihtaa vain sähköasentaja.**
- Kiinnitä virtajohtoon ennen asentamista narunpätkä, jotta se on helpompi kytkeä kohtaan (A), kun laite asennetaan.
- Kun asennat laitetta korkeareunaiseen hyllyyn, ÄLÄ anna virtajohtoon litistyä.
- Virtajohtoa tai pistoketta ei saa upottaa veteen tai muuhun nesteeseen.

## SÄHKÖKYTKENNÄT



**VAARA!**  
**HUOLEHDI, ETTÄ KOTISI PISTORASIASTI Ovat MAADOITETTUNA.**  
**Valmistaja ei vastaa seurauksista, jos tämä turvatoimenpide laiminlyödään.**

Jos laitteesi virtajohtossa oleva pistoke ei sovi pistorasiaan, ota yhteys ammattitaitoiseen sähköasentajaan.

## YMPÄRISTÖÄ KOSKEVIA TIETOJA



### Pakkausmateriaalien ja vanhojen laitteiden hävittäminen ympäristöä kunnioittavalla tavalla

#### PAKKAUSMATERIAALIT

ELECTROLUX-mikroaaltouunit on pakattava huolellisesti, jotta ne eivät vahingoittuisi kuljetuksen aikana.

Pakkauksessa käytetään mahdollisimman vähän pakkausmateriaaleja.

Pakkausmateriaalit (esim. päällysmuovi tai vaahtomuovi) voivat olla vaarallisia lapsille.

**Tukehtumisvaara. Pidä pakkausmateriaalit poissa lasten ulottuvilta.**

Kaikki käytetyt pakkausmateriaalit ovat ympäristöystävällisiä ja voidaan kierrättää. Pahvi on valmistettu kierrätyspaperista ja puuosat ovat käsittelemättömiä. Muoviosat on merkitty seuraavasti:

”PE” - polyetyleni, esim. päällysmuovi.

”PS” - polystyreeni, esim. pakkausmateriaalina (freoniton).

”PP” - polypropyleeni, esim. pakkaushihnat.


Pakkausmateriaalien uudelleenkäyttö säästää raaka-aineita ja vähentää jätteen määrää.

Pakkausmateriaalit tulee viedä lähimpään kierrätyspisteeseen.  
Pyydä lisätietoja paikallisilta viranomaisilta.

## VANHOJEN LAITTEIDEN HÄVITTÄMINEN

Vanhat laitteet tulee tehdä vaarattomiksi ennen hävittämistä irrottamalla pistoke ja katkaisemalla ja hävittämällä virtajohto.

Tämän jälkeen laite tulee viedä lähimpään kierrätyspisteeseen. Tarkista paikallisilta viranomaisilta, voiko paikkakunnallasi kierrättää sähkölaitteita.

Symboli , joka on merkitty tuotteeseen tai sen pakkaukseen, osoittaa, että tätä tuotetta ei saa käsitellä talousjätteenä. Tuote on sen sijaan luovutettava sopivaan sähkö- ja elektroniikkalaitteiden kierrätyksestä huolehtivaan keräyspisteeseen. Tämän tuotteen asianmukaisen hävittämisen varmistamisella autetaan estämään sen mahdolliset ympäristöön ja terveyteen kohdistuvat haittavaikutukset, joita voi aiheutua muussa tapauksessa tämän tuotteen epäasianmukaisesta jäte käsittelystä. Tarkempia tietoja tämän tuotteen kierrättämisestä saat kuntasi jäteasioita hoitavalta viranomaiselta, talousjätehuolto palvelusta tai liikkeestä, josta tuote on ostettu.

## INNHold

VIKTIGE SIKKERHETSINSTRUKSJONER . . . . .	84
APPARATOVERSIKT . . . . .	88
KONTROLLPANEL . . . . .	89
FØR DEN BRUKES FØRSTE GANG . . . . .	89
MIKROBØLGER BRUK . . . . .	91
TABELLER PROGRAMMER. . . . .	97
OPPSKRIFTER . . . . .	101
VEDLIKEHOLD OG RENGJØRING . . . . .	104
HVA DU GJØR HVIS . . . . .	106
SPESIFIKASJONER. . . . .	106
INSTALLERING . . . . .	107
MILJØINFORMASJON. . . . .	109

## VI TENKER PÅ DEG

Takk for at du har kjøpt et produkt fra Electrolux. Du har valgt et produkt som bringer fler tår med erfaring og innovasjon med seg. Genial og stilig, og den er designet med tanke på deg. Du kan være trygg på at du får gode resultater hver gang du bruker den.

Velkommen til Electrolux.

### Gå inn på nettstedet vårt for å:



Få råd om bruk, finne brosjyrer, feilsøking, serviceinformasjon:  
**[www.electrolux.com](http://www.electrolux.com)**



Registrere produktet ditt for å få bedre service:  
**[www.electrolux.com/productregistration](http://www.electrolux.com/productregistration)**



Kjøpe tilbehør, forbruksvarer og originale reservedeler til produktet ditt:  
**[www.electrolux.com/shop](http://www.electrolux.com/shop)**

## KUNDESTØTTE OG SERVICE

Vi anbefaler at du bruker originale reservedeler.

Når du kontakter serviceavdelingen, må du sørge for å ha følgende data for hånden. Informasjonen finner du på typeskiltet. Modell, PNC (produktnummer), serienummer.



Advarsel/Forsiktig - Sikkerhetsinformasjon



Generell informasjon og tips



Miljøinformasjon

Med forbehold om endringer.

## VIKTIGE SIKKERHETSINSTRUKSJONER

**VIKTIGE SIKKERHETSINSTRUKSJONER: LES NØYE OG OPPBEVAR FOR FREMTIDIG REFERANSE****For å unngå brannfare**

Mikrobølgeovnen bør holdes under oppsyn mens den er i bruk. For høye effektnivåer eller for lange tilberedningstider kan føre til overoppheting av matvarer og resultere i brann. Strømuttaket må være lett tilgjengelig, slik at enheten lett kan kobles fra strømmettet i nødtilfeller. Vekselstrømsuttaket må være på 230 V, 50 Hz, med minimum 10 A fordelingssikring, eller minimum 10 A fordelingskretsbytter. Det anbefales at man benytter en separat strømkrets for kun dette apparatet. Ovnens må ikke oppbevares eller brukes utendørs.

**Hvis det begynner å ryke av maten som varmes, MÅ MAN IKKE ÅPNE DØREN.**

**Slå av ovnen, trekk ut kontakten og vent til maten ikke ryker lenger. Å åpne døren mens det ryker av maten, kan føre til brann.**

**Bruk kun beholdere og utstyr som er beregnet på bruk i mikrobølgeovn. Ikke la ovnen stå uten tilsyn ved bruk av engangsbeholdere i plast, papir eller andre brennbare matbeholdere.**

**Rengjør bølgelederdekselet, ovnsrommet, dreieplaten og dreieplatestativet etter bruk. Disse må være tørre og frie for fett.**

**Fettavsetninger kan overopphettes og begynne å ryke eller ta fyr. Mikrobølgeovnen er**

**beregnet på oppvarming av mat og drikke. Tørking av mat eller klesplagg og oppvarming av varmeputer, tøfler, svamper, fuktige kluter o.l. kan medføre fare for personskade, antenning eller brann.**

Ikke plasser antenner eller ventilasjonsåpninger nær ovnen eller ventilasjonsåpninger. Ikke blokker ventilasjonsåpningene. Fjern alle metallforseglinger, metalltråder osv. fra mat og matemballasje. Gnistoverslag på metalliske overflater kan forårsake brann. Mikrobølgeovnen må ikke brukes til å varme opp olje for fritering. Temperaturen kan ikke kontrolleres og oljen kan ta fyr. Ved tilberedning av popkorn må man kun bruke popkornbeholdere beregnet på bruk i mikrobølgeovn. Man må ikke oppbevare mat eller andre gjenstander inne i ovnen. Kontroller innstillingene etter at du starter ovnen for å sikre at den fungerer som ønsket. Se tipsene og rådene i denne brukerhåndboken og i kokebokdelen.

**For å unngå fare for skader**

**⚠ ADVARSEL! Ikke bruk ovnen om den er skadet eller har feilfunksjoner. Før bruk, sjekk følgende punkter:**

- a) **Døren:** Pass på at døren lukkes ordentlig og sjekk at den ikke er skjev eller vridd.
- b) **Hengslene og sikkerhetsdørspærren:** Sjekk at de ikke er brukket eller løse.

- c) Dørtetning og frontramme: Pass på at de ikke er skadet.**
- d) Inne i ovnsrommet eller på døren: Pass på at det ikke finnes bulker.**
- e) Strømledning og stikkontakt: Pass på at de ikke er skadet.**

**Du må aldri justere, reparere eller modifisere ovnen selv. Det er farlig for alle andre enn faglært personell å utføre eventuell service eller reparasjon som innebærer å fjerne dekslet som beskytter mot mikrobølgeenergi.**

Ikke bruk ovnen med døren åpen, eller endre dørens sikkerhetssperrer på noen måte. Ikke bruk ovnen hvis det finnes en gjenstand mellom dørforseglingene og lukkeflatene.

**Ikke la det bygge seg opp fett eller smuss på dørtetningen eller tilstøtende deler. Følg instruksjonene for "Vedlikehold og rengjøring". Hvis man ikke holder ovnen ren kan dette føre til forringelse av overflaten, noe som videre kan redusere apparatets levetid. Det kan også føre til en farlig situasjon.**

Personer med PACEMAKER bør sjekke med

lege eller produsenten av pacemaker for forskriftsregler vedrørende mikrobølgeovner.

**For å unngå fare for elektrisk støt**

Ikke under noen omstendigheter må du fjerne den ytre kassen. Ikke søl eller før inn gjenstander i dørlåsåpningene eller ventilasjonsåpningene. Ved slikt søl, slå av ovnen, trekk ut kontakten med en gang, og ring en autorisert ELECTROLUX servicerepresentant. Ikke senk strømledningen eller kontakten i vann eller andre væsker. Ikke la strømledningen ligge over varme eller skarpe overflater, så som varmluftsventilasjonsåpningen bakerst på toppen av ovnen.

**Ikke prøv å skifte ut ovnslampen selv, eller la noen som ikke er autorisert av ELECTROLUX gjøre dette. Hvis ovnslampen slutter å lyse, ta kontakt med din forhandler eller en autorisert ELECTROLUX servicerepresentant.**

Hvis strømledningen til denne ovnen skades, må den erstattes med en spesiell ledning. Dette må utføres av en autorisert ELECTROLUX servicerepresentant.

**For å unngå fare for eksplosjon og plutselig koking**

**⚠ ADVARSEL! Væsker og andre matvarer må ikke varmes opp i forseglede beholdere, da de kan eksplodere.**

Bruk aldri forseglede beholdere. Fjern forseglinger og lokk før bruk. Forseglede beholdere kan eksplodere pga. oppbygging av trykk selv etter at man har slått av ovnen. Utvis forsiktighet ved oppvarming av væsker i mikrobølgeovn. Bruk en beholder med vid åpning, slik at bobler kan slippe ut.

**Oppvarming av væsker i mikrobølgeovn kan føre til forsinket eksplosjonsartet**

## **koking, derfor må man utvise forsiktighet ved håndtering av beholderen.**

For å forhindre plutselig erupsjon av kokende væske og mulig skålding:

1. Rør i væsken før oppvarming/gjenoppvarming.
2. Det anbefales at man plasserer en glassstang eller liknende redskap i væsken under oppvarming.
3. La væsken stå i ovnen i minst 20 sekunder etter tilberedning for å unngå forsinket, eksplosjonsartet sprut fra kokekaret.

**Kok ikke egg i skallene, og hele, hardkokte egg bør ikke varmes opp i mikrobølgeovn fordi de kan eksplodere selv etter at mikrobølgeovnstilberedningen er avsluttet. For å koke eller varme opp egg som ikke har blitt rørt eller blandet, stikk hull på plommer og hviter, hvis ikke kan eggene eksplodere. Ta av skallet og del opp hardkokte egg før de varmes i mikrobølgeovn.**

Stikk hull på skall/skinn på matvarer som poteter, pølser og frukt før tilberedning i mikrobølgeovn, hvis ikke kan de eksplodere.

### **For å unngå fare for brannskader**

Bruk grytelapper eller -hansker når du tar mat ut av ovnen, for å unngå brannskader. Åpne alltid beholdere, popkornposer, stekeposer osv. vendt fra ansikt og hender for å unngå brannskader fra damp.

**For å unngå brannskader bør du alltid teste matens temperatur og røre i den før den serveres. Vær spesielt oppmerksom på**

## **temperaturen i mat og drikke som gis til spedbarn, barn eller eldre.**

Temperaturen til beholderen er ikke nødvendigvis den samme som temperaturen på maten eller drikken; sjekk alltid temperaturen på selve matvaren. Hold litt avstand fra ovnsdøren når du åpner den, for å unngå brannskader fra damp og varme som kommer ut fra døråpningen. Del opp fylte bakervarer etter oppvarming for å slippe ut damp og unngå brannskader. Hold barn borte fra døren for å forhindre dem i å brenne seg.

## **For å unngå at barn bruker mikrobølgeovnen feil**

**⚠ ADVARSEL! Apparatet og dets tilgjengelige deler blir varme under bruk. Pass på så du ikke berører varmeelementene. Barn under åtte år må ikke komme i nærheten med mindre de holdes under konstant oppsyn.**

**Dette apparatet kan brukes av barn fra åtte år og oppover og personer med reduserte fysiske, sensoriske eller mentale evner eller mangel på erfaring og kunnskap dersom de har blitt holdt under oppsyn eller fått instruksjoner angående sikker bruk av apparatet og forstår de tilknyttede farene. Barn bør være under oppsyn for å sikre at de ikke leker med**

**apparatet. Rengjøring og brukervedlikehold skal ikke utføres av barn, med mindre de er åtte år eller eldre og holdes under oppsyn.**

**Dette apparatet er beregnet på bruk i privathusholdninger og tilsvarende bruksområder som: kjøkkenområder for ansatte i butikker, på kontorer og i andre arbeidsmiljøer; gårdshus; av gjester ved hoteller, moteller og liknende overnattingssteder; private overnattingssteder (f.eks. bed and breakfast).**

Ikke len deg eller sving på ovnsdøren. Ikke lek med ovnen eller bruk den som et leketøy. Barn bør lære alle viktige sikkerhetsinstruksjoner: bruk av grytelapper, forsiktig fjerning av lokk over mat og å være spesielt forsiktig med emballasje (f. eks. selvoppvarmende materialer) som er utformet for å lage sprø mat, da disse kan være ekstra varme.

#### **Andre advarsler**

Ovnen må ikke modifiseres på noen måte. Denne ovnen er kun beregnet på mattilberedning i private hjem, og skal kun brukes for tilberedning av mat. Den er ikke egnet for profesjonell bruk eller bruk i laboratorier.

#### **For å fremme problemfri bruk av ovnen og unngå skade**

Ikke bruk ovnen når den er tom. Ved bruk av bruningsfat eller selvoppvarmende materialer, må du alltid plassere en varmemotstandig isolering, som en porselenstallerken, under for å unngå skade på dreieplaten og dreieplatestativet pga. termospenning. Oppvarmingstidene som er spesifisert i oppskrifter/instruksjoner må ikke overstiges. Ikke bruk metallredskaper som

reflekterer mikrobølger og kan føre til elektrisk gnistoverslag. Ikke plasser hermetikkbokser i ovnen. Bruk kun dreieplaten og dreieplatestativet som er beregnet for denne ovnen. Ikke bruk ovnen uten dreieplaten.

For å unngå at dreieplaten knuses:

- a) La dreieplaten avkjøles før du rengjør den med vann.
- b) Ikke plasser varm mat eller varme redskaper på en kald dreieplate.
- c) Ikke plasser kald mat eller kalde redskaper på en varm dreieplate.

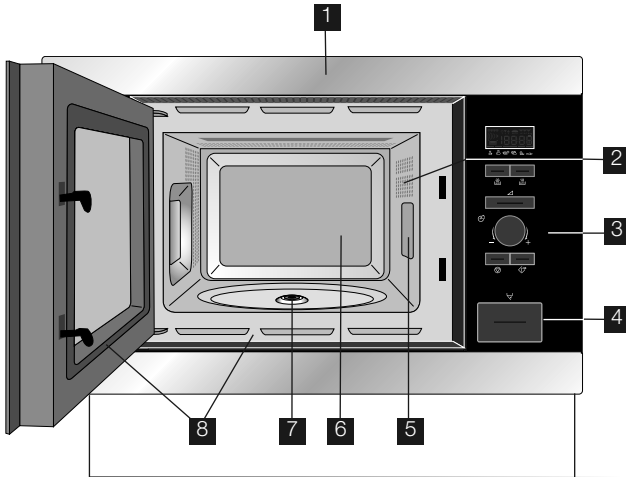
Ikke plasser noe på den ytre kassen under bruk.

#### **⚠ Merknad!**

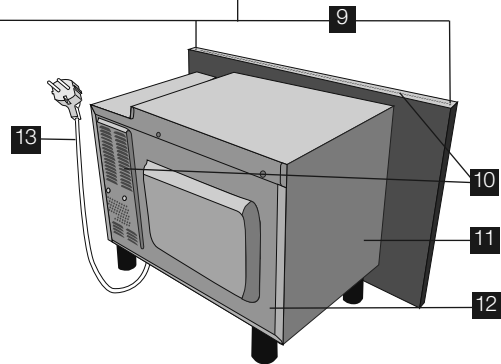
Hvis du ikke er sikker på hvordan du kan koble til ovnen, kontakt en autorisert, kvalifisert elektriker. Verken produsent eller forhandler kan påta seg ansvar for skade på ovnen eller personskader som oppstår fordi man ikke har koblet ovnen til elektrisk strømkilde på korrekt måte. Vanndamp eller -dråper kan fra tid til annen dannes på ovnsveggene eller rundt dørtetningen og frontrammen. Dette er normalt, og er ikke tegn på mikrobølgelekkasje eller feilfunksjon.

## APPARATOVERSIKT

### MIKROBØLGEOVN OG TILBEHØR



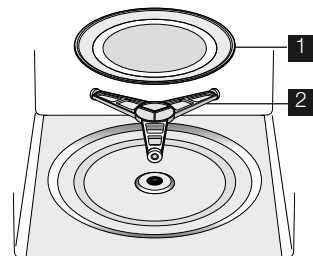
- 1 Frontkant
- 2 Ovnslampe
- 3 Kontrollpanel
- 4 Døråpner
- 5 Plate som beskytter bølgeleder
- 6 Ovnsrom
- 7 Pakning for dreietallerken
- 8 Dørpakning og lukkeflater



Sjekk at følgende tilbehør medfølger:

- 1 Dreieplate
- 2 Dreieplatestativ
- 3 4 festeskruer (ikke vist)

- Plasser dreieplatestativet i fordypningen i bunnen av ovnsrommet.
- Plasser så dreieplaten oppå dreieplatestativet.
- For å unngå skade på dreieplaten bør du sørge for at fat og beholdere løftes over kanten på dreieplaten når du tar dem ut av ovnen.



Når du bestiller tilbehør, gir du to referanser til forhandler eller autorisert ELECTROLUX serviceagent: produktnummer og modellnavn.



## KONTROLLPANEL

### 1 DIGITALT DISPLAY indikatorer



Mikrobølger



Autotining brød



Klokken



Autotining



Tillagningstadier



Vekt



Pluss/minus

### 2 AUTOTILBEREDNING indikatorer

### 3 AUTOTILBEREDNING knapp

### 4 AUTOTINING knapp

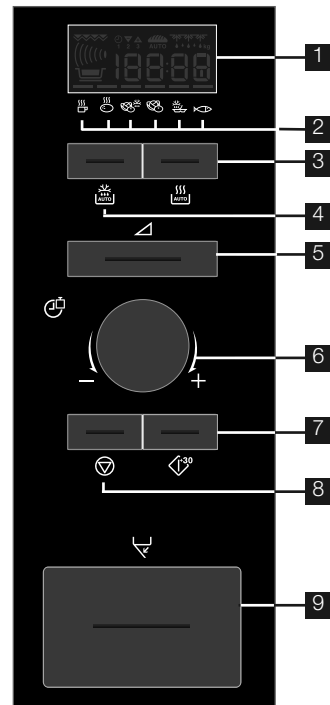
### 5 EFFEKTNIVÅ knapp

### 6 TID/VEKT knappen

### 7 START/+30 knapp

### 8 STOPP knapp

### 9 DØRÅPNINGS knapp



## FØR DEN BRUKES FØRSTE GANG

### ECON. INNSTILLINGER

Ovnen er innstilt på energisparingsmodus – "Econ."

1. Sett ovnens støpsel i stikkkontakten.
2. På displayet vises: "Econ".
3. Displayet vil telle ned fra 3:00 til null.
4. Når nedtellingen er fullført, vil ovnen gå over i "Econ."-modus og skjermen blir blank igjen.



- For å kansellere "Econ."-modus, still inn klokken.

### STILLE KLOKKEN

Ovnen har 12- og 24-timersklokke.

**Eksempel:** Slik stiller du klokken til 11:30 (12-timersklokke).

1. Åpne døren.
2. På displayet vises: "Econ".




3. Trykk på og hold inne START/+30-knappen i 5 sekunder. Ovnen avgir en pipelyd. Displayet viser:

4. Roter TID/VEKT-knappen for å justere timeverdien.
5. Trykk på START/+30-knappen én gang, og roter deretter TID/VEKT-knappen for å justere minuttene.
6. Trykk på START/+30-knappen.
7. Kontroller displayet:
8. Lukk døren.



- Du kan rotere TID/VEKT-knappen med eller mot klokken.
- Klokken stilles ikke inn hvis du trykker på STOPP-knappen. På displayet vises: "Econ".

**Eksempel:** For å stille klokken til 23:30 (24 timers klokke).


1. Åpne døren.
2. På displayet vises: "Econ".
3. Trykk på og hold inne START/+30-knappen i 5 sekunder. Ovnens avgir en pipelyd. Displayet viser: 
4. Trykk på START/+30-knappen. Displayet viser: 
5. Roter TID/VEKT-knappen for å justere timeverdien.
6. Trykk på START/+30-knappen én gang, og roter deretter TID/VEKT-knappen for å justere minuttene.
7. Trykk på START/+30-knappen.
8. Kontroller displayet: 
9. Lukk døren.




- Du kan rotere TID/VEKT-knappen med eller mot klokken.
- Klokken stilles ikke inn hvis du trykker på STOPP-knappen. På displayet vises: "Econ".

## JUSTERE TIDEN NÅR KLOKKEN ER STILT INN

**Eksempel:** For å stille klokken til 11:45.

1. Åpne døren.
2. Trykk på og hold inne START/+30-knappen i 5 sekunder. Ovnens avgir en pipelyd. Displayet viser: 

(Trykk på START/+30-knappen én gang til for å bytte til 24-timersklokke.)

3. Roter TID/VEKT-knappen for å justere timeverdien.
4. Trykk på START/+30-knappen én gang, og roter deretter TID/VEKT-knappen for å justere minuttene.
5. Trykk på START/+30-knappen.
6. Kontroller displayet: 

## HVIS DU VIL AVBRYTE KLOKKEN OG SATT ECON MODE

1. Åpne døren.
2. Trykk på og hold inne START/+30-knappen i 5 sekunder. Ovnens avgir en pipelyd. Displayet viser: 

(Trykk på START/+30-knappen én gang til for å bytte til 24-timersklokke.)

3. Trykk på STOPP-knappen.
4. På displayet vises: "Econ".
5. Lukk døren.
6. Displayet vil telle ned fra 3:00 til null.
7. Når nedtellingen er fullført, vil ovnen gå over i "Econ."-modus og skjermen blir blank igjen.

## BRUKE STOPP-KNAPPEN

Bruk STOPP-knappen for å:

1. Slette en feil under programmering.
2. Stanse ovnen midlertidig under tilberedning.
3. Annullere et program under tilberedning, trykk to ganger.



## SIKKERHETSLÅS

Ovnen har en sikkerhetsfunksjon som forhindrer at ovnen kan startes utilsiktet av et barn. Når låsen er innstilt, vil ingen del av mikrobølgeovnen fungere før sikkerhetsfunksjonen har blitt kansellert.

**Eksempel:** Stille inn sikkerhetslåsen.

1. Trykk og hold inne STOPP-knappen i 5 sekunder.



Ovnen vil pipe og "LOC" vil vises: 



- For å kansellere sikkerhetslåsen, trykk på STOPP-knappen i fem sekunder, ovnen vil pipe to ganger og klokkeslett vil vises.
- Sikkerhetslåsen kan ikke stilles inn hvis klokken ikke er innstilt.

## MIKROBØLGER BRUK

### MIKROBØLGER TING RÅD

For å lage/tine mat i en mikrobølgeovn må mikrobølgeenergien kunne gå gjennom beholderen for å trenge inn i maten. Derfor er det viktig å velge passende kokekar. Runde/ovale skåler er å foretrekke fremfor firkantede eller avlange, siden maten i hjørnene har en tendens til å bli varmet for mye.

Det er viktig å snu, flytte på eller røre i maten for å sikre jevn oppvarming. Maten må stå litt etter oppvarming, slik at varmen fordeles jevnt i maten.

#### Kjennetegn

Ingredienser	Matvarer med mye fett eller sukker (f.eks. fete sauser eller eplepai) trenger kortere oppvarming. Man bør være forsiktig da overoppheting kan forårsake brann.
Kompakthet	Hvor kompakt maten er vil påvirke oppvarmingstiden. Lette, porøse matvarer som kaker og brød varmes raskere opp enn tunge, kompakte matvarer som f.eks. en stek eller gryterett.
Mengde	Oppvarmingstiden økes med mengden mat som plasseres i ovnen. Det tar lenger tid å koke fire poteter enn to.
Størrelse	Små matvarer og små biter varmes raskere enn store, siden mikrobølgene kan trenge inn fra alle sider og mot midten. For jevn oppvarming bør alle bitene være like store.
Fasong	Matvarer med ujevn fasong, som for eksempel kyllingbryst eller lårstykker bruker lenger tid på de tykkeste partiene. Runde fasonger varmes jevnere enn firkantede fasonger.
Temperatur	Starttemperaturen på maten vil påvirke oppvarmingstiden. Avkjølte matvarer trenger lenger tid enn matvarer med romtemperatur. Skjær i mat med fyll, for eksempel berlinerboller, for å slippe ut varme eller damp.

#### Oppvarmingsteknikker

Anrette	Plasser de tykkeste bitene av maten mot kantene på skålen. f.eks. lårstykker av kylling.
Dekke til	Bruk plastfolie med luftehull for mikrobølgeovn eller et passende lokk.
Stikke hull	Matvarer med skall, skinn eller hinne må stikkes hull i flere steder før oppvarming, siden dampen som danner seg kan få maten til å eksplodere, f.eks. poteter, fisk, kylling, pølser. <b>⚠️ Viktig!</b> Egg bør ikke kokes i mikrobølgeovn, siden de kan eksplodere selv etter at oppvarmingen er ferdig, for eksempel posjerte egg, speilegg eller kokte egg.
Rør, vend og flytt på	For å få jevn oppvarming er det viktig å røre, vende og flytte på maten under oppvarmingen. Røring og flytting skal alltid skje fra kanten mot midten.
Hvile	Hviletid er nødvendig etter oppvarming, slik at varmen fordeles jevnt i maten.
Dekke	Noen områder på matvarer som tines kan bli varme. Varme områder f.eks. på lårstykker og kyllingvinger kan dekkes med foliebitar som reflekterer mikrobølgene.

## MIKROBØLGESIKRE KOKEKAR

Kokekar	Mikrobølge- esikker	Kommentarer
Aluminiumsfolie/ foliebeholdere	✓ / ✗	Små stykker med aluminiumsfolie kan brukes til å beskytte matvarer mot overoppheting. Folien må plasseres minst 2 cm fra veggene på ovnen, siden overslag kan forekomme. Foliebeholdere anbefales ikke hvis ikke det er spesielt oppgitt fra produsenten. Følg veiledningen nøye.
Bruningspanner	✓	Følg alltid produsentens veiledning. Oppvarmingstidene som oppgis må ikke overstiges. Vær svært forsiktig, disse pannenene blir svært varme.
Porselen og keramikk	✓ / ✗	Porselen, keramikk, glaserte leirvarer og benporselen kan vanligvis brukes, bortsett fra de som har metalldekor.
Glasstøy, f.eks. Pyrex ®	✓	Man bør være forsiktig med bruk av glasstøy, siden det kan knuse eller sprekke dersom det varmes opp raskt.
Metall	✗	Man anbefaler ikke bruk av metallkokekar i kombinasjon med mikrobølgeenergi. Overslag kan oppstå, og det kan forårsake brann.
Plast/styrenplast, f.eks. hurtigmat- beholdere	✓	Man bør være forsiktig med bruk av disse, siden noen beholdere deformeres, smelter eller misfarges ved høye temperaturer.
Plastfolie	✓	Den bør ikke berøre maten, og må stikkes hull i for å slippe ut damp.
Fryse-/stekeposer	✓	De må stikkes hull i for å slippe ut damp. Pass på at posene er egnet for bruk i mikrobølgeovn. Bruk ikke plast- eller metallklips, disse kan smelte eller ta fyr på grunn av overslag.
Papir - tallerkener, kopper og tørkerull	✓	Brukes kun til forsiktig oppvarming eller for å absorbere fuktighet. Man bør være forsiktig, overoppheting kan forårsake brann.
Halm- og trebeholdere	✓	Pass alltid på når disse materialene brukes, overoppheting kan forårsake brann.
Resirkulert papir og avispapir	✗	Disse kan inneholde rester av metall, noe som kan forårsake overslag og brann.

## MIKROBØLGER TILBEREDNING

Ovnen din kan programmeres for inntil 90 minutter. Økningsenhetene man kan bruke for matlaging varierer fra 15 sekunder til fem minutter. Det avhenger av den totale tilberedningstid, som vist i tabellen.

Tilberedningstid	Økningsenhet
0-5 minutter	15 sekunder
5-10 minutter	30 sekunder
10-30 minutter	1 minutt
30-90 minutter	5 minutter

## MANUELL TINING

For manuell tining (uten bruk av autotiningfunksjonen), bruk 240 W. Etter at effektnivået er valgt vises symbolet for tining på skjermen.

## MIKROBØLGEEFFEKTNIVÅER

Mikrobølgeovnen din har 6 nivåer.

Effekt-innstilling	Forslag til bruk
800 W/HØY	Brukes til hurtig matlaging eller oppvarming, f.eks. supper, gryteretter, hermetiske matvarer, varme drikker, grønnsaker, fisk og lignende.
560 W	Brukes til lengre matlaging av tettere matvarer som stek, kjøttpudding, og ferdigmåltider, også for ømtålige retter som ostesaus og sukkerbrød. Ved denne lavere innstillingen vil ikke sausen koke over og mat vil tilberedes jevnt uten å overkoke på sidene.
400 W	For tette matvarer som krever lang tilberedningstid når det tilberedes på tradisjonell måte, f.eks. retter med storfekjøtt, anbefales det å bruke denne innstillingen for å sikre at kjøttet blir mørt.
240 W/TINING	For å tine, velg denne effektinnstillingen for å sikre at retten tines jevnt. Denne innstillingen er også ideell for å tilberede ris, pasta, melboller og lage eggekrem.
80 W	For forsiktig tining, for eksempel kremkaker eller smørdeig.
0 W	For nedtellingsinnstilling.

W = WATT

**Eksempel:** Varme opp suppe i to minutter og 30 sekunder på 560 W mikrobølgeeffektnivå.

1. Trykk to ganger på EFFEKTNIVÅ knapp.



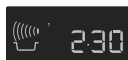
2. Angi ønsket tid ved å dreie på TID/VEKT knappen med eller mot klokken 2.30 displayet.



3. Tryk på START/+30 knappen.



4. Kontroller displayet:



### Viktig!

Hvis du ikke stiller inn effektnivå, stilles det automatisk til 800 W/HØY.



- Tilberedningstiden på det digitale displayet stopper automatisk hvis døren åpnes under tilberedningsprosessen. Tilberedningstiden telles ned igjen når døren lukkes og man trykker på START/+30 knappen.
- Hvis du vil se effektnivået under tilberedningen, trykk på EFFEKTNIVÅ knappen.
- Du kan øke eller redusere tilberedningstiden under tilberedning ved å rotere TID/VEKT-knotten.
- Du kan endre effektnivået under tilberedning ved å trykke på EFFEKTNIVÅ knappen.
- For å kansellere et program under tilberedning, berør STOPP-knappen to ganger.

## TIDSUR

**Eksempel:** For å stille inn sju minutters nedtelling.

1. Tryk på EFFEKTNIVÅ knapp 7.



2. Angi ønsket tid ved å dreie på TID/VEKT knappen med eller mot klokken 7.00 displayet.



3. Tryk på START/+30 knappen.



4. Kontroller displayet:



- For å stoppe nedtellingen, trykk på STOPP-knappen. For å fortsette nedtellingen, trykk på START/+30, for å avslutte, trykk på STOPP-knappen igjen.

## LEGG TIL 30 SEKUNDER

START/+30 knappen gjør det mulig å bruke de følgende to funksjonene.

### 1. Direktestart

Du kan starte tilberedningen på 800 W/HØY mikrobølgeeffektnivå i 30 sekunder ved å trykke på START/+30 knappen.



### 2. Forleng tilberedningstiden

Du kan forleng tilberedningstiden under manuell tilberedning for flere sekvenser à 30 sekunder hvis du trykker på knappen mens ovnen er i gang.



- Du kan ikke bruke denne funksjonen ved AUTOTILBEREDNING eller AUTOTINING.

## PLUSS OG MINUS

PLUSS- og MINUS -funksjonen gir deg muligheten til å øke eller redusere tilberedningstiden ved bruk av automatiske programmer.

Hvis du foretrekker faste kokte poteter bruk MINUS .

Hvis du foretrekker myke kokte poteter, bruk PLUSS .

**Eksempel:** For godt kokte poteter, 0,3 kg:

1. Velg ønsket meny ved å trykke 2 ganger på AUTOTILBEREDNING knappen.



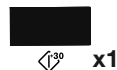
2. Ved å dreie på TID/VEKT knappen 0.3 displayet.



3. Trykk på EFFEKTNIVÅ én gang for å velge PLUSS -justering.



4. Tryk på START/+30 knappen.



5. Kontroller displayet:



- For å kansellere PLUSS/MINUS, trykk på EFFEKTNIVÅ tre ganger.
- Hvis du velger PLUSS, vil skjermen vise .
- Hvis du velger MINUS, vil skjermen vise .

## TILBEREDNING I FLERE TRINN

Det kan programmeres en sekvens på tre stadier (maks.) med kombinasjon av MIKROBØLGE.

**Eksempel:** For å tilberede:  
5 minutter på 800 W effekt (trinn 1)  
16 minutter på 240 W effekt (trinn 2)

### Trinn 1

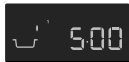
1. Velg ønsket meny ved å trykke 1 gang på EFFEKTNIVÅ knappen.



2. Angi ønsket tid ved å dreie på TID/VEKT knappen med eller mot klokken 5.00 displayet.



3. Kontroller displayet:



### Trinn 2

1. Velg ønsket meny ved å trykke 4 ganger på EFFEKTNIVÅ knappen.



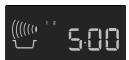
2. Angi ønsket tid ved å dreie på TID/VEKT knappen med eller mot klokken 16.00 displayet.



3. Tryk på START/+30 knappen.



4. Kontroller displayet:



Ovnens vil begynne tilberedningen for 5 minutter på 800 W, og deretter fortsette med 16 minutter på 240 W.

## AUTOMATISK TILBEREDNING OG TUNING

Funksjonen Autotilberedning og autotuning regner automatisk ut den korrekte tilberedningsmodus og tilberedningstid. Du kan velge mellom syv AUTOTILBEREDNING menyer og fem AUTOTUNING menyer.

### Autotilberedning

Mat	Symbol
Drikke	
Kokte poteter og bakte poteter	
Frosne Grønnsaker	
Friske Grønnsaker	
Frosne Ferdigmåltider	
Fiskefilet med saus	

**Eksempel:** For kokte poteter, 0,3 kg:

1. Velg ønsket meny ved å trykke 2 ganger på AUTOTILBEREDNING knappen.



2. Ved å dreie på TID/VEKT knappen 0.3 displayet.



3. Tryk på START/+30 knappen.





4. Kontroller displayet:



Når det kreves handling (f. eks. å snu maten), stopper ovnen, man hører en signallyd, resterende tilberedningstid og eventuell indikator vil blinke i displayet. For å fortsette tilberedningsprosessen, trykk på START/+30 knappen. Ved slutten av tilberedningstiden vil programmet stoppe automatisk. Et signal lyder, og tilberedningssymbolet vil blinke. Etter ett minutt og et påminnelsespip, vil klokkeslettet vises.

## Autotining

Mat	Symbol
Kjøtt/fisk/fugl	
Brød	

**Eksempel:** For tining 0,2 kg brød.

1. Velg ønsket meny ved å trykke 2 ganger på AUTOTINING knappen.



2. Ved å dreie på TID/VEKT knappen 0.2 displayet.



3. Tryk på START/+30 knappen.



4. Kontroller displayet:















Når det kreves handling (f. eks. å snu maten), stopper ovnen, man hører en signallyd, resterende tilberedningstid og eventuell indikator vil blinke i displayet. For å fortsette tilberedningsprosessen, trykk på START/+30 knappen. Ved slutten av den automatiske tiningstiden vil programmet stoppe automatisk. Et signal lyder, og tilberedningssymbolet vil blinke. Etter ett minutt og et påminnelsespip, vil klokkeslettet vises.




## TABELLER PROGRAMMER

## TABELLER AUTOMATISK TILBEREDNING OG TINING

Autotilberedning nr.	Vekt (Painallus vastaa)/Utstyr	Knapp	Fremgangsmåte
Drikke (Kaffe/te) 	1-4 kopper 1 kopp = 200 ml	 x1	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Plasser koppen nær kanten av det roterende fatet.</li> </ul>
Kokte poteter og bakte poteter 	0,1-0,8 kg (100 g) Bolle og lokk	 x2	<p>Kokte poteter: Skrell potetene og del dem opp imindre biter.</p> <p>Bakepotet: Velg poteter på omtrent samme størrelse og vask dem.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Legg potetene som skal kokes eller bakes i en bolle.</li> <li>• Tilsett nødvendig mengde vann (pr. 100 g), ca. 2 ss og litt salt.</li> <li>• Dekk til med et lokk.</li> <li>• Når du hører et lydsignal, rør om og dekk til igjen.</li> <li>• La retten hvile i ca. 2 minutter etter at den er ferdig.</li> </ul>
Frosne Grønnsaker 	0,1-0,6 kg (100 g) Bolle og lokk	 x3	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tilsett en ss vann pr. 100 g, og salt etter ønske. (Det er ikke nødvendig å tilsette vann til sopp.)</li> <li>• Dekk til med et lokk.</li> <li>• Når du hører et lydsignal, rør om og dekk til igjen.</li> <li>• La retten hvile i ca. 2 minutter etter at den er ferdig.</li> </ul> <p><b>i</b> Hvis frosne grønnsaker er sammenfrosset, tilbered dem manuelt.</p>
Friske Grønnsaker 	0,1-0,6 kg (100 g) Bolle og lokk	 x4	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Del opp i små biter, f. eks. strimler, terninger eller skiver.</li> <li>• Tilsett en ss vann pr. 100 g, og salt etter ønske. (Det er ikke nødvendig å tilsette vann til sopp.)</li> <li>• Dekk til med et lokk.</li> <li>• Når du hører et lydsignal, rør om og dekk til igjen.</li> <li>• La retten hvile i ca. 2 minutter etter at den er ferdig.</li> </ul>
Frosne Ferdigmåltider (som kan røres om i) 	0,3-1,0 kg (100 g) Bolle og lokk	 x5	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Flytt måltidet til en beholder som er egnet for bruk i mikrobølgeovn.</li> <li>• Tilsett noe væske om det anbefales av produsenten.</li> <li>• Dekk til med et lokk.</li> <li>• Tilbered uten tildekning om dette er produsentens instruksjoner.</li> <li>• Når man hører lydsignalet, rør og dekk til på nytt.</li> <li>• La retten hvile i ca. 2 minutter etter at den er ferdig.</li> </ul>
Fiskefilet med saus 	0,4-1,2 kg* (100 g) Gratineringsform og mikrobølgefolie	 x6	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se oppskrift for "fiskefilet med saus" på side 98.</li> </ul> <p>* Samlet vekt for alle ingrediensene.</p>

**i** Avkjølt mat tilberedes fra 5 °C, frossen mat tilberedes fra -18 °C.

Autotining nr.	Vekt (Painallus vastaa)/Utstyr	Knapp	Fremgangsmåte
Kjøtt/fisk/fugl  (Hel fisk, fiskeskiver, fiskefilet, kyllinglår, kyllingbryst, kjøttdeig, biff, koteletter, burgere, pølser)	0,2-0,8 kg (100 g) Ildfast form	 x1	<ul style="list-style-type: none"> <li>Legg maten i en ildfast form, og sett denne på det roterende fatet i ovnen.</li> <li>Vend maten når du hører lydsignalet, og pass på at alle stykkene ligger hver for seg. Beskytt tynnere deler og spesielt varme deler med aluminiumsfolie.</li> <li>Når tineprogrammet er fullført, pakker du maten inn i aluminiumsfolie i 15-45 minutter til den er ferdigtint.</li> <li>Kjøttdeig: Vend kjøttdeigen når du hører lydsignalet. Fjern også eventuell ferdigtint kjøttdeig.</li> </ul> <p><b>i</b> Passer ikke for hel fugl.</p>
Brød  	0,1-1,0 kg (100 g) Ildfast form	 x2	<ul style="list-style-type: none"> <li>Legg brødsnivene i en ildfast form, og sett denne på det roterende fatet i ovnen. Hvis det er snakk om mengder på over 1,0 kg, legges brødet direkte på det roterende fatet i ovnen. roterende fatet i ovnen.</li> <li>Vend brødsnivene når du hører lydsignalet, og pass på at alle stykkene ligger hver for seg.</li> <li>Når tineprogrammet er fullført, pakker du brødet inn i aluminiumsfolie i 5-15 minutter til det er ferdigtint.</li> </ul>

**i** Avkjølt mat tilberedes fra 5 °C, frossen mat tilberedes fra -18 °C.



- Legg kun inn matens vekt. Ikke inkluder beholderens vekt.
- For mat som veier mer eller mindre enn det som oppgis i tilberedningstabellene, bruk manuelle programmer.
- Sluttemperaturen varierer avhengig av starttemperaturen.
- Når det kreves handling (f. eks. å snu maten), stopper ovnen, man hører en signallyd, resterende tilberedningstid og eventuell indikator vil blinke i displayet. For å fortsette tilberedningsprosessen, trykk på START/+30 knappen.
- Etter modusene micro kan kjøleviften bli aktivert.



- Biffer og koteletter bør fryses ned flatpakket.
- Kjøttdeig bør presses flat før den fryses ned.
- Etter å ha snudd maten, beskytt tinte deler med små biter aluminiumsfolie.
- Fjærfe bør brukes umiddelbart etter at det er tint.

## OPPSKRIFTER FOR AUTOMATISK KOKING

<b>Fiskefilet med pikant saus</b>			
0,4 kg	0,8 kg	1,2 kg	
140 g	280 g	420 g	hermetiske tomater (uten saft)
40 g	80 g	120 g	majs
4 g	8 g	12 g	chilisauce
12 g	24 g	36 g	løg (finthakket)
1 ts	1-2 ts	2 ts	rødvinseddike
			sennep, timian og kajennepepper
200 g	400 g	600 g	fiskefilet
			salt

1. Bland ingrediensene til sausen.
2. Plasser fiskefileten i en gratinerings-form med de tynne endene mot sentrum, og dryss salt over.
3. Fordel sausen over fiskefileten.
4. Dekk til med mikrobølgefolie og tilbered på AUTOTILBEREDNING "Fiskefilet med saus".
5. Når maten er kokt, tas den ut av ovnen. La den få hvile i 2 minutter før servering.

<b>Fiskefilet med karrysaus</b>			
0,4 kg	0,8 kg	1,2 kg	
200 g	400 g	600 g	fiskefilet
			salt
40 g	80 g	120 g	banan (i skiver)
160 g	320 g	480 g	ferdiglaget karrysaus

1. Plasser fiskefileten i en rund gratineringsform med de tynne endene mot sentrum, og dryss salt over.
2. Fordel bananen og den ferdiglagde karrysauen over fiskefileten.
3. Dekk til med mikrobølgefolie og tilbered på AUTOTILBEREDNING, "Fiskefilet med saus".
4. Når maten er kokt, tas den ut av ovnen. La den få hvile i 2 minutter før servering.

## REDUSERT EFFEKTNIVÅ

**⚠ Viktig!**

Hvis du tilbereder mat lenger enn standardtid med bare 800 W, vil ovnen automatisk senke effektnivået for å unngå

overoppvarming. (Effektnivået for mikrobølgene vil bli redusert til 560 W.) Etter en pause på 90 sekunder, kan du stille tilbake til høyt effektnivå 800 W.

Tilberedningsmodus	Standardtid	Redusert effektnivå
Mikrobølge 800 W	20 minutter	Mikrobølge 560 W

## TILBEREDNINGSTABELL

**Forkortelser som brukes**

ss = spiseskje	kopp = en full kopp	g = gram	ml = milliliter	min = minutter
ts = teskje	kg = kilogram	l = liter	cm = centimeter	

**Varme opp mat og drikke**

Mat/drikke	Mengde -g/ml-	Effektnivå Innstilling	Tid -Min-	Tips
Melk, 1 kopp	150	800 W	ca. 1	skal ikke dekkes til
Vann, 1 kopp	150	800 W	1-2	skal ikke dekkes til
6 kopper	900	800 W	10-12	skal ikke dekkes til
1 bolle	1000	800 W	11-13	skal ikke dekkes til
Tallerkenretter (Grønnsaker, kjøtt og tilbehør)	400	800 W	3-6	skvett litt vann over sausen og dekk til; rør etter halvgått program
Stuing/suppe	200	800 W	1-2	til, rør etter oppvarming
Grønnsaker	200	800 W	2-3	ha i litt vann, om nødvendig og dekk til; rør etter halvgått program
	500	800 W	4-5	
Kjøtt, 1 stykke*	200	800 W	3-4	dekk med et tynt lag saus, og dekk til
Fiskefilet*	200	800 W	2-3	dekk til
Kake, 1 stykke	150	400 W	½	legg i en ildfast form
Babymat, 1 glass	190	400 W	ca. 1	ha i en beholder beregnet på mikrobølgeovner, og rør godt etter oppvarming; sjekk at maten ikke er for varm
Smelte margarin eller smør*	50	800 W	½	dekk til
Smelte sjokolade	100	400 W	2-3	rør med jevne mellom rom

\* Kjøleskapstemperatur

**Tining**

Mat	Mengde -g-	Effektnivå Innstilling	Tid -Min-	Tips	Hviletid -Min-
Gulasj	500	240 W	8-12	rør etter halvgått program	10-15
Kaker, pr. stykke	150	80 W	2-5	legg i en ildfast form	5
Frukt f. eks. jordbær, bringebær, plommer	250	240 W	4-5	fordel frukten jevnt, og vend den 5 etter halvgått program	

**i** Tidene som oppgis i denne tabellen er kun retningslinjer og kan variere avhengig av starttemperatur, sammensetning og vekt.

## Tining og Tilberedning

Mat	Mengde -g-	Effektnivå Innstilling	Tid -Min-	Tips	Hviletid -Min-
Fiskefilet	300	800 W	10-12	dekk til	2
Tallerkenretter	400	800 W	9-11	dekk til, rør etter 6 minutter	2

## Tilberede kjøtt og fisk

Mat	Mengde -g-	Effektnivå Innstilling	Tid -Min-	Tips	Hviletid -Min-
Stek (svin, kalv, lam)	1000	800 W	19-21*	krydre etter smak, plasser i en grunn terteform snu etter*	10
		400 W	11-14		
	1500	800 W	33-36*	10	
		400 W	13-17		
Oksestek (medium)	1000	800 W	9-11*	krydre etter smak, plasser i en grunn terteform snu etter*	10
		400 W	5-7		
Fiskefilet	200	800 W	3-4	krydre etter smak, legg i en lav, ildfast form, dekk til	3

## OPPSKRIFTER

Alle oppskriftene i denne kokeboken er for 4 porsjoner – hvis ikke annet er oppgitt.

### Tilpasse oppskrifter for mikrobølgeovn

Hvis du vil tilpasse din favorittoppskrift for mikrobølgeovn, bør du legge merke til følgende: Kort ned tilberedningstiden med en tredjedel til halvparten. Følg eksemplene til oppskriftene i denne kokeboken. Matvarer som har høyt væskeinnhold, slik som kjøtt, fisk, fjærkre, grønnsaker, frukt, stuinger og supper kan tilberedes i mikrobølgeovnen uten noen problemer. Overflaten på matvarer som

inneholder lite fuktighet, slik som fat med mat, bør fuktes før oppvarming eller tilberedning. Mengden væske som tilsettes rå matvarer som breseres, bør reduseres til ca. to tredjedeler av den mengden som oppgis i originaloppskriften. Tilsett mer væske under tilberedning om det er nødvendig. Mengden fett som skal tilsettes kan reduseres vesentlig. En liten mengde smør, margarin eller olje er nok til å sette smak på maten. Derfor er mikrobølgeovnen perfekt for å tilberede mat med lite fett som en del av en slankekur.

### Champignonsuppe

Redskaper: Bolle med lokk (kapasitet på 2 l)

200 g	sopp, i skiver
50 g	løk, finhakket
300 ml	kjøttkraft
300 ml	fløte
25 g	mel
25 g	smør eller margarin
	salt og pepper
1	æg
150 ml	fløte

1. Ha grønnsakene og kjøttkraften i bollen, dekk til og tilbered.  
8-9 min. 800 W
2. Bland alle ingrediensene i mikseren.
3. Bland mel og smør til en deig og bland inn i suppen. Krydre med salt og pepper, dekk til og tilbered. Rør etter tilberedning.  
4-6 min. 800 W
4. Bland eggeplommen med fløten, rør inn i suppen litt etter litt. Varm opp en kort stund, men ikke la det koke!  
1-2 min. 800 W  
La maten få hvile i ca. 5 minutter før servering.

## Ratatouille

Redskaper: Bolle med lokk (kapasitet på 2 l)

5 ss	olivenolje
1 fedd	hvitløk, presset
50 g	løk, oppskåret
250 g	aubergine i terninger
200 g	squash i terninger
200 g	paprika i store terninger
75 g	fennikel i store terninger
1	suppekvast
200 g	hermetiske artisjokkhjerter, delt i fire salt og pepper

1. Ha olivenoljen og hvitløken i bollen. Tilsett de forberedte grønnsakene, bortsett fra artisjokkhjertene, og krydre med pepper. Tilsett suppekvasten, dekk til og start ovnen. Rør om en gang.  
19-21 min. 800 W  
Sett til artisjokkhjertene når det er fem minutter igjen og varm opp.
2. Smak til ratatouillen med salt og pepper. Fjern suppekvasten før servering. La ratatouillen hvile i ca. to minutter etter tilberedning.

## Sjøtungefilet

Redskaper: Lav ildfast form og plastfolie beregnet på mikrobølgeovn (ca. 26 cm lang)

400 g	filet av sjøtunge
1	sitron
150 g	tomater
10 g	smør
1 ss	vegetabilsk olje
1 ss	persille, finhakket salt og pepper
4 ss	hvitvin
20 g	smør

1. Vask fisken og tørk av den. Fjern evt. bein.
2. Skjær sitron og tomater i tynne skiver.
3. Smør formen med smør. Legg filetene i formen, og hell over vegetabilsk olje.
4. Dryss over persille, legg på tomat-skiver, og krydre. Legg sitronskivene på toppen, og hell hvitvin over dem.
5. Legg små smørklatter over sitronskivene, dekk til, og kok.  
16-19 min. 800 W  
La maten få hvile i ca. 2 minutter før servering.

## Fylt skinke

Redskaper: Bolle med lokk (kapasitet på 2 l)  
Oval gratengform (ca. 26 cm lang)

125 g	hakke spinatblader
125 g	fromage fraise med et fettinnhold på 20 %
40 g	revet emmentalost pepper og paprika
6 skiver	kokt skinke (300 g)
125 ml	vann
125 ml	fløte
20 g	mel
20 g	smør eller margarin
10 g	smør eller margarin for å smøre formen

1. Bland sammen spinat, ost og fromage fraise, og krydre etter smak.
2. Legg en spiseskje med fyll på hver skinkeskive og rull sammen. Fest skinkerullen med en cocktailpinne e.l.
3. Lag hvit saus: Hell vann og fløte i en bolle, og varm opp.  
3-4 min. 800 W  
Smuldre smøret i melet, ha i væsken, og rør til du får en jevn saus. Dekk til, og kok til sausen tykner.  
1 min. 800 W  
Rør, og smak til med krydder.
4. Ha sausen i den smurte formen, legg skinkerullene på sausen, ha på lokk og tilbered.  
3-4 min. 800 W  
La maten få hvile i ca. 5 minutter før servering.

## Kalvestuing fra Zürich

Redskaper: Form med lokk (kapasitet på 2 l)

600 g	kalvefilet
10 g	smør eller margarin
50 g	løk, finhakket
100 ml	hvitvin
	sukkerkulør til ca. ½ liter saus
300 ml	fløte
1 ss	hakket persille

## Lasagne

Redskaper: Bolle med lokk (kapasitet på 2 l)  
Grunn, firkantet gratineringsform med lokk (ca. 20 x 20 x 6 cm)

300 g	hermetiske tomater
50 g	opphakket skinke
50 g	løk, finhakket
1	fedt hvitløk, presset
250 g	kjøttdeig
2 ss	tomatpuré
	salt og pepper
150 ml	crème fraîche
100 ml	melk
50 g	revet parmesanost
1 ts	blandet opphakkede urter
1 ts	olivenolje
1 ts	vegetabilsk olje til å smøre formen
125 g	grønne lasagneplater
1 ss	revet parmesan

## Fruktgele med vaniljesaus

Redskaper: Form med lokk (kapasitet på 2 l)  
Bolle med lokk (kapasitet på 1 l)

150 g	rips, vasket og rensset
150 g	jordbær, vasket og uten hams
150 g	bringebær, vasket og uten
250 ml	hams
100 g	hvitvin
50 ml	sukker
8	sitronsaft
300 ml	gelatinplater
½	melk
30 g	vaniljestang
15 g	maismel

1. Skjær kalvekjøttet i avlange biter.
2. Smør formen med smør. Ha kjøtt og løk i formen, dekk til, og kok. Rør én gang under koking.  
7-10 min. 800 W
3. Ha i hvitvin, sukkerkulør og fløte, rør sammen, dekk til, og fortsett kokingen. Rør med jevne mellomrom.  
4-5 min. 800 W
4. Rør i blandingen etter koking, og la den få hvile i ca. 5 minutter. Dryss over persille før servering.

1. Hakk tomatene, og bland dem med skinke, løk, hvitløk, kjøttdeig og tomatpuré. Krydre, dekk til, og kok.  
7-9 min. 800 W
2. Bland sammen crème fraîche, melk, parmesanost, urter, olje og krydder.
3. Smør formen og dekk bunnen med cirka en tredel av pastaen. Ha over halvparten av kjøttblandingen og litt saus. Gjenta og avslutt med resten pastaen. Hell resten av sausen over pastaen og dryss over parmesanost. Legg på lokk og tilbered.  
15-17 min. 560 W  
La maten få hvile i 5-10 minutter før servering.

1. Legg til side noe frukt til pynt. Lag puré av resten av frukten sammen med hvitvin, ha i en form, dekk til og varm opp.  
7-9 min. 800 W
2. Rør inn sukker og sitronsaft.
3. Legg gelatin i bløt i kaldt vann i ca. 10 minutter før du tar den ut og klemmer den tørr. Rør gelatinen inn i den varme pureen til den er oppløst. Plasser geleen i kjøleskapet og la stå til den stivner.
4. For å lage vaniljesausen, hell melken i den andre bollen. Del vaniljestangen på langs og skrap ut frøene inni stangen. Rør disse inn i melken sammen med sukker og maismel. Dekk til og tilbered, rør om under tilberedning og igjen etter tilberedningen.  
3-4 min. 800 W
5. Vend geleen ut på et fat og dekorer med resten av frukten. Hell vaniljesausen over geleen.

## VEDLIKEHOLD OG RENGJØRING

**ADVARSEL! IKKE BRUK KOMMERSIELLE OVNRENSERE, DAMPRENGJØRING, SLIPENDE, GROVE VASKEMIDLER, MIDLER SOM INNEHOLDER KAUSTISK SODA ELLER SKUREPUTER PÅ NOEN DELER AV MIKROOVNEN. RENGJØR OVNEN MED JEVNE MELLOMROM OG FJERN EVENTUELLE MATRESTER. Hvis ovnen ikke holdes ren kan dette føre til at overflaten skades, noe som igjen kan redusere apparatets levetid og muligvis forårsake en farlig situasjon.**

### Utsiden

Du kan enkelt gjøre ren utsiden av ovnen med mild såpe og vann. Tørk av såpen med en fuktig klut, og tørk av utsiden med et mykt håndkle.

### Ovnens kontrollpanel

Åpne døren før du gjør rent kontrollpanelet, slik at det deaktiveres. Vær forsiktig ved rengjøring av kontrollpanelet.

Bruk en klut som bare er lett fuktet med vann, tørk forsiktig av panelet inntil det er rent. Ikke bruk for mye vann. Ikke bruk noen form for kjemisk eller slipende rengjøringsmiddel.

### Innsiden av ovnen

1. For rengjøring: Tørk bort sprut eller søl med en myk, fuktig klut eller svamp etter hver bruk, mens ovnen fortsatt er varm. Ved større søl: Bruk mild såpe og tørk over flere ganger med en fuktig klut inntil alle matrester er borte. Ikke fjern bølgelederdekselet.
2. Pass på at det ikke kommer inn såpe eller vann gjennom de små ventilåpningene i veggen, da dette kan føre til skade på ovnen.
3. Ikke bruk rengjøringsmidler i sprayform inne i ovnen.

### Dreieplate og dreieplatestøtte

Ta dreieplaten og dennes støtte ut av ovnen. Vask dreieplaten og støtten i mildt såpevann. Tørk med en tørr klut. Både dreieplaten og støtten kan vaskes i oppvaskmaskin.



## Dør

For å fjerne alle spor av smuss, rengjør både ut- og innsiden av døren, dørforsegling og lukkeflater regelmessig med en myk, fuktig klut. Ikke bruk sterke rengjøringsmidler med slipende effekt eller skarpe metallskraper til å rengjøre glasset i ovnsdøren, da disse kan lage riper overflaten og føre til at glasset knuses.

**⚠ Merk!** Man bør ikke bruke damprengjørere.

## HVA DU GJØR HVIS

Hvis	Kontroll/råd . . .
Mikrobølgeovnen ikke virker som den skal?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sjekk sikringene i sikringskapet.</li> <li>• Ikke strømmen har gått.</li> <li>• Hvis sikringene fortsetter å gå, kontakt en kvalifisert elektriker.</li> </ul>
Mikrobølgemodus ikke virker som den skal?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Døren er lukket godt igjen.</li> <li>• Dørtetningen og frontrammen er rene.</li> <li>• Det er trykket på START/+30-knappen.</li> </ul>
Dreieplaten ikke dreier?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dreieplatestativet er korrekt koblet til drevet.</li> <li>• Formene ikke går utover kanten av dreieplaten.</li> <li>• Maten ikke går utover kanten av dreieplaten slik at den ikke kan rotere.</li> <li>• Det ikke er noe i fordypningen under dreieplaten.</li> </ul>
Mikrobølgeene ikke kan slås av?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Koble ovnen fra sikringsboksen.</li> <li>• Kontakt en autorisert ELECTROLUX-serviceagent.</li> </ul>
Lys et inne i ovnen ikke lyser som det skal?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ring en autorisert ELECTROLUX-serviceagent. Lyspæren inne i ovnen må kun skiftes av en autorisert ELECTROLUX-serviceagent.</li> </ul>
Det tar lengre tid å varme opp og tilberede mat enn før?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Still inn en lengre tilberedningstid (dobbel mengde mat = nesten dobbel tilberedningstid) eller,</li> <li>• Hvis maten er kaldere enn normalt, roter eller snu fra tid til annen eller,</li> <li>• Still inn et høyere effektnivå.</li> </ul>

## SPESIFIKASJONER

Nettspenning med vekselstrøm	230 V, 50 Hz, enfaset
Sikring/kretsbyter for fordelingsledning	Minimum 10 A
Nødvendig vekselstrømsspenning: Mikrobølge	1,2 kW
Utgangseffekt:	Mikrobølge 800 W (IEC 60705)
Mikrobølgefrekvens	2450 MHz * (Gruppe 2/Klasse B)
Utvendige dimensjoner:	EMS17175O 494 mm (B) x 371 mm (H) x 316 mm (D) EMS17176O 594 mm (B) x 371 mm (H) x 316 mm (D)
Innvendige dimensjoner	285 mm (B) x 202 mm (H) x 298 mm (D) **
Ovnskapasitet	17 litres **
Dreieplate	ø 272 mm, glass
Vekt	ca. 16 kg
Ovnslampe	25 W/240-250 V

\* Dette produktet oppfyller kravene i den europeiske standarden EN55011. I tråd med standarden er produktet klassifisert som utstyr i gruppe 2, klasse B. Gruppe 2 betyr at utstyret med overlegg genererer radiofrekvent energi i form av elektromagnetisk stråling for varmebehandling av mat.

Klasse B betyr at utstyret er egnet for bruk i private husholdninger.

\*\* Innvendig kapasitet er beregnet ved å måle maksimal bredde, dybde og høyde. Faktisk kapasitet for mat er mindre enn dette.



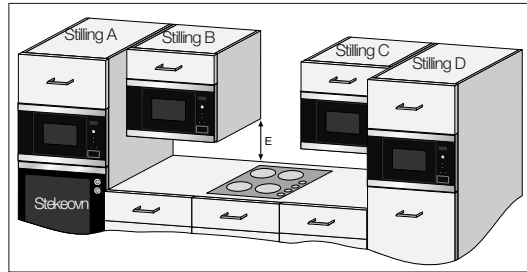
Denne ovnen er i overensstemmelse med kravene i direktiv 2004/108/EC, 2006/95/EC, 2009/125/EC og 2011/65/EU.

SPESIFIKASJONEN KAN ENDRES UTEN FORVARSEL SOM EN DEL AV VÅRT ARBEID FOR KONTINUERLIG FORBEDRING.

## INSTALLERING

### Eksempler på tillatt installasjon A, B, C eller D:

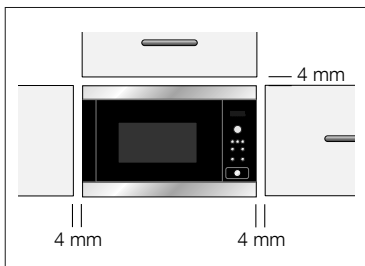
Stilling	Størrelse på åpningen		
	B	D	H
A	560 x 550 x 360		
B+C	462 x 300 x 350		
	462 x 300 x 360		
	560 x 300 x 350		
	560 x 300 x 360		
D	462 x 500 x 350		
	462 x 500 x 360		
	560 x 500 x 350		
	560 x 500 x 360		



Mål i (mm)

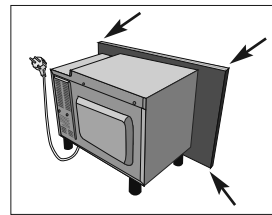
### INSTALLERE OVNEN

1. Fjern all emballasje og kontroller om det er tegn på skade.
2. Denne ovnen er utformet for å passe inn i et 360 mm høyt skap som standard. Ved tilpasning i et 350 mm høyt skap Skru løs og fjern de fire føttene fra undersiden av ovnen. Det er tre høye føtter og en lav fot. Bytt de tre høye føttene ut med de som følger med i tilbehørspakken. Ikke bytt ut den lave foten.
3. Før ovnen sakte og forsiktig inn i kjøkkenskapet, inntil ovnens fremre ramme sitter tett mot skapåpningen.
4. Sikre at enheten er stabil og ikke sitter skrått. Pass på at det er en åpning på 4 mm mellom skapdøren og toppen av rammen (se diagram.)



### Innstillingsalternativ 1:

Fest ovnen med medfølgende skruer. Festepunktene finnes i ovnens øvre og nedre hjørner.



### Innstillingsalternativ 2:

Se malene som følger med denne ovnen.

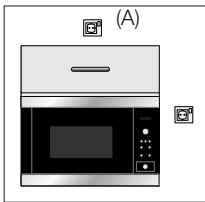
## SIKKER BRUK AV OVNEN

### Hvis mikrobølge ovnen er tilpasset i stilling B eller C (se diagram på side 107):

- Skapet må være minst 500 mm (E) over benkeflaten og må ikke installeres direkte over komfyrplater.
- Denne ovnen er kun testet og godkjent for bruk i nærheten av gass-, elektriske og induksjonskomfyrplater for privathusholdninger.
- Man må sørge for nok rom mellom komfyrplater og mikrobølgeovn til å forhindre overoppheting av mikrobølgeovnen, skap og tilbehør.
- Ikke bruk komfyrplatene uten gryter på når mikrobølgeovnen er i bruk.
- Utvis forsiktighet ved bruk av mikrobølgeovnen mens komfyrplatene er på.

### TILKOBLE OVNEN TIL STRØMFORSYNING

- **Strømuttaket bør være lett tilgjengelig, slik at enheten lett kan kobles fra strømmettet i nødstilfelle. Hvis det ikke er tilfelle, skal det være mulig å bryte strømforsyningen til ovnen ved å montere en bryter på den faste ledningen i overensstemmelse med regelverk for elektriske tilkoblinger.**
- **Stikkkontakten bør ikke være plassert bak skapet.**
- Den beste plasseringen er over skapet, se (A).



- Koble ovnen til enfaset vekselstrøm på 230 V/50 Hz via et korrekt installert og jordet uttak. Uttaket må være utstyrt med sikring på 10 A.
- **Strømledningen kan bare skiftes ut av en autorisert elektriker.**
- Før installering binder man en hyssing til strømledningen for å gjøre det lettere å koble til punkt (A) når ovnen er installert.
- Pass på at strømledningen IKKE kommer i klem når ovnen settes inn i skapet.
- Ikke senk strømledningen eller kontakten i vann eller andre væsker.

## ELEKTRISKE TILKOBLINGER



### ADVARSEL!

**DENNE OVNEN MÅ JORDES**  
**Produsenten fraskriver seg**  
**erstatningsansvar dersom denne**  
**forholdsregelen ikke følges.**

Hvis støpselet som finnes på ovnens strømledning ikke passer til strømuttaket, kontakt din lokale, autoriserte ELECTROLUX-serviceagent.

## MILJØINFORMASJON

### Økologisk forsvarlig avhending av emballasje og gammelt utstyr

#### EMBALLASJE

ELECTROLUX mikrobølgeovner krever effektiv emballasje som beskyttelse under transport. Kun minimalt med emballasje er brukt. Emballeringsmaterialer (f. eks. folie eller polystyren) kan utgjøre en fare for barn.

**Kvelningsfare. Hold emballeringsmaterialer utilgjengelig for barn.**

Det er kun brukt miljøvennlig emballeringsmateriale som kan resirkuleres. Pappen er laget av resirkulert papir, og deler av tre er ubehandlet. Plastartikler er merket som følger:

«PE» polyetylen, f. eks. emballeringsfilm

«PS» polystyren, f. eks. emballering (uten klorflurkarboner – CFC)

«PP» polypropylen, f. eks. emballeringsremmer

Ved bruk og gjenbruk av emballasjen, sparer man råmaterialer og reduserer avfallsvolum.


Emballasjen bør tas med til nærmeste resirkuleringssenter.

Kontakt lokale myndigheter for mer informasjon.

#### AVHENDING AV GAMMELT UTSTYR

Gammelt utstyr bør gjøres sikkert før avhending ved å fjerne støpselet og kutte av og kaste ledningen.

Den bør deretter tas med til nærmeste resirkuleringssenter. Sjekk med lokale myndigheter eller din elektrohandler om det finnes fasiliteter for resirkulering av utstyret i ditt nærrområde.

Symbolet  på produktet eller på emballasjen viser at dette produktet ikke må behandles som husholdningsavfall. Det skal derimot bringes til et mottak for resirkulering av elektrisk og elektronisk utstyr. Ved å sørge for korrekt avhending av apparatet, vil du bidra til å forebygge de negative konsekvenser for miljø og helse som gal håndtering kan medføre. For nærmere informasjon om resirkulering av dette produktet, vennligst kontakt kommunen, renovasjonsselskapet eller forretningen der du anskaffet det.

## INDHOLDSFORTEGNELSE

VIGTIGE SIKKERHEDSOPLYSNINGER .....	111
OVERSIGT OVER APPARATET .....	115
BETJENINGSPANEL .....	116
FØR IBRUGTAGNING .....	116
BETJENING AF MIKROBØLGEOVNEN .....	118
TILBEREDNINGSTABELLER .....	124
OPSKRIFTER .....	128
VEDLIGEHOJDELSE & RENGØRING .....	131
HVAD SKAL JEG GØRE, HVIS .....	133
SPECIFIKATIONER .....	133
INSTALLERING .....	134
MILJØOPLYSNINGER .....	136

## VI TÆNKER PÅ DIG

Tak for dit køb af et Electrolux-apparat. Du har valgt et produkt, som giver dig årtiers professionel erfaring og innovation på én gang. Genialt og elegant. Det er designet med dig i tankerne. Så uanset hvornår du bruger det, kan du være sikker på, at du får fantastiske resultater hver gang.

Velkommen til Electrolux.

### Besøg vores websted for at:



Få rådgivning, brochurer, fejlfinding, serviceinformation:  
**www.electrolux.com**



Registrere dit produkt for bedre service:  
**www.electrolux.com/productregistration**



Købe tilbehør, forbrugsvarer og originale reservedele til dit apparat:  
**www.electrolux.com/shop**

## KUNDEPLEJE OG SERVICE

Vi anbefaler brugen af originale reservedele.  
Sørg for at have følgende data tilgængelig, når du kontakter service.  
Du finder oplysningerne på maskinens typeskilt. Model, PNC, Serienummer.



Advarsel/Forsigtig-Sikkerhedsanvisninger



Generelle oplysninger og gode råd



Generelle oplysninger og gode råd

Ret til ændringer uden varsel forbeholdes.

## VIGTIGE SIKKERHEDSOPLYSNINGER



### VIGTIGE SIKKERHEDSOPLYSNINGER: LÆS DETTE GRUNDIGT, OG GEM DET TIL FREMTIDIG BRUG

#### Sådan undgår du brand

Du må ikke efterlade mikrobølgeovnen uden at have opsyn med den, mens den er i brug. Et for højt effektniveau eller for lang tilberedningstid kan overopvarme maden og resultere i brand. Stikkontakten skal være nem at komme til, således at stikket let kan trækkes ud i nødstilfælde. Strømforsyningen (vekselstrøm) skal være 230 V, 50 Hz, med en sikring på minimum 10 A eller en afbryder på minimum 10 A. Det anbefales at benytte et separat kredsløb, som kun bruges til denne ovn. Du må ikke opbevare eller bruge ovnen udendørs.

**Hvis opvarmet mad begynder at ryge, må du IKKE ÅBNE DØREN. Sluk for ovnen, og vent, indtil måden er holdt med at ryge. Åbning af døren mens måden ryger, kan medføre brand. Du må kun bruge beholdere og kogegrej, der er egnet til brug i en mikrobølgeovn. Du må ikke efterlade mikrobølgeovnen uden at have opsyn med den, når du bruger engangsplastik, papir eller andre letantændelige beholdere. Du skal rengøre låget over bølgelederen, ovnrummet, drejetallerkenen og drejetallerkenens sokkel efter brug. Disse enheder skal være tørre og fedtfri. Fedtophobninger kan blive overophedet og kan begynde**

**at ryge eller blive antændt. Mikrobølgeovnen er beregnet til opvarmning af mad og drikkevarer. Tørring af mad eller tøj og opvarmning af varmepuder, hjemmesko, svampe, fugtigt tøj og lignende kan medføre risiko for personskade, antændelse og brand.**

Anbring ikke brændbare materialer nær ved ovnen eller dens ventilationsåbninger. Undgå at blokere ventilationsåbningerne. Fjern alle forstærkninger af metallisk art, metalgenstande osv. fra fødevarer og fødevareremballage.

Buedannelse på metaliske overflader kan forårsage brand. Brug ikke mikrobølgeovnen til at varme olie til friturestegning. Temperaturen kan ikke kontrolleres, og olien kan blive antændt.

Du må kun bruge specielle beholdere egnet til mikrobølgeovnen til at poppe popcorn i. Du må ikke opbevare fødevarer eller andre genstande inde i ovnen. Kontroller indstillingerne, efter du har startet ovnen for at sikre dig, at ovnen arbejder på det rigtige program. Se de tilsvarende bemærkninger i brugervejledningen.

#### Sådan undgår du personskade

**⚠ ADVARSEL! Du må ikke bruge ovnen, hvis den er beskadiget eller har funktionssvigt. Du skal kontrollere følgende før brug:**

- a) Kontroller, at døren er ordentligt lukket og ikke er dårligt justeret eller sidder skævt.

- b) Kontroller, at hængslerne og dørlåsen ikke er gået i stykker eller er løse.**
- c) Kontroller, at dørpakningen og lukkefladen ikke er beskadiget.**
- d) Kontroller, at der ikke er nogen buler eller hak inden i ovnrummet eller på døren.**
- e) Kontroller, at strømforsyningsledningen og stikket ikke er beskadiget.**

**Du må aldrig selv foretage justeringer, reparere eller ændre på ovnen. Det er farligt for alle andre end en kompetent person at foretage service eller reparation, som betyder afmontering af en plade, der beskytter mod mikrobølgeenergi.**

Du må ikke bruge ovnen med døren stående åben eller på nogen måde ændre på dørens sikkerhedslåse. Du må ikke bruge ovnen, hvis der er en genstand mellem dørpakningerne og lukkefladen.

**Lad ikke fedt eller snavs ophobe sig på dørpakningerne og tilstødende dele. Følg vejledningerne for "Vedligeholdelse & Rengøring". Hvis ovnen ikke holdes ren, kan overfladen blive ødelagt, hvilket kan reducere apparatets levetid og eventuelt føre til en farlig situation.**

Personer med PACEMAKERE skal forespørge om forsigtighedsforanstaltningerne vedrørende mikrobølgeovne hos deres læge eller pacemakerens producent.

#### **Sådan undgår du elektrisk stød**

Du må under ingen omstændigheder fjerne det udvendige kabinet. Du må aldrig spilde væske ind i eller placere genstande i dørlåsens eller ventilationens åbninger. Hvis du har spildt væske, skal du straks slukke for ovnen, trække stikket ud og ringe til en autoriseret servicemedarbejder hos Electrolux Service A/S. Du må ikke dyppe strømforsyningsledningen eller stikket i vand eller anden væske. Du må ikke føre strømforsyningsledningen hen over en varm eller skarp overflade såsom området omkring varmluftshullet øverst på ovnens bagside.

**Du må ikke forsøge selv at udskifte ovnlyset eller lade nogen anden end en autoriseret servicemedarbejder gøre det. Hvis ovnlyset ikke fungerer, skal du kontakte din forhandler eller en autoriseret servicemedarbejder hos Electrolux Service A/S.**

Hvis mikrobølgeovnens strømforsyningsledning beskadiges, skal den erstattes af en speciel ledning. Denne udskiftning skal foretages af en autoriseret servicemedarbejder.

**Sådan undgår du risiko for eksplosion og pludselig kogning**

**⚠ ADVARSEL! Væske og andre fødevarer må ikke opvarmes i lukkede beholdere, da der er risiko for, at de eksploderer.**

Brug aldrig lukkede beholdere. Fjern forsegling og låg før brug. Forseglede beholdere kan eksplodere på grund af et opbygget tryk, selv efter at ovnen er slukket. Pas på, når du opvarmer drikkevarer i mikrobølgeovnen. Brug en beholder med en bred åbning, så boblerne slipper ud.



## Opvarmning af drikkevarer i mikrobølgeovnen kan resultere i forsinket kraftig kogning, og det er derfor vigtigt at være forsigtig, når du håndterer beholderen.

Sådan undgår du pludselig kraftig kogning og skoldning:

1. Rør i væsken før opvarmning/genopvarmning.
2. Vi anbefaler, at du sætter en røreske af glas eller lignende redskab i væsken under genopvarmningen.
3. Lad væsker stå mindst 20 sekunder i ovnen efter afsluttet tilberedning for at forhindre stænk fra den kogende væske.

**Du må ikke koge æg med skal på, og hele hårdkogte æg må ikke opvarmes i mikrobølgeovnen, da der er risiko for, at de kan eksplodere selv efter endt kogning. For at koge eller genopvarme æg, som ikke er lavet til røræg eller er lavet til en blanding, skal du prikke hul på æggeblommerne for at undgå, at æggene eksploderer. Du skal pille skallen af æggene og skære hårdkogte æg i skiver, før du genopvarmer dem i mikrobølgeovnen.**

Du skal prikke hul i skindet/skrællen på fødevarer såsom kartofler, pølser og frugt før tilberedning for at undgå, at de eksploderer.

### Sådan undgår du brandsår

Du skal bruge grydelapper eller grillhandsker, når du tager maden ud af ovnen for at undgå at blive brændt. Når du åbner beholdere, popcornposer, kogeposer osv., skal du holde disse væk fra

ansigtet og hænderne, således at dampen kan slippe ud, og du undgår at blive forbrændt.

**For at undgå forbrændinger skal du altid teste madens temperatur og røre i maden, inden du serverer den. Du skal også være særligt opmærksom på temperaturen på føde- og drikkevarer til spædbørn, børn og ældre.**

Beholderens temperatur er ikke en sand indikation af føde- eller drikkevarernes temperatur. Du skal altid teste madens temperatur. Hold altid god afstand til ovnen, når du åbner ovndøren, så du undgår at blive forbrændt af damp og varme, der siver ud fra ovnen. Efter opvarmning skal du skære fyldte, tilberedte fødevarer i skiver, så dampen kan sive ud, og du derved kan undgå forbrændinger.

**Du skal holde børn væk fra døren, så de ikke brænder sig. Sådan undgår du, at børn anvender ovnen forkert**

**⚠ ADVARSEL! Apparatet og de tilgængelige dele bliver varme, når de er i brug. Pas på ikke at røre ved varmeelementerne. Børn under 8 år skal holdes på afstand af apparatet, medmindre de er under konstant overvågning.**

**Dette apparat kan anvendes af børn fra 8 år samt af personer med nedsatte fysiske, sensoriske eller mentale evner eller personer uden relevant erfaring eller**

**viden, hvis disse er blevet overvåget eller har modtaget instruktioner i sikker brug af apparatet og forstår de potentielle farer forbundet hermed. Der bør føres tilsyn med børn for at sikre, at de ikke leger med enheden.**

**Rengøring og vedligeholdelse må kun udføres af børn, hvis de er mindst 8 år gamle og under overvågning.**

**Dette apparat er beregnet til brug i husholdninger og lignende steder såsom: køkkenområder for ansatte i butikker, kontorer og andre arbejdsmiljøer; stuehuse; af kunder på hoteller, moteller og lignende beboelsesmiljøer; pensionater og lignende miljøer.**

Du må ikke lægge din vægt over på ovndøren. Undgå at lege med ovnen eller bruge den som legetøj. Børn skal kende alle vigtige sikkerhedsregler: de skal bruge grillhandsker og være forsigtige, når de fjerner forseglinger på fødevarer. Børn skal være særligt opmærksomme på indpakninger (f.eks. selvopvarmende materialer), der er beregnet til at gøre maden sprød, da de kan være ekstra varme.

### **Andre advarsler**

Du må aldrig på nogen måde ændre på ovnen. Ovnen er kun egnet til tilberedning af fødevarer i hjemmet og må kun bruges til madlavning. Den er ikke egnet til erhvervs-mæssig brug eller brug i laboratorier.

### **Sådan opnår du problemfri brug af ovnen og undgår skade**

Du må aldrig starte ovnen, når den er tom. Når du bruger en bruningstallerken eller et selvopvarmende materiale, skal du altid placere en varmeresistent ikke-leder såsom en porcelænstallerken under denne for at forhindre skade på drejetallerkenen og drejetallerkenens sokkel på grund af varmepåvirkningen. Den forvarmningstid, der er angivet i opskriften, må ikke overskrides. Du må ikke bruge kogegrej af metal, som tilbagekaster mikrobølgerne og derved kan forårsage elektrisk buedannelse. Brug ikke dåser i ovnen. Du må kun bruge drejetallerkener og sokler til drejetallerkener, der er beregnet til denne ovn. Ovnen må ikke bruges uden drejetallerken.

Sådan undgår du, at drejetallerkenen går i stykker:

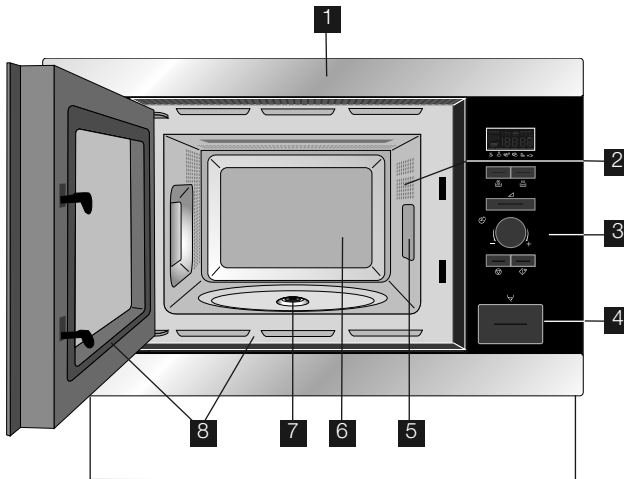
- Lad drejetallerkenen afkøle, før du rengør den med vand.
- Du må ikke sætte varm mad eller varmt kogegrej på en kold drejetallerken.
- Du må ikke sætte kold mad eller koldt kogegrej på en varm drejetallerken.

Placer ikke nogen genstand på det ydre kabinet, mens ovnen er i brug.

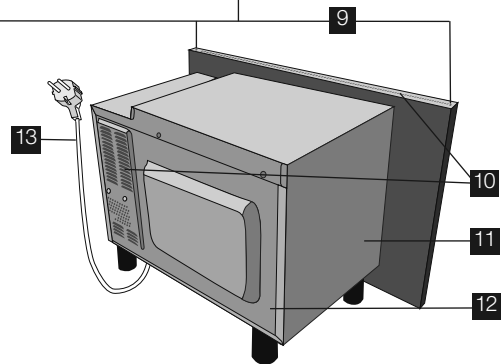
### **⚠️ Vigtigt!**

Hvis du er i tvivl om, hvordan ovnen tilsluttes, skal du kontakte en autoriseret og faguddannet elektriker. Hverken producenten eller forhandleren kan påtage sig noget ansvar for beskadigelse af ovnen eller personskaade, der måtte opstå, hvis den korrekte procedure for tilslutning af ovnen ikke følges. Der kan af og til dannes vanddamp eller vanddråber på ovnvæggene eller omkring dørpakningerne og lukkefladen. Dette er helt normalt og er ikke tegn på utæthed eller anden form for funktionssvigt.

## OVERSIGT OVER APPARATET MIKROBØLGEOVN & TILBEHØR



- 1 Frontkant
- 2 Ovnlys
- 3 Betjeningspanel
- 4 Døråbnings-knap
- 5 Plade, der beskytter bølgeleder
- 6 Ovnrum
- 7 Drev til drejetallerken
- 8 Dørpakninger og lukkeflader



- 9 Fastgørelsespunkter (fire punkter)
- 10 Ventilationsåbninger
- 11 Ydervæg
- 12 Kabinet på bagsiden af ovnen
- 13 Strømforsyningsledning

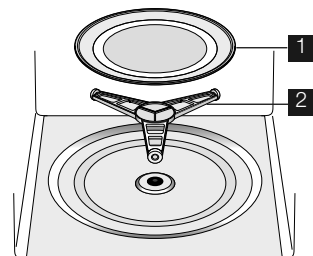
Kontroller, om du har modtaget følgende tilbehør:

- 1 Drejetallerken
- 2 Sokkel til drejetallerken
- 3 4 skruer (ikke vist)

- Du skal placere soklen til drejetallerkenen på ovnrummets bund.
- Du skal herefter placere drejetallerkenen på soklen.
- For at undgå skade på drejetallerkenen skal du sikre dig, at skåle eller beholdere løftes fri af drejetallerkenens kant, når du fjerner dem fra ovnen.



Når du bestiller tilbehør, skal du nævne navnet på reservedelen og modelnavnet til din forhandler eller en autoriseret ELECTROLUX servicemedarbejder.



## BETJENINGSPANEL

### 1 DIGITALT DISPLAY indikatorer



Mikrobølger

Automatisk optøning  
brød

Uret



Automatisk optøning



Maflavnings stadier



Vægt



Plus/Minus

### 2 AUTOMATISK TILBEREDNING indikatorer

### 3 AUTOMATISK TILBEREDNING knap

### 4 AUTOMATISK OPTØNING knap

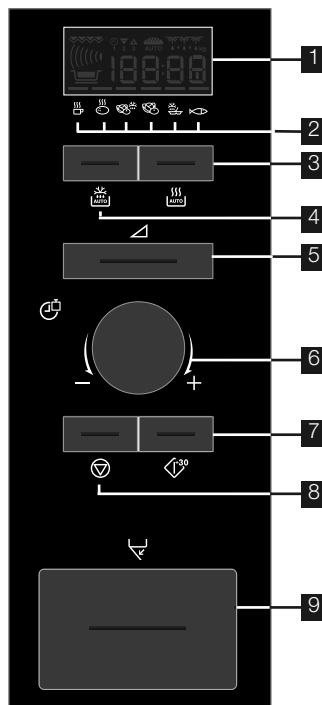
### 5 EFFEKT knap

### 6 TIMER/VÆGT-drejeknap

### 7 START/+30-knap

### 8 STOP-knap

### 9 DØRÅBNINGS-knap



## FØR IBRUGTAGNING

### ECON-TILSTAND

Oven står i ENERGISPARETILSTANDEN ("Econ").

1. Tilslut ovenen.
2. Displayet viser: "Econ" (Økonomi).
3. Displayet vil tælle ned fra 3:00 til nul.
4. Når nul er nået, skifter ovenen til "Econ"-tilstanden, og displayet slukker.



- Indstil uret for at annullere 'Econ'-tilstanden.

### INDSTILLING AF URET

Oven har ur med 12 og 24 timers visning.

**Eksempel:** Indstil uret på klokken 11:30 (ur med 12 timers visning).

1. Åbn døren.
2. Displayet viser: "Econ" (Økonomi).
3. Tryk på knappen START/+30, og hold den inde i 5 sekunder. Ovenen bipper.

Displayet viser:



4. Drej knappen TIMER/VÆGT for at indstille timerne.

5. Tryk én gang på knappen START/+30, og drej derefter knappen TIMER/VÆGT for at indstille minutterne.

6. Tryk på knappen START/+30.

7. Kontrollér displayet:





8. Luk døren.



- Du kan dreje knappen TIMER/VÆGT med eller mod uret.
- Hvis du trykker på knappen STOP, stilles uret ikke. Displayet viser: "Econ" (Økonomi).

**Eksempel:** Sådan indstiller du uret til 23:30 (24-timers ur).



1. Åbn døren.
2. Displayet viser: "Econ" (Økonomi).
3. Tryk på knappen START/+30, og hold den inde i 5 sekunder. Ovnens bipper.  
Displayet viser: 
4. Tryk på knappen START/+30.  
Displayet viser: 
5. Drej knappen TIMER/VÆGT for at indstille timerne.
6. Tryk én gang på knappen START/+30, og drej derefter knappen TIMER/VÆGT for at indstille minutterne.
7. Tryk på knappen START/+30.
8. Kontrollér displayet: 
9. Luk døren.



- Du kan dreje knappen TIMER/VÆGT med eller mod uret.
- Hvis du trykker på knappen STOP, stilles uret ikke. Displayet viser: "Econ" (Økonomi).

## JUSTERING AF TIDEN NÅR URET ER SAT

**Eksempel:** Sådan indstiller du uret til 11:45.

1. Åbn døren.
2. Tryk på knappen START/+30, og hold den inde i 5 sekunder. Ovnens bipper.  
Displayet viser: 
- (Hvis du ønsker at ændre urets visning til 24 timer, skal du trykke på knappen START/+30 igen.)
3. Drej knappen TIMER/VÆGT for at indstille timerne.
4. Tryk én gang på knappen START/+30, og drej derefter knappen TIMER/VÆGT for at indstille minutterne.
5. Tryk på knappen START/+30.
6. Kontrollér displayet: 

## HVIS DU VIL ANNULLERE UR OG INDSTILLE ECON TILSTAND

1. Åbn døren.
2. Tryk på knappen START/+30, og hold den inde i 5 sekunder.

Ovnens bipper. Displayet viser: 

(Hvis du ønsker at ændre urets visning til 24 timer, skal du trykke på knappen START/+30 igen.)

3. Tryk på knappen STOP.
4. Displayet viser: "Econ" (Økonomi).
5. Luk døren.
6. Displayet vil tælle ned fra 3:00 til nul.
7. Når nul er nået, skifter ovnen til "Econ"-tilstanden, og displayet slukker.

## BRUG AF STOP-KNAPPEN

Brug STOP-knappen til at:

1. Slette en fejl i programmeringen.
2. Stoppe ovnen midlertidigt under tilberedning.
3. Annullere et program under tilberedningen.  
Tryk i så fald to gange.



## BØRNELÅS

Ovnens sikkerhedsfunktion, som forhindrer, at et barn kan starte ovnen ved et uheld. Når låsen er aktiveret, vil ingen dele af mikrobølgeovnen fungere, før låsefunktionen er annulleret.

**Eksempel:** Aktivering af børnelåsen.

1. Tryk og hold STOP-knappen nede i 5 sekunder.



Ovnens bipper, og 'LOC' vises på displayet:



- Børnelåsen annulleres ved at holde STOP-knappen inde i 5 sekunder. Ovnens bipper to gange, hvorefter klokkeslættet vises.
- Børnelåsen kan ikke aktiveres, hvis uret ikke er indstillet.

## BETJENING AF MIKROBØLGEOVNEN

### MIKROBØLGER TILBEREDNING VEJLEDNING


For at koge/optø mad i en mikrobølgeovn skal mikrobølgeenergien kunne gå igennem beholderen og trænge ind i maden. Det er derfor vigtigt at vælge egnet kogegrej. Runde/ovale fade er bedre end firkantede/rektangulære, da maden i hjørnerne har en tendens til at blive tilberedt for meget.

Det er vigtigt at vende, omarrangere eller røre i maden for at sikre jævn opvarmning. Det er nødvendigt, at maden hviler, efter at den er taget ud af mikrobølgeovnen, så varmen kan blive fordelt jævnt igennem maden.

#### Madkarakteristika

Sammensætning	Mad med højt fedt- eller sukkerindhold (f.eks. frugtkager) behøver mindre tilberedningstid. Pas på, da overopvarmning kan medføre brand.
Kompakthed	Madens kompakthed påvirker den nødvendige tilberedningstid. Lette porøse madvarer, f.eks. kager og brød, tilberedes hurtigere end tunge, kompakte madvarer, f.eks. stege og gryderetter.
Mængde	Tilberedningstiden afhænger af mængden af mad, der anbringes i ovnen. Det tager f.eks. længere tid at tilberede 4 kartofler end 2.
Størrelse	Små stykker tilberedes hurtigere end større, da mikrobølgerne kan trænge igennem fra alle sider til midten. Det er bedst, at alle stykker er af samme størrelse, for at de kan blive tilberedt jævnt.
Form	Hvis madvarerne er af uensartet form, f.eks. kyllingbruster eller kyllingelår, tager de tykkere dele længere tid at tilberede. Mad i runde forme tilberedes mere jævnt end mad i firkantede forme.
Temperatur	Madens begyndelsestemperatur påvirker den nødvendige tilberedningstid. Det tager længere tid at tilberede mad, som lige er taget ud af køleskabet, end mad der har stuetemperatur. Skær i madvarer med fyld, f.eks. doughnuts med syltetøjsfyld, så varmen eller dampen kan slippe ud.

#### Tilberedningsmetoder

Placering	De tykkeste dele af maden skal placeres mod yderkanten af fadet, f.eks. kyllingelår.
Tildækning	Brug prikket plastfolie, der er egnet til brug i mikrobølgeovn, eller et egnet låg.
Prikning	Madvarer med skræl, skind eller hinde skal prikkes flere steder inden tilberedning eller opvarmning, da dampen kan hobe sig op og få maden til at sprænge, f.eks. kartofler, fisk, kylling, pølser.  <b>Vigtigt!</b> Æg må ikke tilberedes i mikrobølgeovn, da de kan sprænge, selv efter tilberedningen er slut, f.eks. pocherede, stegte, hårdkogte æg.
Omrøring, vending og omplacering	For jævn tilberedning er det vigtigt at omrøre, vende og omplacere maden under tilberedning. Maden skal altid røres og omplaceres fra yderkanten og ind mod midten.
Hviletid	Det er nødvendigt, at maden får lov til at hvile, efter at den er taget ud af mikrobølgeovnen, så varmen kan blive fordelt jævnt i maden.
Beskyttelse	Ved optøning kan nogle områder af maden blive varme. Varme områder kan beskyttes med små stykker alufolie, som tilbagekaster mikrobølger, f.eks. låg og vinger på en kylling.

## KOGEGREJ, DER TÅLER MIKROOVN

Kogegrej	Mikrobøl- gesikker	Bemærkninger
Alufolie/ foliebeholdere	✓ / ✗	Små stykker alufolie kan bruges til at beskytte mad, så de ikke tilberedes for meget. Hold folien mindst 2 cm fra ovns vægge, da der ellers dannes lysbuer. Det frarådes at anvende foliebeholdere, medmindre fabrikanten angiver, at de er egnede. Følg brugsanvisningen nøje.
Bruningsfade	✓	Følg altid producentens vejledning. Overskrid ikke den angivne tilberedningstid. Pas meget på, da disse fade kan blive meget varme.
Porcelæn og keramik	✓ / ✗	Porcelæn, keramik, glaseret lertøj, fajance o.lign. er som regel velegnede, medmindre de har metaldekoration.
Ildfast glas, f.eks. Pyrex®	✓	Der skal udvises forsigtighed, hvis der anvendes fine glasartikler, da de kan gå i stykker eller revne, hvis de opvarmes for hurtigt.
Metal	✗	Det frarådes at anvende kogegrej af metal i mikrobølgeovn, da der kan dannes lysbuer, som kan medføre brand.
Plast/polystyren, f.eks. fast food - beholdere	✓	Der skal udvises forsigtighed, da visse beholdere kan smelte, blive skæve eller misfarvede ved høje temperaturer.
Plastfolie	✓	Må ikke berøre maden og skal prikkes, så dampen kan slippe ud.
Fryse-/stegeposer	✓	Skal prikkes, så dampen kan slippe ud. Sørg for at poserne egner sig til brug i mikrobølgeovn. Brug ikke plast- eller metalclips, da de kan smelte eller der kan gå ild i dem på grund af lysbuedannelse.
Papirtallerkener, papkrus og - samt køkkenrulle	✓	Må kun anvendes til opvarmning eller til at absorbere fugt. Der skal udvises forsigtighed, da overophedning kan forårsage brand.
Beholdere af strå og træ	✓	Hold altid øje med ovnen, når disse materialer anvendes, da overophedning kan forårsage brand.
Genbrugspapir og avispapir	✗	Kan indeholde små stykker metal, som kan forårsage lysbuedannelse og medføre brand.

## MIKROBØLGER TILBEREDNING

Ovnen kan programmeres til maksimum 90 minutters tilberedningstid. Inputenheden for tilberedningstiden varierer fra 15 sekunder til fem minutter. Som vist i oversigten afhænger det af den samlede tilberedningstid.

Tilberedningstid	Tid øges med
0-5 minutter	15 sekunder
5-10 minutter	30 sekunder
10-30 minutter	1 minut
30-90 minutter	5 minutter

## MANUEL OPTØNING

Til manuel optøning (uden brug af den automatiske optøningsfunktion) benyttes 240 W. Optøningssymbolet vises på displayet, når dette effektniveau vælges.

## MIKROBØLGEEFFEKT

Ovnen har 6 effekt niveauer.

Effektindstilling	Anvendelsesforslag
800 W/HØJ	Bruges til hurtig tilberedning eller genopvarmning, f.eks. suppe, gryderetter, dåsemad, varme drikke, grønsager, fisk osv.
560 W	Bruges til længerevarende tilberedning af mere kompakte madvarer som f.eks. steg, forløren hare og tallerkenretter samt til mere sarte retter som f.eks. ostesauce og sukkerbrødskegler. Ved denne lave temperatur koger saucen ikke over, og maden bliver jævnt tilberedt uden at få for meget i de yderste lag.
400 W	Bruges til kompakte madvarer, som kræver lang tilberedningstid, når de tilberedes i en almindelig ovn. Disse er f.eks. oksekødsretter, hvor det tilrådes at bruge denne indstilling for at sikre, at kødet bliver mørt.
240 W/OPTØNING	Bruges til optøning. Vælg denne indstilling for at sikre, at maden optøes jævnt. Denne indstilling er også ideel til tilberedning ved svag varme af ris, pasta og æggecreme.
80 W	Til forsigtig optøning, f.eks. cremekage eller wienerbrød.
0 W	Hvile/minutur.

W = WATT

**Eksempel:** Lad os f.eks. antage, at du ønsker at varme suppe i 2 minutter og 30 sekunder ved en effekt på 560 W.

1. Tryk på EFFEKT knap to gange.



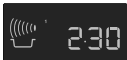
2. Vælg den ønskede tilberedningstid ved at dreje TIMER/VÆGT mod uret indtil 2.30 displayet.



3. Tryk på knappen START/+30.



4. Kontroller displayet:



### **Vigtigt!**

Hvis der ikke angives nogen effekt, vælges 800 W/HØJ automatisk.



- Hvis døren åbnes under tilberedningsprocessen, stopper tilberedningstiden, der vises i det digitale display, automatisk. Tilberedningstiden begynder igen at tælle nedad, når døren lukkes, og der trykkes på START/+30.
- Hvis du ønsker at kende effektniveauet under tilberedningstiden, skal du trykke på knappen EFFEKT.
- Du kan forøge eller reducere tilberedningstiden under tilberedning ved at dreje på TIMER/VÆGT-knappen.
- Du kan ændre effektniveauet under tilberedning ved at trykke på EFFEKT knappen.
- Et program annulleres under tilberedning ved at trykke to gange på STOP-knappen.



## MINUTUR

**Eksempel:** Indstilling af minuturet til 7 minutter.

1. Tryk på knappen **EFFEKT** 7 gange.



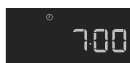
2. Vælg den ønskede tilberedningstid ved at dreje **TIMER/VÆGT** mod uret indtil 7.00 displayet.



3. Tryk på knappen **START/+30**.



4. Kontroller displayet:



- Tryk på **STOP**-knappen for at standse minuturet midlertidigt. Minuturet startes igen ved at trykke på **START/+30** og annulleres ved at trykke på **STOP** igen.

## TILSÆT 30 SEKUNDER

Knappen **START/+30** kan bruges til følgende to funktioner.

### 1. Direkte start

Du kan starte ovnen ved en effekt på 800 W/HØJ i 30 sekunder ved at trykke på **START/+30**.





### 2. Forlængelse af tilberedningstiden



Du kan forlænge tilberedningstiden under manuel tilberedning med 30 sekunder ad gangen, hvis der trykkes på knappen, mens ovnen er i gang.



- Du kan ikke benytte denne funktion under **AUTOMATISK TILBEREDNING** eller **AUTOMATISK OPTØNING**.

## PLUS & MINUS

Funktionen **PLUS**  og **MINUS**  giver mulighed for at forøge eller reducere tilberedningstiden, når du benytter de automatiske programmer.

Hvis du foretrækker kogte kartofler, som er kogt, men stadig faste, skal du benytte **MINUS** . Hvis du foretrækker blødere kogte kartofler, skal du benytte **PLUS** .

**Eksempel:** Tilberedning af 0,3 kg kartofler, kogt bløde.

1. Vælg den rette menu ved at trykke på **AUTOMATISK TILBEREDNING** knap to gange.



2. Dreje **TIMER/VÆGT**-drejeknap indtil 0.3 displayet.



3. Tryk på **EFFEKT**-knappen én gang for at vælge **PLUS** -justeringen.





4. Tryk på knappen **START/+30**.



5. Kontroller displayet:



- Annuller **PLUS/MINUS** ved at trykke på effektniveau-knappen tre gange.
- Hvis du vælger **PLUS**, viser displayet .
- Hvis du vælger **MINUS**, viser displayet .

## FLERE TILBEREDNINGSFASER

Der kan højest vælges 3 tilberedningsfaser i træk, som består af den manuelle tilberedningstid og tilstand.

### Eksempel: Tilberedning:

- 5 minutter ved 800 W (Trin 1)  
16 minutter ved 240 W (Trin 2)

### Trin 1

1. Tryk på EFFEKT knappen en gange.



2. Vælg den ønskede tilberedningstid ved at dreje TIMER/VÆGT mod uret indtil 5.00 displayet.

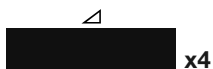


3. Kontroller displayet:



### Trin 2

1. Tryk på EFFEKT knappen 4 gange.



2. Vælg den ønskede tilberedningstid ved at dreje TIMER/VÆGT mod uret indtil 16.00 displayet.



3. Tryk på knappen START/+30.



4. Kontroller displayet:



Ovnen starter tilberedningen i 5 minutter ved 800 W og herefter i 16 minutter ved 240 W.

## AUTOMATISK TILBEREDNING & AUTOMATISK OPTØNING BETJENING

AUTOMATISK TILBEREDNING & AUTOMATISK OPTØNING beregner automatisk den korrekte tilberedningsmåde og tilberedningstid. Du kan vælge fra 6 menuer for AUTOMATISK TILBEREDNING og 2 menuer for AUTOMATISK OPTØNING.

### Automatisk Tilberedning

Fødevarer	Symbol
Drik	
Kogte Kartofler/ Bagte Kartofler	
Frosne Grønsager	
Friske Grønsager	
Frosne Færdigretter	
Fiskefilet med Sauce	

### Eksempel: Tilberedning af 0,3 kg kartofler.

1. Vælg den rette menu ved at trykke på AUTOMATISK TILBEREDNING to gange.



2. Dreje TIMER/VÆGT-drejeknap indtil 0.3 i displayet.



3. Tryk på knappen START/+30.



4. Kontroller displayet:



Hvis det f.eks. er nødvendigt at vende maden i ovnen, stopper ovnen, og lydsignalet lyder. Den resterende tilberedningstid og alle indikatorerne blinker i displayet. For at starte tilberedningen skal du trykke på START/+30. Efter endt AUTOMATISK TILBEREDNINGSTID standser programmet automatisk. Klokken lyder, og tilberedningssymbolet blinker. Efter 1 minut og et påmindelsesbip vises klokkeslættet.

## Automatisk Optøning

Fødevarer	Symbol
Kød/fisk/fjerkræ	
Brød	

**Eksempel:** Optøning 0,2 kg Brød.

1. Vælg den rette menu ved at trykke på AUTOMATISK optøning to gange.



2. Dreje TIMER/VÆGT-drejeknap indtil 0.2 i displayet.



3. Tryk på knappen START/+30.















4. Kontroller displayet:







Hvis det f.eks. er nødvendigt at vende maden i ovnen, stopper ovnen, og lydsignalet lyder. Den resterende tilberedningstid og alle indikatorerne blinker i displayet. For at starte tilberedningen skal du trykke på START/+30. Efter endt AUTOMATISK OPTØNINGSTID standser programmet automatisk. Klokkeren lyder, og tilberedningssymbolet blinker. Efter 1 minut og et påmindelsesbip vises klokkeslættet.

## TILBEREDNINGSTABELLER

## OVERSIGTER OVER AUTOMATISK TILBEREDNING &amp; AUTOMATISK OPTØNING

Automatisk tilberedning	Vægt (øgningsenhed)/ kogegej	Knap	Procedure
Drik (Te/kaffe) 	1-4 kopper 1 kop = 200 ml	 x1	<ul style="list-style-type: none"> <li>Placer koppen nær drejetallerkenens kant.</li> </ul>
Kogte og bagte kartofler 	0,1-0,8 kg (100 g) Skål med låg	 x2	<p>Kogte kartofler: Skræl kartoflerne, og skær dem i lige store stykker.</p> <p>Bagte kartofler: Vælg kartofler af samme størrelse og skyl dem.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Hæld de kogte eller bagte kartofler i en skål.</li> <li>Tilsæt den nødvendige mængde vand (pr. 100 g), ca. 2 spsk. og lidt salt.</li> <li>Læg låg på.</li> <li>Når lydsignalet lyder, skal du røre i maden og dække den til igen.</li> <li>Lad kartoflerne hvile i ca. 2 minutter efter endt tilberedning.</li> </ul>
Frosne grønsager 	0,1-0,6 kg (100 g) Skål med låg	 x3	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tilsæt 1 spsk. vand pr. 100 g, og salt efter behov. (Der er ikke behov for mere vand ved tilberedning af champignoner.)</li> <li>Læg låg på.</li> <li>Når lydsignalet lyder, skal du røre rundt og dække til på ny.</li> <li>Lad maden hvile i ca. 2 minutter efter endt tilberedning.</li> </ul> <p><b>i</b> Hvis frosne grønsager er klumpet sammen, skal du tilberede dem manuelt.</p>
Friske grønsager 	0,1-0,6 kg (100 g) Skål med låg	 x4	<ul style="list-style-type: none"> <li>Skær grønsagerne i små stykker, f.eks. i strimler, tern eller skiver.</li> <li>Tilsæt 1 spsk. vand pr. 100 g, og salt efter behov. (Der er ikke behov for mere vand ved tilberedning af champignoner.)</li> <li>Læg låg på.</li> <li>Når lydsignalet lyder, skal du røre i maden og dække den til igen.</li> <li>Lad maden hvile i ca. 2 minutter efter endt tilberedning.</li> </ul>
Frosne færdigretter (omrørbare) 	0,3-1,0 kg (100 g) Skål med låg	 x5	<ul style="list-style-type: none"> <li>Læg retten over i en skål, der er egnet til mikrobølgeovnen.</li> <li>Tilføj evt. væske, hvis fabrikanten anbefaler det.</li> <li>Læg låg på.</li> <li>Tilbered retten uden låg, hvis producenten tilråder det.</li> <li>Når lydsignalet lyder, skal du røre i maden og dække den til igen.</li> <li>Rør i maden og lad den hvile i ca. 2 minutter efter endt tilberedning.</li> </ul>
Fiskefilet med sauce 	0,4-1,2 kg* (100 g) Gratinskål og mikrobølgefilm	 x6	<ul style="list-style-type: none"> <li>Se opskrift for "fiskefilet med sauce" på side 126.</li> </ul> <p>* Samlet vægt for alle ingredienser.</p>

**i** Kølevarer tilberedes fra 5 °C, mens frostvarer tilberedes fra -18 °C.

Automatisk optøning	Vægt (øgningsenhed)/ kogegrej	Knap	Procedure
Kød/fisk/fjerkræ  (Hele fisk, fiskesteaks, fiskefileter, kyllingelår, kyllingebryst, hakkekød, steak, koteletter, burgere, pølser)	0,2-0,8 kg (100 g) Tærtetfad		<ul style="list-style-type: none"> <li>Anbring maden på et tærtetfad midt på drejetallerkenen.</li> <li>Når lydsignalet lyder, skal du vende maden, omfordele den og skille den ad. Dæk tynde lag og varme områder til med små stykker aluminiumsfolie.</li> <li>Lad det stå tildækket med aluminiumsfolie i 15-45 minutter efter optøning, indtil det er helt optøet.</li> <li>Hakket kød: Vend maden, når lydsignalet lyder. Fjern så vidt muligt de optøede dele.</li> </ul> <p><b>i</b> Uegnet til helt fjerkræ.</p>
Brød 	0,1-1,0 kg (100 g) Tærtetfad		<ul style="list-style-type: none"> <li>Fordele brødskiverne på et tærtetfad midt på drejetallerkenen. Ved 1,0 kg skal du fordele skiverne direkte på drejetallerkenen.</li> <li>Når lydsignalet lyder, skal du vende brødet, omfordele det, og fjerne de skiver, der er optøet.</li> <li>Lad brødet ligge tildækket med aluminiumsfolie i 5-15 minutter efter optøning, indtil det er helt optøet.</li> </ul>

**i** Kølevarer tilberedes fra 5 °C, mens frostvarer tilberedes fra -18 °C.



- Du skal kun indtaste madens mængde. Inkluder ikke beholderens vægt.
- Du skal bruge manuelle programmer til mad, der vejer mere eller mindre end, hvad der er angivet i automatisk oversigten.
- Sluttemperaturen varierer afhængig af starttemperaturen. Kontroller, at maden er rygende varm efter tilberedning.
- Hvis det f.eks. er nødvendigt at vende maden i ovnen, stopper ovnen, og lydsignalet lyder. Den resterende tilberedningstid og alle indikatorerne blinker i displayet. For at starte tilberedningen skal du trykke på START/+30.
- Efter brug af funktionen mikrobølger vil køleventilatoren evt. starte.



- Automatisk optøning
- Steaks og koteletter skal nedfryses i et lag.
  - Hakket kød skal nedfryses i et tyndt lag.
  - Når maden er vendt, skal du dække de optøede dele til med små, flade stykker aluminiumsfolie.
  - Fjerkræ bør tilberedes umiddelbart efter optøning.

## OPSKRIFTER TIL AUTOMATISK TILBEREDNING

<b>Fiskefilet med pikant sauce</b>			
0,4 kg	0,8 kg	1,2 kg	
140 g	280 g	420 g	dåsetomater (væden hældt fra)
40 g	80 g	120 g	majs
4 g	8 g	12 g	chilisauce
12 g	24 g	36 g	løg (finthakket)
1 tsk	1-2 tsk	2 tsk	rødvinseddike
			sennep, timian, cayennepeber
200 g	400 g	600 g	fiskefilet
			salt

1. Bland ingredienserne til sauceen.
2. Anbring fiskefileten i en rund gratinskål med de tynde ender ind mod midten, og drys med salt.
3. Fordel sauceen på fiskefileten.
4. Dæk til med mikrobølgefilm, og tilbered på AUTOMATISK TILBEREDNING, "Fiskefilet med sauce".
5. Lad det stå i ca. 2 minutter efter endt tilberedning.

<b>Fiskefilet med karrysauce</b>			
0,4 kg	0,8 kg	1,2 kg	
200 g	400 g	600 g	fiskefilet
			salt
40 g	80 g	120 g	banan (i skiver)
160 g	320 g	480 g	færdiglavet karrysauce

1. Anbring fiskefileten i en rund gratinskål med de tynde ender ind mod midten, og drys med salt.
2. Fordel bananskiverne og den færdiglavede karrysauce på fiskefileten.
3. Dæk til med mikrobølgefilm, og tilbered på AUTOMATISK TILBEREDNING, "Fiskefilet med sauce".
4. Lad det stå i ca. 2 minutter efter endt tilberedning.

## REDUCERET EFFEKTNIVEAU

 **Vigtigt!**

Hvis maden tilberedes længere tid end standardtiden ved kun 800 W, vil ovnens effekt automatisk sænkes for at undgå overopvarmning. (Mikrobølgeovns

effektniveau reduceres til 560 W.) Efter en pause på 90 sekunder, kan ovnen igen indstilles på højt effektniveau 800 W.

<b>Tilberedningstilstand</b>	<b>Standardtid</b>	<b>Reduceret effekt</b>
Mikrobølgeovn 800 W	20 minutter	Mikrobølgeovn 560 W

## TILBEREDNINGSOVERSIGTER

**Anvendte forkortelser**

spsk. = spiseskefuld	kop = kopfuld	g = gram	ml = milliliter	min. = minutter
tsk. = teskefuld	kg = kilogram	l = liter	cm = centimeter	

**Opvarmning af føde- & drikkevarer**

<b>Fødevarer/ drikkevarer</b>	<b>Mængde -g/ml-</b>	<b>Effekt Indstilling</b>	<b>Tid -Min-</b>	<b>Tips</b>
Mælk 1 kop	150	800 W	ca. 1	tildækkes ikke
Water 1 kop 6 kopper 1 skål	150	800 W	1-2	tildækkes ikke
	900	800 W	10-12	tildækkes ikke
	1000	800 W	11-13	tildækkes ikke
Platte (Grøntsager, kød og afpudsning)	400	800 W	3-6	hæld lidt vand i saucen, dæk til, rør halvvejs gennem opvarmningen
Gryderet/Suppe	200	800 W	1-2	tildæk, rør rundt efter opvarmning
Grøntsager	200	800 W	2-3	tilsæt vand, hvis det er nødvendigt, dæk til, rør halvvejs gennem opvarmning
	500	800 W	4-5	
Kød, 1 skive*	200	800 W	3-4	fordel saucen i tyndt lag hen over, dæk til
Fiskefilet*	200	800 W	2-3	tildæk
Kage, 1 stykke	150	400 W	½	læg i lavt fad
Babymad, 1 glas	190	400 W	ca. 1	læg over i passende mikroovnsbeholder, rør godt efter opvarmning, og test temperatur
Smeltning af smør eller margarine*	50	800 W	½	tildæk
Smelte chokolade	100	400 W	2-3	rør indimellem

\* Køleskabstemperatur

**Optøning**

<b>Fødevarer</b>	<b>Mængde -g-</b>	<b>Effekt Indstilling</b>	<b>Tid -Min-</b>	<b>Tips</b>	<b>Hviletid -Min-</b>
Gullasch	500	240 W	8-12	rør halvvejs gennem optøning	10-15
Kager, pr. stykke	150	80 W	2-5	anbring på et kagefad	5
Frukt såsom jordbær, hindbær, kirsebær, blommer	250	240 W	4-5	bred dem jævnt ud, vend dem, når halvdelen af optøningstiden er gået	5

**i** Tilberedningstiderne anført i oversigterne er kun vejledende og kan variere i henhold til den frosne mads starttemperatur, dens sammensætning og vægt.

## Optøning & tilberedning

Fødevarer	Mængde -g-	Effekt Indstilling	Tid -Min-	Tips	Hviletid -Min-
Fiskefilet	300	800 W	10-12	tildæk	2
Portionsanretning	400	800 W	9-11	på tallerken, dæk til, rør efter 6 minutter	2

## Tilberedning af kød & fisk

Fødevarer	Mængde -g-	Effekt Indstilling	Tid -Min-	Tips	Hviletid -Min-
Steg (svinekød, kalvekød, lam)	1000	800 W	19-21*	tilsæt krydderier efter smag, læg på den	10
		400 W	11-14	lave rille, vend efter*	
	1500	800 W	33-36*		10
		400 W	13-17		
Oksesteg (mellemstørrelse)	1000	800 W	9-11*	krydr efter behag, og anbring i en tærteform vend efter*	10
		400 W	5-7		
Fiskefilet	200	800 W	3-4	tilsæt krydderier efter smag, læg i et fladt fad, dæk til	3

## OPSKRIFTER

Alle opskrifterne i denne bog er beregnet til 4 personer - medmindre andet er anført.

### Tilpasning af opskrifter til madlavning i mikrobølgeovn

Hvis du ønsker at tilpasse dine yndlingsopskrifter til tilberedning i mikrobølgeovnen, skal du være opmærksom på følgende: Reducer tilberedningstiden med en tredjedel til halvdelen af tiden. Følg eksemplerne på opskrifter i denne bog. Fødevarer med et højt vandindhold såsom kød, fisk, fjerkræ, grønsager, frugt, gryderetter og supper kan nemt tilberedes i mikrobølgeovnen.

Fødevarer med et lavt vandindhold såsom portionsanretninger bør fugtes på overfladen, inden de opvarmes eller tilberedes. Den væskemængde, der skal tilsættes rå fødevarer, som skal bræises, kan reduceres til ca. 2 tredjedele af mængden i den oprindelige opskrift. Du kan om nødvendigt tilsætte mere vand under tilberedningen. Mængden af fedt, der tilsættes, kan reduceres betydeligt. En lille mængde smør, margarine eller olie er tilstrækkeligt til at give maden smag. Det betyder, at mikrobølgeovnen er glimrende til tilberedning af fedtfattige retter som en del af en diæt.

### Champignonsuppe

Redskaber: Skål med låg (2 l)

200 g	champignoner i skiver
50 g	løg, finthakket
300 ml	kødbouillon
300 ml	fløde
25 g	mel
25 g	smør eller margarine
	salt og peber
1	æg
150 ml	fløde (eller cremefraiche)

- Anbring grønsagerne og bouillon i en skål, læg låg på og tilbered.  
8-9 min. 800 W
- Blend alle ingredienserne i blenderen. Tilsæt fløde.
- Bland mel og smør til en dej, og rør den ud i suppen. Krydr med salt og peber, læg låg på, og start mikrobølgeovnen. Rør rundt, når suppen er færdig.  
4-6 min. 800 W
- Bland æggeblommen med fløde (eller cremefraiche), og rør det i suppen lidt efter lidt. Opvarm et kort stykke tid, men lad ikke suppen koge!  
1-2 min. 800 W  
Lad suppen stå i ca. 5 minutter efter endt tilberedning.



## Ratatouille

Redskaber: Skål med låg (2 l)  
 5 spsk. olivenolie  
 1 fed hvidløg, knust  
 50 g løg, skåret i skiver  
 250 g aubergine, skåret i tern  
 200 g courgette, skåret i tern  
 200 g peber, i store tern  
 75 g fennikel, i store tern  
 1 suppevisk  
 200 g artiskokhjerter på dåse skåret i kvarter  
 salt og peber

1. Anbring olivenolie og det knuste fed hvidløg i en skål. Tilsæt de tilberedte grønsager undtagen artiskokhjerterne, og krydr med peber. Tilsæt suppevisken, dæk til og start mikrobølgeovnen. Rør rundt en enkelt gang under tilberedningen.  
 19-21 min. 800 W  
 I de sidste 5 minutter af tilberedningstiden skal du tilsætte artiskokhjerterne og varme retten igen.
2. Krydr retten efter behag med salt og peber. Fjern suppevisken før servering. Efter tilberedningen skal du lade ratatouillen hvile i ca. 2 minutter.

## Søtungefileter

Redskaber: Fladt, ovalt ildfast fad og mikrobølgefilm (ca. 26 cm lang)  
 400 g søtungefileter  
 1 hel citron  
 150 g tomater  
 10 g smør eller margarine til smøring af fadet  
 1 spsk. vegetabilsk olie  
 1 spsk. hakket persille  
 salt og peber  
 4 spsk. hvidvin  
 20 g smør

1. Skyl søtungefileterne, og dup dem tørre. Fjern eventuelle ben.
2. Skær citronen og tomaterne i tynde skiver.
3. Smør det ildfaste fad med smør. Anbring fiskefileterne heri, og stænk dem med vegetabilsk olie.
4. Drys persille over fisken, kom tomatskiverne ovenpå, og krydr med salt og peber. Læg citronskiverne ovenpå tomaterne, og hæld hvidvin over.
5. Anbring små smørklatter ovenpå citronen, læg låg på, og start mikrobølgeovnen.  
 16-19 min. 800 W  
 Lad fileterne hvile i ca. 2 minutter efter endt tilberedning.

## Fyldt skinke

Redskaber: Skål med låg (2 l)  
 Ovalt gratinfad (ca. 26 cm lang)  
 125 g hakkede spinatblade  
 125 g cremefraiche, 20 % fedtindhold  
 40 g revet emmentalerost  
 peber, paprika  
 6 skivor kogt skinke (300 g)  
 125 ml vand  
 125 ml fløde  
 20 g mel  
 20 g smør eller margarine  
 10 g smør eller margarine til smøring af fadet

1. Bland spinat med ost og cremefraiche. Tilsæt krydderier efter smag.
2. Læg en spiseskefuld af fyldet på hver skive kogt skinke, og rul sammen. Hold skinkerullen sammen med en tandstikker.
3. Lav en bechamelsauce. Dette gøres ved at hælde vand og fløde sammen i en skål og opvarme.  
 3-4 min. 800 W  
 Bland mel og smør for at lave en opbagning, tilsæt væsken, og pisk, indtil den er opløst. Dæk til, og tilbered, indtil den er tyk.  
 1 min. 800 W  
 Rør, og smag
4. Hæld saucen i det smurte fad, læg de fyldte skinkeruller på saucen, og tilbered med låget på.  
 3-4 min. 800 W  
 Lad det hvile i ca. 5 min. efter tilberedning.

## Kalvekød fra zürich i flødesauce

Redskaber: Skål med låg (2 l)

600 g	kalvefilet
10 g	smør eller margarine
50 g	løg, finthakket
100 ml	hvidvin tilsat kulør til ca ½ l sovs
300 ml	fløde
1 spsk.	hakket persille

1. Skær fileten i strimler af en fingerbreddes tykkelse.
2. Smør fadet med smør. Læg løg og kød i fadet, læg låg på, og varm det. Rør rundt én gang under tilberedningen.  
7-10 min. 800 W
3. Tilsæt hvidvin, kulør og fløde, rør rundt, læg låg på, og varm det. Rør jævnlgt rundt.  
4-5 min. 800 W
4. Undersøg om kalvekødet er mørt, rør i blandingen en gang til, og lad det hvile i ca. 5 minutter. Drys persille over før servering.

## Lasagne

Redskaber: Skål med låg (2 l) flad firkantet souffléskål med låg (ca. 20 x 20 x 6 cm)

300 g	dåsetomater
50 g	skinke, skåret i fine tern
50 g	løg, finthakket
1	fed hvidløg, knust
250 g	hakket oksekød
2 spsk.	koncentreret tomatpure salt og peber
150 ml	fløde (eller cremefraiche)
100 ml	mælk
50 g	revet parmesanost
1 tsk.	blandede hakkede krydderurter
1 tsk.	olivenolie
1 tsk.	vegetabilsk olie til smøring af skålen
125 g	grønne lasagneplader
1 spsk.	revet parmesanost

1. Skær tomaterne i skiver, og bland dem med skinke, løg, hvidløg, hakket kød og koncentreret tomatpure. Smag til med krydderier, og sæt det i ovnen med låg på.  
7-9 min. 800 W
2. Bland fløden med mælk, parmesanost, krydderurter, olie og krydderier.
3. Smør souffléskålen, og dæk bunden med ca. 1/3 af pastaen. Læg halvdelen af kødblandingen ovenpå pastaen, og hæld noget af saucen over. Tilsæt yderligere 1/3 af pastaen og endnu et lag af kødblandingen og noget sauce, og afslut med det sidste lag pasta. Dæk til sidst pastaen med masser af sauce, og drys med parmesanost. Kom smørklatter på overfladen, og sæt det i ovnen med låg på.  
15-17 min. 560 W  
Lad lasagnen stå i ca. 5-10 minutter efter endt tilberedning.

## Bærgelé med vanillesauce

Redskaber: Skål med låg (2 l)  
Skål med låg (1 l)

150 g	ribs, skyllet og gjort i stand
150 g	jordbær, skyllede og afhasede
150 g	hindbær, skyllede og afhasede
250 ml	hvidvin
100 g	sukker
50 ml	citronsaft
8	blade husblas
300 ml	mælk
½	stang vanille
30 g	sukker
15 g	majsmel

1. Læg noget af frugten til side til pynt. Blend resten af frugten med hvidvin, læg det i en skål, læg låg på, og varm blandingen.  
7-9 min. 800 W
2. Rør sukker og citronsaft i.
3. Læg husblas i koldt vand i ca. 10 min. Tag den derefter op, og klem den tør. Rør den smeltede husblas i den varme puré, indtil den er opløst. Stil geléen i køleskabet, og lad den størkne.
4. Vanillesaucen tilberedes ved at hælde mælken i den anden skål. Skær vanillestangen igennem på langs, og skrab den indvendige masse ud. Rør denne masse i mælken sammen med sukkeret og majsmålet. Dæk til, og tilbered, omrør under tilberedningen og igen, når tilberedningen er slut.  
3-4 min. 800 W
5. Vend geléen ud på en tallerken, og dekorér den med den gemte frugt. Hæld vanillesaucen over geléen.

## VEDLIGEHOJDELSE & RENGØRING

**PAS PÅ: UNDLAD AT BENYTTE PROFESSIONELLE OVNRENSSEMIDLER, DAMPRENSERE, SKUREMIDLER, SKRAPPE RENGØRINGSMIDLER, MIDLER, DER INDEHOLDER NATRIUMHYDROXID, ELLER SKURESVAMPE PÅ NOGEN SOM HELST DEL AF DIN MIKROBØLGEOVN. RENGØR OVNEEN MED JÆVNE MELLEMRUM, OG FJERN EVENTUELLE AFLEJREDE MADRESTER. Holdes ovnen ikke ren, kan dens flader beskadiges, hvilket kan påvirke apparatets levetid og måske også resultere i farlige situationer.**

### Ovnens ydre

Ovnens yderside er nem at rengøre med mild sæbe og vand. Sørg for at tørre sæben af med en blød klud, og tør det ydre med et blødt håndklæde.

### Ovnens betjeningspanel

Åbn døren før rengøring for at

deaktivere betjeningspanelet. Vær forsigtig, når du gør betjeningspanelet rent. Brug en klud, der kun er fugtet med vand, og tør forsigtigt panelet, indtil det er rent. Undgå at bruge for meget vand. Brug ikke nogen form for kemiske eller slibende rengøringsmidler.

### Ovnens indre


1. I forbindelse med rengøring skal du tørre alle stænk eller pletter af med en blød, fugtig klud eller svamp efter hver brug, mens ovnen stadig er varm. Hvis ovnen er meget snavset, kan du bruge en mild sæbeopløsning og tørre af flere gange med en blød klud, indtil det hele er væk. Du må ikke fjerne pladen, der beskytter bølgelederen.
2. Sørg for, at den milde sæbeopløsning eller vandet ikke trænger ind i de små ventilationsåbninger i væggen, da det kan beskadige ovnen.
3. Brug ikke ovrensmedler i ovnrummet.

## Drejetallerken og drejetallerken sokkel

Tag drejetallerkenen og soklen til drejetallerkenen ud af ovnen. Vask drejetallerkenen og soklen til drejetallerkenen med en mild sæbeopløsning. Tør med en blød klud. Både drejetallerkenen og soklen til drejetallerkenen kan gå i opvaskemaskinen.

## Dør

Rengør regelmæssigt begge dørens sider, dørpakningerne og dens overflader med en blød, fugtig klud for at fjerne al snavs. Brug ikke skrappe, slibende rengøringsmidler eller skarpe metalskrabere til at rengøre glasovndøren med, da disse kan ridse overfladen, hvilket kan medføre, at glasset knuses.

 **Vigtigt!** Undlad at benytte en damprenser.

## HVAD SKAL JEG GØRE, HVIS

Symptom	Tjek/tip . . .
Mikrobølgeovnen ikke fungerer som den skal?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sikringerne i sikringsdåsen fungerer.</li> <li>Der har været strømafbrydelse.</li> <li>Hvis sikringerne fortsat springer, skal du kontakte en autoriseret elektriker.</li> </ul>
Mikrobølgeovnen fungerer ikke som den skal?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ovndøren er ordentligt lukket.</li> <li>Dørpakningerne og lukkefladerne er rene.</li> <li>Der er trykket på START/+30-knappen.</li> </ul>
Drejetallerkenen drejer ikke rundt?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Soklen på drejetallerkenen er ikke korrekt forbundet til drevet.</li> <li>At kogegrejet ikke rager ud over drejetallerkenen.</li> <li>Madvarer ikke rager ud over drejetallerkenens kant og dermed forhindrer drejetallerkenen i at rotere.</li> <li>Der ikke er noget i fordybningen under drejetallerkenen.</li> </ul>
Mikrobølgeovnen vil ikke slukke?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kobl ovnen fra sikringsdåsen.</li> <li>Ring til Electrolux Service A/S.</li> </ul>
Lysen i mikrobølgeovnen fungerer ikke som det skal?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ring til Electrolux Service A/S.</li> </ul>
Det tager længere tid end forventet for at opvarme maden helt og tilberede den?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Indstil en længere tilberedningstid (dobbelt så stor mængde = næsten dobbelt så lang tid) eller.</li> <li>Hvis maden er koldere end sædvanlig, skal du af og til vende maden, eller.</li> <li>Indstille ovnen på en højere effekt.</li> </ul>

## SPECIFIKATIONER

Vekselstrømsspænding		230 V, 50 Hz, enfaset
Sikring/afbryder		10 A Minimum
Nødvendig strømforsyning:	Mikrobølgeovn	1,2 kW
Afgiven effekt:	Mikrobølgeovn	800 W (IEC 60705)
Mikrobølgeovnens frekvens		2450 MHz * (Gruppe 2/Klasse B)
Udvendige dimensioner:	EMS171750	494 mm (L) x 371 mm (H) x 316 mm (D)
	EMS171760	594 mm (L) x 371 mm (H) x 316 mm (D)
Ovnrummets dimensioner		285 mm (L) x 202 mm (H) x 298 mm (D) **
Ovnens kapacitet		17 liter **
Drejetallerken		ø 272 mm, glass
Vægt		ca 16 kg
Ovnlampe		25 W/240-250 V

\* Dette produkt opfylder kravene i europæisk standard EN55011. I overensstemmelse med denne standard klassificeres dette produkt som udstyr fra gruppe 2, klasse B. Gruppe 2 betyder, at udstyret forsættigt genererer radiofrekvensenergi i form af elektromagnetisk bestråling til varmebehandling af fødevarer.

Klasse B-udstyr betyder, at apparatet er egnet til anvendelse i almindelige husstande.

\*\* Den indre kapacitet beregnes ved at måle den maksimale bredde, dybde og højde. Ovnens faktiske kapacitet til at rumme mad er mindre.



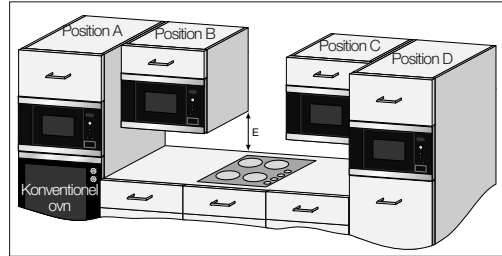
Denne ovn opfylder de krav, der fremgår af direktiverne 2004/108/EC, 2006/95/EC, 2009/125/EC og 2011/65/EU.

SPECIFIKATIONERNE KAN ÆNDRES UDEN VARSEL SOM ET LED I EN FORTSAT FORBEDRING AF PRODUKTET.

## INSTALLERING

**Mikrobølgeovnen kan monteres i position A, B, C, eller D:**

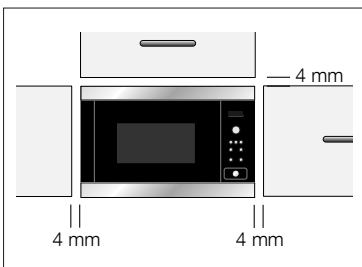
Position	Størrelse på åbningen		
	L	D	H
A	560 x 550 x 360		
B+C	462 x 300 x 350		
	462 x 300 x 360		
	560 x 300 x 350		
	560 x 300 x 360		
D	462 x 500 x 350		
	462 x 500 x 360		
	560 x 500 x 350		
	560 x 500 x 360		



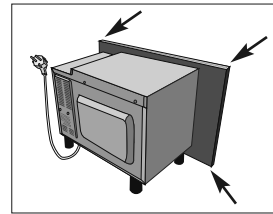
Mål i (mm)

## INSTALLERING AF OVNINGEN

1. Fjern al emballage, og kontroller omhyggeligt, om der er tegn på skade.
2. Ovnen er som standard konstrueret til at passe ind i et 360 mm højt skab.  
Når ovnen sættes ind i et 350 mm højt skab: Skru de fire fødder, der sidder på undersiden af ovnen, af og fjern dem. Der er 3 høje og en lav fod. Erstat de 3 høje fødder med de fødder, der leveres med tilbehørspakken. Udskift ikke den lave fod.
3. Placer langsomt og forsigtigt ovnen i køkkenskabets, indtil ovenns front sidder tæt mod skabets åbning.
4. Sørg for, at ovnen står stabilt og ikke sidder skråt. Du skal sikre dig, at der er en åbning på 4 mm mellem skabsdøren og toppen af rammen (se diagrammet).

**Monteringsmulighed 1:**

Fastgør ovnen med de leverede skruer. Fastgøringspunkterne er placeret i hjørnerne på ovenns over- og underside.

**Monteringsmulighed 2:**

Se den skabelon, der følger med denne ovn.

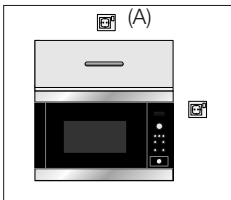
## SIKKER BRUG AF OVNEN

### Hvis mikrobølgeovnen placeres i position B eller C (se diagrammet på side 134):

- Skabet skal være placeret mindst 500 mm (E) over køkkenbordet og må ikke installeres direkte oven over komfuret.
- Ovnens skal være testet og godkendt kun til brug tæt på et gas-, el- eller induktionskomfur i private husholdninger.
- Der skal være god plads mellem komfuret og mikrobølgeovnen for at forhindre overopvarmning af mikrobølgeovnen, det omgivende skab og ovnens tilbehør.
- Betjen ikke komfuret uden gryder/pander på, når mikrobølgeovnen er i brug.
- Udvis forsigtighed ved brug af mikrobølgeovnen, når komfuret er tændt.

### TILSLUTNING AF OVNEN TIL STRØMFORSYNINGEN

- **Stikkontakten skal være nem at komme til, således at stikket let kan trækkes ud i nødstilfælde. Eller det skal være muligt at afbryde ovnen fra strømforsyningen ved at indsætte en afbryder i den faste ledning i overensstemmelse med reglerne for elektriske tilslutninger.**
- **Stikkontakten bør ikke være placeret bag ved skabet.**
- Den bedste placering er oven over skabet, se (A).



- Slut ovnen til en enfaset 230 V/50 Hz vekselstrøm via et korrekt installeret jordstik. Stikket skal være forsynet med en sikring på 10 A.
- **Strømforsyningsledningen må kun udskiftes af en elektriker.**

- Før installering skal du binde et stykke tråd fast til strømforsyningsledningen for at lette tilslutningen til punkt (A), når ovnen er installeret.
- Sørg for, at strømforsyningsledningen IKKE kommer i klemme, når ovnen placeres i skabet.
- Du må ikke dykke strømforsyningsledningen eller stikket i vand eller anden væske.

### ELEKTRISKE TILSLUTNINGER



**ADVARSEL!**  
**DENNE OVN SKAL JORDES**  
**Producenten fraskriver sig**  
**erstatningsansvar, hvis denne**  
**sikkerhedsforanstaltning ikke**  
**overholdes.**

Hvis stikket, som er tilsluttet ovnen, ikke passer til stikkontakten, skal du ringe til din lokale, autoriserede ELECTROLUX serviceagent.

## MILJØOPLYSNINGER

### Økologisk ansvarlig bortskaffelse af emballage og gammelt udstyr

#### EMBALLERINGSMATERIALER

ELECTROLUX mikrobølgeovne kræver effektiv emballage som beskyttelse under transport. Der bruges kun den nødvendige, minimale emballage. Emballage (såsom film eller skumplast) kan udgøre en fare for børn.

#### **Risiko for kvælning. Opbevar emballeringsmaterialer utilgængeligt for børn.**

Den emballage, der benyttes, er miljøvenlig og kan genbruges. Pap er lavet af genbrugspapir, og bestanddelene af træ er ubehandlede.

Plastelementerne er mærket som følger:

"PE" polyethylen, f.eks. emballeringsfilm

"PS" polystyren, f.eks. emballering (uden klorfluorcarboner - CFC)

"PP" polypropylen, f.eks. emballeringsbånd

Ved at bruge og genbruge

emballeringsmaterialer sparer man på

råmaterialerne, og spildmængden reduceres.

Du bør levere eventuelle emballeringsmaterialer til den nærmeste genbrugsstation. Kontakt dine lokale myndigheder for at få flere oplysninger.

#### BORTSKAFFELSE AF GAMMELT UDSTYR

Gammelt udstyr bør gøres sikkert, før det bortskaffes, ved at fjerne stikket og strømforsyningskablet.

Du bør levere eventuelle emballeringsmaterialer til den nærmeste genbrugsstation. Undersøg hos de lokale (miljø)myndigheder, om der findes genbrugsfaciliteter i dit område.

Symbolet  på produktet eller på pakken angiver, at dette produkt ikke må behandles som husholdningsaffald. Det skal i stedet overgives til en affaldsstation for behandling af elektrisk og elektronisk udstyr. Ved at sørge for at dette produkt bliver bortskaffet på den rette måde, hjælper du med til at forebygge eventuelle negative påvirkninger af miljøet og af personers helbred, der ellers kunne forårsages af forkert bortskaffelse af dette produkt. Kontakt det lokale kommunekontor, affaldsselskab eller den forretning, hvor produkt er købt, for yderligere oplysninger om genanvendelse af dette produkt.









[www.electrolux.com/shop](http://www.electrolux.com/shop)

TINS-A884URR0

