

المواصفات التقنية

| | |
|-------------------------|---|
| مصدر الطاقة: | ـ فولت ~ 50 هرتز |
| استهلاك الطاقة: | ـ 1450 واط |
| الحد الأقصى: | ـ 1450 واط |
| الميكروويف: | ـ 1400 واط |
| ال Shawy: | ـ 1400 واط |
| ـ الطهي بالحمل الحراري: | ـ 2400 واط |
| ـ الطهي المجمع: | ـ 2400 واط |
| ـ الميكروويف: | ـ 900 واط (IEC-60705) |
| ـ الإخراج: | |
| ـ السخان العلوي: | ـ 1400 واط |
| ـ السخان الخلفي: | ـ 1000 واط |
| ـ الأبعاد الخارجية: | ـ (عرض) 513 × (عمق) 471 × (ارتفاع) 306 مم |
| ـ أبعاد تجويف الفرن: | ـ (عرض) 330 × (عمق) 348 × (ارتفاع) 239 مم |
| ـ الوزن فارغاً: | ـ 17.2 كجم |

Panasonic Corporation

موقع الويب: <http://www.panasonic.com>

T.B.D

طبع في جمهورية الصين الشعبية.

حقوق الطبع والنشر © عام 2013 لشركة Panasonic Corporation Ara-71

العنایة بالفرن

8. عند استخدام وضع الشوي أو الطهي بالحمل الحراري أو الطهي المجمع، قد تقوم بعض الأطعمة ببعثرة دهون على جدران الفرن. وإذا لم يتم تنظيف الفرن بانتظام، فقد ينبعث "دخان" أثناء الاستخدام.
9. يجب عدم استخدام منطب بخار في عملية التنظيف.
10. يجب صيانة هذا الفرن بواسطة موظف مؤهل فقط. للقيام بصيانة وإصلاح الفرن، اتصل بأقرب موزع مخول.
11. يجب الحفاظ على إخلاء فتحات التهوية في كافة الأوقات. تتحقق من عدم وجود غبار أو مادة أخرى تسد أي من فتحات التهوية في أعلى الفرن أو أسفله أو خلفه. إذا أصبحت فتحات تهوية الفرن مسدودة فقد يؤدي ذلك إلى زيادة السخونة مما يؤثر على تشغيل الفرن وقد يتزرب عليه حدوث موقف خطير.
12. لا تستخدم المنظفات الكاشطة القوية أو الكاشطات المعدنية الحادة لتنظيف زجاج باب الفرن نظرًا لأنها قد تخدش السطح، مما يؤدي إلى تهشيم الزجاج.
13. قد يؤدي الإخفاق في الحفاظ على الفرن في حالة نظيفة إلى تدهور السطح مما يؤثر بالضرر على عمر الجهاز وقد يؤدي إلى موقف خطير محتمل.
1. أوقف تشغيل الفرن قبل التنظيف، وانتظر حتى يبرد جوف الفرن لتفادي الإصابة بحرائق. فقد لا تزال أجهزة التسخين داخل الفرن في الأعلى وفي الخلف ساخنة.
2. حافظ على تنظيف الفرن من الداخل وموانع تسريب الباب ومناطق منع التسريب بالباب. عندما تتبعثر سوائل من الأطعمة وتلتقط بجدارن الفرن أو مواني تسريب الباب ومناطق منع التسريب بالباب، فقم بمسحها بقطعة قماش رطبة. يمكن استخدام منظف مععدل إذا كانت هذه الأجزاء شديدة الاتساخ. لا يوصى باستخدام منظف قوي أو مادة كاشطة. لا تستخدم منظفات الأفران التجارية.
3. يجب تنظيف سطح الفرن الخارجي بقطعة قماش رطبة. لمنع تلف أجزاء التشغيل داخل الفرن، يجب عدم السماح بمرور المياه عبر فتحات التهوية.
4. إذا أصبحت لوحة التحكم متسخة، فقم بتنظيفها بقطعة قماش ناعمة وحادة. لا تستخدم منظفات قوية أو مواد كاشطة على لوحة التحكم. عند تنظيف لوحة التحكم اترك باب الفرن مفتوحاً لمنع تشغيل الفرن عن طريق الخطأ. بعد التنظيف المس إيقاف/[إعادة تشغيل لمسة نافذة الشاشة.
5. في حالة تراكم أبخرة داخل باب الفرن أو حوله من الخارج، فامسحها بقطعة قماش ناعمة. قد تحدث هذه الأبخرة عند تشغيل فرن الميكروويف في ظروف مرتفعة الرطوبة هي لا تشير في أي حال إلى وجود عطل في الوحدة.
6. قد يكون من الضروري في بعض الأحيان إزالة الصابينة الزجاجية لتنظيفها. اغسل الصابينة في ماء وصابون دافئ أو في غسالة الأطباق.
7. يجب تنظيف حلقة البكرة وأرضية تجويف الفرن بانتظام لتفادي حدوث ضروباء مفرطة. امسح ببساطة سطح أرضية الفرن باستخدام منظف مععدل وماء ساخن ثم قم بتجفيفه بقطعة قماش نظيفة. يمكن غسل حلقة البكرة بماء وصابون مععدل. تراكم أبخرة الطهي أثناء الاستخدام المتكرر لكنها لا تأثر بأي حال على السطح السفلي أو عجلات حلقة البكرة. بعد إزالة حلقة البكرة من أرضية التجويف للتنظيف، تأكد من وضعها في مكانها الصحيح.

الأسئلة والأجوبة

سؤال: لماذا لا يتم تشغيل الفرن؟

جواب: في حالة تعذر تشغيل الفرن، افحص ما يلي:

1. هل تم توصيل قابس الفرن بشكل صحيح؟ اذْرِ القابس من المأخذ، وانتظر لمدة، 10 ثوانٍ قم بـ تـركـيـبـه.
 2. افحص قاطع الدائرة والمصهر. قم بـ اعادـةـ تـعـيـبـنـ قـاطـعـ الدـائـرـةـ او استبدل المصهر إذا كان معيلاً أو تالـفـاـ.
 3. إذا كان قاطع الدائرة والمصهر سليمًا، فقم بتوصيل جهاز آخر في المأخذ. إذا تم تشغيل الجهاز الآخر، فهناك على الأرجح مشكلة في الفرن. إذا لم يتم تشغيل الجهاز الآخر، فهناك على الأرجح مشكلة في المأخذ.
- إذا بدا أن هناك مشكلة في الفرن، اتصل بمركز الصيانة المخول.

سؤال: فرن الميكروويف الخاص بي يسبّب دخالاً مع التلفزيون. هل هذا طبيعي؟

جواب: قد تحدث بعض التداخلات مع الراديو والتلفزيون عند الطهي باستخدام فرن الميكروويف. وهذه التداخلات تشبه التدخل الناجم عن الأجهزة الصغيرة مثل الخلاطات والمكائن والمgefفات، وغيره. وهي لا تشير إلى وجود مشكلة في الفرن.

سؤال: الفرن لا يقبل البرنامج الذي أدخلته. لماذا؟

سؤال: لماذا تصبح إضاءة الفرن باهتة؟

سؤال: أحياناً يأتي هواء ساخن من فتحات هوية الفرن. لماذا؟

سؤال: هل يمكن استخدام ترمومتر الفرن التقليدي في هذا الفرن؟

جواب: تقوم الحرارة المنبعثة من الأطعمة المطبخة بتسخين الهواء في جوف الفرن. ويتم نقل هذا الهواء الساخن إلى خارج الفرن بواسطة نموذج تدفق الهواء في الفرن. ولا توجد موجات ميكروويف في الهواء. يجب عدم سد فتحات تهوية الفرن مطلقاً أثناء الطهي.

جواب: يمكن فقط عندما تقوم باستخدام وضع الشوي والطهي بالحمل الحراري. قد يسبب المعدن الموجود في بعض أجهزة الترمومتر التقوس الكهربائي في الفرن ويجب عدم استخدام هذه الأجهزة في وضع الميكروويف والطهي المجمع.

سؤال: توجد صوصاء قرقة وطنين تصدر من الفرن عند الطهي باستخدام وضع توليفة. ما سبب هذه الصوصاء؟

جواب: تحدث هذه الصوصاء أثناء انتقال الفرن تلقائياً من وضع طاقة الميكروويف إلى الشوي أو الحمل الحراري لتنفيذ إعداد الطهي المجمع. وهذا يعد طبيعياً.

قواعد تلقائية

[9] كيك/بسكويت



البرنامج 100

عدد القطع: 25 قطعة

ملاحظة: يوصى باستخدام طبق المقرمشات أو طبق مسطح من الألمنيوم/الاستانلس ستيل من جانب العميل للحصول على أداء جيد.

| الخطوة 1 | الوصفة |
|---|---|
| <p>اخفق سمن الغذم والسكر معاً حتى تصبح خفيفة. اخفق مسالا اللين وقم بخفقها. اضف الميدا واعجنها قليلاً لعمل عجينة. (إذا كانت العجينة قابلة للتفتت، فأضاف قدرات طفيفة من اللين. إذا كانت لزجة، احتفظ بها بمغطاة في الثلاجة لمدة 20-15 دقيقة) قم بفرد العجينة إلى رقائق بسمك ١ سم. قم برش البستا في الأعلى وأضفه على رقائق برفق للتلتصق. قم بتنطيط العجينة الرقيقة إلى قطع بسكويت مستديرة ٤ سم. قم بجمع جميع العجين الزائدة وفردها وتقطيعها مرة أخرى. قم بتنطيط طبق المقرمشات بورق الألمنيوم. قم بتزييت ورق الألمنيوم وتزييف $\frac{1}{2}$ البسكويت عليه. ضع الطبق على الحامل السفلي في فرن الميكروويف. حدد القائمة التلقائية واضغط على البدء. عند الانتهاء، كرر العملية مع بقية البسكويت. قم بتبريدك بالكامل وتخزينها في وعاء محكم ضد الهواء.</p> | <p>سمن الغذم $\frac{1}{4}$ كوب مسحوق سكر $\frac{1}{4}$ كوب مسالا لين البادام 2 ملعقة صغيرة ميدا 1 كوب بستا 4 ملعق كبيرة، مبيوض ومقطع إلى شرائح رفيعة وقت الطهي الإجمالي المتوقع/15 دقيقة.</p> |



البرنامج 101

عدد القطع: إنتاجية 14 قطعة

ملاحظة: يوصى باستخدام طبق المقرمشات أو طبق مسطح من الألمنيوم/الاستانلس ستيل من جانب العميل للحصول على أداء جيد.

| الخطوة 1 | الوصفة |
|---|---|
| <p>قم بمزج الميدا والصودا والذكر معاً. اخفق الزبدة والسكر معاً حتى تصبح خفيفة. اضف الراينحة وخلط الميدا. قم بفردها إلى شوك $\frac{1}{4}$ سم وقم بتنطيطها إلى أشكال بيضاوية بطول ٥ سم. قم بتنطيط طبق المقرمشات بورق الألمنيوم وادهنه بالزيت. صنع $\frac{1}{2}$ كمية البسكويت عليه. ضع الطبق على الحامل السفلي وادخله في فرن الميكروويف. حدد القائمة التلقائية واضغط على البدء. عند الانتهاء، كرر العملية مع بقية البسكويت. قم بتبريدك بالكامل وتخزينها في وعاء محكم ضد الهواء.</p> | <p>ميدا 1 كوب صودا $\frac{1}{4}$ ملعقة صغيرة كرز لامع 2 ملعقة كبيرة، مقطع زبدة $\frac{1}{2}$ كوب مسحوق سكر $\frac{1}{3}$ كوب رائحة الورد $\frac{1}{4}$ ملعقة صغيرة وقت الطهي الإجمالي المتوقع/18 دقيقة.</p> |

قواعد تلقاءية

[9] كيك/بسكويت

كيك بجوز الهند 98 البرنامج

| الخطوة 2 | المقادير | الخطوة 1 | الوصفة |
|--|---|--|---|
| <p>بعد الصافرة، ضع المصينية على الحامل السفلي في فرن الميكرويف. حدد القائمة التلقائية واضغط على اليد، عندما يصبح الكيك بلون بني ذهبي من أعلى، قم بتنطية المصينية قليلاً بورق المنيوم. عند الانتهاء، اترك الكيك على الحامل الشيفي ليبرد لمدة 20-15 دقيقة. أخرج الكيك وقم بتبریده بالكامل قبل التقطيع.</p> | <p>انتظر حتى انتلائق الصافرة (الاطلاق) اخطرار بانتهاء التسخين الأولى)</p> | <p>قم بهن صينية كيك 22 سم بالزيت. قم بتبطين القاعدة بورق زبدة مع دهن الورق بالزيت. قم بسكب اللبن، أضف السكر، وقم بتنقليه حتى يذوب. أضف الزبدة والزراوة، امزجها جيداً واتركها باختصار لتهدر. وعندما يبرد الخليط أضف جوز الهند المجفف. أخفق صفار البيض. أضف مسحوق الخبز (باكنج بودر) والمفаниليا ثم امزجها. أخفق بياض البيض بقوة وقم بمزجه برفق في خليط الكيك. قم بسكب الخليط في الصينية المعدة.</p> <p>اضغط على زر الطهي بالحمل الحراري، واضغط على الزر أعلى الأسفل لإعداد 180 درجة مئوية للتسخين الأولى، ثم اضغط على زر البدء. (سوف يقوم الفرن بالتسخين الأولى).</p> | <p>لبن 250 مل سكر 300 جرام زبدة 100 جرام راوا 250 جرام جوز هند مجفف 200 جرام، 4 مقصولة بيض 1 ملعقة صغيرة مسحوق خبز (باكنج بودر) 1 ملعقة صغيرة رائحة الفانيليا وقت الطهي الإجمالي المتوقع 50 دقيقة. (باسثناء وقت التسخين الأولى)</p> |



نان كاتاني 99 البرنامج عدد وحدات نان كاتاني: الإنتاجية 16 حبة نان كاتاني

ملاحظة: يوصى باستخدام طبق المفرمةش أو طبق مسطح من الألمنيوم/الإستainless ستيل من جانب العميل للحصول على أداء جيد.

| الخطوة 1 | المقادير |
|---|--|
| <p>اخلط الميدا مع الصودا. أخفق الزبدة مع سمن الغنم حتى تصبح خفيفة. أضف مسحوق الكارداموم والزعفران/اللون. أضف الميدا واعجن قليلاً حتى يتمزج الخليط مع بعضه جيداً. (إذا كان الخليط لزجاً، احتفظ به مقطعي في الثلاجة لمدة 15 دقيقة حتى يصبح مثل العجينة الطريدة. قم بتقسيم الخليط إلى 16 جزء، قم بتشكيل 8 أجزاء إلى دوانر وقم بتسويتها قليلاً. قم بتبطين طبق المفرمةش بورق المنيوم مع تزييت ورق الألمنيوم. ضع قطع نان كاتاني التي تم تشكيلها عليه. قم بتشكيل علامات زائد بالسكين على كل قطعة نان كاتاني. ضع طبق المفرمةش على الحامل واحتفظ به في فرن الميكرويف. حدد القائمة التلقائية واضغط على اليد، عند الانتهاء، كرر العملية مع بقية الخليط. قم بتبريد قطع النان كاتاني وتخزينها في واء محكم ضد الهواء.</p> | <p>ميدا 1 ½ كوب صودا الخبز ¼ ملعقة صغيرة سمن الغنم ¾ كوب سكر ½ كوب مسحوق الكارداموم ½ ملعقة صغيرة وقت الطهي الإجمالي المتوقع 22 دقيقة.</p> |

قواعد تلقائية

[9] كيك بسكويت

البرنامج 96

فطيرة الزبيب

عدد القطع: 6 قطعة



| الخطوة 2 | الصافرة | الخطوة 1 | الوصفة |
|--|---|--|--|
| <p>بعد الصافرة، ضع الأكواب على الحامل السفلوي في فرن الميكروويف. حدد القائمة التلقائية واضغط على البدء. عندما تصبح قطع المأ芬ين ذهبية من أعلى، قم بتنططيتها بورق المنيوم. اضغط على البدء. عند الانتهاء، قم بتنريد المأ芬ين لمدة 10 دقائق. أخرج المأ芬ين من الأكواب وقدمه ساخناً أو بارداً تماماً وقم بتخزينه في وعاء.</p> | <p>انتظر حتى انتلاق الصافرة (انتلاق) صافرة الإطار بانتهاء التسخين الأولى)</p> | <p>قم بدهن 6 أكواب فطيرة مأفين كبيرة بالزبدة. قم بمزج الميدا مع مسحوق الخبز (باكتنج بودر) وقم بتقلبيه في الزبيب. أخفق الزبدة والسكر والبيض معاً حتى تصبح خفيفة. أخفق رائحة الفانيليا ومسحوق القرفة، امزج برفق خليط الميدا بالتبديل مع خثارة اللبن. قم بسكب الزبدة في الأكواب المعدة. اضغط على زر الطهي بالحمل الحراري، واضغط على الزر لأعلى/أسفل لإعداد 180 درجة مئوية للتسخين الأولى، ثم اضغط على زر البدء. (سوف يقوم الفرن بالتسخين الأولى).</p> | <p>ميدا زبيب مسحوق خبز (باكتنج بودر) 1 كوب ¼ كوب 1 ملعقة صغيرة 1 كوب ½ كوب ½ كوب 1 ½ ملعقة صغيرة رائحة الفانيليا 1 ملعقة صغيرة خثارة اللبن ¼ كوب، مخفوق حتى أصبح ناعماً وقت الطهي الإجمالي المتوقع/18 دقيقة. (باستثناء وقت التسخين الأولى)</p> |



كيك بالفواكه

البرنامج 97

| الخطوة 2 | الصافرة | الخطوة 1 | الوصفة |
|---|---|---|---|
| <p>بعد الصافرة، ضع الصينية على الحامل السفلوي في فرن الميكروويف. حدد القائمة التلقائية واضغط على البدء. عندما تصبح الكيك بلون بني ذهبي من أعلى، قم بتنططيته الصينية قليلاً بورق المنيوم. اضغط على البدء. عند الانتهاء، قم بتنrid الكيك على الحامل لمدة 10 دقائق. وأخرج الصينية وقم بتبریدها بالكامل وقبل التقاطيع والتقديم.</p> | <p>انتظر حتى انتلاق الصافرة (انتلاق) صافرة الإطار بانتهاء التسخين الأولى)</p> | <p>قم بدهن صينية كيك مستديرة 22 سم بالزيت وتبطين القاعدة بورق زبدة. قم بدهن الورق بالزيت. امزج الميدا مع مسحوق الخبز (باكتنج بودر) والملح. أضف الفواكه وأمزجها جيداً. أخفق الزبدة والسكر والبيض معاً حتى تصبح خفيفة ومتقدمة. أضف الرائحة. امزج برفق الميدا مع اللبن. قم بسكب الخليط في الصينية المعدة. اضغط على الخليط. اضغط على زر الطهي بالحمل الحراري، واضغط على الزر لأعلى/أسفل لإعداد 170 درجة مئوية للتسخين الأولى، ثم اضغط على زر البدء. (سوف يقوم الفرن بالتسخين الأولى).</p> | <p>ميدا مسحوق خبز (باكتنج بودر) ملح فواكه مجففة وجوز زبدة مسحوق سكر بيض رائحة البرتقال لبن 2 كوب 2 ملعقة صغيرة ¼ ملعقة صغيرة 1 كوب ½ كوب ½ كوب 2 ½ ملعقة صغيرة ¼ كوب (80 مل) وقت الطهي الإجمالي المتوقع/40 دقيقة. (باستثناء وقت التسخين الأولى)</p> |

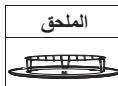
قواعد تلقاءية

[9] كيك/بسكويت

البرنامج 94 كيك بالبرتقال (مع القرفة)
عدد القطع: 10-8 قطع



| الخطوة 1 | الوصفة |
|---|--|
| قم بدهن طبق كيك 22-20 سم أمن الاستخدام في الميكرويف بالزيت مع تقطين المقاعد بورق زبدة مدهون بالزيت. امزج الميدا مع مسحوق الخبز (الباكنج بودر). اخفق الزبدة حتى تصبح ناعمة. أضف السكر والبيض وقشر البرتقال واحفظها حتى تصبح ناعمة وخفيفة. أضف الميدا بالتبادل مع عصير البرتقال وأمزجه جيداً. | ميدا مسحوق خبز (باكنج بودر) زبدة مسحوق سكر بيض قشر البرتقال عصير برتقال (بدون إضافة السكر) طبقة الزينة مسحوق سكر مسحوق القرفة |
| قم بسكب الخليط في الطبق المعد. امزج السكر الخاص بطبيعة الزينة مع القرفة وقشره في الأعلى. ضعه في فرن الميكرويف. حدد القائمة التلقائية واضغط على البداء. عند الانتهاء، اترك جانبياً لمدة 10 دقائق. (قد تبدو حواضن الكيكة رطبة قليلاً لكنها ستتجف خلال فترة الانتظار). اترك الطبق يبرد تماماً. افليها في طبق وقدتها مقطعة إلى قطع. | 1 كوب 1 ملعقة صغيرة ¼ كوب ¾ كوب 2 ملعقة صغيرة 2 ملعقة كبيرة 2 ملعقة صغيرة وقت الطهي الإجمالي المتوقع 7 دقائق. |
| | |



البرنامج 95 كيك بالزبدة عدد القطع: 10-8 قطع

| الخطوة 2 | الصافرة | الخطوة 1 | الوصفة |
|---|---|---|---|
| بعد الصافرة، ضع المصينية على الحامل السفلوي في فرن الميكرويف. حدد القائمة التلقائية واضغط على البداء. عند الانتهاء، قف بقطيعي الكيك بعد 10 دقائق. اتركه يبرد بالكامل قبل تقطيعه إلى قطع. ملاحظة: في حالة حدوث تممير للكيك قبل وقت الطهي، ضع قطعة من ورق الألمنيوم على أعلى المصينية واضغط على البداء. | انتظر حتى انتلاقاً (انتلاق) الصافرة انتلاق صافرة الاخطر بانتهاء التتسخين الأولى) | قم بدهن صينية كيك مستديرة 22-20 سم بالزيت وتبطئها بورق زبدة. قم بدهن الورق بالزيت. امزج الميدا مع مسحوق الخبز (الباكنج بودر) والملح. اخفق البيض مع الزبدة حتى يصبح منفوشاً. أضف البيض واحدة تلو الأخرى، واحفظه جيداً بعد كل إضافة. قم بخفق الزانحة. قرسيكها في الميدا واللبن. قم بسكب الخليط في المصينية. اضغط على زر الطهي بالحمل الحراري، واضغط على الزر أعلى الأسفل لإعداد 180 درجة متاوية للتتسخين الأولى، ثم اضغط على زر البداء. سوف يقوم الفرن بالتتسخين الأولى). | برى ميدا مسحوق خبز (باكنج بودر) ملح مسحوق سكر زبدة بيض زانحة الفانيليا لين وقت الطهي الإجمالي المتوقع 35 دقيقة. (باستثناء وقت التتسخين الأولى) |

قواعد تلقائية

[9] كيك/بسكويت



- اضغط على لوحة لأعلى/أسفل لاختيار الرقم المناسب في الجدول التالي.



- اضغط على لوحة لأعلى/أسفل لاختيار رقم البرنامج في الجدول التالي.

- حدد الفئة المرغوبة. يضيء مؤشر تلقائي ويظهر رقم البرنامج 92 في الشاشة.

البرنامج 92

عدد القطع: 12 قطعة

| الخطوة 1 | الوصفة |
|---|---|
| <p>قم بتبطين قاعدة طبق مربع 20 سم آمن الاستخدام في الميكروويف بورق زبدة قم بدهن الورق وجوانب الطبق بالزيت. قم بمزج الكوكوا مع الزبدة المذابة الساخنة واتركها جاهزة لتبرد.</p> <p>قم بمزج الميدا مع سكر مسحوق الخبز (باكنج بودر) و ½ كمية عین الجمل.</p> <p>اخفق البيض مع رائحة الفانيлиلا وامزجه مع الزبدة والكوكوا. أضف الخليط إلى الميدا وامزجها حتى تصبح مخلوطة جيداً. قم بسكبها في الطبق المعد.</p> <p>قم برش عین الجمل المتبقي في الأعلى.</p> <p>ضع الطبق في فرن الميكروويف. حدد القائمة التلقائية واضغط على البده.</p> <p>عند الانتهاء، اتركها لمدة 5 دقائق.</p> <p>واترك الطبق ليبرد تماماً.</p> <p>اقلبها في طبق وقم بقطيعها إلى قطع.</p> | <p>زبدة مذابة ½ كوب كوكوا 3 ملعقة كبيرة ميدا ¾ كوب مسحوخ خبز (باكنج بودر) ½ ملعقة صغيرة سكر مسحوق/فوالب 1 كوب عين الجمل المقطع 4 ملاعق بيض 2 رائحة الفانيليلا ½ ملعقة صغيرة وقت الطهي الإجمالي المتوقع 6 دقائق.</p> |



كيك بالشيكولاتة بدون بيض

البرنامج 93

عدد القطع: 8-10 قطع

| الخطوة 1 | الوصفة |
|--|---|
| <p>قم بتبطين قاعدة طبق مستدير 20-22 سم آمن الاستخدام في الميكروويف بورق الزبدة قم بدهن الورق وجوانب الطبق بالزيت. امزج الميدا والسكر والصودا والكوكوا معاً.</p> <p>اخلط الزيت مع الخل واللبن ورائحة الفانيليلا. وأضفها إلى خليط سكر الميدا وامزجها حتى تصبح ناعمة. قم بسكبها في الطبق. ضع الطبق في فرن الميكروويف. حدد القائمة التلقائية واضغط على البده. عند الانتهاء، اتركها لمدة 5 دقائق.</p> <p>واترك الطبق ليبرد تماماً.</p> <p>اقلبها في طبق وقدمها مقطعة إلى قطع. (يمكن تزيين الكيكة بسكر تذليج بعد تبریدها، حسب الرغبة).</p> | <p>ميدا 1 ½ كوب سكر مسحوق/فوالب 1 كوب صودا الخبز 1 ملعقة صغيرة كوكوا 3 ملعقة كبيرة زيت 5 ملاعق كبيرة حل أبيض 1 ملعقة كبيرة لبن 1 كوب رائحة الفانيليلا 1 ملعقة صغيرة وقت الطهي الإجمالي المتوقع 5 دقائق.</p> |

قواعد تلقيائية

[8] حلويات

| الملحق | الخطوة 1 | الخطوة 2 | الوصفة |
|--------|---|--|--|
| | ضع الدودهي في طبق عريض أمن الاستخدام في الميكروويف. قم بتقطيعه. ضعه في فرن الميكروويف. حدد القائمة التلقائية واضغط على البدء. | انتظر حتى انطلاق الصافرة (تنطلق) الصافرة بعد 10 دقائق (من البدء) | دودهي/لاوكى 500 جرام، مقصّر وميشور سكر 150 جرام سمن الغنم 3 ملعقة كبيرة مسحوق الكارادامون $\frac{1}{2}$ ملعقة صغيرة وقت الطهي الإجمالي المتوقع/22 دقيقة. |

حلوة برشاد 91 البرنامج

| الملحق | الخطوة 1 | الخطوة 2 | الوصفة |
|--------|--|---|---|
| | ضع الراوا في إناء آمن الاستخدام في الميكروويف (أدنى سعة 1 ½ لتر). أضف السكر، وسمن الغنم واللبن. اخلطها جيداً. ضعها في فرن الميكروويف. حدد القائمة التلقائية واضغط على البدء. | انتظر حتى انطلاق الصافرة (تنطلق) الصافرة بعد 4 دقائق من (البدء) | راوا $\frac{1}{2}$ كوب، محمّر قليلاً سكر $\frac{1}{2}$ كوب سمن الغنم $\frac{1}{4}$ كوب لبن 1 ½ كوب جوز ناضج * $\frac{1}{2}$ كوب، مهروس * يعادير الموز زائد النضج قليلاً جيداً في هذه الوصفة. قم بتقطيعه إلى قطع صغيرة بحيث يكون مهروس في الغالب. وقت الطهي الإجمالي المتوقع/13 دقيقة. |

قواعد تلقائية

[8] حلويات

البرنامج 87

كير بالسميا

عدد الحصص: كمية تكفي 4-6 أفراد



| الخطوة 2 | الصافرة | الخطوة 1 | الوصفة |
|--|--|---|---|
| بعد انطلاق الصافرة، أضف السمياء وقم بمزجها جيداً وأضغط على البدء عند الانتهاء، أضف السكر ومسحوق الكاردامون. امزجها جيداً وقم بتزويذتها بالجوز والزبيب. | انتظر حتى انطلاق الصافرة (تنطلق الصافرة بعد 10 دقائق من البدء) | قم بسكب اللين في إناء آمن الاستخدام في الميكروويف. (السعة لا تقل عن 2 لتر). ضعه في فرن الميكروويف (لا تقم بتنططيته). حدد القائمة التلقائية وأضغط على البدء. | لبن 750 مل سمياء محمصة* ½ كوب سكر ¾ كوب أو حسب المذاق مسحوق الكاردامون ½ ملعقة صغيرة جوز الكاشيو المقللي والزبيب حسب المذاق *استخدم السمياء التي تحمل علامة "محمصة" أو "محمصة" وقت الطهي الإجمالي المتوقع/20 دقيقة. |



البرنامج 88

كير بالجزر

عدد الحصص: كمية تكفي 4-6 أفراد

| الخطوة 1 | الوصفة |
|--|---|
| قم بتقطير الجزر وبشره. ضعه في طبق آمن الاستخدام في الميكروويف. (أدنى سعة ½ لتر) وقم بتنططيته وضعه في فرن الميكروويف. حدد القائمة التلقائية وأضغط على البدء. عند الانتهاء، قم بتنططيتها واخلطها حتى تصبح ناعمة، باستخدام بعض اللبن. قم بإضافة اللبن المتبقى، واللبن المكثف ومسالاً لبن البادام. أضف الشارولي. تقدم مبردة. | جزر 150 جرام لبن 500 مل لبن مكثف 4 ملاعق كبيرة سكر حسب المذاق إذا لزم الأمر مسالاً لبن البادام 2 ملعقة صغيرة بذور الشارولي 2 ملعقة كبيرة وقت الطهي الإجمالي المتوقع/14 دقيقة. |



كوباني كا ميتا

عدد الحصص: كمية تكفي 6 أفراد

| الخطوة 2 | الصافرة | الخطوة 1 | الوصفة |
|--|---|---|---|
| بعد انطلاق الصافرة، أضف السكر وامزجه جيداً وأعده إلى فرن الميكروويف (لا تقم بالتنططية) عند الانتهاء قم بتنططيته في الثلاجة. يُقدم مع الفشدة الطازجة، المزينة بشرائح اللوز. | انتظر حتى انطلاق الصافرة (تنطلق الصافرة بعد 5 دقائق من البدء) | قم بدقق المسممش في 2 كوب من الماء لمدة 5-4 ساعات. قم بجازة البذور من المسممش وأعد الفاكهة إلى سائل الدفع. قم بسكبها في طبق مستدير 22 سم آمن الاستخدام في الميكروويف. قم بتنططيتها وضعها في فرن الميكروويف. حدد القائمة التلقائية وأضغط على البدء. | مشمش مجفف 200 جرام سكر ½ كوب كمية قليلة لوز مقطع إلى شرائح ومبنيض قشدة طازجة للتقديم وقت الطهي الإجمالي المتوقع/10 دقائق. |

قواعد تلقائية

[8] حلويات



لادو بالحمص 85 البرنامج

لادو عدد الحبات المنتجة: 15 حبة لادو

ملاحظة: يوصى باستخدام طبق المقرمشات أو طبق مسطح من الألمنيوم/الاستانلس ستيل من جانب العميل للحصول على أداء جيد.

| الخطوة 2 | الصافرة | الخطوة 1 | الوصفة |
|--|---|--|---|
| بعد انتلاق الصافرة، قم بتنقلبها جيداً وتوزيعها بالتساوي. اضغط على البداء. عند الانتهاء، قم بتثبيتها بالكامل. أضف بقية المحتويات واعجنها لعمل عجينة. قم بقصيمها إلى 15 جزء، واجعلها على شكل قطع لادو. | انتظر حتى انتلاق الصافرة (تنطلق الصافرة بعد دقيقة 14 من البداء) | قم بمزج الحمص مع دقيق الذرة. قم بتوزيعه بالتساوي على طبق المقرمشات. ضعه على الحامل السفلي في فرن الميكروويف. حدد القائمة التلقائية واضغط على البداء. | 100 جرام حمص دقيق فمك 100 جرام مسحوق سكر 200 جرام سمن الغنم 100 جرام (مذاب ومبرد) مسحوق جوز الطيب جوز كاشيو م Hammer 2 ملعقة كبيرة، مقطع إلى قطع صغيرة وقت الطهي الإجمالي المتوقع/25 دقيقة. |



كيسار بهت 86 البرنامج

عدد الحصص: كمية تكفي 8-6 أفراد

| الخطوة 2 | الصافرة | الخطوة 1 | الوصفة |
|--|---|--|--|
| بعد انتلاق الصافرة أضف محلول السكر وسمن الغنم والزبيب. امزجها جيداً وأعدها إلى فرن الميكروويف. اضغط على البداء. عند الانتهاء، اتركها مقطأة لمدة 10 دقائق. أضف الزعفران وأمزجه جيداً. تقدم ساخنة. | انتظر حتى انتلاق الصافرة (تنطلق الصافرة بعد دقيقة 25 من البداء) | قم بغسل الأرز وتصفيته ونقعه في 1 ½ كوب ماء و ¼ كوب لبن لمدة 15 دقيقة. وامزج السكر مع 1 كوب من الماء. قم بتفعيل الزعفران في 1 ملعقة صغيرة من اللبن الساخن واطحنه. ضع الأرز مع الماء النافق واللبن في إناء من الاستخدام في الميكروويف 2 لتر. ضعها في فرن الميكروويف. حدد القائمة التلقائية واضغط على البداء. | 1 كوب أرز بسمتي 1 ½ كوب ماء 1 كوب لبن 1 ½ كوب سكر 1 كوب ماء 1 ¼ كوب زعفران ¾ كوب سمن الغنم 3 ملعقة كبيرة زبيب وقت الطهي الإجمالي المتوقع/40 دقيقة. |

قواعد تلقائية

[8] حلويات

البرنامج 83

عدد الحصص: كمية تكفي 4-3 أفراد



| الخطوة 2 | الصافرة | الخطوة 1 | الوصفة |
|--|---|--|---|
| بعد انتلاق الصافرة، قم بتنقيبها جيداً واضغط على البدء. عند الانتهاء، أصفف اللبن المكثف ومسحوق الكارادامون والجوز والزبيب. إذا كان الكير سموكاً للغاية، فاضف بعد اللبن لضبط السماكة. يُقدم ساخاناً أو بارداً. | انتظر حتى انتلاق الصافرة (تنطلق الصافرة بعد 7 دقائق من البدء) | قم بغسل الأرز وانقعه في ماء لمدة 30 دقيقة وقم بتنقيبته ووضعه في إناء من الاستخدام في الميكروويف (بسعة لا تقل عن $\frac{1}{2}$ لتر) وأصفف اللبن (في درجة حرارة الغرفة). لا تقم بالتنفسية. ضعها في فرن الميكروويف واضغط على البدء. | أرز بسمتي لبن لين مكثف مسحوق الكارادامون جوز الكاشيو ولوز وزبيب للتزيين وقت الطهي الإجمالي المتوقع 27 دقيقة. |



البرنامج 84

عدد الحصص: كمية تكفي 4 أفراد

| الخطوة 2 | الصافرة | الخطوة 1 | الوصفة |
|---|---|--|--|
| بعد انتلاق الصافرة، أصفف مسحوق الكاسترد وأمرجه جيداً. قم بإعادته إلى فرن الميكروويف وأضغطه على البدء. عند الانتهاء، أصفف السكر وأمرجه جيداً واتركه مططضاً حتى يبرد. قم بتبريده في الثلاجة. يُقدم مع سلطنة الفواكه الأخرى حسب الحاجة. | انتظر حتى انتلاق الصافرة (تنطلق الصافرة بعد 4 دقائق من البدء) | امزج مسحوق الكاسترد مع $\frac{1}{4}$ كوب من اللبن. قم بسكب اللبن المذكور في إناء من الاستخدام في الميكروويف. (أدني سعة $\frac{1}{2}$ لتر) وضعه في فرن الميكروويف. (لا تقم بالتنفسية) حدد القائمة التلقائية واضغط على البدء. | مسحوق كاسترد* لبن سكر * نكهة الجينة من اختيارك وقت الطهي الإجمالي المتوقع 9 دقائق. |

قواعد تلقائية

حلويات [8]



- اضغط على لوحة البدء.
- اضغط على لوحة أعلى/أسفل لاختيار الرقم المناسب في الجدول التالي.
- حدد الفنة المرغوبة. يضيء مؤشر تلقائي ويظهر رقم البرنامج 81 في الشاشة.

| البرنامج 81 حلوة سوجي | | | |
|---|--|--|---|
| الخطوة 2 | الصافرة | الخطوة 1 | الوصفة |
| بعد انطلاق الصافرة، قم بتنقيبها جيداً واضغط على البدء. عند الانتهاء، قم بتقطيعتها لمدة 10-8 دقائق. وامزجها مع جوز الكاشيرو والزبيب. تقدم ساخنة أو في درجة حرارة الغرفة. | انتظر حتى انطلاق الصافرة (تنطلق الصافرة بعد 4 دقائق من البدء). | ضع كافة المقادير باستثناء جوز الكاشيرو والزبيب في طبق مسديبر 22-20 سم أمن الاستخدام في الميكروويف. امزجها جيداً ووضعها في الميكروويف بدون غطاء. حدد القائمة التلقائية واضغط على البدء. | سوجي/راوا محمصة قليلاً ½ كوب سكر ¼ كوب سمن الغنم ماء ½ ملعقة كبيرة مسحوق الكارادامون ½ ملعقة صغيرة لون طعام أحمر برتفالي قليل، اختياري جوز الكاشيرو المحمص والزبيب للتزين وقت الطهي الإجمالي المتوقع 8 دقائق. |

| البرنامج 82 حلوة بالجزر | | | |
|--|--|---|--|
| الخطوة 2 | الصافرة | الخطوة 1 | الوصفة |
| بعد الصافرة، أضف السكر والكوفا وسمن المذنب، امزجها جيداً وقم بنشرها بشكل متساوي في الطبق. قم بإعادتها إلى فرن الميكروويف (لا تقوم بتقطيعتها). اضغط على البدء. عند الانتهاء، انثرها بدون تقليل لمدة 10 دقائق. ثم قم بتنقيبها في مسحوق الكارادامون وتزيينها بالجوز والزبيب. تقدم ساخنة أو باردة. | انتظر حتى انطلاق الصافرة (تنطلق الصافرة بعد 6 دقائق من البدء). | قم بتنقشير الجزر وبشره. ضعه في طبق عريض أمن الاستخدام في الميكروويف. (22-20 سم) إذا كنت تستخدم مجموعة متنوعة من الجزء البرتقالي، فقم برش 1 ملعقة كبيرة من الماء عليها. قم بتقطيعتها. ضعها في فرن الميكروويف. حدد القائمة التلقائية واضغط على البدء. | جزر، يفضل أن يكون بلون وردي 500 جرام ½ كوب كوفا حلوة 200 جرام، مفتلة 4 ملعقة كبيرة مسحوق الكارادامون ½ ملعقة صغيرة جوز وربيب للتزين وقت الطهي الإجمالي المتوقع 15 دقيقة. |

قواعد تلقائية

[7] أكلات يابانية

| | |
|---|--|
|  الملحق 1 | فرع مسلوق البرنامج 79 عدد الحصص: كمية تكفي 4 أفراد |
|---|--|

| الخطوة 1 | الوصفة |
|--|---|
| <p>قم بإزالة بذور القرع والألياف التي تحيط به بملعقة. قم بقطع القرع إلى قطع متوسطة. (لكن حافظ على جعلها كبيرة قدر الإمكان) ضع المسكر وصوص الصويا والميرين والماء في وعاء مقاوم للحرارة (قابل للاستخدام في الميكروويف). امزجها جيداً.</p> <p>اضف القرع إلى الوعاء. قم بتغطيتها، وضعها على الصينية الزجاجية. ابدا الطهي.</p> | <p>قرع 300 جرام سكر 2 ملعقة كبيرة صوص صويا ياباني خفيف مثل كيكومان (إذا لم يكن متوازراً، 1 ملعقة كبيرة من صوص صويا هندي كبديل). 2 ملعقة كبيرة ميرين (شراب ساكي المسكر الحلو للطهي) 1 ملعقة كبيرة في حالة عدم توافر الميرين، فيمكن استبداله بالسكر (½ ملعقة كبيرة). ماء 160 مل</p> <p>وقت الطهي الإجمالي المتوقع/10 دقيقة.</p> |

| | |
|---|--|
|  الملحق 2 | الدجاج المسلوق مع الفجل البرنامج 80 عدد الحصص: كمية تكفي 4 أفراد |
|---|--|

| الخطوة 1 | الوصفة |
|---|---|
| <p>قم بتقطيع الفجل الأبيض الكبير إلى أشكال أهلة 3-2 سم، ثم قم بتسوية الحواف. ضع كافة المقادير في طبق عميق. قم بتغطيتها، وضعها على الصينية الزجاجية. ابدا الطهي.</p> | <p>قطع الدجاج 500 جرام فجل أبيض كبير 400 جرام مرق الحساء (اشي) 300 مل صوص صويا ياباني خفيف مثل كيكومان (إذا لم يكن متوازراً، 1.5 ملعقة كبيرة من صوص الصويا الهندي زاند 1.5 ملعقة كبيرة ماء زاند 3 ملعقة صغيرة ملح كبديل). 3 ملعقة كبيرة سكر</p> <p>وقت الطهي الإجمالي المتوقع/39 دقيقة.</p> |

قواعد تلقيائية

[7] أكلات يابانية

نيكوجاجا البرنامج 77

عدد الحصص: كمية تكفي 4 أفراد



الخطوة 1

قم بتنقشير البطاطس، وتقطيعها طولياً إلى أربعة أجزاء، وانقعها في الماء لمدة 10 دقائق. قم بتنقشير البصل، وتقطيعه طولانياً إلى أربع أو ست قطع. قم بتقطيع الدجاج إلى قطع متوسطة. ضع كافة المقادير في وعاء مقاوم للحرارة (قابل للاستخدام في الميكروويف)، وامزجها جيداً. قم بتغطيتها، وضعها على الصينية الزجاجية. أبداً الطهي.

الوصفة

| | |
|--|--------------|
| دجاج فيلييه (أوراك) | 200 جرام |
| بطاطس | 450 جرام |
| بصل | 1 (200 جرام) |
| جزر | ½ (100 جرام) |
| مرق الحساء | 300 مل |
| سكر | 25 جرام |
| صوص صويا ياباني خفيف مثل كيكومان (إذا لم يكن متوفراً)، 2 ملعقة كبيرة من صوص الصويا الهندي زائد 2 ملعقة كبيرة ماء زائد 4 ملعقة صغيرة ملح كبديل. | |
| وقت الطهي الإجمالي المتوقع | 41 دقيقة. |

كنبييرا البرنامج 78

عدد الحصص: كمية تكفي 4 أفراد



الخطوة 1

قم بتقطيع الكرفس إلى شرائح بطول $\frac{1}{2}$ بوصة. قم بتنقشير الجذر وتقطيعه إلى شرائح رفيعة بحيث تكون بنفس حجم الكرفس. ضع كافة المقادير في طبق عميق، وامزجها جيداً. ضعها على الصينية الزجاجية بدون تغطية. أبداً الطهي.

الوصفة

| | |
|--|---------------|
| كرفس | 140 جرام |
| جزر | 60 جرام |
| سكر | ½ ملعقة صغيرة |
| صوص صويا ياباني خفيف مثل كيكومان (إذا لم يكن متوفراً)، 1 ملعقة كبيرة من صوص الصويا الهندي زائد 1 ملعقة كبيرة ماء زائد 2 ملعقة صغيرة ملح كبديل. | |
| نشا (كاناتكوريكو أو نشا الذرة) | 2 ملعقة كبيرة |
| زيت السسم | 1 ملعقة صغيرة |
| سمسم محمص أبيض | 1 ملعقة صغيرة |
| فلفل أحمر (اختياري) | 1 |
| وقت الطهي الإجمالي المتوقع | 4 دقائق. |

قوائم تلقائیہ

[7] أكلات يابانية

| | |
|--|--------------------------------------|
|  الملحق | سوكياكى البرنامج 75 |
| عدد الحصص: كمية تكفي 4 أفراد | |

| الخطوة 1 | الوصفة |
|--|--|
| قم بتنقطيع الدجاج إلى قطع متوسطة. قم بتنقطيع التوفو إلى قطع كبيرة. قم بقص السيقان عنها وقم بتنقطيع الرأس إلى نصفين. قم بمزج مقادير الصوص في إناء. قم بتنقطيع الكراث الصيني بشكل منحرف. قم بتنقطيع الكرنب الصيني إلى أطوال 3 سم. ضع كافة المقادير في طبق عميق وقم بسكب الصوص عليها. قم بتغطيتها، وضعها على الصينية الزجاجية. ابدأ الطهي. | دجاج فوليه توفو (ثخنة الفول) فطر الشبتاكى الجاف * قم بتفعيل الشبتاكى الجاف في الماء لذريته. كراث صيني كرنب صيني صوص مرق الحساس صوص صويا ياباني خفيف مثل كيكoman (إذا لم يكن متوفراً، 25 ملمن صوص الصويا الهندي زيادة 25 ملمااء زائد 2 ملعقة صغيرة ملح كيديل). 50 مل 3 ملعقة كبيرة سكر |
| | 400 جرام |
| | 100 جرام |
| | 4 |
| | 1 |
| | 200 جرام |
| | 200 مل |
| | 25 مل |
| | 3 ملقة كبيرة |
| | وقت الطهي الإجمالي المتوقع/33 دقيقة. |

| | |
|--------|--|
| الملحق | البرنامج 76 دجاج مخلل بالطريقة النانجانية عدد الأحصنة: كمية تكفي 4 أفراد |
|--------|--|

| الخطوة 1 | الموصفة |
|---|--|
| قم بتحضير صوص خل نابان. قم بقطيع البصل إلى قطع صغيرة، وانقع شرائح البصل في ماء بارد لمدة 30 دقيقة، رقم بتصفيتها جيداً. قم بمزج الخل والسكر وصوص الصويا واللفلف الأحمر. قم ب搣طيطه أوراك الدجاج من المفاصل. أصفف زيت الخضار إلى الدجاج وأمزجه جيداً. قم برش نشا الذرة على الدجاج. | أوراك الدجاج بصل زيت خضار نشا ذرة صوص خل نابان خل |
| ضع الناحية التي تحتوي على الجلد من الدجاج لأعلى على الحامل العلوي. ابدأ الطهي. أترك الدجاج المطبوخ منقوعاً في صوص خل نابان انتظر لأكثر من ساعة قبل التقديم. | سكر صوص صويا ياباني خفيف مثل كيوكومان (إذا لم يكن متوفراً، 2 ملعقة كبيرة من صوص الصويا) الهندي زائد 2 ملعقة كبيرة ماء زائد 4 ملعقة صغيرة ملح كبديل). 4 ملعقة كبيرة لفلف أحمر (ازالة البذور، وتقطيعه إلى دوائر) |
| 1 | وقت الطهي الإجمالي المتوقع/29 دقيقة. |

قواعد تلقائيّة

[7] أكلات يابانية

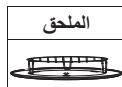


- اضغط على لوحة البدء.
- اضغط على لوحة أعلى/أسفل لاختيار الرقم المناسب في الجدول التالي.
- حدد الفئة المرغوبة.
- يضيء مؤشر تلقائي ويظهر رقم البرنامج 73 في الشاشة.



البرنامج 73 دجاج محمّر ياكيتوري
عدد الحصص: كمية تكفي 4 أفراد (12 سيخ)

| الخطوة 1 | الوصفة |
|---|---|
| <p>قم بقطع صدر الدجاج إلى مكعبات 2-1.5 سم. قم بتثبيت قطع مقدارها 50 جرام في كل سيخ بامبو. انقعها في الصوص لمدة 1 ساعة. (يجب تقليبها أحياناً أثناء النقع) ضعها على الحامل العلوي. ضع طبقاً غير عميق أسفل الحامل للانقطاع القطرات. ابدأ الطهي.</p> | <p>صدر دجاجة 600 جرام أسياخ بامبو 12 صوص صويا ياباني خفيف مثل كيكومان (إذا لم يكن متوفراً، ٨٪ كوب من صوص الصويا الهندي زائد ٨٪ كوب ماء زائد ½ ملعقة صغيرة ملح كبديل). عصيرليمون ¼ كوب زنجبيل (مقطع) 100 مل ثوم (مقطع) 100 مل سكر بنى (او سكر) 2 ملعقة كبيرة زيت خضار 1 ملعقة كبيرة ملح ½ ملعقة صغيرة وقت الطهي الإجمالي المتوقع/29 دقيقة.</p> |



البرنامج 74 تيريزاكى دجاج
عدد الحصص: كمية تكفي 4 أفراد (8 قطع)

| الخطوة 1 | الوصفة |
|--|--|
| <p>قم بقص جلد الدجاج بشوكة. انقعها في الصوص لمدة 1 ساعة. ضعها على الحامل السفلي، ثم ضع طبقاً غير عميق أسفل الحامل لتلقي القطرات. ابدأ الطهي.</p> | <p>قطع الدجاج 8 قطع صوص صويا ياباني خفيف مثل كيكومان (إذا لم يكن متوفراً، ٨٪ كوب من صوص الصويا الهندي زائد ٨٪ كوب ماء زائد ½ ملعقة صغيرة ملح كبديل). عصيرليمون ¼ كوب زنجبيل (مقطع) 100 مل ثوم (مقطع) 100 مل سكر بنى (او سكر) 2 ملعقة كبيرة زيت خضار 1 ملعقة كبيرة ملح ½ ملعقة صغيرة وقت الطهي الإجمالي المتوقع/25 دقيقة.</p> |

قواعد تلقائية

[6] تندوري/شوي

| الملحق | البرنامج 71 |
|--------|------------------------------|
| الوصفة | عدد الحصص: كمية تكفي 4 أفراد |

ملاحظة: يوصى باستخدام طبق المقرمشات أو طبق مسطح من الألمنيوم/الإستانلس ستيل من جانب العميل للحصول على أداء جيد.

| الخطوة 2 | الصافرة | الخطوة 1 | الوصفة |
|---|--|---|--|
| بعد انطلاق الصافرة، قب بقليل القطع ودهنهما بالزيت. قم بإعادتها إلى فرن الميكروويف واضغط على البدء. عند الانتهاء، قدمها ساخنة. | انتظر حتى انطلاق الصافرة (تنطلق الصافرة بعد دقائق من البدء) 7 دقائق من البدء | تخلص من جلد السمك وعظامه وقم بتفشيره. أصفف الفلفل الأخضر الحار والزنجبيل وتوابل مسالا جرام والملح وأوراق الكزبرة. قم بتفشير البطاطس واهرسها وأضفها إلى السمك. امزجها جيداً. قم بتقطيعها إلى 8 أجزاء واجعلها على شكل قطع. أغمسها في البيض المخفوق وقم بتطبعيتها ببقات الخبز. قم بتطبعين طبق المقرمشات بورق الألمنيوم وادهنها بالزيت. ضع قطع السمك عليه. ضع طبق المقرمشات على الحامل واحتفظ بالحامل في فرن الميكروويف. حدد القائمة التلقائية واضغط على البدء. | سمك مدخن* 250 جرام فلفل أحضر حار 3-2 مفروم زنجبيل 1 ملعقة صغيرة، مفروم توابل مسالا جرام 1 ملعقة صغيرة أوراق كزبرة 2 ملعقة كبيرة، مقطعة ملح حسب المذاق بطاطس مطبوخة** 150 جرام بيض وفداد خبز محمّر للتقطيع. زيت للدهن * قائمة تلقائية - سمك مدخن ** القائمة التلقائية - طهي البطاطس وقت الطهي الإجمالي المتوقع/12 دقيقة. |

(صحى) : قائمة صحية

| الملحق | البرنامج 72 |
|--------|------------------------------|
| الوصفة | عدد الحصص: كمية تكفي 3 أفراد |

ملاحظة: يوصى باستخدام طبق المقرمشات أو طبق مسطح من الألمنيوم/الإستانلس ستيل من جانب العميل.

| الخطوة 1 | الوصفة |
|---|---|
| أخرج الكتاب من المجمد وقم بإذابة تجميده حسب التعليمات على العبوة. ادهن طبق المقرمشات بعدد 1 ملعقة كبيرة من الزيت. ضع 6 قطع كتاب (بإجمالي وزن 250 جرام تقريباً) عليه وادهنها بالزيت. ضع الطبق على الحامل العلوي وضعه داخل فرن الميكروويف. حدد القائمة التلقائية واضغط على البدء. | كتاب سيخ محمد (يمكن شراؤه من المتجر) 250 جرام، تقريراً. وقت الطهي الإجمالي المتوقع/10 دقائق. |

قواعد تلقاءية

[٦] شوي/تندوري



بطاطس فرنش فرايز (صحي)

عدد الحصص: كمية تكفي 4 أفراد

البرنامج 70

ملاحظة: يوصى باستخدام طبق المقرمشات أو طبق مسطح من الألمنيوم/الاستانلس ستيل من جانب العميل للحصول على أداء جيد.

| الخطوة 2 | الصافرة | الخطوة 1 | الوصفة |
|--|--|--|---|
| بعد انتلاق الصافرة، قم بالنقلب وإعادتها إلى الفرن. اضغط على البدء. عند الانتهاء، اتركها تبرد لمدة 5 دقائق. ورش الملح عليها وقدمها ساخنة. | انتظر حتى انتلاق الصافرة (تنطلق الصافرة بعد 15 دقيقة من البدء) | قم بتفشير البطاطس وقطعها إلى أصابع. قم بخليلها في الماء حتى تصبح مطهوة بنسبة 95%. قم بغسلها ونفعها في ماء بارد لمدة 5 دقائق. وقم بتصفيفتها والضغط عليها برفق بين طيدين من المنديل القماشية لإزالة الرطوبة الزائدة. | البطاطس زيت للدهن ملح حسب المذاق وقت الطهي الإجمالي المتوقع/25 دقيقة. 350 جرام |

(صحي) : قائمة صحية

قواعد تلقائية

[6] تنوري/شوي

البرنامج 69

دجاج بالباربكيو (صحي)

عدد الحصص: كمية تكفي 4 أفراد



| الخطوة 2 | الصافرة | الخطوة 1 | الوصفة |
|--|--|--|--|
| بعد انطلاق الصافرة، قم بتنقيب الأسياخ وادهن الدجاج بالزيت. واعدها إلى فرن الميكروويف. اضغط على البدء. عند الانتهاء، قدمها ساخنة بعد 5 دقائق. | انتظر حتى انطلاق الصافرة (تنطلق الصافرة بعد 16 دقيقة من البدء) | قم بتقطيع الدجاج إلى مكعبات 2 سم. اضف جميع المقادير باستثناء الزيت. امزجها جيداً وانقعها لمدة 4-3 ساعات أو طوال الليل في الثلاجة. (في حالة حفظها في الثلاجة، يجب إخراجها قبل الطهي بمقدار 30 دقيقة على الأقل). قم بنقع 8أسياخ باميو في الماء لمدة 1 ساعة. ارفع قطع الدجاج من المحلول وقم بتنبيتها في الأسياخ. قم بهن الحامل العلوي بالزيت وضع الأسياخ عليه. قم بهن القطع بالزيت. ضع الحامل في فرن الميكروويف. ضع طبقاً مقاوِماً للحرارة من الزجاج أو البيورسليون أسفل الحامل لانقطاع القطرات. حدد القائمة التلقائية واضغط على البدء. | صدر دجاجة بدون عظم 400 جرام صوص الباربكيو/HP 1 ½ ملعقة كبيرة معجون الثوم والزنجبيل 2 ملعقة صغيرة خل 1 ملعقة كبيرة مسحوق الكاري 2 ملعقة صغيرة أو حسب المذاق ملح وقليل حسب المذاق زيت للدهن وقت الطهي الإجمالي المتوقع/19 دقيقة. |

(صحي) : قائمة صحية

قواعد تلقيائية

[٦] شوي/تندوري

البرنامج 67 عيدان أجنحة الدجاج (صحي)
عدد الحصص: كمية تكفي 4 أفراد



| الخطوة 2 | الصافرة | الخطوة 1 | الوصفة |
|--|---|---|---|
| ضع الحامل في فرن الميكرويف وضع طبقا مقاوما للحرارة من الزجاج/الفخار أسفله لانقاض الفطارات. حدد القائمة التلقائية واضغط على البدء. عند الانتهاء، قدمه ساخنا مع صوص الثوم والفلفل الحار. | انتظر حتى انتلاق الصافرة (الاطلاق) صافرة الاختمار بانتهاء التسخين الاولى) | امزج عيدان أجنحة الدجاج مع صوص الصويا والخل ومعجون الثوم والزنجبيل، ومسحوق الفلفل الحار والسكر والملح وتوابل الحار والذرة. احتفظ أجيونومتو الاختيارية. احتفظ بها جاهزها لمدة 2-1 ساعة. التقى عيدان أجنحة الدجاج من محلول الخل قم بتنفسها بالبيض وفتات الذرة وادهنها بالزيت. ضعها على الحامل العلوي. اضغط على لوحة الطهي بالحمل الحراري، واضغط على زر اعلى/أسفل لإعداد 200 درجة مئوية للتسخين الاولى، ثم اضغط على زر البدء. سوف يقوم الفرن بالتسخين الاولى). | عيدان أجنحة الدجاج 400-350 جرام صوص الصويا 1 ملعقة صغيرة خل 2 ملعقة صغيرة معجون الثوم والزنجبيل 2 ملعقة صغيرة مسحوق الفلفل الحار (الشطة) 1 ملعقة صغيرة أو حسب المذاق سكر ½ ملعقة صغيرة ملح حسب المذاق أجيونومتو ¼ ملعقة صغيرة، اختياري بيض 1، مخفوق قليلا فنات خبز للتغطية زيت للدهن وقت الطهي الإجمالي المتوقع/18 دقيقة. (باستثناء وقت التسخين الأولي) |

(صحي): قائمة صحية



البرنامج 68 أو تكا (صحي)
عدد الحصص: كمية تكفي 4 أفراد

ملاحظة: يوصى باستخدام طبق المقرمشات أو طبق مسطح من الألمنيوم/الستانلس ستيل من جانب العميل.

| الخطوة 2 | الصافرة | الخطوة 1 | الوصفة |
|---|---|---|---|
| بعد انتلاق الصافرة، قم بتقليل قطع التكا ودهنها بالزيت. قم بإعادة الحامل إلى فرن الميكرويف واضغط على البدء. عند الانتهاء، قدمها ساخنة. | انتظر حتى انتلاق الصافرة (الاطلاق) الصافرة بعد 10 دقائق من البدء) | قم بفتح الشريحة البلاستيك وهرسها. قم بنقع شرائح الخبز في الماء لمدة 30 ثانية. قم ب搣 الماء، وهرس الخبز وإضافة البطاطس. أضف بقية المقادير باستثناء الزيت (إذا توخي الحذر مع الملح، حيث إن المسالات شات تكون مالحة) امزجها جيدا وقم بعمل 8 أشكال تكا منها. قم بتطيبين طبق المقرمشات بورق الألمنيوم وادهن الورق بالزيت. ضع قطع التكا عليه. قم بدهن قطع التكا بالزيت. ضع الطبق داخل الحامل العلوي ووضع الحامل داخل فرن الميكرويف. حدد القائمة التلقائية واضغط على البدء. | بطاطس مطبوخة* 250 جرام خبز 2 شرائح، حجم قياسي فلفل أحضر حار زنجبيل 2 أو حسب المذاق، مفروم ½ ملعقة صغيرة، مفروم أوراق كبردة، مقطعة 1 ملعقة كبيرة، مقطعة أوراق النعناع ½ ملعقة صغيرة توابل مسالا حرام توابل مسالا شاش ملح حسب المذاق زيت للدهن * القائمة التلقائية - طهي البطاطس وقت الطهي الإجمالي المتوقع/15 دقيقة. |

(صحي): قائمة صحية

قواعد تلقائية

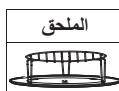
[6] تندوري/شوي

دجاج تكا البرنامـج 65

عدد الحصص: كمية تكفي 4 أفراد



| الخطوة 1 | الوصفة |
|--|--|
| <p>قم بقطع الدجاج إلى مكعبات 2 سم. قم بخلط عصير الليمون والملح.</p> <p>اتركه جانباً لمدة 15 دقيقة، وقم بخنق خثارة اللبن حتى تصبح ناعمةً وأمزجها ببقية المكونات باستثناء الزيت والتزيين. أصف الدجاج وأمزجه جيداً. قم بتغطيته وادفعه في الخل لمدة 4 ساعات أو طوال الليل في الثلاجة.</p> <p>(في حالة وضعه في الثلاجة، فيجب إخراجه قبل الطهي بمقدار 30 دقيقة على الأقل).</p> <p>القطع الدجاج من الخل وقى بفخدن الخل الزائد. ثبت القطع في أسياد معندة رقيقة أو أسياد من البامبو. (في حالة استخدام أسياد من البامبو، قم ببنقها في الماء لمدة 1 ساعة). قم بدهن الحامل العلوي بالزيت ووضع الأسياد عليه. قم بدهن القطع بالزيت. ضع الحامل في فرن الميكرويف وضع طبقاً ملائماً للحرارة من الزجاج (الفخار أسفله لتجنب الفطرات. حدد القائمة التقليدية واضغط على البدء. عند الانتهاء، قدم التكا ساخنة، مزينة بعصير الليمون وتوابل مسالاً جرام/مسالاً شات. (اختياري)</p> | <p>صدر دجاجة بدون عظم 500-450 جرام</p> <p>عصير الليمون 2 ملعقة كبيرة</p> <p>ملح حسب المذاق</p> <p>خثارة اللبن 1 كوب</p> <p>معجون الثوم والزنجبيل 1 ملعقة كبيرة</p> <p>مسالاً دجاج التندوري 2 ملعقة كبيرة أو حسب المذاق</p> <p>مسحوق الفلفل الحار (الشطة) الكشميري 1 ملعقة صغيرة</p> <p>زيت 2 ملعقة كبيرة</p> <p>لون طعام التندوري قليل، اختياري</p> <p>زيت إضافي للدهن زيت إضافي للدهن</p> <p>عصير الليمون، توابل مسالاً جرام/شات مسالاً للتزينين وقت الطهي الإجمالي المتوقع 29 دقيقة.</p> |



سمك مقلبي (صحى) البرنامـج 66

عدد الحصص: كمية تكفي 4 أفراد

ملاحظة: يوصى باستخدام طبق المقرمشات أو طبق مسطح من الألمنيوم/الاستainless ستيل من جانب العميل.

| الخطوة 2 | الصافرة | الخطوة 1 | الوصفة |
|--|---|--|---|
| <p>وبعد الصافرة، قم بتنقيب الشريائح بذر ياستخدام ملعقة مسطحة، وادهنها بالزيت، واعدها إلى فرن الميكرويف واضغط على البدء. عند الانتهاء، اتركها جانبًا لمدة 5 دقائق وقدمها ساخنة.</p> | <p>انتظر حتى انطلاق الصافرة (تنطلق الصافرة بعد 6 دقائق من البدء).</p> | <p>اغسل السمك وقى بتجفيفه. امزج مسحوق الثوم والزنجبيل مع كافة المساحيق وأخلطها ببياض البيض.</p> <p>وضعها على جانبى شريائح السمك واتركها جانبًا لمدة 15 دقيقة. قبرش بعضًا من دقيق الأرز أو دقيق الذرة على الطبق واضغط شريائح السمك عليه للتقطية كلا الجانبين.</p> <p>قم بتدليل طبق المقرمشات بورق الألمنيوم وادهن الورق جيداً بالزيت.</p> <p>ضع شريائح السمك عليه. قم بدهن الشريائح بالزيت. ضع الطبق على الحامل العلوي في فرن الميكرويف. حدد القائمة التقليدية واضغط على البدء.</p> | <p>استخدم سمك قشرى كبير مثل كنج فيش أو شرانج سمك بتكى 4 شريائح، 1 سم (الوزن الإجمالي 400 جرام تقريباً).</p> <p>معجون الثوم والزنجبيل 2 ملعقة صغيرة</p> <p>مسحوق الفلفل الحار (الشطة) 2 ملعقة صغيرة أو حسب المذاق</p> <p>مسحوق الكركم ½ ملعقة صغيرة</p> <p>مسحوق الكزبرة ½ ملعقة صغيرة</p> <p>ملح حسب المذاق</p> <p>بياض البيض 1، مخفوق قليلاً</p> <p>زيت أرز/دقيق ذرة للتقطية</p> <p>وقت الطهي الإجمالي المتوقع 10 دقائق.</p> |

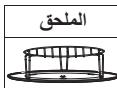
(صحى) : قائمة صحية

قواعد تلقاءية

[٦] شوي/تنورى/دجاج

البرنامج 64 دجاج تنورى

عدد الحصص: كمية تكفي 4 أفراد



| الخطوة 2 | الصافرة 1 | الخطوة 1 | الوصفة |
|--|--|--|--|
| <p>بعد الصافرة، ضع الحامل مع الدجاج في فرن الميكروويف.</p> <p>ضع طبقاً مقاماً للحرارة من الرجاج/الفخار أسفل الحامل لأنفاس قطرات.</p> <p>حدد القائمة التلقائية واضغط على البدء.</p> | <p>انتظر حتى انطلاق الصافرة (انطلاق الصافرة) صافرة الآخطر بانتهاء التسخين الأولى).</p> | <p>قم بعمل قطعات عميقه في قطع الدجاج. أضف عصير الليمون والملح. امزجها جيداً واتركها جانبًا لمدة 10 دقائق. اضرب خثارة اللبن حتى تصبح ناعمه وأضف بقية المقادير من معجون الثوم والزنجبيل إلى لون طعام التنورى.</p> <p>وق بسكها فوق الدجاج. امزجها جيداً وقم بتغطيتها لمدة 4-3 ساعات في درجة حرارة الغرفة أو لفترة أطول في الثلاجة. (في حالة حفظها في الثلاجة، يجب إخراجها قبل الطهي بمقدار 30 دقيقة على الأقل).</p> <p>قم بمزج 1 ملعقة صغيرة من كل من الملح ومسحوق الفلفل الحار وتوايل مسالاً جرام وقطع الدجاج من الماء المالح وبتفصيل الماء المالح الزائد، واخلطها بمزيج المسالا. ضع قطع الدجاج على الحامل العلوي وادهنها بالزيت.</p> <p>اضغط على لوحة الطهي بالحمل الحراري، واضغط على لاء على / لأسفل لإعداد 200 درجة مئوية للتسخين الأولى، ثم اضغط على زر البدء. (سوف يقوم الفرن بالتسخين الأولى).</p> | <p>قطع الدجاج 8 (800 جرام) عصير الليمون 4 ملعقة كبيرة ملح 1 ½ ملعقة صغيرة خثارة اللبن 1 كوب معجون الثوم والزنجبيل 2 ملعقة كبيرة مسحوق الفلفل الحار (الشطة) 2 ملعقة صغيرة أو حسب المذاق مسالاً دجاج التنورى 2 ملعقة صغيرة أو حسب المذاق للون طعام التنورى قليل، اختياري زيت للدهن ملح ومسحوق الفلفل الحار (الشطة) وتوايل مسالاً جرام 1 ملعقة صغيرة من كل نوع للنكهة النهائية وقت الطهي الإجمالي المتوقع 25 دقيقة. (باستثناء وقت التسخين الأولى)</p> |
| <p>الخطوة 3</p> | <p>الصافرة 2</p> | <p>انتظر حتى انطلاق الصافرة (تنطلق الصافرة بعد 16 دقيقة من البدء)</p> | |

قواعد تلقائية

[6] تندوري/شوي



- اضغط على لوحة لأعلى/أسفل لاختيار الرقم المناسب في الجدول التالي.
- احدد الفتنة المرغوبة. يضيء مؤشر تلقائي ويظهر رقم البرنامج 63 في الشاشة.



البرنامج 63

تاكا بجين بانير

عدد الحصص: كمية تكفي 4 أفراد

| الخطوة 2 | الصافرة | الخطوة 1 | الوصفة |
|--|--|--|---|
| بعد انطلاق الصافرة، أخرج الحامل وقم بتنقلب الأسياخ وأدهن القطع بالزيت. وقم بإعادتها إلى الفرن، واضغط على البدء. عند الانتهاء، قدم التاكا ساخنة، مزينة بعصير الليمون وتوايل مسالا جرام/مسالا شات. (اختياري) | انتظر حتى انطلاق الصافرة (تنطلق الصافرة بعد 11 دقيقة من البدء) | قم بقطيع كل قطعة من جبن البانير إلى 6 قطع. قم بخفق خثارة اللبن حتى تصبح ناعمة وامزجها ببقية المكونات باستثناء الزيت والتزيين. احتفظ بها مغطاة لمدة 2-1 ساعة. ضع القطع على أسياخ معدنية فرعية أو أسياخ من البامبو، من خلال ثقب القطع بالطويل. (في حالة استخدام أسياخ من البامبو، قم بنقعها في الماء لمدة 1 ساعة). قم بدهن الحامل الملوبي بالزيت وضع الأسياخ عليه. قم بدهن القطع بالزيت. احتفظ بالحامل في فرن الميكروويف وضع طبقا مقاوما للحرارة من الزجاج/الفخار أسفله لإنقاط القطرات. حدد القائمة التلقائية واضغط على البدء. | جين البانير 2 عبوة، كل منها 200 جرام خثارة اللبن $\frac{1}{2}$ كوب معجون الثوم والزنجبيل 1 ملعقة كبيرة مسحوق القفل الحر (الشنطة) 1 ملعقة صغيرة أو حسب المذاق توايل مسالا جرام 1 ملعقة صغيرة ملح حسب المذاق زيت للدهن عصير ليمون، مسالسا جرام/شات مسالا للتزيين وقت الطهي الإجمالي المتوقع/19 دقيقة. |

قواعد تلقائية

[5] شوربة/وجبة خفيفة



البرنامج 61 كعك إيدلي راو
عدد حبات الإيدلي: إنتاج 8 حبات إيدلي

| الخطوة 1 | الوصفة |
|--|--|
| <p>قم بتحضير العجينة المضروبة حسب التعليمات على العبوة، احتفظ بها جانباً لمدة 10 دقائق. قم بتزييت أطباق الإيدلي آمنة الاستخدام في الميكروويف وأملأها بالعجينة المضروبة. قم بسكب $\frac{3}{4}$-$\frac{1}{2}$ كوب من الماء الساخن المغلي في قاعدة لقدر البخاري للإيدلي. ضع أطباق الإيدلي به. قم بتغطيتها بغطاء وضعها في فرن الميكروويف. حدد القائمة التلقائية واضغط على البدء، عند الانتهاء، قم بتنزيلها لمدة 2 دقائق. قم بإخراجها من الأطباق وقدمها ساخنة مع الشونتي.</p> | <p>خلط كعك إيدلي راو خثارة اللبن أوراق كزبرة وقت الطهي الإجمالي المتوقع 4 دقائق.</p> |



البرنامج 62 شعرية سريعة التحضير
عدد الحصص: كمية تكفي 1 فرد

| الخطوة 2 | الخطوة 1 | الوصفة |
|--|---|---|
| <p>بعد انتلاق الصافرة، أضف الشعرية وصانع المذاق، امزجها جيداً وأعدها إلى فرن الميكروويف. اضغط على البدء. عند الانتهاء، اتركه لمدة دقائق قبل التقديم.</p> | <p>انتظر حتى انتلاق الصافرة (تنطلق الصافرة بعد 1 دقيقة و30 ثانية من البدء).</p> | <p>عبوة شعرية سريعة التحضير ماء وقت الطهي الإجمالي المتوقع 4 دقائق.</p> |

قواعد تلقائية

[5] شورية/وجبة خفيفة

ألو بوها

البرنامج 59

عدد الحصص: كمية تكفي 4-3 أفراد



| الخطوة 2 | الصافرة | الخطوة 1 | الوصفة |
|---|---|---|--|
| بعد انتلاق الصافرة، أصف خليط البوها وأمرجه جيداً. قم بتنطحه بغطاء وأعاده إلى فرن الميكروويف. اضغط على البدء. عند الانتهاء، أصف عصير الليمون، وجوز الهند المبشر أو أوراق الكزبرة. امزج جيداً وقدمها ساخنة. | انتظر حتى انتلاق الصافرة (تنطلق الصافرة بعد 4 دقائق من البدء) | قم بنقع البوها في ماء حتى تصبح طرية لكن لا تكون ضعفه. قم بعصير الماء الزائد وافرد البوها على طبق عريض. امزجها مع البطاطس ومسحوق الكركم والملح والماء. | بوها بشوك متوسط مكعبات بطاطس مطبوخة* مسحوق الكركم ملح حسب المذاق سكر حسب المذاق زيت زيتون قرنفل قرفة بصل فلفل أحمر حار أوراق الكاري عصيرليمون حسب المذاق جوز هند مششور أوراق كزبرة 1 ملعقة كبيرة، مقطعة * القائمة التقانية - طهي البطاطس وقت الطهي الإجمالي المتوقع 9 دقائق. |



ذرة بالتوابل

البرنامج 60

عدد الحصص: كمية تكفي 4 أفراد

| الخطوة 2 | الصافرة | الخطوة 1 | الوصفة |
|--|---|---|--|
| بعد الصافرة، أصف خليط الذرة. قم بتنطحه جيداً وأعاده إلى فرن الميكروويف. اضغط على البدء. عند الانتهاء قم بتنقلبيه به وقدمه ساخناً على توست. | انتظر حتى انتلاق الصافرة (تنطلق الصافرة بعد 5 دقائق من البدء) | قم بمزج مهروس الطماطم مع الميدا وقم بالتنقلبي حتى تصبح ناعمة. أضف السكر والملح والماء والذرة الحلو. | مهروس الطماطم ميدا سكر ملح حسب المذاق ماء زبدة طازجة بصل ثوم مسحوق الفلفل الحار (الشطة) كاسوري ميري قشدة طازجة |

وقت الطهي الإجمالي المتوقع 10 دقائق.

قواعد تلقائية

[5] شوربة/وجبة خفيفة



البرنامج 57 سجق

عدد الحصص: كمية تكفي 2 أفراد

ملاحظة: يوصى باستخدام طبق المقرمشات أو طبق مسطح من الألمنيوم/الإستانلس ستيل من جانب العميل للحصول على أداء جيد.

| الخطوة 1 | الوصفة |
|--|--|
| <p>آخر السجق من المجمد وقم بإذابة تجميده حسب التعليمات على العبوة. ادهن طبق المقرمشات بعده 1 ملعقة كبيرة من الزيت. ضع السجق عليه وادهنه بالزيت. ضع الطبق على الحامل العلوى وضعه داخل فرن الميكروويف. حدد القائمة التلقائية واضغط على البدء. عند الانتهاء، قدمها ساخنة.</p> | <p>سجق مجده (يُشتري من المتجر) 4 وقت الطهي الإجمالي المتوقع 8 دقائق.</p> |



البرنامج 58 أوبما

عدد الحصص: كمية تكفي 3 أفراد

| الخطوة 2 | الصافرة | الخطوة 1 | الوصفة |
|--|---|--|---|
| <p>بعد انتطاق الصافرة، انقضت حتى أصف خليط أوبما وسمن الموزم، امزجه جيداً. قم بتقطيعيتها وأعدها إلى فرن الميكروويف. اضغط على البدء، عند الانتهاء، قدمه ساخناً، وقم بتزيينته بأوراق الكزبرة.</p> | <p>انتظر حتى انتطاق الصافرة (انتطاق الصافرة بعد 5 دقائق من (اليد)</p> | <p>قم بسكب الماء في طبق مستدير 22-20 سم آمن الاستخدام في الميكروويف. ضعه في فرن الميكروويف. حدد القائمة التلقائية واضغط على البدء.</p> | <p>ماء الخليط أوبما (يُشتري من المتجر) 500 مل زيت/سمن الغنم 200 جرام 2-1 ملعقة كبيرة وقت الطهي الإجمالي المتوقع 7 دقائق.</p> |

قواعد تلقاءية

[5] شوربة/وجبة خفيفة



البرنامج 55 توست الجبنة الحار

عدد الحصص: كمية تكفي 2 أفراد

ملاحظة: يوصى باستخدام طبق المقرمشات أو طبق مسطح من الألمنيوم/الاستانلس ستيل من جانب العميل للحصول على أداء جيد.

| الخطوة 2 | الصافرة | الخطوة 1 | الوصفة |
|---|--|--|---|
| بعد انطلاق الصافرة، قم بتحريك شرائح الخبز وقم بفرد الجبنة عليها. قم برش 1 ملعقة كبيرة من الجبنة المبشورة على كل شريحة. قم بإعادته إلى الفرن واضغط على البدء. عند الانتهاء، قدمها ساخنة. | انتظر حتى انطلاق الصافرة (انطلاق الصافرة بعد 3 دقائق و30 ثانية من البدء) | قم بطحون الثوم مع الفلفل الحار الأخضر وأمزجه مع الجبنة المعدة للفرن. ضع شرائح الخبز على طبق المقرمشات. ضعه على الحامل العلوى وضعه داخل فرن الميكرويف. حدد القائمة التلقائية واضغط على البدء. | خبز شرائح، (حجم قياسي) جبنة للفرد 4 ملاعق كبيرة ثوم 2 فص، مقطع فلفل أحمر حار 1، مقطع جبنة شيدر/موذريللا 4 ملاعق كبيرة، مشورة وقت الطهي الإجمالي المتوقع/5 دقائق 30 ثانية. |



البرنامج 56 بييتزا

عدد الحصص: كمية تكفي 1 فرد

ملاحظة: يوصى باستخدام طبق المقرمشات أو طبق مسطح من الألمنيوم/الاستانلس ستيل من جانب العميل.

| الخطوة 2 | الصافرة | الخطوة 1 | الوصفة |
|---|--|--|---|
| بعد انطلاق الصافرة، ضع طبق المقرمشات والبييتزا بداخله في فرن الميكرويف على الحامل العلوى. حدد القائمة التلقائية واضغط على البدء. عند الانتهاء، قدمها ساخنة. | انتظر حتى انطلاق الصافرة (انطلاق الصافرة بالإختبار بانتهاء التسخين الأولي) | قم بدهن طبق المقرمشات بالزيت ووضع قاعدة البييتزا عليه. قم برش الموصى في الأعلى، مع ترك 1 سم هامش حوله. قم برش الجبنة على الموصى. قم بترتيب الخضروات المطبوخة من اختيارك أو الباينير أو الدجاج المطبوخ على الجبنة. قم باتزيزين بالصلصال المقطوع والفلفل. قم بدهن الحافة بالزيت وقم برش بعض الزيت عليها من أعلى. اضغط على لوحة الطهي بالحمل الحراري، واضبط على أعلى/أدنى لـ 200 درجة مئوية للتسخين الأولي، ثم اضغط على زر البدء. (سوف يقوم الفرن بالتسخين الأولي). | قاعدة بييتزا (يشترى من المتجر) 1 ملعقة كبيرة صوص البييتزا طبقة الزينة خضار مطبوخ/باندير/دجاج بصل مقطوع وفلفل جبنة البييتزا 3-2 ملعقة كبيرة، مشورة زيت للدهن وقت الطهي الإجمالي المتوقع/5 دقائق. (باستثناء وقت التسخين الأولي) |

قواعد تلقائية

[5] شوربة/وجبة خفيفة

| الوصفة | الخطوة 1 | الصافرة | الخطوة 2 | الملح |
|---|---|--|--|-------|
| مكعبات خبز زيت ملح ثوم مقطع وقت الطهي الإجمالي المتوقع 6 دقائق. | قم بقطع شرائح خبز قبل التحضير بمقدار 3-2 يوم لعمل مكعبات 1.5 مم والمصوول على (تنطلق المصفارة) انتظار حتى ينطلي الماء. امزجها بالزيت والثوم والملح. قم بفردها في طبق عريض أمن الاستخدام في الميكروويف. ضعه في فرن الميكروويف. حدد القائمة التلقائية واضغط على البدء. | 3 أكواب، مكدة 3 ملعقة كبيرة ½ ملعقة صغيرة اختياري 2 ملعقة صغيرة، اختياري وقت الطهي الإجمالي المتوقع 6 دقائق. | انتظر حتى ينطلي الماء. امزجها بالزيت والثوم والملح. قم بفردها في طبق عريض أمن الاستخدام في الميكروويف. ضعه في فرن الميكروويف. حدد القائمة التلقائية واضغط على البدء. | * |

(صحى) : قائمة صحية

| الوصفة | الخطوة 1 | الملح | دوكلا |
|--|--|---|--------------------------------|
| حمص ملح سكر حمض المستريك ماء صودا الخبز ماء ساخن للغاية توابل زيت بذور موستارد مسحوق الكمون فلفل أحضر حار أوراق الكاري ماء ساخن وقت الطهي الإجمالي المتوقع 5 دقائق 30 ثانية. | قم بدهن طبق مستدير 20 سم أمن الاستخدام في الميكروويف بالزيت. وقم بتحطيم القاعدة بورق زبدة مع دهن الورق بالزيت. امزح الحمص مع الملح والسكر وحمض المستريك. أضف الماء وامزجه جيداً حتى يصبح ناعماً. قم بتدوير الصودا في ماء شديد السخونة وأصفه إلى خليط الحمص. امزجه جيداً (سوف يرتفع الخليط المضروب بسرعة) وقم بسكبه في الطبق المدهون بالزيت. ضعه في فرن الميكروويف. حدد القائمة التلقائية واضغط على البدء. عند الانتهاء، قم بتبrier الدوكلا، وأخرجهما في طبق وقم بتحطيمها إلى أجزاء. قم بتحضير التوابل (التاباك)، وامزجها مع ماء ساخن واسكبها بشكل متساوي على الدوكلا. اتركها جانبياً لمدة 15-20 دقيقة على الأقل. وقدمهما مزينها بجوز الهند المبشور وأوراق الكزبرة. | 1 كوب 1 ملعقة صغيرة 1 ملعقة صغيرة 1 ملعقة صغيرة ¾ كوب 1 ملعقة صغيرة ¼ كوب 2 ملعقة كبيرة ½ ملعقة صغيرة ½ ملعقة صغيرة 2 غرين كمية قليلة ¼ كوب | عدد الحصص: كمية تكفي 4-3 أفراد |

قواعد تلقائية

[5] شوربة/وجبة خفيفة

طهي البطاطس البرنامج 51



| الخطوة 2 | الصافرة | الخطوة 1 | الوصفة |
|---|---|--|---|
| بعد انطلاق الصافرة، قم بنقلب البطاطس وأضغط على البدء. عند الانتهاء، قم بلفها في قطعة قماش نظيفة واتركها جانباً لمدة 10 دقائق. قم بتنفسيرها واستخدمها في وجبات الكاري والشريحة والوصفات الأخرى التي تتطلب بطاطس مسلوقة. ويمكن تخزينها في الثلاجة لمدة 3 أيام والاستخدام حسب الطلب. | انتظر حتى انطلاق الصافرة (تنطلق الصافرة بعد 5 دقائق من البدء) | قم بغسل البطاطس قم بوخزها جميئاً بشوكة. ضعها في صينية دوارة ثم ضعها في فرن الميكروويف مثل قضبان العجلة. حدد قائمة تلقائية وأضغط على البدء. | بطاطس 4، وزن إجمالي حوالي 500 جرام وقت الطهي الإجمالي المتوقع/10 دقائق. |



البرنامج 52 كعك إيديلي عدد الحصص: كمية تكفي 2 أفراد

| الخطوة 1 | الوصفة |
|---|---|
| قم بسكب $\frac{3}{4}$ كوب من الماء الساخن المغلي في الحاوية السفلية للقدر البخاري ضع الأطباق عليه وقم بتنطيتها. ضعه في فرن الميكروويف وأضغط على البدء. عند الانتهاء، أخرجها. اترك كعكات إيديلي تبرد لمدة 3-2 دقيقة. قبل إزالتها من الأطباق. تقدم ساخنة مع الشوتني/السامبار. | خذ قدر بخاري لتسوية الإيديلي يتكون من طبقين وقم بدهن الأطباق بالزيت. قم بسكب الإيديلي المضروب (في درجة حرارة الغرفة) في الأطباق، ملء القوالب حتى $\frac{3}{4}$ المستوى. وقت الطهي الإجمالي المتوقع/3 دقائق. |

قواعد تلقيائية

[5] شوربة/وجبة خفيفة

| | |
|---|--|
|  | البرنامج 49 عدد الحصص: كمية تكفي 4 أفراد مرق راسام بالطماطم |
|---|--|

| الخطوة 1 | الوصفة |
|---|--|
| امزج الدال جيداً مع الماء. أضف بقية المقادير باستثناء عصير الليمون ومقادير التوابل. | dal مطبوخ ومهروس ماء طماطم طماطم مهروس الطماطم مسحوق الراسام أوراق الكاري ملح حسب المذاق عصير الليمون توابل زيت موستارد |
| قم بسكب خليط الدال في إناء عميق. (أدنى سعة 1 ½ لتر) (لا تقم بالتطغية) ضعه في فرن الميكروويف واضغط على البدء. عند الانتهاء، أضف عصير الليمون. قم بتنظيف التوابل (نادكا/باجار) وأضفها. امزج الوجبة جيداً وقدمها ساخنة مزينة بأوراق الكزبرة. | 1 صبغة كبيرة 2 ملعقة كبيرة 2 أكواب 1 ملعقة، مقطعة إلى قطع ¼ سم 2 ملاعق كبيرة 1 ملعقة كبيرة أو حسب المذاق كمية قليلة 2-1 ملعقة كبيرة 1 ملعقة كبيرة 1 ملعقة صغيرة |
| وقت الطهي الإجمالي المتوقع/11 دقيقة. | |

| | |
|---|--|
|  | البرنامج 50 عدد الحصص: كمية تكفي 4 أفراد شوربة حارة (صحي) |
|---|--|

| الخطوة 2 | الصافرة | الخطوة 1 | الوصفة |
|--|--|--|---|
| بعد انطلاق الصافرة، أضف البالاك والعنان وأوراق الكزبرة. قم بتقطيعتها وأعدها إلى فرن الميكروويف. اضغط على البدء. عند الانتهاء، قم بتبريد الخليط. قم بنزع الزنجبيل وتخلص منه. قم بمزج الشوربة وأضف 1 كوب أو أكثر من الماء أو المرق. أضف الملح والفلفل وعصير الليمون حسب المذاق. أعد النسخين قبل التقديم. (القائمة التلقائية إعادة نسخين الشوربة) | انتظر حتى انطلاق الصافرة (تنطلق الصافرة بعد دقيقة 17 دقيقة من البدء) | ضع البالاك والعنان وأوراق الكزبرة في فرن الميكروويف (أدنى سعة 2 لتر). أضف الماء أو المرق. قم بتقطيعته ببطء ووضعه في فرن الميكروويف. حدد القائمة التلقائية واضغط على البدء. | بازلاء خضراء بطاطس صلص زنجبيل فلفل أحضر حار مسحوق الكمون مسحوق المكزبرة مسحوق القرفة ماء/مرق خضروات بالاك أوراق النعناع أوراق كزبرة ملح وفلفل وعصير ليمون للتقديم وقت الطهي الإجمالي المتوقع/22 دقيقة. |

(صحي) : قائمة صحية

قواعد تلقائية

[5] شوربة/وجبة خفيفة

البرنامج 47 شوربة خضار بالدجاج (صحي)

عدد الحصص: كمية تكفي 4 أفراد

| الملحق | الخطوة 2 | الخطوة 1 | الوصفة | |
|--------|---|---|--|---|
| | <p>بعد الصافرة أضف جميع الخضروات.</p> <p>قم بتنطيطها وأعدها إلى فرن الميكروويف. عند الانتهاء أضف الفلفل وزيزد من الملح محسب الحاجة.</p> <p>أضف صوص الصويا والخلواتيات أحادية الصوديوم (اختياري).</p> <p>نقدم ساخنة.</p> | <p>انتظر حتى انتلاق الصافرة (تنطلق الصافرة بعد 16 دقيقة من البدء)</p> | <p>قم بتقطيع الدجاج إلى مكعبات 2 سم، ضعه في إناء عميق آمن الاستخدام في الميكروويف. (السعة لا تقل عن 2 لتر) أضف الماء/المرق والكرفس والمصل والملح وضعه في فرن الميكروويف.</p> <p>حدد القائمة التلقائية واضغط على البدء.</p> | <p>شرائح فيليه الدجاج بدون عظم ماء/مرق دجاج 250 جرام 3 كوب، مقطع كرفس ½ كوب، مقطع بصل ½ كوب، مقطع ملح حسب المذاق بروكلي 100 جم، مقطع إلى أحجام متوسطة جزر 50 جرام، مقطع إلى شرائح سمك ¼ فلفل أحمر وأخضر مسحوق الفلفل حسب المذاق صوص الصويا 2 ملعقة صغيرة غلوتامات أحادية الصوديوم ¼ ملعقة صغيرة، اختياري وقت الطهي الإجمالي المتوقع 31 دقيقة.</p> |

(صحي) : قائمة صحية

| الملحق | الخطوة 1 | الوصفة |
|--------|--|---|
| | <p>قم بتقطيع الخضروات إلى مكعبات وقم بفرمها في مفرمة للأطعمة أو خلاط. ضعها في إناء عميق آمن الاستخدام في الميكروويف (أندي سعة 2 لتر).</p> <p>أضف الماء/المرق، والمصل والثوم والكرفس والملح والفلفل.</p> <p>قم بتنطيطها وضعها في فرن الميكروويف. حدد القائمة التلقائية واضغط على البدء.</p> <p>عند الانتهاء، قم بتنطيطها. خذ حوالي 1 كوب من الخضروات والقليل من سائل الطهي وامزجها حتى تصبح ناعمة. أضفها إلى بقية الشوربة. أضف اللين. أعد التسخين قبل التقديم. (القائمة التلقائية إعادة تسخين الشوربة) والكونكول وغيره.</p> | <p>خلط من الخضروات* 1 ماء/مرق خضار 250 جرام 500 مل ½ كوب، مفروم 4 فصوص، مفروم ¼ كوب، مقطع كرفس ملح وفلفل حسب المذاق لين قليل الدسم 250 مل 1* الجزر والفول والبروكلي والفطر والقرع الأصفر وقت الطهي الإجمالي المتوقع 16 دقيقة.</p> |

(صحي) : قائمة صحية

قواعد تلقائية

[5] شوربة/وجبة خفيفة



- اضغط على لوحة لأعلى/أسفل لاختيار رقم المناسب في الجدول التالي.
- احدد الفتنة المرغوبة. يضيء مؤشر تلقائي ويظهر رقم البرنامج 45 في الشاشة.



البرنامج 45 شوربة طماطم
عدد الحصص: كمية تكفي 4 أفراد

| الخطوة 2 | الصافرة | الخطوة 1 | الوصفة |
|---|--|---|---|
| بعد انطلاق الصافرة أضف الطماطم ومهروس الطماطم والماء، قم بتنطحيتها ببطء، واضغط على البدء. عند الانتهاء، قم بتبريرها وأمزجها حتى تصبح ناعمة. أضف اللين (بارد مغلي مسبقاً) والشدة (اختياري). أضف الملح والفلفل حسب المذاق أعد التسخين قبل التقديم. (القائمة التلقائية إعادة تسخين الشوربة) تقدم مزينة بمزيد من القشدة (اختياري) وأوراق الكزبرة أو البقدونس. | انظر حتى انطلاق الصافرة (تنطلق الصافرة بعد 5 دقائق من البدء) | ضع الزبدة والبصل والكرفس وثوم في إناء عميق أمن الاستخدام في الميكروويف (أدنى سعة 2 لتر). ضعها في فرن الميكروويف، حدد قائمة التلقائية واضغط على البدء. | زبدة 2 ملعقة كبيرة ½ كوب، بصل ¼ كوب، مقطع 4 فصوص، مقطع 250 جرام، مقطعة ½ كوب 2 أكواب 1 كوب ملح وفلفل حسب المذاق ¼ كوب، اختياري قشدة طازجة أوراق الكزبرة أو البقدونس للتزين وقت الطهي الإجمالي المتوقع/32 دقيقة. |



البرنامج 46 شوربة فطر (صحى)
عدد الحصص: كمية تكفي 4 أفراد

| الخطوة 1 | الوصفة |
|--|--|
| ضع جميع المقادير من عيش الغراب إلى الماء/المرق في إناء عميق أمن الاستخدام في الميكروويف (سعة لا تقل عن 2 لتر). قم بتنطحيتها ووضعها في فرن الميكروويف. حدد قائمة تلقائية. اضغط على البدء. عند الانتهاء، قم بتبرير المحتويات حتى تصبح دافئة. قم بمزجها في خلاط. أضف اللين، (سيق الغلي) والملح والفلفل. قم بإعادة التسخين قبل التقديم. (القائمة التلقائية إعادة تسخين الشوربة) وقم بتزويتها بالكزبرة أو البقدونس. | فطر عادي 200 جرام، شرائح ½ كوب بصل مقطع ½ كوب كرفس مقطع 2 ملعقة كبيرة 2 كوب ماء/مرق 1 كوب لين قليل الدسم ملح وفلفل حسب المذاق كزبرة أو بقدونس مقطع للتزين وقت الطهي الإجمالي المتوقع/21 دقيقة. |

(صحى): قائمة صحية

قواعد تلقائية

[4] الطبق الجانبي (جاف)

مسala بالبامية 44 البرنامج

عدد الحصص: كمية تكفي 3 أفراد



| الخطوة 2 | الصافرة | الخطوة 1 | الوصفة |
|--|--|---|--|
| بعد انطلاق الصافرة، اضف البامية وامزجها جيداً. ق بفردها بالتساوي في الطبق. قم بتغطيتها وأعد فرنها إلى درجة 200°C (البيكرووف). اضطرط على البدء، عند الانتهاء، اتركها بدون تقليب لمدة 5 دقائق. وامزجها في عصير الليمون وقدمها ساخنة. | انتظر حتى انتطلق الصافرة (تنطلق الصافرة بعد 6 دقائق من البدء). | قم بتقطيع البامية إلى قطع بطول 3-2 سم، امزجها مع جميع الماسحات. قم بتدويب الملح في 1 ملعقة كبيرة من الماء وامزجه مع البامية. قم بسكب الزيت في طبق عريض أمن الاستخدام في الميكرويف (مستدير 20-22 سم)، اضف البصل والأجوانين (اختياري). ضعه في فرن الميكرويف، حدد القائمة التلقائية واضغط على البدء. | <p>بامية 350 جرام مسحوق الفلفل الحار (الشطة) $\frac{3}{4}$ ملعقة صغيرة أو حسب المذاق مسحوق الكركم $\frac{1}{2}$ ملعقة صغيرة مسحوق توابل مسala جرام $\frac{3}{4}$ ملعقة صغيرة ملح حسب المذاق زيت 2 ملعقة كبيرة بصل 1 $\frac{1}{2}$ كوب، مقطع إلى قطع صغيرة أجوانين $\frac{1}{4}$ ملعقة صغيرة، اختياري عصير ليمون حسب المذاق وقت الطهي الإجمالي المذكور 14 دقيقة.</p> |

قواعد تلقيائية

[4] الطبق الجانبي (جاف)

| الملحق | الخطوة 1 | الخطوة 2 | الوصفة |
|---------|---|---|---|
| الصافرة | الخطوة 1 | الخطوة 2 | الوصفة |
| | <p>انتظر حتى انطلاق الماء وأضف البصل وامزجه جيداً، ثم اخْرُج فرن الميكرويف (لا تقم بفتحه)، اضغط على الماء وأضف زيت الزيتون.</p> <p>بعد انتلاق الصافرة، قم بتحميس جميع المقادير تدريجياً من الفلفل الحار الأحمر حتى الأسافيرية وقم بعمل مسحوق خشن منها، وامزجها بالزيت. قم بتنشير موز الجنة وقطعه إلى مكعبات 2 سم.</p> <p>امزج الماء والصلصة مع ملعقة صغيرة من الملح مع معجون التمر مندي مع الماء وأضف موز الجنة.</p> <p>ضع الخليط في طبق مستدير 22 سم أمن الاستخدام في الميكرويف.</p> <p>قم بتقطيعه بقطع واسعة في فرن الميكرويف. حدد القائمة التلقائية واضغط على البدء.</p> | <p>انتظر حتى انطلاق الماء وأضف البصل وامزجه جيداً، ثم اخْرُج فرن الميكرويف (لا تقم بفتحه)، اضغط على الماء وأضف زيت الزيتون.</p> <p>بعد انتلاق الصافرة، قم بتحميس جميع المقادير تدريجياً من الفلفل الحار الأحمر حتى الأسافيرية وقم بعمل مسحوق خشن منها، وامزجها بالزيت. قم بتنشير موز الجنة وقطعه إلى مكعبات 2 سم.</p> <p>امزج الماء والصلصة مع ملعقة صغيرة من الملح مع معجون التمر مندي مع الماء وأضف موز الجنة.</p> <p>ضع الخليط في طبق مستدير 22 سم أمن الاستخدام في الميكرويف.</p> <p>قم بتقطيعه بقطع واسعة في فرن الميكرويف. حدد القائمة التلقائية واضغط على البدء.</p> | <p>فلفل أحمر حار بذور الكزبرة بذور الكمون فنجيريك (متلهي) فلفل موسادار أسافيريندا زيت موز جنة أصفر 2 حبة كبيرة (حوالى 400 جرام) ملح حسب المذاق معجون التمر مندي ماء وقت الطهي الإجمالي المتوقع/8 دقائق.</p> |

| الملحق | الخطوة 1 | الخطوة 2 | الوصفة |
|---------|--|---|---|
| الصافرة | الخطوة 1 | الخطوة 2 | الوصفة |
| | <p>امزج البانير مع جميع المقادير من الفلفل الحار إلى مهروس الطماطم.</p> <p>قم بتقطيعه ووضعه جانبياً.</p> <p>قم بسكب الزيت في طبق مستدير 22-20 سم أمن الاستخدام في الميكرويف.</p> <p>أضف البصل وامزجه جيداً، وضعه داخل فرن الميكرويف.</p> <p>حدد القائمة التلقائية واضغط على البدء.</p> | <p>انتظر حتى انطلاق الماء وأضف خليط البانير.</p> <p>بعد انتلاق الصافرة، قم بتقطيعه بقطع واسعة في فرن الميكرويف. اضغط على الماء وأضف زيت الزيتون بأوراق الكزبرة.</p> | <p>بانير 200 جرام، مبشرة مسحوق الفلفل الحار (الشطة) $\frac{3}{4}$ ملعقة صغيرة صافية أو حسب المذاق مسحوق الكركم مسحوق الكزبرة مسحوق الكمون مسحوق توابل مسالا جرام ملح حسب المذاق ماء مهروس الطماطم زيت 2 ملاعق كبيرة 2 ملعقة كبيرة $\frac{1}{2}$ كوب، مقطع إلى قطع صغيرة يصل أوراق الكزبرة للتزين وقت الطهي الإجمالي المتوقع/12 دقيقة.</p> |

قواعد تلقائية

[4] الطبق الجانبي (جاف)

| الملحق | الوصفة | الخطوة 1 | الخطوة 2 |
|-------------|--|--|---|
| * الملحق | <p>ضاني مفروم 500 جرام ثمار الدين $\frac{1}{2}$ كوب مهروس الطماطم $\frac{1}{4}$ كوب مسحوق الفلفل الحار (الشطة) 2 ملعقة صغيرة أو حسب المذاق مسحوق الكزبرة 2 ملعقة صغيرة مسحوق المكون 1 ملعقة صغيرة مسحوق توابل مسالا جرام 1 ملعقة صغيرة ملح حسب المذاق زيت 4 ملعقة كبيرة بصل 2 $\frac{1}{2}$ كوب، مفروم زنجبيل 2 ملعقة صغيرة، مفروم ثوم 10 فصوص، مفروم أوراق النعناع 3 ملعقة كبيرة، مقطعة أوراق كزبرة 3 ملعقة كبيرة، مقطعة</p> <p>وقت الطهي الإجمالي المتوقع/23 دقيقة.</p> | <p>قم بمزج الضاني المفروم مع خثارة الدين ومهروس الطماطم وكافة المساحيق والملح. قم بتنقعها لمدة 30 دقيقة. وقم بسكب الزيت في إناء عميق يسكن الزيت في إناء عميق أمن الاستخدام في الميكرويف.</p> <p>أضف البصل والزنجبيل والثوم. امزجها جيداً ووضعها داخل فرن الميكروويف. اضغط على البدء.</p> | <p>بعد الصافرة، أصفف خليط الكيما. امزجه جيداً وقم بتغطيته بغطاء، واضغط على البدء. عند الانتهاء امزجه بأوراق الشعير والتكميل. وقدم ساخناً بعد 5 دقائق.</p> |

[41] مزيج السمك بالتوابل

عدد الحصص: كمية تكفي 4 أفراد

| الملحق | الوصفة | الخطوة 1 | الخطوة 2 |
|-------------|--|---|--|
| * الملحق | <p>هذه وصفة ذات توابل خاصة يمكن تقليل كمية مسحوق الفلفل الحار (الشطة) والفلفل الأخضر الحار حسب التفضيل. سمك كنجد مدخن 400 جرام مسحوق الفلفل الحار (الشطة) 2 ملعقة صغيرة أو حسب المذاق مسحوق الكركم $\frac{1}{2}$ ملعقة صغيرة ملح حسب المذاق زيت 4 ملعقة كبيرة بصل 2 $\frac{1}{2}$ كوب، مفروم زنجبيل 3 ملعقة صغيرة، مفروم ثوم 15 فص، مفروم فلفل أحمر حار 6-4 أوراق كزبرة أوراق تلقانية - سمك مدخن * قانمة تلقانية</p> <p>وقت الطهي الإجمالي المتوقع/23 دقيقة.</p> | <p>قم بإزالة جلد السمك وعظامه وقم بتنشيره. امزجه مع مسحوق الفلفل الحار ومسحوق الكركم والملح. قم بسكب الزيت في طبق مستدير 22 سم، أضف البصل والزنجبيل والثوم واللفافل الأخضر على البدء. عند الانتهاء امزجه بأوراق الكزبرة وقدمه ساخناً.</p> | <p>بعد الصافرة، أصفف خليط السمك. امزجه جيداً، وقم بتغطيته بغطاء، وأعده إلى فرن الميكروويف. اضغط على البدء. عند الانتهاء امزجه بأوراق الكزبرة وقدمه ساخناً.</p> |

قواعد تلقائية

[4] الطبق الجانبي (جاف)

| | |
|--|--|
|  الملحق | سلطة لوبيا متبرعةة (صحى) البرنامج 38 عدد الحصص: كمية تكفي 4 أفراد |
|--|--|

| الخطوة 1 | الوصفة |
|---|---|
| <p>ضع اللوبيا المتبرعةة في قدر بخاري آمن الاستخدام في الميكروويف. قم بسكب 1 كوب من الماء الساخن المغلي في الحاوية السفلية للقدر البخاري. قم بتنطحتها وضعيها في فرن الميكروويف. حدد القائمة التلقائية واضغط على البدء. عند الانتهاء، قم بتبريد الحزم وامزجها مع بقية المقادير.</p> | <p>نبة جرام أخضر متبرعةة 1 كوب طماطم ½ كوب، مقطعة بصل ½ كوب، مقطع فلفل أخضر حار 2، مفروم زنجبيل 1 ملعقة صغيرة، مفروم بذور رومان 1 كوب ملح وسكر وعصيرليمون حسب المذاق مسالا شات حسب المذاق أوراق كزبرة 3 ملعقة كبيرة، مقطعة أوراق النعناع 3 ملعقة كبيرة، مقطعة وقت الطهي الإجمالي المتوقع 7 دقائق.</p> |

(صحى) : قائمة صحية

| | |
|--|---|
|  الملحق | بانزانج محسشو البرنامج 39 عدد الحصص: كمية تكفي 4 أفراد |
|--|---|

| الخطوة 2 | الصافرة | الخطوة 1 | الوصفة |
|---|--|---|--|
| <p>بعد الصافرة، افتح الغطاء وقم بسكب الزيت المتبقي على البانزانج بالكامل. قم بتنقلبه جيداً وأعده إلى فرن الميكروويف بدون غطاء. اضغط على البدء. عند الانتهاء، قدمه ساخناً.</p> | <p>انتظر حتى انطلاق الصافرة (تنطلق الصافرة بعد 8 دقائق من البدء)</p> | <p>قم بتنقطيع البانزانج. قم بتنقطيع البانزانج إلى أربع قطع، بدون فصلها. قم بمزج جميع المقادير من يصل إلى الجاهري معًا. أصفف ملعقة كبيرة من الزيت وامزجها جيداً. قم ببشر البانزانج بهذه الخليط. قم بتربيبه في طبق بريرض وغير عميق وأمن الاستخدام في الميكروويف، مع جعل القطع الكبيرة ذاتية الحافة الخارجية والمقطع الصغيرة في الوسط، في طبقة واحدة. قم بتنطحتها بخطاء. ضعي في فرن الميكروويف. حدد القائمة التلقائية واضغط على البدء.</p> | <p>بانزانج صغير بذفسجي 500 جرام بصل 1 ½ كوب، مقطع إلى قطع صغيرة مسحوق الكاري 1 ملعقة كبيرة أو حسب المذاق مسحوق توابل مسالا جرام 1 ملعقة صغيرة ملح حسب المذاق مسحوق الجاهري 2-1 ملعقة كبيرة، اختياري زيت 3 ملعقة كبيرة وقت الطهي الإجمالي المتوقع 13 دقيقة.</p> |

قواعد تلقائية

[4] الطبق الجانبي (جاف)

البرنامج 36 مسالا كادي بالدجاج

عدد الحصص: كمية تكفي 4 أفراد



| الخطوة 2 | الصافرة | الخطوة 1 | الوصفة |
|--|---|--|---|
| بعد انتلاق الصافرة، أضف الدجاج، وامزجه جيداً وقم بتنططيته ببطء واضغط على البدء. عند الانتهاء، قدمها ساخنة. | انتظر حتى انتلاق الصافرة (تنطلق الصافرة بعد 8 دقائق من البدء) | قم بإزالة الجلد والعظام من الدجاج وتحفيض اللحم، امزجه مع جميع المقادير من الفلفل الأخضر الحار إلى المرق الماء. قم بسكب الزيت في طبق مستدير 22-20 سم أمن الاستخدام في الميكروويف. أضف البصل، وامزجه جيداً ووضعه في فرن الميكروويف وحدد القائمة التلقائية ثم اضغط على البدء. | دجاج مطبوخ* فلفل أحضر حار 2، مقطع إلى قطع صغيرة زنجبيل حبة 3 س، مقطعة إلى قطع صغيرة أوراق النعناع 2 ملعقة كبيرة، مقطعة أوراق كزبرة 2 ملعقة كبيرة، مقطعة مهروس الطماطم $\frac{1}{4}$ كوب مسحوق الفلفل الحار (الشطة) $\frac{3}{4}$ ملعقة صغيرة أو حسب المذاق مسحوق الفلفل $\frac{1}{2}$ ملعقة صغيرة مسحوق الكمون $\frac{1}{2}$ ملعقة صغيرة مسحوق الكزبرة $\frac{3}{4}$ ملعقة صغيرة ملح حسب المذاق $\frac{1}{3}$ كوب ماء/مرق دجاج 2 ملعقة كبيرة زيت بصل $\frac{1}{2}$ كوب، مقطع إلى قطع صغيرة * القائمة التلقائية - طهي الدجاج وقت الطهي الإجمالي المتوقع/16 دقيقة. |



البرنامج 37 سمك بصلصة شوتني

عدد الحصص: كمية تكفي 4 أفراد

| الخطوة 1 | الوصفة |
|---|--|
| إذا كانت شرائح السمك كبيرة، قم بتنططيتها إلى 2 قطعة وتخلص من العظام الوسطى. ضع عصير الليمون والفلفل على الجانبين. قم بتنقطيع أوراق الموز إلى قطع كبيرة بما يكفي للف شرائح السمك. قم بخفس الأوراق في ماء مغلي لمدة 5 دقائق. ثم تصفيه الأوراق ومسحها ووصل الجانب اللامع بالزيت. قم بطحن جميع المقادير الخاصة بالشوتوتي معاً باستخدام أقل مقدار من الماء. ضع الشوتوتي على جانبى شرائح السمك وضع كل واحدة على الجانب المدهون بالزيت من ورق الموز. قم بطي الورق لعمل حزم أنيقة. قم بتنطبيتها بخيط. | استخدم أي سمك قشرى كبير مثل كنج فيش أو سمك بتكى أو البومفريت الأسود شرائح السمك 400 جرام (بسمك 1 سم) عصير الليمون 2 ملعقة كبيرة مسحوق الفلفل $\frac{1}{2}$ ملعقة صغيرة كمية قليلة أوراق الموز زيت للدهن الشوتوتي 1 كوب جوز هند مششور 8-6 فلفل أحضر حار زنجبيل $\frac{4}{3}$ فصوص 1 ملعقة صغيرة $\frac{1}{4}$ كوب، مقطعة ملح حسب المذاق وقت الطهي الإجمالي المتوقع/5 دقائق. |

قواعد تلقائية

[4] الطبق الجانبي (جاف)



- اضغط على لوحة أعلى/أسفل لاختيار الرقم المناسب في الجدول التالي.
- حدد الفئة المرغوبة. يضيء مؤشر تلقائي ويظهر رقم البرنامج 33 في الشاشة.



طهي الخضروات البرنامج 33

| الخطوة 1 | الوصفة |
|--|---|
| قم بقطيع الخضروات إلى قطع متوسطة الحجم (مكعبات/شرائح 1.5-1 سم). قم برش الماء عليها. ضعها في طبق عريض آمن الاستخدام في الميكروويف وقم بتنحطيتها بغطاء. ضعها في فرن الميكروويف، حدد القائمة التلقائية واضغط على البدء. عند الانتهاء، اتركها لمدة 10 دقائق. حسب الحاجة. | خضروات طازجة ماء 500 جرام 2 ملعقة كبيرة وقت الطهي الإجمالي المتوقع/10 دقائق. |



سمك مدخن البرنامج 34

| الخطوة 1 | الوصفة |
|--|--|
| ضع شرائح السمك على طبقة واحدة في طبق مسطح آمن الاستخدام في الميكروويف. قم بتغطيته بغطاء وضعه في فرن الميكروويف. حدد القائمة التلقائية واضغط على البدء. عند الانتهاء، اتركها لمدة 10 دقائق. استخدماها وجات شرائح السمك وخطة السمك المتبعة والاطباق الأخرى حسب الحاجة. | شرائح سمك 400 جرام (لا يزيد سمكها عن 2 سم) وقت الطهي الإجمالي المتوقع/6 دقائق 30 ثانية. |



بطاطس بالكاردي البرنامج 35
عدد الحصص: كمية تكفي 4 أفراد

| الخطوة 1 | الوصفة | |
|---|--|--|
| بعد انتلاق الصافرة، انتظر حتى انتطلق الصافرة (تنطلق الصافرة بعد 3 دقائق من البدء). عند الانتهاء، قدمها ساخنة. | فم بتشكيل البطاطس وتقطيعها إلى مكعبات 3 سم. قم بمزج جميع المقادير مع الملح والماء واخلطها مع البطاطس. قم بسك الزيت في طبق مستدير 22-20 سم آمن الاستخدام في الميكروويف. أصف الموستارد وبدور الكمون. ضعه في فرن الميكروويف. حدد القائمة التلقائية واضغط على البدء. | بطاطس مطبوخة* 500 جرام مسحوق الفلفل الحار (الشطة) 1 ملعقة صغيرة أو حسب المذاق مسحوق الكركم 1/2 ملعقة صغيرة مسحوق توابل مسالا جرام ملح حسب المذاق ماء زيت موستارد بذور الكمون * القائمة التلقائية - طهي البطاطس وقت الطهي الإجمالي المتوقع/8 دقائق. |

قواعد تلقائية

[3] الطبق الجانبي (مرق)

البرنامج 32

بالاك دال (صحى)

عدد الحصص: كمية تكفي 4 أفراد



| الخطوة 2 | الصافرة | الخطوة 1 | الوصفة |
|---|--|---|---|
| بعد انطلاق الصافرة، أصف الدال وأمزجه جيداً واعده إلى فرن الميكروويف. اضغط على البدء، عند الانتهاء، قدمها ساخنة. | انتظر حتى انطلاق الصافرة (تنطلق الصافرة بعد 8 دقائق من البدء). | امزج الدال مع الماء والملح. قم بسكب الزيت في إناء عميق آمن الاستخدام في الميكروويف (أدنى سعة 2 لتر) أصف كافية المقاييس من الدال حتى القرفة. ضعه في فرن الميكروويف. حدد القائمة التلقائية واضغط على البدء. | دال التور المطبوخ 1 كوب، مهروس * ملح حسب المذاق ماء زيت 2 ملعقة كبيرة بالاك 2 كوب، مقطع إلى قطع صغيرة ملح ½ ملعقة صغيرة فلفل أحضر حار زنجبيل 1 ملعقة صغيرة، مقطع مسحوق الفلفل الحار (الشطة) مسحوق الكركم ½ ملعقة صغيرة مسحوق الكزبرة 1 ملعقة صغيرة مسحوق الكمون ½ ملعقة صغيرة 2 قطعة قرنيفل قرفة * القائمة التلقائية - طهي الدال وقت الطهي الإجمالي المتوقع 20 دقيقة. |

(صحى) : قائمة صحية

قوائم تلقائية

[3] الطبق الجانبي (مرق)

طهي الدال 30 البرنامج

| الملح | | الخطوة 1 | الوصفة |
|--|--|---|---|
| الخطوة 2 | الصافرة | الخطوة 3 | |
| بعد انطلاق الصافرة، قم بتنقيبها جيداً واضغط على البداء، عند الانتهاء، قم بهرسه جيداً واستخدمه في الوصفات حسب الحاجة. يمكن تخزين الدال في الثلاجة لمدة 3-2 أيام والاستخدام حسب الطلب. | انتظر حتى انطلاق الصافرة (تنطلق الصافرة بعد 23 دقيقة من البدء) | قم ببنية الدال في 4-6 كوب من الماء. قم بتصفيفه وأضف ½ كوب من الماء. في إناء عميق أمن الاستخدام في فرن الميكروويف (السعة لا تقل عن 2 لتر) ولا تقم بالتنفسية. حدد القائمة التلقائية واضغط على البداء. | dal التوفار دام 100 جرام وقت الطهي الإجمالي المتوقع/28 دقيقة. |



سامبار بالمولوي (صحى)
البرنامج 31 عدد الحصص: كمية تكفي 4 أفراد

| الملح | | الخطوة 1 | الوصفة |
|--|--|---|--|
| الخطوة 2 | الصافرة | الخطوة 3 | |
| بعد الصافرة، أضف خليط الدال. قم بتنقيبها جيداً وأعده إلى فرن الميكروويف. لا تقم بالتنفسية. اضغط على البداء، عند الانتهاء، قم بتحضير التوابيل ثم أضفها. وامزجها جيداً وقدم الوجبة ساخنة. قد يصبح السامبار متكللاً عندما يبرد. أضف الماء المغلي لتذويبه. | انتظر حتى انطلاق الصافرة (تنطلق الصافرة بعد 10 دقائق من البدء) | قم بتشكيل الفجل وتقطيعه إلى شرائح مسديرة ¼ سم، قم بتنقيب البصل وتقطيع الحبات الكبيرة إلى أنصاف، وترك الحبات الصغيرة كما هي. امزج الدال مع المسالا سامبار ومعجون التمر هندي والملح والماء. ضع الخضرروات في إناء عميق أمن الاستخدام في فرن الميكروويف (السعة لا تقل عن 2 لتر) وأضف 1 كوب ماء. قم بتنفسيته بغطاء وضمه في فرن الميكروويف. حدد القائمة التلقائية واضغط على البداء. | فجل بصل سامبار ماء dal مطبخ ومهروس * مسحوق التمر هندي مسالا سامبار ملح حسب المذاق ماء توابيل زيت موستارد أوراق الكاري * القائمة التلقائية - طهي الدال وقت الطهي الإجمالي المتوقع/18 دقيقة. |

(صحى): قائمة صحية

قواعد تلقائية

[3] الطبق الجانبي (مرق)

البرنامج 28

سمك بالكارب والتمر هندي (صحى)
عدد الحصص: كمية تكفي 4 أفراد



| الخطوة 2 | الصافرة | الخطوة 1 | الوصفة |
|---|--|--|---|
| بعد انطلاق الصافرة، أضف السمك وأمزجه وقم بتنطينيه بخطاء، واعده إلى فرن الميكروويف. اضغط على البدء. عند الانتهاء، اتركها لمدة 10 دقائق، وقم بتحضير التوابل وأضف الكاري. يقدم ساخناً. | انتظر حتى انطلاق الصافرة (تنطلق الصافرة بعد 12 دقيقة من البدء) | ضع البصل والثوم في طبق مستدير 22 سم أمن الاستخدام في الميكروويف. أضف مسحوق الكاري والماء والملح والتمر الهندي، أمزجها جيداً ووضعها في فرن الميكروويف. حدد القائمة التلقائية واضغط على البدء. | يمكن إعداد هذا الكاري بأي سمك من اختيارك. في حالة استخدام سمك صغير، قم بتنظيفه واحتفظ به كاملاً. قطع سمك 400 جرام ملح $\frac{1}{2}$ ملعقة صغيرة بصل 1 كوب، مقطع إلى قطع صغيرة ثوم 4 مقصوص، مفروم مسحوق الكاري 2 ملعقة كبيرة أو حسب المذاق ماء 1 كوب $\frac{1}{4}$ معجون التمر هندي 1 ملعقة صغيرة ملح حسب المذاق توابل زيت موستارد أوراق الكاري قم بمزج السمك مع $\frac{1}{2}$ ملعقة صغيرة ملح. وقت الطهي الإجمالي المتوقع/22 دقيقة. |

(صحى) : قائمة صحية

كادي

البرنامج 29

عدد الحصص: كمية تكفي 4 أفراد



| الخطوة 2 | الصافرة | الخطوة 1 | الوصفة |
|--|--|--|---|
| بعد انطلاق الصافرة، قم بتنطينيها جيداً واضغط على البدء. عند الانتهاء، قم بتحضير التوابل (تادكاً/ باجار) وأضفها إلى الكادي. قدمه مزيناً بأوراق الكزبرة. | انتظر حتى انطلاق الصافرة (تنطلق الصافرة بعد 12 دقيقة من البدء) | قم بخفق خثارة اللبن حتى تصبح ناعمة. أضف الماء والحمص وكافة المساحيق والملح والسكر. أمزجها حتى تصبح ناعمة. قم بسكبها في إناء عميق أمن الاستخدام في الميكروويف. (أدنى سعة 2 لتر) ووضعه في فرن الميكروويف. حدد القائمة التلقائية واضغط على البدء. | خثارة اللبن 1 كوب ماء 3 أكواب حمص 3 ملعقة كبيرة مسحوق الفلفل الحار (الشطة) 1 ملعقة صغيرة مسحوق الكمون $\frac{1}{2}$ ملعقة صغيرة مسحوق الكزبرة $\frac{1}{2}$ ملعقة صغيرة مسحوق الكركم ملح حسب المذاق سكر $\frac{1}{2}$ ملعقة صغيرة، اختياري توابل زيت موستارد بذور الكمون أوراق الكاري وقت الطهي الإجمالي المتوقع/15 دقيقة. |

قواعد تلقاءية

[3] الطبق الجانبي (مرق)

| الملحق | بطاطس أو باجي | |
|---|--|--|
| البرنامج 26 عدد الحصص: كمية تكفي 4 أفراد | | |
| الخطوة 2 | الصافرة | الخطوة 1 |
| الخطوة 2 | الصافرة | الوصفة |
| بعد الصافرة أضف خليط المطاطس. | انتظر حتى انتلاقي الصافرة (تنطلق) الصافرة بعد 7 دقائق من (البدء) | قم بتقطير البطاطس وتقطيعها، وقم بهرس بعضها منها. امزجها مع مهروس الطماطم، ومسحوق الفلفل الحار، ومسحوق الكركم والملح والماء. قم بسكب الزيت في إناء عميق أمن الاستخدام في الميكروويف (أدنى سعة 1 ½ لتر). أضف البصل والفلفل الأخضر الحار. ضعه في فرن الميكروويف. حدد القائمة التلقائية واضغط على البدء. |
| قم بتحطيميه بخطاء، وأعده إلى فرن الميكروويف واضغط على البدء. عند الانتهاء، قم بذريته بأوراق الكزبرة وقدمه مع الفطائر. | | 350 جرام 1 ملاعق كبيرة ½ ملعقة صغيرة ½ ملعقة صغيرة 1 كوب 1 ملعقة كبيرة 1 ½ كوب، مقطع إلى شرائح صغيرة يصل فلفل أحضر حار 2-4، غرين أوراق الكزبرة للتزين * القائمة التلقائية - طهي البطاطس وقت الطهي الإجمالي المتوقع/15 دقيقة. |

| الملحق | يختن الخضروات | |
|---|--|---|
| البرنامج 27 عدد الحصص: كمية تكفي 4 أفراد | | |
| الخطوة 2 | الصافرة | الخطوة 1 |
| الخطوة 2 | الصافرة | الوصفة |
| بعد الصافرة، أضف خليط الخضروات. قم بتحطيميه بخطاء، وأعده إلى فرن الميكروويف. اضغط على البدء. عند الانتهاء، قدمه ساخناً مزيناً بأوراق الكزبرة. | انتظر حتى انتلاقي الصافرة (تنطلق) الصافرة بعد 5 دقائق من (البدء) | قم بمزج الخضروات مع لين جوز الهند. قم بمزج دقيق الأرز مع بعض الماء وقم بإضافته إلى الخضروات. أضف الماء المتتبقي والملح. قم بسكب الزيت في إناء أمن الاستخدام في الميكروويف. (أدنى سعة 1 ½ لتر) أضف جميع المقادير من القرفة إلى الفلفل الأسود. امزجها جيداً وضعها في فرن الميكروويف. حدد القائمة التلقائية واضغط على البدء. |
| | | خلط خضروات مطبوخة* 400 جرام 1 عبوة (200 مل) 250 مل 1 ملعقة كبيرة 2 ملعقة كبيرة 3 قطعة 2 ½ كوب، مقطع 3 سم، مقطع 3 زنجبيل ¼ ملعقة صغيرة، مطحون فلفل أسود * الجزر والفول والبطاطس والبازلاء الخضراء؛ القائمة التلقائية - طهي الخضروات وقت الطهي الإجمالي المتوقع/16 دقيقة. |

قواعد تلقائية

[3] الطبق الجانبي (مرق)

البرنامج 24

فطر شاهي بالكاربوري

عدد الحصص: كمية تكفي 4 أفراد



| الخطوة 2 | الصافرة | الخطوة 1 | الوصفة |
|--|--|--|--|
| بعد انتلاق الصافرة أضف العطر وخليط لين جوز الهند وأمزجه جيداً. قم بتنطيطه بغطاء وأعده إلى فرن الميكروويف. اضبط على البدء. عند الانتهاء قم بقليل القشدة به وقدمه ساخناً. | انتظر حتى انتلاق الصافرة (تنطلق الصافرة بعد 7 دقائق من (البدء) | قم بتقطيع الفطر إلى قطع أرباع. قم بطحن البصل والزنجبيل والثوم في معجون، بدون إضافة أي مياه. قم بطحن جوز الكاشيرو مع قليل من الماء لعمل معجون. قم بمزج معجون جوز الكاشيرو مع لين جوز الهند وكاسوري ميتي والماء والملح. قم بمزج معجون البصل مع مهروس الطماطم وكافة الماساحيق والزيت. ضعه في إناء عميق أمن الاستخدام في فرن الميكروويف (السعة لا تقل عن 1 لتر). وضعه في فرن الميكروويف. حدد القائمة التلقائية واضغط على البدء. | فطر عادي (على شكل زر) 200 جرام بصل ثوم زنجبيل مهروس الطماطم مسحوق الفلفل الحار (الشطة) 1 ملعقة صغيرة أو حسب المذاق مسحوق الكركم مسحوق الكمون مسحوق توابل مسالا جرام جوز الكاشيرو زيت/سمن الغنم كاسوري ميتي لين جوز الهند ماء ملح حسب المذاق فتشدة طازجة وقت الطهي الإجمالي المتوقع 12 دقيقة. |



جميري مالي بالكاربوري

البرنامج 25

عدد الحصص: كمية تكفي 4 أفراد

| الخطوة 2 | الصافرة | الخطوة 1 | الوصفة |
|--|--|---|--|
| بعد الصافرة أضف خليط لين جوز الهند. أمزجه جيداً. ضعه في فرن الميكروويف وقم بتنطيطه بغطاء. اضبط على البدء. عند الانتهاء، اتركه بدون تفليق لمدة 5 دقائق وقدمه ساخناً. | انتظر حتى انتلاق الصافرة (تنطلق الصافرة بعد 3 دقائق من (البدء) | قم بمزج لين جوز الهند مع خثارة اللين ومهروس الطماطم والماء والملح. قم بمزج الجميري مع معجون الزنجبيل والثوم وكافة المساحيق. ضعه في طبق مستدير 22 سم أمن الاستخدام في الميكروويف. قم بسكب الزيت وأمزجه جيداً. ضع الطبق في فرن الميكروويف. حدد القائمة التلقائية واضغط على البدء. | لين جوز الهند خثارة اللين 3 ملاعق كبيرة، مخفوق حتى أصبحت ناعماً مهروس الطماطم ماء ملح حسب المذاق جميري مقرمش معجون الزنجبيل والثوم مسحوق الفلفل الحار (الشطة) 1 ملعقة صغيرة أو حسب المذاق مسحوق الكركم مسحوق توابل مسالا جرام زيت وقت الطهي الإجمالي المتوقع 9 دقائق. |

قواعد تلقيائية

[3] الطبق الجانبي (مرق)



البرنامج 22 راسدار بالخضروات عدد الحصص: كمية تكفي 4 أفراد

| الخطوة 2 | الصافرة | الخطوة 1 | الوصفة |
|--|--|--|---|
| بعد انتلاق الصافرة، أضف خليط الخضروات المحتفظ به وامزجه جيداً وقم بتنططيته ببغاء. قم بإعادتها إلى فرن الميكروويف وأضغط على البدء، عند الانتهاء، قدمه ساخناً، وقم بتزيينه بأوراق الكزبرة. | انتظر حتى انتلاق الصافرة (تنطلق الصافرة بعد 5 دقائق من البدء). | قم بمزج الخضروات مع الماء والملح واتركها جانبياً. قم بطحن البصل والزنجبيل والثوم في معجون، بدون استخدام أي مياه. امزح مسحوق الكاري مع مسحوق مسالاً جرام. أضف مهروس الطماطم والزيت. قم بمزجه جيداً ووضعه في إناء عميق أمن الاستخدام في التمر هندي. (السعة لا تقل عن ½ لتر) ضع في فرن الميكروويف، حدد القائمة التلقائية وأضغط على البدء. | خلط خضروات مطبوخة* ماء ملح حسب المذاق بصل ثوم زنجبيل مسحوق الكاري 3 ملعقة صغيرة أو حسب المذاق مسحوق توابل مسالاً جرام 1 ملعقة صغيرة ¼ كوب مهروس الطماطم 3-2 ملعقة كبيرة * القائمة التلقائية - طهي الخضروات وقت الطهي الإجمالي المتوقع/13 دقيقة. |



البرنامج 23 سمك بالكارب وجوز الهند عدد الحصص: كمية تكفي 4 أفراد

| الخطوة 2 | الصافرة | الخطوة 1 | الوصفة |
|--|--|---|---|
| بعد انتلاق الصافرة، أضف السمك وامزجه جيداً. أعده إلى فرن الميكروويف وقم بتنططيته ببغاء، أضغط على البدء، عند الانتهاء، اتركه بدون تقليل لمدة 10 دقائق وقدمه ساخناً. | انتظر حتى انتلاق الصافرة (تنطلق الصافرة بعد 7 دقائق من البدء). | قم بتنطيط السمك إلى مكعبات 4 سم (واحتفظ على ذلك سمك البوتاسيت والماكرييل كاملاً). قم بمزج الفلفل الحار الأخضر مع الملح ومعجون التمر هندي. قم بطحن جوز الهند مع كافة المساحيق والثوم معاً لعمل عجينة ناعمة، باستخدام بعض الماء. أضف البصل والملح، و2 كوب من الماء. قم بمزجه جيداً واسكبه في إناء عميق أمن الاستخدام في الميكروويف. (أدنى سعة 2 لتر) وضمه في فرن الميكروويف. حدد القائمة التلقائية وأضغط على البدء. | يمكن استخدام معظم أنواع السمك في هذا الكاري. ومن الأمثلة على ذلك سمك البوتاسيت والماكرييل وكينج فش والساندالز وسمك السنابير الأحمر. في حالة استخدام سمك صغير، قم بتنظيفه واحفظه به كاملاً. سمك فلفل أخضر حار 2، مقطوع معجون التمر هندي ¾ ملعقة صغيرة ملح ½ ملعقة صغيرة ¼ كوب مسحوق الفلفل الحار (الشطة) 2 ملعقة صغيرة أو حسب المذاق مسحوق الكزبرة 1 ملعقة صغيرة مسحوق الكمون ½ ملعقة صغيرة 4 فصوص ثوم بصل ½ كوب، مقطع إلى قطع صغيرة (50 جرام) ماء 2 كوب ملح حسب المذاق وقت الطهي الإجمالي المتوقع/15 دقيقة. |

قواعد تلقائية

[3] الطبق الجانبي (مرق)

البرنامج 21

مكني بالدجاج/جبنه بازير

عدد الحصص: كمية تكفي 4 أفراد



| الخطوة 2 | الصافرة | الخطوة 1 | الوصفة |
|---|--|---|---|
| <p>بعد انطلاق الصافرة/ اصف البانير/الدجاج، و معجون جوز الكاشيو، وكاسوري ميتي والماء والملح والسكر. امزجه جيدياً. قم بإعادتها إلى فرن الميكرويف واضغط على البدء.</p> <p>عند الانتهاء قم بتنقلب القشدة والزيادة به. يفقد ساخناً وزُين بالقشدة الإضافية. (اختياري)</p> | <p>انتظر حتى انطلاق الصافرة (تنطلق الصافرة بعد 8 دقائق من البدء)</p> | <p>قم بمزج مهروس معجون الزنجبيل والثوم والقرفة والكارادامون واللفلل الأخضر الحار وسمن الغنم/الزيت في طبق مستدير 20-22 سم أمن الاستخدام في الميكرويف. ضعه في فرن الميكرويف. ضعه حدد المائمة التلقائية واضغط على البدء.</p> | <p>بالنسبة لمكني البانير، استخدم 200 جرام من تكا بجين بازير*/مكعبات بازير مقلية بالنسبة لمكني الدجاج 300 جرام من دجاج تكا**/ دجاج مطبوخ بدون عظم *** القائمة التلقائية - تكا بجين بازير* القائمة التلقائية - دجاج كاكا** القائمة التلقائية - طهي الدجاج *** جرافي مهروس الطماطم بصل معجون الثوم والزنجبيل قرنفل كارادامون مسحوق اللفلل الحار (الشطة) فلفل أخضر حار زيت/سمن الغنم كاسوري ميتي جوز الكاشيو ماء ملح حسب المذاق سكر قشدة طازجة زيادة قشدة إضافية للتزيين، اختياري وقت الطهي الإجمالي المتفق/15 دقيقة.</p> |

قوائم تلقائية

[3] الطبق الجانبي (مرق)



- اضغط على لوحة البدء.
- اضغط على لوحة أعلى/أسفل لاختيار الرقم المناسب في الجدول التالي.
- حدد الفئة المرغوبة. يضيء مؤشر تلقائي ويظهر رقم البرنامج 19 في الشاشة.

| الملحق | البرنامح 19 | ألو مatar | عدد الحصص: كمية تكفي 3 أفراد |
|--------|-------------|-----------|------------------------------|
|--------|-------------|-----------|------------------------------|

| الخطوة 2 | الصافرة | الخطوة 1 | الوصفة |
|---|---|---|---|
| بعد الصافرة، أضف البازلاء والبطاطس وخليط مهروس الطماطم. امزجها جيداً وأعدها إلى فرن الميكرويف. قم بتحطيم الطبق بخطاء. اضغط على البدء. عند الانتهاء، قم بالتنزين بالكاردي مع أوراق الكزبرة المقطعة وقدمه ساخناً. | انتظر حتى انتطلق الصافرة (تنطلق الصافرة بعد 8 دقائق من البدء) | قم بنقع البازلاء في الماء لمدة 15 دقيقة وقد يتصفيفها. قم بتفشير البطاطس وقطعها إلى مكعبات 3 سم. قم بمزج مهروس الطماطم مع كافة المساحيق والماء والملح. قم بسكب الزيت في طبق 20-18 سم من الاستخدام في الميكرويف. أضف البصل والزنجبيل والثوم وامزجها جيداً. ضعه في فرن الميكرويف. حدد القائمة التلقائية واضغط على البدء. | بارازلاء خضراء مجففة بطاطس مطبوخة* مهروس الطماطم 150 جرام، في درجة حرارة الغرفة مسحوق الفلفل الحار (الشطة) ملعقة صغيرة أو حسب المذاق 1 ملعقة صغيرة مسحوق الكركم 1/2 ملعقة صغيرة مسحوق توابل مسالا جرام ملح حسب المذاق ماء 3 كوب زيت 3 ملعقة كبيرة بصل 1/2 كوب، مقطع إلى قطع صغيرة ثوم 6 فصوص، مقطع إلى قطع صغيرة زنجبيل 2 سم، مقطع إلى قطع صغيرة * القائمة التلقائية - طهي البطاطس وقت الطهي الإجمالي المتوقع/13 دقيقة. |

| الملحق | البرنامح 20 طهي الدجاج |
|--------|------------------------|
|--------|------------------------|

| الخطوة 1 | الوصفة |
|---|--|
| ضع قطع الدجاج في إناء عميق أمن الاستخدام في الميكرويف. قم بتدوير الملحق في الماء وأضفه إلى الدجاج. قم بتحطيمه بخطاء وضعه في فرن الميكرويف. حدد القائمة التلقائية واضغط على البدء. عند الانتهاء، اتركه بدون تقليل لمدة 10 دقائق. ثم قم بتصفيته والاحتفاظ بالمرق للاستخدام في عمل شوربة ووصفات أخرى. يمكن استخدام الدجاج في السندوتشات والوصفات الأخرى باستخدام الدجاج المطبوخ/المفتت. يمكن تخزين المرق والدجاج في الثلاجة لمدة 3 أيام والاستخدام حسب الطلب. ويمكن تخزينه في المجمد لمدة 2 أسبوع. | قطع الدجاج 500 جرام ماء 250 مل ملح 1/2 ملعقة صغيرة وقت الطهي الإجمالي المتوقع/15 دقيقة. |

قواعد تلقائية

[2] الطبق الرئيسي

البرنامـج 17 أرز بالليمون

عدد الحصص: كمية تكفي 3 أفراد



| الخطوة 2 | الصافرة | الخطوة 1 | الوصفة |
|--|---|--|---|
| بعد انتطاق الصافرة، أضف خليط الأرز وقـم بـنـغـطـيـتـهـ وـأـعـدـهـ إـلـىـ فـرـنـ المـيكـروـوـيفـ،ـ وـاضـغـطـ عـلـىـ الـبـدـءـ.ـ عـنـدـ الـاـتـهـاءـ،ـ أـضـفـ عـصـيرـ الـلـيـمـوـنـ،ـ وـأـمـزـجـهـ جـيـداـ وـقـدـ الـوـجـةـ سـاخـنـةـ. | انتظر حتى انتطاق الصافرة (تنطلق الصافرة بعد 2 دقيقة من البدء) | قم بمزج جميع المقادير معًا من الأرز إلى الملح واحفظها جانبًا. قم بسكب الزيت في طبق أمن الاستخدام في الميكروويف. أضف جميع المقادير من المستارد إلى ورق الكاري. ضعه في فرن الميكروويف وحدد قائمة تلقائية، واضغط على البدء. | أرز مدخن* 3 كوب، في درجة حرارة الغرفة مسحوق الكركم ½ ملعقة صغيرة أوراق كزبرة مقطعة ماء ملح حسب المذاق زيت دبسون موسـتـارـدـ أورادـ دـالـ فلفـلـ أـخـضـرـ حـارـ أوراقـ الـكـاريـ صـصـيرـ الـلـيـمـوـنـ * قائمة تلقائية - أرز مدخن وقت الطهي الإجمالي المتوقع 5 دقائق. |

البرنامـج 18 أرز بالبرتقـال

عدد الحصص: كمية تكفي 4-3 أفراد



| الخطوة 2 | الصافرة | الخطوة 1 | الوصفة |
|--|---|---|---|
| بعد الصافرة أضف خليط الأرز، أمزجه جيداً. قم بـنـغـطـيـتـهـ جـيـزاـيـاـ.ـ بـالـغـطـاءـ،ـ مـعـ تـرـكـ تـهـويـةـ.ـ عـنـدـ الـاـتـهـاءـ،ـ أـضـفـ عـلـىـ الـبـدـءـ.ـ عـنـدـ الـاـتـهـاءـ،ـ قـمـ بـنـغـطـيـتـهـ وـأـتـرـكـهـ بـدـونـ تـقـلـيبـ لـمـدـدـ 5ـ دقـائـقـ.ـ وـأـمـزـجـهـ جـيـداـ وـقـدـهـ سـاخـنـةـ. | انتظر حتى انتطاق الصافرة (تنطلق الصافرة بعد 5 دقائق من البدء) | قم بغسل الأرز، وتسقيته جيداً، وأضف 1 ½ كوب من الماء. اتركه مغطواً لمدة 15 دقيقة. أضف عصير البرتقال ومسحوق الفلفل الحار، وأوراق الكزبرة والملح والجزر. قم بسكب الزيت في إناء عميق آمن الاستخدام في الميكروويف. (أدنى سعة 2 لتر) أضف كافة المقادير من البصل حتى ورق الغار. أمزجها جيداً وضعها في فرن الميكروويف. حدد القائمة التلقائية واضغط على البدء. | أرز بسمتي 1 كوب ماء 1 ½ كوب عصير برتقال (بدون إضافة السكر) 1 كوب مسحوق الفلفل الحار (الشطة) ¾ ملعقة صغيرة أوراق كزبرة 4 ملاعق كبيرة، مقطعة ملح حسب المذاق جزر 1 حجم متوسط، مبشورة زيت/سمن الغنم 2 ملعقة كبيرة بصل 1 كوب، مقطع إلى شرائح رقيقة قرنفل 3 قطعة قرفة 3 كارダメوم 1 ينسون نجمي ¼ ملعقة صغيرة شا جيرا 1 ورق الغار 1 وقت الطهي الإجمالي المتوقع 31 دقيقة. |

قواعد تلقائية

[2] الطبق الرئيسي

أرز بالاك 15 البرنامج

عدد الحصص: كمية تكفي 3 أفراد

| الوصفة | الخطوة 1 | الصافرة | الخطوة 2 |
|--|--|--|--|
| أرز مدحن * ملح زيت بالاك فلفل أحضر حار زنجبيل مسحوق الفلفل الحار (الشطة) مسحوق الكركم مسحوق توابل مسala جرام كاسوري ميتي ملح عصير ليمون حسب المذاق * قائمة تلقائية - أرز مدحن وقت الطهي الإجمالي المتوقع 8 دقائق. | قم بمزج الأرز مع الملح واتركه جانباً. قم بسكب الزيت في إناء آمن الاستخدام في الميكروويف. (أدنى سعة 2 لتر) أضف بقية المقادير باستثناء حصير الليمون. امزجها جيداً وضعها في فرن الميكروويف. حدد القائمة التلقائية واضغط على البدء. | انظر حتى انتطلق الصافرة (تنطلق) الصافرة بعد 5 دقائق من (البدء) | بعد انتلاق الصافرة، أضف الأرز وأمزجه جيداً وقم بتغطيته بغطاء، واعده إلى فرن الميكروويف. اضغط على البدء. عند الانتهاء، اتركه بدون تقليل لمدة 5 دقائق. وقم برush عصير الليمون على الأرز وأمزجه جيداً. يُقدم ساخناً. |

| الوصفة | الخطوة 1 | الصافرة | الخطوة 2 |
|--|--|--|---|
| أرز محمر بالدجاج/الفطر عدد الحصص: كمية تكفي 3 أفراد | قم بمزج الأرز المدخن مع صوص الصويا، والملح والاجينوموتو والماء/مرق الدجاج. قم بسكب الزيت في إناء آمن الاستخدام في الميكروويف. (أدنى سعة 2 لتر). أضف البصل الأخضر والفلفل والدجاج/ الفطر. امزجها جيداً وضعها في فرن الميكروويف. حدد القائمة التلقائية واضغط على البدء. | انظر حتى انتطلق الصافرة (تنطلق) الصافرة بعد 4 دقائق من (البدء) | بعد انتلاق الصافرة، أضف خليط الأرز وأمزجه جيداً. قم بتغطيته بغطاء، واعده إلى فرن الميكروويف. اضغط على البدء، عند الانتهاء، قدمها ساخنة. |

قواعد تلقائية

[2] الطبق الرئيسي

البرنامج 13 أرز بالطماطم

عدد الحصص: كمية تكفي 3 أفراد

| الخطوة 2 | الصافرة | الخطوة 1 | الوصفة |
|--|---|---|---|
| بعد الصافرة، أضف خليط الأرز، امزجه جيداً وقم بتنطحته بغطاء، وأدده إلى فرن الميكروويف واضغط على البدء. عند الانتهاء، قم بتحضير التوابل (ثادكا/باجار) ثم أضفها. وامزجها برفق وقدمها ساخنة. | انتظر حتى انتلاق الصافرة (تنطلق الصافرة بعد 4 دقائق من البدء) | قم بمزج الأرز مع مهروس الطماطم والماء ومسحوق الفلفل الحار والملح. قم بسكب الزيت في إناء آمن الاستخدام في الميكروويف. (السعة لا تقل عن 2 لتر) أضف البصل والفلفل الأخضر الحار. حدد القائمة التلقائية واضغط على البدء. | أرز مدخن* مهروس الطماطم ماء مسحوق الفلفل الحار (الشطة) ملح حسب المذاق زيت بصل ½ كوب، مقطع إلى قطع صغيرة (50 جرام) فلفل أحضر حار 2، غرين توابل 2 ملعقة صغيرة 1 ملعقة صغيرة 2 ملعقة صغيرة كمية قليلة أوراق الكاري * قائمة تلقائية - أرز مدخن وقت الطهي الإجمالي المتوقع/9 دقائق. |

البرنامج 14 باذير بودينا بولا

عدد الحصص: كمية تكفي 3 أفراد

| الخطوة 2 | الصافرة | الخطوة 1 | الوصفة |
|--|---|---|---|
| بعد انتلاق الصافرة أضف الأرز مع الماء. امزجه جيداً. قم بتنطحتها جزئياً بالغطاء، مع ترك تهوية. قم بإعادتها إلى فرن الميكروويف واضغط على البدء. عند الانتهاء، اتركها مغطاة لمدة 5 دقائق. أضف مكعبات البانير وامزجها جيداً. تقدم ساخنة. | انتظر حتى انتلاق الصافرة (تنطلق الصافرة بعد 7 دقائق من البدء) | قم بغسل الأرز، وتصفيته جيداً، وأضف 2 ½ كوب من الماء. انقعه لمدة 15 دقيقة. وأضف الملح وأوراق التعنّاع. قم بسكب الزيت أو سمن الغنم في إناء عميق أمن الاستخدام في الميكروويف (إندي سعة 2 لتر). أضف البصل والزنجبيل والثوم والفلفل الأخضر الحار والقرنفل والقرفة. ضعه في فرن الميكروويف. حدد القائمة التلقائية واضغط على البدء. | أرز بسمتي ماء ملح حسب المذاق أوراق التعنّاع ½ كوب، مقطعة إلى قطع غليظة زيت/سمن الغنم 2 ملعقة كبيرة بصل 1 كوب، مقطع إلى شرائح رفيعة زنجبيل حبة 3 سم، مقطعة إلى قطع صغيرة ثوم 6 فصوص، مقطوع إلى قطع صغيرة فلفل أحضر حار 2، مقطع إلى قطع صغيرة 4 قطعة 2 قطعة 150 جرام، مقلية قرنفل قرفة مكعبات بانير |

وقت الطهي الإجمالي المتوقع/32 دقيقة.

قواعد تلقائية

[2] الطبق الرئيسي

الذرة والأرز الحار

البرنامج 11

عدد الحصص: كمية تكفي 3 أفراد



| الخطوة 2 | الصافرة | الخطوة 1 | الوصفة |
|---|--|--|--|
| بعد الصافرة، أضف خليط الأرز. قم بتحطيميهما جزئياً باللغطاء مع ترك تهوية. قم بإعادتها إلى فرن الميكروويف وأضغط 5 دقائق من البدء. | انتظر حتى انتلاق الصافرة (تنطلق الصافرة بعد 15 دقيقة). اضف الفلفل الحار وألخصه، ومسحوق الفلفل الحار ومسحوق الكزبرة ومسحوق الكمون والملح. | اغسل الأرز وقم بتصفيتهه وانقعه في 2 كوب ماء لمدة 15 دقيقة. اضف الفلفل الأحمر ومسحوق الكزبرة ومسحوق الكمون والملح. قم بسكب الزيت في إناء عميق أمن الاستخدام في الميكروويف (أدنى سعة 2 لتر). أضف البصل والثوم. ضعه في فرن الميكروويف، حدد القائمة التلقائية وأضغط على البدء. | أرز بسمتي 1 كوب ماء 2 كوب فلفل أحمر وأخضر 1 كوب، مقطع إلى قطع 1.5 سم مسحوق الفلفل الحار (الشطة) ½ ملعقة صغيرة مسحوق الكزبرة ½ ملعقة صغيرة مسحوق الكمون ½ ملعقة صغيرة ملح حسب المذاق زيت/سمن الغذاء 2 ملعقة كبيرة يصل ½ كوب، مقطع إلى قطع صغيرة ثوم 1 ملعقة كبيرة، مقطع إلى قطع صغيرة بذور الذرة المطبوخة ½ كوب أوراق كزبرة 2 ملعقة كبيرة، مقطعة وقت الطهي الإجمالي المتوقع/31 دقيقة. |



فانجي بهت

البرنامج 12

عدد الحصص: كمية تكفي 4 أفراد

| الخطوة 2 | الصافرة | الخطوة 1 | الوصفة |
|--|--|--|--|
| بعد انتلاق الصافرة، أضف خليط الأرز وأمزجه جيداً. قم بتحطيميهما بلغطاء واعده إلى فرن الميكروويف. أضغط على البدء، حدد الانتهاء، قم بتحضير التوابل (تادكا/باجار) وأضفها إلى البيهت. امزجهما جيداً وقدمها ساخنة. | انتظر حتى انتلاق الصافرة (تنطلق الصافرة بعد 8 دقائق من البدء). | امزج الأرز مع جوز الهند المبشور والملح والماء. قم بسكب الزيت في إناء عميق أمن الاستخدام في الميكروويف (أدنى سعة 2 لتر). أضف جميع المقادير من الفلفل إلى البازنجان. قم بتدوير الملحق في 2 ملعقة كبيرة من الماء ثم أضفه. | أرز مدخن* 3 كوب جوز هند مبشور ½ كوب ملح حسب المذاق ماء زيت 2 ملعقة كبيرة قرنفل 2 قطعة شا جира ¼ ملعقة صغيرة جوز هند مجفف مسحوق الكزبرة ½ ملعقة صغيرة مسحوق الكمون ½ ملعقة صغيرة مسحوق الفلفل مسحوق الفلفل الحار (الشطة) ½ ملعقة صغيرة مسحوق الكركم ½ ملعقة صغيرة باذنجان طوبيل بنفسجي 250 جرام، مقطع إلى شرائح 2 سم ملح حسب المذاق ماء توابل سمن الغذاء 1 ملعقة كبيرة موستارد 1 ملعقة صغيرة أوراد دال 2 ملعقة صغيرة فول سوداني 1 ملعقة كبيرة أوراق الكاري كمية قليلة * قائمة تلقائية - أرز مدخن وقت الطهي الإجمالي المتوقع/13 دقيقة. |

قواعد تلقائية

[2] الطبق الرئيسي

البرنامج 9 بونجال

عدد الحصص: كمية تكفي 3 أفراد

| الخطوة 2 | الصافرة | الخطوة 1 | الوصفة |
|---|--|---|---|
| بعد انطلاق الصافرة، قم بتنقيبها جيداً واضغط على البدء. عند الانتهاء، امزجها جيداً وقدمها ساخنة. | انتظر حتى انتطلق الصافرة (تنطلق الصافرة بعد 30 دقيقة من البدء) | اغسل الأرز والدال جيداً. قم بتنقيبته وضعه في إناء عميق أمن الاستخدام في الميكروويف. (السعة لا تقل عن 2 لتر) أضف يقية المقادير. ضعه داخل فرن الميكروويف (لا تقم بالتنفسة) حدد الدقانة التلقائية واضغط على البدء. | أرز 3 كوب مونج دال ½ كوب ماء 4 أكواب زيت/سمن الغنم 2 ملعقة كبيرة فلفل أسود ½ ملعقة صغيرة، مطحون بذور الكمون 1 ملعقة صغيرة، مطحونة أسفريتيدا ¼ ملعقة صغيرة، اختياري ملح حسب المذاق جوز الكاشيو المحممر 2 ملعقة كبيرة، مقطع وقت الطهي الإجمالي المتوقع/40 دقيقة. |

البرنامج 10 طاجن الخضروات الساخن
عدد الحصص: كمية تكفي 4 أفراد

| الخطوة 2 | الصافرة | الخطوة 1 | الوصفة |
|---|---|---|---|
| بعد انطلاق الصافرة، قم برش الجبنة في الأعلى. قم بإعادتها إلى فرن الميكروويف واضغط على البدء. عند الانتهاء، قدمها ساخنة. | انتظر حتى انتطلق الصافرة (تنطلق الصافرة بعد 5 دقائق من البدء) | قم بمزج الخضروات مع البانير/التوفو، والصلصة والماتش والفلفل والأعشاب. قم بخلط الزبدة. قم بمزج دقائق الذرة مع الماء وأضفها إلى خليط الخضروات. ضع الخليط في طبق مستدير 22-20 سم أمن الاستخدام في الميكروويف. قم بتنقيبته بغطاء وضعه في فرن الميكروويف. حدد الدقانة التلقائية واضغط على البدء. | خضرروات مطبوخة* 400 جرام بانير/توفو 100 جرام مقطعة إلى مكعبات 2 سم صلصة (يمكن شراؤها من المتجر) ½ كوب ملح وفلفل حسب المذاق خليط أعشاب مجففة ½ ملعقة صغيرة، اختياري زبدة 2 ملعقة كبيرة دقائق ذرة 1 ملعقة كبيرة ماء/مرق خضروات 2 ملعقة كبيرة جبنة شيدر 8 ملعقة كبيرة، بيشرورة * قائمة تلقائية طهي الخضروات: اختر من بين الجزر والفول والبازلاء الخضراء والفلفل والكرفس والمطر والذرة. وقت الطهي الإجمالي المتوقع/7 دقائق. |

قواعد تلقاءية

[2] الطبق الرئيسي

بولا بالسمك

البرنامج 7

عدد الحصص: كمية تكفي 3 أفراد

| الخطوة 2 | الصافرة | الخطوة 1 | الوصفة |
|--|--|---|---|
| <p>بعد انتلاق الصافرة أضاف خطة الأرز مع سائل التفقيه، أمزجه جيداً. قم بتقطيعها جزئياً بالخطاء، مع ترك تهوية. قم بإعادتها إلى فرن الميكروويف وتدبره، واضغط على البدء. عند الانتهاء، قم بقليل لمدة 10 دقائق.</p> <p>وأمزجه جيداً في السمك. تقدم بعد 5 دقائق وتزين باليصل المقلي. (اختياري)</p> | <p>انتظر حتى انتلاق الصافرة (تنطلق الصافرة بعد 3 دقائق من البدء)</p> | <p>تخلص من جلد السمك وعظامه وقم بقصوره. امزجه بالملح والقليل الأخضر الحار وتوايل مسالاً جرام. أغسل الأرز وقم بتقطيعه جيداً. قم بإضافة الماء، ولبن حوز الهدن ومهروس الطماطم. أضيف الملحق مسحوق الفلفل الحار (الشطة). قم بسكب الزيت في إناء آمن الاستخدام في الميكروويف. (السعة لا تقل عن 2 لتر)</p> <p>وأضيف القرنفل والقرفة والأجوانين (اختياري) وورق الغار والقليل. أمزجه جيداً وضعيها في فرن الميكروويف. حدد القائمة التلقائية واضغط على البدء.</p> | <p>سمك كنج* 350 جرام، مدخن فلفل أحضر حار 2-1 ملح حسب المذاق توابل مسالاً جرام ½ ملعقة صغيرة أرز بسمتي 1 كوب ماء 1 ½ كوب مهروس الطماطم ¼ كوب لبن جوز الهند ¾ كوب ملح حسب المذاق مسحوق الفلفل الحار (الشطة) ½ ملعقة صغيرة أو حسب المذاق زيت 2 ملعقة كبيرة قرنفل 3 قرفة 2 قطعة ¼ ملعقة صغيرة، اختياري أجوابن 1 ورق الغار ½ ملعقة صغيرة، مطحون بصل محمد للتزيين، اختياري * قائمة تلقائية - سمك مدخن؛ يمكن استخدام أي سمك قشرى أبيض آخر وقت الطهي الإجمالي المتوقع/28 دقيقة.</p> |

| الخطوة 2 | الصافرة | الخطوة 1 | الوصفة |
|---|--|---|--|
| <p>بعد انتلاق الصافرة، أضاف خليط الأرز وقم بتقطيعه جيداً وأعده إلى فرن الميكروويف واضغط على البدء. (لا تقم بالتجطية) عند الانتهاء، أمزجه جيداً وامتنع بها مقطعاً لمدة 5 دقائق على الأقل، قبل التقديم.</p> | <p>انتظر حتى انتلاق الصافرة (تنطلق الصافرة بعد 3 دقائق من البدء)</p> | <p>قم بغسل الأرز والدال وقم بتقطيعه. أضف الماء والجزر والمفول والملح وضعيها جانبياً. قم بسكب الزيت في إناء آمن الاستخدام في الميكروويف. (ادني سعة 2 لتر) وأضيف القرنفل والقرفة والقليل الحار الأخضر. ضعيه في فرن الميكروويف. حدد القائمة التلقائية واضغط على البدء.</p> | <p>أرز ¾ كوب مونج دال ¼ كوب ماء 3 ½ كوب جزر 1 صغير، مبشورة فول 6-4، مقطع إلى قطع صغيرة ملح حسب المذاق زيت 2 ملعقة كبيرة قرنفل 4-3 قرفة 2 غرين 2 فلفل أحضر حار ½ كوب، مقطع إلى قطع صغيرة بصل وقت الطهي الإجمالي المتوقع/38 دقيقة.</p> |

قواعد تلقائية

[2] الطبق الرئيسي

بريانى بالخضار

البرنامج 6

عدد الحصص: كمية تكفي 4 أفراد



| الخطوة 2 | الصافرة | الخطوة 1 | الوصفة |
|---|--|--|---|
| <p>بعد انطلاق الصافرة أضف خطة الأرز مع ماء النقع. امزجهم جيدا.</p> <p>ق بتنططيتها جزئياً بالغطاء واعده إلى فرن الميكروويف. اضغط على البدء، عند الانتهاء، ق بتنططيتها بالكامل بدون تقليل لمدة 10 دقائق. وامزجه جيداً وقدمه ساخناً.</p> | <p>انتظر حتى انطلاق الصافرة (تنطلق الصافرة بعد 5 دقائق من البدء)</p> | <p>قم بغسل الأرز وتصفيته جيداً وأضف 2 ¼ كوب من الماء وانقهه لمدة 15 دقيقة. أضف الملح والنعناع وأوراق الكزبرة وخطة الخضراء وكافة المساحيق.</p> <p>قم بسكب سمن الغنم أو الزيت في إناء عميق من الاستخدام في الميكروويف. (إنزي سعة 2 لتر) أضف كافة المقادير من البصل حتى الينسون النجمي، ضعه في فرن الميكروويف واصطبغ على البدء.</p> | <p>أرز بسمتي 1 كوب ماء 2 ¼ كوب ملح حسب المذاق أوراق النعناع 2 ملعقة كبيرة، مقطعة أوراق كزبرة 2 ملعقة كبيرة، مقطعة خلطة خضراءات 1 كوب، مقطع إلى مكعبات ½ سم مسحوق الفلفل الحار (الشطة) 1 ملعقة صغيرة مسحوق الكركم ½ ملعقة صغيرة مسحوق الكزبرة ½ ملعقة صغيرة زيت/سمن الغنم 2 ملعقة كبيرة بصل 1 كوب، مقطع إلى شرائح رفيعة فلفل أحضر حار 2 مفروم زنجبيل 1 ملعقة صغيرة، مفروم ثوم 2 ملعقة صغيرة، مفروم قرنفل 3 قطعة قرفة 2 قطعة كارداموم 3 بيسنون نجمي ونفت الطهي الإجمالي المتوقع/31 دقيقة.</p> |

قوائم تلقائية

[2] الطبق الرئيسي



- اضغط على لوحة البدء.
- اضغط على لوحة أعلى/أسفل لاختيار الرقم المناسب في الجدول التالي.
- حدد الفئة المرغوبة.

يسبيء مؤشر تلقائي ويظهر رقم البرنامج 4 في الشاشة.

| الملحق | البرنامج 4 أرز مدخن | عدد الحصص: كمية تكفي 3 أفراد |
|--------|---------------------|------------------------------|
|--------|---------------------|------------------------------|

| الخطوة 1 | الوصفة |
|---|---|
| قم بغسل الأرز جيداً وقم بتصفيفته. ضعه في وعاء عميق آمن الاستخدام في الميكروويف. (السعة لا تقل عن 1 ½ لتر) أضف الماء المقاس، انقعيه لمدة 15 دقيقة. قم بتنفسه الإناء جزئياً بالقطاء، مع ترك تهوية. ضعه في فرن الميكروويف واضغط على البدء. عند الانتهاء، اتركه مغطى لمدة 5 دقائق. ثم قم بتنقيب الأرز برفق باستخدام شوكة. | أرز 1 كوب ماء 2 ½ كوب، تبعاً لجودة الأرز وقت الطهي الإجمالي المتوقع 17 دقيقة. |

| الملحق | البرنامج 5 بولا بالبازلاء | عدد الحصص: كمية تكفي 3 أفراد |
|--------|---------------------------|------------------------------|
|--------|---------------------------|------------------------------|

| الخطوة 2 | الصافرة | الخطوة 1 | الوصفة |
|--|--|--|--|
| بعد انطلاق الصافرة أضف الأرز مع الماء والبازلاء. امزجها جيداً وأعدها إلى فرن الميكروويف. قم بتنفسيتها جزئياً، بغير تترك تهوية. اضغط على البدء. عند الانتهاء، اتركها مغطاة لمدة 5 دقائق. وقم بتنقيبها برفق بشوكة وقدتها ساخنة. | انظر حتى انطلاق الصافرة (تنطلق) الصافرة بعد 8 دقائق من (البدء) | قم بغسل الأرز جيداً وقم بتصفيفته. أضف الماء المقاس وقم بالتنفس لمدة 15 دقيقة. أضف الملح والبازلاء الخضراء وأوراق الكزبرة وأحفظها. قم بسكب الزيت/سمن الخدم في إناء آمن الاستخدام في الميكروويف. (السعة لا تقل عن 2 لتر) أضف البصل والقرنفل والكارادامون والقرفة. امزج جيداً ضع الإناء في فرن الميكروويف واضغط على البدء. | أرز بسمتي 1 كوب ماء 2 ¼-2 كوب زيت أو سمن الغنم 2 ملعقة كبيرة بصل 1 كوب، مقطع إلى شرائح رفيعة قرنفل 4 قطعة كارادامون 3 قطعة قرفة 2 ملح حسب المذاق بازلاء خضراء طازجة/ مجمرة ½ كوب (في حالة استخدام بازلاء مجمرة، انقهاها في الماء لمدة 15 دقيقة وقم بتصفيفتها) أوراق كزبرة 2 ملعقة كبيرة، مقطعة وقت الطهي الإجمالي المتوقع 33 دقيقة. |

قوائم تلقائية

[1] قائمة إعادة التسخين



- اضغط على لوحة لأعلى/أسفل لاختيار الرقم المناسب في الجدول التالي.
- حدد الفئة المرغوبة. يضيء مؤشر تلقائي ويظهر رقم البرنامج 1-1 في الشاشة.



البرنامج 1 إعادة تسخين المرق/القهوة

| الوصفة | عدد الحصص | البرنامج |
|--|-----------|----------|
| 1 حصة = 150 مل في درجة حرارة الغرفة وقت الطهي الإجمالي المتوقع/50 دقيقة. | 1 كوب | 1-1 |
| 1 حصة = 150 مل في درجة حرارة الغرفة وقت الطهي الإجمالي المتوقع/1 دقيقة 30 ثانية. | 2 كوب | 1-2 |
| 1 حصة = 150 مل في درجة حرارة الغرفة وقت الطهي الإجمالي المتوقع/2 دقيقة. | 3 كوب | 1-3 |



البرنامج 2 إعادة تسخين وجبة

| الوصفة |
|--|
| يمكن استخدام هذه القائمة لتقديم وجبة قياسية لشخص 1 على طبق (مثل الأرز والкарفي والسابجي؛ وبولا/وبريانى/كشيدى/بونجال/شعرية/أرز محمى وطبق جاندى؛ إيدلى، وسامبار وغيره والتي تكون في درجة حرارة الغرفة). وقت الطهي الإجمالي المتوقع/1 دقيقة 30 ثانية. |



البرنامج 3 إعادة تسخين الأصناف المحمرة

| الوصفة |
|--|
| تعتبر هذه القائمة مفيدة لإعادة تسخين السموسا والفادا و كعكة الجوز والفطائر وغيرها، والتي تكون في درجة حرارة الغرفة. تسخين 1 أو 2 قطعة في المرة. وقت الطهي الإجمالي المتوقع/2 دقيقة 30 ثانية. |

مؤشرات الاستخدام الناجح للقوائم التلقائية

مؤشرات الاستخدام الناجح للقوائم التلقائية

تم تطوير هذه القوائم لتحقيق أقصى استفادة من فرن الميكروويف الخاص بك مع الأكلات الهندية. وتم تبسيط الوصفات لتناسب نمط الحياة الحديث. كما أنه سهلة العمل ويمكن أن يجربها المبتدئون من خلال اتباع التعليمات بعناية.

يرجاء قراءة المؤشرات للحصول على أفضل نتائج.

يجب أن تكون كافة المقادير بدرجة حرارة الغرفة.

يجب استخدام أكواب وملاعق القياس القياسية.

1 كوب = 250 مل

1 ملعقة كبيرة = 15 مل

1 ملعقة صغيرة = 5 مل

بينما يكون من الصعب قياس المقادير الرئيسية بدقة، إلا أن تغيير التوابل حسب المذاق لا يؤثر على أداء القوائم التلقائية.

احرص على استخدام مقادير جيدة وخضروات طازجة.

واستخدم الحجم الموصى به من المكونات.

اقرأ الوصفة بعناية وقم بقياس جميع المقادير وإعدادها وفقاً للتعليمات، قبل بدء الطهي.

تتضمن العديد من الوصفات مرحلتين للطهي حيث توجد صافرة بينهما.

يوجد وقت الصافرة مذكورًا في التعليمات. استعد لفتح باب فرن الميكروويف مباشرةً بعد الصافرة. في حالة تفويت الصافرة، فإن المقادير الخاصة بالمرحلة الأولى سوف تستمر في الطهي وفي حالة إضافة مقادير المرحلة الثانية بعد مرحلة الصافرة، فقد لا يتم تهويتها جيداً. قم بتحميص يديك باستخدام فقاقيز الفرن أو الفوطة القطنية أثناء مناولة الأطباق الساخنة.

بمجرد فتح باب فرن الميكروويف بعد الصافرة يكون أمامك 6 دقائق إضافية مقادير المرحلة الثانية حسب التعليمات، حتى يتم الضغط على زر البدء. وبالتالي لا داعي للاستعجال في الخطوة التالية. قم بإخراج الطبق برفق، واضف المجموعة التالية من المقادير. (والتي يجب تجهيزها قبل بدء الطهي) وقم بمزجها جيداً وتتابع الطهي. ويمكن القيام بذلك بدون عجلة.

مع ذلك، تجنّب التأخير بدون داعي.

الوصفات التي تحمل علامة (صحى) تشير إلى أن الوصفة صحية ومنخفضة السعرات الحرارية.

بعض القوائم التلقائية توصى باستخدام طبق مسطح من الألمنيوم/الإستانلس ستيل من جانب العميل لتحقيق أفضل أداء. يرجى تحضيرها قبل الطهي.

تذويب الثلاج تلقائياً

باستخدام هذه الخاصية يمكنك تذويب ثلاج الأطعمة المجمدة تبعاً للوزن.

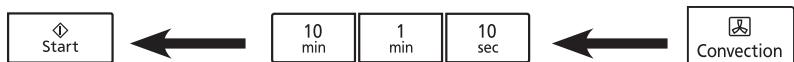


- اضغط على البدء.
- إعداد الوزن. قم بضبط الوزن باستخدام لوحة أعلى أو أسفل. وسوف يضيء مؤشر ".kg".
- حدد برنامج تذويب الثلاج تلقائياً المرغوب في ضغطة 1 قطع الدجاج 2 دجاجة كاملة 3 سمك 4 صلصاني 5 الخضروات يظهر رقم البرنامج التلقائي في الشاشة. يضيء مؤشر تلقائي وتذويب الثلاج.

| الشاشة | البرنامج | أدنى/أقصى وزن |
|--------|-------------|---------------|
| d-1 | قطع الدجاج | 1.5-0.2 كجم |
| d-2 | دجاجة كاملة | 1.5-1 كجم |
| d-3 | سمك | 1.5-0.2 كجم |
| d-4 | صلصاني | 1.5-0.2 كجم |
| d-5 | خضروات | 1-0.1 كجم |

الطهي بالحمل الحراري

أ. الطهي بالحمل الحراري بدون تسخين أولي



- اضغط على زر البدء.
- حدد وقت الطهي.
يمكن إعداد الوقت حتى 99 دقيقة و 50 ثانية
- اضغط على لوحة الطهي بالحمل الحراري
بالحمل الحراري.
يضيء مؤشر الطهي بالحمل الحراري
و تظهر درجة الحرارة (180 و 190 و ...
و 200 و 100 درجة منوية،...) على
شاشة.

ب. الطهي بالحمل الحراري مع التسخين الأولي

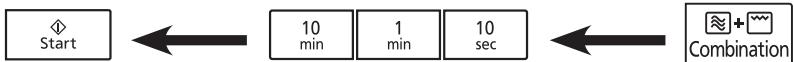


- اضغط على زر البدء.
- حدد وقت الطهي.
يمكن إعداد الوقت حتى 99 دقيقة و 50 ثانية.
- اضغط على زر البدء.
بعد التسخين الأولي.
- اضغط على لوحة الطهي
بالحمل الحراري لتحديد
درجة حرارة الطهي.
يضيء مؤشر الطهي
بالحمل الحراري و تظهر
درجة الحرارة (180)
و 190 و ... و 200
و 100 درجة منوية،...)
على الشاشة.

ملاحظة.

1. عند القيام بتسخين أولي مع الطهي بالحمل الحراري، تنطلق صافرة 3 مرات لتنذيرك بوضع الطعام في الفرن إذا تم الوصول إلى درجة حرارة التسخين الأولى. ويتم عرض درجة حرارة التسخين الأولى حيث تبدأ في الوميض. بعد ذلك افتح باب الفرن، وضع الطعام فيه ثمأغلق الباب.
2. لا يمكن إدخال وقت الطهي إلا بعد الوصول إلى درجة حرارة التسخين الأولى. وفي حالة الوصول إلى درجة الحرارة، يجب فتح الباب لإدخال وقت الطهي.
3. في حالة عدم إدخال الوقت خلال 10 دقائق، سوف يتوقف الفرن عن التسخين الأولى. وتنطلق الصافرة خمس مرات ويعود الجهاز إلى حالة الانتظار.

الطهي المجمع



- اضغط على البدء.
- ددد وقت الطهي.
- يمكن إعداد الوقت حتى 99 دقيقة و 50 ثانية.
- اضغط على لوحة الطهي المجمع لتحديد المستوى.
- يضيء مؤشر الميكروويف والشواية ويظهر مستوى توليفة الطهي المجمع C-2 أو C-3 أو C-4 أو C-5 أو C-6 أو C-7 في الشاشة.

| الضغط | الشاشة | المستوى | الميكروويف | الشوي | الطهي بالحمل الحراري |
|---------|--------|----------|------------|----------|----------------------|
| 1 ضغطة | C-1 | توليفة 1 | 450 واط | 700 واط | - |
| 2 ضغطة | C-2 | توليفة 2 | 250 واط | 1000 واط | 720 واط |
| 3 ضغطات | C-3 | توليفة 3 | 250 واط | 480 واط | 720 واط |
| 4 ضغطات | C-4 | توليفة 4 | 450 واط | 700 واط | 500 واط |
| 5 ضغطات | C-5 | توليفة 5 | 250 واط | 1000 واط | - |
| 6 ضغطات | C-6 | توليفة 6 | - | 1000 واط | 1400 واط |

عند الطهي باستخدام وظيفة الطهي المجمع، تقوم طاقة الميكروويف بطيئ الطعام بسرعة بينما تعطي الشواية التحمير والقرمشة التقليدية.

ملاحظة

- صمنت الحوامل الشبكية للاستخدام في وضع الطهي المجمع والشوي والطهي بالحمل الحراري. لا تحاول مطلقاً استخدام أي ملحقات معدنية أخرى باستثناء المرفقة مع الفرن. وضع طبقاً مقاوماً للحرارة في الأسفل للانقطاع الدهون والقطارات.
- استخدم الحامل الشبكي كما هو موضح فقط لا تستخدمه في حالة تشغيل الفرن على أقل من 0.2 كجم من الطعام في برنامج يدوى وبالنسية للكميات الصغيرة لا تقم بالطهي باستخدام وظيفة الطهي المجمع، قم بالطهي فقط باستخدام الشوي أو الطهي بالحمل الحراري أو الطهي بالميكروويف للحصول على أفضل نتائج.
- تجنب مطافقاً تغطية الطعام عند الطهي باستخدام الطهي المجمع.
- لا تقم تسخين أولي للشواية في حالة الطهي المجمع.
- قد يحدث نقوس كهربائي في حالة استخدام الوزن غير الصحيح من الطعام، أو في حالة تلف الحامل الشبكي أو إذا تم استخدام حاوية معdenية عن طريق الخطأ. يكون التقوس الكهربائي عبارة عن ومض يبرق أزرق في الميكروويف. في حالة حدوث ذلك، أوقف الفرن على الفور.
- يجب طهي بعض الأطعمة باستخدام الطهي المجمع بدون استخدام الحامل الشبكي مثل قطع اللحم وقصور الخبز والفطائر والبيونج. يجب وضع الطعام في طبق مقاوم للحرارة غير معدني ووضعه مباشرة على الصينية الدوارة.
- لا تستخدم حاويات ميكروويف بلاستيكية في برامج الطهي المجمع (إذا كانت مناسبة للطهي المجمع). يجب أن تكون الأطباق قادرة على تحمل حرارة أعلى من الشواية - يعتبر الزجاج المقماوم للحرارة مثل Pyrex® أو السيراميك مثالياً لهذا الغرض.
- لا تستخدم الأطباق المعدنية الخاصة بك أو العلب، نظرًا لأن أشعة الميكروويف لن تخترق الطعام بشكل متساوي.

تنبيه: يجب دائمًا استخدام الحامل الشبكي مع وضع الصينية الزجاجية في مكانها. قم بإزالة حامل الشوي من خلال الإمساك بالحامل والطبق المقاوم للحرارة بإحكام. استخدم فلاتر الفرن عند إزالة الملحقات، لا تمس مطافقاً التافتة الخارجية أو الأجزاء المعدنية الداخلية للباب أو عند إدخال الطعام أو إخراجه بسبب الحرارة العالية الموجودة.

الشوي



- اضغط على المبدع - يبدأ الوقت في العد التنازلي على الشاشة.

- حدّد وقت الطهي. يمكن إعداد الوقت حتى 99 دقيقة و 50 ثانية.

- اضغط على لوحة الشوي لتحديد المستوى. 1 ضغطة يتم استعمال إعداد شوي 1 (مرتفع) 2 ضغطة يتم استعمال إعداد شوي 2 (منخفض)

يضيء مؤشر الشوي ويظهر مستوى الشوي (G-1 أو G-2) في الشاشة.

| الضغط | المستوى | الشووي |
|--------|---------|----------|
| 1 ضغطة | G-1 | 1400 واط |
| 2 ضغطة | G-2 | 970 واط |

ملاحظة.

1. ضع الطعام على الحامل الشبكي على الصينية الدوارة. ضع طبقاً مقاوم للحرارة (Pyrex®) في الأسفل للنقط الدهون والقطارات.
2. تجنب مطلاً نغطية الأطعمة أثناء الشوي.
3. لا تحاول عمل تسخين أولى للشواية.
4. سوف تعمل الشواية فقط عند إغلاق باب الفرن. ليس من الممكن استخدام وظيفة الشوي مع فتح الباب.
5. لا توجد هناك أي طاقة ميكروويف في برنامج الشوي فقط.
6. تحتاج معظم الأطعمة إلى التقليب في منتصف عملية الطهي. عند تقليل الأطعمة، افتح باب الفرن وقم بإزالة الحامل الشبكي بحذر باستخدام قفازات الفرن.
7. بعد التقليب، قم بإعادة الأطعمة إلى الفرن وأغلق الباب. بعد إغلاق باب الفرن، اضغط على المبدع، سوف تستمر شاشة الفرن في العد التنازلي خلال فترة الشوي المتباعدة. من الممكن فتح باب الفرن بأمان في أي وقت لفحص طهي الطعام أثناء الشوي.
8. سوف تتوهج الشواية وتتوقف عند التوهج أثناء الطهي - وهذا يعني أمراً عادياً. احرص دائمًا على تنظيف الفرن بعد استخدام الشواية وقبل استخدام وظيفة الميكروويف أو الطهي المجمعة.
9. لا تحاول لمس جهاز التسخين أعلى وخلف التجويف الداخلي عندما يكون التجويف ساخناً. فقد لا يزال جهاز التسخين ساخناً.

تنبيه: يجب دائمًا استخدام الحامل الشبكي مع وضع الصينية الزجاجية في مكانها. قم بإزالة الحامل الشبكي من الفرن من خلال الإمساك بالحامل والتطبيق المقاوم للحرارة براحكام. استخدم قفازات الفرن عند إزالة الملحقات. لا تلمس مطلاً النافذة الخارجية أو الأجزاء المعدنية الداخلية للباب أو عند إدخال الطعام أو إخراجه بسبب الحرارة العالية الموجودة.

إرشادات إذابة الثلج

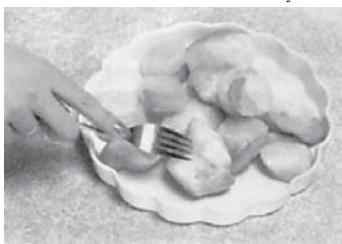
تلسيمات إذابة الجليد

دجاجة كاملة



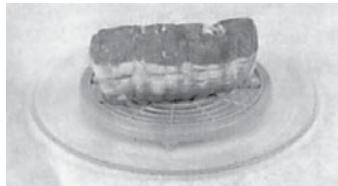
من المفضل وضع قطع اللحم الكبيرة على طبق مرتفع أو حامل بلاستيكي حتى لا تستقر في العصارة. ومن الضروري حماية الأجزاء المضعيفة أو البارزة من هذا الطعام بقطع صغيرة من ورق الألمنيوم لحمايتها من الطهي المفرط. ليس من الخطأ استعمال قطع صغيرة من ورق الألمنيوم في الفرن، بشرط أن تلامس جدران الفرن.

السمك والضاني والخضروات



نظرًا لأن الأجزاء الخارجية من هذه الأطعمة تتعرض لإذابة الثلج سريعًا، فمن الضروري فصلها وتقطيعها الأجزاء الكبيرة إلى صغيرة بشكل متكرر أثناء إذابة الثلج وإزالتها عندما ينتهي تذويب ثلجها.

افحص عملية إذابة الثلج عدة مرات، حتى لو كنت تستخدم البرامج التلقائية. يجب مراعاة أوقات الانتظار. أوقات الانتظار



يمكن طهي أجزاء معينة من الطعام في الغالب بعد عملية إذابة الثلج مباشرة. ومن الطبيعي أن تتجدد الأجزاء الكبيرة من الأطعمة من المنتصف. لهذا قبل الطهي، اتركها لمدة ساعة على الأقل. خلال فترة الانتظار هذه، تصبح درجة الحرارة موزعة النساوي ويتم تذويب ثلج الأطعمة من خلال الحمل الحراري. ملاحظة. إذا كنت لن تقوم بطهي الطعام مباشرة، فقم بتخزينه في الثلاجة. تجنب مطلقاً إعادة تجميد أطعمة تم تذويبها بدون طهيها أولاً.

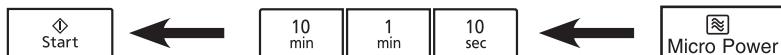
قطع الدجاج



يجب فصل الشرائح وقطع الدجاج في أسرع وقت ب بحيث يتم تذويب الجليد منها بالنساوي وبشكل كامل. يتم تذويب الثلج من الأجزاء الدهنية والأطراف بشكل أسرع. لذا احرص على وضعها بالقرب من منتصف الصينية الدوارة أو قم بحمايتها.

الطهي بالميكرورويف وتذويب الثلج

يجب دائمًا وضع الصينية الزجاجية في مكانها عند استخدام الفرن.



| المستوى | الواط | |
|---------|--------|----------------|
| 1 ضغطة | P100 | القصوى |
| 2 ضغطة | P80 | متوسط |
| 3 ضغطات | P50 | منخفض |
| 4 ضغطات | P30 ** | تذويب الثلج ** |
| 5 ضغطات | P10 | تسخين |

- اضغط على البدء، سوف يبدأ برنامج الطهي ويبدا العد التنازلي للوقت المعروض على الشاشة.

• حدد وقت الطهي من خلال الضغط على اللوحات المناسبة. يمكن برمجة الفرن لمدة 99 دقيقة و 50 ثانية في مستوى الطاقة المتوسطة والمخفضة والتسخين وتذويب الجليد. يمكن برمجة الطاقة القصوى لمدة 30 دقيقة.

- اضغط على لوحة طاقة الميكروويف. حدد مستوى الطاقة المرغوب - يظهر مؤشر الميكروويف ويظهر المستوى P100 أو P80 أو P50 أو P30 أو P10 في الشاشة.

تنبيه: سوف يعمل الفرن تلقائياً بأقصى طاقة ميكروويف في حالة إدخال وقت الطهي بدون تحديد مستوى الطاقة مسبقاً.

الطهي متعدد المراحل

يحتوي الفرن على 3 مراحل للطهي، وبالتالي يمكنك برمجة 2 من التعليمات المختلفة وسوف ينتقل الفرن تلقائياً من مستوى طاقة إلى مستوى آخر (كرر الخطوات 1 و 2 أعلاه ولا تضغط على زر البدء إلا بعد إدخال المراحلتين).

ملاحظة.
لا يمكن برمجة القائمة التلقائية ووظيفة تذويب الثلج تلقائياً.

الموقف

تحمل هذه الخاصية بمثابة موقت دقائق. وأثناء التشغيل لا تكون هناك طاقة ميكروويف.



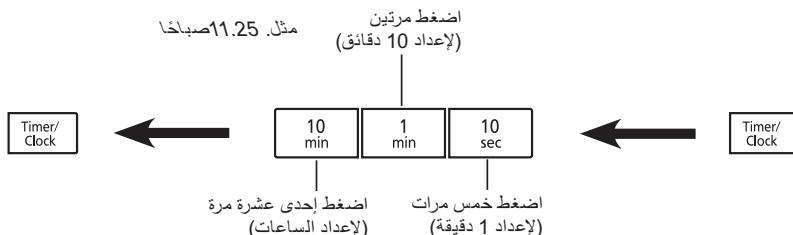
- اضغط على البدء. سوف يبدأ الوقت المعرض على الشاشة في العد التنازلي.

• اضبط الوقت المرغوب. الحد الأقصى للوقت 99 دقيقة و 50 ثانية.

- اضغط على لوحة الموقف/الساعة مرة، لا يظهر شيء في نافذة الشاشة.

ضبط الساعة

عند توصيل قابس الفرن لأول مرة يظهر "88.88" في نافذة الشاشة.



- اضغط على لوحة الوقت مرتاً، يتم ان تثبت وقت اليوم على الشاشة.
- اضغط على لوحة الوقت - أدخل وقت اليوم من خلال الضغط على لوحة الوقت المناسبة (راجع النقطة 3 التالية).

• واصل الضغط على لوحة الموقت / الساعة حتى ظهور 24H، استمر في الضغط على هذه الملوحة مرة أخرى لاختيار 12H.

ملاحظة.

1. لإعادة تعيين وقت اليوم، كرر الخطوات من 1 إلى 3.
2. سوف تتحفظ الساعة بوقت اليوم طالما ظل قابس الفرن موصلاً واستمر إمداد الكهرباء.
3. عند تبديل الساعة تعمل لوحة 10 دقائق بمثابة لوحة الساعة، وتعمل لوحة 1 دقيقة بمثابة لوحة 10 دقائق وتعمل لوحة 10 ثواني بمثابة لوحة 1 دقيقة.

قفل أمان الأطفال

يؤدي استخدام هذا النظام إلى جعل وحدة تحكم الفرن غير قابلة للتشغيل، لكن يمكن فتح الباب ويمكن إعداد قفل الأطفال عندما تعرض الشاشة علامة نقطتين أو الوقت.



للإلغاء:



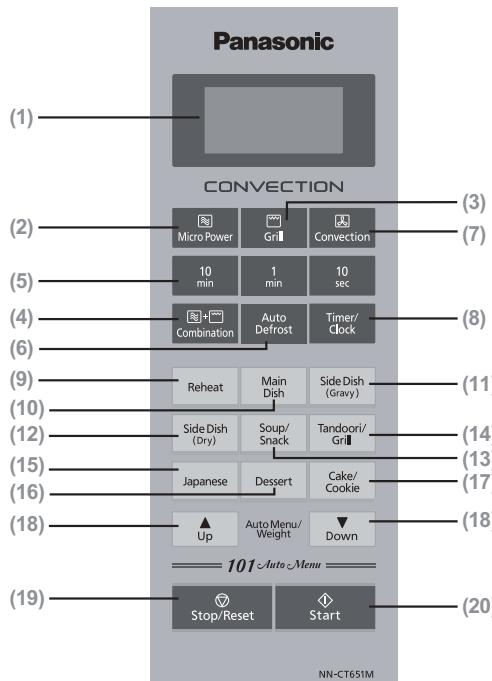
للإعداد:

- اضغط على لوحة إيقاف/إعادة تعيين ثلاث مرات في غضون 10 ثواني.
- يختفي '●' من على الشاشة.

• اضغط على لوحة البدء ثلاث مرات في غضون 10 ثواني.

يظهر '●' في الشاشة.

لوحة التحكم

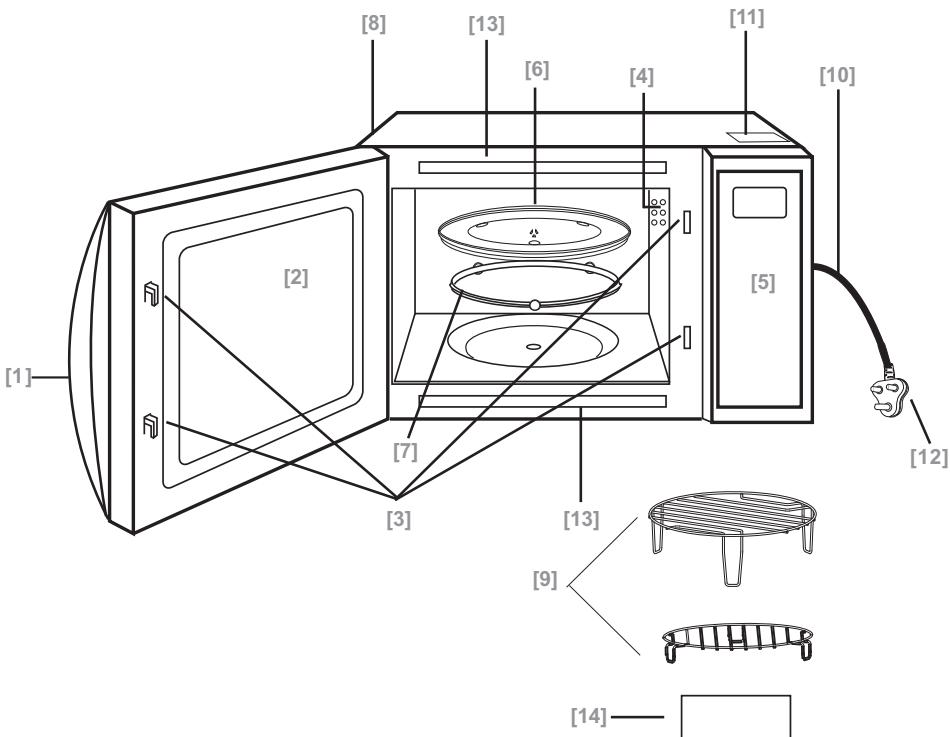


ملاحظة، تختلف الطرازات
NN-CT651M/NN-CT662M في المظهر، لكن تبقى
الوظائف كما هي.

- (1) نافذة الشاشة
- (2) مستويات ميكروويف Mircowave Power (طاقة الميكروويف)
- (3) لوحة الشوي Grill
- (4) Combination (الطهي المجموج)
- (5) لوحات الوقت 10 sec/1 min/10 min (10 ثوانٍ/1 دقيقة/10 دقائق)
- (6) برماج Auto Defrost (ذوبان الثلج تلقائياً)
- (7) لوحة Convection (الطهي بالحمل الحراري)
- (8) لوحة Timer/Clock (الموقت/الساعة)
- (9) برماج Reheat (إعادة المتسخين)
- (10) برماج تلقائية Main Dish (طبق رئيسي)
- (11) برماج تلقائية Side Dish/Gravy (طبق جانبى/مرق)
- (12) برماج تلقائية Side Dish/Dry (طبق جانبى/جاف)
- (13) برماج تلقائية Soup/Snack (شوربة/وجبة جفيفه)
- (14) برماج تلقائية Tandoori/Grill (تندروري/شوي)
- (15) برماج تلقائية Japanese (أكلة يابانية)
- (16) برماج تلقائية Dessert (حلويات)
- (17) برماج تلقائية Cake/Cookie (كيك/بسكويت)
- (18) Up (الأعلى)/Down (الأسفل) لاختيار قائمة أو إعداد الوزن
- (19) لوحه Stop/Reset (إيقاف/إعادة تعيين): قبل الطهي:
يؤدي الضغط مرة واحدة إلى مسح التعليمات.
أثناء الطهي:
يؤدي الضغط مرة واحدة إلى إيقاف برماج الطهي مؤقتاً. يؤدي الضغط مرة أخرى إلى الغاء كافة التعليمات وسوف يظهر وقت اليوم على الشاشة.
- (20) لوحة Start (البدء)

يؤدي الضغط مرة واحدة إلى إيقاف برماج الطهي مؤقتاً. يؤدي الضغط مرة أخرى إلى الغاء كافة التعليمات وسوف يظهر وقت اليوم على الشاشة.

الرسم التخطيطي التوضيحي



[1] مقبض فتح الباب

اسحب لفتح الباب. عند فتح باب الفرن أثناء الطهي، يتوقف الطهي مؤقتاً بدون مسح الإعدادات التي تم ضبطها في السابق. ويتم استئناف الطهي بمجرد إغلاق الباب والضغط على زر البدء.

[2] نافذة الفرن

[3] نظام قفل أمان الباب

[4] تهوية الفرن

[5] لوحة التحكم

[6] الصينية الزجاجية

[7] حلقة البدلة

[8] تهوية الفرن الخارجية (غير ظاهرة)

[9] الحامل الشبكي (المرفق/المنخفض)

[10] سلك الطاقة

[11] ملصق التحذير (أسطح ساخنة)

[12] قابس الطاقة

[13] ملصقات القوائم

[14] صديفة القائمة

معلومات هامة

لمنع وقوع ذلك يجب اتخاذ الخطوات التالية:
أ) تجنب استخدام الحاويات ذات جوانب مستقيمة
وعنق ضيق.

ب) تجنب التسخين المفتوح.
ج) قم بتقليل السائل قبل وضع الحاوية في الفرن وقم

بتقطيعه مرة أخرى في منتصف فترة الطهي.

د) بعد التسخين، اتركه في الفرن لفترة قصيرة، وقم
بتقليل مرة أخرى قبل إزالة الحاوية بحذر.

7) الورق/البلاستيك

عند تسخين الطعام في حاويات من البلاستيك أو الورق،
افحص الفرن بصورة متكررة نظراً لأن هذه الأنواع من
الحاويات تتعرض للاشتعال مع السخونة المفتوحة.
لا تستخدم الورق المعاد تدويره (مثل أغافن المطبخ) ما
لم يشر ملصق منتج الورق إلى أنه آمن الاستخدام في فرن
الميكروويف.

قد تحتوي منتجات الورق المعاد تدويرها على شوائب وقد
تسبّب الشّرّ أو الحرق أثناء الاستخدام.

قم بازالة أربطة الطي السلكية من أكياس شرائح اللحم قبل
وضع الأكياس في الفرن.

8) الأواني/ورق المنيوم

لا تقم بتسخين أي علب أو زجاجات مغلقة نظراً لأنها قد
تنفجر.

يجب عدم استخدام الحاويات المعدنية أو الأطباق ذات حافة
معدنية أثناء الطهي باستخدام الميكروويف. فقد يحدث
شرر.

في حالة استخدام أي ورق المنيوم أو مسامير اللحم أو
الأواني المعدنية فيجب أن تكون المسافة بينها وبين جدران
الفرن والباب على أقل 2 سم لمنع حدوث شرر.

9) زجاجات التغذية/قوارير أطعمة الأطفال

يجب إزالة الجزء العلوي أو الحملة أو الغطاء من زجاجات
التغذية أو قوارير أطعمة الأطفال قبل وضعها في الفرن
ويجب تقليل أو هز محتويات زجاجات التغذية وقوارير
أطعمة الأطفال.

ويجب فحص درجة الحرارة قبل تناولها لتفادي الإصابة
بحرق.

1) أوقات الطهي
يعتمد وقت الطهي على الحالة ودرجة الحرارة وكمية
الطعام ونوع الاناء.

احرص على الابد بأقل زمن طهي للمساعدة في تفادي
الإفراط في الطهي. إذا لم يتم طهي الطعام بشكل كافٍ،
يمكّنك دائمًا طهيه لفترة أطول.

ملاحظة: في حالةتجاوز أوقات الطهي الموصى بها فمن
الممكن أن يفسد الطعام وفي الأحوال السيئة قد يشتعل
ويمكن أن يسبب تلف الأجزاء الداخلية للفرن.

2) الكمييات الصغيرة من الطعام

يمكن أن تخترق الكمييات الصغيرة من الطعام أو الأطعمة
منخفضة الصلادة أو تجف أو تشتعل في حالة طهيها لفترة
طويلة. وفي حالة اشتعال المواد الموجودة داخل الفرن،
فحافظ على إغلاق الباب، ثم أوقف تشغيل الفرن وإزالة
القايس من المأخذ.

3) البيض

لا تقم بطهي البيض في قشرة ولا تطهو البيض المسلوق
الكامل باستخدام وضع الميكروويف.
فقد يتراكم الضغط وينفجر البيض، حتى بعد انتهاء
التسخين بالميكروويف.

4) تقبّل اللحم

يجب عمل تقويب في الأطعمة التي تحتوي على جلد غير
مسامي مثل البطاطس وصفار البيض والسائلق قبل الطهي
بالميكروويف لمنع انفجارها.

5) ترمومتر اللحم

استخدم ترمومتر اللحم لفحص درجة طهي شرائح اللحم
والدجاج فقط عندما تتم إزالة اللحم من الفرن. لا تستخدم
ترمومتر لحم يعمل بالحمل الحراري في فرن الميكروويف
نظراً لأنه قد يسبب الشرر.

6) السوائل

عند تسخين السوائل مثل الشوربة والمربى والمشروبات
في فرن الميكروويف، فمن الممكن حدوث سخونة مفرطة
للسوائل أعلى من درجة الغليان بدون وجود أي دليل على
ظهور الفقاعات. وهذا قد يؤدي إلى غليان مفاجئ للسوائل
الساخنة.

تعليمات الأمان

إضاءة الفرن

عندما يكون من الضروري استبدال مصباح إضاءة الفرن، يرجى استشارة الموزع.

الملحقات

يأتي الفرن مزوداً بمجموعة متنوعة من الملحقات. احرص دائمًا على اتباع التوجيهات المبنية لاستخدام الملحقات.

حلقة البكرة

1. يجب تنظيف حلقة البكرة وأرضية الفرن باستمرار لتفادي الضوضاء وترابكم بقایا الطعام.

2. ويجب دائمًا استخدام حلقة البكرة عند الطهي باستخدام صينية السيراميك.

الحامل الشبكي

1. يُستخدم الحامل الشبكي في تحمير الأطباق الصغيرة كما يساعد في التدوير الجيد للحرارة.

2. لا تُستخدم أي حاوية معدنية على الحامل الشبكي مباشرةً في حالة استخدام وضع الطهي المجمع أو وظيفة الميكروويف.

3. لا تُستخدم الحامل الشبكي في وضع الميكروويف فقط.

استخدام الفرن

1. لا تستخدم الفرن في أي غرض آخر خلاف إعداد الطعام. هذا الفرن مصمم خصيصاً لتسخين الطعام وطهيه. لا تستخدم هذا الفرن لتسخين المواد الكيميائية أو المنتجات الأخرى غير المتعلقة بالطعام.

2. قبل الاستخدام، تحقق من أن الأوانى/الحاويات مناسبة للاستخدام في أفران الميكروويف.

3. لا تحاول استخدام فرن الميكروويف هذا في تجفيف الجرائد أو الملابس أو أي مواد أخرى. نظرًا لأنها تشتل.

4. عندما يكون الفرن في حالة عدم استخدام، لا تقم بتخزين أي شيء خلاف ملحقات الفرن بداخله تحسباً في حالة تشغيله عن طريق الخطأ.

5. لا يجب تشغيل هذا الجهاز باستخدام وظائف الميكروويف أو الشوي أو الطهي بالحمل الحراري أو الطهي المجمع بدون وجود طعام داخل الفرن. قد يؤدي التشغيل بهذه الحالة إلى إتلاف الجهاز.

6. في حالة حدوث دخان أو حريق في الفرن، اضغط على وسادة إيقاف/إعادة تعدين واترك الباب مغلقاً. افصل سلك الطاقة، أو افصل الطاقة عند المصهر أو لوحة قاطع الطائرة.

تشغيل السخان

1. تصبح الأسطح الخارجية للفرن، بما فيها فتحات التهوية على الكابينة وباب الفرن ساخنة أثناء الشوي والطهي بالحمل الحراري والطهي المجمع، ويجب توخي الحذر عند فتح الباب أو إغلاقه وعند إدخال أو إخراج الطعام والملحقات.

2. يحتوي الفرن على سخانين موضوعين أعلى الفرن. بعد استخدام وظيفة الشوي والطهي بالحمل الحراري والطهي المجمع، تصبح هذه الأسطح ساخنة للغاية. يجب توخي الحذر لتجنب لمس عناصر التسخين داخل الفرن. **ملاحظة:** بعد الطهي باستخدام هذه الأوضاع، تكون ملحقات الفرن في **غاية السخونة**.

3. قد تصبح الأجزاء سهلة الوصول ساخنة عند استخدام الشوي. ويجب إبعاد الأطفال.

4. عند تشغيل الجهاز في وضع الطهي المجمع، يجب لا يستخدم الأطفال الفرن إلا تحت إشراف البالغين بسبب درجة الحرارة التي يتم توليدها.

تحذير

تعليمات الأمان الهاامة

1. يجب تنظيف موائع تسريب الباب ومناطق منع التسريب بقطعة قماش رطبة.
يجب فحص هذا الجهاز بحثاً عن تلف في موائع تسريب الباب ومناطق موائع تسريب الباب وإذا كانت هذه المناطق تالفة فيجب عدم تشغيل الجهاز حتى يتم إصلاحه بواسطة فني صيانة مدرب من جانب جهة التصنيع.
2. لا تحاول العبث أو إجراء أي تعديلات أو إصلاحات بالباب أو مبيت وحدة التحكم أو مفاتيح تعشيق الأمان أو أي أجزاء أخرى من الفرن. لا تقم بإزالة اللوحة الخارجية من الفرن والتي تعطي الحماية من التعرض لطاقة الميكروويف.
يجب إجراء الصيانة بواسطة موظف صيانة مؤهل.
3. لا تقم بتشغيل هذا الجهاز في حالة تعرض السلك أو القابس للتلف، أو إذا كان لا يعمل بشكل صحيح، أو في حالة تعرضه للتلف أو السقوط. من الخطير أن يقوم أي شخص آخر خلاف فني الصيانة المدرب من جانب جهة التصنيع بصيانة الجهاز.
4. في حالة تلف سلك الطاقة، فيجب استبداله بواسطة جهة التصنيع أو وكيل صيانة تابع له أو شخص مؤهل على نحو مماثل من أجل تفادى الخطأ.
5. لا تسمح للأطفال باستخدام الفرن بدون مرافقة إلا بعد إعطائهم تعليمات مناسبة بحيث يتمكن الطفل من استخدام الفرن بطريقة آمنة ويتفهم مخاطر الاستخدام غير الصحيح.
6. يجب عدم تسخين السوائل والأطعمة الأخرى في حاويات مغلقة نظراً لأنها تكون عرضه للانفجار.
7. هذا الجهاز غير مخصص للاستخدام من جانب الأشخاص (بما فيهم الأطفال) الذين يعانون من تراجع القدرات البدنية أو الحسية أو الذين تنقصهم الخبرة والمعرفة ما لم يتم إعطائهم التعليمات ليكونوا مسؤولين عن سلامتهم. يجب الإشراف على الأطفال للتأكد من أنهم لا يبعثون بالجهاز.
8. لا تحاول لمس جهاز التسخين أعلى وخلف التجويف الداخلي عندما يكون التجويف ساخناً.
فقد لا يزال جهاز التسخين ساخناً.
9. تكون الأسطح عرضة للسخونة أثناء الاستخدام.
10. هذا الجهاز مخصص للاستخدام في المنزل وفي التطبيقات المماثلة مثل:
 - أماكن إعداد الطعام في المتاجر والمكاتب وبينات العمل الأخرى؛
 - المزارع؛
 - بواسطة العمالء في الفنادق والاستراحات والبيئات السكنية الأخرى؛
 - بينات الفنادق التي توفر النوم والإفطار.

التركيب والتوصيل

4. لا تضع هذا الفرن في نطاق بوتاجاز كهربائي أو بوتاجاز يعمل بالغاز.
5. ويجب عدم إزالة الأقدام.
6. هذا الفرن للاستخدام المنزلي فقط. تجنب استخدامه في الخارج.
7. تجنب استخدام فرن الميكروويف في منطقة شديدة الرطوبة.
8. يجب لا يلامس سلك الطاقة الجسم الخارجي للفرن. احتفظ بهذا السلك بعيداً عن الأسطح الساخنة. لا تسمح بتعليق السلك على حافة الطاولة أو سطح العمل. لا تقم بغمس السلك أو القابس أو الفرن في الماء.
9. لا تقم بسد فتحات التهوية في الجانب الأيسر وفي مؤخرة الفرن. في حالة سد هذه الفتحات أثناء تشغيل الفرن فقد تحدث سخونة مفرطة للفرن. في هذه الحالة تتم حماية الفرن بواسطة جهاز الأمان الحراري ولا يتم استئناف التشغيل إلا بعد أن يبرد.
10. هذا الجهاز غير مخصص للتشغيل بواسطة موقت خارجي أو جهاز تحكم عن بعد منفصل.

فحص فرن الميكروويف

قم بفتح عبوة الفرن، وإزالة كافة مواد التغليف وتفحص الفرن بحثاً عن أي تلف مثل وجود انبعاثات أو كسر مزلاج الباب أو وجود كسور في الباب. في حالة ملاحظة أي تلف، فيجب إخطار الموزع على الفور. لا تقم بتركيب فرن الميكروويف التالف.

تعليمات التوصيل بالأرض

هام: يجب توصيل هذه الوحدة بالأرض بشكل صحيح من أجل مراعاة السلامة الشخصية.
إذا كان مأخذ التيار المتعدد لديك غير متصل بالأرض، فعللي العميل تحمل المسؤولية الشخصية عند استبداله بمأخذ حائطي متصل بالأرض بشكل صحيح.

جهد التشغيل

يجب أن يكون الجهد هو نفس الجهد المحدد على ملصق التسمية الموجود على الفرن. في حالة استخدام جهد أعلى من المحدد، قد يؤدي ذلك إلى نشوب حريق أو تلفيات أخرى.

استبدال الفرن

1. هذا الفرن مخصص للاستخدام المنزلي فوق الطاولة فقط. وهو غير مخصص للاستخدام داخلياً أو داخل خزانة. ضع الفرن على سطح مستو ثابت يعلو عن الأرض بمقدار يزيد عن 85 سم.

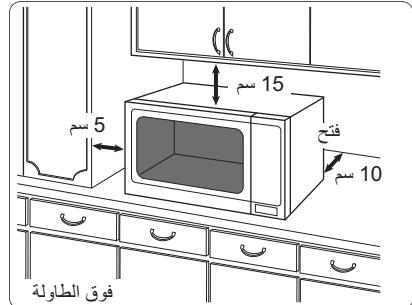
2. عند تركيب هذا الفرن، يجب أن يكون من السهل عزل الجهاز من مصدر إمداد الكهرباء من خلال سحب القابس أو استعمال قاطع دائرة.

3. ومن أجل التشغيل الصحيح، تأكيد من وجود تهوية كافية للفرن.

الاستخدام فوق الطاولة:

أ. اترك مسافة 15 سم أعلى الفرن و 10 سم في الخلف و 5 سم على أحد الجانبين، ويجب أن يكون الجانب الآخر مفتوحاً.

ب. في حالة وضع أحد جانبي الفرن ملتصقاً بحانط، فيجب الا يكون الجانب الآخر أو أعلى الفرن مسدوداً.



المحتويات

| | |
|-------|---|
| 2 | التركيب والتوصيل |
| 3 | تحذير |
| 4 | تعليمات الأمان |
| 5 | معلومات هامة |
| 6 | الرسم التخطيطي التوضيحي |
| 7 | لوحة التحكم |
| 8 | ضبط الساعة/قفل أمان الأطفال |
| 9 | الطهي بالميكرورويف وتذويب الثلج/المؤقت |
| 10 | إرشادات إذابة الثلج |
| 11 | الشوكي |
| 12 | الطهي المجمع |
| 13 | الطهي بالحمل الحراري |
| 14 | تذويب الثلج تلقائياً |
| 15 | مؤشرات الاستخدام الناجح للقوائم التلقائية |
| 16 | قوائم تلقائية |
| 24-17 | قائمة إعادة التسخين |
| 32-25 | الطبق الرئيسي |
| 38-33 | الطبق الجانبي (مرق) |
| 47-39 | الطبق الجانبي (جاف) |
| 54-48 | شوربة/وجبة خفيفة |
| 58-55 | تنوروي/شوي |
| 63-59 | أكلات يابانية |
| 68-64 | حلويات |
| 69 | كيك/بسكويت |
| 70 | الأسئلة والأجوبة |
| 71 | العنایة بالفرن |
| | المواصفات التقنية |

Panasonic®

تعليمات التشغيل

فرن المايكروويف للطهي بالحمل الحراري/الشوي

للاستخدام المنزلي فقط



NN-CT651M

رقم الطراز NN-CT651M/NN-CT662M

تعليمات الأمان الهامة:
قبل تشغيل هذا الفرن، يرجى قراءة هذه التعليمات جيداً والاحتفاظ بها للرجوع إليها في المستقبل.

PN: