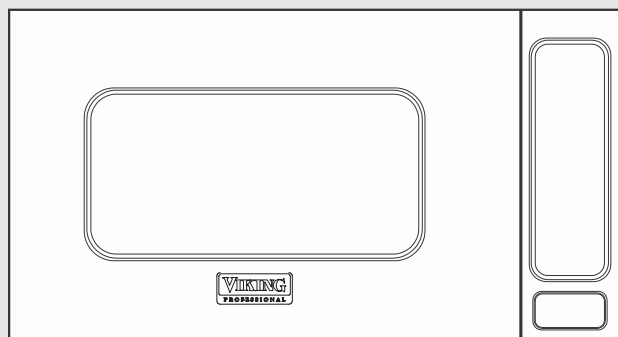


Manual de Uso e Cuidados Viking



forno de micro-ondas
embutido/modular
VMOS501

INFORMAÇÕES SOBRE ASSISTÊNCIA TÉCNICA

Caso seja necessária assistência:

1. Contate o seu revendedor ou agente de serviço autorizado. O nome do agente de serviço autorizado pode ser obtido junto ao revendedor ou distribuidor em sua região.
2. Tenha as seguintes informações disponíveis:
 - a. Número do modelo
 - b. Número de série
 - c. Data da compra
 - d. Nome do concessionário a quem comprou a unidade
3. Descreva claramente o problema.

Para obter informações sobre o Serviço Autorizado ou os problemas com o produto persistirem, entre em contato com a Elettromec pelo telefone 0800 723 1202 ou envie um e-mail para sac@elettromec.com.br

Diamantino & Hofman Comércio e Representação LTDA

Avenida Carlos Grimaldi, 1701, Conj 402 - Condomínio Galleria Corporate - Edifício II
CEP 13091-908 - Campinas SP

Registre as informações indicadas abaixo. Essas informações serão necessárias se você precisar de assistência técnica. Os números de modelo e de série do seu forno estão localizados no lado esquerdo da cavidade do forno, em uma etiqueta de identificação.

Número do modelo _____ Número de série _____

Data da compra _____ Data da instalação _____

Nome do revendedor _____

Endereço _____

Se, durante a assistência, houver necessidade de instalação de peças, use apenas peças autorizadas para assegurar a proteção em garantia.

GUARDE ESTE MANUAL PARA CONSULTA FUTURA

PRECAUÇÕES PARA EVITAR UMA POSSÍVEL EXPOSIÇÃO AO EXCESSO DE ENERGIA DO MICRO-ONDAS

- (a) Não tente usar este forno de micro-ondas com a porta aberta, uma vez que isso pode resultar em exposição prejudicial à energia do micro-ondas. É importante não desmontar ou adulterar as travas de segurança.
- (b) Não coloque qualquer objeto entre o lado dianteiro do forno de micro-ondas e a porta, nem permita que detritos ou resíduo de limpador se acumulem nas superfícies de vedação.
- (c) Não utilize o forno de micro-ondas se ele estiver danificado. É especialmente importante que a porta do forno de micro-ondas feche corretamente e que não haja nenhum dano a: (1) porta (empenada), (2) dobradiças e trincos (quebrados ou soltos), (3) vedações da porta e superfícies de vedação.
- (d) O forno de micro-ondas não deve ser ajustado ou reparado por qualquer pessoa, exceto pelo pessoal de assistência devidamente qualificado.

SUMÁRIO

2	INFORMAÇÕES SOBRE ASSISTÊNCIA TÉCNICA	20–22	Tabela Sensor Options (Opções do sensor)
3	SUMÁRIO	23	Tabela Frozen Foods (Alimentos congelados)
4–5	INSTRUÇÕES IMPORTANTES DE SEGURANÇA	24–36	COZIMENTO
5	PRECAUÇÕES PARA EVITAR UMA POSSÍVEL EXPOSIÇÃO AO EXCESSO DE ENERGIA DO MICRO-ONDAS	24	Café da manhã e almoço
6–7	INSTRUÇÕES DE INSTALAÇÃO	25–26	Tabela Breakfast (Café da manhã)
8	INSTRUÇÕES DE ATERRAMENTO	26	Tabela Lunch (Almoço)
9–13	INFORMAÇÕES QUE VOCÊ PRECISA SABER	27	15 refeições rápidas e Receitas predefinidas
9	Sobre o forno de micro-ondas	28–30	15 refeições rápidas
9	Sobre crianças e o micro-ondas	30–32	Receitas predefinidas
10	Sobre alimentos	33–35	Defrost (Descongelar)
11	Sobre utensílios e revestimentos	36	Bebidas
12	Sobre cozinhar no micro-ondas	36	Tabela Bebidas
13	Sobre segurança	37–40	OUTRAS FUNÇÕES CONVENIENTES
14–15	NOMES DAS PARTES	37	Warm/Hold (Aquecer/Manter)
14	Partes do forno de micro-ondas	37	Cozimento em várias sequências
15	Painel de controle	38	Ajuste para mais ou menos tempo
16	ANTES DE UTILIZAR	38–39	Ajuda (tecla Control/Controle)
16	Para ajustar o relógio	40	Touch On (Tocar)
16	Seleção de idioma/peso	40	Timer (Temporizador)
16	Stop/Clear (Parar/Limpar)	40	Help (Ajuda — no visor)
17–18	OPERAÇÃO MANUAL	41	Modo de demonstração
17	Tempo de cozimento	41	Add-A-Minute (Adicionar um minuto)
17	Para definir o nível de potência	41–42	LIMPEZA E CUIDADOS
18	Descongelamento manual	43	ESPECIFICAÇÕES
19–23	OPÇÕES DO SENSOR	44	VERIFICAÇÃO DO SERVIÇO DE ASSISTÊNCIA TÉCNICA

INSTRUÇÕES IMPORTANTES DE SEGURANÇA

Ao utilizar aparelhos elétricos, siga as precauções básicas de segurança, incluindo:
AVISO: para reduzir o risco de queimaduras, choque elétrico, incêndio, lesões corporais ou a exposição à energia excessiva do micro-ondas:

1. Leia todas as instruções antes de usar o aparelho.
2. Leia e siga as “PRECAUÇÕES PARA EVITAR UMA POSSÍVEL EXPOSIÇÃO AO EXCESSO DE ENERGIA DO MICRO-ONDAS”, especificadas na página 5.
3. Este aparelho deve ser aterrado. Conecte-o somente à tomada aterrada adequadamente. Consulte “INSTRUÇÕES DE ATERRAMENTO” na página 8.
4. Instale ou coloque este aparelho somente de acordo com as instruções de instalação fornecidas.
5. Alguns produtos, como ovos inteiros e recipientes vedados (por exemplo, potes de vidro fechados) podem explodir e não devem ser aquecidos neste forno. O conteúdo de mamadeiras e potes de comida para bebês devem ser mexidos ou sacudidos e a temperatura verificada antes do consumo, para evitar queimaduras.
6. Utilize este aparelho apenas para o fim a que se destina, conforme descrito neste manual. Não use produtos químicos ou vapores corrosivos neste aparelho. Este tipo de forno foi especificamente projetado para aquecer, cozinhar ou desidratar alimentos. Ele não foi projetado para uso industrial ou de laboratório. Este aparelho destina-se a uso doméstico ou a aplicações semelhantes, como:
 - áreas de cozinha dos funcionários em lojas, escritórios ou outros ambientes de trabalho
 - fazendas
 - por clientes em hotéis, motéis e ambientes residenciais
 - ambientes do tipo pousada
7. Como acontece com qualquer aparelho, deverá ser supervisionado quando usado por crianças.
8. Não use o aparelho se o cabo ou plugue estiverem danificados, se ele não estiver funcionando corretamente ou se tiver sido danificado ou tiver caído.
9. Este aparelho só deve ser reparado por pessoal de assistência qualificado. Contate o Agente de Serviço Autorizado mais próximo para avaliação, reparo ou ajuste.
10. Não cubra ou bloqueie as aberturas do aparelho.
11. Não guarde ou use este aparelho ao ar livre. Não use este produto perto de água, como, por exemplo, perto da pia da cozinha, em um porão úmido, perto de piscina, ou locais semelhantes.
12. Não mergulhe o cabo ou o plugue em água.
13. Mantenha o cabo afastado de superfícies quentes.
14. Não deixe o cabo pendurado na borda de uma mesa ou balcão.
15. Consulte as instruções de limpeza da superfície da porta na página 41.
16. Para reduzir o risco de incêndio na cavidade do forno de micro-ondas:
 - a. Não cozinhe demais os alimentos. Fique atento quando forem colocados papel, plástico ou outros materiais combustíveis dentro do forno de micro-ondas para facilitar o cozimento.

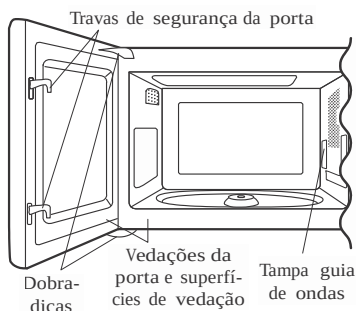
- b. Remova as amarras de torção de arame de sacos de papel ou plástico antes de colocar o saco no forno de micro-ondas.
 - c. **Se os materiais dentro do forno de micro-ondas forem inflamáveis, mantenha a porta do forno de micro-ondas fechada, desligue o forno e desconecte o cabo de força ou desligue a alimentação no painel do fusível ou no disjuntor.**
 - d. Não utilize a cavidade do forno para fins de armazenamento. Não deixe produtos de papel, utensílios de cozinha ou alimentos na cavidade do forno quando não estiver em uso. Se observar fumaça, desligue ou desconecte o aparelho e mantenha a porta fechada para abafar as chamas
17. Líquidos, como água, café ou chá, podem superaquecer além do ponto de ebulição, sem parecer que estão fervendo. Quando o recipiente é retirado do micro-ondas, nem sempre é possível ver que o líquido está borbulhando ou fervendo. ISSO PODE FAZER COM QUE LÍQUIDOS MUITO QUENTES TRANSBORDEM DE REPENTE QUANDO UMA COLHER OU OUTRO UTENSÍLIO FOR INSERIDO NO LÍQUIDO. Utilize somente a sonda de temperatura recomendada para este forno (para aparelhos que tenham o recurso de usar uma sonda de detecção de temperatura).
- Para reduzir o risco de lesões corporais:
- a. Não superaqueça o líquido.
 - b. Mexa o líquido antes e durante o aquecimento.
 - c. Não use recipientes com lados retos e gargalos estreitos. Use um recipiente com bocal largo.
 - d. Após o aquecimento, deixe o recipiente no forno de micro-ondas por pelo menos 20 segundos antes de retirá-lo.
 - e. Tenha muito cuidado ao inserir uma colher ou outro utensílio no recipiente.
18. Se o forno de micro-ondas for instalado de modo embutido, observe as seguintes instruções:
- a. Não o instale sobre uma pia.
 - b. Não coloque nada diretamente na superfície do aparelho quando ele estiver em funcionamento.
19. Se a luz do forno de micro-ondas apresentar falha, consulte um AGENTE DE SERVIÇO AUTORIZADO.
20. Deixar de manter o forno em bom estado de limpeza pode levar à deterioração da superfície, o que pode afetar negativamente a vida útil do aparelho e possivelmente resultar em uma situação perigosa.
21. O aparelho pode ser instalado de modo modular, embutido ou em um gabinete. O aparelho pode funcionar com a porta do gabinete aberta.
22. Este aparelho não se destina ao uso por pessoas, incluindo crianças, com capacidade física, sensorial ou mental reduzida, ou sem experiência ou conhecimento, a menos que tenha recebido supervisão ou instruções relativas à utilização do aparelho de uma pessoa responsável pela sua segurança.
23. As crianças devem ser supervisionadas para garantir que elas não brinquem com o aparelho.

GUARDE ESTAS INSTRUÇÕES

DESEMBALANDO E VERIFICANDO O FORNO DE MICRO-ONDAS

Retire todos os materiais de embalagem de dentro da cavidade do forno de micro-ondas; no entanto, **NÃO RETIRE A TAMPA GUIA DE ONDAS**, que está localizada na parede direita da cavidade. Leia a documentação e **GUARDE** o Manual de Uso e Cuidados/Instalação.

Verifique se o forno de micro-ondas tem algum dano, como porta desalinhada ou empenada, vedações da porta e superfícies de vedação danificadas, dobradiças e trincos da porta quebrados ou soltos, e amassados no interior ou na porta do micro-ondas. Se houver algum dano, não utilize o forno de micro-ondas e contate o seu revendedor ou AGENTE DE SERVIÇO AUTORIZADO.



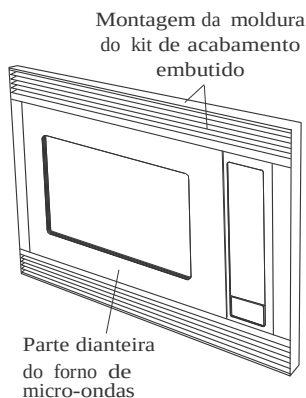
ESCOLHENDO UM LOCAL

Para o forno de micro-ondas no balcão

Você usará o forno de micro-ondas com frequência; sendo assim, planeje seu local para facilitar o uso. Se possível, é aconselhável deixar espaço no balcão em pelo menos um lado do forno de micro-ondas. Deixe pelo menos 2 polegadas (5,1 cm) nos lados, em cima e na parte traseira do forno de micro-ondas, para a circulação do ar.

Para o seu forno de micro-ondas embutido

Seu forno de micro-ondas pode ser embutido sozinho em um gabinete ou na parede, ou acima de um forno elétrico de parede ou gaveta de aquecimento.



Consulte as instruções de instalação do kit de acabamento embutido para saber o local adequado ao embutir os fornos especificados. Com atenção, siga as instruções de instalação do forno e do kit de acabamento embutido.

A abertura na parede ou o gabinete devem estar dentro das seguintes dimensões:

A ALTURA : 16 $\frac{3}{4}$ pol.–17 pol.
(42,55–43,18 cm)

B LARGURA : 24 $\frac{3}{8}$ pol.–24 $\frac{11}{16}$ pol.
(62–62,70 cm)

C PROFUNDIDADE : mínimo de 20 pol. (50,8 cm)

A tomada NÃO deve estar na área escurecida, como indicado.

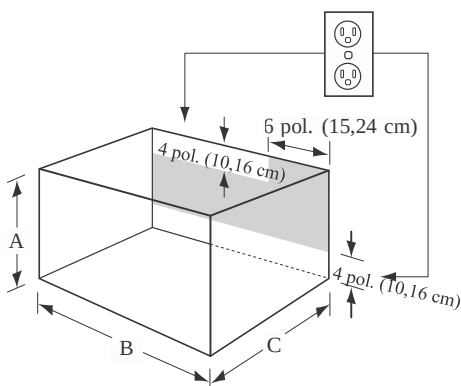
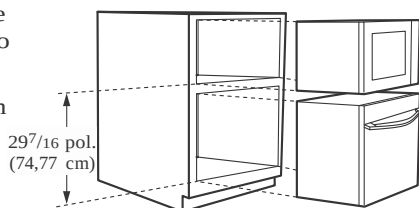
1. Se a dimensão da PROFUNDIDADE (C) for maior que 21 pol. (53,34 cm), o local da tomada poderá ser qualquer área na parede traseira.
2. O piso da abertura deve ser construído com madeira compensada forte o suficiente para suportar o peso do forno de micro-ondas e a carga do piso (cerca de 100 libras/45,36 kg). O piso deve estar nivelado para o bom funcionamento do forno de micro-ondas. Não deixe de verificar o código de construção local, uma vez que ele pode requerer que a abertura seja fechada com laterais, teto e divisória traseira. O bom funcionamento do forno de micro-ondas não requer o apoio.

O kit de acabamento embutido é composto de todas as peças necessárias e de instruções de instalação fáceis de seguir, bem como o local da fonte de alimentação.

A facilidade de montagem desses kits permitirá a instalação em uma abertura existente na parede em menos de uma hora (se a tomada se já estiver devidamente posicionada).

São necessárias apenas quatro etapas e uma chave de fenda Phillips.

Instalação em cima de forno



INSTRUÇÕES DE ATERRAMENTO

Este aparelho deve ser aterrado. Este forno de micro-ondas é equipado com um cabo com um fio de aterramento e um plugue de aterramento. Ele deve ser ligado a uma tomada de parede que esteja devidamente instalada e aterrada de acordo com o Código Nacional de Eletricidade e os códigos e as legislações locais. No caso de um curto-circuito elétrico, o aterramento reduz o risco de choque elétrico, fornecendo um fio de escape para a corrente elétrica.

AVISO: o uso inadequado do plugue de aterramento pode resultar em risco de choque elétrico.

REQUISITOS ELÉTRICOS

Os requisitos elétricos são uma fonte elétrica protegida de 127 V, 60 Hz, somente CA, 15 A ou mais. Recomenda-se que esteja disponível um circuito separado que sirva apenas este aparelho.

O forno de micro-ondas é equipado com um plugue de aterramento de 3 pinos. Ele deve ser conectado a uma tomada de parede que esteja devidamente instalada e aterrada.

É fornecido um cabo de alimentação curto, para reduzir o risco de ficar emaranhado ou de alguém tropeçar em um cabo mais longo.

CABO DE EXTENSÃO

Se for necessário usar um cabo de extensão, use apenas um cabo de extensão de 3 fios que tenha um plugue de aterramento de 3 lâminas e uma tomada de 3 ranhuras, que aceite o plugue do forno de micro-ondas. A classificação indicada do fio de extensão deve ser 127 V CA, 15 A ou mais.

Tenha cuidado para não colocar o cabo sobre a bancada ou mesa, onde ele pode ser puxado por crianças ou onde seja possível tropeçar acidentalmente.

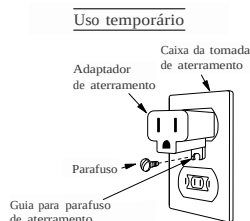
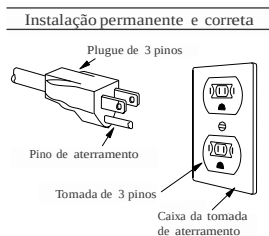
Se o cabo de alimentação estiver danificado, ele deverá ser substituído pelo fabricante, seu agente de serviço ou por pessoal devidamente qualificado, para evitar riscos.

Nota:

1. Se você tiver alguma dúvida sobre as instruções elétricas ou de aterramento, consulte um eletricitista qualificado ou técnico de manutenção.
2. Nem a Viking Range, LLC nem o revendedor se responsabilizam por danos ao forno de micro-ondas ou lesões corporais resultantes da inobservância dos procedimentos corretos de conexão elétrica.

INTERFERÊNCIA DE RÁDIO OU TV

Caso haja qualquer interferência de rádio ou TV causada pelo forno de micro-ondas, verifique se ele está em um circuito elétrico diferente, transfira o rádio ou a TV para um local mais distante quanto possível do forno de micro-ondas ou verifique a posição e o sinal da antena receptora.



INFORMAÇÃO QUE VOCÊ PRECISA SABER

SOBRE O FORNO DE MICRO-ONDAS

Este Manual de Uso e Cuidados/Instalação é importante: leia-o com atenção e sempre guarde-o para consulta.

Um bom livro de receitas de micro-ondas é um bem importante. Use-o para conhecer princípios, técnicas, dicas e receitas de cozimento em micro-ondas.

NUNCA use o forno de micro-ondas sem o prato giratório e o suporte, nem vire o prato giratório para colocar um prato grande no forno de micro-ondas. O prato giratório gira tanto no sentido horário quanto no sentido anti-horário.

SEMPRE tenha alimentos no forno de micro-ondas quando ele estiver ligado, para absorver a energia do micro-ondas.

Ao usar o forno de micro-ondas em níveis de potência abaixo de 100%, você poderá ouvir o magnétron ligando e desligando. É normal que o exterior do forno de micro-ondas fique quente ao toque ao cozinhar ou reaquecer.

A condensação é uma parte normal do cozimento em micro-ondas. A umidade do ambiente e nos alimentos influencia a quantidade de umidade que se condensa no forno de micro-ondas. Geralmente, os alimentos cobertos não causam tanta condensação quanto os descobertos. As aberturas de ventilação na parte traseira do forno de micro-ondas não devem ser bloqueadas.

O forno de micro-ondas destina-se somente à preparação de alimentos. Ele não deve ser usado para secar roupas ou jornais.

O forno tem capacidade de 1100 watts usando o Procedimento de teste IEC. Ao seguir receitas ou as instruções de embalagens, verifique o alimento um ou dois minutos antes do tempo mínimo e aumente o tempo proporcionalmente.

SOBRE CRIANÇAS E O MICRO-ONDAS

Crianças abaixo de 7 anos de idade devem usar o forno de micro-ondas com a estreita supervisão de um adulto. Entre as idades de 7 e 12, o responsável deve estar na mesma sala.

A criança deve ser capaz de atingir o forno de micro-ondas confortavelmente; caso contrário, ela deve ficar de pé em um banco resistente.

Em nenhum momento, alguém deve ser autorizado a se apoiar ou balançar na porta do forno de micro-ondas.

Todas as precauções de segurança devem ser ensinadas às crianças: usar pegadores de panela, retirar revestimentos cuidadosamente, prestar atenção especial aos pacotes que tostem o alimento porque podem estar muito quentes.

Não presuma que, porque uma criança já domina uma técnica de cozimento, ela sabe cozinhar tudo.

As crianças precisam aprender que o forno de micro-ondas não é um brinquedo. Consulte a página 39 para conhecer a função Trava de segurança para crianças.

SOBRE ALIMENTOS

ALIMENTO	SIM	NÃO
Ovos, linguças, nozes, sementes, frutas e legumes	• Perfure as gemas dos ovos antes de cozinhá-los, para evitar uma “explosão”. • Fure as cascas de batatas, maçãs, abóboras, salsichas e linguças para que o vapor escape.	• Cozinhe ovos com as cascas. • Reaqueça ovos inteiros. • Desidrate nozes ou sementes com as cascas.
Pipoca	• Use pipoca em sacos especiais para forno de micro-ondas. • Ouça o milho estourar até que o tempo de estouro diminua para 1 ou 2 segundos, ou use a tecla especial Popcorn (Pipoca).	• Faça pipoca em sacos marrons comuns ou em tigelas de vidro. • Exceda o tempo máximo no pacote de pipoca.
Comida para bebês	• Coloque a comida para bebês em um prato pequeno e aqueça com cuidado, mexendo com frequência. Verifique a temperatura antes de servir. • Coloque bicos nas mamadeiras após aquecer e agite bem. Faça o teste do “pulso” antes de dar a mamadeira ao bebê.	• Aqueça mamadeiras descartáveis. • Aqueça mamadeiras com o bico. • Aqueça comida para bebês nos potes originais.
Geral	• Corte alimentos assados com recheio após aquecer, para liberar o valor e evitar queimaduras. • Mexa bem líquidos antes, durante e depois do aquecimento, para evitar “erupção”. • Use tigelas fundas quando cozinhar líquidos ou cereais, para evitar transbordamentos.	• Aqueça ou cozinhe em potes de vidro fechados ou recipientes herméticos. • Cozinhe em latas no micro-ondas, uma vez que bactérias nocivas não podem ser destruídas. • Frite com muita gordura. • Seque madeira, cascas, ervas ou papéis molhados.

SOBRE UTENSÍLIOS E REVESTIMENTOS

Não é necessário comprar todos os utensílios de cozinha novos. Muitas peças que já fazem parte de sua cozinha podem ser usadas com sucesso em seu novo forno de micro-ondas. Certifique-se de que o utensílio não toque as paredes interiores durante o cozimento.

USE ESTES UTENSÍLIOS PARA UM COZIMENTO E REAQUECIMENTO SEGUROS NO MICRO-ONDAS:

- vidro cerâmico (Pyroceram®), como Corningware®.
- vidro resistente ao calor (Pyrex®)
- plásticos próprios para micro-ondas
- pratos de papel
- cerâmica, arenito e porcelana próprios para micro-ondas
- prato para dourar (Não exceda o tempo de preaquecimento recomendado. Siga as instruções do fabricante.)

ESTES ITENS PODEM SER UTILIZADOS PARA UM CURTO TEMPO DE REAQUECIMENTO DE ALIMENTOS COM POUCA GORDURA OU AÇÚCAR:

- madeira, palha, vime

NÃO USE

- formas e assadeiras de metal
- pratos com adorno metálico
- vidro não resistente ao calor
- plásticos impróprios para micro-ondas (potes de margarina)
- produtos de papel reciclados
- sacos de papel marrom
- sacos de armazenamento de alimentos
- amarras de torção de arame

Se você quiser verificar se um prato é seguro para micro-ondas, coloque o prato vazio no forno e ligue o micro-ondas na potência HIGH (alta) por 30 segundos. Um prato que fique muito quente não deve ser usado.

OS SEGUINTE REVESTIMENTOS SÃO IDEAIS:

- Toalhas de papel são boas para cobrir alimentos para reaquecer e absorver gordura ao cozinhar bacon.
- Papel de cera pode ser usado para cozinhar e reaquecer.
- Filme plástico, especialmente marcado para micro-ondas, pode ser utilizado para cozinhar e reaquecer. NÃO permita que o filme plástico toque na comida. Ventile para que o vapor escape.
- Tampas próprias para micro-ondas são uma boa escolha, porque o calor é mantido perto do alimento para acelerar o cozimento.
- Sacos para cozimento no forno de micro-ondas são bons para carnes grandes ou alimentos que precisem amaciar. NÃO use amarras de torção de arame. Lembre-se de cortar a bolsa para que o vapor possa escapar.

COMO USAR O PAPEL ALUMÍNIO NO FORNO DE MICRO-ONDAS:

- Pequenos pedaços de papel alumínio, colocados ligeiramente sobre os alimentos, podem ser usados para proteger as áreas que estejam descongelando ou cozinhando muito rapidamente.
- O papel alumínio deve ficar a menos de uma polegada (2,54 cm) de qualquer superfície do forno de micro-ondas.

Se você tiver dúvidas sobre utensílios ou revestimentos, consulte um bom livro de receitas de micro-ondas ou siga sugestões de receitas.

ACESSÓRIOS Existem muitos acessórios para micro-ondas disponíveis para compra. Avalie com cuidado antes de comprar, para que eles atendam às suas necessidades. Um termômetro apropriado para micro-ondas irá ajudá-lo a determinar o cozimento correto e garantirá que os alimentos foram cozidos com temperaturas seguras. A Viking Range, LLC não se responsabiliza por qualquer dano ao forno quando são usados acessórios.

SOBRE COZINHAR NO MICRO-ONDAS

- Disponha os alimentos com cuidado. Coloque as áreas mais grossas para fora do prato.
- Observe o tempo de cozimento. Cozinhe pelo tempo mais curto indicado e adicione mais tempo, conforme necessário. Alimentos extremamente cozidos podem fazer fumaça ou inflamar.
- Cubra os alimentos enquanto cozinha. Verifique a receita ou o livro de receitas para sugestões: toalhas de papel, papel de cera, filme plástico para micro-ondas ou uma tampa. As tampas evitam respingos e ajudam os alimentos a cozinhar uniformemente.
- Proteja com pequenos pedaços lisos de papel alumínio as áreas mais finas de carne ou frango para evitar que cozinhem demais antes que as áreas mais grossas e densas cozinhem totalmente.
- Durante o cozimento, se possível, mexa os alimentos do exterior para o centro do prato uma ou duas vezes.
- Para acelerar o cozimento no micro-ondas, vire uma vez alimentos como frango e hambúrgueres. Itens grandes, como assados, devem ser virados pelo menos uma vez.
- Reorganize alimentos, como almôndegas, na metade do tempo de cozimento, tanto de cima para baixo quanto do centro do prato para fora.
- Acrescente o tempo de espera. Retire os alimentos do forno de micro-ondas e mexa, se possível. Cubra durante o tempo de espera, o que permite que o alimento fique pronto sem cozinhar demais.
- Verifique o cozimento. Verifique os sinais que indicam que as temperaturas de cozimento foram alcançadas.

Os sinais de cozimento incluem:

- O alimento inteiro libera vapor, não apenas na borda.
- A parte inferior do centro do prato está muito quente ao toque.
- As articulações das coxas de frango se movem com facilidade.
- A carne e o frango não apresentam coloração rosada.
- O peixe está opaco e solta pedaços facilmente com um garfo.

SOBRE SEGURANÇA

- Verifique se os alimentos foram cozidos de acordo com as temperaturas recomendadas pelo Departamento de Agricultura dos Estados Unidos.

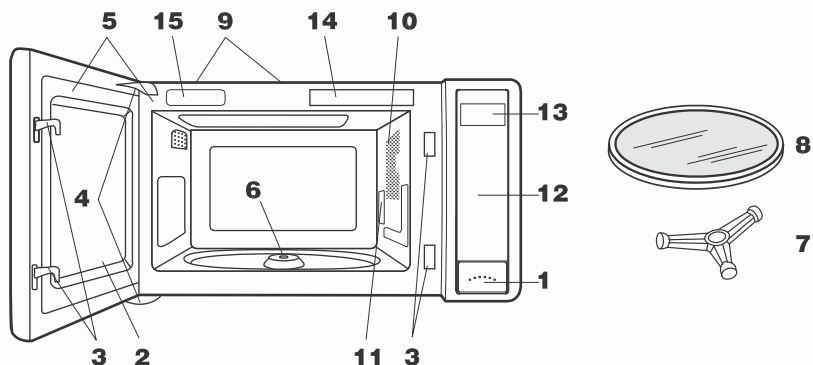
Para testar o cozimento, insira um termômetro de carne em uma área espessa ou densa, longe de gordura ou osso. NUNCA deixe o termômetro no alimento durante o cozimento, a menos que seja aprovado para uso com forno de micro-ondas.

TEMPERATURA	ALIMENTO
160°F (71°C)	... para pratos de carne de porco fresca, carne moída, frango desossado, peixe, frutos do mar, ovos e comida pronta congelada.
165°F (74°C)	... para sobras, comida refrigerada pronta para reaquecer e comida “fresca” de delicatessen e quentinhas.
170°F (77°C)	... carne branca de frango.
180°F (82°C)	... carne escura de frango.

- SEMPRE use pegadores de panela para evitar queimaduras ao manusear utensílios que entram em contato com alimentos quentes. O calor dos alimentos pode passar através de utensílios e causar queimaduras na pele.
- Evite queimaduras por vapor, direcionando o vapor para longe do rosto e das mãos. Lentamente, levante a borda mais distante da cobertura do prato e abra cuidadosamente os sacos para cozimento em micro-ondas e de pipoca longe do rosto.
- Fique perto do forno de micro-ondas enquanto ele estiver em uso, e verifique o andamento do cozimento com frequência para não haver nenhuma chance de cozinhar demais os alimentos.
- NUNCA use a cavidade do forno para armazenar livros de receitas ou outros itens.
- Selecione, armazene e manuseie os alimentos com cuidado para preservar sua alta qualidade e minimizar a propagação de bactérias de origem alimentar.
- Mantenha limpa a tampa guia de ondas. Resíduos de alimentos podem provocar faíscas e/ou incêndios.
- Tenha cuidado ao remover itens do forno de micro-ondas de modo que o utensílio, suas roupas ou acessórios não toquem nas travas de segurança da porta.
- Mantenha o papel de alumínio usado para proteção a pelo menos 1 polegada (2,5 cm) de distância das paredes, teto e porta do forno de micro-ondas.

NOMES DAS PARTES

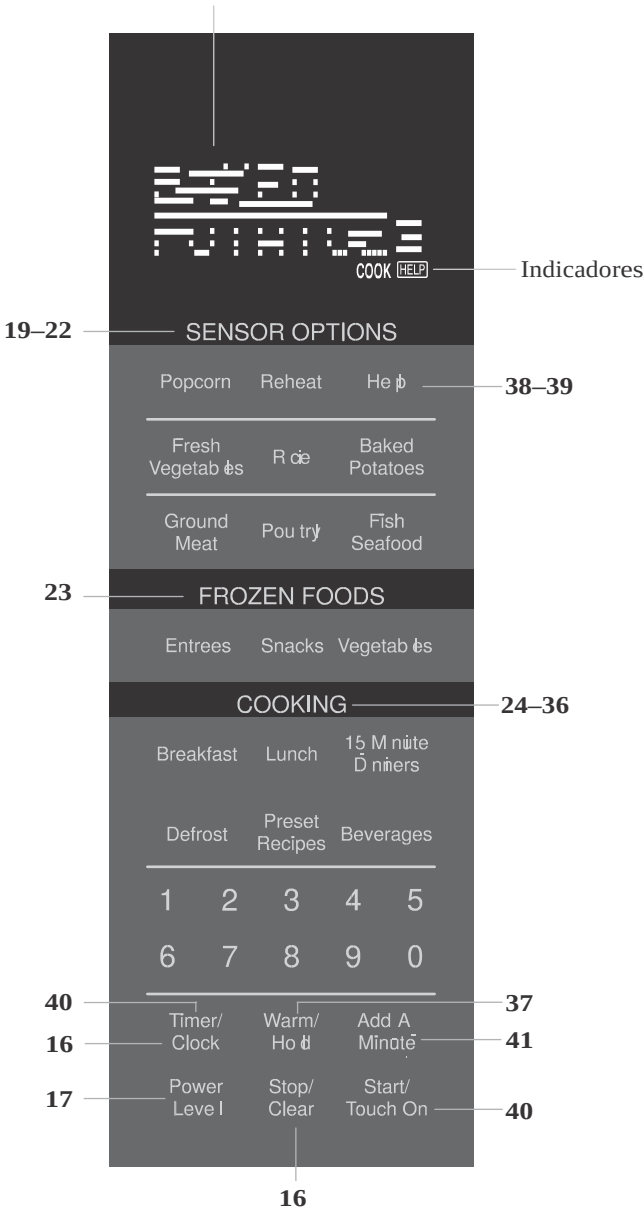
PARTES DO FORNO DE MICRO-ONDAS



- 1 Botão para a abrir a porta com um toque
Pressione para abrir a porta.
- 2 Porta do forno de micro-ondas, com janela transparente
- 3 Travas de segurança da porta
O forno de micro-ondas só funciona se a porta estiver bem fechada.
- 4 Dobradiças da porta
- 5 Vedações da porta e superfícies de vedação
- 6 Eixo do motor do prato giratório
- 7 Suporte removível do prato giratório
Coloque cuidadosamente o suporte do prato giratório no centro da base do forno de micro-ondas.
- 8 Prato giratório removível
Coloque o prato giratório no suporte do prato giratório de forma segura. O prato giratório gira no sentido horário ou anti-horário. Retire-o somente para limpeza.
- 9 Aberturas de ventilação (traseira)
- 10 Luz do forno de micro-ondas
Acende quando o forno de micro-ondas está funcionando ou a porta é aberta.
- 11 Tampa guia de ondas:
NÃO RETIRE.
- 12 Painel de controle de toque automático
- 13 Visor interativo:
99 minutos, 99 segundos
- 14 Etiqueta do menu de cozimento
- 15 Etiqueta de classificação

PAINEL DE CONTROLE

O Visor interativo de duas linhas exibe as etapas de operação e dicas de cozimento. Quando HELP (Ajuda) acender no visor, toque na tecla Help (Ajuda) para ler uma dica específica, que poderá ajudá-lo.



O número ao lado da ilustração do painel de controle indica páginas em que há descrições de funções e informações de uso.

ANTES DE UTILIZAR

- Antes de utilizar o seu novo forno de micro-ondas, não deixe de ler e entender este Manual de Uso e Cuidados/Instalação completamente.
- Antes de utilizar o forno de micro-ondas, siga estes procedimentos:
 1. Ligue o forno de micro-ondas na tomada. Feche a porta. O visor do forno de micro-ondas mostrará WELCOME PRESS CLEAR AND PRESS CLOCK (BEM-VINDO PRESSIONE LIMPAR E PRESSIONE RELÓGIO).
 2. Toque na tecla Stop/Clear (Parar/Limpar). : aparecerá.
 3. Ajuste o relógio.

PARA AJUSTAR O RELÓGIO

- Suponha que você deseja inserir a hora correta do dia 12:30 (A.M. ou P.M.).

PROCEDIMENTO	VISOR	
1. Toque na tecla Timer/Clock (Temporizador/Relógio) e na tecla de número 2.	ENTER	TIME OF DAY
2. Insira a hora correta do dia, tocando nos números em sequência. Toque na tecla Timer/Clock (Temporizador/Relógio) novamente.		12:30

Este é um relógio de 12 horas. Se você tentar inserir uma hora incorreta, ERROR (ERRO) aparecerá no visor. Toque na tecla Stop/Clear (Parar/Limpar) e insira a hora novamente.

- Se a fonte de energia elétrica para o micro-ondas for interrompida, o visor mostrará a mensagem de modo intermitentemente WELCOME PRESS CLEAR AND PRESS CLOCK (Bem-vindo. Pressione Limpar e pressione Relógio) depois que a energia for restaurada. Se isto ocorrer durante o cozimento, o programa será apagado. A hora do dia também será apagada. Basta tocar na tecla Stop/Clear (Parar/Limpar) e reajustar o relógio para a hora correta do dia.

SELEÇÃO DE IDIOMA/PESO

O forno de micro-ondas vem definido para inglês e unidades americanas comuns em libras. Para alterar, toque em Help (Ajuda) e na tecla de número 4. Continue a tocar na tecla de número 4 até que a sua escolha seja selecionada. Em seguida, toque em Start/Touch On (Iniciar/Tocar). Consulte a página 39.

STOP/CLEAR (PARAR/LIMPAR)

Toque na tecla Stop/Clear (Parar/Limpar) para:

1. Apagar, se tiver cometido um engano durante a programação.
2. Cancelar o temporizador.
3. Parar o forno de micro-ondas temporariamente durante o cozimento.
4. Retornar a hora do dia ao visor.
5. Cancelar um programa durante o cozimento. Para isso, toque duas vezes.

OPERAÇÃO MANUAL

TEMPO DE COZIMENTO

O forno de micro-ondas pode ser programado para 99 minutos e 99 segundos (99.99). Sempre insira os segundos após os minutos, mesmo que ambos sejam zeros.

- Suponha que você queira cozinhar por 5 minutos em 100%.

PROCEDIMENTO	VISOR
1. Insira o tempo de cozimento.	5:00
2. Toque na tecla Start/Touch On (Iniciar/Tocar).	5:00 COOK

PARA DEFINIR O NÍVEL DE POTÊNCIA

Há onze níveis de potência predefinidos.

Os níveis mais baixos de potência aumentam o tempo de cozimento, o que é recomendável para alimentos como queijo, leite e para o cozimento longo e lento de carnes. Consulte o livro de receitas ou as receitas para ver as recomendações específicas.

TOQUE NA TECLA POWER LEVEL PARA A POTÊNCIA DESEJADA	PORCENTAGEM APROXIMADA DE POTÊNCIA	PALAVRAS COMUNS PARA NÍVEIS DE POTÊNCIA
Power Level x 1	100%	Alta
Power Level x 2	90%	
Power Level x 3	80%	
Power Level x 4	70%	Média Alta
Power Level x 5	60%	
Power Level x 6	50%	Média
Power Level x 7	40%	
Power Level x 8	30%	Média Baixa/Descongelar
Power Level x 9	20%	
Power Level x 10	10%	Baixa
Power Level x 11	0%	

- Suponha que você queira descongelar por 5 minutos em 30%.

PROCEDIMENTO	VISOR
1. Insira o tempo de descongelamento.	5:00
2. Toque na tecla Power Level (Nível de potência) oito vezes ou mantenha pressionada até ser exibida a potência desejada.	30 PERCENT
3. Toque na tecla Start/Touch On (Iniciar/Tocar).	5:00 COOK
4. Quando o tempo de descongelamento estiver concluído, um tom longo soar e END (FIM) aparecerá no visor.	END

DESCONGELAMENTO MANUAL

Se o alimento que você deseja descongelar não aparecer listado nas Tabelas Super Defrost (Super Descongelamento) ou Auto (Descongelamento Automático) ou estiver acima ou abaixo dos limites na coluna “Quantidade” nas Tabelas Super Defrost (Super Descongelamento) ou Auto (Descongelamento Automático) (páginas 35 e 36), descongele-o manualmente.

Você pode descongelar qualquer alimento congelado, cru ou cozido previamente, usando o Nível de potência 3. Siga o procedimento de 4 etapas exato encontrado em Para definir o nível de potência. Faça uma estimativa do tempo de descongelamento e pressione Power Level (Nível de potência) oito vezes para 30% de potência.

Para qualquer alimento congelado cru ou cozido previamente, a regra prática é de aproximadamente 4 minutos por libra/quilo. Por exemplo, descongele 1 libra (0,45 kg) de molho congelado para macarrão por 4 minutos.

Sempre pare o forno de micro-ondas periodicamente para retirar ou separar as partes que estiverem descongeladas. Se o alimento não estiver descongelado no final do tempo de descongelamento estimado, programe o forno de micro-ondas em incrementos de 1 minuto em 30% até estar totalmente descongelado.

Ao usar recipientes de plástico do congelador, descongele somente o tempo suficiente para remover do plástico e colocar em um prato próprio para micro-ondas.

OPÇÕES DO SENSOR

O sensor é um dispositivo semicondutor que detecta o vapor de água (umidade) emitido dos alimentos, à medida que aquecem. O sensor ajusta os tempos de cozimento e o nível de potência para vários alimentos e quantidades.

USANDO AS CONFIGURAÇÕES DO SENSOR:

1. Depois de ligar o forno de micro-ondas na tomada, espere 2 minutos antes de usar as SENSOR OPTIONS (OPÇÕES DO SENSOR).
2. Verifique se o exterior do recipiente de cozimento e o interior do forno de micro-ondas estão secos. Enxugue toda a umidade com um pano seco ou toalha de papel.
3. O forno de micro-ondas funciona com os alimentos à temperatura de armazenamento normal. Por exemplo, pipoca pode estar a temperatura ambiente.
4. Qualquer seleção de SENSOR OPTIONS (Opções do sensor) pode ser programada com o ajuste para mais ou menos tempo. Consulte a página 38.
5. Se a quantidade de alimentos for maior ou menor do que a indicada na tabela, cozinhe seguindo as orientações em qualquer livro de receitas para micro-ondas.
6. Durante a primeira parte das opções do sensor, o nome do alimento aparece no visor. Não abra a porta do forno de micro-ondas ou toque em Stop/Clear (Parar/Limpar) durante esta parte do ciclo de cozimento. A medição de vapor será interrompida. Se isso ocorrer, uma mensagem de erro aparecerá. Para continuar a cozinhar, toque na tecla Stop/Clear (Parar/Limpar) e cozinhe manualmente.

Quando o sensor detecta o vapor emitido do alimento, o tempo restante do cozimento aparece. A porta pode ser aberta quando o tempo restante de cozimento aparece no visor. Neste momento, você pode mexer ou temperar o alimento, conforme desejado.

7. Se o sensor não detectar o vapor corretamente quando a pipoca estourar, o forno de micro-ondas irá desligar e a hora correta do dia será exibida. Se o sensor não detectar o vapor corretamente quando cozinhar outros alimentos, ERROR (ERRO) será exibido e o forno de micro-ondas desligará.
8. Verifique a temperatura do alimento após o cozimento. Se for necessário mais tempo, continue a cozinhar manualmente.
9. Cada alimento tem uma dica de cozimento. Toque na tecla Help (Ajuda) quando o indicador HELP (AJUDA) acender no visor.

COBRINDO ALIMENTOS:

Alguns alimentos cozinham melhor quando cobertos. Para esses alimentos, use o revestimento recomendado na tabela SENSOR OPTIONS (Opções do sensor).

1. Tampa de caçarola.
2. Filme plástico: Use filme plástico recomendado para cozimento no micro-ondas. Cubra o prato levemente; deixe aproximadamente ½ polegada (1,27 cm) descoberto para permitir que o vapor escape. O filme plástico não deve tocar na comida.
3. Papel de cera: Cubra o prato completamente; dobre o excesso do papel para baixo do prato, para prender. Se o prato for maior do que papel, sobreponha dois pedaços de, pelo menos, 1 polegada (2,54 cm) para cobrir.

Tenha cuidado ao retirar qualquer revestimento para deixar que o vapor escape para longe de você.

Exemplo:

Você pode cozinhar muitos alimentos simplesmente selecionando o alimento e tocando em Start/Touch On (Iniciar/Tocar). Não é necessário calcular o tempo de cozimento ou o nível de potência.

- Suponha que você queira reaquecer molho de pimenta enlatado.

1. Toque na tecla Reheat (Reaquecer).
2. Toque na tecla Start/Touch On (Iniciar/Tocar).

Quando o sensor detecta o vapor emitido do alimento, o tempo restante do cozimento aparece.

Nota:

As configurações Fresh Vegetables (Legumes frescos) e Poultry (Aves) têm 2 opções. Siga as instruções no visor interativo para escolher a opção desejada.

TABELA SENSOR OPTIONS (OPÇÕES DO SENSOR)

ALIMENTO	QUANTIDADE	PROCEDIMENTO
Popcorn (Pipoca)	1 pacote	Utilize apenas pipocas embaladas para uso no forno de micro-ondas.
	Saco de 1,5–3,5 onças (42–100 g)	Experimente várias marcas para decidir de qual você mais gosta. Não tente estourar milho que não estouraram. Toque na tecla Popcorn (Pipoca) e em Start/Touch On (Iniciar/Tocar).
Reheat (Reaquecer)	4–36 onças (0,12–1,0 kg)	Coloque no prato ou caçarola ligeiramente maior que a quantidade para reaquecer. Achate, se possível. Cubra com tampa, filme plástico ou papel de cera. Use revestimentos, como filme plástico ou tampas, com grandes quantidades de alimentos mais densos, como ensopados. Depois de reaquecer, mexa bem, se possível. Os alimentos devem estar muito quentes. Se não, continue a aquecer, com potência e tempo variáveis. Após mexer, cubra novamente e deixe descansar de 2 a 3 minutos.

TABELA SENSOR OPTIONS (OPÇÕES DO SENSOR)

ALIMENTO	QUANTIDADE	PROCEDIMENTO
Fresh Vegetables: (Legumes frescos) Macios		Lave e coloque na caçarola. Não adicione água, se tiver acabado de lavar os legumes. Cubra legumes tenros com tampa. Use filme plástico para legumes tenro-crocantes. Toque em Fresh Vegetables (Legumes Frescos), número 1 e Start/Touch On (Iniciar/Tocar).
Brócolis	0,25–2,0 libras (0,2–0,9 kg)	
Couve de Bruxelas	0,25–2,0 libras (0,2–0,9 kg)	
Repolho	0,25–2,0 libras (0,2–0,9 kg)	
Couve-flor (floretes)	0,25–2,0 libras (0,2–0,9 kg)	
Couve-flor (inteira)	1 méd.	
Espinafre	0,25–1,0 libras (0,2–0,5 kg)	
Abobrinha	0,25–2,0 libras (0,2–0,9 kg)	
Maças assadas	2–4 méd.	
Fresh vegetables: (Legumes frescos) Duros		Coloque na caçarola. Adicione 1–4 colheres de sopa de água. Cubra legumes tenros com tampa. Use filme plástico para cobrir legumes tenro-crocantes. Toque em Fresh Vegetables (Legumes Frescos), número 2 e Start/Touch On (Iniciar/Tocar).
Cenouras, fatiadas	0,25–1,5 libras (0,2–0,6 kg)	
Milho em espiga	2–4	
Vagens	0,25–1,5 libras (0,2–0,6 kg)	
Abóbora:		
em cubos	0,25–1,5 libras (0,2–0,6 kg)	
metades	1–2	
Rice (Arroz)	0,5–2,0 xícaras (95–380 g)	Coloque o arroz em uma caçarola funda e adicione o dobro da quantidade de água. Cubra com tampa ou filme plástico. Após o cozimento, mexa, cubra e deixe descansar de 3 a 5 minutos ou até que todo o líquido tenha sido absorvido.
	Arroz	Água
	0,5 xícara (95 g)	1 xícara (240 ml)
	1 xícara (190 g)	2 xícaras (480 ml)
	1,5 xícaras (285 g)	2,5 (2,5 l) ou 3 quartos (3 l)
	2 xícaras (380 g)	4 xícaras (1 l)
		Tamanho da caçarola
		1,5 quartos (1,5 l)
		2 quartos (2 l)
		2,5 (2,5 l) ou 3 quartos (3 l)
		3 quartos (3 l) ou maior

TABELA SENSOR OPTIONS (OPÇÕES DO SENSOR)

ALIMENTO	QUANTIDADE	PROCEDIMENTO
Baked Potatoes (Batatas assadas)	1–8 méd.	Fure. Coloque no prato giratório coberto com papel toalha. Após o cozimento, retire do forno de micro-ondas, embrulhe em papel alumínio e deixe descansar de 5 a 10 minutos.
Ground Meat (Carne moída)	0,25–2,0 libras (0,2–0,9 kg)	Utilize esta configuração para cozinhar carne ou peru moídos como hambúrgueres ou em uma caçarola para serem adicionados a outros ingredientes. Coloque os hambúrgueres em uma prateleira própria para micro-ondas e cubra com papel de cera. Coloque a carne moída em uma caçarola e cubra com papel de cera ou filme plástico. Quando o micro-ondas parar, vire os hambúrgueres ou mexa a carne na caçarola para dividir em pedaços grandes. Cubra novamente e toque em Start/Touch On (Iniciar/Tocar). Após o cozimento, deixe descansar, coberto, de 2 a 3 minutos.
Poultry: (Aves) Boneless (Desossada)	 0,5–2,0 libras (0,3–0,9 kg)	Use peito de frango ou peru desossado. Cubra com filme plástico ventilado. Toque nas teclas Poultry (Aves), número 1 e Start/Touch On (Iniciar/Tocar). Quando o forno de micro-ondas parar, reorganize. Cubra novamente e toque em Start/Touch On (Iniciar/Tocar). Após o cozimento, deixe descansar, coberto, de 3 a 5 minutos. As aves devem cozinhar a 160°F (71°C).
 Bone-in (Com osso)	 0,5–3,0 libras (0,3–1,3 kg)	Disponha os pedaços com as partes com mais carne para fora do prato de vidro ou prateleira própria para micro-ondas. Cubra com filme plástico ventilado. Toque nas teclas Poultry (Aves), número 2 e Start/Touch On (Iniciar/Tocar). Após o cozimento, deixe descansar, coberto, de 3 a 5 minutos. Carne escura deve cozinhar a 180°F (82°C) e carne branca, a 170°F (77°C).
Fish/Seafood (Peixe/Frutos do mar)	0,25–2,0 libras (0,2–0,9 kg)	Disponha em anel em torno de um prato de vidro raso (enrole os filés com as bordas para baixo). Cubra com filme plástico ventilado. Após o cozimento, deixe descansar, coberto, por 3 minutos.

TABELA FROZEN FOODS (ALIMENTOS CONGELADOS)

ALIMENTO	QUANTIDADE	PROCEDIMENTO
Entrees (Prato principal)	6–17 onças (170–480 g)	Use esta tecla para alimentos semiprontos congelados. Os resultados serão satisfatórios para a maioria das marcas. Você pode querer experimentar várias e escolher a sua favorita. Retire a embalagem externa do pacote e siga as instruções do pacote para cobrir. Após o cozimento, deixe descansar, coberto, de 1 a 3 minutos.
Snacks (Lanches)	3–8 onças (85–230 g)	Use para batatas fritas congeladas, palitos de queijo, aperitivos etc. Retire do pacote externo. Siga as instruções do pacote para saber como embalar ou cobrir. Tenha cuidado ao retirar do forno de micro-ondas, pois pode estar muito quente.
Vegetables (Legumes)	0,25–1,5 libras (0,2–0,6 kg)	Não adicione água. Cubra com tampa ou filme plástico. Após o cozimento, mexa e deixe descansar, coberto, por 3 minutos.

COZIMENTO

O forno de micro-ondas tem seis teclas de conveniência para ajudar na preparação da refeição. Alguns alimentos em Breakfast (Café da manhã), Lunch (Almoço), 15 Minute Dinners (15 refeições rápidas) e Preset Recipes (Receitas predefinidas) usam o sensor. Consulte as informações de cozimento por sensor na página 20. Para alimentos que não usem o sensor, siga as instruções no visor interativo para inserir a quantidade.

BREAKFAST (CAFÉ DA MANHÃ) E LUNCH (ALMOÇO)

Breakfast (Café da manhã) e Lunch (Almoço) servem para cozinhar e aquecer alimentos que precisam de pouco tempo.

- Suponha que você queira usar Breakfast (Café da manhã) para cozinhar 2 porções de cereal quente.

PROCEDIMENTO		VISOR		
1. Toque na tecla Breakfast (Café da manhã).		SEE LABEL	SELECT FOOD	NUMBER
2. Selecione a configuração de café da manhã tocando na tecla com o número desejado. (Ex.: Toque na tecla de número 3 para selecionar cereal quente.)		HOT CEREAL	ENTER NUMBER	OF SERVINGS
3. Insira a quantidade. (Ex.: Toque na tecla de número 2 para porções.) Toque na tecla Start/Touch On (Iniciar/Tocar).		2 SERVINGS		PRESS START
Após o cozimento, siga as instruções no visor.				

Nota:

1. A configuração para aquecer pães e bolinhos tem 2 opções. Siga as instruções no visor interativo para escolher a opção desejada.
2. O café da manhã pode ser programado com o ajuste para mais ou menos tempo. Toque na tecla Power Level (Nível de potência) uma ou duas vezes antes de tocar em Start/Touch On (Iniciar/Tocar). Consulte a página 39.
3. Cada alimento tem uma dica de cozimento. Toque na tecla Help (Ajuda) quando o indicador HELP (AJUDA) acender no visor.
4. Se você tentar inserir uma quantidade maior ou menor do que a quantidade permitida, uma mensagem de erro será exibida no visor.
Se a quantidade for maior ou menor do que a indicada na tabela, cozinhe seguindo as orientações em qualquer livro de receitas para micro-ondas.
5. O resultado final do cozimento varia de acordo com a condição dos alimentos (por exemplo, temperatura inicial, forma, qualidade, revestimento). Verifique a temperatura do alimento após o cozimento. Se for necessário mais tempo, continue a cozinhar manualmente.

TABELA BREAKFAST (CAFÉ DA MANHÃ)

ALIMENTO	QUANTIDADE	PROCEDIMENTO
1. Scrambled Eggs (Ovos mexidos)	1–9 ovos	Para cada ovo, utilize uma colher de chá (5 ml) de manteiga ou margarina e 1 colher de sopa (15 ml) de leite. Coloque a manteiga ou margarina no prato, copo de medição ou caçarola grande o suficiente para que o ovo se expanda. Misture o ovo e o leite. Despeje na manteiga ou margarina no prato. Coloque no forno de micro-ondas e programe. Quando ouvir os sinais sonoros, mexa a mistura de ovo movendo a porção cozida para o centro do prato e a porção não cozida para fora. Após o cozimento, mexa e deixe descansar, coberto, até endurecer. Observe que os ovos estarão ligeiramente mal cozidos, quando retirados do forno de micro-ondas.
2. Bacon	2–6 fatias	Coloque o bacon no prato de papel, forrado com toalha de papel. O bacon não deve ficar para fora da borda do prato. Cubra com outra toalha de papel. Deixe que o bacon descanse por alguns minutos depois de retirá-lo do forno de micro-ondas, para concluir o cozimento.
3. Hot Cereal (Cereal quente)	1–6 porções	Use pacotes individuais ou cereal a granel de sua preferência: aveia, farelo de aveia, creme de trigo, farinha ou trigo. Siga as instruções do pacote para saber a quantidade correta de água ou leite. Para evitar transbordamento, é muito importante escolher um recipiente grande, porque o cozimento de cereal por micro-ondas provoca elevado ponto de ebulição. Se o forno de micro-ondas parar, mexa e toque em Start/Touch On (Iniciar/Tocar). Após o cozimento, mexa e deixe descansar, coberto, por 2 minutos.
4. Rolls & Muffins (Pães e bolinhos) Fresh (Fresco)	1–10 unidades	Utilize esta tecla para aquecer pães, bolinhos, biscoitos, roscas etc. Itens grandes devem ser considerados como 2 ou 3 de tamanho regular. Disponha no prato, cubra com toalha de papel. Para aquecer pães e bolinhos, toque na tecla Breakfast (Café da manhã) e nas teclas de número 4 e número 1. Em seguida, insira a quantidade desejada e toque na tecla Start/Touch On (Iniciar/Tocar). Para pães ou bolinhos refrigerados, pode ser necessário dobrar a quantidade inserida para assegurar a temperatura adequada da porção. Por exemplo, insira a quantidade de 2 para 1 bolinho refrigerado.

*Não é necessário inserir a quantidade.

TABELA BREAKFAST (CAFÉ DA MANHÃ)

ALIMENTO	QUANTIDADE	PROCEDIMENTO
Frozen (Congelado)	1–10 unidades	Para pães e bolinhos congelados, toque na tecla Breakfast (Café da manhã) e nas teclas de número 4 e número 2. Em seguida, insira a quantidade desejada e toque na tecla Start/Touch On (Iniciar/Tocar).
5. Frozen Breakfast Foods* (Alimentos congelados para o café da manhã)	1 (3–6 onças) (85–170 g)	Esta configuração funciona bem para pratos congelados para o café da manhã, panquecas, waffles, burritos etc. Siga as instruções do fabricante sobre como prepará-los para micro-ondas. Deixe descansar 1 ou 2 minutos após o cozimento.

*Não é necessário inserir a quantidade.

TABELA LUNCH (ALMOÇO)

ALIMENTO	QUANTIDADE	PROCEDIMENTO
1. Meal in the Cup* (Refeição na xícara)	1 xícara (6–8 onças) (170–230 g)	Esta configuração é ideal para porções individuais de alimentos enlatados, embalados em um recipiente pequeno para micro-ondas, geralmente de 6 a 8 onças (170–230 g). Retire a tampa metálica interna e recoloque a tampa externa própria para micro-ondas. Depois de cozinhar, mexa o alimento e deixe-o descansar 1 ou 2 minutos.
2. Hot Dogs in Buns* (Salsichas no pão)	1–4 unidades	Coloque a salsicha no pão. Enrole cada um com toalha de papel ou guardanapo.
3. Soup* (Sopa)	1–8 xícaras (240 ml–2 l)	Coloque em uma tigela ou caçarola. Cubra com tampa ou filme plástico. No final, mexa, cubra novamente e deixe descansar de 1 a 3 minutos.
4. Microwave Pizza* (Pizza de micro- ondas)	1 (6–8 onças) (170–230 g)	Use para pizza congelada de micro-ondas. Retire do pacote e desembale. Siga as instruções da embalagem para usar o pacote e/ou o disco prateado para tostar.
5. Frozen Sandwich* (Sanduíche congelado)	1 (3–6 onças) (85–170 g)	Use para sanduíches congelados para micro-ondas. Retire da embalagem e siga as instruções para colocar no forno de micro-ondas.

*Não é necessário inserir a quantidade.

15 REFEIÇÕES RÁPIDAS E RECEITAS PREDEFINIDAS

15 refeições rápidas e Receitas predefinidas oferecem cinco refeições simples de preparar, mas deliciosas. Siga as instruções específicas no Cartão da receita e no visor interativo.

- Suponha que você queria usar 15 refeições rápidas para cozinhar Saucy Chicken (frango temperado).

PROCEDIMENTO	VISOR		
1. Toque na tecla 15 Minute Dinners (15 refeições rápidas).	SEE LABEL	SELECT RECIPE	NUMBER
2. Selecione a configuração desejada de 15 Minute Dinners (15 refeições rápidas) tocando na tecla do número desejado. (Ex.: Toque na tecla de número 1 para selecionar Saucy Chicken). Siga o Cartão da receita para os ingredientes e instruções. Toque na tecla Start/Touch On (Iniciar/Tocar).	SEE RECIPE	CARD	PRESS START
3. Quando o forno de micro-ondas para, o visor mostra o número da instrução no Cartão da receita. Siga as instruções no Cartão da receita. Toque na tecla Start/Touch On (Iniciar/Tocar).	CHECK RECIPE	INSTRUCTIONS 2	PRESS START
4. No final, o visor mostrará o número da instrução no Cartão da receita. Siga as instruções no Cartão da receita.		CHECK RECIPE	INSTRUCTIONS 3

15 REFEIÇÕES RÁPIDAS (receitas para 6 pessoas)

1. SAUCY CHICKEN

1 Coloque em uma caçarola de 3 quartos:

- 1 colher de sopa (15 ml) de óleo
- ½ libra (230 g) de cogumelos fatiados
- 1 cebola picada
- 1 colher de sopa (10 g) de alho moído

Mexa bem e cubra. Toque em 15 Minute Dinners (15 refeições rápidas), número 1, para selecionar SAUCY CHICKEN e toque em Start/Touch On (Iniciar/Tocar).

2 Misture:

- 8 onças (230 g) de cream cheese com pouca gordura, amolecido
- ¼ xícara (60 ml) de leite

Mexa na mistura do cream cheese:

- 1 pacote de 10 onças (300 g) de ervilhas congeladas
- 2 xícaras (500 g) de peito de frango cozido em fatias finas

Sal e pimenta a gosto

Na pausa, drene o líquido dos cogumelos etc. Adicione a mistura de cream cheese/ervilhas/frango e mexa. Cubra novamente. Toque em Start/Touch On (Iniciar/Tocar).

3 No final, mexa em 1 xícara (90 g) de queijo Monterey Jack ralado.

Sirva em cima de batatas assadas ou macarrão cozido.

2. HAWAIIAN PORK

1 Coloque em uma caçarola de 3 quartos (3 l):

- 1 colher de sopa (15 ml) de óleo
- 1 libra (450 g) de lombo de porco desossado, cortado em tiras de 1 polegada (2,5 cm), temperado com sal e pimenta

Mexa bem e cubra. Toque em 15 Minute Dinners (15 refeições rápidas), número 1, para selecionar HAWAIIAN PORK e toque em Start/Touch On (Iniciar/Tocar).

2 Misture bem em uma tigela grande:

- 1 xícara (240 ml) de pêssago ou damasco em conserva
- ¼ xícara (60 ml) de molho para churrasco
- 2 colheres de sopa (30 ml) de molho de soja
- 2 colheres de sopa (15 g) de maisena
- 1 xícara (150 g) de cebolas picadas grosseiramente

Na pausa, adicione a mistura de conservas/molho para churrasco e mexa bem. Cubra novamente. Toque em Start/Touch On (Iniciar/Tocar).

3 Na pausa, acrescente:

- 1 lata de 8 onças (237 ml) de castanha-de-água fatiada e drenada
- 1 pimentão verde, sem sementes e cortado em tiras finas de 2 polegadas (5,1 cm)
- 1 pimentão vermelho, sem sementes e cortado em tiras finas de 2 polegadas (5,1 cm)

- 1 lata de 20 onças (591 ml) de pedaços de abacaxi drenados

Mexa para misturar. Cubra novamente. Toque em Start/Touch On (Iniciar/Tocar).

4 No final, mexa novamente.

Sirva com arroz cozido.

3. FIESTA CHILI

1 Coloque em uma caçarola de 3 quartos (3 l):

1¼ libras (570 g) de peru moído

½ xícara (75 g) de cebolas em cubos

½ xícara (75 g) de pimentão vermelho em cubos

Separe o peru e mexa com as cebolas e o pimentão vermelho. Cubra. Toque em 15 Minute Dinners (15 refeições rápidas), número 3, para selecionar FIESTA CHILI e toque em Start/Touch On (Iniciar/Tocar).

2 Na pausa, drene e acrescente à caçarola:

8 onças (240 ml) de salsa robusta

1 lata de 11 onças (325 ml) de milho mexicano drenado

1 lata de 15 onças (444 ml) de feijões apimentados

1-3 colheres de chá (3-10 g) de pimenta em pó

Misture bem. Cubra novamente. Toque em Start/Touch On (Iniciar/Tocar).

3 No final, mexa bem.

Sirva com arroz cozido ou nacho chips. Cubra com 2 xícaras (180 g) de queijo Monterey Jack ou Cheddar ralados.

4. GLAZED SALMON

1 Misture:

¼ xícara (60 ml) de suco de laranja concentrado

2 colheres de sopa (30 g) de mostarda de mel

1 colher de sopa (15 g) de gengibre fresco ralado ou 2 colheres de chá (10 g) de gengibre em pó

Coloque em uma caçarola de vidro de 7 pol. x 11 pol. (17,8 x 27,9 cm):

1½ libras (680 g) de filé de salmão

Regue o salmão com ½ de mistura de laranja. Cubra com filme plástico. Toque em 15 Minute Dinners (15 refeições rápidas), número 4, para selecionar GLAZED SALMON e toque em Start/Touch On (Iniciar/Tocar).

2 Na pausa, coloque ao redor da borda do salmão:

3 xícaras (450 g) de floretes de brócolis

1 pimentão vermelho cortado em tiras finas

Regue os legumes com o restante da mistura de laranja. Cubra tudo com 2 colheres de sopa (30 g) de sementes de gergelim torradas. Cubra novamente. Toque em Start/Touch On (Iniciar/Tocar).

3 No final, deixe descansar, coberto, de 3 a 5 minutos.

Sirva com arroz, massa ou batata amanteigados, decorados com salsa.

5. HEALTHY FRITTATA

- 1** Unte um prato de torta de 9 pol. (22,9 cm). Coloque:
- ½ libra (230 g) de cogumelos em fatias
 - ¾ xícara (110 g) de cebola picada
 - 1 colher de sopa (10 g) de alho moído
 - ¼ libra (113 g) de linguiça defumada picada, com baixo teor de gordura
- Cubra com filme plástico. Toque em 15 Minute Dinners (15 refeições rápidas), número 5, para selecionar HEALTHY FRITTATA e toque em Start/Touch On (Iniciar/Tocar).
- 2** Na pausa, drene e reserve.
- Em uma tigela média, junte tudo e misture bem:
- 3 ovos grandes
 - ½ xícara (110 g) de creme de leite sem gordura
 - 1 colher de sopa (10 g) de mostarda Dijon
 - ½ colher de chá (2 g) de sal
 - 1/8 colher de chá (0,5 g) de pimenta
- Acrescente e misture:
- ½ pacote de 10 onças (140 g) de espinafre picado congelado, degelado e seco
 - 1 xícara (90 g) de queijo suíço ralado
- Despeje a mistura na tigela sobre a mistura de cogumelo/cebola/linguiça. Misture com cuidado.
- Não cubra. Pressione Start/Touch On (Iniciar/Tocar).
- 3** No final, retire do forno de micro-ondas e deixe descansar de 3 a 5 minutos.
- Sirva com salada e tomates em fatias para um café da manhã ajantarado.*

RECEITAS PREDEFINIDAS (receitas para 6 pessoas)

1. BEEF WRAPS

- 1** Coloque em uma caçarola de 2 quartos (2 l):
- 1 libra (450 g) de carne moída
- Separe e cubra. Toque em Preset Recipes (Receitas predefinidas), número 1, para selecionar BEEF WRAPS e toque em Start/Touch On (Iniciar/Tocar).
- 2** Na pausa, drene a gordura e separe a carne moída em pedaços pequenos.
- Acrescente à caçarola:
- 1 pacote de 10 onças (283 g) de espinafre em pedaços congelado, degelado e drenado
 - 1½ xícaras (340 g) de salsa
 - 1–3 colheres de chá (3–10 g) de pimenta em pó
- Misture bem. Cubra novamente. Toque em Start/Touch On (Iniciar/Tocar).
- 3** No final, mexa bem e coloque em 8 tortillas de milho aquecidas. Cubra com 1 xícara (90 g) de queijo Cheddar ralado.

2. MEXICAN CHICKEN

- 1 Coloque em camadas em uma caçarola de 3 quartos (3 l):
 - 2 xícaras (380 g) de arroz instantâneo
 - 1 xícara (240 ml) de molho fajita pronto, misturado com 1/2 xícara (120 ml) de caldo de galinha ou caldo de carne
 - 2 pacotes de 10 onças (283 g) de mistura congelada de tempero (cebola, pimenta, salsa e aipo)
 - 1 libra (450 g) de peito de frango desossado, cortado em tiras finas de 1 polegada (2,5 cm)

Cubra. Toque em Preset Recipes (Receitas predefinidas), número 2, para selecionar MEXICAN CHICKEN e toque em Start/Touch On (Iniciar/Tocar).

2 Na pausa, mexa certificando-se de que as tiras de frango sejam separadas e misturadas no arroz/molho. Cubra novamente. Pressione Start/Touch On (Iniciar/Tocar).

3 No final, mexa.

Sirva com vagens amanteigadas e tortillas torradas.

3. ITALIAN SALAD

- 1 Para cozinhar a massa: Coloque em uma caçarola de 3 quartos (3 l):
 - 6 xícaras (1,4 l) de água muito quente

Cubra. Toque em Preset Recipes (Receitas predefinidas), número 3, para selecionar ITALIAN SALAD e toque em Start/Touch On (Iniciar/Tocar).

2 Na pausa, acrescente:

- 8 onças (230 g) de massa do tipo rotini ou fusilli tricolor
- 1 colher de chá (5 ml) de óleo de salada

Não cubra. Toque em Start/Touch On (Iniciar/Tocar).

3 No final, escorra a água da massa e reserve.

Para cozinhar frango: Coloque em um prato de torta de 9 pol. (22,9 cm):

- 1 libra (450 g) de peito de frango desossado, cortado em tiras finas de 1 polegada (2,5 cm)

Cubra. Pressione Start/Touch On (Iniciar/Tocar).

4 Na pausa, reorganize movendo as partes menos cozidas para fora do prato de torta. Cubra novamente. Pressione Start/Touch On (Iniciar/Tocar).

5 Drene e reserve.

Para fazer a salada: Coloque em uma tigela grande de salada:

Rotini ou fusilli cozidos

Peito de frango cozido

2 tomates cortados em oito pedaços

1/2 xícara (75 g) de azeitonas pretas fatiadas

1 xícara (90 g) de queijo muçarela ralado

1/4 xícara (40 g) de cebola roxa picada

3/4-1 xícara (180-240 ml) de molho pesto do tipo vinagre e óleo

Misture bem para cobrir todas as partes. Sirva imediatamente ou esfrie para servir mais tarde.

Ideal quando servido com pães crocantes quentes.

4. TUNA MACARONI

- 1** Para cozinhar o macarrão: Coloque em uma caçarola de 3 quartos (3 l):
6 xícaras (1,4 l) de água muito quente
Cubra. Toque em Preset Recipes (Receitas predefinidas), número 4, para selecionar TUNA MACARONI e toque em Start/Touch On (Iniciar/Tocar).
- 2** Na pausa, acrescente:
2 xícaras (280 g) de macarrão cotovelo
1 colher de chá (5 ml) de óleo de salada
Não cubra. Toque em Start/Touch On (Iniciar/Tocar).
- 3** No final, escorra a água do macarrão e reserve na caçarola.
Combine em uma tigela:
1 lata de 10 ½-onças (311 ml) de creme de sopa de aipo
½ xícara (120 ml) de leite
½ xícara (110 g) de creme de leite sem gordura
Acrescente ao macarrão na caçarola:
Mistura de sopa/leite/creme de leite
1 lata de 6½ onças (184 g) de atum sólido em água, drenado e em lascas
1 xícara (150 g) de ervilhas congeladas
1 xícara (90 g) de queijo Cheddar ralado
Sal e pimenta a gosto
Mexa até ficar bem misturado. Cubra. Toque em Start/Touch On (Iniciar/Tocar).
- 4** No final, mexa novamente.

Sirva com palitos de cenouras frescas, salada e pãezinhos.

5. GARDEN MEDLEY

- 1** Coloque em uma caçarola de 2½ quartos (2,5 l):
1 libra (450 g) de batatas cozidas descascadas, cortadas em oito pedaços e fatias finas
1 lata de 14½ onças (429 ml) de tomates cortados
2 colheres de chá (6 g) de alho moído
1 colher de chá (3 g) de folhas de tomilho
Cubra. Toque em Preset Recipes (Receitas predefinidas), número 5, para selecionar GARDEN MEDLEY e toque em Start/Touch On (Iniciar/Tocar).
- 2** Na pausa, mexa bem e acrescente:
1 pacote de 16 onças (450 g) de legumes refogados congelados
2 xícaras (300 g) de abobrinha cortada em fatias finas
Cubra novamente. Toque em Start/Touch On (Iniciar/Tocar).
- 3** No final, polvilhe com quatro onças (113 g) de queijo Cheddar ralado.
Sirva com salada de espinafre e melão gelado.

DEFROST (DESCONGELAR)

Defrost (Descongelar) descongela automaticamente todos os alimentos encontrados nas Tabelas Super Defrost (Super Descongelamento) e Auto Defrost (Descongelamento Automático).

Super Defrost (Super Descongelamento)

Super Defrost (Super Descongelamento) descongela rapidamente alimentos e pesos específicos, encontrados na Tabela Super Defrost (Super Descongelamento) (números 1-3). Para estas escolhas, não é necessário inserir o peso.

- Suponha que você queira descongelar um frango desossado de 1,0 libra (454 g):

PROCEDIMENTO	VISOR		
1. Toque na tecla Defrost (Descongelar).	SEE LABEL	SELECT FOOD	NUMBER
2. Toque na tecla de número 2 para selecionar frango desossado.	1,0 POUND	BONELESS CHICKEN	PRESS START
Toque na tecla Start/Touch On (Iniciar/Tocar).			
3. O forno de micro-ondas para de modo que o alimento possa ser verificado. O visor mostrará:	TURN OVER	SEPARATE INTO	PIECES
Toque na tecla Start/Touch On (Iniciar/Tocar).			
4. Após o ciclo de descongelamento terminar, siga as instruções.	LET STAND	3-5 MINUTES	

Nota:

1. Para descongelar outros alimentos acima ou abaixo dos pesos permitidos Tabelas Super Defrost (Super Descongelamento) e Auto Defrost (Descongelamento Automático), use o tempo e a potência de 30%. Consulte Descongelamento manual, na página 18.
2. Qualquer configuração de descongelamento pode ser programada com o ajuste para mais ou menos tempo. Toque na tecla Power Level (Nível de potência) uma ou duas vezes antes de tocar em Start/Touch On (Iniciar/Tocar).
3. Para obter uma dica útil, toque na tecla Help (Ajuda) quando o indicador HELP (AJUDA) acender no visor.
4. Se você tentar inserir uma quantidade maior ou menor do que a quantidade indicada na tabela, uma mensagem de erro será exibida no visor.

TABELA SUPER DEFROST (SUPER DESCONGELAMENTO)

ALIMENTO	QUANTIDADE	PROCEDIMENTO
1. Ground Meat* (Carne moída)	1,0 libra (450 g)	Na pausa, vire, retire as partes degeladas e separe o restante. No final, deixe descansar, coberto, de 3 a 5 minutos.
2. Boneless Chicken* (Frango desossado)	1,0 libra (450 g)	Na pausa, vire e separe em pedaços. No final, deixe descansar, coberto, de 3 a 5 minutos.
3. Bone-in Chicken Pieces* (Pedaços de frango com osso)	2,0 libras (900 g)	Na pausa, vire e separe em pedaços. No final, deixe descansar, coberto, de 3 a 5 minutos.

*Não é necessário inserir a quantidade.

Nota para Super Defrost (Super Descongelamento):

Super Defrost (Super descongelamento) fornece apenas o descongelamento suficiente para que os alimentos possam ser usados em receitas ou para cozinhar. Haverá alguns cristais de gelo restantes.

AUTO DEFROST (DESCONGELAMENTO AUTOMÁTICO)

- Suponha que você queira descongelar um bife de 2,0 libras (907 g), usando Auto Defrost (Descongelamento automático).

PROCEDIMENTO	VISOR		
1. Toque na tecla Defrost (Descongelar).	SEE LABEL	SELECT FOOD	NUMBER
2. Selecione a configuração de Defrost (Descongelamento) tocando na tecla de número desejada. (Ex.: Toque na tecla de número 5 para selecionar bife.)		STEAKS CHOPS	OR FISH
		ENTER WEIGHT	IN POUNDS
Insira o peso. (Ex.: Toque nas teclas de número 2 e 0 para 2,0 libras.) Toque na tecla Start/Touch On (Iniciar/Tocar).		2,0 POUNDS	PRESS START
3. O forno de micro-ondas para de modo que o alimento possa ser verificado. O visor mostrará:	TURN FOOD	OVER	COVER EDGES
4. Após a primeira etapa, abra a porta. Vire o bife mais e proteja as partes quentes. Feche a porta. Toque em Start/Touch On (Iniciar/Tocar).			
5. Após a segunda etapa, abra a porta. Proteja as partes quentes. Feche a porta. Toque em Start/Touch On (Iniciar/Tocar).		CHECK FOOD	COVER EDGES
6. Após o ciclo de descongelamento terminar, siga as instruções.		LET STAND	COVERED

TABELA AUTO DEFROST (DESCONGELAMENTO AUTOMÁTICO)

FOOD	QUANTIDADE	PROCEDIMENTO
4. Ground Meat (Carne moída)	0,5–3,0 libras (225 g–1,4 kg)	Remova todas as partes degeladas após cada etapa. Deixe descansar, coberto, de 5 a 10 minutos.
5. Steaks, Chops or fish (Bifes, costeletas ou peixe)	0,5–4,0 libras (225 g–1,8 kg)	Depois de cada etapa, reorganize e, se houver partes quentes ou degeladas, proteja-as com pequenos pedaços lisos de papel alumínio. Retire a carne ou peixe que estiver quase descongelado. Deixe descansar, coberto, de 10 a 20 minutos.
6. Chicken Pieces (Pedaços de frango)	0,5–3,0 libras (225 g–1,4 kg)	Depois de cada etapa, reorganize os pedaços ou retire partes, se ficarem quentes ou degeladas. Deixe descansar, coberto, de 10 a 20 minutos.
7. Roast (Assar)	2,0–4,0 libras (1–1,8 kg)	Comece o descongelamento com o lado da gordura para baixo. Após cada etapa, vire o assado e proteja as partes quentes com papel alumínio. Deixe descansar, coberto, de 30 a 60 minutos.
8. Casserole or Soup (Caçarola ou sopa)	1–8 xícaras (240 ml–2 l)	Após o sinal sonoro, mexa, se possível. No final, mexa bem e deixe descansar, coberto, de 5 a 10 minutos.

Nota sobre Auto Defrost (Descongelamento automático):

Verifique os alimentos quando o forno de micro-ondas avisar. Após a etapa final, partes pequenas ainda podem estar geladas. Deixe descansar para continuar o degelo. Não descongele até que todos os cristais de gelo estejam degelados.

A proteção evita que o cozimento aconteça antes que o centro do alimento esteja descongelado. Use pequenas tiras de papel alumínio para cobrir as bordas e as partes mais finas dos alimentos.

BEVERAGES (BEBIDAS)

Beverages (Bebidas) permite reaquecer café ou chá para uma temperatura mais adequada para consumo, ou fazer café ou chá instantâneos.

- Suponha que você queira reaquecer 2 xícaras de café.

PROCEDIMENTO	VISOR		
1. Toque na tecla Beverages (Bebidas).	SEE LABEL	SELECT FOOD	NUMBER
2. Selecione a configuração Beverages (Bebidas) tocando na tecla de número desejada. (Ex.: Toque na tecla de número 2 para reaquecer café.) Insira a quantidade tocando na mesma tecla de número 2 repetidamente. (Ex.: Toque na tecla de número 2 quatro vezes.)		REHEAT	CONTINUE
		PRESSING 2	FOR CUPS
		2 CUPS	PRESS START
3. Toque na tecla Start/Touch On (Iniciar/Tocar).			

Nota:

1. Beverages (Bebidas) pode ser programado para o ajuste para mais ou menos tempo. Toque na tecla Power Level (Nível de potência) uma ou duas vezes após selecionar a quantidade. Consulte a página 38.
2. Para obter uma dica útil, toque na tecla Help (Ajuda) quando o indicador HELP (AJUDA) acender no visor.
3. Se a quantidade for maior ou menor do que a indicada na tabela, cozinhe seguindo as orientações em qualquer livro de receitas para micro-ondas.

TABELA BEVERAGES (BEBIDAS)

FOOD	QUANTIDADE	PROCEDIMENTO
1. Para fazer café ou chá	1–4 xícaras (240 ml–1 l)	Use esta configuração para aquecer COLD TAP WATER (ÁGUA FRIA) para uma temperatura abaixo do ponto de fervura, para fazer café ou chá instantâneos. Toque na tecla de número 1 para aumentar 1 xícara por toque. Mexa bem o líquido antes e depois do aquecimento, para evitar “erupção”.
2. Para reaquecer bebidas	0,5–2,0 xícaras (120–480 ml)	Essa configuração é indicada para restaurar uma bebida refrigerada para uma temperatura melhor para consumo. Toque na tecla de número 2 para aumentar 0,5 xícara por toque. Mexa depois de aquecer.

OUTRAS FUNÇÕES CONVENIENTES

WARM/HOLD (AQUECER/MANTER)

Warm/Hold (Aquecer/Manter) permite manter o alimento aquecido por até 30 minutos.

Para usar, basta tocar na tecla Warm/Hold (Aquecer/Manter) e inserir o tempo adequado (até 30 minutos). Você também pode programar Warm/Hold (Aquecer/Manter) com cozimento manual para manter o alimento quente continuamente após cozinhar.

USO DIRETO

- Suponha que você queria manter uma xícara de sopa quente por 15 minutos.

1. Toque na tecla Warm/Hold (Aquecer/Manter).

2. Toque na tecla Start/Touch On (Iniciar/Tocar).

O forno de micro-ondas começará automaticamente. O visor mostrará 15.00 em contagem regressiva. KEEP WARM (Manter quente) aparecerá no visor a cada 10 segundos.

COM COZIMENTO MANUAL

- Suponha que você queira cozinhar uma xícara de sopa por 2 minutos a 70% e manter a sopa quente por 15 minutos.

1. Insira o tempo de cozimento.

2. Toque na tecla Power Level (Nível de potência) 4 vezes para uma potência de 70%.

3. Toque na tecla Warm/Hold (Aquecer/Manter). Insira o tempo desejado.

4. Toque na tecla Start/Touch On (Iniciar/Tocar).

A operação começará. Quando o tempo de cozimento estiver concluído, um tom longo soará e Warm/Hold (Aquecer/Manter) começará. KEEP WARM (Manter quente)

Nota:

Warm/Hold (Aquecer/Manter) não pode ser programado com as funções SENSOR OPTIONS (Opções do sensor) ou COOKING (Cozimento).

COZIMENTO EM VÁRIAS SEQUÊNCIAS

Seu forno de micro-ondas pode ser programado para até 4 sequências de cozimento automático, alternando de uma configuração de nível de potência para outra automaticamente.

Às vezes, as instruções de cozimento dizem para começar com um nível de potência e depois alterar para um nível de potência diferente. Seu forno de micro-ondas pode fazer isso automaticamente.

- Suponha que você queira cozinhar carne assada por 5 minutos a 100% e depois continuar a cozinhar por 30 minutos a 50%.

1. Primeiro insira o tempo de cozimento. Em seguida, toque na tecla Power Level (Nível de potência) para uma potência de 100%.

2. Insira o segundo tempo de cozimento. Toque na tecla Power Level (Nível de potência) 6 vezes para uma potência de 50%.

3. Toque na tecla Start/Touch On (Iniciar/Tocar).

Nota:

1. Se 100% for selecionado como a sequência final, não será necessário tocar na tecla Power Level (Nível de potência).
2. Se você quiser saber o nível de potência, basta tocar na tecla Power Level (Nível de Potência). Enquanto seu dedo estiver tocando a tecla Power Level (Nível de Potência), o nível de potência será exibido.
3. Warm/Hold (Aquecer/Manter) pode ser programado continuamente, mesmo que 4 sequências de cozimento tenham sido configuradas.

AJUSTE PARA MAIS OU MENOS TEMPO

Caso descubra que prefere quaisquer configurações de SENSOR OPTIONS (Opções do sensor) ou COOKING (Cozimento) (exceto 15 Minute Dinners/15 refeições rápidas e Preset Recipes/Receitas predefinidas) ligeiramente mais bem passadas, toque na tecla Power Level (Nível de potência) uma vez antes de tocar na tecla Start/Touch On (Iniciar/Tocar).

O visor mostrará MORE (Mais).

Caso descubra que prefere quaisquer configurações de SENSOR OPTIONS (Opções do sensor) ou COOKING (Cozimento) (exceto 15 Minute Dinners/15 refeições rápidas e Preset Recipes/Receitas predefinidas) ligeiramente menos bem passadas, toque na tecla Power Level (Nível de potência) duas vezes antes de tocar na tecla Start/Touch On (Iniciar/Tocar).

O visor mostrará LESS (Menos).

AJUDA (TECLA CONTROL/CONTROLE)

Help (Ajuda) oferece cinco funções que facilitam o uso do forno de micro-ondas porque fornece instruções específicas no visor interativo.

1. TRAVA DE SEGURANÇA PARA CRIANÇAS

A Trava de segurança para crianças impede uma operação indesejada do forno de micro-ondas por crianças. O forno de micro-ondas pode ser configurado para que o painel de controle seja desativado ou bloqueado. Para configurar, toque nas teclas Help (Ajuda), número 1 e Start/Touch On (Iniciar/Tocar). Se tocar em uma tecla, CHILD LOCK (Trava de segurança para crianças) aparecerá no visor.

Para cancelar, toque nas teclas Help (Ajuda) e Stop/Clear (Parar/Limpar).

2. ELIMINAÇÃO DO SINAL SONORO

Se quiser que o forno de micro-ondas funcione sem sinais sonoros, toque nas teclas Help (Ajuda), no número 2 e Stop/Clear (Parar/Limpar).

Para cancelar e restaurar o sinal sonoro, toque nas teclas Help (Ajuda), no número 2 e Start/Touch On (Iniciar/Tocar).

3. INÍCIO AUTOMÁTICO

Se você quiser programar o forno de micro-ondas para começar a cozinhar automaticamente em um horário determinado do dia, siga este procedimento:

- Suponha que você queira começar a cozinhar um ensopado por 20 minutos em 50% às 4:30. Antes de configurar, verifique se o relógio está mostrando a hora correta

1. Toque na tecla Help (Ajuda).
2. Toque no número 3.
3. Para inserir a hora de início às 4:30, toque nos números 4, 3 e 0.
4. Toque na tecla Timer/Clock (Temporizador/Relógio).
5. Para entrar no programa de cozimento, toque nos números 2, 0, 0 e 0 para o tempo de cozimento e, em seguida, toque em Power Level (Nível de potência) 6 vezes.
6. Toque na tecla Start/Touch On (Iniciar/Tocar).

Nota:

1. O Início automático pode ser usado para cozimento manual, se o relógio estiver configurado.
2. Se a porta do forno de micro-ondas for aberta após a programação de Início automático, será necessário tocar na tecla Start/Touch On (Iniciar/Tocar) para que a hora de Início automático apareça no visor de modo que o forno de micro-ondas comece automaticamente o cozimento programado na hora escolhida para Início automático.
3. Certifique-se de escolher os alimentos que podem ser deixados no forno de micro-ondas com segurança até a hora de Início automático. Nozes ou abóbora são, muitas vezes, uma boa escolha.
4. Se você quiser saber a hora do dia, basta tocar na tecla Clock (Relógio). Enquanto seu dedo estiver tocando na tecla Clock (Relógio), a hora do dia será exibida.

4. SELEÇÃO DE IDIOMA/PESO

O forno de micro-ondas vem definido para inglês e unidades americanas comuns em libras. Para alterar, toque nas teclas Help (Ajuda) e de número 4. Continue a tocar na tecla de número 4 até que a sua escolha seja selecionada na tabela a seguir. Em seguida, toque na tecla Start/Touch On (Iniciar/Tocar).

Toque na tecla de número 4 para idioma e padrão de peso.

TOQUE NO NÚMERO 4	IDIOMA	PADRÃO DE PESO	EXIBE
Uma vez	Inglês	LBS	ENGLISH LB
Duas vezes	Inglês	KG	ENGLISH KG
3 vezes	Espanhol	LBS	ESPANOL LB
4 vezes	Espanhol	KG	ESPANOL KG
5 vezes	Francês	LBS	FRANCAIS LB
6 vezes	Francês	KG	FRANCAIS KG

5. RELÓGIO LIGADO/DESLIGADO

Se quiser desligar a exibição do relógio, toque nas teclas Help (Ajuda), no número 5 e em Stop/Clear (Parar/Limpar).

Para cancelar e restaurar o relógio, toque nas teclas Help (Ajuda), número 5 e em Start/Touch On (Iniciar/Tocar).

TOUCH ON (TOCAR)

Touch On (Tocar) permite cozinhar em potência de 100% tocando na tecla Start/Touch On (Iniciar/Tocar) continuamente. Touch On (Tocar) é ideal para derreter queijo, esquentar leite até começar a ferver etc. O tempo máximo de cozimento é de 3 minutos.

- Suponha que você queira derreter queijo em um pedaço de pão.
1. Toque continuamente na tecla Start/Touch On (Iniciar/Tocar). O tempo de cozimento começará a contar.
 2. Quando o queijo derreter com o grau desejado, retire o dedo da tecla Start/Touch On (Iniciar/Tocar). O forno de micro-ondas para imediatamente.

Nota:

1. Observe o tempo necessário para os alimentos usados com frequência e programe esse tempo no futuro.
2. Toque na tecla Start/Touch On (Iniciar/Tocar) 3 minutos após o cozimento, abrindo e fechando a porta ou tocando na tecla Stop/Clear (Parar/Limpar).
3. Touch On (Tocar) somente pode ser usado 3 vezes seguidas. Se precisar de mais vezes, abra e feche a porta ou toque em Stop/Clear (Parar/Limpar).

TIMER (TEMPORIZADOR)

- Suponha que você queira cronometrar um telefonema interurbano de 3 minutos.

PROCEDIMENTO	VISOR		
1. Toque na tecla Timer/Clock (Temporizador/Relógio).	TO SET	KITCHEN TIMER	PRESS 1
		TO SET CLOCK	PRESS 2
2. Toque na tecla de número 1.			ENTER TIME
3. Insira o tempo. Toque na tecla Timer/Clock (Temporizador/Relógio). O temporizador fará a contagem regressiva.		3:00 TIMER	PRESS TIMER
4. Após o ciclo do temporizador terminar, o visor mostrará a seguinte mensagem.			TIMER IS FINISHED

Nota:

Para cancelar o temporizador durante a programação, toque na tecla Stop/Clear (Parar/Limpar).

HELP (AJUDA — NO VISOR)

Cada configuração de SENSOR OPTIONS (Opções do sensor) fornece uma dica de cozimento. Se quiser verificar, toque na tecla HELP (Ajuda) sempre que HELP (AJUDA) estiver acesa no visor interativo para essas dicas.

MODO DE DEMONSTRAÇÃO

Para demonstrar, toque em Timer/Clock (Temporizador/Relógio), no número 0 e, em seguida, toque na tecla Start/Touch On (Iniciar/Tocar) e segure por 3 segundos. DEMO ON DURING DEMO NO OVEN POWER (Demonstração ativada. Sem energia no forno durante a demonstração) será exibido no visor. Operações de cozimento e funções especiais específicas agora podem ser demonstradas sem energia no forno de micro-ondas. Por exemplo, toque na tecla Add-A-Minute (Adicionar um minuto) e o visor mostrará 1.00 e a contagem irá rapidamente para END (FIM).

Para cancelar, toque nas teclas Timer/Clock (Temporizador/Relógio), no número 0 e em Stop/Clear (Parar/Limpar). Se for mais fácil, tire o forno de micro-ondas da tomada elétrica e recoloque.

ADD-A-MINUTE (ADICIONAR UM MINUTO)

Add-A-Minute (Adicionar um minuto) permite cozinhar por um minuto a 100% simplesmente tocando na tecla Add-A-Minute (Adicionar um minuto). Você também pode aumentar o tempo de cozimento em múltiplos de 1 minuto tocando repetidamente na tecla Add-A-Minute (Adicionar um minuto) durante o cozimento manual.

- Suponha que você queira aquecer uma xícara de sopa por um minuto.

Toque na tecla Add-A-Minute (Adicionar um minuto).

Nota:

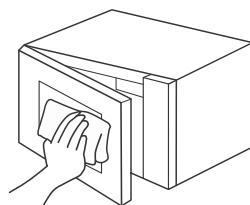
1. Para utilizar Add-A-Minute (Adicionar um minuto), toque na tecla 1 minuto após cozinhar, fechando a porta, tocando na tecla Stop/Clear (Parar/Limpar) ou durante o cozimento.
2. Add-A-Minute (Adicionar um minuto) não pode ser usado com SENSOR OPTIONS (Opções do sensor), COOKING (Cozimento) ou Warm/Hold (Aquecer/Manter).

LIMPEZA E CONSERVAÇÃO

Desconecte o cabo de alimentação antes de limpar ou deixe a porta aberta para inativar o forno de micro-ondas durante a limpeza.

EXTERIOR

A superfície externa é pintada. Limpe a parte externa com água e sabão neutro; enxague e seque com um pano macio. Não use qualquer tipo de limpador de uso doméstico ou abrasivo.



PORTA

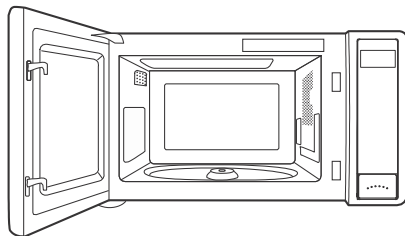
Limpe a janela em ambos os lados com um pano úmido para remover quaisquer salpicos ou derramamentos. As partes de metal serão mais fáceis de manter, se forem limpas com frequência com um pano úmido. Evite o uso de spray e outros produtos de limpeza fortes, pois podem manchar, arranhar ou embaçar a superfície da porta.

PAINEL DE CONTROLE SENSÍVEL AO TOQUE

Cuidados devem ser tomados ao limpar o painel de controle sensível ao toque. Se o painel de controle ficar sujo, abra a porta do forno de micro-ondas antes de limpar. Limpe o painel com um pano levemente umedecido apenas com água. Seque com um pano macio. Não esfregue nem use nenhum tipo de produtos químicos de limpeza. Feche a porta e toque na tecla Stop/Clear (Parar/Limpar).

INTERIOR

A limpeza é fácil, porque pouco calor é gerado para as superfícies interiores; portanto, salpicos ou derramamentos não são assados nem endurecem. Para limpar as superfícies interiores, use um pano macio e água morna. **NÃO USE PRODUTOS DE LIMPEZA ABRASIVOS OU ÁSPEROS NEM ESFREGÕES.** Para sujeiras mais pesadas, use bicarbonato de sódio ou sabão neutro; enxague bem com água quente. **NUNCA USE LIMPADORES DE FORNO EM SPRAY DIRETAMENTE EM QUALQUER PARTE DO FORNO DE MICRO-ONDAS.**



TAMPA GUIA DE ONDAS

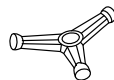
A tampa guia de ondas é feita de mica; sendo assim, requer um cuidado especial. Mantenha a tampa guia de ondas limpa para assegurar o bom desempenho do forno de micro-ondas. Limpe cuidadosamente com um pano umedecido quaisquer salpicos de alimento da superfície da cobertura imediatamente após ocorrerem. Salpicos acumulados podem superaquecer e causar fumaça ou, eventualmente, pegar fogo. Não retire a tampa guia de ondas.

REMOÇÃO DE ODOR

Ocasionalmente, o odor do cozimento pode permanecer no forno de micro-ondas. Para removê-lo, misture 1 xícara de água, suco de um limão e sua casca ralada, além de vários dentes de alho inteiros em um copo de medidas de vidro para 2 xícaras. Ferva por alguns minutos usando potência de 100%. Deixe no forno do micro-ondas até esfriar. Limpe o interior com um pano macio.

PRATO GIRATÓRIO/SUPORTE DO PRATO GIRATÓRIO

O prato giratório e o suporte do prato giratório podem ser retirados para facilitar a limpeza. Lave-os em água com sabão neutro; para manchas mais difíceis, use um detergente neutro e uma esponja de limpeza não abrasiva. Eles também são à prova de lava-louças. Use a prateleira superior do lava-louças. O eixo do motor do prato giratório não é vedado, de modo que o excesso de água ou derramamentos devem ser limpos imediatamente.



ESPECIFICAÇÕES

Tensão de linha CA:	Monofásico de 120V, 60Hz, CA somente
Potência de CA necessária:	1500 watts, 13,0 A.
Potência de saída:	1100 watts*
Frequência:	2450 MHz
Dimensões externas (LxAxP):	24 pol. x 13 ³ / ₈ pol. x 19 ¹ / ₄ pol. 608 x 341 x 489 mm
Dimensões da cavidade (LxAxP):	17 ³ / ₈ pol. x 10 ¹ / ₂ pol. x 18 ⁵ / ₈ pol. 441 x 266 x 473 mm
Capacidade do forno de micro-ondas:**	2,0 pés cúbicos (57 l)
Uniformidade de cozimento:	Sistema de prato giratório
Peso:	Aprox. 46 libras (20,9 kg)

* Método padronizado da Comissão Eletrotécnica Internacional para medir a potência de saída. Este método de teste é amplamente reconhecido.

** A capacidade interna é calculada medindo-se a largura, a profundidade e a altura máximas. A capacidade real para manter os alimentos é menor.

Em conformidade com as normas estabelecidas por:

FCC — Federal Communications Commission autorizado.

DHHS — Em conformidade com as normas do Department of Health and Human Services (DHHS), CFR, Título 21, Capítulo I, Subcapítulo J.



— Este símbolo na placa de identificação significa que o produto é listado pelo Underwriters Laboratories, Inc. para uso nos EUA ou no Canadá.

NHW — Department of National Health and Welfare of Canada.

Este forno é listado pela Canadian Standard Association como certificado.

VERIFICAÇÃO DO SERVIÇO DE ASSISTÊNCIA TÉCNICA

Antes de ligar para a assistência técnica, verifique:

Coloque um copo de água em um copo de medida de vidro no forno de micro-ondas e feche a porta com firmeza.

Utilize o forno de micro-ondas por um minuto em potência alta (HIGH) 100%.

- A A luz do forno de micro-ondas acende? SIM _____ NÃO _____
- B O ventilador de resfriamento funciona? SIM _____ NÃO _____
(Coloque a mão sobre as aberturas de ventilação traseiras.)
- C O prato giratório gira? SIM _____ NÃO _____
(É normal que o prato giratório gire em qualquer direção.)
- D A água no forno de micro-ondas está quente? SIM _____ NÃO _____

Se a resposta para qualquer uma das perguntas acima for “NÃO”, verifique a tomada elétrica, o fusível e/ou o disjuntor. Se estiverem funcionando adequadamente, CONTATE O AGENTE DE SERVIÇO AUTORIZADO MAIS PRÓXIMO.

Um forno de micro-ondas nunca deve ser reparado por uma pessoa do tipo “faça você mesmo”.

Nota:

Se o tempo que aparece no visor estiver fazendo contagem regressiva muito rapidamente, verifique o Modo de demonstração na página 41 e cancele.



Diamantino & Hofman Comércio e Representação LTDA

Avenida Carlos Grimaldi, 1701, Conj 402
Condomínio Galleria Corporate - Edifício II
CEP 13091-908 - Campinas SP

Para informações adicionais sobre o produto,
ligue para 0800 723 1202
ou acesse nosso web site elettromec.com.br